

# 広報 おばま

No.824

8

AUG. 2022

悠久の歴史と風土が生きるまち  
～新たな時代の御食国若狭おばま～

特集

しあわせをつなぐ  
自分にできる「小さな一歩」

## 小さな一歩、自分にできること

### 「誰かの役に立って 喜んでもらいたい」

倉谷 千恵子さん (88歳)



健康のためには、足腰を鍛え筋力を付けることが大切です。仲間と歩いたり、近くの山に登ったりしています。食事は、家で作った減農薬のコメや野菜を食べ、甘味料や保存料入りの食品は避けています。

また、約30年前から観光ボランティアなどで活動し、「若狭の語り部」などもたに歴史を教えています。誰かの役に立って喜んでもらえる人間でありたいと、健康に気を付けています。

### 小さな一歩「自らの健康は、自らつくる」

自分でできる心や体の健康づくりに取り組みましょう。

- 毎食、野菜から食べる
- 減塩を心がけ、汁物・漬物は1日1回程度に
- 間食は時間を決めて控えめに
- 飲酒する場合、週2回は休肝日を
- 今より10分多く体を動かす
- 適正体重維持のため、毎日体重を測定
- 年に1回健康診査（健康診断）を受診

### 「高齢者に必要な支援を」

小浜市社会福祉協議会  
地域包括支援センター 社会福祉士  
堀田 雄大さん (32歳)



家族や近所の人、民生委員などから聞いた高齢者に関する悩みを聞き、関係機関と連携して必要な支援を行っています。

話はしっかり聞き、支援が途切れないようにしています。身近にいる高齢者のことでどこに相談していいかわからない場合は、一人で抱え込まず気軽に相談してください。地域でその人を支えましょう。

### 次の一歩「『おたがいさま』の気持ちを行動に」

隣近所の人同士で困ったときや、異変を感じたときは、助け合いましょう。

- 隣近所同士、毎日声を掛けて見守る
- 旅行や入院などで長期間、家を空けるときには、互いに声を掛け合う
- 隣の人の様子がいつもと違う、夜になっても明かりがつかないなど、異変に気付いたら、民生委員などに相談

### 「自分や家族のためにも参加」

小浜市赤十字奉仕団 委員長  
柴田 博美さん (64歳)



防災訓練への参加や、被災者を支援する街頭募金活動を行っています。街頭募金は、被災された方の役に立てればと思いついています。

また、介護や健康に関する講習を開催するほか、市民の皆さんも参加できる救急法の講習も行っていきます。知識があれば、有事の際にできることもあります。自分や家族のためにも講習に参加してほしいと思っております。学んだことを広めて欲しいですね。

### さらに一歩「地域の行事やボランティアに参加」

地域とつながりを持ち、楽しんで生きる「生きがい」を持ちましょう。

- 地域の行事や祭り・奉仕作業への参加
- 学校・職場・公民館での活動に参加
- 自分にできることを仕事に（シルバー人材センターなどへの登録）
- ボランティア団体に入って活動
- 仲間とともにボランティア団体を立ち上げ、みんなの居場所づくり

# しあわせをつなぐ

自分にできる「小さな一歩」

問い合わせ 市民福祉課 ☎ 64・6011



## 地域を取り巻く生活環境が変化

近年、少子高齢化や核家族化の進展、新型コロナウィルス感染症などにより、生活環境が変化し、隣近所など地域で暮らす人同士の支え合う機能が弱まりつつあります。

また、全国では、孤独死や引きこもりなどの社会的孤立、長年家に引きこもる子どもを高齢の親が支える「8050問題」や虐待など、生活の中で抱える問題は、複雑で多方面にわたり、生活課題に対応する支援の充実が求められています。



## 「助け合って暮らせるまちに」 地域共生社会を創る

難しい課題を解決するために、制度・分野ごとの縦割りや、「支える側」、「支えられる側」という関係を超え、一人ひとりが生きがいや役割を持って、助けを必要とする人を支援する「地域共生社会（助け合いの輪）」を創ることが大切です。

**誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるまちへ**

地域には、一人暮らしの高齢者や、病气・障がいのある人、子育てや介護に悩む人など、さまざまな困りごとを抱え、何らかの支援を必要としている人たちが暮らしています。

市では、支援を必要としている人の問題を、個人ごとではなく、「地域の課題」として捉え、地域住民みんなで課題を整理し、解決に向けて取り組み、さまざまな人の生活を支えていくことを目指す「小浜市地域福祉計画」を策定し、今年度からは、第4期計画に基づく取り組みが始まっています。計画は、社会情勢の変化や、計画の進み具合に応じて見直しを行います。

## 第4期「小浜市地域福祉計画」

計画期間 令和4～8年度

## 【基本理念】「みんなが活躍できる 地域のしあわせ」

基本目標	1 「自らの健康づくり・共に支え合うきずなづくり」	豊かな食文化を生かし、食育を大切に健康づくりや介護予防、ボランティアなどの生きがいづくりを推進 人と人とのつながりを深め、支え合う社会づくりを推進
	2 「安全・安心な地域づくり」	防災や防犯に対する地域連携、地域での助け合い、保健・医療・介護・福祉の関係機関やサービス事業所など団体との連携を維持
	3 「暮らしやすいまちづくり」	家庭で抱える問題の実態把握と相談支援体制の構築 子育て支援・障がいのある人への支援、高齢者の生活を支える福祉事業の推進

地域福祉とは、「みんなが地域のために何かをしていこう」という意識のもと、市民の皆さん、社会福祉協議会、福祉・介護・医療などの事業者、NPO団体、ボランティア、市役所などの行政などが力を合わせ、安心して暮らせる地域をつくっていくことです。

● 治療初回から **不妊治療の費用を助成します**

■問い合わせ 健康管理センター ☎ 52・2222

▶対象となる費用

**4月1日以降に受けた医療保険適用の治療にかかる費用（治療費＋交通費）**

医療保険適用の治療とは、人工授精、特定不妊治療（体外受精・顕微授精）、男性不妊の治療のこと

▶助成限度額

治療の種類	上限	回数
人工授精	1回当たり 6,000円	年度内3回まで
特定不妊治療 (体外受精・顕微授精)	1回当たり 6万円	年度内3回まで
男性不妊の治療	1回当たり 6万円	年度内3回まで

▶対象 不妊治療に取り組む夫婦・事実婚のカップル

- 主な要件**
- 2人のうちどちらかが1年以上小浜市に住んでいること
  - 治療開始時の女性の年齢が43歳未満であること
  - ※ただし、4月2日～9月30日(金)に43歳の誕生日を迎える人は、9月30日までの治療1回分にかかる費用が助成の対象になります

▶申請期限 治療の最終日から6カ月以内

▶申請書類 市公式ホームページからダウンロードもしくは、健康管理センターで配布しています

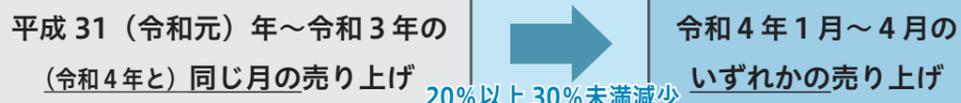
助成の対象となる要件や、助成額の算出方法など、詳しくは問い合わせてください

**対象事業者に市独自の「事業継続支援金」を給付します**

■問い合わせ 商工観光課 ☎ 53・9705  
小浜商工会議所 ☎ 52・1040

▶支援金給付額 10万円

▶対象 新型コロナウイルス感染症の影響により、売り上げが20%以上30%未満減少した中小企業の法人・個人事業主で市内に所在がある（法人は市に本社がある）事業者



※国の事業復活支援金や県の中小企業者等事業継続支援金、他の自治体で同様の給付を受けていないこと

▶申請期限 8月31日(土)

