



# かわらばん



元気！勇気！感動！ごうつ

10年前、不慮の事故により  
10歳でこの世を去った今田春花さん。  
1月2日、同級生とともに  
写真という形で成人式に参加しました。  
姉の絵里花さんは  
「顔は小学生のままなのに、振り袖姿だと  
大人のようにも見えますね」  
と写真にほほ笑みかけました。

## 特集 はるちゃんの成人式





# 大人の一步、踏みだす若者たち

県内市町村のトップを切って、江津市成人式が1月2日、総合市民センターで開催されました。227人の新成人のうち200人が参加し、大人としての一步を踏み出しました。

新成人が生まれたのは、平成6年（1994年）から7年（1995年）。当時は、阪神・淡路大震災や地下鉄サリン事件など歴史的な出来事が起こりました。小学4年生の10月には、江津市と桜江町が合併し、新生江津市が発足。合併前の10年と合併後の10年を経て成長を重ねました。

## 江津市成人式

～1月2日、総合市民センター～

石見智翠館高校出身の土肥可南子さんの演奏で幕を開けた成人式。新成人を代表して永井純平さん（桜江町谷住郷）が山下市長から記念品を受け取り、原田友里さん（黒松町）が「温かく見守り育ててくれた家族や地域の皆さまへの感謝を忘れず、夢に向かって歩んでいきたい」と答辞を述べました。

振り袖やスーツ姿の新成人たちで会場は華やかな雰囲気。記念写真を撮るなどして、新成人たちは再会を喜び合っていました。



写真 1. 新成人を代表して答辞を述べる原田さん。 2.3.6.7.8.9. 晴れ着に身を包んだ友達とは、大人っぽくなっていた。再会した喜びで自然と笑顔が広がる。 4. お祝いの演奏を披露した土肥さん。 5. 山下市長から記念品を受け取る永井さん 10. 司会を務めた坂根奈菜さん（二宮町神主）と岡田弦也さん（都野津町）

## 2 江津市成人式

### 4 特集 はるちゃんの成人式

- 8 所得の申告相談が始まります
- 11 人権啓発作品展入選者
- 12 マイナンバー制度って何ですか？
- 14 健康&すくすく
- 15 言葉の「くすり」
- 16 広報担当のカメラから
- 18 図書館においてよ！

## 19 市政のお知らせ

市有地の売却  
パブリックコメント  
自衛官募集

## 20 情報ポケット

お知らせ  
制度・相談  
募集  
催し  
くらしの広場

- 26 小夏の日本イロハ感想記  
年金だより
- 27 ごうつカレンダー
- 28 蔵出し写真館



桜江小学校の入学式で京子さんと

体を動かすのが大好きな子でした。  
スポ少だけでなく、  
大人に交じってスポーツをすることも。  
おしゃべりで、  
大人と話すときでも  
物おじすることがありませんでした。

～今田春花さんの母・京子さん～

**元気で活発な女の子**  
春花さんは平成7年、今田康明さんと京子さん夫妻の二女として生まれました。小さな頃から元気で活発な女の子。「妹は一回り年齢が離れている私をライバル視していたんです。テレビを見るのもお菓子を食べるのも、私と対等でいたい、そんな感じでした。本気のけんかになったこともあるんですよ。姉の絵里花さんは、懐かしそうに振り返りました。  
桜江小学校に入学すると習い事に熱中するようになった春花さん。「体を動かすのが大好きな子で、スポ少でバレーボールをしていただけでなく、大人と一緒にバドミントンやテニスもやっていました。エレクトーンや英会話にも通い、毎日何かをやっていたくて仕方なかったん

です」。京子さんは春花さんの思い出を、ほほ笑みながら語りました。  
夏休みなどは、桜江総合センター内にある京子さんの喫茶店を手伝うことも。おしゃべりが好きで、大人にも物おじせずに接することができた春花さんは、お店の人気者でした。  
**何度も泳いだ海だった**  
平成17年8月10日、春花さんは伯父や同級生3人とともに、黒松海水浴場に出かけました。「何度も通っていた黒松の海です。前の週にも泳いできたばかりでした。あの日も、海に行く春花をいつものように見送ったんです」と話す京子さん。楽しい海水浴のはずでした。  
黒松の海は見通しの良い遠浅の砂浜。一方で、強い西風が吹

くと、東端にある岩場を回り込むように沖に向かって潮が流れることもあるといいます。事故の日も、風が吹いていました。  
お店を開いていた京子さんに、春花さんが潮に流され、病院に運ばれたと連絡があったのはその日の午後でした。「一報を聞いて、血の気が引いていくのが分かりました」  
京子さんが病院に着いたとき、春花さんは意識のない状態で、1時間以上心肺蘇生を試みても、の命をつなぎとめることはできませんでした。海で春花さんを助けようとした伯父も事故の犠牲に。「しばらく受け入れることができませんでした」と京子さんは目をつむりました。  
10歳で年齢が止まったままの春花さん。生きていれば、ことし成人式を迎えていたはずでした。

10年前、海は少女の命を奪い去った  
あれから彼女の年齢は止まったまま

特集

# はるちゃんの成人式

200人の新成人が参加したことしの成人式。  
もう一人の参加者がいました。10年前に不慮の事故によりわずか10歳で短い生涯を終えた今田春花さん（桜江町谷住郷）。振り袖姿に身を包んだ写真により、同級生とともに晴れの日を迎えました。



同級生とともに成人式に参加した春花さんの写真。小学生の春花さんの顔写真に姉の振り袖姿を重ね合わせて作成した。

# 人おめでとう



成人式の終了後に記念撮影をする桜江小学校の同級生たち。中央には春花さんの写真が。

## はるちゃんを 成人式に 連れて行こう

不慮の事故による春花さんの死。  
同級生にとっては、  
友達との突然の別れでもありました。  
あれから10年。同級生の心には  
いつも春花さんがいました。  
「はるちゃんを成人式に連れて行こう」  
成人式後の記念撮影。  
中央には、同級生に抱かれた、  
振り袖姿の春花さんの写真がありました。



振り袖姿の春花さんを見つめる  
京子さん(左)と絵里花さん(右)

に出よう。同級生の保護者から京子さんに話があったのは、昨年の夏でした。「成人式まではいいかな、とも思っていたんです。でも、春花を思う気持ちがかうれしかつた」と京子さん。知人に頼んで、振り袖姿の写真を作ってもらうことになりました。写真は、小学生の頃の春花さんに、振り袖の画像を重ね合わせたもの。姉の絵里花さんが成人式で着た振り袖が基になりました。「不思議ですね。顔は小学生のままなのに、振り袖姿だと何だか大人びて見える」。絵里花さんは妹の晴れ姿をいとおしそうに見つめました。

### 同級生の心には はるちゃんがいつも

平成19年3月、桜江小学校の卒業式。卒業生の席には、春花さんの写真が。卒業生紹介の際には、同級生全員で「大切な友達、今春花さん」と、名前を読み上げました。この場にはいなくても、一緒に卒業したんだという思いとともに。  
中学校で「命」について研究した際には、自然と春花さんと



平成19年3月、桜江小学校の卒業式。卒業生の中には春花さんの写真も。持っているのは和田浩平さん。成人式では「僕の係だけえ」と振り袖姿の春花さんの写真を会場まで連れて行った。

の思い出が題材になったといひます。  
「毎年のように墓参りにも来てくれるんです。私は『もう、いいけえ』と言っているのですけどね。本当に、春花はいい友達に恵まれました」。京子さんはほほ笑みます。

### 振り袖姿は 大人びて見えた

「はるちゃんも一緒に成人式



写真を持つ森岡亜衣さんの  
目には涙が

### 一緒に式に出られた

成人式の日。写真を迎えに来たのは和田浩平さん。小学校の卒業式で春花さんの写真を抱いていました。「僕が写真を連れて行く。それが僕の係だけえ」。式典後にステージで同級生全員で記念撮影をしたとき、中央で春花さんの写真を抱いていたのは、森岡亜衣さん。保育所からの幼なじみで、事故の時にも一緒に海水浴に行っていました。「はるちゃんと一緒に成人式に出られて本当にうれしい。胸がいっぱいです。そう話すといつまでも涙が止まりませんでした」。

10年前、短すぎる生涯を終えた春花さん。それでも、友達の心の中で、思い出は残り続いています。何年たっても「はるちゃんと一緒にだ」と。

# 相談申告

## 所得の申告相談が始まります

ことしも市・県民税、国民健康保険料などの申告時期になりました。この申告は、あなたの昨年1年間における収入の総決算であり、市・県民税の額、国民健康保険料などが決まる大切なものです。市税務課では、10ページの表の日程で出張相談を行います。(申告書の提出は郵送でも可能です)

問 税務課市民税係 Tel (52) 7485

## 国民健康保険料を決める所得申告

問 保険年金課国民健康保険係 Tel (52) 7483

この申告で、平成27年度の国民健康保険料が決まります。

で資産の取用を受けた人で、所得税の確定申告が必要ない人

が発行されている人は申告の必要はありません

### ◎申告しなければならない人

- ① 所得税の確定申告、市・県民税の申告をしない人
- ② 土地・建物の売却、公共事業など

③ 収入がなかった人(保険料が軽減されます)

