



# 広報 ますだ

発行/益田市政策企画局秘書広報課 (☎ 31-0112)  
ホームページ <http://www.city.masuda.lg.jp/>  
E-mail アドレス hisyo@city.masuda.lg.jp



「わさまる」が  
わさびをPR

はじめまして **わさまる** です!  
匹見わさびの妖精

出身地: 益田市匹見町わさび谷  
性格: しっかり者で、リーダー的存在。  
ソロ活動が活発。匹見わさびのPR  
のためには苦勞を惜しまない。

**チャームポイント** ピリリとした辛味の後に  
ほんのりくる甘さ



わさまる

特集「あなたのこころお元気ですか？」

地域医療シリーズ	4	国民年金	21
市長室からこんにちは：中世益田講座	5	健康&子育てだより	22
魅力ある地域づくり	7	施設情報	26
わがまちウォッチング	8	リサイクルプラザ・図書館だより	30
くらしの情報	10	イベント情報	31
3月カレンダー	16	プラサDEますだん	32

あなたのこころお元気ですか？

近年、うつ病をはじめとするこころの病気にかかる人が急増しています。家庭や職場でさまざまな悩みを持ちながら、うまく発散させることができずに過度にストレスがたまると、人は少しずつこころの健康を失い始めます。

あなたのこころは大丈夫ですか？眠れない、何にも興味がわかないなど、いつもと違うことに気づきながら、誰にも相談できずにそのままにいませんか？

自死やこころの健康について正しい知識を持つとともに、ともに支え合い、自死を防止し、かけがえのない命を守りましょう。

あなたのストレスをチェックしてみましょう！  
\*最近1カ月の状態についてお答えください



	いいえ	ときどき	しばしば	いつも
1 疲れが残って目覚めが悪い	1	2	3	4
2 午前中は能率が悪い	1	2	3	4
3 何となく疲れて身体がだるい	1	2	3	4
4 身体のことであれこれ気になる	1	2	3	4
5 仕事に追い立てられる感じである	1	2	3	4
6 ちょっとしたことでもイライラしやすい	1	2	3	4
7 特に理由もなく不安になる	1	2	3	4
8 人中にとけこめず、孤独な感じになる	1	2	3	4
9 何か気分がすっきりせずうとうしい	1	2	3	4
10 考えがまとまらず判断に迷う	1	2	3	4
11 おっくうで好きなことにも気がのらない	1	2	3	4
12 よく眠れない	1	2	3	4
13 食欲がない	1	2	3	4

(このチェック票は、HMS (Hitachi mental health scale)を活用しています)

●HMS得点算出方法:選択した数字を合計します●

評価	女性	男性
低ストレス群	17点未満	15点未満
やや低ストレス群	21点未満	19点未満
やや高ストレス群	25点未満	23点未満
高ストレス群	40点未満	40点未満
病的な高ストレス群	40点以上	40点以上

合計  点

高ストレス群以上に該当する人は、早めに専門機関（相談機関一覧）にご相談ください。

今月の表紙 「わさまる」がわさびをPR



1月8日(木)、匹見町特産のわさびをPRする「わさまる」が市役所を訪問し、山本市長にわさびの魅力を紹介しました。「わさまる」は2011年に「ますだ暮らしキャラクター」として誕生、昨年11月に匹見町観光協会が着ぐるみを製作しました。県内外のイベントの特産品PRや観光客・移住者の呼び込みでの活躍が期待されます。

うつ病の症状は、憂うつ、気持ちが落ち込むなどの「こころの症状」があることはもちろんですが、不眠や食欲不振といった「からだの症状」があらわれることが多くあります。

悲観的になったり、自分を責めたりして、冷静な状況判断が難しくなるため、自死に結びつきやすくと考えられます。

死にたいと考えている人も、心の中では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠や原因不明の体調不良など、自死の危険を示すサインを発していることが多くあります。そのサインに気づき、自死防止につなげていくことが重要です。

こんなサインには特に気をつけよう

<こころのサイン>

- \*集中できない
- \*憂うつな気分、不安
- \*やる気、興味がでない
- \*ものごとが決断できない
- \*イライラ、落ち着かない
- \*以前と比べて暗く、元気がない



<身体のサイン>

- \*疲れやすくなった、体全体がだるい
- \*頭痛、肩こりがする
- \*眠れない、朝早く目が覚める
- \*ご飯がおいしくない
- \*息切れ、動悸がする
- \*体調不良の訴えが多くなる

\*ひとりで悩まないで！こころの不調に気づいたら早めに相談しましょう\*

# 第6回しまね自死遺族フォーラム inますだ

～もっと知って、わたし達のこと～

**入場無料**  
どなたでも入場  
できます。  
※手話通訳あります

日時 平成27年 **3月8日(日)** 13:00～16:00

会場 **益田駅前ビルEAGA**  
(3F大ホール)

益田市駅前町17-1 益田駅前ビルEAGA  
TEL 0856-31-0214 (健康増進課)

プログラム

- 13:05～13:50 講演①「届きはじめて自死遺族のおもい」**  
しまね分かち合いの会・虹代表：桑原正好しょうこ  
プロフィール：平成18年12月息子を自死で亡くす。その後、平成20年8月に自死遺族グループ「しまね分かち合いの会・虹」を立ち上げ、遺族同士が苦悩や心境を話し合う「遺族のつどい」を県内各地で開催している。島根県自死総合対策連絡協議会委員。出雲市在住。
- 講演②「自死未遂者の家族として伝えたいこと」**  
意識の戻らない夫に寄り添う：長谷川和子氏  
プロフィール：平成22年5月、夫が過重労働により心身ともに追い込まれ、自死未遂。約5年間意識が戻らない中、「もう一度夫の笑顔が見たい」と必死の看護・介護を続ける。平成25年8月、自助グループ自死未遂者（家族）の会「にじみさくらんぼ」を設立。奥出雲町在住。
- 13:50～14:10 ミニコンサート ギター弾き語り：木下徹氏**  
プロフィール：大切な家族を失った遺族のつどい等で、ギターの弾き語りを続けているフォークシンガー。大阪市在住。
- 14:20～15:10 遺族は語る**  
『この苦痛は、もう私達だけでいい!』  
①きょうだいを亡くした立場から  
②子どもを亡くした立場から  
③親を亡くした立場から  
④配偶者を亡くした立場から
- 15:10～16:00 意見交換**



昨年の大田フォーラムの様子 (H26年3月1日)

同時開催

## パネル展 in ますだ (3日間)

『私の中で今、生きているあなた』

日時 平成27年 **3月8日・9日・10日**  
10:00～17:00

会場 **益田駅前ビルEAGA**  
(2F市民交流サロン)

益田市駅前町17-1 益田駅前ビルEAGA  
TEL 0856-31-0214 (健康増進課)

### 自死遺族からのメッセージ

「自死」は、学校・職場のいじめ、失業・倒産や借金、病気・介護・老々介護等さまざまな要因が複雑に関係して心理的に「追い込まれた末の死」といわれています。遺された家族にとっても大切な人を突然「自死」で失うことは、あまりにも衝撃的な深い悲しみと耐え難い苦しさです。また、一方で「自死」に対する社会的な偏見もあり遺族は亡くした家族のことを誰にも話せずその悲痛を一人で抱えてしまいます。このような中、地域の皆さまと共に生きづらさを考えたり悲しみ苦しむ人を無くすために、「自死」についてみんなで一緒に考えてみませんか。体験家族達が勇気をもって語りかけます。

- 主催 ● 自死遺族自助グループ しまね分かち合いの会・虹  
協力 ● 益田市、津和野町、吉賀町、島根県益田保健所、NPO法人「働く者のメンタルヘルス相談室」(大阪)  
後援 ● 島根県、益田市議会、益田市社会福祉協議会、津和野町社会福祉協議会、吉賀町社会福祉協議会、島根県自死総合対策連絡協議会、島根県立大学出雲キャンパス、島根大学医学部総合医療学講座、朝日新聞松江総局、毎日新聞松江支局、山陰中央新報社、読売新聞松江支局、共同通信社松江支局、中国新聞社、新日本海新聞社、島根日日新聞社、NHK松江放送局、BSS山陰放送、山陰中央テレビ、日本海テレビ、エフエム山陰、ひとまるビジョン

お問合せ先：しまね分かち合いの会・虹 TEL: 090-4692-5960 (桑原)  
E-Mail: kowataya898@hit-5.net

しまね分かち合いの会・虹 検索

## 赴任医師歓迎事業を実施しました！

平成26年12月18日(木)に、新たに益田赤十字病院に赴任された医師に歓迎の気持ちを伝える『赴任医師歓迎事業』を同病院にて行いました。

今年度2度目の実施となった今回は、泌尿器科の原貴彦医師（当日は手術のため欠席）と産婦人科の原友美医師の2名に対して、市長から歓迎の言葉とともに益田の良さを知ってもらう品（施設利用券や温泉入浴券など）を贈呈しました。さらに市民の代表として参加した、益田の医療を守る市民の会の会長、役員の方々、市議会議員がそれぞれに思いを込めて、益田の土地に早く馴染んで活躍してほしいと歓迎の気持ちを伝えました。

歓迎の言葉と品を受け取った原医師は、「まだまだ勉強中ですが、益田の女性の力になれるように頑張ります」と力強く応えてくれました。また里帰り出産再開直後でもあり、終了後には多くの取材に丁寧に答えていました。

今回ご縁があって益田で勤務されるお2人には、温泉や文化施設で疲れた身体を癒しながら益田の医療を支えていただきたいと心から願っています。



益田の医療を守る市民の会主催による

## 在宅医療を考える講演会が開催されました

平成26年12月6日(土)に、益田の医療を守る市民の会主催による在宅医療を考える講演会が市立保健センターで開催されました。在宅医療のこれからの方向性と地域で支える医師の活動を理解し、今後の自分の生き方を考える機会として開催され、市民や在宅医療に携わる関係者など約150名が参加しました。

はじめに益田保健所の村下所長より、益田圏域の在宅医療の動向について説明がありました。続いて石見クリニックの山野井医師による講演会が行われ、自院の取組の紹介や経験を基にした話題に参加者は熱心に聞き入っていました。在宅医療というテーマではありますが、時に笑いも交えた講演に過ぎゆく時間が一瞬のようでした。

## 未来のお医者さんへ質問



vol.12

★このコーナーは1年間のシリーズでお送りしました。



### Q1. 医師を目指すきっかけは？

誰かのために自分にできることは何かを考えて医学部を目指そうと思いました。

### Q2. 学生生活はどうか？

毎日授業やテストで大変ですが、来年からの実習に向けて充実しています。

### Q3. 将来の目指す医師象は？

謙虚で、患者さんやチームの方々を支え合えるような医師になりたいです。

### Q4. 益田市の皆さんへ

大学生活を通して、勉強を含めたくさんのことを学んでいきたいと思っています。

連載

# 市長室から こんにちは

vol. 31



益田市市長

山本浩章

日頃私たちが何気なく書いたり話したりしている日本語はこの国に太古から存在し、何度か外国からの影響を受けながら進化してきました。最初の大きな影響は中国からのものです。

まず文字については、漢字は言うに及ばず、ひらがな、カタカナもその漢字から派生したものです。つまり、今使っている文字のほとんどが中国由来ということになります。

中国の古典である漢文も日本語の発展に大きく寄与しています。漢字だけで構成され、文法がシンブルな漢文は、簡潔な表現が多用される一方、比喻や対句などの修辭が発達しています。その漢文を日本人は漢字の読み順を変え、振り仮名を付けて訓読してきました。読み下した漢文には大和言葉とは違う引き締まった語感があります。「李下に冠を正さず」「義を

見てせざるは勇無きなり」「山中の賊を破るは易く、心中の賊を破るは難し」漢籍に刻まれた多くの箴言に触れることで、思慮を深め倫理観を磨いただけでなく、国語表現の幅も広げることができたのです。

字数と韻律の制約を受ける定型詩では、表意文字である漢字の特性が寸分の無駄もなく發揮されます。杜甫の余りにも有名な五言律詩『春望』の書き出し「国破れて山河在り」は、焼け野原に立つ終戦後の日本人の胸にも強く迫ったことでしょう。「少年老い易く学成り難し」という七言絶句の起句（作者は長らく朱熹とされましたが、実は室町時代の禅僧のようです）はとかく怠惰に流れやすい学生を戒める格言としてつとに定番です。

日本文化は外来の文物を取り入れながらも、大陸や半島とは異なる列島の風土の中で独自の熟成を重ねました。幕末以降欧米文明を吸収する中で、先人は漢字の造語能力を活かし次々と訳語を考案します。時間、原理、企業、計画、運動、政策などの言葉は、国語の中に定着したばかりか、多くが本家の中国にも逆輸出され、現代中国語においても不可欠の語彙となっています。何事も受容し応用する柔軟さ、まさに誇るべし。

## 中世益田講座 中世益田の寺院文化編 (全5回)

### 最終回 真言宗 勝達寺

【問い合わせ先】

市文化財課 ☎ 31-0623

※4月号より、中世益田講座 益田氏をとりまく大名・領主編 (全9回) を掲載します。

この連載の第一回の写真の個所で紹介した、元禄十(一六九七)年に中世以前の創建であることを浜田藩に報告している四ヶ寺のうち、唯一現存していないのが真言宗勝達寺です。

