

広報

おぼま

2016

8

「夢、無限大」
感動おぼま



《表紙》

本格的な夏が到来し、市内各保育園でプール開きが行われました。今富そらのとり保育園では、5歳児クラスの園児31人が参加。園庭に設置されたプールに入り、潜ったり、水をかけあったりしながら、歓声を上げていました。
(和久里・7月4日)

【特集】 認知症と向き合う

《今月の題字》

中名田小学校6年 山崎 映奈さん

いま、手を取り合って



認知症は影のようだ。
 自分の一部として決して離れることがなく、ときにその間がわたしたちを不安にさせる。
 しかし、手を差し伸べ、つなぎ合えば、影もやさしい形になる。
 恐れるのではなく、立ち向かおう。傷つけ合うのではなく、支え合おう。
 その先に見える温かな未来に向かって、歩き出そう。

■問い合わせ 地域包括支援センター ☎ 64・6015

市

内でも認知症の人の数は増えていきます。認知症の人を

家族に持つ、佐藤さん(仮名)に、介護の体験を聞きました。

現在96歳のお義母さんと同居している佐藤さん。平成21年にお義父さんを亡くし、生活を共にするようになってから、お義母さんのもの忘れが激しいことに気づくようになります。

「病院へ行ったところ、年齢的な老化だと言われ、そのときは仕方ないなと思いましたが」と、振り返る佐藤さん。症状を進行させないように、手先運動など、さまざまなリハビリを試しますが、容態は悪化する一方。平成25年に別の病院へ行ったところ、認知症だと診断されます。

「早くに夫を亡くしたこともあり、診断されるまでは、自分一人で悩み、毎日苦しんでいました」と、介護者の精神的負担を語ります。



診断を受けてからは、ケアマネージャーや家族の会のアドバイスを受けるようになります。「一人で介護しなければいけないので、近所の人や民生委員さんにも早い段階で義母が認知症であることを伝えました」

「自ら声を出して色々な人を頼るべき。本人も家族も社会と接点を持つことが大事」と、話す佐藤さん。最近はお義母さんと自然体で接することができるようになったそうです。いま、佐藤さんが願うことは、認知症への理解が広がり、行政や地域など、まち全体が予防に取り組んでいくことです。

「介護を始めてから数年間は、葛藤や不安があり、本当につらかったです」
 認知症に苦しむ人や家族が減ることを祈りながら、佐藤さんとお義母さんは、今日も手を取り合い、歩んでいきます。(記事中の写真はイメージ)

認知症の人と家族に寄り添う

認知症の人と家族の会は、昭和55年に結成され、現在は各都道府県に支部がある全国組織。県でも、「認知症になっても安心して暮らせる社会」を目指して、平成20年に会員104人で支部が発足しました。

同支部前会長の前川さんは、「介護者は、『どうして自分だけがつらい目にあうのか』、『本人の言動をどう理解し、対応してよいか分からない』など、悩み苦しんでいます」と、介護者の葛藤を話します。会では、電話相談や会報発行を中心に、本人や家族をサポートする活動を実施。仲間づくりの場も定期的に設けています。前川さんは、「悩みや苦しみを共有し合う仲間がいることが、介護を続ける一番の力になります」と、交流の大切さを教えてくれました。



認知症の人と家族の会福井支部
 前川 久子 さん (86歳・水取三丁目)

も

しも、親や身近な人、あるいは自分自身が認知症になってしまったら…。そんな不安を抱いたことはありませんか？

年々、男女ともに平均寿命が伸び続ける一方で、高齢化に伴う認知症の人の数も増え続けています。

国際アルツハイマー病協会の推計によると、世界で年間に990万人の人が認知症を発症しており、3秒に1人が発症している計算になります。日本でも、現在460万人以上いると言われていた認知症の人が、10年後には、約700万人になるという予測が出ています。その数、実に日本の高齢者の5人に1人です。

家族らによる介護負担も大きく、認知症が原因で、社会から孤立するケースも報告されるなど、多くの人々が、目に見えぬ不安、声に出せぬ孤独を今日も抱えています。

認知症の人や家族が、住み慣れた土地で、穏やかに暮らしていくために、いま、地域社会全体での取り組みが求められています。

「困ったとき」は電話相談を!