④ 非課税所得(障がい、遺族年金収入)のある人

※会社や年金機構から源泉徴収票

### ◎申告に必要なもの

印鑑、申告書、収入金額や必要経費などを計算できる資料、年金受給者は源泉徴収票

# 市・県民税

問 税務課市民税係 Tel (52) 7485

- ### 申告に必要なもの
- ① 申告書と印鑑
  - ② 給与所得・年金所得のある人は「平成26年分源泉徴収票」
  - ③ 営業など事業を営む人・農業を営む人は、収入金額や必要経費などの計算資料
  - ④ 生命保険・損害保険の満期保険金もしくは解約一時金をもらった人はその明細書
  - ⑤ 国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料の領収書または支払証明書

- ### 申告しなければならない人
- 平成27年1月1日現在で、市内に住所のある人は、原則として市・県民税の申告書を市役所に提出しなければならないませんが、次の人は申告する必要があります。
- ① 平成26年分所得税の「確定申告書」を税務署へ提出する人が市役所へ提出されている人で、給与以外に収入のない人
  - ② 公的年金などに係る所得のみの人(控除額が年金源泉徴収票に記載されている内容のみの人)

- ### 申告の際のお願い
- 所得税の確定申告や市・県民税の申告をする際、一時所得、小額の給与や報酬、個人年金などの雑所得の申告を忘れがちです。申告の際にはすべての資料をそろえて申告漏れのないようお願いいたします。

- ⑥ 生命保険料・地震保険料などの支払証明書
- ⑦ 医療費控除を受けようとする人は、病院・施設などが発行する領収書。生命保険や加入している健康保険から給付金を受け取っている場合は、その明細書
- ⑧ 障がい者控除に該当する場合は身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳、障害者控除対象者認定書
- ⑨ 口座番号がわかるもの(通帳や通帳のコピー、メモなど)
- ⑩ 子ども以外(配偶者など)を扶養にする場合、その人の所得が分かるもの
- ⑪ 他市町村に住む人を扶養にする場合、その人の住所が分かるもの(住民票など)

# 所得税

問 浜田税務署 Tel 0855 (22) 0360

- ### 申告しなければならない人
- ① 平成26年中の事業所得、不動産所得などの所得金額の合計が、基礎控除、配偶者控除、扶養控除、その他の所得控除の合計額を超える人
  - ② サラリーマンで給与の年収が2千万円を超える人や、給与・退職所得以外の所得が20万円を超える人、2カ所以上から給与をもらっている場合、従たる給与の収入と他の所得の合計が20万円を超える人、源泉徴収が行われない給与をもらっている人
- 譲渡所得、青色申告、消費税・相続税・贈与税の申告をする人は、浜田税務署へ
- ◎ 申告会場は、**浜田税務署(3階)**です。
  - ※申告会場が昨年と変わりました。ご注意ください。
  - ◎ 申告会場開設日  
2月16日(月)～3月16日(月)  
(土・日・祝日は開設していません)
  - ◎ 開設時間  
午前9時～午後5時
  - ※申告会場には駐車場がありませんので、公共交通機関などをご利用ください。

- ### 自宅でも便利に申告できます
- 国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」
- ① 住基カード不要!
  - ② 24時間利用可能
  - ③ 計算誤りなし!
  - ④ 郵送なら待ち時間なし!
- 復興特別所得税の記載漏れにご注意ください
- 平成25年分から49年分まで、復興特別所得税(原則として各年分の所得税額の2.1%)を所得税と併せて申告・納付することとされています。確定申告書の作成に当たっては、「復興特別所得税額」欄の記載に漏れがないようご注意ください。
- 国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」を利用して、画面の案内に従って金額などを入力することにより、税額などが自動的に計算され、計算誤りのない申告書を作成することが出来ます。
- ※還付申告の人も含め、申告する全ての人について「復興特別所得税額」欄の記載が必要となります。



## 平成26年1月から記帳・帳簿における保存制度の対象者が拡大されています

- ◎対象者  
営業所得、農業所得、不動産所得または山林所得を生ずべき業務を行っている全ての人を対象となります。  
※市県民税申告者も対象となります。
- ◎記帳する内容  
売上げなどの収入金額、仕入れやその他の必要経費に関する事項を帳簿に記載します。  
記帳に当たっては一つ一つの取引ごとでなく、日々の合計金額

- のみをまとめて記載するなど、簡易な方法で記載することが可能です。
- 【保存が必要な帳簿・書類と期間】
- (7年) ① 収入金額や必要経費を記載した帳簿
  - (5年) ② 業務に関して作成した①以外の帳簿
  - ③ 決算に関して作成した棚卸表、その他の書類
  - ④ 業務に関して作成し、受領した請求書、納品書、送り状、領収書など

## 電子証明書の有効期限にご注意ください

問 市民生活課市民係 (内線 1112・1113)

e-Taxなどの利用には電子証明書が必要ですが、取得後3年経過または住所変更などで、証明書は自動的に失効します。住民基本台帳カード(住基カード)の有効期限と電子証明書の有効期限は違いますのでお間違いのないようご注意ください。

◎現在有効かどうかの確認  
利用者クライアントソフトをインスト

ールしたパソコンから各自で行っていたこととなります。市役所窓口でも確認はできますが、時間がかかります。電話や本人以外からの問い合わせには対応しませんのでご了承ください。

◎失効していた場合  
窓口に住基カードと運転免許証などの写真付の公的な身分証明書を本人がご持

参していただければ、その場で手続きができます。住基カードをお持ちでない人は、まずカードの申請が必要です。交付までに10日くらいかかりますのでお早めに申請してください。

(料金)住民基本台帳カード500円  
電子証明書500円

# 入選

## ～平成26年度人権啓発作品展～

江津市人権啓発作品展が昨年12月上旬に開催されました。市内、小中学校の児童・生徒1102人から、3つの部門に1261点の応募があり、優秀賞39点が選ばれました。また、一般の方から作文部門に1点の応募がありました。

応募作品は、人権啓発カレンダーなどの人権啓発活動に活用させていただきます。



坂根七海さん (江津中2年)

### 人権啓発作品優秀賞の皆さん (敬称略)

#### 《イラストの部》

- |                |                |                |
|----------------|----------------|----------------|
| 富永 千代 (渡津小1年)  | 森本 伊織 (渡津小2年)  | 湯谷 桜輝 (江津東小2年) |
| 松田菜々美 (桜江小2年)  | 古和 雪菜 (渡津小3年)  | 笹木 千鶴 (江津東小5年) |
| 吉村 彩花 (江津東小5年) | 田儀 眞菜 (江津東小6年) | 小川紗也加 (青陵中1年)  |
| 濱松 寛衣 (青陵中1年)  | 池本 梨捺 (江津中2年)  | 坂根 七海 (江津中2年)  |
| 池本 歩睦 (江津中2年)  |                |                |

#### 《作文の部》

- |               |               |               |
|---------------|---------------|---------------|
| 三好 奈々 (高角小6年) | 小川由季乃 (青陵中1年) | 佐々木夢来 (江東中2年) |
| 河合 愛斗 (青陵中2年) | 原田 彩 (桜江中2年)  | 小松 由奈 (江東中3年) |

#### 《メッセージの部》

- |                |                |               |
|----------------|----------------|---------------|
| 平野 未央 (江津東小3年) | 岡田 夏海 (江津東小4年) | 今井 歩未 (郷田小5年) |
| 安部 愛理 (江津東小5年) | 森下 亮佑 (江津東小5年) | 永島 千聖 (高角小5年) |
| 梅木すみれ (高角小5年)  | 湯浅 瑠々 (高角小5年)  | 浅原 来羽 (津宮小6年) |
| 二本木そよ (津宮小6年)  | 深野 菜那 (津宮小6年)  | 細川 美咲 (江津中1年) |
| 梅木 千晴 (江津中1年)  | 佐々木玲南 (江津中2年)  | 森山 駿輝 (江津中3年) |
| 嘉戸 真琴 (江津中3年)  | 岡田佳奈子 (青陵中3年)  | 安井 綾音 (青陵中3年) |
| 山中梨紗子 (青陵中3年)  | 田中 菜唯 (青陵中3年)  |               |