勝達寺は、染羽天石勝神社の別当寺として、同社左手後方の高台にあつたとされます。別当寺とは、神社を管理するために置かれた寺のことです。

なぜ神社の管理を寺がしていたのでしょうか。中世では、神道の神様を仏教の仏様が権に現した姿(権現)と考え、神道と仏教を一体的にとらえる神仏習合という考え方が一般的であり、神社と寺院が近い関係にあつたためです。染羽天石勝神社も当時は瀧蔵権現と呼ばれていました。

勝達寺は承平元(九三二)年に京都から浄蔵大徳が来て創建したと伝わり、全盛期には十六坊の末寺を構えたといひ、櫛代賀姫神社(当時、境内にあつた浜八幡の名称で呼ばれることが多かった)の別当寺真如坊も勝達寺の末寺であつたといひます。

注目されることとして、勝達寺は文明三(一四七二)年に益田氏の

代官として周防国吉敷郡恒富(山口市黒川)の支配を担当していません。勝達寺がかなりの組織を持つていたことを示しています。

このように栄えていた勝達寺がなぜ現存していないのでしょうか。それは明治初年の廃仏毀釈によるものです。明治新政府には神道を国教化しようとする動きがあり、そのために神道から外来の仏教を分離させようとなりました。甚だしい場合には、仏教を排斥する運動となりました。これにより勝達寺のような別当寺は長く一体であつた神社から分離され、経営基盤を失ひ、廃絶した寺院も少なくありません。廃仏毀釈は日本の、そして益田の宗教文化に大きな影響を与えたのでした。



鎌倉の極楽寺の木造不動明王坐像。もと勝達寺の仏像でしたが、大正五(一九一六)年に移されました。



▲ 左から齋藤さん、中山さん、大谷さん、中野さん

公益社団法人 益田市医師会  
益田地域医療センター医師会病院

PROFILE

なかやま かわあ いさん (益田市出身 益田東高校卒業)  
 中山 可愛  
 おおたに な お 奈央さん (益田市出身 明誠高校卒業)  
 大谷 奈央  
 さいとう さき 咲さん (益田市出身 益田高校卒業)  
 齋藤 咲  
 なかの めぐみ 愛さん (益田市出身 益田東高校卒業)  
 中野 愛

現在、医師会病院 4 階病棟にて入院患者のケアに従事

安心して暮らせる地域づくりを目的とし、  
益田地域のニーズにあった保健・医療・福祉の提供を行います

地域の人々とのふれあい

私達は全員益田出身で、地元の高校から市内外の看護学校に進学しました。卒業後の就職については、奨学金や看護学校の推薦、家族の事もありましたので、地元の病院へ就職しようと考えていました。その中で、益田医師会病院での説明会や見学会、実習やイベントを通して、地域の人々とふれあえる病院だと思ったので益田医師会病院に決めました。

患者本位の看護

看護師には様々な仕事がありますが、私達、病棟看護師の仕事は主に入院患者さんの手術後や身の回りのケア、退院援助などです。また、リハビリや食事、投薬なども他科と連携して行なっています。看護という仕事は一人でできることが限られていますので、看護師同士や他科と連携したチームでの看護はとて

も重要です。

特に患者さんに安心して治療に専念してもらうためには、笑顔で接することも大切です。看護師が忙しく余裕がないと患者さんも不安になります。そうならないためにも、患者さんを第一にした、きめ細やかなケアを笑顔で心がけています。そうして、患者さんの元気になっていく姿や笑顔を見ると、看護師になって良かったと思います。

後輩へのメッセージ

看護師の仕事は、命にかかわるため精神的にも重圧があり、勤務時間も不規則で体力的にも大変です。しかし、看護師にはそれを上回るやりがいがあり、想いを形にできる素晴らしい仕事です。ぜひ皆さんの将来の選択肢の一つとして視野に入れていただければと思います。



看護師全員で患者さんの状態について情報共有を行う

公益社団法人 益田市医師会  
<http://www.masuda-med.or.jp/>  
 島根県益田市遠田町 1917 番地 2  
 Tel. 0856-31-0545

昭和35年10月 社団法人設立認可  
 益田市医師会は、会員が一丸となって地域医療発展のために努力しています。とりわけ昭和 61 年に設立した益田地域医療センター医師会病院は、地域医療の発展に思いを寄せる会員の血と涙の結晶であり、今後もこの病院を中心に時代の要請である保健・医療・福祉の充実発展に貢献していきます。

【問い合わせ】 益田鹿足雇用推進協議会

(益田市産業支援センター内)

☎ 31・0341

# 魅力ある地域づくりの取組紹介

Vol.6

## 鎌手地区

『住んでみたい あの鎌手』

鎌手といえば、何と言っても「日本水仙の里」であり、平成7（1995）年から鎌手ふるさとおこし協議会を中心とした住民の手で毎年10アールずつ山林を切り開き、堆肥を入れ、肥料を撒き、草を刈っています。その人数は年間延べ250名を超え、今では3ヘクタールに広がった唐音水仙公園があります。

ボランティア団体、地元の小中学生から大人までコツコツと植え続けた球根も分球を繰り返して現在では200万球を超えました。県内外から毎年1万人を超える多くの方が冬場の花園を求め観光に訪れる地区となっています。



球根掘り



球根の植付

鎌手地区振興センター

地域魅力化応援隊員

鶴頭

定廣

『はがゆーて、はがゆーて』

苦労して育てた野菜を「晩飯のおかずにしよう思ーて、畑に行ってみりゃー なんにもありゃーせん。」収穫を予定していた朝方には何も無くなり全部が鳥獣の餌になってしまっていた。「情けなーとも、情けなーとも！」何人もの方から眉をしかめ悲痛の叫びに似た訴えがあったことから鳥獣駆除講習会を企画した。

第1弾として、特定外来種（ヌーリア・アライグマ）の駆除対策講習会を受講し、39名に防除従事者証が交付された。

第2弾は、厄介者の猪などを捕獲するため、狩猟免許の取得を目指し、学科試験と実技試験に見事一発合格した4名に島根県知事から免許状が交付され、頼もしい鎌手の狩人が誕生した。次年度は25名の受験希望者があり、多くの狩仲間が誕生する予定である。もう、あの「はがゆーて」の声は鎌手からなくなる??

## 二川地区

『誰もが生涯現役のまちを目指して！』

二川地区では、美都町が益田市に合併した後、平成19年に「二川の未来を創る会」によって、二川まちづくり提言書が作成され、自治会の一本化・自治会輸送・見守り活動などが実現しました。それから7年が経ち、人口が約80人減、小学校の閉校があり、美都温泉や学校跡地を活用した交流人口の拡大などの課題を抱えています。

そうした中で、二川地区地域自治組織設立準備委員会を立ち上げ、毎月1回の会議で「二川の10年後はどうなっているか」「自分達が集落でできること」等のテーマを決めて話し合っています。

準備委員会は二川で居住・活動する人、10代から70代の幅広い世代20人で構成されています。最初は「これ以上どうにもならない」といった感じの会議でしたが、会議を重ねて地域の実情を知ること

とで、前向きな意見が出るようになりました。

地域自治組織の設立により地域のことを考える機運が再び訪れ、提言書の更新をしながらまちづくりプランの作成を進めていきます。



旧二川小学校



準備委員会における会議の様子

二川地区振興センター

地域魅力化応援隊員

小原

静伍

1/11



対岸に向けて一斉放水！！

### 消防出初式開催！

平成 27 年益田市消防出初式が開催されました。1 年間の無火災と市民の安心・安全を願うとともに、消防訓練やパレード、益田川堤防両岸からの一斉放水が行われ、市民の命と財産を守るために災害に立ち向かう益田市消防団の勇姿を披露しました。

1/19



消火活動だけでなく救助活動でも活躍します

### 消防積載車が無償貸与されました

このたび、総務省消防庁から救助資機材搭載型小型動力ポンプ積載車が無償貸与されました。この積載車には消防ポンプをはじめとする消防用品のほか、エンジンカッターやチェーンソーなどの救助資機材を搭載しており、今後は益田市消防団第 9 分団（北仙道）に配置され、消防団の活動で使用されます。

### 図書を寄贈いただきました

益田木村塾より益田市内の各小・中・高等学校と養護学校、石見高等看護学院、西部高等技術校に、木村勝男さんの著書「逆境にまさる師なし」を寄贈いただき、この日、市長室において贈呈式が行われました。

木村さんは幼少期を益田で過ごしたことから、「益田に恩返しをしたい」との思いで、今回の寄贈が実現しました。

12/24



益田木村塾の方々から図書が手渡されました

### 高津川流域特区通訳案内士登録証交付式

益田市、津和野町、吉賀町内に限り有償で通訳ガイドを行うことのできる地域活性化総合特別区域通訳案内士の登録証の交付式が開催されました。当日は益田地区広域市町村圏事務組合（特区自治体）の実施する専門研修を修了した英語・中国語の登録認定者が出席し、代表理事の山本市長から登録証の交付を受けました。

12/24



圏域の観光振興が期待されます



# 確定申告はお済みですか？

## 申告期限と納期限

所得税及び復興特別所得税	3月16日(月)
消費税・地方消費税(個人事業者)	3月31日(火)
贈与税	3月16日(月)

## 税金は期限内に納めましょう！

■納付書で納める場合は、お近くの<sup>※</sup>金融機関または所轄の税務署窓口でお納めください。

※ 山陰合同銀行・西中国信用金庫・日本海信用金庫  
島根銀行・山口銀行・郵便局(簡易郵便局除く)

■e-Taxを使えば、自宅から簡単に電子納税ができます。

■振替納税は、ご指定の預貯金口座から振替日に自動的に引き落とされます。

《振替日》所得税及び復興特別所得税……………4月20日(月)

消費税・地方消費税(個人事業者)……………4月23日(木)

振替納税を新規に利用される方は「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」(国税庁ホームページからダウンロード可能)に必要な事項を記入の上、申告期限までに税務署または金融機関に提出してください。

便利で確実な振替納税をぜひご利用ください。

## 税務職員を装った「振り込み詐欺」にご注意ください

税務職員を装い、現金自動預払機(ATM)を操作させ振込みを行わせる「振り込み詐欺」による被害が発生しています。

市役所、税務署や国税局では、

●還付金受取のために金融機関等のATMの操作を求めることはありません。

●市税・国税の納税のために金融機関の口座を指定して振込みを求めることはありません。

# 軽自動車税の手続き等は確実に



こんなときには…

軽自動車税は、4月1日現在、原動機付自転車、軽自動車、小型特殊自動車等を所有している方に課税されます。  
※4月2日以降に廃車や名義変更の手続きをした場合、今年の税金は納めていただくこととなります。

【問い合わせ先・申告先】

〈益田市ナンバー〉

・市税務課市民税係

☎ 31・06008

・美都総合支所住民福祉課

☎ 52・23111

・匹見総合支所住民福祉課

☎ 56・03011

〈島根ナンバー〉

・軽二輪(250cc以下)

島根県軽自動車協会

☎ 0852・37・00046

・軽三輪、四輪自動車

軽自動車検査協会島根事務所

☎ 0500・3816・30833

・二輪の小型自動車(251cc以上)

☎ 0500・5540・20071

## お知らせ

広報10月号に掲載しました、軽自動車税の引上げの記事の中の、「原付や125cc以上のバイクなどの車両」に係るものについては、平成27年度より適用としていますが、適用年度が延長される場合があります。



**お知らせ**

**乳幼児等医療費助成制度  
児童医療費助成制度**  
をご存知ですか

市内に住所がある次の対象年齢のお子さんが医療機関にかかった場合の医療費の自己負担分を助成します。  
ただし、健康保険が適用される医療費に限ります。

**乳幼児等医療費助成制度**

**【対象者】**

■出生から就学前の乳幼児

**【内容】**

医療機関において健康保険証と乳幼児等医療費受給資格証を併せて提示すると、本人負担額が医療費の1割となります。

ただし、1カ月1医療機関あたりの本人負担額には入院・通院別に上限を設けています。

・入院 2,000円  
・通院 1,000円  
※調剤薬局等での本人負担はありません。

**【資格証の交付】**

申請受付後、資格証を交付します。

**【対象者】**

■就学後20歳未満の方

**【内容】**

慢性腎疾患等、特定の疾患による入院治療に対して助成します。

※該当する疾患については、問い合わせください。

**【本人負担額の上限】**

入院 15,000円

※通院は対象外です。

**【資格証の交付】**

資格証の交付はありませんので、医療機関で医療費をお支払い後、市保険課または各総合支所で申請手続きをしてください。

※所得制限があります。

**児童医療費助成制度**

**【対象者】**

■小学校1年生～6年生

**【内容】**

医療機関において健康保険証と児童医療費受給資格証を

併せて提示すると、本人負担額が医療費の1割となります。  
ただし、1カ月1医療機関あたりの本人負担額には入院・通院別に上限を設けています。

**【資格証の交付】**

申請受付後、資格証を交付します。

※調剤薬局等での本人負担はありません。

**【資格証の交付】**

◎新1年生

3月下旬に、保護者宛に「児童医療費受給資格証」を郵送します。資格証の内容をご確認いただき、変更がある場合は、市保険課または各総合支所に届出をお願いします。  
3月以降に転入した児童の保護者には、申請案内を郵送しますので、申請書に必要事項をご記入、押印のうえ、該当児童の健康保険証のコピーを添付して市保険課または各総合支所の窓口へ提出、または返信用封筒にて郵送してください。