家族の会県支部では認知症についての電話相談を受け付けています。相談員は、介護専門職や介護経験者が担当しています。

- ▶月～金曜日 いずれも 10時～15時 ☎ 0120・294・456
- ▶木曜日 20時～22時 ☎ 090・6816・7801
- ▶日曜日 14時～16時 ☎ 080・6350・8605



つどいで認知症予防の体操を実施(中央公民館・3月19日)

認知症の人と家族の会「小浜のつどい」

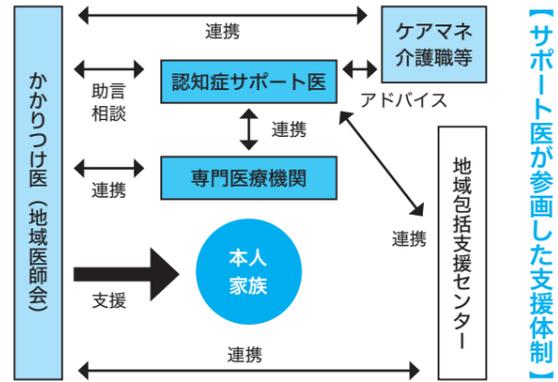
とき 8月20日(土) 13時30分～
 ところ 中央公民館(大手町)
 内容 講演「認知症とくすり」
 講師 森祐一郎さん(薬剤師)

※料金無料で申込不要
 ※問い合わせは、家族の会世話人の森さん ☎ 080・6350・8605

高

齢化に伴う認知症の人の数は、年々増加傾向にあります。認知症は、放っておいたり、不適切な治療やケアを行ったりしていると、時間と共に症状が悪化します。認知症を引き起こす原因を早く突き止め、適切な治療を開始することが大事です。

国では、かかりつけ医に対し、適切な認知症診断の知識・技術、家族からの話や悩みを聞く姿勢を習得するための研修を実施しています。また、地域の認知症に関する医療体制の中核的な役割を担う医師として、認知症サポート医の養成を進めています。



【サポート医が参画した支援体制】

認

知症の人とその家族が、慣れ親しんだ地域で安心して暮らしていくためには、地域全体で、見守り、支えていく、「つながり」づくりが必要です。

市では、認知症を正しく理解して、認知症の人と共に、安心して暮らせる温かいまちづくりを進めています。その一環が「認知症サポーター」です。

▼認知症サポーターとは

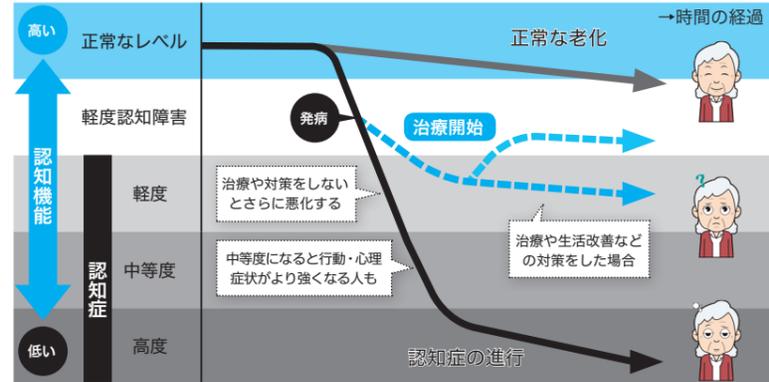
認知症を正しく理解して、まちに暮らす認知症の人やその家族を温かく見守り、支援する応援者です。特別なことを行うのではなく、認知症の人やその家族を温かい目で見守ることから始まります。そのことが、認知症の人が地域で安心して暮らすための支えにつながります。

【認知症サポーター養成講座】

自治会やグループで認知症について学んでみませんか？
ほほえみサポーターズとキャラバンメイトが、講師となつて、皆さんの地域にお伺いします。
地域ぐるみで、認知症になつても、住みやすいまちづくりに取り組んでいきましょう。

【軽度認知障害と認知症の経過】

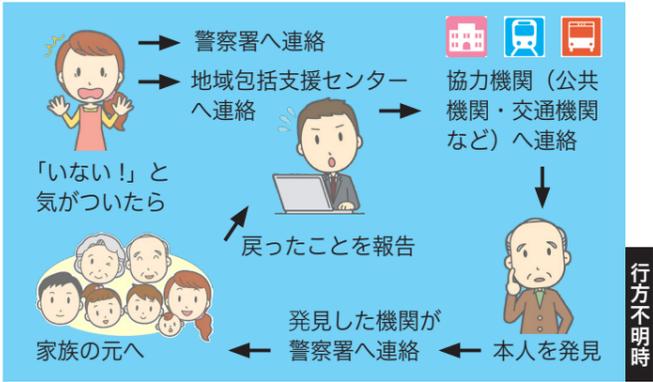
年齢相応	物の置き忘れなど
境界状態	熟練を要する仕事での機能低下。新しい場所への旅行が困難になる。
軽度	夕食の段取りや、家計の管理、買物程度の仕事でも支障をきたす
中度	介助なしでは洋服を選んで着れない。入浴に説得が必要などときもある。
やや高度	季節にそぐわない着衣。入浴に介助を要する。トイレの水を流せなくなる。失禁など。
高度	言語機能の低下。歩行能力の喪失(寝たきり)。笑う能力の喪失。意識障害、昏睡。



【徘徊SOSネットワークに登録を】

市では、高齢者および障がい者徘徊SOSネットワーク体制を構築。徘徊のおそれのある認知症高齢者や障がい者が行方不明になった場合に、地域の支援を受けて早期に発見できるよう、見守り体制を強化しています。