## ～都合の良い会場へお出かけください～ 申告相談日程表

月 日	曜日	江津地区		桜江地区		江津市役所	
		受付時間	会場名	受付時間	会場名	受付時間	会場名
2月9日	月	9:30～12:00 13:30～15:00	松平地域コミュニティ交流センター 川平駅集会所				
2月10日	火			9:30～15:00	長谷生涯学習センター	9:00～16:00	第5・6会議室
2月11日	水						
2月12日	木	9:30～12:00	波子公民館			9:00～16:00	第5・6会議室
2月13日	金			9:30～15:00	コミセン研修室	9:00～16:00	第5・6会議室
2月14日	土						
2月15日	日						
2月16日	月	9:30～12:00	黒松ふれあい交流センター			9:00～16:00	第5・6会議室
2月17日	火			9:30～15:00	川越生涯学習センター	9:00～16:00	第5・6会議室
2月18日	水	9:30～12:00	浅利地域コミュニティ交流センター			9:00～16:00	第5・6会議室
2月19日	木			9:30～15:00	コミセン研修室	9:00～16:00	第5・6会議室
2月20日	金	9:30～12:00	波積公民館			9:00～16:00	第5・6会議室
2月21日	土						
2月22日	日					9:00～16:00	第5・6会議室
2月23日	月			9:30～15:00	市山生涯学習センター	9:00～16:00	第5・6会議室
2月24日	火	9:30～15:00	都治地域コミュニティ交流センター			9:00～16:00	第5・6会議室
2月25日	水			9:30～15:00	コミセン研修室	9:00～16:00	第5・6会議室
2月26日	木	9:30～15:00	渡津交流館			9:00～16:00	第5・6会議室
2月27日	金			9:30～15:00	谷住郷生涯学習センター	9:00～16:00	第5・6会議室
2月28日	土						
3月1日	日						
3月2日	月	9:30～12:00	跡市地域コミュニティ交流センター			9:00～16:00	第5・6会議室
3月3日	火			9:30～15:00	コミセン研修室	9:00～16:00	第5・6会議室
3月4日	水	9:30～12:00	有福温泉地域コミュニティ交流センター			9:00～16:00	第5・6会議室
3月5日	木			9:30～15:00	川越生活改善センター	9:00～16:00	第5・6会議室
3月6日	金	9:30～15:00	和木公民館			9:00～16:00	第5・6会議室
3月7日	土						
3月8日	日					9:00～16:00	第5・6会議室
3月9日	月			9:30～12:00	市山生涯学習センター	9:00～16:00	第5・6会議室
3月10日	火	9:30～15:00	都野津公民館			9:00～16:00	第5・6会議室
3月11日	水			9:30～15:00	コミセン研修室	9:00～16:00	第5・6会議室
3月12日	木	9:30～15:00	二宮交流館			9:00～16:00	第5・6会議室
3月13日	金			9:30～15:00	コミセン研修室	9:00～16:00	第5・6会議室
3月14日	土						
3月15日	日					9:00～16:00	第5・6会議室
3月16日	月	9:30～15:00	敬川地域コミュニティ交流センター			9:00～16:00	第5・6会議室

※「地域コミュニティ交流センター」は以前の公民館です

※第5・6会議室の相談時間は17時までです

※セキュリティの関係上、市役所申告会場にe-Tax用パソコンはご用意しておりません。ご了承ください。

# マイナンバーは、 社会保障・税・災害対策に関して 個人情報を確認する 12桁の番号です

## 社会保障

- 年金の資格取得や確認、給付
- 雇用保険の資格取得や確認、給付
- 医療保険の保険料徴収
- 福祉分野の給付、生活保護など

## 税

- 税務当局に提出する確定申告書、届出書、調書などに記載
- 税務当局の内部事務など

## 災害対策

- 被災者生活再建支援金の支給
- 被災者台帳の作成事務など

※この3分野の中で法律で定められた行政手続きにしか使えません。

### マイナンバー制度とは

マイナンバーは、住民票を有する全ての人に対し、一つの番号（12桁）を付して、社会保障、税、災害対策の分野で効率的に情報を管理し、複数の機関に存在する個人の情報が同一人の情報であることを確認するためのものです。

### 制度導入による3つのメリット

- ①住民の利便性の向上  
各種申請時に必要な添付書類が削減されるなど、行政手続きが簡素化され、住民の皆さんの負担が軽減されます（平成29年7月からの予定）。
- ②公平・公正な社会の実現  
所得や他の行政サービスの受給状況を把握しやすくなるため、負担を不当に免れることや給付を不正に受けることを防止するとともに、本当に困っている人にきめ細かな支援を行うことができます。
- ③行政の効率化  
行政機関や地方公共団体で、情報の照合などに要している時間や労力が大幅に削減され、手

続きがより正確に行えるようになります。複数の業務の間での連携が進み、作業の重複などの無駄が削減されます。

### マイナンバーの利用範囲

社会保障・税・災害対策分野のうち法律で定められた事務に限って利用することができます。また、これらに類する事務で市が条例で定める事務についても利用ができます。民間事業者も、源泉徴収票や支払調書の作成、健康保険、厚生年金、雇用保険の被保険者資格取得届の作成など法律で定められた範囲に限りマイナンバーを利用することができます。

### マイナンバーは大切な個人情報です

なりすまし防止のため、マイナンバーのやりとりの際には厳格な本人確認が必要となります。

法律で定められた目的以外でマイナンバーを利用することや提供することはできません。他人のマイナンバーを不正に入手することや、他人のマイナンバ

ーを取り扱う者がマイナンバーや個人の情報が記録された個人情報ファイルを不当に提供することは処罰の対象となります。

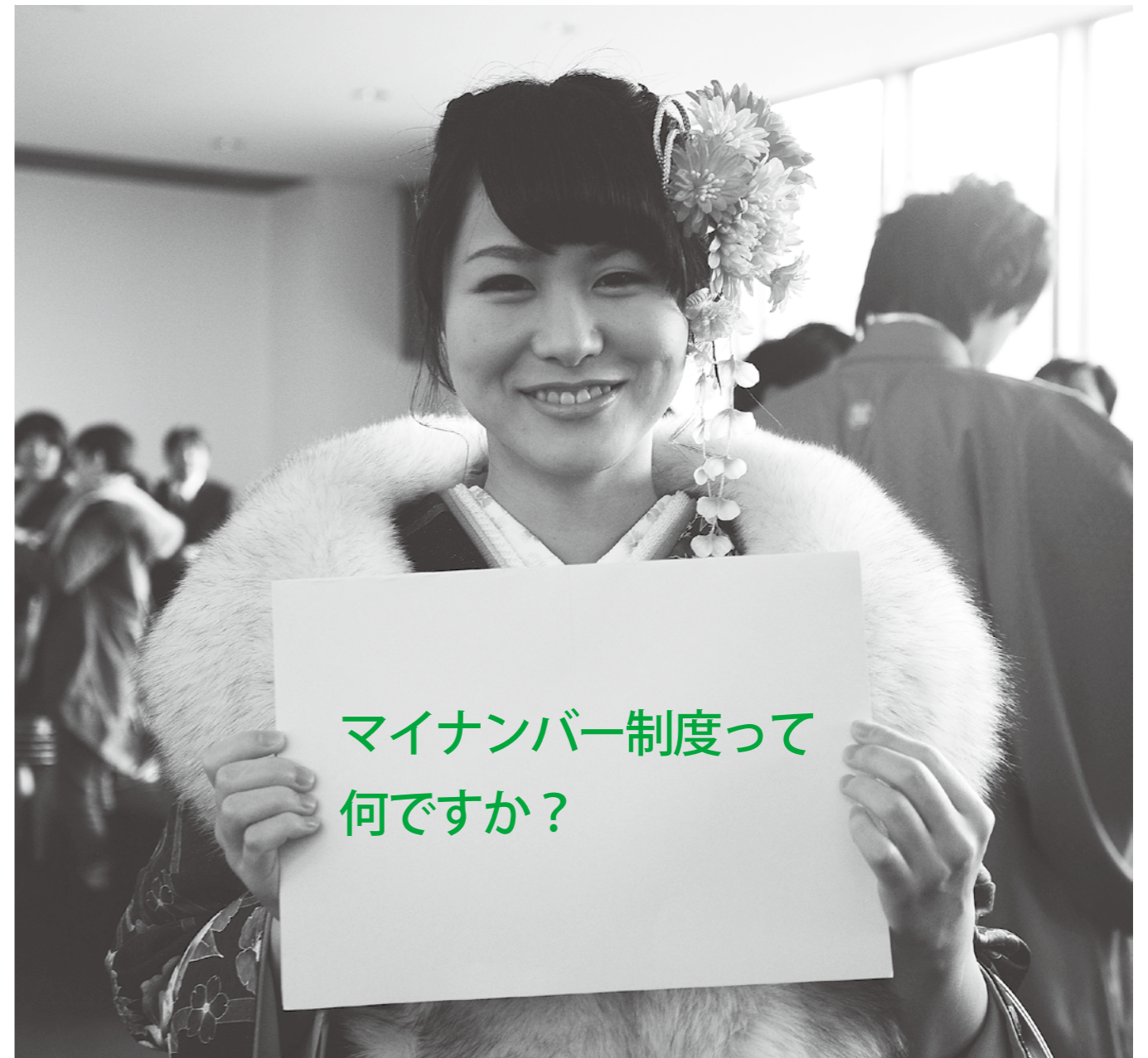
### 個人番号カードと通知カード

通知カードは平成27年10月に住民票を有する住民全員に郵送されます。

個人番号カードは平成28年1月から申請者に交付が開始されます。個人番号カードは身分証明書としての利用や個人番号を確認する場などで利用されます。個人番号カードにはICチップが搭載され「マイナンバー」、「氏名」、「住所」、「生年月日」、「性別」、「顔写真」などが記載されます。

ただし、所得情報などのプライバシー性の高い個人情報は個人番号カードには記録されません。交付済みの住基カードは、使用期限までそのまま使用することもできます。

※内閣官房社会保障・税番号制度のHPもご覧ください。  
<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangosaido/>



マイナンバー制度って何ですか？

平成25年5月に「行政手続きにおける特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律」（通称：番号法）が公布されました。これに基づいてスタートする社会保障・税番号制度（マイナンバー制度）についてお知らせします。

総務課情報統計室（内線 1271、1272）

平成27年10月  
平成28年1月

マイナンバーが全ての住民へ付番  
マイナンバーの利用が開始

～シリーズ 働き盛り世代の脳梗塞予防～  
血管を守ろう⑤ ～筋力を維持しよう(その2)～

## 自宅や職場で簡単にできる筋力トレーニング

### 太もも、腰の筋肉を鍛える

- ①肩幅に開いた足をハの字に開き、背筋を伸ばして両腕を前に伸ばします。
- ②つま先と膝が同じ方向に曲がることを確認しながら、3秒間で椅子に座るように膝を曲げ、1秒間姿勢を保ちます。3秒でもとに戻します。  
\*膝がつま先より前に出ないように注意しましょう。