申請受付後、資格証を交付します。

◎新2年生から新6年生

交付済みの「児童医療費受給資格証」を引き続きご使用ください。

ただし、資格証の内容に変更がある場合は、市保険課または各総合支所に届出をお願いします。

**問** 市保険課

☎31・0215

FAX24・0180

美都総合支所住民福祉課

☎52・2312

匹見総合支所住民福祉課

☎56・0302

**匹見峡温泉やすらぎの湯  
入浴料を改定します**

4月1日(水)から町民温泉利用割引事業の廃止に伴い、匹見峡温泉やすらぎの湯の入浴料が次の表のとおり改定されます。入浴される市民の方には、匹見峡温泉やすらぎの湯「益田市民利用カード」が発行されますので、住所等を証明するものをご持参いただき、匹見峡温泉窓口において交付を受けてください。

**匹見峡温泉やすらぎの湯  
入浴料**

・益田市民：……400円  
・益田市民外：……617円

**問** 匹見峡温泉やすらぎの湯

☎56・1126

**平成26年度  
特定外来生物防除講習会**

アライグマ・ヌートリアの防除講習会を開催します。この講習会では、特定外来生物の適切な捕獲と安全に関する知識および技術の講習を受けることができます。(すでに防除従事者証をお持ちの方の更新講習会も兼ねています。)

受講後、申請者は益田市の防除従事者になることができ、アライグマ・ヌートリアの捕獲が行えるようになります。受講希望の方は、お申込みください。

**日** 3月18日(水)

18:30～21:00

**場** 市立市民学習センター

多目的ホール

**対象者**

・新規の方

・防除従事者証の従事登録期間が平成27年6月30日まで

となっている方

持参品 筆記用具

申込期限 3月13日(金)まで

**申問** 市林業水産課

☎31・0313

FAX24・0452

	特別障害者手当	障害児福祉手当
対象者	20歳以上の方	20歳未満の方
支給額	月額 26,000円	月額 14,140円
支給制限	所得制限があります。施設入所、または病院に継続して3カ月以上入院しているときは支給されません。	所得制限があります。施設入所しているときは支給されません。

【特別障害者手当・障害児福祉手当】  
在宅で著しく重度の障がいがあるため、日常生活で常時特別の介護を必要とする方に支給されます。  
※対象となる障がい  
肢体障がい、心臓障がい、腎臓障がい、呼吸器障がい、精神障がい等

特別障害者手当  
障害児福祉手当  
特別児童扶養手当  
をご存知ですか

※診断書で右記と同程度以上の障がいがあると認められた児童（心臓、呼吸器、腎臓、肝臓、血液等の内部疾患）も対象となります。  
※申請に必要な書類はそれぞれ異なります。事前にご相談ください。

手当等級	1級	2級
対象障がい児	概ね身体障害者手帳1・2級、療育手帳Aの障がい児	概ね身体障害者手帳3・4級、療育手帳Bの障がい児
支給額	月額 49,900円	月額 33,230円
支給制限	所得制限があります。対象児童が施設入所している場合や、対象児童が障がいを事由とする年金を受給している場合は支給されません。	

【特別児童扶養手当】  
対象障がい児（20歳未満）を監護、養育している父母または養育者に支給されます。

★ローカル線のバス運賃が半額割引となります。  
※身障者割引等との重複割引はできません。  
※東京線・大阪線・広島線・秋線は適用外です。

【バス運賃割引制度の概要】  
★運転免許証を返納したときに有料（1,000円）で発行される「運転経歴証明書」を提示された65歳以上の方に適用されます。  
運動に不安を感じたり、運転免許証の返納を考えてみてください。運転免許証を返納される方への支援として、石見交通では次のとおり、バス運賃の半額割引を行っています。

65歳以上の運転者の方へ



問 市生活福祉課  
☎ 31・0251  
FAX 31・8120  
美都総合支所住民福祉課  
☎ 52・2312  
FAX 52・2190  
匹見総合支所住民福祉課  
☎ 56・0302  
FAX 56・0362

★この制度は申請を基本としています。申請のない場合  
※申請書は市ホームページからダウンロードまたは、申請窓口にあります。  
申請期間 3月2日(月)～4月30日(木)  
※生活保護世帯は該当しません。

母子・父子家庭等  
児童入学支度金支給申請  
母子・父子家庭（両親のいない児童を養育している人、配偶者が精神または身体の障がいにより長期にわたって働くことのできない人も含みます）で今年、小・中学校に入学する児童・生徒を養育されている方には、入学支度金が支給されます。申請期間内に必要な書類を添えて申請してください。

母子・父子家庭等  
児童入学支度金支給申請

★バス降車時に「運転経歴証明書」を運転士へ提示することで利用できます。  
※運転免許証有効期限切れの場合は、運転経歴証明書を申請することができませんのでご注意ください。  
問 益田警察署交通課  
☎ 22・0110(代)

意見や提言を「市長への手紙」で

市政に対する意見や提言などをお寄せください。秘密は厳守します。なお、ホームページで公開することがありますので、下記の記載事項に沿ってお寄せください。「市長への手紙」と明記するか、左下のマークを貼付してお送りください。

- <記載事項> 1.ご住所・お名前・電話番号 2.意見・提言の題名 3.現状と問題点 4.意見・提言内容 5.予想される効果 6.希望する回答方法（郵送もしくはEメールのどちらか）  
または回答を希望しない場合はその旨  
7.いただいた意見公開の可否（可・否）※必ずご記入ください。  
手紙：〒698-8650 常盤町1番1号 FAX：23-2456  
メール：hisyo@city.masuda.lg.jp  
（件名は「市長への手紙」）  
※住所・氏名がないと回答できない場合があります。



は支給できませんのでご注意ください。  
申問 子育て支援課  
☎ 31・0243  
美都総合支所住民福祉課  
☎ 52・2312  
匹見総合支所住民福祉課  
☎ 56・0302



クルーズ客船の  
船内を見学できます

事前にお申込みください。  
(埠頭への入場のみの場合)  
事前申込は不要)

【船名】ぱしふいっくびいなす  
5月10日(日)  
13:30~14:30  
(13:00集合)

申込締切 3月31日(火)必着  
申込方法 往復はがきで申込  
みください。

【往信表面】

〒697-0062

浜田市熱田町2135-2  
浜田港湾振興センター宛

【往信裏面】

郵便番号・住所・氏名・年齢・  
性別・電話番号(1枚で2  
人まで応募可。全員分記載  
する。)

【返信表面】

申込者の郵便番号・住所・  
氏名

※階段の利用あり

(ベビーカー等不可)

※申込多数の場合は抽選

(定員80名)

※高校生以下は保護者同伴

問 島根県浜田港湾振興セン  
ター港湾振興課

☎ 0855・27・1082



募 集

総合実務科訓練生

障がい者の方が、自己理解  
や適性の見極めを行いなが  
ら、就職に必要なコミュニ  
ケーション能力、ビジネスマ  
ナーなどの知識や、様々な作  
業・実習、企業等での訓練等  
により技術や作業能力を習得  
し、就職するための力を身に  
つけます。

募集人員 5名

対象者 障がいのある方で就  
労を目指している方

受講料 無料

(ただし、テキスト代等として  
10,000円程度必要)

訓練場所 島根県立西部高等  
技術校(高津四丁目)

訓練期間 5月8日(金)~

9月30日(水) 毎週月~金

9:00~15:30

募集期間 3月17日(火)まで

申込方法 公共職業安定所に  
ご相談ください。

入校検定日 3月24日(火)

検定場所 島根県立西部高等  
技術校

選抜方法 面接

合格発表 3月27日(金)

問 島根県立西部高等技術校

総務課(担当:下森・和崎)

☎ 22・2450

☎ 22・2451

✉ seidukotogi@pref.

shimane.lg.jp

ふくしの職場 就職準備  
研修(浜田会場)

福祉職場で働くうえで、必  
要なマナーとコミュニケーション  
力を身につけ、自覚と  
モチベーションを高めるため  
一緒に学びませんか。(参加  
費無料)

日 3月20日(金)

場 いわみーる(浜田市)

内容 福祉職場で働いている  
方のお話とビジネスマナー  
講習

対象 福祉分野の職場で就職  
予定の方または就職後1年  
未満の方

定員 30名(先着順)

申込締切 3月10日(火)

問 社会福祉法人 島根県社  
会福祉協議会(島根県福祉  
人材センター石見分室)

☎ 0855・24・9340

☎ 0855・24・9340

☎ 0855・24・9340

☎ 0855・24・9340

☎ 0855・24・9340

☎ 0855・24・9340

☎ 0855・24・9340

☎ 0855・24・9340

☎ 0855・24・9340

介護保険制度改正に伴う住民説明会について

平成27年度介護保険制度の改正に伴い介護保険料等が見直しされます。また、益田市が行っている介護予防を中心とした地域支援事業等の現状を含めた住民説明会を次の日程で開催します。是非ご参加をお願いします。

開催日	開催時間	開催場所
3月6日(金)	13:30~	小野保健福祉センター
3月10日(火)	9:30~	高津地区振興センター
3月10日(火)	13:30~	益田地区振興センター
3月11日(水)	9:30~	安田保健福祉センター
3月11日(水)	13:30~	市民学習センター(202)
3月12日(木)	10:00~	匹見下地区振興センター
3月12日(木)	14:00~	道川地区振興センター
3月13日(金)	9:30~	中西健康福祉センター
3月17日(火)	9:30~	二条地区振興センター
3月17日(火)	13:30~	豊川地区振興センター

開催日	開催時間	開催場所
3月18日(水)	9:30~	鎌手地区振興センター
3月18日(水)	13:30~	西益田地区振興センター
3月19日(木)	9:30~	種地区振興センター
3月19日(木)	13:30~	北仙道地区振興センター
3月20日(金)	9:30~	ふれあいホールみと
3月20日(金)	13:30~	二川地区振興センター
3月24日(火)	9:30~	真砂地区振興センター
3月24日(火)	13:30~	東仙道地区振興センター
3月26日(木)	9:30~	美濃地区振興センター
3月26日(木)	14:00~	匹見タウンホール

【問い合わせ先】市高齢者福祉課 ☎ 31-0682

市地域包括支援センター ☎ 31-0245

美都総合支所住民福祉課 ☎ 52-2312

匹見総合支所住民福祉課 ☎ 56-0302

### 市営住宅入居者

所在地・戸数

①高津一丁目7番16号

(船入住宅 2LDK) 1戸

②須予町60番3号

(須予住宅 2DK) 2戸

③須予町60番11号

(須予住宅 3DK) 1戸

建設年度

①平成17年度

②平成10年度

③平成13年度

月々の費用

家賃 (収入により異なる)

①22,800円

②20,000円

③39,300円

④44,900円

⑤23,000円

⑥45,200円

別途

◎外灯・共同水栓等の共益費

◎浄化槽管理費

◎TV共同受信費(須予住宅)

◎駐車場使用料(船入住宅は

有料・須予住宅は平成27年

度有料化予定)

入居可能予定日 5月中旬予

定

申込期間 3月18日(水)～

3月31日(火) ※17時必着

(応募多数の場合は抽選を行います。なお、抽選日は申込者に対し別途お知らせします。)

申込資格

①現在、住宅に困窮している方

②現に同居し、または同居し

よつとする親族がある方

(船入住宅・須予住宅2DK

は単身可能ですが、単身申

込みするための資格があ

ります。)

③入居手続完了後すみやかに

入居できる方

④一定の収入基準以下の方

⑤市税を滞納していない方

⑥暴力団員でない方

※詳しくは問い合わせくだ

さい。

その他 入居時には連帯保証

人(1名)が必要です。

【申問】島根県住宅供給公社

益田住宅管理事務所

☎31・1530

※なお、原浜、上黒谷、黒石、田

倉、久城、須予住宅(シルバー

ハウジング)、都茂上、朝日、

椎ノ木、湯の香、久保坂、宮

の原、匹見町の住宅等は、順

番待ち住宅として随時申込み

を受付けています。詳しくは

問い合わせください。

島根県住宅供給公社

検索

### 県営住宅入居者

空室住宅の入居者を募集し

ます。

申込期間 3月18日(水)～

3月31日(火)必着

※戸数・間取り、募集団地につ

いては問い合わせください。

抽選 4月下旬

入居予定日 5月中旬

【申問】島根県住宅供給公社

益田住宅管理事務所

☎31・1530

### ボランティア

#### 養成講習会

★デイジー編集ボランティア

★テキストデータ編集ボラン

ティア

音声データおよびテキスト

データをパソコンに取り込ん

で編集し、視覚障がいの方が

利用するデイジー図書および

テキストデータ図書を製作し

ます。

対象者

パソコンの簡単な操作がで

きる方で、受講後、視覚障が

いの方が利用する録音図書等

の編集ボランティアとして活

動できる方

★デイジー編集

3月3日(火)～3月17日(火)

毎回 13:30～16:00

(全3回毎火曜日)

★テキストデータ編集

3月3日(火)～3月31日(火)