名前、特徴や写真などの情報を、家族や本人の同意を得て、事前登録することで、行方不明などの緊急時に、関係機関へ速やかに情報が発信されます。



認知症についての誤解

- ① 認知症は予防できない？
生活習慣の改善で、認知症の発症を遅らせる可能性がありますが、わかかってきました。
- ② 認知症は治らない？
早期発見と適切な治療やケアをすることで、症状を軽減することが可能です。
- ③ 認知症は一部の人の病気？
認知症は脳の障害による病気です、誰もがかかる可能性があります。

早期発見ができる

- ① 対策を立てることが可能
症状が軽く意志の疎通ができるうちに、本人と家族で話し合い、今後の生活プランを立てましょう。介護保険を利用するなど体制を整えましょう。
- ② 隠れている病気を治す
脳の病気によって認知症の症状が現れることもあります。早めの受診で原因を突き止めて治療すれば、認知症の症状も軽減します。

脳とからだの体操教室

とき 9月13日①から11月29日②までの毎週火曜日※全12回
9時30分～11時30分
健康センター(南川町) 25人(先着順)
対象 平成28年度「もの忘れ検診」チェック受診者
参加費 無料※要申し込み
※「脳とからだサークル」の参加者も募集中。詳しくは、地域包括支援センターまで



ロバ隊長

ロバ隊長は、「認知症サポーターキャラバン」の隊長として、認知症になつても安心して暮らせるまちづくりへの道のりの先頭を歩いています。ロバのように急がず、しかし一歩一歩着実に進んでいきます。



認知症サポート医・田中病院院長 田中 経雄 さん(57歳・遠敷十丁目)

認知症は早期発見が重要です。医学的には、早期の治療で、病状の進行を遅らせ、より良い状態を長く保てます。社会的にも、本人や家族の生活が左右されることですし、後悔がないよう、発症後の人生設計をすることが大切です。

認知症に最初気がつくのは本人なのですが、言い出せないことが多いです。早期発見のために、普段から苦しんでいることを言い合える家族関係が築きましょう。

認知症はただの物忘れの病気ではありません。脳細胞が死ぬことで、子どもから大人になるまでに蓄積した経験や知識、運動能力などを喪失していく病気です。

認知症の人に対して、「面倒だ」という気持ちで接するのではなく、残された脳の働きの程度に合わせて人格を尊重し、対応しましょう。愛情を持って接することが、お互いにとって最適な道であり、地域社会も同様の対応が必要です。

認知症について正しい知識と理解を

家族・地域・行政が一体となつて

ほほえみサポーターズは、認知症サポーターズとサークルが一緒になり、平成28年3月に発足しました。

高齢化が進む中、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、活動しています。

最近では認知症に対しての関心の高まりを特に感じています。認知症サポーター養成講座を通して、知識や経験を持った人を増やしていきたいと思っておりますので、皆さんの参加をお願いします。

多くの人は、認知症や介護状態になつたらどうしようという不安を抱えています。家族や地域に、病気について理解してくれる人がいると、「認知症になつても安心だ」という前向きな気持ちになれるのではないのでしょうか。

特別なことをしなくても、まずは声かけだけでも見守りになります。

家族・地域・行政が一体となつて、支援を必要とする人を支えていけるような地域を目指したいですね。



ほほえみサポーターズ 会長 須田 誠次 さん(70歳・東市場)

どうすれば参加できるの？
ボランティア隊を募集中

国体・大会を盛り上げて、小浜の魅力を全国に発信していただける各種ボランティアの隊員を募集しています！

【OBAMA はびねずボランティア隊】

○ダンス PR ボランティア

はびねずダンスの普及や大会の PR

○応援花壇ボランティア

応援花壇の設置やプランターの育成管理

○クリーンアップボランティア

競技会場や宿泊施設周辺などの清掃活動

※申込書は、国体・障害者スポーツ大会推進課に設置。公式サイトでもダウンロード可



市民協働アクションプログラム
みんなで大会を盛り上げ！

市民一人一人が、大会に自発的・積極的に参加する機運を高めるために、アクションプログラムを策定しました。

【基本目標】

1. みんなで盛り上げよう

①大会の盛り上げに参加しよう

②ボランティアに参加しよう

2. みんなで楽しもう

①気軽にスポーツを楽しもう

3. みんなで発信しよう

①小浜市の魅力を全国に発信しよう

②心のこもったおもてなしをしよう

※詳しくは公式サイトでダウンロードできます



◀はぴりゅう

国体・大会の広報キャラバン
「はびねず宣隊」リーダー

参加しよう！ あなたの夢は みんなの夢だ 応援しよう！

企業・団体・個人の皆さんへ
物品協賛で大会を応援しませんか

広報啓発や大会運営に要する物品の提供をしてくれる企業・団体・個人の皆さんを募集しています。

受入期間 平成 30 年 10 月の国体・大会終了まで

協賛物品の例

啓発用物品	タオル、うちわ、ティッシュなど
市民運動用物品	プランター、用土、ゴミ袋、軍手、応援用メガホンなど
開催準備用物品	自動車、OA 機器など
競技会用物品	机、イス、OA 機器、携帯電話、ビデオ、AED、スタッフジャンパーなど
装飾関係物品	横断幕、商店街バナーなど
おもてなし用物品	飲料水、食品、大会参加記念品など