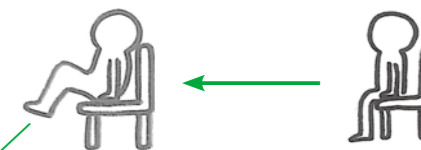
### 胸、腕を鍛える

- ①膝を少し曲げた状態で膝を床につけ、両腕を床に対して垂直に伸ばします。
- ②両手を肩幅よりやや広めにおき、指先をやや内側にいれます。
- ③ゆっくり肘を曲げ、1秒間姿勢を保ちます。腰を反らさないようにしながらゆっくりと元の姿勢に戻します。



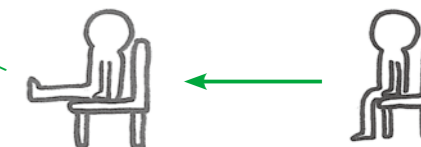
### 腹筋を鍛える

- ①椅子に浅く座ります。
- ②膝を曲げて引き上げます。



### 太ももを鍛える

- ①椅子に浅く座ります。
- ②膝をまっすぐに伸ばします。



10回×2セット、週5～7回が目安です。

筋力に自信のない人は、1セットから始めて最大2セットに。  
自信のある人は3セットを目標に！  
まずは自分の筋力に合わせて始めてみましょう！

脂肪を燃やし、太りにくい体質を手に入れるためには、ウォーキングやストレッチなどの有酸素運動と筋力トレーニングを組み合わせるとより効果的です。  
次回は、ストレスについて紹介します。

より鍛えたい人は、背もたれに寄りかからないようにしてみましょう。

### 2月の献血

☆対象 400ml 献血(全血)が可能な人(体重50kg以上)

日(曜日)	会場・受付時間	
4日(水)	江津高校	9:00～10:15
	江津工業高校	11:15～12:30
	済生会江津総合病院	14:00～16:30

### 臓器提供の意思表示

臓器提供の意思表示は、臓器提供意思表示カード、運転免許証・健康保険証の裏面の意思表示欄に記入できます。

移植医療は、医療者と患者さんだけでなく、第三者からの善意による提供から成り立っています。

岡山県済生会江津総合病院 臓器提供係 ☎0853(22)2556

## 言葉の「くすり」

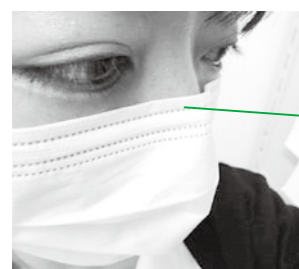
## インフルエンザの予防 ～咳エチケットとマスクの話～

済生会江津総合病院  
感染指定認定看護師 恒松 愛

### 【正しいマスクの着け方】



鼻を隠し、あごまで覆う



ワイヤーを折り曲げて鼻に密着させる

まだまだ寒さが厳しい季節です。この季節はインフルエンザが流行します。今年はA香港型が流行しているようです。ワクチンを接種して予防している人もおられると思いますが、ワクチンを接種していても100%防げるものではありません。「うつさない」事が重要になります。その方法の一つである「マスク」についてお話しします。

エンザにかかった人の咳やくしゃみによって飛び散った鼻水やつば(飛沫…「ひまつ」)の中に含まれています。ほとんどの場合、その飛沫を吸い込むことで感染する「飛沫感染」です。そこで、この「飛沫」をまき散らさない、吸い込まない事がインフルエンザ予防のポイントになります。

もしインフルエンザにかかったら、マスクをきちんとつけて、「飛沫」をまき散らさないようにします。人がいない方に顔を向けて咳や鼻をかむなどの「咳エチケット」も大切です。鼻水をかんだティッシュはすぐにごみ箱に捨てます。鼻をかんだ後の手にはウイルスがたくさんついていて、手をアルコールで消毒するか、石けん流水で丁寧に洗います。

インフルエンザにかかっている人を看病する場合、寝ている人の部屋に入る前にマスクを隙間なく着けます。そして、お部屋から出たら表面を触らないようにマスクを外して捨てます。マスクの表面にはウイルスが付着しているため、小まめに交換することが大切です。

「ウイルスカット率99%」と書いてあるマスクが売られています。これはマスクのフィルターの話で、正しく着けなければ隙間からウイルスを吸い込んでしまうため、カット率は0%にまで低下する場合があります。鼻をきちんと隠し、あごまで覆い、顔に密着させることが重要です。

マスクを正しく着けて「かからない」「うつさない」ことを心がけましょう。

## 社会福祉法人 済生会支部 島根県済生会 職員急募

◎医師 ※詳細はホームページをご覧ください。 ◎助産師 ◎看護師 ◎准看護師 ◎薬剤師 ◎介護職員

◆勤務地：島根県済生会(江津総合病院他)  
◆赴任のための支度金制度 新たに雇用した薬剤師、助産師、看護師及び准看護師に対し、赴任のための必要な資金を貸与します。但し、当院の奨学金貸与者は除きます。

【貸与額】 県外からの赴任・・・50万円 ※いずれも住居移転 県内(江津市を除く)・・・30万円 を伴う場合に限る。

【返還】 採用から引き続き3年間勤務したときは、貸与した資金の全額を返還免除します。

◆試験内容：作文及び面接 ◆試験日：随時(試験日は後日お知らせします) ◆応募方法：写真付履歴書、資格免許証(写)を郵送又は持参してください。

お問合せ先 島根県済生会江津総合病院 総務課 和原 ☎695-8505 江津市江津町1016-37 ☎(0855)54-0101





### 58 チームがたすきをつなぐ ～江津市駅伝大会～

江津市駅伝大会が1月11日、江津中央公園を中心とするコースで開催されました。

59回目となる今回は58チームが出場、小学校から一般までの7つの部で、熱いたすきリレーが繰り広げられました。

沿道からは、仲間や家族たちから「ファイト」「あと少し」などの声援が飛び、ランナーの背中を押ししていました。

優勝チームは次のとおりです。

- 【小学生】邑智JTS
- 【小学生女子】浜田JAS黄
- 【女子】浜田JAS黄緑
- 【中学生】青陵中陸上部A
- 【高校生】石見智翠館高校
- 【一般】桜江アスリートクラブ
- 【公民館】波子公民館B



### 江の川にかかる水のアーチ ～江津市消防出初式～

一年の安全を誓う江津市消防出初式が1月4日に開催されました。消防団員や消防署員ら約600人が参加、一斉放水や市中行進を行い、住民の生命・財産を守る決意を新たにしました。

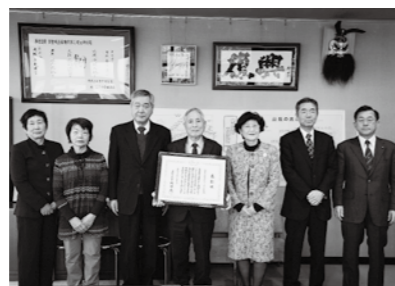
当日は、風が冷たいものの穏やかな天気。江津駅前を徒歩と自動車で行進した参加者たちは、江の川の堤防で一斉放水を実施。合図とともに20本以上の水のアーチが川岸にかかりました。このほか総合市民センターで式典があり、団員らに対する表彰が行われました。



### 智翠館、24年連続の花園 ～全国高校ラグビー大会～

近鉄花園ラグビー場（大阪府東大阪市）で開催された全国高等学校ラグビーフットボール大会に、島根代表として石見智翠館高校が24年連続の出場を果たしました。

1回戦で石見智翠館は、仙台育英（宮城）から7トライを奪い49-7で大勝。2回戦で流通経済大柏（千葉）に7-10で惜敗したものの、シード校をあ



### 地域ぐるみで高める教育 ～高角小校区に大臣表彰～

「高角小学校の教育コミュニティ創造」の活動に対し、地域による学校支援活動が優れているとして、文部科学大臣から表彰状が贈られました。

高角小学校区では、地域住民による家庭科や社会科の学習支援、教室を解放した週2回の子ども教室、地域の皆さんがスタッフとなった土曜日や長期休業中の学習支援活動などに取り組んできています。



### ことし一年の健脚を誓う ～桜江町走り初め～

桜江町恒例の新春走り初めが1月10日にあり、140人が桜江路を駆け、ことし一年の健康と健脚を誓いました。

「今年の健康づくりの第一歩」の趣旨で毎年開催し、ことしで22回目。

B&G海洋センター周辺のコースを参加者は快調に走ったり、ゆっくり歩いたり、それぞれのペースで回りました。完走後は、豚汁を参加者全員で食べ、体を温めました。





ことし2015年は、日本文学を代表する作家、谷崎潤一郎の没後50年を迎える記念の年となります。  
谷崎文学と言えば、その耽美で豊かな風俗性、主人公を翻弄する、あらがいがたく魅惑的なヒロイン描写に現れる女性礼賛思想を思い浮かべる人が多いのではないのでしょうか。代表作の一つ、長編『痴人の愛』に登場するナオミは、日本文学史上まれに見る「魔性の女」として描かれています。その魔性ぶりを表現する言葉の数々は、これなら誰でもはまってしまうに違いない...と思わず納得させられる深い魅力に満ちていて、これぞ谷崎文学という圧倒的な力を感じさせてくれます。