毎回 13:30～16:00

(全5回毎火曜日)

※第1回～第3回まではデイ

ジー編集と一緒に受講しま

す。

【場】 いわみーる(浜田市)

4階 視聴覚研修室

受講料 無料

【申】 当日会場受付けます

【問】 島根県西部視聴覚障害

者情報センター

浜田市野原町1-826-1

いわみーる2階

☎0855・24・9334

☎0855・24・9335



## 春の火災予防運動

3月1日～3月7日まで

平成26年度 全国統一防火標語

「もういいかい

火を消すまでは まあだだよ」

★住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

1. 逃げ遅れを防ぐため、住宅用火災警報器を設置する。
2. 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災用品を使用する。
3. 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
4. お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力的体制をつくる。
5. 寝たばこは、絶対やめる。
6. ストープは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
7. ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

住宅用火災警報器には『電池切れ・故障』を知らせてくれる機能がついています。電池を交換するか、専門業者に相談してください。



— 益田広域消防本部(消防署)・益田市消防団 —



相談・催し

しまね企業ガイドランス

企業の採用担当者による会社概要や採用予定に関する情報提供を行います。

**日** 3月8日(日) 10:00～16:30  
**場** くにびきメッセ(松江市)

大展示場

・10:00～12:00  
学生と企業の交流会  
・13:00～16:30  
合同企業説明会

《オプシジョン・ガイダンス前日》

学生の「自分」商談会  
～リアルアドバンス～

**日** 3月7日(土)

13:00～16:30

**場** くにびきメッセ

501大会議室

※詳細は「シヨブカフェしまね」のサイトをご覧ください。

対象者

平成28年3月に大学、短期大学、高等専門学校、専修学校等の卒業予定者および県内就職を希望する方

参加企業

2月中旬から「シヨブカフェしまね」のサイトに順次掲載します。

シヨブカフェしまね

(公)なせと島根定住財団

☎0852・28・06064

http://www.gogo-job

cafe-shimane.jp/

シヨブカフェしまね

検索

歯科衛生士

復職応援セミナー

**日** 3月29日(日) 11:00～15:00

**場** 島根県歯科医師会館

2階講堂(松江市)

講演

・「これからのキャリアデザインを考える～私らしくイキキと働くために～」

講師：金築理恵氏(有有限会社 W三さんいん代表取締役)

・「歯科衛生士への期待と専門職としての課題」

講師：藤原愛子氏(九州看護福祉大学教授)

対象 歯科衛生士の資格を持つ

全ての方

受講料 無料

申込締切 3月20日(金)

**申** 島根県歯科医師会事務局

〒690-0884 松江市南

田町141-9

☎0852・24・2725

FAX 0852・31・0198

緊急防災放送装置の電池交換をしましょう

緊急防災放送装置は停電に備えて単3乾電池を使用しています。故障を防ぐために定期的な電池交換を忘れずに行いましょう。

**【電池交換をするとき】** ・電源ランプ(左の緑ランプ)がたまに消える場合  
・前回の電池交換から1年程度経過した場合

**【交換方法】**

1. ACアダプターをコンセントから外します。
2. 電池カバーの上側を手前に引いて外します。
3. 古い電池を外し、すべてのランプが消えたことを確かめます。
4. ACアダプターをコンセントに差し込みます。
5. 新しい単3乾電池(4本)を向きを確かめて入れます。
6. 電池カバーを取付けます。

※ 電池を交換しなかったり、ACアダプターをコンセントに差し込んだまま電池を交換すると正常に動作しなくなります。交換方法に従って1年に1回は交換しましょう。

※ 一部のアパート等ではテレビ用配線から分岐して放送装置を設置しています。この場合は乾電池だけでは動作しませんので、電池を入れしないでください。



■緊急防災放送装置の取付けはお済みですか？

緊急防災放送装置は、災害時の緊急放送や市役所・地域からのお知らせ放送をする音声端末です。通常時はAM・FMラジオも受信できます。

■端末の調子が悪いときや、引越し等で取付け・取外し等が決まりましたら、お早めにお知らせください。

■緊急防災放送装置は皆さんに貸出している機器です。大切にご利用ください。

**【問い合わせ先】** 市情報政策課 ☎31-0644

## 益田市医師会市民公開講座

～大切な命を胃がんから守るために～

胃がんは日本人がん死亡数第2位で、自覚症状の現れにくいがんの一つです。

胃がん予防や治療について適切な情報を理解することで、生活習慣を見直し益田市での胃がん撲滅を実現しましょう。

日 時：3月28日(土) 15:00～16:30

場 所：市立市民学習センター

入場無料

### \*講 演

「大切な命を胃がんから守るために」  
島根県環境保健公社 総合健診センター  
足立 経一 先生

### \*益田市の取組

「地域で取組むがん予防 ～正しく食して  
適度な運動 健康で豊かなとよか(輪)～」

【問い合わせ先】 益田市医師会 ☎ 31-0545

## 「はぴこ交流サロン」 益田会場

今月の開催

毎月第2土曜日に、結婚を望む独身男女の相談に応じ、出会いのきっかけづくりをお手伝いする「はぴこ交流サロン」益田会場を開催しています。結婚を望む独身男女であれば無料で相談や情報提供を受けることができますので、お気軽にお越しください。

※「はぴこ」とは、「島根はっぴいこーでいねーたー」の愛称で、独身男女の縁結びを応援するボランティアです。

### 今月の開催日時

日 3月14日(土)

・昼の部 10:00～12:00

・夜の部 18:00～20:00

場 市立保健センター2階

多目的室

（駅前ビルEAGGA内）

♥問い合わせ・ご予約先

益田・吉賀・津和野はぴこ会  
（事務局：金本哲也）

☎ 090・7542・7554

※事前予約の方を優先とさせていただきます。

※市ホームページにも掲載しています。

## 多田神楽保存会 神楽衣装を整備

多田神楽保存会は、この度宝くじ助成事業により、演目「夜刀」の神楽衣装を新調しました。

新調した神楽衣装を地域内の祭りで披露し、これまで以上に魅力ある舞いを演じることができ、地域内へのPRができました。また、山口県など県外の公演においても使用し、他地域へ同会の石見神楽をPRすることができました。

神楽衣装が新調されたことによって、同保存会の後継者確保、育成を図るために地域の子どもたちを勧誘しながら、石見神楽の伝統継承活動にも力を入れました。その結果、新たに保育園児や小学生の参加があり、総勢15名で子ども神楽の披露（秋祭り）を実施することができました。

今後も石見神楽を通じて、地域コミュニティの向上や活動への貢献と地域の活性化に貢献していきます。

\*この事業は宝くじの助成で実施しました\*

【問い合わせ先】 市人口拡大課 ☎ 31-0600



### 図書寄贈

ありがとうございました

◆市内小中学校へ図書寄贈  
・益田木鶏クラブ 様

問 市教育総務課

☎ 31・0441



寄付金をいただき

ありがとうございました

◆福祉に対して

・遠田町 福原 茲江 様

問 市生活福祉課

☎ 31・0664

◆市奨学金に対して

・一般社団法人 茶道裏千家  
淡交会 石見青年部 様  
・年忘れ益田市民余芸大会  
事務局 様

「あなたの善意が地域の若者を育てます！」

市奨学金は寄付で運営されています。将来の人材を育成するためにも、皆さんのご協力をお願いします。

問 市教育総務課

☎ 31・0441

※金額は省略させていただきます。

<b>22</b> ●映画鑑賞会 13:00～ 浦和競馬	<b>23</b> 浦和競馬 ●ひとり親家庭法律相談(いわみーる)13:30～15:30(前日までに要予約 ☎0852-32-5920) ●出張年金相談 10:00～15:00 ●トップ20 G・G大会 休館 子 や	<b>24</b> 浦和競馬 ●ひとり親家庭法律相談(いわみーる)13:30～15:30(前日までに要予約 ☎0852-32-5920) ●出張年金相談 10:00～15:00 ●トップ20 G・G大会 休館 雪 歴 図	<b>25</b> 浦和競馬 ●心配ごと相談(美都総合支所)10:00～12:00 ●心配ごと相談(美都総合支所)10:00～12:00 休館 湯	<b>26</b> 浦和競馬 ●交通事故相談 役 9:00～15:00(要予約 ☎19迄 島根県交通事故相談所 ☎0852-22-5102) ※予約がある場合に開設 ●行政相談 市 10:00～12:00 ●手話による年金相談(浜田年金事務所) 13:00～16:00	<b>27</b> 浦和競馬 ●石見法律相談センター無料相談 10:00～15:40(要予約 ☎0855-22-4514) ●老人母子相談 10:00～15:00 夜神楽 19:30～20:50 保 鐘馗・大蛇(匹見神楽社中)	<b>28</b> ●トップ10 G・G大会 ●おはなし会 14:00～ ●子ども映写会 15:00～ 4
<b>29</b> 休館 子 や	<b>30</b> 川崎ナイター 休館 子 や	<b>31</b> 川崎ナイター 休館 雪 歴 図	<b>1</b> 川崎ナイター 休館 湯	<b>2</b> 萩・石見 東京 空港情報 3月1日～28日の時刻表 東京 11:00 → 12:45 13:50 → 15:15 16:20 → 18:05 18:45 → 20:10	<b>3</b> 萩・石見 東京 空港情報 3月29日～の時刻表 東京 10:55 → 12:30 13:30 → 15:00 16:00 → 17:35 18:20 → 19:50	<b>4</b> 萩・石見 東京 空港情報 3月29日～の時刻表 東京 10:55 → 12:30 13:30 → 15:00 16:00 → 17:35 18:20 → 19:50

※発着時間等はお断りなしに変更される場合がありますので、事前の確認をお願いします。  
 ※混み合いますので、お早めに空港にお越しください。定時出発にご協力をお願いします。

【問い合わせ先】 萩・石見空港利用拡大促進協議会事務局 ☎23-0990

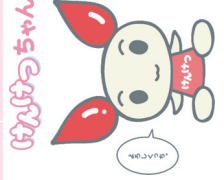
- 役 市役所 市市民学習センター 総合福祉センター 人権センター 商 商工会議所 子育て支援センター いこいの家 保健センター(益田駅前ビルEAGA) 図書館 グラントフ
- 雪 雪舟の郷記念館 歴史民俗資料館 や 匹見峡温泉 湯 美都温泉 益田場外売所 陸 陸上競技場 サ サッカー場 自 自由広場 体 市民体育館 庭 庭球場 ひ ひだまりパークみと

### 3月の献血

中国電力(株)益田営業所	あけぼの本町	9:00～11:00
株式会社ひょうま 本社	高津七丁目	12:00～13:00
中国電力(株)益田電力所	幸町	14:30～16:20

★400mL献血の採血基準  
 年齢 男性:17歳～69歳  
 女性:18歳～69歳

※詳しい内容については、問い合わせください。



【問い合わせ先】  
 島根県赤十字血液センター 益田出張所 ☎23-5451  
 ※「広報ますだ」から抜き取ってご利用ください

### 休日診療場所

内科・小児科 9:00～12:30		当番薬局	
1日(日)	休日応急診療所 ☎ 31-4199	調剤薬局オオバ	☎23-0020
8日(日)	金島胃腸科外科 ☎22-2345	高津オオバ薬局	☎31-0418
15日(日)	休日応急診療所 ☎ 31-4199	あおい薬局	☎31-1951
21日(土・祝)	能美小児科医院 ☎24-2886	なかのしま薬局	☎24-2820
22日(日)	中島こどもクリニック ☎24-8521	能美薬局	☎22-0802
29日(日)	平野医院 ☎22-0998	なのはな薬局	☎31-0229

★受診の際は必ず事前に電話で連絡をしてください!