※要項・申込書は、国体・障害者スポーツ大会推進課(市庁舎 2 階)に設置。公式サイトでもダウンロード可

いま、熱い戦いが始まる
目指せ！女子ラグビー選手

日本代表の躍進により、人気が高まるラグビーフットボール。女子ラグビーにも注目が集まっています。福井県ラグビーフットボール協会では、福井国体に向けて、女子選手を募集。競技会場となる小浜でも、選手育成の環境づくりが行われています。今月号 P17 でも女子ラグビー選手・仲野珠里亜さん(若狭東高校)を紹介しています。



見学・体験からでも可。興味のある人は、協会女子普及担当・宮川 masa0ki@yahoo.co.jp まで連絡をお願いします。



スポーツの祭典
小浜開催の競技を知ろう！

福井しあわせ元気国体 2018
第73回 国民体育大会 織りなそう カと技と美しさ

県では昭和 43 年以来、50 年ぶりの開催。

全体会期 平成 30 年 9 月 29 日(土)～10 月 9 日(火)

【正式競技】※ビーチバレーボールは会期前開催

都道府県対抗で選手たちが競い合う競技。

○ビーチバレーボール 平成 30 年 9 月 9 日(土)～11 日(火)

○ラグビーフットボール 同年 9 月 30 日(土)～10 月 4 日(木)

○ウエイトリフティング 同年 10 月 4 日(土)～8 日(火)

○軟式野球 同年 10 月 5 日(金)、7 日(日)

【デモンストレーションスポーツ】

幅広い世代が参加できるレクリエーションスポーツ。

○真向法 ○スポーツチャンバラ

福井しあわせ元気大会 2018
第18回 全国障害者スポーツ大会 織りなそう カと技と美しさ

障がいのある人々の社会参加の推進や、国民の障がいへの理解を深めることを目的とした、障がい者スポーツの祭典。

全体会期 平成 30 年 10 月 13 日(土)～15 日(月)

○バレーボール(精神障がい者の部)

ジャパンビーチバレーボールツアー2016
トップ選手が小浜で躍動

8 月 6 日(土)、7 日(日)に、若狭鯉川シーサイドパークで、「ジャパンビーチバレーボールツアー 2016・第 7 戦若狭おばま大会」が開催されます。

国内トップ選手のプレーを観戦できる絶好の機会です。

市民の声援を選手に届けることがツアーを盛り上げ、福井国体のビーチバレーボール競技の成功にもつながります。皆さん誘い合わせのうえ、観戦して、感動を分かち合いましょう！

ジャパンビーチバレーボールツアー 2016 若狭おばま大会

とき 8 月 6 日(土)、7 日(日)

いずれも 9 時～

ところ 若狭鯉川シーサイドパーク

入場 無料

※車で来場の場合、清掃協力金

1,000 円/日が必要

注目選手紹介

はびくち えりな やまだりさこ

幅口絵里香・山田寿子 チーム

つちやたかし どうきゆうき

土屋宝士・道木優輝 チーム

株式会社オーイング所属の 4 選手が、若狭おばま大会に出場します。

情報満載！
国体・大会公式サイトを開設

小浜の国体・大会公式サイトを開設しました。開催競技の紹介やボランティアの募集情報、活動記録など、最新の情報が満載です。市民参加の「国体・大会カウントダウン」の写真も見ることができます。ぜひ活用ください。



公式サイトは「国体 小浜市実行委員会」で検索

地元で開催される大会なので、勝てるようにかいっぱいがんばります。皆さんの熱い応援をお願いします！

幅口 絵里香



女子チームの幅口絵里香さん(左)と山田寿子さん



男子チームの土屋宝士さん(左)と道木優輝さん



国際交流七夕のつどい

市民と市内在住外国人ら約 100 人が、願いを込めた短冊を飾り文化交流 (中央公民館・7月3日)

気持ちを一つに 愛宕まつり

重さ 300kg を超える大たいまつを力を振り絞り担ぎ上げる伏原区の男衆 (後瀬山・7月9日)



絆深める内外海小 5、6 年生

「エンヤコーラ」の掛け声で互いに励まし合い、22 人全員が泳ぎ切った遠泳大会 (犬熊・7月1日)



法雲寺で“すりばちやいと”

県内外から約 800 人が訪れ、手を合わせてすり鉢をくぐり無病息災を祈願 (四分一・7月1日)



二人の門出 住民ら祝う

花嫁行列が行われ、羽織袴と白無垢に身を包んだ新郎新婦を大勢の人が祝福 (住吉・6月18日)