## 谷崎潤一郎没後五十年

また、意外に思われるかもしれませんが、こういった耽美な代表作の他にも、ミステリーやサスペンスの先駆とも言われる作品『途上』や『呪われた戯曲』なども残っており、その幅広く豊かな作風は、以後、多くの日本の作家たちに多大な影響を与えたと言われています。  
ことは各地で記念の展覧会や講演会などが開催されるようですが、江津市図書館では期間限定で展示スペースを設け、代表作や全集、作者論の他、その名が冠された文学賞「谷崎潤一郎賞」受賞作品も併せてご紹介していきます。  
また谷崎作品に触れたことのない人にも、ぜひこの機会にその魅力を感じていただければと思います。

### トピックス

#### 「小学校読み聞かせリスト」完成しました!

昨年度、市内の全小学校で読み聞かせをした本を学年・学期ごとに一覧にしたリストが完成しました!当初の予定よりも発行が大幅に遅れてしまいましたが、その分、内容は充実しております。

市内の各小学校の図書館の他、図書館本館・桜江分館でご覧いただけます。多数貸出もしておりますので、読み聞かせの本選びの参考にどうぞお気軽に手に取ってご覧ください。

○各学年の学期ごとに読まれた本がタイトルの五十音順に並んでいます。

○本のデータ(出版年・ページ数など)の他、図書館での蔵書状況や本にまつわるキーワードをご覧いただけます。



### 図書館、あれこれ

Q. 図書館で本以外に借りられるものがありますか?  
A. 雑誌・CD・DVD・ビデオ・紙芝居も貸出しています。雑誌は、最新号以外のバックナンバーを借りることができます。

CD・DVDは1点まで、ビデオは2点まで、お一人5冊の本に加えて借りられます。

紙芝居は、昔話や季節の行事にまつわるもの、大人向けのものなど、さまざまなジャンルのものを多数所蔵しています。こちらはお一人2点まで貸出可能です。

## 市有地の売却

### 管財課管財人札係

TEL (52) 7489

### 第2上新町団地を売却します

- ◎売却物件(土地9区画)
- ▽所在地  
江津町674番7外8筆
- ※売却価格など詳細については、

管財課へお問い合わせください。

- ◎抽選参加申し込み
- ①提出する書類  
ア 抽選参加申込書  
イ 本籍地の市町村長の発行する身分証明書、法人は登記事項

項証明書

- ウ 納税証明書
- ②申込期間 2月2日(月)～20日(金)  
(平日の午前9時～午後4時)
- ◎抽選  
▽日時 2月26日(木)午前10時

▽場所

江津市役所 分庁舎1階会議室  
※代理人が抽選をする場合は、委任状が必要です。  
※抽選者以外の立ち会いは認めません。

## パブリックコメント

### 社会福祉課障がい者福祉係

TEL (52) 7486

江津市障がい者保健福祉計画(障害者計画・第4期障害福祉計画)パブリックコメントを募集しています

本市では、障がい者保健福祉計画の策定を進めています。この計画に対する市民の皆さんの意見を募集しています。

- ◎募集期間 2月10日(火)まで
- ◎計画の入手方法  
社会福祉課・桜江支所・江津市ホームページで閲覧できます。

◎意見の提出方法  
住所、氏名(団体名)、電話番号を明記の上、持参、郵送、FAXまたは電子メールにて。

## 自衛官募集

### 予備自衛官補を募集します

一般の社会人や学生といった自衛官未経験者を「予備自衛官補」として公募・採用し、教育訓練終了後、「予備自衛官」として任用する制度です。  
ITの発達や自衛隊の役割の多様化に対し、民間の優れた専門技能を有効に活用していくことを目的としています。

◎待遇など

- ▽教育訓練招集手当  
日額 7900円
- ▽教育訓練日数  
一般公募 3年以内に50日  
技能公募 2年以内に10日
- ◎申込締切  
3月24日(火)(締切日必着)
- ◎応募資格  
(平成27年7月1日現在の年齢)  
▽一般公募

18歳以上34歳未満の者

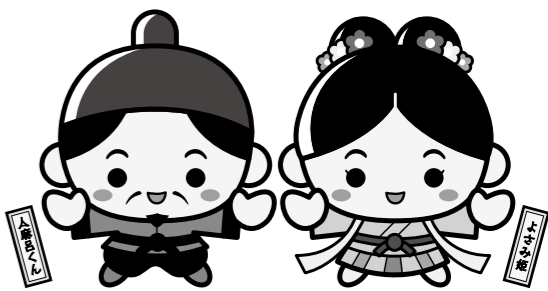
- ▽技能公募  
18歳以上で、国家免許資格などを保有する技能に応じ、53歳から55歳未満の者
- ◎採用試験  
▽一般公募  
・試験期日 4月10日(金)から14日(火)のうち指定される一日  
・試験場所 陸上自衛隊出雲駐屯地、出雲合同庁舎(出雲市)

▽技能公募

- ・試験期日 4月10日(金)から14日(火)のうち指定される一日
- ・試験場所 陸上自衛隊伊丹駐屯地(兵庫県伊丹市)または陸上自衛隊海田市駐屯地(広島県海田町)
- ◎採用時期 7月1日以降
- ◎採用予定者数  
一般公募 約520人  
技能公募 約60人

### 自衛隊島根地方協力本部浜田出張所

TEL 0855(22)1334



# 情報ポケット

江津市役所  
TEL (52)2501

午前9時～正午

## お知らせ

エコクリーンセンターへ持ち込む燃えるごみの処理手数料の変更

◎変更日 4月1日(水)

◎変更後の料金

①家庭系ごみ 50円/10誌

(現行200円/100誌)

②事業系ごみ 100円/10誌

(現行800円/100誌)

◎浜田地区広域行政組合総務課  
TEL (53)5081

## 不燃物処理場の休日開場日

◎日時 2月22日(日)

## 高速道路沿線の支障竹林伐採にご協力を

高速道路沿線で竹林・森林を所有している人は、大雪などによる事故防止のために伐採などの対策をお願いいたします。

高速道路上に竹木が倒れこんだり、その恐れがある場合、安全確保のため西日本高速道路(株)により伐採することもあります。

◎西日本高速道路(株)中国支社  
千代田高速道路事務所  
TEL 0826 (72)5331

## 制度・相談

### 石見法律相談センター 一斉法律相談会 (無料)

弁護士による無料法律相談会を開催します。

◎日時 3月6日(金)

午前10時～正午

午後1時～4時

◎場所 市役所市民相談室  
(市役所1階右奥)

◎相談時間 1回40分以内  
※継続相談は3回目から有料  
(1回5千円)

※電話予約が必要です。

◎石見法律相談センター  
TEL 0855 (22)4514

## 誠心誠意をモットーに

管理	土地	建物
アパート	貸家	仲介・売買

不動産のコンサルタント 知事免許(13)第112号  
**立川不動産** 江津市嘉久志町  
 (グリーンモール200m西)  
 http://ww51.tiki.ne.jp/~tatsukawa/  
 ☎(0855) 52-2379 FAX(0855) 52-2643

SKC 一般・産業廃棄物収集運搬(家庭・事業所)  
 排水管路清掃・管路つまり通し・貯水槽清掃

## 有限会社 島根環境保全センター

江津市和木町1148-65  
 TEL.0855-52-3991  
 FAX.0855-52-3973

の対策をお願いします。

◎石見ケーブルビジョン(株)  
TEL 0855 (23)4883

◎総務省中国総合通信局  
TEL 082 (222)3392

※詐欺にご注意ください

毎月第3日曜日は

「しまね家庭の日」

### 無料文化施設のご案内

島根県では、家族が一緒に過ごす時間を大切にする願いを込め、毎月第3日曜日を「しまね家庭の日」としています。

この日に県内文化施設に家族で来館した高校生以下の入館料は、無料です。

江津市内の協力施設は次のとおりです。

◎水ふれあい公園 水の国

◎温泉リゾート 風の国

「風の国温泉」

※窓口で保険証など年齢の分かるものの提示が必要です。

◎社会教育課社会教育係  
TEL (52)7496

### 介護給付費通知書を送付します

介護給付費通知書は、平成26年中に介護サービスを利用した人に対して、そのサービス費の明細をお知らせするものです。介護サービス事業所からの領収

### 無料調停相談

◎日時 2月20日(金)  
午前10時～午後3時

◎場所 じばさんセンター

◎相談内容 金銭・夫婦・親子、その他親族間のもめごと▽相続、土地建物、交通事故などの争いごと(申込不要・秘密厳守)

◎担当者 調停委員

◎県調停協会浜田支部(内田)  
TEL (55)1350

### 相続・贈与税無料相談会

◎日時 2月23日(月)  
午前10時～正午

午後1時～3時

◎場所 浜田公民館

(浜田市殿町)

◎申込不要・料金無料

◎中国税理士会浜田支部  
TEL 0855 (23)7575

### 2月の福祉事務所分室「会場」補聴器修理相談会

「福祉事務所分室」会場  
(選挙事務局隣り)

☆2日(月)「東神実業」  
午後1時30分～3時

☆4日(水)「深野時計店」  
午前10時～正午

☆24日(火)「中国補聴器」

書と照らし合わせて確認してください。通知書は2月下旬に送付します。

◎浜田地区広域行政組合  
介護保険課  
TEL 0855 (25)1520

よろしくお願ひします

### 2015年農林業センサス農林業経営体調査

農林水産省は2月1日現在で2015年農林業センサス農林業経営体調査を実施します。農林業の実態を明らかにすることを目的とし、全国の農林業を営むすべての人を対象に5年に一度実施される大規模調査です。皆さんのご協力をよろしくお願ひします。

◎こんなことを調べます

世帯の状況▽経営耕地面積▽農業・林業の労働力▽農作物の生産・販売の状況▽農作業の委託・受託の状況 など

◎統計調査員が訪問します

1月中旬頃から統計調査員が調査員証を持って調査対象となる可能性のある世帯を訪問し「聞き取りによる確認」を行っています。この結果、一定規模以上であれば調査対象世帯となり、引き続き「調査票による調査」をお願ひすることになります。

◎総務課情報統計室  
(内線1272)

## 募集

### 江津市シルバー人材センター会員募集

◎業務内容 草刈り、せん定など臨時的かつ短期的またはその他軽易な業務

◎入会条件 市内在住の60歳以上の健康で、安定した就業・所得を目的としない人

◎入会説明会(筆記用具持参)

◎日時 2月19日(木)

午後1時30分～

◎場所 江津市シルバー人材センター(和木町)

☆空き家やお墓の掃除も行っていきます。ご相談ください!