※休日応急診療所は、EAGA2階 市立保健センター内にあります。

★持参するもの:保険証、医療費助成の受給者証、使っているお薬が分かるもの、診療代

★診療場所・当番薬局は直前に変更になる場合がありますので、

「ますだ健康ダイヤル24」(フリーダイヤル 0120-506-103)でご確認ください。



### 健康相談

二条地区	
10:00～11:30	ほたる会館
13:30～15:00	楽友館
10:00～11:30	宮ヶ迫集会所
13:30～15:00	二条地区振興センター

※健康手帳があればご持参ください

### ★ますだ健康ダイヤル24

フリーダイヤル 0120-506-103

◎ご利用方法:電話がつながりましたら、お名前・年齢を教えてください。医師・保健師・看護師等が健康相談などに応じます。  
 (24時間年中無休)



# 又ますだ 3月カレンダー

平成27年  
3 March

◆今月は固定資産税(4期)、国民健康保険税(9期・10期)の納付月です。期限内完納にご協力ください。

SUN 日	MON 月	TUE 火	WED 水	THU 木	FRI 金	SAT 土
<p><b>1</b> ノーマイカーデー 交通安全県民の日</p>	<p><b>2</b> 川崎競馬場 ●おはなし会 10:00~15:00 ●弁護士による無料法律相談 (要予約 ☎31-0412)</p>	<p><b>3</b> 川崎競馬場 ●おはなし会 10:30~ ●とどらあぐるうぶ ひなまつり コンサート 10:30~</p>	<p><b>4</b> 川崎競馬場 ●行政相談 10:00~12:00</p>	<p><b>5</b> 川崎競馬場 ●行政相談 10:00~16:00</p>	<p><b>6</b> 川崎競馬場 ●おはなし会 14:00~ ●子ども映写会 15:00~</p>	<p><b>7</b> ●おはなし会 14:00~ ●子ども映写会 15:00~</p>
<p><b>8</b> ★益田市駅伝競走大会 (万葉公園周辺) ●映画鑑賞会 13:00~</p>	<p><b>9</b> 船橋競馬場 ●無料なんでも女性相談「リンク・ベル」 13:30~15:00 (要予約 3/2~6 10:00~17:00 ☎31-1690 石西ひまわり基金法律事務所) 当日受付可 ●こころの相談(益田保健所) 13:00~15:00 (要予約 ☎31-9545) 2歳児歯科健診 保</p>	<p><b>10</b> 船橋競馬場 ●移動経営相談(小野地区振興センター) 9:30~11:00 (要予約 ☎22-0088) ●ひとり親家庭巡回就業相談 保 11:00~15:00 (前日までに要予約 ☎31-0243) ●定例経営相談 13:30~15:00 (要予約 ☎22-0088)</p>	<p><b>11</b> 船橋競馬場 ●ひとり親家庭巡回就業相談 保 11:00~15:00 (前日までに要予約 ☎31-0243) ●定例経営相談 13:30~15:00 (要予約 ☎22-0088)</p>	<p><b>12</b> 船橋競馬場 ●移動ナーズバンク(ハローワーク益田) 13:00~16:00</p>	<p><b>13</b> 船橋競馬場 ●ふれあい福祉・老人母子相談 10:00~15:00 総 ●無料法律相談 13:00~15:00 (要予約 ☎22-7256) ●月例杯G・G大会</p>	<p><b>14</b> ●おはなし会 14:00~ ●子ども映写会 15:00~ ●弁護士による無料法律相談(益田ひまわり基金法律事務所) 10:00~15:00 (要予約 ☎31-0412)</p>
<p><b>15</b> しまね家庭の日 ★ファミリー・サポート・センター説明会</p>	<p><b>16</b> 大井ナイター ●市県民税・所得税・贈与税申告締切 ●心配ごと相談 9:00~12:00</p>	<p><b>17</b> 大井ナイター ●映画鑑賞会 13:00~ ●子育て支援サークルとどらあぐるうぶの日 10:30~ ●移動経営相談(安田地区振興センター) 9:30~11:00 (要予約 ☎22-0088) 1歳 6カ月児健診 保</p>	<p><b>18</b> 大井ナイター ●心配ごと相談(匹見下公民館) 9:00~11:30</p>	<p><b>19</b> 大井ナイター ●司法書士・行政書士無料法律相談 13:00~17:00 (要予約 ☎0120-114-234)</p>	<p><b>20</b> 大井ナイター ノーマイカーデー ●石見法律相談センター無料相談 10:00~15:40 (要予約 ☎0855-22-4514) ●ブランドチャンピオン大会</p>	<p><b>21</b> 春分の日 ●おはなし会 14:00~ ●子ども映写会 15:00~</p>
	<p>夜神楽 19:30~20:50 保 天神・鐘道(種神楽保存会)</p>	<p>夜神楽 19:30~20:50 保 十羅・大蛇(松原神楽社中・浜田)</p>	<p>夜神楽 19:30~20:50 保 十羅・大蛇(松原神楽社中・浜田)</p>	<p>夜神楽 19:30~20:50 保 十羅・大蛇(松原神楽社中・浜田)</p>	<p>夜神楽 19:30~20:50 保 十羅・大蛇(松原神楽社中・浜田)</p>	<p>夜神楽 19:30~20:50 保 十羅・大蛇(松原神楽社中・浜田)</p>

# 益田市民スポーツ・文化教室

**参加者  
募集中!**

- ★参加者が少ない場合は開講しない場合もございますので、予めご了承ください。
- ★3月1日より受付を開始しています。
- ★申込み・問い合わせ先：市民体育館（☎23-6283）

**参加料：3,000円（20回分）**

体操・バスケットボールは2,000円（14回分）

少年・少女合気道は1,500円（20回分）

※各地域でのスポーツ活動をサポートする出前教室受付中です。

## 少年・少女合気道教室

4/8(水) 19:00～  
対象：小学5年～中学生  
場所：柔剣道場



## ジュニア教室

### わくわくスポーツ教室

5/9(土) 9:00～  
対象：5歳～小学2年  
場所：体育館他



### バスケットボール教室

5/9(土) 14:00～  
対象：5歳～小学3年  
場所：体育館



### テニス3・4年生教室

5/9(土) 11:00～  
対象：小学3・4年  
場所：体育館



### ソフトテニス教室

5/9(土) 9:00～  
対象：5歳～小学6年  
場所：テニスコート



### 体操教室

5/9(土) 14:00～  
対象：小・中学生  
場所：体育館



## 文化教室

参加料：3,000円（10回分）

### 切り絵教室

4/8(水) 10:00～  
対象：一般  
場所：小会議室



### 手芸教室

4/9(木) 10:00～  
対象：一般  
場所：小会議室



### 絵画教室

4/10(金) 13:30～  
対象：一般  
場所：小会議室



### ペン・毛筆教室

4/8(水) 10:00～  
対象：一般  
場所：小会議室



## スポーツ教室 参加料：3,000円（10回分）

### お昼の教室

#### 昼のエアロピクス教室

4/13(月) 13:30～  
対象：一般  
場所：柔剣道場



#### ピラティス中級教室

4/14(火) 10:00～  
対象：一般  
場所：柔剣道場



#### ピラティス初級教室

4/14(火) 14:30～  
対象：一般  
場所：柔剣道場



#### 夜のエアロピクス教室

4/14(火) 19:15～  
対象：一般  
場所：柔剣道場



#### 夜のヨガ教室

4/8(水) 20:15～  
対象：中学生～一般  
場所：柔剣道場



#### 昼のヨガ初級教室

4/8(水) 13:30～  
対象：一般  
場所：柔剣道場



#### 昼のヨガ中級教室

4/9(木) 13:30～  
対象：一般  
場所：柔剣道場



#### 健康体操教室

4/17(金) 10:00～  
対象：一般  
場所：柔剣道場



#### フラダンス教室

4/10(金) 20:00～  
対象：小学生～一般  
場所：大会議室



#### 弓道教室

4/8(水) 19:00～  
対象：中学生～一般  
場所：弓道場



#### フォークダンス教室

4/18(土) 10:00～  
対象：一般  
場所：卓球室



#### 気功・太極拳教室

4/11(土) 14:00～  
対象：一般  
場所：大会議室



#### 初中級テニス教室

4/8(水) 9:30～  
対象：一般  
場所：テニスコート



#### バドミントン教室

4/8(水) 19:30～  
対象：小学生～一般  
場所：体育館



#### 卓球教室

4/9(木) 19:00～  
対象：小学生～一般  
場所：体育館



#### 昼のスポンジテニス教室

4/9(木) 9:30～  
対象：一般  
場所：体育館



#### 昼の初級テニス教室

4/10(金) 9:30～  
対象：一般  
場所：テニスコート



#### 初めてのテニス教室

5/9(土) 13:00～  
対象：小学5年～一般  
場所：テニスコート



#### 夜の初級テニス教室

4/9(木) 19:00～  
対象：一般  
場所：テニスコート



#### 夜のスポンジテニス教室

4/10(金) 19:00～  
対象：一般  
場所：体育館



#### ふれあいソフトテニス教室

5/9(土) 13:30～  
対象：親子・高校生以上  
場所：テニスコート

#### ユニカール教室

4/13(月) 10:00～  
対象：一般  
場所：体育館



#### グラウンドゴルフ教室

5/26(火) 9:30～  
対象：一般  
場所：陸上競技場



#### 夜の初中級テニス教室

4/18(土) 19:00～  
対象：学生～一般  
場所：テニスコート



#### 車いすバスケ教室

4/11(土) 18:00～  
対象：中学生～一般  
場所：体育館



# 平成 27 年度前期

新たなチャレンジ!  
応援します!!

右ページの教室



## ぜ～んぶ

# 体験無料



下記の期間で、右ページの教室の曜日・時間に、すべての教室を好きなだけ体験できます!

※無料体験期間中の各教室は1回開催となります。

無料期間：3月9日(月)～3月14日(土)

※一部日程変更あり

3月17日(火) …… ピラティス

3月28日(土) …… フォークダンス・気功太極拳・キッズミニバスケ・体操

※場所の変更

グラウンドゴルフ …… 小球技場

テニス3、4年生 …… テニスコート

期間を確認してネ!

参加資格：教室に参加されたことの無い方、はじめての方と同伴の経験者

※教室参加経験者でも実際に参加されている教室以外は全部無料で参加頂けます。

参加申込：益田運動公園市民体育館窓口

参加締切：各種目開催日2日前の17時まで

準備品：運動できる服装・飲み物・室内スポーツはスポーツシューズ



～新たなチャレンジ! 頑張るあなたを応援します!～

**お得情報!**

平成27年

**3月28日(土)**

限定!

**9時~12時**

市民体育館 アリーナ

# 無 料 開 放

・スポンジテニス ・卓球  
・バドミントン  
・ニュースポーツ の4つ♪

**家族・友達で  
ぜひ利用してね!**  
(指導者も付くよ♪)

※占用利用はできませんので、みんなで仲良く使ってください♪  
詳しくは益田運動公園 市民体育館 (23-6283) まで

## スポーツ安全保険に加入しましょう

申込受付は  
3月1日~

スポーツ活動、文化・ボランティア活動、地域活動などを行う際の事故や第三者に与えた損害を補償する保険です。5人以上のグループが対象です。

傷害保険	急激で偶然な外来の事故により被った傷害による死亡、後遺障害、入院、手術、通院を補償します。
賠償責任保険	他人にケガをさせたり、他人の物を壊したことにより、法律上の損害賠償責任を負うことによって被った損害を補償します。
突然死葬祭費用保険	突然死(急性心不全、脳内出血などによる死亡)に対しその親族が負担した葬祭費用について、180万円を限度として給付します。

あん

# スポ安くん



心配なくて大丈夫!  
頼りになります!

いざというときしっかりサポート!

※詳細は市ホームページ(社会教育課)で確認いただくか、下記に問い合わせください。  
(問い合わせ先) スポーツ安全協会島根県支部 ☎ 0852-21-5388



広告

## ★ 会社を退職されたときは国民年金の届出が必要です

会社を退職されると国民年金の加入は自分で手続きをしなければいけません。退職者に扶養されていた配偶者も同じ手続きが必要になります。ただし、20歳未満、60歳以上の方は国民年金の手続きは不要です。

※ 60歳以上の方でも受給資格期間が足りない方や、老齢基礎年金を満額に近づけたい方は国民年金に任意加入できます。

こんなとき	手続き	届出先	必要なもの
厚生年金や共済組合等に加入していた会社を退職した	国民年金1号被保険者の【資格取得届】が必要です	市保険課 (6番窓口)、 各総合支所 住民福祉課	<ul style="list-style-type: none"> <li>退職日が確認できる書類(離職票、社会保険資格喪失証明書等、公務員の方は辞令書)</li> <li>年金手帳 ・ 印鑑</li> </ul>
配偶者が厚生年金や共済組合等に加入していた会社を退職した(配偶者に扶養されていた方)	国民年金1号被保険者への【種別変更届】が必要です		
失業等により国民年金保険料を納めることが経済的に難しい	申請により保険料の納付が免除される制度があります		<ul style="list-style-type: none"> <li>「雇用保険被保険者離職票」や「雇用保険受給資格者証」等の公的機関の証明書の写し(公務員の方は辞令書)</li> <li>年金手帳 ・ 印鑑</li> </ul>
退職して厚生年金や共済組合等に加入している配偶者に扶養されるようになった	配偶者の勤務先での手続きが必要になります	配偶者の勤務先	配偶者の勤務先にご確認ください

### 〈 浜田年金事務所 出張年金相談 〉

相談日 **3月24日(火)** 毎月第4火曜日  
 相談場所 市立市民学習センター 103 研修室  
 相談時間 10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 15:00  
 予約不要 当日先着順 受付 15:00 まで  
 ※お客様が多い場合は、午前中受付の方でも午後からの相談となる場合があります。

### 〈 浜田年金事務所 手話による年金相談 〉

相談日 **3月26日(木)** 毎月第4木曜日  
 相談場所 浜田年金事務所  
 相談時間 13:00 ~ 16:00  
 問い合わせ先 浜田年金事務所  
 FAX: 0855-23-0442  
 TEL: 0855-22-0670

〈予約不要〉  
当日先着順

※年金相談には、ご夫婦双方の年金手帳、年金証書、履歴書、印鑑などをご持参ください。代理の方の場合には、委任状と、代理の方の本人確認ができる身分証明書(運転免許証等)、ご本人様の認印(請求書を提出する場合)が必要です。