▶申請の受付場所 福井銀行・福邦銀行・小浜信用金庫・福井県農業協同組合（みそら支店は除く）の市内の店舗、または小浜市漁業協同組合

▶提出書類 確定申告書の写しや月の売り上げ状況が分かる書類などが必要です。詳しくは問い合わせください

**小浜市 6月補正予算 主な事業を紹介します**

※印は新規事業、説明文の後は予算額

■市民の皆さんのマイナポイント申し込みを支援\*

国のマイナポイント事業の申し込み手続きを支援するため、申し込み支援員の設置など 335万9,000円  
【担当】広報・デジタル推進課 ☎ 64・6009

■夫婦などの不妊治療の費用を助成\*

(詳しくは5P) 216万円

■子宮頸がんワクチンの接種機会を逃した世代へ接種実施

(関連のお知らせは4P下) 1,670万5,000円

■60歳以上や基礎疾患がある人の新型コロナワクチン接種

新型コロナウイルスワクチン4回目接種対象者への接種実施 3,495万1,000円  
【担当】新型コロナウイルスワクチン接種対策チーム ☎ 64・6095

■事業者の皆さんのPR力向上を支援\*

SNSなどに掲載する商品などの画像や動画の作成支援、見せ方のセミナーを行う 462万円  
【担当】商工観光課 ☎ 53・9705

■コロナ禍の支援・対象の事業者に市独自の支援金\*

(詳しくは5P) 2,057万6,000円

■市民の皆さんが使える電子クーポン「おばまグルメ割」\*

市内飲食店での3,000円以上の買い物で、1,000円を割り引く電子クーポン「おばまグルメ割」を発行 2,184万1,000円  
発行・使用は9月中旬まで(予定)  
【担当】商工観光課 ☎ 53・9705

■市民の皆さんが購入できる地域商品券「おばまチケット」

1セット6,500円相当のお買い物ができる地域商品券「おばまチケット」を5,000円で販売 7,628万2,000円  
販売開始:9月30日(金)(予定)  
使用期間:9月30日(金)～令和5年1月中旬(予定)  
【担当】商工観光課 ☎ 53・9705

■農業者向けに、機械のシステムなどの導入を支援\*

ロボット技術やICT(情報通信技術)などを活用したスマート農業を育成するため、ドローンやトラクター自動操舵補助システムなどの導入を支援 1,050万4,000円  
【担当】農政課 ☎ 64・6023

■農業者の水稻・園芸作物の肥料購入を支援\*

肥料価格高騰を受け、水稻・園芸作物の肥料購入費用の一部を支援。水稻が10㎡当たり2,000円、園芸作物は2万円の肥料購入に対し10%を支援 1,642万1,000円  
【担当】農政課 ☎ 64・6023

■通学路を通る市民の皆さんの安全を守るために\*

道路側溝を整備し、通学路における歩行路を確保 1,600万円  
【担当】都市整備課 ☎ 64・6025

【補正予算の概要に関する問い合わせ】財政課 ☎ 64・6010  
(事業内容に関することは、各担当へ問い合わせてください)

**子宮頸がん予防ワクチン 自費で接種した費用を払い戻します**

●問い合わせ 健康管理センター ☎ 52・2222

▶対象

令和4年4月1日時点で市に住民票がある平成9年4月2日～平成17年4月1日生まれで、令和4年3月31日までに自費で子宮頸がん予防ワクチンを接種した人

▶申請期限

令和7年3月31日(日)まで

▶払い戻し金額

子宮頸がん予防ワクチン接種にかかった費用のうち、市の規定額

▶申請に必要な物

接種費用の支払いを証明する領収書や、接種記録が確認できる母子健康手帳など  
※その他必要な書類があります。詳しくは、問い合わせてください

子宮頸がんワクチンの接種機会を逃した世代の皆さんで、まだ子宮頸がん予防ワクチンを接種していない人が公費で接種できる「キャッチアップ接種」も実施しています。

## 各種保険料などの減免 申請期限は令和5年3月31日<sup>金</sup>まで

次の要件を満たす人は、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の減免を受けることができます。減免を受けるには、申請が必要です。該当する人は、収入を証明する書類を添えて担当課まで申請してください。

### 減免を受けられる保険料など

保険料などの種類	減免の対象	申請・問い合わせ
①国民健康保険税	・納期限が令和4年4月1日～令和5年3月31日のもの	税務課 ☎ 64・6004
②後期高齢者医療保険料	・令和4年度分の保険料で、納期限が令和4年4月1日～令和5年3月31日のもの ・令和3年度分の保険料で、令和4年2月以降に資格を得たことなどによって、納期限が令和4年4月以降のもの	市民福祉課 ☎ 64・6018
③介護保険料	・納期限が令和2年2月1日～令和5年3月31日のもの	高齢・障がい者元気支援課 ☎ 64・6014

### 減免の対象となる人

#### 【保険料などの一部が減額される人】

新型コロナウイルス感染症の影響により、世帯の主たる生計維持者が以下に当てはまる人

- ①国民健康保険税 下表のア～ウの全てに該当する人
- ②後期高齢者医療保険料 下表のア～ウの全てに該当する人
- ③介護保険料 下表のア、イの両方に該当する人

#### 【保険料などが全額免除される人】

新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡した、または、<sup>しゅうとく</sup>重篤な傷病を負った世帯の人

一部減額の条件	収入の種類ごとにみた本年の収入のいずれかが、令和3年に比べて10分の3以上減少する見込み	→	①～③の共通の条件
ア	収入の種類ごとにみた本年の収入のいずれかが、令和3年に比べて10分の3以上減少する見込み	→	①～③の共通の条件
イ	収入減少が見込まれる種類の所得以外の、令和3年の所得の合計額が400万円以下	→	
ウ	令和3年の所得合計額が1,000万円以下	→	①、②の条件

### 減免額

減免額は、保険料額や所得額、所得に応じた減免割合などを元に算出されます。

詳しくは、市公式ホームページを参照するか、保険料などの種類に応じて問い合わせてください。

## 国民健康保険・後期高齢者医療保険の被保険者に対する傷病手当

市および県後期高齢者医療広域連合では、新型コロナウイルスへの感染もしくは感染の疑いがある人が仕事を休んだ場合に、傷病手当金を支給します。

【対象期間】令和2年1月1日～令和4年9月30日<sup>金</sup>

申請には、被保険者記入用の申請書のほか、事業主と医療機関にも申請書を記入いただく必要があります。詳しくは、市民福祉課に問い合わせてください。

■問い合わせ先 市民福祉課 ☎ 64・6018

※対象期間は、延長になる可能性があります

### ■対象となる要件 次の①～⑤すべてを満たす人

- ①小浜市国民健康保険または福井県後期高齢者医療制度に加入している
- ②給与の支払いを受けている
- ③新型コロナウイルス感染症に感染した、または発熱など感染が疑われ、療養のために仕事ができない
- ④連続した3日間を含み、4日以上仕事を休んだ
- ⑤仕事を休んだ期間、給与を受け取っていない、または受取額が一部減らされている