◎江津市シルバー人材センター  
TEL (52)1616

# 施設見学会 随時開催中!! 無料 昼食付

少人数から団体様までご要望に応じてお受けいたします。お気軽にお問合せください。

 医療法人社団八千代会 <b>八千代病院</b> 広島県安芸高田市八千代町勝田 448	介護付有料老人ホーム <b>メリィハウス八千代</b> 広島県安芸高田市八千代町勝田 459	お申込み、お問合せ メリィハウスコールセンター <b>0120-65-3939</b>
--	--	---

**固定資産税（4期）の納期限は3月2日（月）です**

お知らせ

制度・相談

募集

催し

くらしの広場

**求職者が対象です  
介護実務の訓練生募集**

- ◎科目  
介護実務者養成科（川本）
- ◎対象  
求職者
- ◎内容  
介護福祉士国家試験の受験資格を取得するための研修
- ◎募集定員  
15人
- ◎受講料  
無料（ただしテキスト代、保険料など2万7000円程度別途必要です）
- ◎訓練場所  
島根県川本合同庁舎2階（邑智地域能力開発センター）
- ◎訓練期間  
3月3日（火）～9月2日（水）
- ◎申込締切  
2月2日（月）
- ◎申込方法  
ハローワークにて所定の用紙で申し込み
- ◎島根県立西部高等技術校  
Tel 0856（22）2450
- ◎邑智地域能力開発センター  
Tel 0855（72）3526

**江津市障害者スポーツ協会主催・障がい者協会協賛  
フライングディスク大会・ポッチャ練習会  
参加者募集**

- ◎参加者  
全ての障がい者とその介添えの人
- ◎申込締切  
2月10日（火）
- ◎フライングディスク大会  
2月10日（火）

**子育てサポートセンター「赤ちゃん教室」**

- ◎赤ちゃんとスキップをとりながら遊び、親子の絆を深めてもらおうと「赤ちゃん教室」を開催します。
- ◎参加希望の人はバスタオルをご持参ください。
- ◎日時  
2月25日（水）  
午前10時～11時30分
- ◎内容  
ベビー3B
- ◎場所  
子育てサポートセンター（保健センター集団検診室）
- ◎講師  
中寺美保子氏（公益社団法人日本3B体操協会公認指導者・健康運動実践指導者・ベビーインストラクター）
- ◎参加費  
無料
- ◎子育てサポートセンター  
NPO法人ちやいるどりーむ  
Tel・Fax（52）0569

**シニアおしごとナビ！  
ミニセミナー**

- ◎シニア世代の多様な働き方についてご提案。就活ヒントが満載です。求人・就業・技能講習のご案内もいたします。
- ◎対象者  
55歳以上の人
- ◎受講料  
無料（県の委託事業による）
- ◎日時  
【江津会場】

有料広告

司法書士・行政書士 木原 聖

**木原司法書士事務所**

- 登記（土地・建物）・会社、相続ほか全般
- 裁判書類作成（訴訟・破産・調停・相続放棄ほか）
- 債務整理・簡裁民事・法律相談ほか
- 遺言・後見、相続財産、不在者等の財産管理

江津市都野津町1891（旧農協）  
TEL 0855-53-4191

業務は司法書士法等、関係法令に定められた範囲に限ります。

法的トラブルで困ったときは・・・

**取扱業務**

- ・多重債務（サラ金等の支払に困りの方）・離婚・相続・高齢者
- ・悪徳商法・不動産・交通事故
- ・刑事事件など法律に関するお悩みごと全般

**相談料金**

【相談料】30分：5,000円（税別）  
・資力の乏しい方については、法律扶助制度により相談料は無料です。  
※正式に事件の依頼をされるときは、別途 弁護士費用が発生いたします。

**法テラス浜田法律事務所**

浜田市浅井町1580番地（第二龍河ビル6階）  
業務時間/平日9:00～17:00  
TEL.050-3383-0026

広告の申込先

- ◆市報誌
- ◆朝日新聞
- ◆各種印刷物
- ◆折込チラシ
- ◆広告看板

企画・制作・デザイン

**Sekio 石央広告社**

〒697-0034 浜田市相生町3818番地  
TEL 0855-22-7053

JA指定

**江津葬祭会館**

0120-52-2354

江津市和木町1136番地35

Tel 0855-52-2234  
Fax 0855-52-2236

有料広告

**内容 総合講座と専門講座  
（社会文化・園芸・陶芸・健康福祉の4科から選択）**

- ◎授業料など  
入学金1万円、授業料年額1万8千円、その他資料代・教材費別途
- ◎募集要項  
市町社会福祉協議会、公民館、学園事務局で配布します。
- ◎願書申込締切  
2月27日（金）
- ◎学園事務局に送付ください。  
※学園事務局に送付ください。
- ◎くにびき学園西部校（島根県社会福祉協議会石見支所内）  
Tel 0855（24）9336

**催し**

**第4回ワークシヨップ  
i n 二宮開催！**

- ◎日時  
2月8日（日）  
午前10時～午後4時
- ◎場所  
二宮交流館
- ◎内容
- ①ワークシヨップ  
二宮女性クラブ指導によるエ  
コ工作▽布小物編み物体験  
▽給手紙体験▽苔玉作り体験  
▽ハンドトリートメントコー  
ナー▽骨盤調整コーナーなど
- ◎参加料・材料費が必要
- ②フリーマーケット  
10ブース（2m×2m）

- ③フードコーナー  
※出店料500円。出店者募集中です。
- ◎参加申込の締切（ワークシヨップ、フリーマーケット、フードコーナー）  
2月4日（水）
- ◎二宮公民館  
Tel（53）1665

- ◎跡市のサロン  
「花サカス」の催し
- ①河上素子茶碗展（購入可）  
2月27日（金）28日（土）  
午前9時～午後5時
- ②箱上松男手作り和風展開催中
- ◎跡市地域コミュニティ交流センター  
Tel（56）2107

**ごうつファミリィ  
サポートセンター  
「交流会」開催します**

- ◎日時  
2月1日（日）  
午前10時～午後0時30分
- ◎場所  
子育てサポートセンター
- ◎出し物  
「ぎやんでい・ばすけつと」のパネルシアター
- ◎参加費  
無料
- ◎会員登録がない人でも参加できます。
- ◎子育てサポートセンター  
NPO法人ちやいるどりーむ  
Tel・Fax（52）0569

**島根県社会福祉協議会石見支所（島根県福祉人材センター石見分室）**

**ボランティア講演会**

- ◎日時  
2月23日（月）  
午後1時20分～
- ◎場所  
総合市民センター
- ◎講師  
鎌田寛さん（医師・作家）
- ◎演題  
「がんばらない」けど「あきらめない」く命を支えるということ
- ◎申込不要
- ◎江津市社会福祉協議会内  
江津市ボランティアセンター  
Tel（52）2474

**自分で有機野菜を作りませんか？**

- ◎「土づくり」や「野菜の作付計画」などを基礎から学び、自分で有機野菜を作りませんか？ボランティアを用いた実践も行います。
- ◎日時  
2月18日（水）  
午後1時30分～3時30分
- ◎場所  
じばさんセンター
- ◎講師  
土居勝栄氏（MOA自然農法文化事業団）
- ◎定員  
50人程度
- ◎参加費  
無料
- ◎申込方法  
電話などで「氏名・住所・電話番号・参加人数をお伝えください。」
- ◎農林水産課農業振興係  
Tel（52）7493
- ◎島根有機農業協会  
Tel 0855（75）0017

**浜田圏域自立支援協議会  
権利擁護セミナー  
「地域で暮らそう！」**

- ◎障がいを持つ人への支援体制について、幅広く地域住民の皆さんにもご理解をいただくことを目的とし、セミナーを開催します。
- ◎日時  
3月8日（日）  
午後1時15分～4時15分
- ◎場所  
いわみーる（浜田市野原町）
- ◎対象  
当事者、家族、支援者、事業所の従事者の他、関心のある人などなたでも
- ◎参加費  
無料
- ◎定員  
120人程度
- ◎内容
- ①講演「障がいのある人の権利擁護と地域生活を考える」（前全日本育成会政策委員・又村あおい氏）
- ②シンポジウム「地域で暮らそう！」
- ◎相談支援事業所島根整肢学園  
Tel（52）5779