軽々搬出で木材利用に期待

若狭東高校生 14 人が、ポータブルエンジンウインチを使った木材搬出を体験 (忠野・6月23日)



働く喜びを学ぼう

キャリア教育の一環として、宮川小学校 6 年生 9 人が、市内美容室で職場体験 (南川町・7月1日)



勝ち取ろう！小浜・京都ルート

北陸新幹線小浜・京都ルート建設促進同盟会総会が開催。市長ら約170人が参加 (白鬚・6月18日)



目指せ！さかな博士

「日本さかな検定」が全国 11 会場で開催。初開催の小浜では 125 人が受験 (堀屋敷・6月26日)

シーズン前に きれいな浜を

小浜小学校 5、6 年生 94 人が、ライオンズクラブ、老人会と一緒に恒例の浜掃除 (白鳥・6月30日)



「まちづくりで重要なのは多様性」

県立大学小浜キャンパスを育てる会総会で、同大の進士学長が講演 (働く婦人の家・6月30日)



地下水 まちづくりに生かそう

市地下水利用・保全検討委員会初会合で、市民や専門家ら 21 人で作る委員が協議 (市庁舎・7月8日)



成人式をふるさとで

生涯学習スポーツ課 ☎ 64・6033

市では、成人式を下記のとおり開催します。市外に住んでいる場合や、住民票が市にない場合も参加できますので、該当する人は事前に申し込んでください。

とき 平成 29 年 1 月 8 日④
13 時 30 分～(13 時受付)

ところ 文化会館 (大手町)

対象 平成 8 年 4 月 2 日～平成 9 年 4 月 1 日生まれの人
申込期限 12 月 1 日④

※市に住所登録されている人は申し込み不要です

※申込期限を過ぎてから参加を希望する場合は、当日受付で対応

成人式を一緒に盛り上げよう

生涯学習スポーツ課 ☎ 64・6033

市では、成人式の企画運営に参加する実行委員を募集します。成人式を、自分たちのアイデアと一緒に盛り上げてみませんか。

対象 平成 29 年成人式対象者と 30 年成人式対象者

活動 8 月中旬から 5～6 回程度会議を開催

申し込み 電話かメール syougai@city.obama.lg.jp で

※当日だけのスタッフとしてステーション補助をする人も歓迎



中央公民館貸館延長

生涯学習スポーツ課

中央公民館の貸し館予約の受け付けを、平成 29 年 3 月使用分まで延長することになりました。

利用を希望する人は、これまでどおり申し込みをしてください。※申し込みは、中央公民館 ☎ 53・1111 内線 439 まで

「夕方見守り運動」にご協力を

生活安全課 ☎ 64・6007

県では、今年度から、子どもへの声掛け事案が発生しやすい夕方に、大人が地域ぐるみで子どもを見守る、「地域の目」夕方見守り運動の浸透に取り組んでいます。

運動内容

※公園などの遊び場周辺で活動を行う

※散歩を兼ねて地域の巡回を行う小学校区ごとの「通学安全パトロール隊」と併せ、子どもを犯罪から守る「夕方見守り運動」に協力をお願いします。

終戦後、税関に預けた通貨・証券等を返却します

市民福祉課

税関では、終戦後、預かった通貨・証券などを返却しています。

心当たりのある人は、税関に問い合わせてください。

①終戦後、外地から引き上げて来た人が、上陸地の税関や海運局に預けた通貨・証券など

②外地の総領事館や日本人自治会などに預けた通貨・証券などのうち、その後日本に返還されたもの

※詳しくは、大阪税関敦賀税関支署 (敦賀市港町 7-15) ☎ 0770・22・0025 まで問い合わせください

社会を明るくする運動

市民福祉課 ☎ 64・6011

社会を明るくする運動とは

全ての国民が、犯罪や非行の防止と、あやまちを犯した人の立ち直りについて、理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。

一人一人がこの運動の趣旨を理解し、地域住民の連携を強めて、犯罪や非行のない地域づくりに協力をお願いします。

市税の口座振替キャンペーン

税務課 ☎ 64・6005

市では、期間中に市税の口座振替を税目の追加も含め新規で申し込んだ人を対象に、抽選で記念品をプレゼントします。

口座振替は、便利で安心、納め忘れもない確実な納付方法です。

この機会に、ぜひ利用してください。

期間 8 月 1 日④～11 月 30 日④
対象税目 市県民税 (普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税

※申し込みは、通帳と届出印を持参のうえ、市内の各金融機関で、備え付けの「小浜市公金等口座振替依頼書」で手続きをしてください

還付金詐欺に注意

生活安全課

最近、払いすぎの医療費の返金をかたる不審な電話が相次いでいます。

市や社会保険事務所の職員を装って電話し、「医療費の還付がある」などと言って ATM (現金自動預払機) に誘導し現金を振り込ませる手口です。市職員などが電話で口座番号や残高を尋ねたり、ATM に行くよう指示したりすることは決してありません。