																				やみおく																	
																				の受付分																	
																				1月31日まで																	
木部町	津田町	津田町	遠田町	遠田町	須子町	高津六丁目	高津五丁目	高津四丁目	高津四丁目	高津二丁目	乙吉町	下本郷町	下本郷町	久城町	久城町	中島町	中島町	中島町	赤城町	水分町	水分町	多田町	東町	東町	三宅町	幸町	増野	君恵さん									
田原	島田	澤江	田中	村上	新開	篠原	竹江	藤本	和田	佐々井	高橋	福原	藤井	三浦	村田	吉村	又賀	波田地	丸川	原田	篠原	岡本	城市	水元	岩田	増野	君恵さん	君恵さん									
哲朗さん	宏利さん	京治さん	豊さん	里美さん	照子さん	潔さん	修造さん	幸子さん	朋寧さん	巴さん	拓朗さん	一美さん	文子さん	タマヨさん	正子さん	善市さん	キクヨさん	勝さん	ヒメさん	敏子さん	勝さん	清信さん	智さん	静江さん	一市さん	増野	君恵さん	君恵さん									
86	76	58	77	85	73	94	53	83	75	90	79	85	93	86	91	86	82	91	77	76	83	83	79	84	89	93											
																				大草町	原田	サミさん															
																				大谷町	川本	壽美子さん															
																				波田町	田中	敏さん															
																				下波田町	宮川	チエノさん															
																				長沢町	澄川	武子さん															
																				向横田町	椋木	惇さん															
																				有田町	北野	武美さん															
																				飯浦町	角田	宣尚さん															
																				戸田町	中島	壽子さん															
																				白上町	中島	達さん															
																				白上町	領家	桂子さん															
																				美都町宇津川	児高	久夫さん															
																				美都町宇津川	領家	房夫さん															
																				美都町山本	梶谷	竹子さん															
																				美都町山本	梶谷	モヨさん															
																				匹見町紙祖	渡邊	誠さん															
																				匹見町紙祖	溝田	春夫さん															
																				匹見町道川	大谷	糸枝さん															
																				大谷	大谷	糸枝さん															
																				93	90	80	94	97	84	92	53	84	79	77	85	86	87	92	87	91	88

※親族の方の承諾を得たもののみ掲載しています。



## お手元に平成 26 年度がん検診無料クーポン券は 眠っていませんか？

- ※男性特有のがん検診（P S A 検査）、子宮頸がん検診については、  
使用期限は3月31日(火)までです。
- ※乳がん検査は、3月8日(日)が最終日です。すでに予約がいっぱい  
となっています。ご了承ください。
- ※大腸がん検診は終了しました。



### 問い合わせ先

市立保健センター (FAX)23-7134)  
 健康増進課 ☎31-0214  
 子育て支援課 ☎31-0243  
 地域医療対策室 ☎31-0213  
 美都総合支所 住民福祉課 ☎52-2312  
 匹見総合支所 住民福祉課 ☎56-0302  
 メールアドレス  
 hoken-center@city.masuda.lg.jp



あのNHK長寿番組  
「ためしてガッテン」  
元ディレクターが益田に  
やって来る！



<主催：健康ますだ市 21 推進協議会>  
～ 市民公開講演会 ～

必ず  
ガッテン・ガッテン・ガッテン  
できる講演会！

## 『ためしてガッテン流

## 健康づくりはこうすりゃ簡単!!』

入場無料  
申込不要

元NHK「ためしてガッテン」専任ディレクター  
北折 一（きたおり はじめ）氏

日時：3月15日(日) 13:30～15:30 (受付開始時間 13:00～)  
 場所：(株)ジュンテンドー研修センター ジャストホール (遠田町 2179-1)  
 内容：



「健康づくり」って大変そうだし、  
めんどくさい



三日坊主で続かない



一人でやっても・・・

・・・そんな悩みを“ガッテン！ガッテン！ガッテン！”とすっきり解決してみませんか。  
 今日からすぐできる！健康づくりのきっかけを探しに来てください。

【問い合わせ先】 健康ますだ市 21 推進協議会 事務局  
 市健康増進課 ☎ 31-0214 市子育て支援課 ☎ 31-0243

# 『愛し、愛され弁当』 コンテスト選考結果発表！

～家族・恋人・友人・・・大切な人の笑顔のために～

弁当コンテストに多数応募していただき、ありがとうございました。学生部門 78 作品、一般部門 19 作品の応募より、11 月 30 日(日)健康ますだ市 21 フェスティバルにおいて、市民による投票の結果、次の各 5 作品『愛し、愛され弁当』が選ばれました。いろいろな所で周知し、今後の活動に活かしていきます。

～選考作品は、3 月末まで市立保健センターに写真を掲示しています。ぜひ見に来てください。～

## 【学生部門】



### おじいちゃん大好き賞

「じいちゃんへの弁当」  
西南中 3年 豊田 亮 さん



いつも稲作などをおしえてくれるおじいちゃんのために作ったそうです。卵焼きのハートからも感謝の気持ちが伝わってきますね。



### 親子仲良し賞

「シンプル弁当」  
真砂小 3年 山縣 駿太郎 さん



お母さんと一緒に役割分担をして作ったそうです。食材は、ほとんど地元で採れた野菜を使用し、おにぎりやおかずも工夫していますね。



### かわいい賞

「スヌーピー弁当」  
美都中 3年 佐々田 真奈 さん



家族みんなが大好きというスヌーピーのキャラクター弁当。食べるのがもったいないくらい上手にできていますね。



### おもいやり賞

「彩り愛情弁当」  
美都中 2年 斎藤 雄大 さん



家族の事を思いながら作ったそうです。彩りもきれいで、スパイスである愛情もたっぷりですね。



### 元気いっぱい賞

「具たくさん弁当」  
美都中 2年 澄川 葵 さん



彩りを意識しながら作ったそうです。とてもきれいで、いろんな調理の仕方で作っていますね。

### 誰かのために作る・・・♡

『何を入れたら相手が喜ぶのか』いろいろ考えてしまいますよね。

まさに『愛』は『胃袋で感じる』ものなのです。これからも周りの人、自分自身も愛情たっぷり弁当で毎日笑顔に！！

愛し愛され  
弁当でした♡

【一般部門】

愛し愛され賞

「毎日ありがとう弁当」  
三浦 弘恵 さん



毎日変わり映えしないお弁当でも、いつも残さず食べてくれる旦那様のために、感謝の気持ちを込めて作ったそうです。彩りや栄養のバランスもバッチリですね。

親思い賞

「敬老弁当」  
斎藤 良子 さん



実母・姑さんのお二人が同時に入退院をされ、そのお祝いを兼ね敬老の日に「健康・長生き」を祈って5時間かけて作ったそうです。お二人のお母さんの笑顔が目に見えますね。

おばあちゃんありがとう賞

「リラックマ弁当」  
大畑 みゆき さん



お孫さんの遠足の日、仕事で不在のお母さんにかわって作ったおばあちゃんの作品です。お孫さんが、フタを開けた時の顔を想像しながら作ったそうです。お孫さんへの愛情てんこ盛りですね。

季節が味わえる賞

「秋☆愛情わっぱ弁当」  
熊谷 絵梨 さん



旬の食材を使用し、わっぱ弁当に入れ、和風ながらもカジュアルさを意識して作ったそうです。多くの食材を使用し、きれいに詰め、秋を感じますね。

年内で県外へ出ていく娘さんのために、益田のもの・旬の食材を使用し「ふるさと益田を忘れないで欲しい」という思いで作ったそうです。おかずもヘルシーですね。

ふるさと季節賞

「秋の恵弁当」  
安達 静子 さん



食育コーナー

地域における食育推進事業について



益田市食育推進  
キャラクターまろピー

今年度益田市食育推進会議では、吉田地区、真砂地区、道川地区、鎌手地区、中西地区の5地区で日本型食生活の普及促進を目的に食育事業を行いました。地区という身近な場所で食育活動を行うことにより、より地域に根差した取組をすすめています。

今年度のその活動の一部を紹介します。吉田地区では益田中学校の3年生を対象に市内保育園の栄養士を講師に迎え、「幼児のおやつづくりから「食」を学ぶ」をテーマに行いました。普段園児が食べているおやつを紹介やおやつの意義等についての講演の後、実際に保育園で食べられているおにぎりとおみそ汁をみんなで作り、食べました。

参加した生徒からは「おやつに対するイメージが変わった」、「おやつはお菓子ではないことが分かった」などの感想があり、自分たちの食生活を振り返るよい機会になったようです。

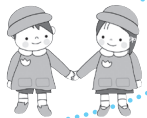
主食のごはんを中心に、旬の食材を使った主菜（魚や肉などのおかず）と副菜（野菜や海藻類などのおかず）をバランスよく組み合わせた食生活を「日本型食生活」といいます。自分の食生活を振り返ってみましょう。





\*\* お子さまの予防接種についての大切なお知らせです \*\*

年長児のみなさん、  
麻しん風しん<2期>の  
予防接種はお済みですか？



小学校6年生のみなさん、  
二種混合の予防接種は  
お済みですか？



## 麻しん風しん<2期>・二種混合予防接種について

今年度の定期予防接種の期間は、**3月31日(火)**までです！この時期を逃すと任意接種となり、全額自己負担となります。母子手帳を確認し、接種がまだの方は期間内に接種しましょう。

種 類	平成 26 年度の対象者	接種回数
麻しん風しん <2期>	年長児 (平成 20 年 4 月 2 日～平成 21 年 4 月 1 日生まれ)	1 回
二種混合	小学校6年生 (平成 14 年 4 月 2 日～平成 15 年 4 月 1 日生まれ)	1 回

※接種の際には、すでに通知しています予防接種券が必要です。なくされた方は下記問い合わせ先までご連絡ください。



## 水痘 (みずぼうそう) 予防接種の対象者について

平成 26 年 10 月より、水痘予防接種が定期接種化されています。経過措置が 3 月 31 日で終了するため、対象者は下記のとおりとなります。3 歳以上 5 歳未満のお子さまは早めに接種しましょう。

<平成 27 年 3 月 31 日まで>  
1 歳以上 3 歳未満 (2 回接種)  
3 歳以上 5 歳未満 (1 回接種)



<平成 27 年 4 月 1 日以降>  
1 歳以上 3 歳未満 (2 回接種)

～以下の方は定期接種の対象にはなりません～

- ①すでに水痘にかかったことがあるお子さま
- ②任意接種として、必要な回数分の水痘ワクチンを接種したことがあるお子さま

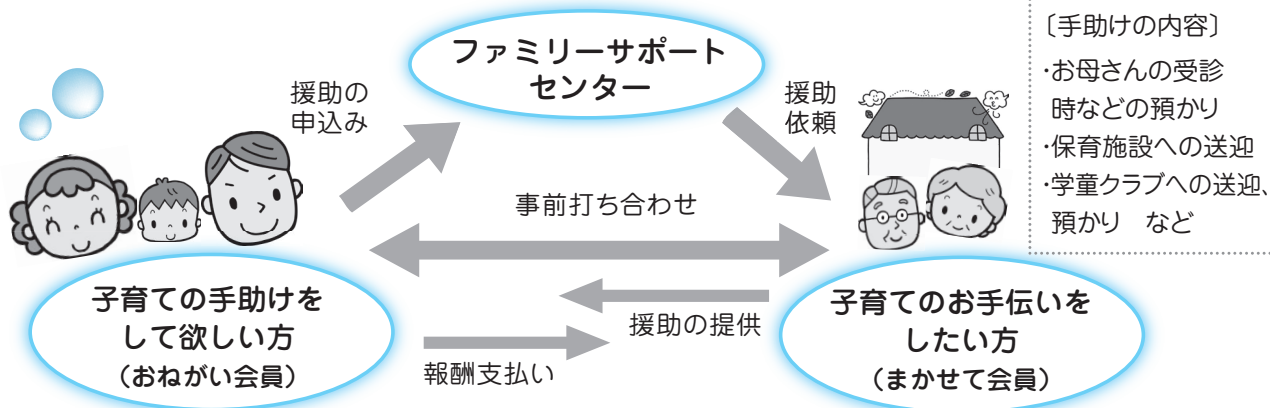
【予防接種に関する問い合わせ先】  
市子育て支援課 ☎ 31-0243

子育て応援します！

## ますだファミリー・サポート・センター



子育ての手助けをして欲しい方(依頼会員)、お手伝いをしたい方(援助会員)が会員登録をして、一時的な子どものお世話を有料で行うシステムです。センターが間に入りお手伝いします。



〈問い合わせ先〉市立子育て支援センター内

ますだファミリー・サポート・センター

〒698-0023 常盤町11-1

☎ 23-0030 FAX 22-2851

### 説明会開催

日時：3月15日(日)10:30～ 場所：市立子育て支援センター(サークル室)

☆どちらの会員についても、詳しいことが知りたい方はお気軽にお越しください！

【島根県芸術文化センター「グラントワ」】

企画展 「HANAЕ MORI HAUTE COUTURE  
森英恵 仕事とスタイル」



森英恵 《筆文字で蝶のカフタドレス》2002年

日本人として世界を舞台に活躍するファッション・デザイナー、森英恵。本展では華やかなオートクチュール作品を中心に、約100点の作品でその仕事とスタイルを紹介する。舞台衣裳や映画衣裳、制服、著作物など、展覧会初出品となる作品も多数展示。

- 日時 4月18日(土)～6月8日(月)  
10:00～18:30 ※展示室への入場は18:00まで
- 休館日 毎週火曜日(ただし5月5日は開館)
- 会場 島根県立石見美術館 展示室D・B
- 観覧料 一般1,000円、大学生600円、小中高生300円

企画展「森英恵 仕事とスタイル」関連イベント

◎トークショー 森英恵 仕事とスタイルを語る

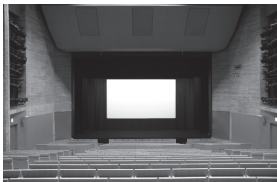
- 日時 4月18日(土)13:30開場/14:00開演(約1時間)
- 会場 グラントワ小ホール/定員400名
- 料金 無料(要整理券)  
※整理券はグラントワ総合案内カウンターにて4月18日(土)10時から配布します。

平成27年度 島根県立石見美術館 主な展覧会

- ◎企画展「澄川喜一」(仮)
  - 会期 7月11日(土)～8月31日(月)
- ◎企画展「祈りの仏像-石見の地より」
  - 会期 9月19日(土)～11月16日(月)
- ◎特別展・開館10周年記念  
「コレクション探訪 ようこそ美人画館へ」
  - 会期 12月19日(土)～2016年2月1日(月)
- ◎企画展「こどもとファッション  
小さな人たちへのまなざしの歴史」
  - 会期 2016年2月27日(土)～4月11日(月)



グラントワシアター 映画はやっぱりスクリーンで!