## 住民税非課税世帯等への特別給付金

詳しくは、13Pを参照してください▶

## 新型コロナウイルス感染症に関する情報

### 熱中症と感染症予防

環境省・厚生労働省の「熱中症予防×コロナ感染防止リーフレット」を参考に作成

■問い合わせ 健康管理センター ☎ 52・2222

#### マスクの着用

屋外ではマスク着用により、熱中症のリスクが高まります。

◆運動時には、忘れずマスクを外しましょう

◆通勤や通学などもマスク着用の必要はありません

およそ2m以内の距離で会話をする場合は、  
マスクの着用を！



#### 暑さ対策

##### 暑さを避けましょう

- 涼しい服装や日傘、帽子などを利用
- 少しでも体調が悪くなら、涼しい場所や日陰に移動

##### のどが乾いていなくても、こまめに水分補給をしましょう

- 1日あたり1.2ℓを目安に、こまめに水分補給  
→入浴前後や起床後にも
- 大量に汗をかいた時は、忘れずに塩分補給

##### エアコン使用中も、こまめに換気をしましょう

- 窓とドアなど2カ所を開けて、扇風機や換気扇を併用  
※一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません

##### 日頃からの健康管理

- 無理のない範囲で適度に運動  
→ややきつと感じる強度で、毎日30分程度
- 決まった時間に、体温測定と健康をチェック
- 体調が悪いときは、無理せず自宅で静養

## 新型コロナワクチン接種を受けていない皆さんへ

市では、新型コロナウイルス感染症の発症を予防し、重症化を防ぐことで、市民の生命を守るため、ワクチンの接種を推奨しています。

ワクチンは高い効果がある一方で、その効果は時

間の経過に伴って、徐々に低下していくことが示唆されています。

自分自身はもちろん、家族や社会を守るためにも、接種を検討してください。

### 【対象者ごと ワクチンを接種できる回数】

※ファイザー社製もしくは武田/モデルナ社製（小児用ワクチンはファイザー社製）の場合

■60歳以上の人・18歳～60歳未満で基礎疾患が有るか、新型コロナウイルスに感染した場合の重症化リスクが高いと医師が認める人 = 4回（接種券は接種時期に合わせて随時送付）

■12歳以上の人 = 3回 ■5歳～11歳の人（小児用ワクチン） = 2回

接種の予約・変更・キャンセルなどはこちら 予約には市が発行する接種券が必要です

予約専用WEBサイト

**新型コロナワクチン  
接種の予約**

24時間受付中

インターネット簡単ご予約はこちら▶



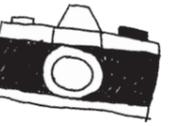
▲パソコンは市HPバナー（左）から、スマートフォンは二次元コード（右）からアクセス

電話など

小浜市新型コロナワクチンコールセンター  
☎ 64・5654 FAX 64・5342  
✉ vaccine-soudan@city.obama.lg.jp

接種券を紛失した場合は再発行できます。  
再発行はコールセンターまで連絡してください。

接種実施期間や接種可能なワクチンの種類、接種場所など、接種に関することは、随時、予約専用WEBサイトや、市公式ホームページに掲載します。



**利用者が作業などに取り組む新拠点**  
障がいのある人たちが通所する社会福祉法人若狭つくし会の新しい事業所が完成（水取四丁目・6月7日）

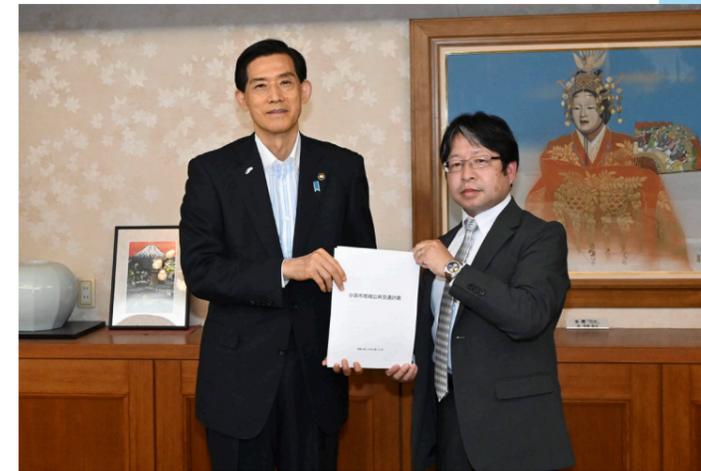
**フランス総領事と高校生が交流**

在京都フランス総領事ジュール・イルマンさんが生徒たちにフランスの歴史などを紹介（若狭高校・6月16日）



**若江線の運行本数維持などを求めて**

松崎市長と渡辺英朗若狭町長が西日本ジェイアールバス（株）にバス運行に関する要望書を提出（大阪市・6月28日）



**地域交通の方針を示す 市で初の計画**

住民代表などが参加する市地域公共交通会議が「小浜市地域公共交通計画」を取りまとめ松崎市長に報告（市庁舎・6月27日）



**地域の防災や防犯に役立てて**

電気工事業を営む(株)エーアールが市にLED懐中ライト1,250個を寄付（市庁舎・6月17日）



**老若男女が市内散策を満喫**

「<sup>うま</sup>旨いもんすごろく in 小浜」が催され400人が市内5地点を巡るまち歩きに参加（香取・6月19日）



**ウクライナの平和を願って**

市内企業2社と1組合から提供を受けた2,400缶のさばの缶詰をウクライナ避難民の元へ発送（市庁舎・6月13日）



**北陸新幹線小浜・京都ルート早期実現に向け**

令和12年度末の小浜・京都ルート全線開業に向け3年ぶりに建設促進同盟会総会が開催（文化会館・6月18日）



**気合い十分 4年ぶりに大会**

「小浜消防団消防操法大会」に2種目計10チームが出場し磨き上げた技能を披露（川崎三丁目・6月19日）

**水難事故に対して迅速対応するため**

市水難救難所と小浜海上保安署が海中に転落した乗船者を救助する訓練などを実施（犬熊・6月8日）



**市内10園で環境教室を実施**

園児が市主催の環境教室に参加し省エネや電気自動車の仕組みなどを学ぶ（聖ルカ幼稚園・6月17日）

**市内海水浴場 県内トップを切ったの開設**

3年ぶりに開設される海水浴場の安全を願う関係者が祈りをささげる（若狭鯉川シーサイドパーク・6月30日）



### くらしの情報

小浜市役所  
〒917-8585 小浜市大手町 6-3  
☎0770-53-1111(代)  
FAX 0770-53-0742(代)  
HP https://www1.city.obama.fukui.jp/

### お知らせ

#### 小型特殊自動車は申告が必要です

税務課 ☎64・60004

農耕車や建設機械など、小型特殊自動車を持つている人は、公道走行の有無に関わらず、市への申告が必要です。軽自動車税の課税対象となりますので、ナンバープレート(課税標識)の交付を受けてください。

#### ▼申告が必要な小型特殊自動車

##### 【農耕作業用車】

農耕トラクター、コンバイン、動力運搬車、田植機など

##### 【その他の特殊自動車】

シヨベル・ロード・ロード・ローラ、フォークリフトなどで、車両の大きさが長さ4.7m以下、幅1.7m以下、高さ2.8m以下

▼申告方法 必要な書類などを税務課に持参して手続き  
※車両の取得方法(販売店からの

購入・市内外の人からの譲渡)や処分などの場合によって、申告に必要な書類が異なりますので、税務課まで問い合わせてください  
※軽自動車税や減価償却費は、確定申告などで収支計算の経費に算入できます  
※正当な理由なく申告をしなかった場合は、市税条例に基づき、10万円以下の過料が科せられます