お知らせ

制度・相談

募集

催し

くらしの広場

2月の無料相談

人権相談 (登記相談含む)	
江津会場	16日(月) 9:00~12:00 市役所3階 第2会議室
行政相談	
江津会場	16日(月) 9:00~12:00 市役所1階 市民相談室
桜江会場	18日(水) 9:00~12:00 コミュニティセンター和室
消費生活相談	
日時	3日(火)、17日(火) 9:00~12:00
場所	市役所1階 市民相談室
交通事故相談	
日時	毎週水曜日(祝休日を除く)
場所	浜田合同庁舎1階
備考	要予約 TEL 0855 (29) 5563 島根県交通事故相談所浜田相談室
こころの健康相談	
2月はありません	
サポステ浜田 就労相談	
日時	6日(金) 13:00~15:00
場所	人権啓発センター
備考	要予約 TEL 0855 (22) 6830 (しまね西部若者サポートステーション)
ふれあい福祉センター総合相談所	
法律相談(弁護士) ※要予約	12日(木) 13:00~15:00 市社会福祉協議会
一般相談(桜江会場) ※要予約	17日(火) 13:30~15:45 コミュニティセンター研修室
一般相談(江津会場) ※要予約	27日(金) 9:00~12:00 市社会福祉協議会
福祉相談(担当職員)	(月)~(金)通年 ※祝日・年末年始は除く 市社会福祉協議会
備考	予約・問合せ TEL (52) 6710

2月の断酒会

江津保健センター	
開催日	5日12日・26日(いずれも木)
時間	19:00~21:00
桜江保健センター	
開催日	19日(木)
時間	19:00~21:00
園 佐々井勉 TEL 090 (8715) 8679 豊田康弘 TEL 080 (1904) 8154	

市税などの納付

夜間の納付・納付相談	
日時	26日(木)、27日(金) 17:15~19:30
場所	市役所1階保険年金課窓口
対象	①市税(市県民税、固定資産税、軽自動車税) ②国民健康保険料
納付期限	
固定資産税(4期)	3月2日(月)

交通事故の発生状況

(12月末現在・江津警察署)

	年別	件数	死者	傷者
江津市	26年	46	0	52
	25年	39	1	45
県内	前年比	7	-1	7
	26年	1583	26	1831
	25年	1647	28	1950
	前年比	-64	-2	-119

人口・世帯数 (12月末現在)

種別	人数・世帯数	前月比
総人口	25,044	-3
男	11,575	-1
女	13,469	-2
世帯数	11,615	-14

市民生活課調べ

火災・救急・救助の件数

(12月末現在・江津消防署管内)

種別	月の件数	年間合計
火災	0	13
救急	99	1189
救助	1	20

江津市の物価の動き

(消費者友の会・物価調査係調べ)

品名	単位	平均
島根県産コシヒカリ	10kg	4,112円
LPGガス	10m <sup>3</sup>	7,938円
砂糖 上白袋入	1kg	237円
鶏卵 Lサイズ	10個	262円
牛乳	1L	247円
灯油(店頭価格)	18L	1,800円
ガソリン(レギュラー)	1L	154円

1月1日現在市内平均(税込)価格  
※特売は含みません。

ありがとうございます

(12月26日受付分まで)  
**社会福祉事業へ寄付(香典返し寄付)**  
 ▽渡津・高原正輝さん(故萬寿子さん) ▽浅利・中島三郎さん(故喜世さん) ▽二宮・山藤美之さん(故朝之さん) ▽江津・豊田光記さん(故松子さん) ▽和木・上地協道さん(故節子さん) ▽渡津・室岡真吾さん(故俊夫さん) ▽渡津・宝本佐智子さん(故剛一さん) ▽都野津・森口昌彦さん・(故敏夫さん) ▽江津・村田二郎さん(故初恵さん) ▽波子・山藤京子さん(故義隆さん) ▽波積・早見幸男さん・(故正男さん) ▽桜江・田中義雄さん(故能美未寿さん) ▽桜江・左右田千代子さん(故眞照さん)

**一般の寄付**  
 ▽浜田市・おさだ眼科クリニック 長田健二 ▽有福温泉・有福温泉町子ども会  
 ※掲載をご了承ください人について掲載しています。

江津市社会福祉協議会 (TEL 52-2474)

お詫びと訂正  
 1月号9ページで誤りがありました。お詫びして訂正します。  
 【誤】小埜浩吉さん 【正】古埜浩吉さん

風の国惑星観察会

2月から8月にかけて木星や金星、土星が夕方近くから観望できます。  
 ◎日時 2月~8月の毎週土曜日の午後7時30分~9時30分  
 木星は2月~6月  
 金星は4月~6月  
 土星は6月~8月が観望好期

移動ナースバンク(就業相談会)開催

◎内容 求人・求職相談、看護情報の提供など  
 ◎日時 2月18日(水) 午後1時~4時  
 ※毎月第3水曜日開催  
 ◎場所 済生会江津総合病院  
 ◎担当者 高橋百合子さん  
 TEL 0855 (28) 2200

石見海浜公園 親子もちつき大会

一緒にもちつきしてみませんか? できたおもちはお持ち帰りできます。  
 ◎日時 2月22日(日)  
 ①午前9時30分~正午  
 ②午後1時30分~4時  
 ◎場所 石見海浜公園予約センター  
 ◎定員 親子10組(20人程度)  
 ①②とも親子10組(20人程度)  
 (先着・希望順 要申込)  
 ◎参加費 親子1組500円  
 ◎持参物 エプロン・タオル  
 石見海浜公園予約センター  
 TEL 0855 (28) 2231

アークアス探検隊! 2月のイベント情報

☆ゆったりパパ・ママの会(未就学児と親子が対象)  
 ①飾り巻きずしをつくる  
 巻きずしで水族館の生き物ができるかな?  
 ◎日時 2月2日(月)、8日(日) 午前10時30分~正午  
 ◎定員 30人  
 ◎参加費 親子2人で500円  
 ◎申込方法 ホームページから  
 TEL 0855 (28) 3614

日曜講座 「ピースで海の生き物作り」

ピースでかわいいうみの生き物を作ってみよう!  
 ◎日時 2月15日(日) 午前10時~正午  
 ◎場所 レクチャーホール  
 ◎対象 どなたでも  
 ◎定員 30人  
 ※申し込みは電話(0855-28-3614)かHPから  
 しまね海洋館学習交流係  
 TEL 0855 (28) 3614

JR三江線と万葉の里 江の川ウォーク

春の江の川・三江線沿線の景色を楽しみながら歩くイベントです。  
 ◎日時 3月21日(土)  
 ◎集合 江津駅前午前9時  
 ◎コース  
 (10き)川平駅~江津本町  
 ▼土床坂~江津駅前  
 (5き)千金駅~江津本町  
 ▼土床坂~江津駅前  
 ※スタート地点までは三江線臨時列車で移動します。  
 ◎参加費 500円  
 (小学生以下は300円)  
 ◎募集人数 200人  
 ※募集人数になり次第締め切ります。  
 ◎申込締切 3月10日(火)  
 万葉の里・江の川ウォーク実行委員会(江津商工会議所)  
 TEL (52) 2268

浜田養護学校高等部 展示・販売会 はまよう たまも市

販売活動を通して生徒の働く意欲を育てるとともに、日頃の学習の成果を広く地域の方々に知っていただくことを目的に、展示・販売会を開催します。  
 ◎日時 2月18日(水)、19日(木) 午前10時~午後3時  
 ◎場所 ゆめタウン浜田催事場  
 ◎内容 作業学習製品の展示販売▽各作業班の紹介パネル展示  
 浜田養護学校(松崎・三島)  
 TEL 0855 (28) 2200

石見海浜公園 親子もちつき大会

一緒にもちつきしてみませんか? できたおもちはお持ち帰りできます。  
 ◎日時 2月22日(日)  
 ①午前9時30分~正午  
 ②午後1時30分~4時  
 ◎場所 石見海浜公園予約センター  
 ◎定員 親子10組(20人程度)  
 ①②とも親子10組(20人程度)  
 (先着・希望順 要申込)  
 ◎参加費 親子1組500円  
 ◎持参物 エプロン・タオル  
 石見海浜公園予約センター  
 TEL 0855 (28) 2231

移動ナースバンク(就業相談会)開催

◎内容 求人・求職相談、看護情報の提供など  
 ◎日時 2月18日(水) 午後1時~4時  
 ※毎月第3水曜日開催  
 ◎場所 済生会江津総合病院  
 ◎担当者 高橋百合子さん  
 TEL 0855 (28) 2200

アークアス探検隊! 2月のイベント情報

☆ゆったりパパ・ママの会(未就学児と親子が対象)  
 ①飾り巻きずしをつくる  
 巻きずしで水族館の生き物ができるかな?  
 ◎日時 2月2日(月)、8日(日) 午前10時30分~正午  
 ◎定員 30人  
 ◎参加費 親子2人で500円  
 ◎申込方法 ホームページから  
 TEL 0855 (28) 3614

電話法律相談常時受付!(無料)  
**佐和法律事務所** TEL.0855 24-1366  
 所長弁護士 佐和洋亮は、浜田高校S36年卒業、弁護士歴40年です。

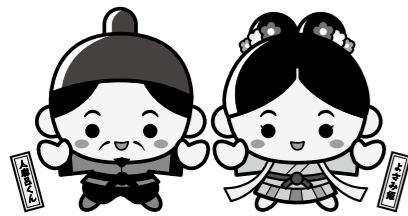
取扱事件  
 ○借金のここと(サラ金などからの催促) ○交通事故  
 ○会社関係(代金請求、会社経営問題など) ○相続  
 ○離婚 ○不動産(借地、借家など) ○その他の法律问题