洋画・邦画・アニメなど、世界各国の多様な映画を上映しています。35ミリ映写機と、デジタルドルビーサラウンドの再生も可能なムービーシアター音響システムにより、画質・音質ともに高品質な映画をお届けします。

◀次回上映日▶ ※上映作品は決定次第HP等でお知らせします。

- 日時 3月28日(土) ①10:00～②14:00～③18:30～
- 会場 グラントワ小ホール ※開場は各30分前
- 料金 前売り 一般1,000円[会員800円]  
※当日券各200円増し  
子ども500円(3歳以上小学6年生以下、当日同料金)

開館10周年!! 多彩なラインナップにご期待ください!!

加山雄三ファイナルホールコンサートツアー  
“若大将EXPO～夢に向かっていま～”

加山雄三、最後の全国ツアー敢行! 47都道府県すべてのファンの皆様に、夢と感謝を歌で届けます!

- 日時 3月22日(日)16:30開場/17:00開演
- 会場 グラントワ大ホール **チケット好評発売中**
- 料金 全席指定7,200円(会員6,800円)  
※未就学児入場不可 ※本公演は無料託児サービスはございません。



《プログラム》 **東京都交響楽団特別演奏会**  
グリーク：ピアノ協奏曲イ短調op.16  
チャイコフスキー：3大バレエ・セレクション  
(井上道義ヴァージョン)

- 日時 3月26日(木)18:00開場/18:30開演
- 会場 グラントワ大ホール
- 料金 S席5,000円[会員4,800円]、大学生以下2,500円  
A席3,000円[会員2,800円]、大学生以下1,500円  
※未就学児入場不可 ※無料託児サービスあり(3/19までに電話申込)

2015年5月2日(土)  
May J. Spring Tour2015(仮)

- 「グラントワ」大ホールで開催! チケット発売日 3月14日(土)
- 17:00開場/18:00開演  
全席指定 前売6,000円/当日6,500円  
※2歳未満入場不可(3歳以上有料)  
※無料託児サービスあり(4月25日(土)までに電話にて申し込み)

グラントワ弦楽合奏団第4回定期演奏会

今回で4回目となる定期演奏会。ゲストなどをお迎えしてより豊かな弦楽の響きをお届けします。

- 日時 3月8日(日)13:30開場/14:00開演
- 会場 グラントワ小ホール
- 料金 無料(要入場整理券/配布中)  
《整理券配布場所》グラントワ総合案内カウンター
- 指揮 加藤幹雄(島根県オーケストラ連絡協議会会長)
- ゲスト 東京アーティスティック合奏団
- 賛助出演 萩弦楽オーケストラ ※3歳以下入場不可

益田糸操り人形グラントワ公演

公演の終了後には、無料体験コーナーも開催します!

- 日時 3月22日(日)13:00開場/13:30開演
- 会場 グラントワ小ホール
- 料金 無料
- 演目 寿三番叟/御所桜堀川夜討 弁慶上使の段 ほか  
※演目は都合により変更になる場合があります。

会員募集

◎◎◎  
い石島  
わ見根  
み美県  
芸術芸  
術館術  
劇ミ文  
場ユ化  
ホーセ  
ージン  
ルアタ  
友ム1  
共会ス  
通ポカ  
ード

一般般  
：：：  
2,3,4,  
000  
000  
000  
円円円

## 【雪舟の郷記念館】

### 企画展「日本画優品展Ⅲ～ Mizube ～」

当館コレクションのうち池や川、湖など、私たちにとても馴染みの深い水辺の風景を描いた作品を展示します。

静寂、悠久、生き生きとした生命力、作者が肌で感じて描いた自然～水辺の景色～をご覧ください。これらの作品は、雪舟顕彰会が収集し当館に寄贈されたものです。



「秋の寒霞溪」 廣本進

- 日時 開催中～4月19日(日)
- 会場 雪舟の郷記念館
- 入館料 一般 300円・小中高 100円  
(20名以上2割引)
- 共催 益田市雪舟顕彰会
- 休館日 火曜日

◆ 雪舟の郷記念館 乙吉町イ 1149 ☎ FAX 24-0500

## 【ふれあいホールみと】

### 文化伝承事業 里の神楽

出演順	社中名称	演目	上演時間	出演予定時間
1	三谷神楽社中	道返し	40分	10:00～10:40
2	丸茂神楽社中	曾我入鹿	45分	10:45～11:30
3	高津神楽社中	鬼住山	40分	11:35～12:15
中入り			35分	
4	岡見神遊座	岩戸	40分	12:50～13:30
5	三谷神楽社中	鈴鹿山	50分	13:35～14:25
6	丸茂神楽社中	大蛇	45分	14:30～15:15

- 日時 3月15日(日) 開場 9:30 開演 10:00
- 会場 ふれあいホールみと
- 入場料 高校生以上 1,000円(当日は1,200円)  
中学生以下 500円(当日も同価格です)  
※未就学児は保護者同伴に限り無料となります

◆ ふれあいホールみと 美都町都茂 1692 ☎ 52-2295

## 【歴史民俗資料館】

### 企画展「第11回 ふるさと写真展／平成26年度寄贈資料展」

歴史民俗資料館では、この一年間に市民の皆さんからお寄せいただいた益田を写した写真(自然、風景、祭り、地域行事、町並み、人々の暮らしなど)を展示公開する「ふるさと写真展」を開催しています。今年度は、昭和40年の町並みを写した写真から平成の地域行事まで数多くの写真が集まりました。また、今年度寄贈された民具などの貴重な資料を「平成26年度寄贈資料展」として初公開しています。ぜひ併せてご覧ください。



「流鏝馬神事」



「昭和40年・吉田地区周辺」

- 日時 開催中～4月6日(月) 9:00～17:00
- 会場 歴史民俗資料館
- 入館料 一般 200円(160円)、高校生以下無料  
※( )内は20名以上団体料金
- 休館日 火曜日

◆ 歴史民俗資料館 本町 6-8 ☎ FAX 23-2635

### 「ひな人形」大募集!

女の子の成長を願って桃の節句に飾られるひな人形。益田では4月3日まで飾られますが、子どもさんが大きくなるにつれ、箱にしまったままになっていませんか?資料館



では、ひな人形を展示する企画展を計画しています。皆様のご家庭に眠っているひな人形を資料館の展示室に飾ってみませんか。ひな人形の種類や大きさは問いません。ご協力いただける方は当館までご連絡ください。お借りしたひな人形は、4月15日(水)から展示公開する予定です。申込みおよび問い合わせは、歴史民俗資料館(23-2635)までお電話ください。

- 日時 4月15日(水)より
- 会場 歴史民俗資料館
- 料金 一般:200円(160円)、高校生以下無料  
※( )内は20名以上団体料金

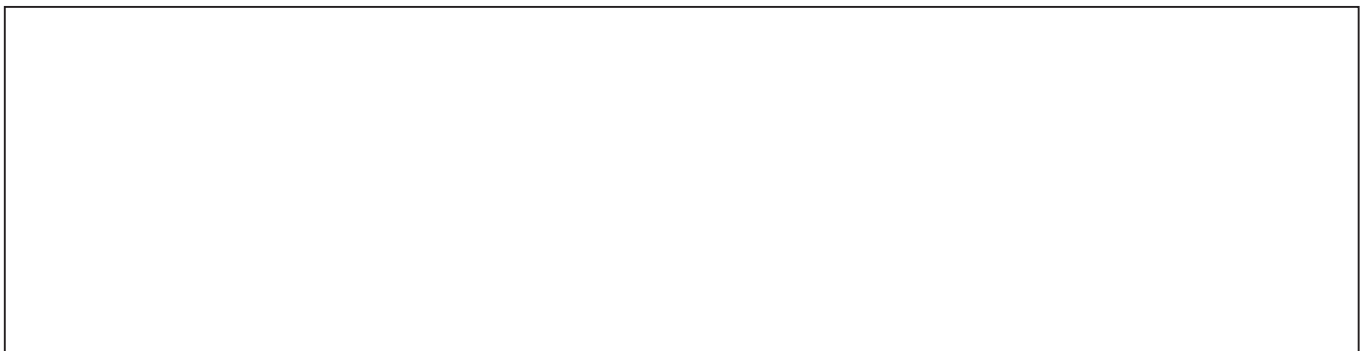
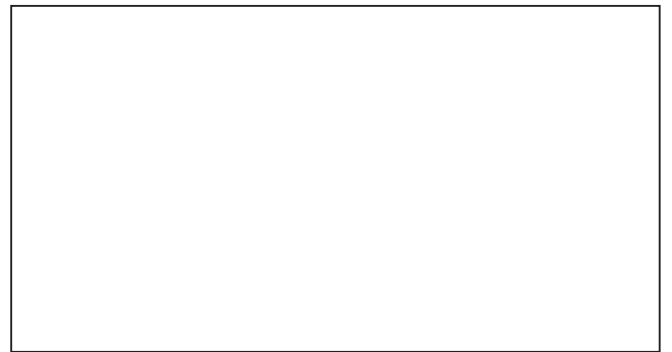
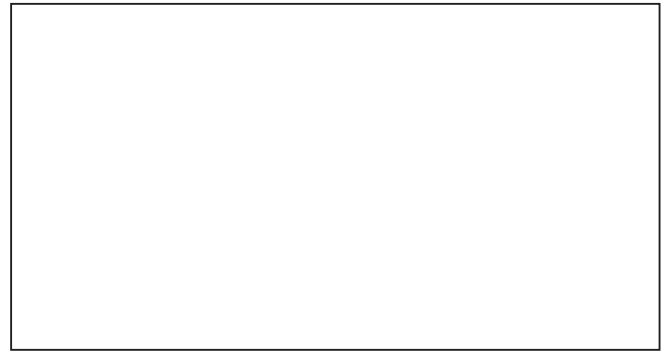
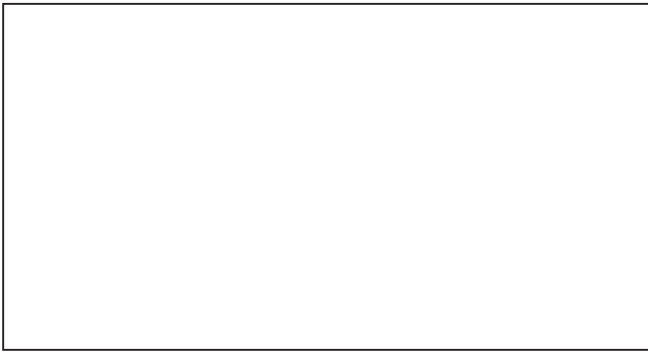
### イベント開催のお知らせ