#### 乾燥肥料の無料配布

衛生管理所 ☎52・1522

し尿を処理した後にできる「乾燥肥料」を無料で配布します。

▼とき 8月22日(月)～9月2日(金)の期間中の平日、9時～16時

#### ▼ところ 衛生管理所(荒木)

※乾燥肥料の臭いに対する苦情が寄せられています。開封後は早めに散布し、必ず覆土してください。野外で保管する際は必ずシートなどで覆い、周辺住民への配慮をお願いします

#### 法務局が自筆の遺言書を預かります

市民福祉課

自筆証書遺言書とは、遺言者が作成した遺言書を法務局で長期間、確

実に保管・管理し、遺言書の紛失・亡失や利害関係人による破棄、改ざんなどを防ぐことができます。遺産相続手続きが円滑に行われるこの制度をぜひ利用してください。※利用には、遺言者本人が法務局へ訪れて申請する必要があります(予約制)。詳細は、問い合わせください

#### 中央公民館 8月の休館日

生涯学習スポーツ課 ☎64・6033

通常の休館日に加えて、8月12日(金)13日(土)は臨時休館します。

8月の休館日は次の通りです。

▼8月の休館日 1日(月)、8日(月)、11日(木)～15日(月)、21日(日)、22日(月)、29日(月)

#### わが社にも退職金制度!

「中退共」は、中小企業のための国の退職金制度です。掛金助成や税法上の優遇が受けられ、外部積立型だから管理も簡単。退職金はぜひ中退共におまかせください。

【お問合せ先】(独)勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 ☎03(6907)1234

### 募集

#### 小浜市総合文化祭 短歌大会 参加作品

文化会館

▼応募点数 1人につき1首

▼応募料金 1000円

※応募には、ゆうちょ銀行(郵便局)で購入できる定額小為替が必要

▼申し込み 作品と名前を書いた用紙、応募料金分の定額小為替を、〒917-0044小浜市飯盛28-1 29-1小浜市歌人協会会長の古谷(ふるたに)擴子(ひろこ)さんへ郵送

▼申込期限 9月5日(月)

#### 【短歌大会】

▼とき 11月13日(日)

▼ところ 文化会館(大手町)

▼問い合わせ 小浜市歌人協会会長の古谷(ふるたに)さん ☎090・3885・2012

#### 戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者

市民福祉課

日本遺族会は、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。

この事業は、厚生労働省から補助を受けて実施しており、先の大戦で父親などの戦没した旧戦域を訪れ、

慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図ることを目的としています。

#### ▼対象 戦没者の遺児

▼参加費 10万円

▼申し込み 福井県遺族連合会 ☎0776・22・0822

▼問い合わせ 日本遺族会事務局 ☎03・3261・5521

※日程など、詳しくは問い合わせください

#### 看護学生

公立若狭高等看護学院 ☎52・0162

公立若狭高等看護学院では、令和5年4月入学の受験生を募集します。

▼推薦入学・社会人入学(一次試験)

▼受付期間 9月26日(月)～10月7日(金)

▼試験日 10月15日(土)

▼結果発表 10月28日(金)

▼推薦入学・社会人入学(二次試験)

▼受付期間 11月28日(月)～12月9日(金)

▼試験日 12月17日(土)

▼結果発表 12月28日(木)

#### 【一般入学(一次試験のみ)】

▼受付期間 12月26日(月)～令和5年1月13日(金)

▼試験日 令和5年1月21日(土)

▼結果発表 令和5年2月3日(金)

※詳しくは、問い合わせください

### 健康・福祉



#### 認定こども園・保育園などの入園に向けた見学

子ども未来課 ☎64・6013

令和5年度の認定こども園・保育園などへの入園に向けて、公立・私立各園の見学ができます。

入園について聞きたいこと、相談したいことがあれば、気軽に見学に来てください。

▼とき 8月中旬～9月中旬にかけて、各園が指定する日

※各園および子ども未来課窓口で一覧を配布。詳細は市公式HPで見ることができます

▼問い合わせ 各園または子ども未来課まで

#### 高齢者よい歯のコンクール

健康管理センター

県歯科医師会では、健康な歯と歯ぐきづくりへの意識を高めるため、「高齢者よい歯のコンクール」の参加者を募集しています。

▼対象 次の①～④すべてを満たす人  
①県内在住②9月30日時点で満80歳以上③自分の歯が20本以上残っている④過去に本コンクールで受賞経験が無い⑤審査会場(近隣

#### 「子どもの人権110番」電話相談

##### 相談電話

0120(007)110

※お金はかかりません

##### 受付日時

8/26(金)～9/1(土) 8時30分～19時 (土日は10時～17時)

いじめや心配事など、ひとりではなやまず、相談してください

■問い合わせ 福井地方法務局小浜支局 ☎52・0238

#### 夏休みイベント

子ども向けアニメ  
たからもの箱をつくろう & おしりたんてい上映会

【とき】8月6日(土) 10時30分～12時  
【対象】幼児～小学生(先着20人)  
事前申し込みが必要。8月5日(金)までに申し込んでください  
たからもの箱 ※定員になり次第、受け付け終了

#### おばま児童文学会「風夢」のおはなし会

とき 8月27日(土) 11時～

■問い合わせ  
市立図書館(白鬚) ☎52・1042

### 8月は電気使用安全月間です

日々の暮らしの中で、電気は正しく安全に上手に使いましょう。

【電気を正しく安全に使うために】

- ①コンセントとプラグは、定期的に清掃
- ②電気製品のコードは、束ねずに使用
- ③電気製品を使わないときは、スイッチを切り、コンセントからプラグを抜く

◆電気工事が必要な場合は、必ず近くの電気工事店など、電気工事士の有資格者に相談しましょう

(一財) 関西電気保安協会 ☎06・7507・2277

## ▶ 住民税非課税世帯等への特別給付を行っています

■問い合わせ 市民福祉課 ☎ 64・6011

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている住民税非課税世帯などに対して、給付金を支給しています。支給の対象世帯、必要な手続きは以下のとおりです。

支給の対象世帯 (①・②のいずれか)	①住民税が非課税の世帯 令和4年6月1日において、市に住民基本台帳がある世帯で、世帯全員の令和4年度住民税が非課税の世帯	②家計が急変した世帯 新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、①と同等の状況にあると認められる世帯
	<input type="checkbox"/> 令和3年度住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の支給を受けていない <input type="checkbox"/> 世帯全員が住民税課税者の扶養となっていない	
必要な手続き	市から、申請に必要な書類を郵送しています。届いた書類に必要事項を記入し、その他必要な物を同封して、市民福祉課へ返送してください。	<b>申請が必要です。</b> 市役所で配布もしくは市公式ホームページから取得した申請様式に記入し、市民福祉課へ郵送もしくは持参してください。
	支給額 1世帯当たり10万円	