このような電話は「還付金詐欺」です。すぐに切ってください。不審な電話があったら、市消費生活相談室まで連絡してください。

市消費生活相談室 ☎ 53・1140



成人大学講座「人権ワークショップ」

生涯学習スポーツ課 ☎ 64・6033

ワークショップ形式で人を思いやる心を学びます。

とき 8 月 27 日④

13 時 30 分～15 時

ところ 中央公民館 (大手町)

講師 大同厚子さん (市人権問題社会教育指導員)

料金 無料

健康・福祉

生活習慣病検診

健康管理センター ☎ 52・2222

とき・ 8 月 30 日④：口名田公

ところ 民館 (下中井)、9 月 5 日④：健康管理センター (南川町)、12 日④：雲浜公民館 (城内二丁目)

内容 特定 (基本) 健診、がん検診 (肺・胃・大腸・子宮頸・乳・前立腺)、C・B 型肝炎ウイルス検査、骨健診
※8 月 30 日、9 月 12 日は子宮頸がん・乳がん検診、骨健診なし

申込期限 検診日の 7 日前

※特定健診は、加入の健康保険者が発行した受診券が必要

お知らせ

小浜城復元募金のお礼

文化課 ☎ 64・6034

小浜市の歴史と文化を守る市民の会では、市立図書館などに設置してある「小浜城復元に向けた募金箱」を、6 月に開封しました。その状況をお知らせします。ご協力ありがとうございました。

今後も継続しますのでご協力をお願いします。

集まった金額 (総額) 201,769 円
※市の小浜城復元寄付金に積み立てています

ピアノと落語がコラボ ちりとて寄席「音落語」

文化会館

ちりとて落語の会では、落語に入る太鼓や三味線を使用するハメモノと呼ばれる効果音をピアノで演奏する、落語とピアノのコラボレーションイベントを開催します。

とき 8 月 7 日④ 19 時～

ところ まちの駅「旭座」(白鬚)

出演 桂三金、美月 (ピアニスト)

料金 1,500 円

※問い合わせはメガネの正視堂 (駅前町) ☎ 53・0878 まで

六斎念仏フェスティバル

商工観光課 ☎ 64・6019

日本遺産の鯖街道がつなぐ京都の「壬生六斎念仏踊り」と、小浜市、若狭町の六斎念仏が一堂に会した特別公演です。

とき 8 月 27 日④ 13 時 30 分～16 時

ところ まちの駅「旭座」(白鬚)

入場料 無料 ※事前申込不要



くらしの情報

8 月

イベント

つきイチ『バラエティー』

文化会館 ☎ 53・9700

今月のつきイチ「バラエティー」は、クラシック演奏会です。

とき 8 月 5 日④

12 時 20 分～13 時

ところ 庁舎市民ホール (大手町)

内容 アンサンブル若狭による『お昼休みのバイオリン』

“鯖”迷路を作って遊ぼう!

商工観光課 ☎ 52・2222

サバの模様を使ったサバの迷路を作るイベントです。食文化館の床をサバの迷路でいっぱいにしましょう。

とき 8 月 5 日④ 10 時～12 時

ところ 食文化館 (川崎三丁目)

参加費 無料 ※事前申込不要



市立図書館

今月のイベント



しりつとしゃかん おはなしかい

とき 8 月 6 日④

① 10 時 30 分～

② 11 時～

③ 14 時 30 分～

内容 ① 0～2 歳向け

②③ 3 歳以上向け

※場所はいずれも

市立図書館 (白鬚)

■問い合わせ 市立図書館 ☎ 52・1042

おばま児童文学会「風夢」のおはなし会

とき 8 月 27 日④

11 時～

石ころペイント+ミニおはなし会

とき 8 月 25 日④

① 10 時 30 分～

② 15 時～

対象 小学生

定員 各回 15 人



マレットゴルフ教室&大会
生涯学習スポーツ課

【初級マレットゴルフ教室】
と き 8月22日(月)～9月8日(木)の毎週月・木曜日
いずれも9時30分～11時30分(計6回)
ところ 総合運動場(口田縄)
定員 先着20人
参加費 1,200円
申込期限 8月11日(木)迄

【市民マレットゴルフ大会】
と き 9月6日(土)8時30分受付終了
ところ 総合運動場(口田縄)
定員 先着108人
参加費 500円
申込期限 8月26日(金)迄
申し込み 教室、大会とも総合運動場にある申し込み用紙に必要事項を書いて同事務室に提出

※問い合わせは、マレットゴルフ協会の清井さん ☎52・2452 まで

公立小浜病院職員募集
杉田玄白記念公立小浜病院総務課 ☎52・0990

募集職種 助産師・看護師、薬剤師、診療放射線技師、臨床検査技師、作業療法士、言語聴覚士、看護補助員、介護福祉士、介護職員、専任教員、事務職員、社会福祉士
試験日程 8月18日(土)ほか