料金  
 ・電話や来所による簡単な相談は無料。  
 ・相談料(基本)30分5,000円。  
 ・裁判所への手続きなどの費用は当事務所の報酬規定によりますが、分割払い可能です。  
 浜田市紺屋町43番地5 オリンピアビル2階  
 (東京事務所)東京都港区西新橋1-9-1 アコール新橋9階  
 TEL.03-3591-0082

ま心でご奉仕  
**うえの葬祭**  
 自宅葬:会館葬:社葬:神式葬ほか  
 年中無休☆24時間受付 本社 0855-26-0650  
 江津市都野津町 江津市浅利町(9号線沿)  
**江津会館** TEL(0855) 54-3225 《約200席》  
**江の川ホール** TEL(0855) 54-1004 《約90席》

各病院の処方せんを受け付けます! 各種クレジットが手数料なしでOK!!  
**くすりのファミリア 浜田駅薬局**  
 浜田医療センター2階から、連絡通路を渡ってすぐ!  
 営業時間 月~金 午前8:30~午後6:00  
 定休日:土曜日、日曜日、祝日  
 TEL(0855) 22-1516 浜田市浅井町  
 FAX(0855) 22-1517 浜田駅2階

**くすりのファミリア 江津薬局**  
 国道9号線沿い 井廻医院すぐ横  
 営業時間 月~金 午前9:00~午後6:00  
 土曜日 午前9:00~午後1:00  
 <定休日> 第2土曜日、日曜、祝日  
 TEL(0855) 54-1052 江津市  
 FAX(0855) 52-3078 嘉久志町



江津の1カ月は、これを見ればバッチリ!

# ごうつかレンダー 2月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1 ●市民公開講座 ●フットサルGEリーグ ●ファミサポセンター交流会 (22) 10:00~12:30	2	3 ●消費相談 (25) ●休館日 ●発達健康相談 ※要予約	4 ●3歳児健診 対象:平成23年9月~10月生まれ	5 ●休館日 ●定休日 ●断酒会 (25)	6 ●就労相談 (25) ●お楽しみの日「キッドピクス」 10:00~11:00 ●県人権教育研究大会分科会	7 ●子育て支援者スキルアップ講座 ※要予約
8 ●PTNAピアノステップ	9	10 ●休館日 ●ほかほかおもちゃサークル「フラワーアレンジメント」 10:00~11:30 ※要予約	11 ●休館日 ●無料法律相談所 (21)  建国記念の日	12 ●休館日 ●定休日 ●法律相談 (25) ●断酒会 (25)	13 ●お楽しみの日「ひな人形づくり」 10:00~11:00	14 ●子育て支援者スキルアップ講座 ※要予約
15 ●ステップ・ジャンプ・コンサート ●フットサルGEリーグ	16 ●人権相談 (25) ●行政相談 (25)	17 ●消費相談 (25) ●休館日 ●一般相談 (25) ●乳幼児相談日、離乳食教室 9:30~12:00	18 ●行政相談 (25) ●乳幼児相談・おっぱい相談 9:30~12:00 ●有機野菜づくり講習会 (23)	19 ●休館日 ●定休日 ●断酒会 (25) ●年金友の会ふれあい大会  ごうつ食育の日	20 ●無料調停相談 (21) ●お楽しみの日「有機野菜を使った調理実習」 9:00~13:00 ※要予約	21 ●絵本の読みかたりの日 10:00~11:00
22 ●休日開場日 (20) ●フットサルGEリーグ	23 ●相続・贈与税無料相談会 (21) ●ボランティア講演会 (23)	24 ●休館日	25 ●離乳食教室 対象:初期 (5~6カ月) ●パパママ学級・赤ちゃん教室 (23) 「ベビー3B」 10:00~11:30	26 ●消費者セミナー・相談会 (21) ●休館日 ●定休日 ●断酒会 (25) ●納付相談 (25) 17:15~19:30	27 ●一般相談 (25) ●お楽しみの日「ひなまつり会」 10:00~11:30 ●納付相談 (25) 17:15~19:30	28 ●休館日 ●男女共同参画宣言都市5周年記念講演会

●子育てサポートセンター ●サンピコごうつ ●江津保健センター ●桜江保健センター ●社会福祉協議会 ●人権啓発センター ●中央公園 ●総合市民センター ●じばさんセンター ●役所 ●市役所市民相談室 ●コミュニティセンター ●公民館 ●島の星クリーンセンター ●エコクリーンセンター ●済生会江津総合病院 ●江津市図書館 ●グリーンモール ※カッコ内の数字は、記事掲載ページ。

## シャオシャ 小夏の日本イロハ感想記

お正月があつという間に過ぎ、気づけばもう2月です。2月といえば、節分ですね。中国には節分がないので、この時期スーパードキュメント並ぶ豆菓子やテレビに映る大相撲力士の豆まき風景を見て、とても新鮮に感じます。私も江津に来て、1回だけ豆まきを体験したことがありますが、浅利地区の子どもたちのイベントに参加した時です。皆さんと一緒に小分けにパックされた豆菓子を手で、「鬼は外、福は内」と声を発しながら、鬼役を追いかけ、投げつけました。中国に節分はありませんが、立春はあります。立春は一年間の農作業を始める重要な節分なので、昔からいろいろな行事があります。例えば、田舎では「打春牛(ダーチュンニウ)」と呼ばれる行事があります。これは、泥などで作られた牛をムチで打ち、1年の豊作を願う行事です。また、春巻や春餅(チュンビン)を食べるのも立春の風習です。春巻は日本でもおなじみの食べ物ですが、春餅は小麦粉を水で溶いて、丸く薄く延ばして油で焼いたものです。食感は柔らかく、春野菜(春菊やニラなど)や肉、炒り卵を包んで食べます。春巻や春餅には新春を祝い、健康を願う意味が含まれています。

また、ことしは2月19日が中国の伝統祝日春節(しゅんせつ)です。日本では旧正月ですが、中国では最も盛大な祝日です。春節には爆竹(はくちく)を鳴らす風習があります。これは厄を除け、福を招く意味があつて、節分の豆まきとよく似ています。日本では年男・年女や厄年の人が豆をまくと聞いています。中国にも厄年の文化があつて、自分の生まれた干支が厄年になります。つまり、12歳、24歳、36歳などが厄年になるのです。厄年を迎える人は厄除けのために、一年中赤いものを身につけるのが習わしです。家族や親族も赤のベルトや靴下などを厄年の人に贈ります。寒い日が続いていますが、節分・立春が過ぎれば、天気は段々と暖かくなるでしょう。皆さんが良き春を迎えられますよう心からお祈りします。



江津市国際交流員 シャオシャ 瑞紅

### 節分

## 年金だより

保険年金課医療年金係 TEL (52)7483

### ご存知ですか お得な国民年金保険料 口座振替

国民年金保険料の支払いは、口座振替をご利用いただく金融機関などへ払いに行く手間と時間が省けます。また、自動引き落としのため、納め忘れの心配がありません。ただし、口座振替日の預金残高に注意する必要があります。

- 「口座振替」には割引制度があります。
- 「早割」は月50円割引します。
- 「前納」(6カ月分・1年分・2年分をまとめて引き落とす前払い)
  - 割引は最大で1万4800円引き
  - (平成26年度2年前納した場合)
- ※前納の申込期限は2月末日です。
- クレジットカードによる納付
  - 割引はありませんが、現金納付と同じ割引率です。
  - クレジットカードによる2年前納はできません。
  - 口座振替に変更して2年前納などを選択することができます。申込期限は2月末日です。
  - 手続きは簡単です。

銀行印、通帳、年金手帳をご持参の上、年金事務所へ申し込みます。

● 浜田年金事務所  
TEL 0855 (22) 0673

2006



桜江スポ少が県大会優勝（平成18年）

小学校から高校まで、この10年間、全ての年代で全国大会出場を果たすなど、県内でも非常にレベルの高い江津の野球。9年前の平成18年には、桜江スポ少が、学童野球県内一を決める大会「マクドナルドカップ」で優勝を果たしました。

市町村合併により江津市のチームとして出場するようになって3年目。大規模校のチームを打ち破ったの快挙でした。

優勝旗を手に笑顔の球児たちも、今では20歳。今回の成人式で大人の仲間入りを果たしました。7ページの集合写真で、たくましく成長した彼らの姿を見ることが出来ます。

編集部より

ことしも1月2日、成人式から仕事が始まりました。広報担当になって5回目、以前の課で出た分を含めると、実に9回目の成人式です。雪が舞うあいにくの天気でしたが、積もらずにすんだのは何よりでした▼近年恒例になっている、式典終了後のステージでの記念撮影。笑顔の表情を撮ろうとカメラを向けたとき、額に収まった写真を見つけたました。春花さんの写真でした▼式の後にはそろって春花さんの墓参りもした同級生。春花さんとの別れから10年がたとうとしています。が、大人になった今もしっかりと、同級生の心には彼女が残っているんですね。「友達って、いいものだな」。9回目の成人式は、今までになく印象に残ったものになりました(吉岐)

こうつ防災メール  
登録用バーコード



この広報紙は地球に優しい、石油をあまり使用しない  
植物油インクを使用しています