## ▶ 児童や障がい者向けの 各手当の支給額が改定されます

各手当の、令和4年4月分からの支給額は以下のとおりです。

手当名称	内容	担当・問い合わせ
児童扶養手当	支給対象 ひとり親家庭の親、一定の障がいの状態にある親、または親に代わって児童を養育している人	子ども未来課 ☎ 64・6013
	該当児童 18歳の誕生日を迎えた後の最初の3月31日までの間にある児童、または20歳未満で法に定める程度の障がいがある児童	
	手当 全部支給 43,070円(月額)、所得に応じて変動あり。2子以降は加算あり	
特別児童扶養手当	支給対象 障がいのある児童を養育する親、もしくは親に代わって児童を養育している人	高齢・障がい者 元気支援課 ☎ 64・6012
	該当児童 20歳未満で法令により定められた程度の障がいの状態にある児童	
	手当 1級 52,400円(月額)、2級 34,900円(月額)	
特別障害者手当	支給対象 身体障害者手帳1級・2級、療育手帳A1程度の障がいを重複するか、単一の最重度障がいであって常時特別の介護を要する20歳以上の在宅者(3カ月以上入院している場合は該当しない)	高齢・障がい者 元気支援課 ☎ 64・6012
	手当 27,300円(月額)	
障害児福祉手当	支給対象 身体障害者手帳1級、療養手帳A1程度の障がいを持ち、常時介護を要する20歳未満の在宅児	高齢・障がい者 元気支援課 ☎ 64・6012
	手当 14,850円(月額)	

※各手当とも本人および家族の所得によって支給制限があります。詳しくは問い合わせください

## マイナンバーカードを作りませんか ■問い合わせ 市民福祉課 ☎ 64・6017

最大2万円分のマイナポイントを受け取るためには、9月30日<sup>㊤</sup>までに、マイナンバーカードを作成する申請が必要です。  
(マイナポイントに関することは、広報おばま7月号4・5Pを参照してください)

マイナンバーカードを作る場合は、早めに、  
①・②いずれかの手続きをすることを勧めます。

### ①送付される書類を使って自分で申請

地方公共団体情報システム機構から、マイナンバーカード作成のための申請書(オンライン申請用二次元コード付き)が、9月上旬にかけて送付されます。  
申請書の内容に沿って、申請手続きを進めてください。

■対象  
マイナンバーカードを持っていない75歳未満の人(令和4年1月1日以降に生まれた人など一部を除く)  
※75歳以上の人には令和3年度に後期高齢者医療広域連合から送付済み

### ②市職員が対面で申請を支援(要予約)

各地区公民館でマイナンバーカードの交付申請ができる「出張申請サポート」(予約制)を行っています。  
市職員が、無料で顔写真撮影や申請内容の記入を支援します。希望者は、市民福祉課まで申し込んでください。

■日程・会場 各会場いずれも9時30分～12時

- 8月4日<sup>㊤</sup> 国富公民館(栗田)
- 8月9日<sup>㊤</sup> 宮川公民館(竹長)
- 8月18日<sup>㊤</sup> 松永ふるさと交流館(旧松永小学校・上野)
- 8月25日<sup>㊤</sup> 遠敷公民館(市場)
- 8月30日<sup>㊤</sup> 中名田公民館(下田)

※9月も、各地区公民館で順次実施

### ■持ち物

- ①本人確認書類(運転免許証などの顔写真付きは1点、健康保険証など顔写真が無い物は2点用意)
- ②通知カード(平成27年に配布、無い場合は、当日紛失届を記入)

市庁舎(大手町)でも、平日にマイナンバーカードの交付申請を受け付けています(予約不要)。

## ツキノワグマ出没注意

■問い合わせ 里山里海課 ☎ 64・6024

今年5～6月にかけて、市内で27件のツキノワグマの目撃情報が寄せられています。

市では、今後も冬眠までの間、クマの出没機会が多くなると予想しています。住宅の中や住宅の敷地内などでの目撃情報もあります。また、近年、クマの人慣れが進んでおり、里山や家の近くでの出没も見られます。

### — クマに備えるために —

#### □家の周辺を確認

生ごみなどクマを引き付ける可能性があるものを放置しないようにしてください。

#### □クマを目撃したら

**落ち着いてその場を離れるようにしてください。**  
花火などでの追い払いは、クマを刺激する可能性がありますので、避けてください。目撃情報は、里山里海課まで連絡をお願いします。

小・中学生の参加を待っています!

## 下水道マンホールふたデザインコンテスト応募作品募集



■問い合わせ 上下水道課 ☎ 64・6028

市では、9月10日の「下水道の日」にちなみ、皆さんに下水道への関心を深めてもらうため、「下水道マンホールふたデザインコンテスト」を行います。

入賞作品はシールに印刷して、市街地歩道にある下水道マンホールふたに貼り付けて使用するほか、全ての応募作品は、作品展で展示します。

- 応募資格 市内の小・中学生
- 応募規定 画用紙(四つ切りまたは八つ切り)に円形のマンホールふたデザインを描いたもので、画材は自由
- 応募方法 9月6日<sup>㊤</sup>まで(必着)に、各小・中学校または、上下水道課へ提出
- 表彰 入賞者に賞状と副賞、入賞以外の人に参加賞を贈呈

# Event 市内の催し物情報を発信 イベントスケジュール



## 2日㊦ つきイチ「バラエティー」

「アンサンブル若狭」による弦楽演奏会を開催します。

**時** 12時20分～13時

**所** 市庁舎 市民ホール（大手町）

**金** 無料 **問** 文化会館 ☎ 53・9700

## 4日㊦～9月30日㊦

### 文化遺産カード第3弾&さばりんフォトラリー

#### 【文化遺産カード第3弾】

待望の文化遺産カード第3弾の配布を開始します。好評につき第1弾シリーズも数量限定で再配布します。無くなり次第配布終了、1カ所につき1人1枚まで。

#### ●受取方法

カードになっている文化遺産を訪ねて写真を撮影し、写真を鯖街道 MUSEUM(広峰・開館9時～17時・火曜日休館)で提示。  
※仏像は撮影できません。寺院に訪れたことが分かる写真を提示

#### 【さばりんフォトラリー】

小浜町並み保存資料館・山川登美子記念館・旭座・食文化館・鯖街道 MUSEUM の5カ所に、学芸員「イチ推し」の展示を紹介します。条件を達成すると、オリジナル鯖コースターをプレゼント。  
※プレゼントは無くなり次第終了

#### ●プレゼントを受け取る条件

- ①「さばりん推し札」と展示と一緒に撮影（2カ所以上）
  - ②文化遺産カードを入手（2種類以上）
  - ③鯖街道 MUSEUM で①と②を提示。
- また、チャレンジ企画「イチ推しカードを SNS アップ」も同時開催します。詳しくは下の二次元コードから。

#### 【共通】

**金** 無料（別に拝観料や入館料がかかる場合があります）

**問** 小浜市の歴史と文化を守る市民の会（文化交流課内） ☎ 64・6034



▲文化遺産カード(手前2枚が第3弾)



▲さばりん推し札



▲市民の会 HP

#### 凡例

**時** = 時間 **所** = 会場 **対** = 対象 **内** = 内容 **金** = 料金  
**申** = 申込締切、定員など **問** = 問い合わせ先、申込先

## 7日㊦ まちの駅盆踊り大会

キッチンカーの出店や「小川バンド」の生演奏、自由に参加できる盆踊りが催されます。合わせて、フルーツサンドの販売やフリーマーケットなどの「まちの駅マルシェ」も開催。