◆スポーツ◆

小学生ソフトテニス教室
生涯学習スポーツ課

と き 8月22日(月)～9月30日(金)の毎週月・金曜日
いずれも19時～20時30分(計10回)
ところ 総合運動場(口田縄)
対象 小学生
定員 先着15人
参加費 1,500円
申し込み 8月15日(日)までにソフトテニス協会の見越さん ☎090・2125・6701 まで

若狭消防組合職員募集
若狭消防組合消防本部総務課 ☎53・5212

募集内容 消防吏員3人程度
採用日 平成29年4月1日
受験資格 平成元年4月2日～平成11年4月1日生まれの人で、高校を卒業した人。平成29年3月31日までに卒業見込みの人
受付期間 8月1日(月)～12日(金)
一次試験 9月18日(日)
試験内容 適性検査、教養試験、体力検査
二次試験 10月下旬～11月上旬
試験内容 作文、面接試験
※申込書は若狭消防組合消防本部総務課と管内各分署にあります



「高齢者よい歯のコンクール」と「健康な歯づくり標語」
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」の参加者と、「健康な歯づくりに関する標語」を募集しています。
【よい歯のコンクール】
対象 ①9月30日時点で満80歳以上の人
②自分の歯が20本以上残っている人
③審査会場(近隣の歯科医院)まで来場可能な人以上3つのすべてに該当する県内在住の人
応募方法 電話で参加希望の旨を応募先へ

【健康歯づくりの標語】
対象 県内在住の人
応募方法 ハガキに標語、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を書いて応募先へ
応募期限 9月23日(金)迄
応募先 〒910-0001 福井市大願寺3丁目4-1 福井県歯科医師会 ☎0776・21・5511



季節の調理体験～8月編～
御食国若狭おばま食文化館 ☎53・1000

と き 8月5日(金)、6日(土)、12日(金)いずれも10時～13時
ところ 食文化館(川崎三丁目)
内容 夏野菜たっぷりパスタ、ピクルス、米粉と枝豆のポタージュほか
定員 各先着30人
参加費 700円
申込期限 実施日の3日前

環境美化デー参加者
環境衛生課 ☎64・6016

市では、毎年「若狭おばま環境美化デー」を設けて、市民の皆さんとの協働で清掃活動を行っています。ゴミのないきれいなまちづくりの推進に、皆さんの参加をお願いします。
と き 9月3日(土)8時30分～10時
※雨天中止
ところ 食文化館(川崎三丁目)
※海側のテラスに集合
内容 川崎地区東側とその周辺の清掃活動
持ち物 かま、軍手など
※ゴミ袋は市で準備
※事前申込不要。当日現地に集合してください

ちりとてちん杯 全国女性落語大会出場者
文化会館 ☎53・9700

9月24日(土)、25日(日)に開催する第9回ちりとてちん杯全国女性落語大会の出場者を募集しています。
予選 9月24日(土)13時30分
会場 まちの駅「旭座」、サンホテルやまね(ともに白鬚)
参加費 無料
参加資格 日本語が話せる女性。年齢・国籍・経歴は不問
演目 古典・創作は問いませんが、公共の場で上演できない内容を含まないこと
申込期限 8月22日(日)迄
※申込方法など詳しくは文化会館まで問い合わせください



◆募集◆

手話奉仕員養成講習会
高齢・障がい者元気支援課 ☎64・6012

手話に興味のある人、平成30年の福井しあわせ国体で情報支援ボランティアとして活躍してみませんか。
と き 10月11日～平成29年9月5日の毎週火曜日(12月27日、1月3日、10日、5月5日、7月21日を除く)
全40回、いずれも19時～21時
ところ 文化会館(大手町)ほか
料金 3,240円(テキスト代)と郵便振替料金
定員 先着20人
申し込み 8月31日(日)までに電話で高齢・障がい者元気支援課まで

介護認定訪問調査員(嘱託)
高齢・障がい者元気支援課 ☎64・6014

家庭訪問をして心身の状態や医療に関する項目の聞き取り調査などを行う介護認定訪問調査員(嘱託)を募集します。
対象 普通自動車運転免許を有する人で、介護支援専門員、保健師、看護師、介護福祉士などの資格を有する人。または福祉関係の実務経験が3年以上ある人
報酬 月額170,000円
雇用期間 10月1日～平成29年3月31日(更新する場合あり)
勤務時間 週5日(週36時間45分)
募集人員 1人
試験日 9月中旬予定
選考方法 書類審査、面接、作文(事前提出)
申し込み 8月31日(日)までに高齢・障がい者元気支援課へ履歴書と作文を提出