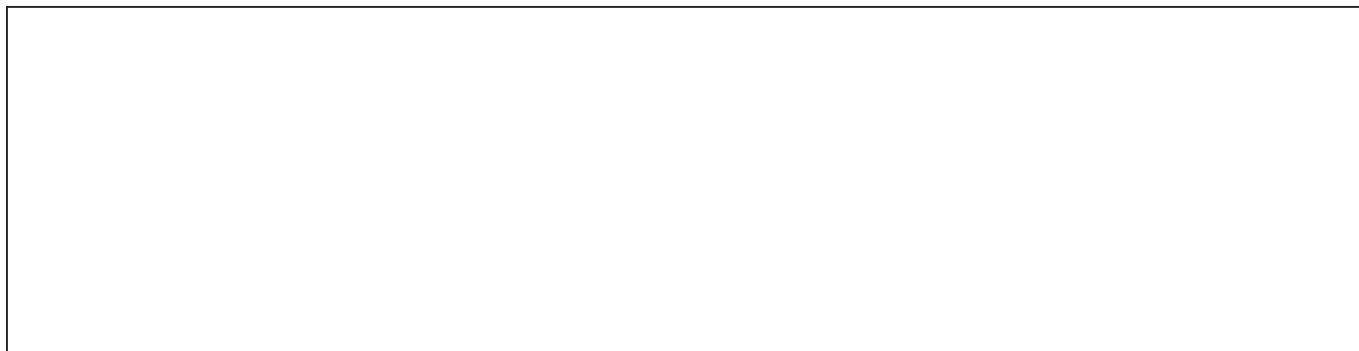
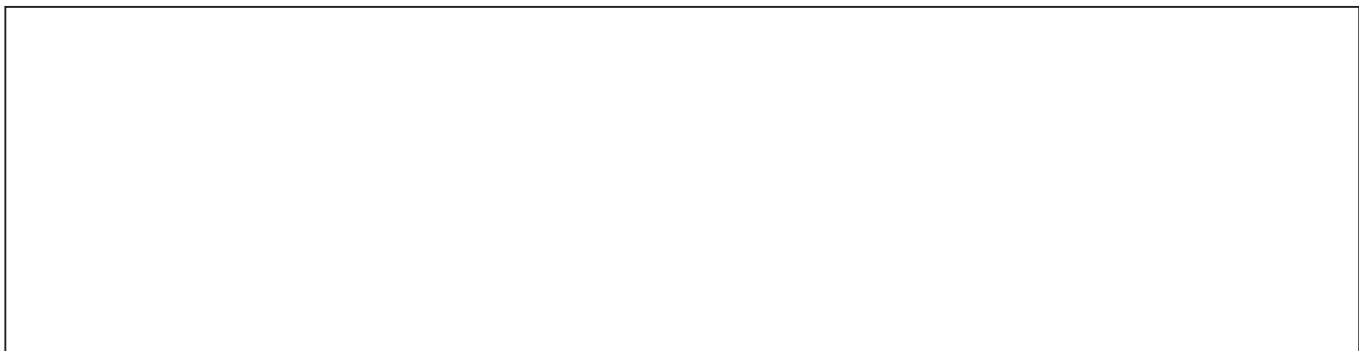
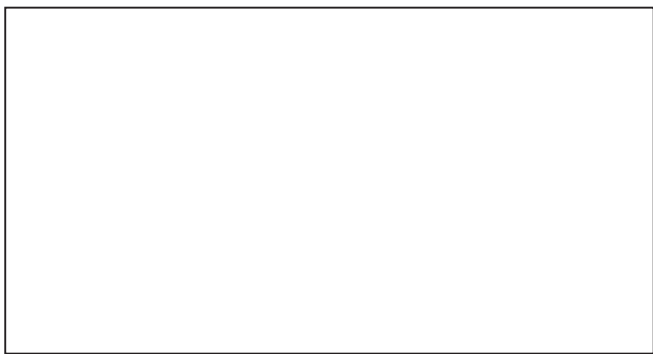
#### 第11回 益田投げコマ選手権大会

- 日時 3月7日(土) 10:00～12:00(受付開始 9:30)
- 会場 益田小学校体育館
- 料金 1人:100円

※年間パスポート「雪舟さん」をお持ちの方は無料









3月15日(日)『再生品家具抽選会』(2月中旬より展示・受付開始)

申込締切: 3/15 午前10時30分 抽選時間: 3/15 午前11時より  
なお、無料の家具も3点用意しています。この家具は当日ジャンケンで勝った方に無料で差し上げます。  
午前10時から「しし汁」の無料配布もあります。

## 3月の体験教室

1日(日)	フージング サンドブラスト	10:00 ~ 11:30 13:00 ~ 15:00
7日(土)	キャンドル作り がま口作り	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00
8日(日)	衣類のリフォーム相談	13:00 ~ 16:00
11日(水)	ペットボトルホルダー	13:00 ~ 16:00
14日(土)	ぞうり作り	10:00 ~ 15:00
21日(土)	紙すき パッチワーク	10:00 ~ 11:30 13:00 ~ 15:30
22日(日)	無添加石けん作り 傘布マイバッグ作り	10:00 ~ 11:30 13:00 ~ 16:00
25日(水)	廃食油石けん作り	13:00 ~ 14:30
28日(土)	EMぼかし作り 衣類のリフォーム相談	10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00
29日(日)	新聞エコバッグ	10:00 ~ 11:30

※事前に電話またはFAXで申込みください。

## ～衣類・古本回収のお知らせ～

益田市リサイクルプラザを中心に活動している環境団体「エコリス倶楽部」では衣類・古本の回収を企画しました。衣類・古本の無償提供をお待ちしています。

持込衣類: 汚れや破れのないもので洗濯済みのもの。子ども服・学生服もOKですが、下着類、スーツはご遠慮ください。

持込古本: 単行本(マンガ含む)、一般書籍(百科事典、雑誌は除く)で破損、落書き等のない物(集まった書籍は後日、古本市を開催し無料で提供する予定です。)

持込期間: 3月15日(日)～4月1日(水)

持込場所: 益田市リサイクルプラザ啓発棟 下波田町490  
9:00～17:00(休館日の火曜日を除く)

【問い合わせ先】 市リサイクルプラザ啓発棟(休館日: 火曜日)  
☎ 26-7474 FAX 26-7475

# こんにちは図書館であ



イメージキャラクター「びんぶん」

## わたしのお気に入りの一冊



### 『ネジと人工衛星』

著: 塩野 米松 文藝春秋

東大阪市の町工場地域は、長引く不況にありながら工場密度日本一の町です。そこで「世界の製品」を供給し、日本の物づくりの原点を守る人達のお話です。人工衛星「まいど一号」という名を記憶されている方もいらっしゃるのではないのでしょうか?

図書館職員

ご存知ですか?

## ★朗読CD／カセットの貸出もしています

1階対面朗読室には文学作品の朗読や落語、講演会などを録音したCDやカセットがあります。対面朗読室で聴くこともできます。ぜひ、ご利用ください。



## 読み語りボランティア募集

絵本が好きで読み語りに興味がある方！  
子どもたちと一緒に楽しいひとときを  
過ごしてみませんか？

### 【おはなし会日時】

第1火曜日 10:30～

第1～第4土曜日 14:00～

### 【場所】 絵本コーナー

図書館では、ボランティアのみなさんによるおはなし会を行っています。未経験者も大歓迎です。お気軽に問い合わせください。



## ★にいな本 特集



平成26年度に美都館・匹見館に入荷した新しい本を展示します。ふだん益田館では目にすることのない本です。新しい本との出会いに、ぜひご覧ください。

【場所】 貸出カウンター前(一般)入口正面(児童)

【期間】 3月1日(日)～30日(月)

『にいな』…石見地方の方言で新しいの意味

問い合わせ先: 市立図書館 ☎ 22-4222 ホームページ: <http://www.library-masuda.jp>

# 3・4月のイベント情報

## 食べて納得椎茸づくり



3月14日(土) 9:30~12:00

椎茸の栽培方法を聞いてほだ木に椎茸菌を植え付けします。



場 所 万葉公園 中央駐車場

参加料 1人 500円(要申込)

持参品 金づち・軍手・雨具(椎茸ドリル(ビット9mm)をお持ちの方はご持参ください)

※参加者は椎茸菌を打ち付けたほだ木を1本お持ち帰り

※地元食材にこだわった豚汁付

【申込み・問い合わせ先】 万葉公園管理センター  
☎22-2133

## ~ 1日神楽三昧DAY ~

参加費用  
無 料

### ★石見神楽ガイド養成講座

石見神楽をもっと知りたい、学びたい、あるいは興味のある方、好きな方など、多くの方のご参加をお待ちしています。

日 時 3月14日(土) 10:30~12:00

場 所 駅前ビル EAGA3階 大ホール

演 題 「石見神楽と神話のふるさと」

講 師 島根県立古代出雲歴史博物館  
主任学芸員 藤原 宏夫 氏

募集期間 3月6日(金)まで

申込方法 市観光交流課にて電話にて申込みください。  
※当日参加可

### ★子ども神楽体験教室

神楽の道具作りや、舞い方指導、神楽衣装試着体験等、数多くの体験ができますので、ぜひご参加ください。

日 時 3月14日(土) 13:00~17:00

場 所 駅前ビル EAGA3階 大ホール  
※13時受付開始

内 容 第一部「作る」13:30~14:50  
第二部「舞う」15:00~16:00  
第三部「観る」16:10~16:45

募集期間 3月6日(金)まで

※期間終了後も定員まで随時受付

募集人数 60名(先着順) ※小学生の方対象

申込方法 専用のチラシに必要事項を記入の上、市観光交流課に申込みください。

【申込み・問い合わせ先】 市観光交流課 ☎31-0331

## レザーポシェット作り教室

3月22日(日) 午前 9:30~12:00(定員20名)  
午後 13:30~16:00(定員20名)

ちょっとしたお出かけにもぴったりの、柔らかいレザーを使ったポシェットを作ります。  
午前と午後の2回開催します。  
ご希望の教室をご予約ください。



場 所 万葉公園管理センター

講 師 雪村 美左 さん

参加料 3,000円(要申込)

持参品 はさみ

※できあがり：高さ23cm 幅23cm まち5cm

【申込み・問い合わせ先】 万葉公園管理センター  
☎22-2133

## 清流苑 桜まつり

4月12日(日) 10:30~14:30

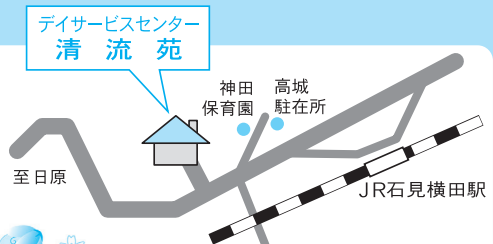
場 所：デイサービスセンター清流苑(神田町)  
テーマ：『地域とともに』

### 《ステージ》

- ・講演会
- ・西益田歌声クラブのコーラス
- ・早乙女会の舞踊
- ・横田神楽社中の神楽
- ・清流苑職員によるお楽しみ企画 など

### 《催し物》

- ・フリーマーケット
- ・介護体験コーナー
- ・神田保育園紹介コーナー
- ・清流苑施設紹介コーナー
- ・屋台(焼き鳥・焼きそばなど)・餅まき



### 【問い合わせ先】

デイサービスセンター清流苑(杉原)  
☎ 31-5037 FAX 31-5038

# プラサ DE ますだん



## 3月生まれ Happy Birthday

【申込み・問い合わせ先】市秘書広報課 ☎ 31-0112 ☎ 23-2456  
✉ hisyo@city.masuda.lg.jp

※音訳・点訳の広報もあります



1歳

そら  
渡邊 空くん

お誕生日おめでとう♪ スクスク大きく育て、心も大きな男になってね!!  
投稿者：父・母



1歳

たかひと  
山根 孝仁くん

元気いっぱい次男坊! これからも笑顔いっぱいすくすく育てね。  
投稿者：父・母



1歳

たけと  
藤原 健翔くん

お誕生日おめでとう! 元気で明るい素直な子に育てね!  
投稿者：じーちゃん・ばーちゃん



1歳

ももか  
嶺田 桃佳ちゃん

お誕生日おめでとう♡ これからもたくさん笑って元気に大きくなってね  
投稿者：母

## ますだん 募集・イベント情報コーナー 掲示板

日とき 場ところ ¥会費・入場料など 定 定員・募集人数  
対 対象 講 講師 他 その他 申 申込み方法など 問 問い合わせ先

### 第11回 益田写真連盟展

～ きらめく益田の海岸と湖沼 ～

日 3月7日(土)～3月12日(木)  
場 キヌヤショッピングセンター 3階 催事場  
¥ 無料  
問 益田写真連盟 会長 吉崎佳慶  
☎ 090-1682-2577



4歳

はせる  
山崎 馳流くん

みんな、はーくんの優しい心が大好き♡ 弟・妹と仲良く元気に育てね☆  
投稿者：父・母



5歳

さき  
野村 咲綺ちゃん

優しく素敵な女の子になってね!  
投稿者：父・母

## 投稿大募集!

「プラサ DE ますだん」へあなたも投稿しませんか?

5月号への掲載申込み期限は  
**3月2日(月)～19日(木)** です!

- ★ 5月生まれのますだん ★ ますだんの輪 (クラブ・サークル紹介)
- ★ ますだん掲示板 (募集やイベント情報)
- ★ ますだ珍百景 (人物以外のおもしろ写真やイラストなど)

【申込み・問い合わせ先】市秘書広報課 ☎ 31-0112  
✉ hisyo@city.masuda.lg.jp

## 編集後記

1月は「行く」、2月は「逃げる」、3月は「去る」という言葉どおり、月日が経つのは早いものでもう3月ですね。日々暖かくなって過ごしやすい季節ですが、一方で黄砂や花粉の飛来に目や鼻、のどがすっきりしない方も多いのではないのでしょうか? 私も毎年この時期になると目薬が手放せません。マスクと眼鏡の完全防備で取材に出かけようと思います。

さて春と言えば「別れと出会いの季節」。卒業・進学・就職など人生における節目の季節でもあります。環境の変化で体調を崩さないよう「こころの健康」にも気配りを忘れずに。  
(みい)

## 市の人口 (1月末現在)

世帯	21,567	世帯 (9)
人口	49,252	人 (△29)
男性	23,183	人 (△15)
女性	26,069	人 (△14)
出生	22	死亡 68
転入	107	転出 92
※ ( ) 内は前月比		
※ 住民基本台帳より		

2015年3月1日発行

※広報ますだんは、市役所(各総合支所含む)、市立保健センター、市立市民学習センター、グラントワにも備えています。