#### ◆キッチンカーなどの出店

**時** 10時～20時

#### ◆小川バンドの生演奏

**時** 17時～18時

**所** まちの駅（白鬚）

#### ◆まちの駅マルシェ

**時** 10時～14時

#### ◆盆踊りタイム

**時** 18時～20時

**問** まちの駅 ☎ 52・2000

## 19日㊦・20日㊦ 食文化館 季節の調理体験

「夏のごちそう（日本各地のさっぱり夏料理）」をテーマに、たこめし、アジの薬味たっぷり冷や汁、麩のからしあえ、ミルクわらび餅を作ります。

**時** いずれも10時～13時

**金** 1,000円

**問** 食文化館 ☎ 53・1000

**所** 食文化館（川崎三丁目）

**申** 3日前までに要事前申し込み。先着16人

## 9月のイベント

### 9月4日㊦ 「音楽の絵本 Dandyism」コンサート

「よこはま動物園ズーラシア」でデビューした「ズーラシアアンブラス」による親子向けのクラシックコンサートです。動物の姿をしたプロの演奏家が、金管五重奏とサクソ・ピアノを組み合わせてにぎやかに演奏し、子どもたちの豊かな感性を育みます。

**時** 開場13時30分 開演14時30分

チケットは文化会館・まちの駅・創楽堂で随時販売中

※満席になり次第販売終了

**所** 文化会館（大手町）

**金** 一般2,000円

3歳～中学生1,000円

3歳未満はひざ上鑑賞無料

（座席が必要な場合は有料）

※全席自由席

**問** 文化会館 ☎ 53・9700



成人式に代わり、20歳の門出を迎えた人に

# 小浜市 はたちのつどい 2023



■問い合わせ 生涯学習スポーツ課 ☎ 64・6033

4月から施行された成年年齢の引き下げに伴い、市では、これまでの成人式に代わり、「小浜市はたちのつどい2023」を開催します。

## 当日の案内送付

### ◆市に住民登録されている人

12月中旬ごろまでに、つどいの案内を送付します

### ◆市外に住んでいる人・市に住民登録がない人

11月25日㊦までに生涯学習スポーツ課に参加申し込みをした人には、12月中旬ごろまでにつどいの案内を送付します

※申し込みの無い「当日参加」も可

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては、日程の変更や開催の中止を判断する場合があります。変更・中止の場合は市公式HPなどでお知らせします

◆と き 令和5年1月8日㊦

※時間未定。決定次第市公式HP・広報おばまに掲載

◆と ころ 文化会館（大手町）

◆対 象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人

## つどい参加対象の市内在住の皆さんへ

一生に一度の思い出に「はたちのつどい2023」企画運営の実行委員をしてみませんか？

#### 【活動内容】

9月中旬から3回程度の会議（日程は、委員と相談の上決定）を経て、当日の式典後に行う催しの企画・運営を行います

※当日のみの補助スタッフとしての参加も可能。

詳しくは問い合わせください

#### 【申込方法】

8月31日㊦までに、生涯学習スポーツ課まで電話

## 食に関わる活動をしてみませんか？

## 食文化館の活動団体 会員募集中

■参加申し込み・問い合わせ 食のまちづくり課 ☎ 53・1000

### 子どもたちと関わる キッズ☆サポーター会員

#### ●活動内容

幼児の料理教室「キッズ・キッチン」と小学生の料理教室「ジュニア・キッチン」で料理作りの指導や支援

#### ●活動日

主に平日の午前中（都合に応じて、空いた時間で活動に参加可）



キッズ・キッチンの様子

#### 【事務局から一言】

「子どもたちには、手出し口出ししすぎることなく、しっかり教えて、見守る」という関わり方を大切に、会員同士は、明るく和やかな雰囲気の中で、仲良く活動しています。

### 館内の運営を支援 かけはしサポーター会員

#### ●活動内容

食文化館のイベントの手伝い、季節の飾り付けなど  
【季節の飾り付け（例年）】8月 地藏盆・9月 十五夜・2月 節分・3月 ひなまつり・5月 子どもの日・7月 七夕

#### ●活動日

主に平日の午後



館内の町家に飾り付け

#### 【事務局から一言】

季節の移ろいを感じながら、共に楽しんで活動できる仲間を募集しています。気軽に参加してください。

■各種相談

※印のついた相談などは要予約です。相談は基本的に無料です。内容は変更される場合があります

相談名	内容	とき	ところ・問い合わせ
出張年金相談※	年金額の確認や、年金に関する手続きを行うことができます。	8月9日(火)・25日(木) 10時～12時、13時～15時	文化会館 ☎敦賀年金事務所 ☎0770・23・9905
結婚相談	結婚に関する相談に、婦人福祉協議会の相談員が応じます。	8月18日(木) 9時30分～11時30分	文化会館 ☎小浜市婦人福祉協議会 ☎52・5564
結婚相談(本人のみ)		8月27日(土) 13時30分～15時30分	
弁護士無料相談※	法律問題全般について相談ができます。	8月2日(火) 13時30分～15時	働く婦人の家 ☎福井弁護士会 ☎0776・23・5255
法律相談(消費生活トラブル)※	消費生活に関する相談に、弁護士もしくは司法書士が応じます。	8月18日(木)・25日(木) 14時～16時	嶺南消費生活センター ☎同☎52・7830
高齢者専門相談(法律)※	遺産相続、土地問題などについて、弁護士が相談に応じます。	8月18日(木) 13時～16時	県社会福祉協議会嶺南支所 ☎同☎52・7833
遺言・相続相談	相続登記や遺言の手続きなどについて、司法書士が相談に応じます。	8月3日(水)～5日(金) 9時～17時	県内各司法書士事務所 ☎福井県司法書士会 ☎0776・43・0601
空き家相談 ※8月2日(火)までに要予約	空き家の管理や活用方法について、司法書士や建築士などが相談に応じます。	8月10日(水)～16日(火) 9時～17時	市役所 ☎営繕管財課 ☎64・6073
女性向け出張就業相談	仕事に関する不安解消やキャリアアップなど、「働きたい」女性の相談に応じます。	8月3日(水) 10時～15時	働く婦人の家 ☎ふくい女性活躍支援センター ☎0776・41・4244
精神保健相談※	心の病気や、アルコール問題、認知症に関する相談に精神科医が応じます。	8月2日(火)・16日(火) 10時～11時30分	若狭健康福祉センター ☎同☎52・1300
エイズ、肝炎相談・検査※	匿名で、エイズ・肝炎に関する検査や、相談(月～金、8時30分～17時)を受けることができます。	8月1日(月)・15日(月) 9時～10時30分	
こころの相談	心の悩みを相談してください。	①毎週(水)10時～16時 ②毎週(金)12時～17時	①市社会福祉協議会 ☎同☎56・5802 ②つみきハウス ☎同☎53・1190
心配ごと相談	介護など生活での困りごとの相談に応じます。	8月10日(水) 13時～16時	市社会福祉協議会 ☎同☎56・5802
人権相談	悩みごと、心配ごとのある人は、気軽に相談してください。	8月16日(火) 13時～15時	働く婦人の家 ☎福井地方法務局小浜支局 ☎52・0238

■8月の休館日

市立図書館	2日(火)・9日(火)・11日(木祝)・16日(火)・21日(水)・23日(火)・30日(火)
温水プール	8月の休館日はありません ※営業時間の変更 11日(木祝)～15日(月)は10時～18時 ※12日(金)はレディースタイムなし
若狭図書学習センター	29日(月) ※25日(木)は2Fのみ休館
市民サービスコーナー	11日(木祝)・21日(水)

■8月の休日当番医

7日(水)	★しんたにクリニック(駅前町) ☎64・5321
11日(木祝)	中山クリニック(多田) ☎56・5588
14日(日)	★吉井医院(塩竈) ☎52・0028
21日(日)	★田中病院(遠敷十丁目) ☎56・5353
28日(日)	★にし内科クリニック(南川町) ☎53・2407

※★印の当番医の日は、小児患者は、杉田玄白記念公立小浜病院(大手町)で小児科医が休日診療を行います

8月の窓口延長について

市役所1階の窓口(市民福祉課、高齢・障がい者元気支援課、子ども未来課、税務課、環境衛生課、会計課)では、毎週金曜日(祝日・年末年始を除く)の執務時間を18時30分まで延長しています。

■子育て応援情報

※印のついた相談などは要予約です。相談は基本的に無料です。内容は変更される場合があります

催し	内容	とき	ところ・問い合わせ
誕生会※	今月に誕生日を迎えるお子さんのお祝いをしましょう(要参加費)。	8月31日(水) 10時～11時	子育て支援センター ☎同☎56・3386
母乳育児相談	助産師による母乳育児の相談です。体重・ほ乳量の測定も可能。	8月8日(月)・22日(月) 10時～11時30分	健康管理センター ☎同☎52・2222
スクスク元気っ子教室※	離乳食の相談、発育・発達、育児など子育て相談。身体計測も可能です。	8月1日(月)・9月5日(月) 10時～11時	
プレパパ&プレママ講座※	栄養・妊婦編「妊娠中からのからだづくり」※母子手帳を持参してください	9月1日(水) 13時30分～15時	中山クリニック ☎健康管理センター ☎52・2222



利用される皆さんへ

新型コロナウイルス感染症の影響により、中止や変更になる場合があります。参加を希望する人は、各問い合わせ先に事前に確認してください。

家業の料亭を祖母・母と3代で営む播摩さんは、舞や会話で客をもてなす芸妓の仕事をしています。播摩さんは、今の仕事との出会ったきっかけを、「小学生の頃、母のお稽古と一緒に京都へ行ったときに見た舞妓さんの華やかな格好と舞台にあこがれました」と、振り返ります。中学校卒業後、芸妓の修行期間でもある舞妓になることを志し、親元を離れて京都へ向かった播摩さん。見事舞妓としてデビューし、経験を重ねて、昨年小浜に戻りました。

小浜で仲間を増やしたい

笑顔の絶えない播摩さん。「今でもお稽古に通って、細かな所作を確認することで芸を磨いています。舞を披露してお客様に喜んでいただけたとき、やりがいを感じます。お客様に楽しんで帰っていただきたいです」と、思いを語ります。播摩さんは、「今後、小浜で同じ仕事をやる仲間を増やしたいと思っています。芸の文化を知ってもらいたいし、小浜で芸妓をやってみてみたいという人を見つけないです」と、目を輝かせて話してくれました。



勤務先 料亭 播磨  
播摩 沙弥 さん (22歳)

きりり! 小浜人

信頼できる仲間と世界を目指す

一呼吸で潜る深さや泳ぐ距離などを競い合う、競技種目のフリーダイビング。中野さんは、数人でチームを組み、限界に挑戦し続けています。京都市で競技を始めた中野さんは、練習で若狭の海を訪れ、「練習環境の良さと過ごしやすさに魅了されました」と、平成28年に小浜へ移住。移住後は、小浜で仕事をしながら、日々技術に磨きをかけています。中野さんは、6月のプール部門の世界選手権に日本代表として初出場。2枚の足ひれを装着し、潜水距離を

競う「ダイナミック・ウィズバイフィン」など3種目に挑み、2種目で自己記録を更新しました。「世界の人たちと、同じ競技ができたことに感激しました」と、大会を振り返ります。「酸欠で失神する可能性もある危険な競技。だからこそ、信頼できる仲間が必要です。そんな仲間と一丸となって競技に臨めるところが魅力的です」と、笑顔で話す中野さん。「今度は海洋部門でも日本代表になりたいですね」と、今後の目標を語ってくれました。



福井県フリーダイビング協会 / 若狭マーメイド倶楽部  
中野 敦 さん (43歳)

燃えろ! 青春! 部活道

素早く動き成果につなげる

1〜3年生10人が所属する小浜第二中学校柔道部。夏本番になり、厳しい暑さにもかかわらず、部員たちは、軽快な足さばきで練習に打ち込みます。河嶋さんは、柔道経験者の家族の影響で小学1年生の頃から柔道を始め、少年柔道教室や部活動で腕を磨いて、力を付けました。部活では、2人1組でさまざまな柔道の技を練習。河嶋さんは、「自分にとって、有利に動けるよう考えながら相手と組みます」と語るほか、

「部活を通じて、礼儀やおじぎの仕方、あいさつなど色々なことを学べて楽しいです」と、笑顔を見せます。練習では自発的に声を出して、素早く動くことを大切にしている河嶋さん。「だかららしいことで練習時間が保てるし、部員の集中力が高まり、成果にもつながります」と、心掛ける話してくれました。河嶋さんにとって夏の大会は、同部での集大成。「チームを盛り上げて、明るい雰囲気を感じたい」と、部員みんなで県大会の日を迎えました。



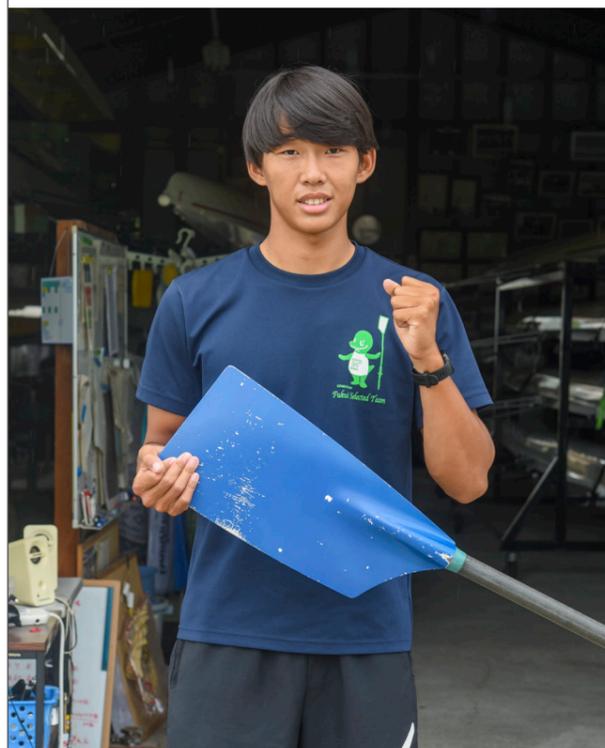
柔道部 キャプテン  
河嶋 棧士 さん  
(小浜第二中学校3年生)

燃えろ! 青春! 部活道

強みを生かして全国大会に挑む

男女20人が所属している若狭高校ボート部では、男女隔てなく明るい雰囲気で行われる練習に励んでいます。中学時代は、サッカー部に所属していた川淵さん。「高校では新しいことに挑戦してみたいと思ったとき、ボート競技をする兄の姿を見て、あこがれを抱きました」と、競技を始めたきっかけを振り返ります。「レース終盤の追い込みが自分の強み。それを生かすために、日々の体づくりは欠かすことができません」と語る川淵さん。「前への推進力を維

持するため、力強くこぎながら、水の抵抗が極力少なくなる安定したこぎ方」を、常に意識しています。川淵さんに、競技のやりがいを尋ねると、「練習によって、艇の速さが上がったことが実感でき、記録を縮められたこと」と、笑顔で話します。6月の県大会で、「シングルスカル(一人乗り)」で優勝した川淵さんは、8月の全国大会に初めて出場します。「大舞台で重圧もありますが、決勝戦進出を目標に全力で頑張りたいです」と、意気込みを語ってくれました。



ボート部  
川淵 凜人 さん  
(若狭高校3年生)

胸の音を聴いてもらおう  
それ「弁膜症」かも？

増えている弁膜症

心臓には、全身に血液を送るポンプの役割があります。弁膜症は、送り出した血液が逆流しないように備え付けられた弁に不具合が起きる病気です。

弁膜症は弁が狭くなる狭窄症と、弁がしっかり閉じない閉鎖不全症があります。いずれも初期には自覚症状はありません。

心臓に負担がかかっているから初めて自覚症状が出ますが、症状が出てからでは手遅れになることもあります。

【弁膜症の典型的な症状】



- 胸の痛み
- 息切れする
- ドキドキする
- 気を失う



内 科  
玉直人 医師

胸の音聴いてもらっていますか

弁膜症発見の第一歩は、病院を受診して胸の音を聴いてもらうこと。見ただけでは絶対に分かりません。早期に弁膜症と診断される人の多くは、健康診断や風邪などで受診して、偶然、心臓の雑音を指摘されることで発見されています。体調の変化に心当たりがあり、心配な人は胸の音を聴いてもらってください。

治療も負担が少なくなっている

昔は外科手術が主流だった弁膜症ですが、最近では、切らずに治療する方法もあります。症状が無くて心雑音有りとされた人や、弁膜症と診断されていても手術までは、と考える人は、一度当院まで相談に来てください。

歴史探訪  
ふるさと文化財めぐり

学芸員が教える、「思わず人に話したくなる」歴史の裏話

萬徳寺庭園



▲庭園は手入れされた山へと続き、全体で約1,800平方メートルの広さと言われています

萬徳寺の堂舎から見ることのできる国指定の名勝庭園は、小浜藩主酒井忠勝が褒めたたたえたほどの美しさで、昔も今も変わることなく、目にする人たちに感動を与えています。

江戸時代初期に造られたこの庭園は、

前方に白砂が敷きつめられ、奥には3層の巨石を中心に石が、その間をツツジや松などの樹木が飾る築山風の光景が広がります。また、さらにその先は広大な山へと続いています。一説によると、巨石が真言宗の仏「大日如来」を象徴し、庭全体が曼荼羅を表現していると言われています。

ところで、離縁を求める女性の駆け込み寺は多くありますが、萬徳寺は全国でもめずらしい、罪を犯した人の駆け込み寺としても有名でした。駆け込んだ罪人を責任を持って更生させることを条件に、武田家が正式に許可していました。

また、萬徳寺には、貴重な仏教絵画など多くの文化財があり、小浜に花開いた仏教文化を今に伝えています。

広告 随時募集中

お問い合わせは  
広報・デジタル推進課まで  
☎64・6009

**あずみの 整骨治療院**  
各種保険取り扱い・予約優先制【不定休】

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祭
8:30 ▶ 12:30	○	○	○	○	○	○	休
15:30 ▶ 19:30	○	○	○	○	○	14:00 17:00	休

国家資格保有のスタッフが施術し正しい姿勢を目指します。  
ご来院の際は、まずご予約をお願いいたします。

ご予約 小浜市千種 1-5-21 ☎0770-64-5740

**高価買取専門店 Be Rich**  
金・プラチナ・銀・ダイヤ・ジュエリー  
ブランドバッグ・財布・小物・腕時計  
切手・ハガキ・テレカ・古銭・記念硬貨  
洋酒・カメラ・金券...etc

HPはコチラ

小浜市四谷町11-10春松ビル1F ☑ 駐車場完備  
営業時間 10:00~19:00 定休日 金曜日/土曜日  
☎0770-64-5531

**ハチ・ムカデ・シロアリ**  
▼ 害虫駆除のご相談は ▼

【お問い合わせ】 JA 福井県  
若狭基幹支店 経済部 経済課 ☎56-5024

安心と信頼 地元の石屋さん  
お墓ディレクター(1級)在籍  
(日本石材産業協会登録第12-100024号)

**(有)杉田石材店**

お気軽にご来店下さい。  
お電話での相談も承ります。

小浜市小浜広峰 55  
☎(0770)52-0748・FAX(0770)52-0853

クールシャワー設置中

約 36℃ **不感温度風呂**  
アマモ風呂で実施

3階演享・夏の麺めんフェア開催中

小浜市川崎3-4 御食園若狭おばま  
食文化館内  
TEL0770-53-4126 **濱の湯**

**編集後記**

● 快晴に恵まれた日曜日の午前、カメラを肩から下げて自転車で市内の催しへ伺いました▼ 消防団の操法大会では、出場選手の動きを追いかけて走り、まち歩きゲームでは、全5カ所のチェックポイントを参加者と同じように歩いて立ち寄り▼ 普段の運動不足が今日取り返せるのなら、と動き回った体がぐたくたくに▼ いずれも参加者・関係者の皆さん暑い中お疲れ様でした▼ 人の真剣な目、楽しそうな笑顔が印象的な半日でした(理)

● 暑い日には冷たいものが食べたくりますが、アイスクリームやかき氷を食べ、頭がキーンと痛くなったことはありませんか▼ その症状、正式に「アイスクリーム頭痛」と言うらしいです▼ 冷たいもので口や喉が冷え、体を温めようと血流が増えた結果、頭につながる血管が膨張します▼ それ痛み原因の一つに▼ 溶けない程度にゆっくり時間をかけて食べることで、頭痛の予防につながります(的)

**お譲りください**  
男物の紋付羽織ハカマ  
着物は桁丈70釐以上  
ハカマは紐下90釐以上  
状態の良いもの  
※ウールはお引き取り不可

リサイクル着物と古布の店 **やまてん**  
小浜市駅前町 16-7 (ビジネスホテル山海棟前) ☎52-5963

チャンネルO  
光ケーブル引込工事 実施中!

皆様のご協力をお願いします

【光ケーブルのメリット】  
① インターネットの高速化 (上り・下り 1Gbps)  
② 将来の8K放送にも対応可能

詳しくはチャンネルOまでお問合せ下さい。  
☎ 0770-52-7200

福井県シルバー人材センター連合  
高齢者活躍人材確保育成事業

**シルバー人材センター 会員募集**

人のため、まちのために働き隊!  
60歳以上、  
元気はつらつマン募集中!

(公社) 若狭シルバー人材センター  
小浜市遠敷 84-3-4 サン・サンホーム小浜内  
☎(0770)56-5115・FAX(0770)56-5088



本紙の一部には見やすいユニバーサル  
デザインフォントを採用しています。



発行  
編集

福井県小浜市  
〒917-8585 小浜市大手町6番3号

企画部広報・デジタル推進課 ☎64・6009 FAX53・0742

ホームページ  
電子メール  
印刷

https://www1.city.obama.fukui.jp/  
kouhou@city.obama.lg.jp

若越印刷(株) 小浜営業所



小浜の魅力をこめた箸づくり体験 (雲浜小学校・6月22日)



音楽鑑賞会でバイオリン演奏を体験 (今富小学校・6月27日)

地域の出来事などを SNS で発信しています

市公式 Twitter



市公式 Facebook



小浜市防災メール

災害や避難の情報をお知らせします。  
登録は、右の二次元コードもしくは  
Webサイト (<https://mail.cous.jp/bou-saiobama/>) から手続きしてください



人の動き (7月1日)

【人口】28,439人 (前月比 +3人)  
(前年同月比 -333人)  
【世帯数】12,162世帯

【男性】14,016人  
【女性】14,423人

【転入】67人 【転出】49人  
【出生】16人 【死亡】31人