箸まつり
と き 8/4(土)9時～21時
ところ 箸のふるさと館 WAKASA
内容 箸供養、箸の割引販売ほか

若狭マリンピア2016・花火大会
と き 8/1(日)15時～22時
ところ 白鳥海岸
内容 歩行者天国 15時～
花火大会 20時20分～

若狭マリンピア2016・夜の市
と き 7/31(日)13時～22時
ところ はまかせ通り(駅前町ほか)
内容 歩行者天国、小浜音頭パレードほか

夏のイベント情報

■問い合わせ 商工観光課 ☎64・6020

今後の予定
放生祭 9/17(土)・18(日) (八幡神社ほか)
OBAMA 食のまつり 10/8(土)・9(日) (食文化館海側)
遠敷祭 10/8(土)・9(日) (若狭姫神社ほか)
鯖サミット 10/29(土)・30(日) (食文化館海側ほか)

まちの駅 旭座の予定
おわら風の盆がやってくる 7/31(日)12時(旭座・有料)
越中八尾おわら保存会 15時15分(まちの駅広場・無料)
みんなで盆踊り
おかえりなさい～お盆は家族で旭座へ～ 8/11(日)～13(日) 大道芸人パフォーマンスほか

御食国若狭おばま YOSAKOI 祭 2016
と き 9/11(日)10時～
ところ 食文化館海側
内容 市内外よさこい団体競演 ※前夜祭 9/10(土)18時～

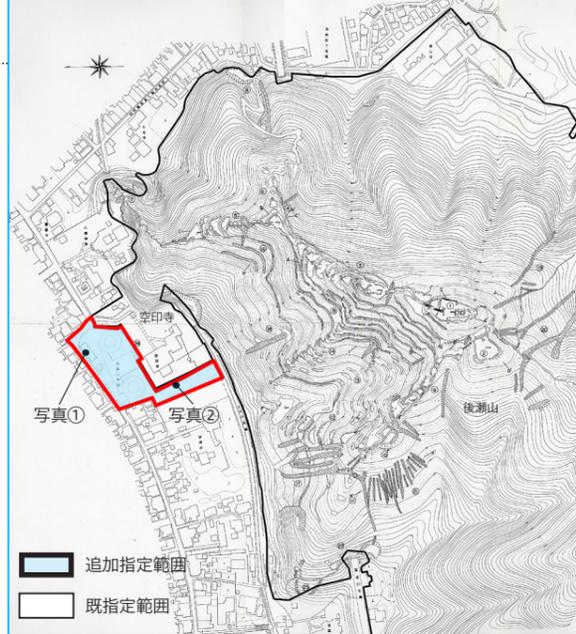
若狭武田氏館跡が 史跡後瀬山城跡に 追加指定されます

■問い合わせ
文化課 ☎ 64・6034

6月17日、国の文化審議会は、若狭武田氏館跡を国史跡後瀬山城跡に追加指定するよう文部科学大臣に答申しました。今秋に官報に告示され、正式に指定される予定です。

若狭武田氏館跡は、国史跡後瀬山城跡の北の麓、旧小浜小学校跡地にあり、平成18年度から25年度にかけて、市が発掘調査を実施しました。この調査で、館跡の西側と北側を囲む堀跡や、館跡から建物の礎石跡、石敷き状遺構などの生活痕跡が良好な状態で確認されました。さらに、国内外の食器類、金属製品、石製品などが出土しました。

今後は、有識者や市民で組織する委員会を設置し、若狭武田氏館跡の保存・整備・活用について検討を行います。



上/追加指定範囲の位置図 中/若狭武田氏館跡石敷き遺構(写真①) 下/若狭武田氏守護居館西側堀跡(写真②)

国史跡「後瀬山城跡」

後瀬山城は、戦国時代の1522(大永2)年に若狭守護の武田元光が築き、その後約80年にわたって歴代国主の居城となりました。山城には、石垣や土塁、堀などの遺構が残っており、1997(平成9)年に山城と館跡の一部が国の史跡に指定されました。



出前講座をご利用ください

■問い合わせ 市民協働課 ☎ 64・6009

市では、市職員が地域に向き、市政の現状を市民の皆さんに分かりやすく説明する「出前講座」を実施しています。多くの皆さんの積極的なご利用をお待ちしています。



北陸新幹線の出前講座 (小浜小学校)

対象

市内在住のおおむね10人以上で構成する団体、グループ

時間

原則10時～21時で、1講座90分以内

会場

申込者で準備

料金

無料

申し込み

出前講座希望日の1カ月前までに、所定の申込書を市民協働課へ提出

平成28年度は、「北陸新幹線のはなし」「在宅医療って何？」のほか4つの福井国体関連メニューを新たに追加、合計67のメニューを用意しています。
※講座メニュー、申込書などは市民協働課、中央公民館、各地区公民館にあります。市公式サイトからダウンロードすることもできます

こちら「小浜市海のまちづくり未来会議」です

小浜の海をもっと楽しみませんか！

■問い合わせ
農林水産課 ☎ 64・6024

「小浜市海のまちづくり未来会議」は、「小浜市海のまちづくり計画」に定められた取り組みの一つです。高校生・大学生・漁業者をはじめ、さまざまな職業や年代の人が小浜の海について情報交換し、小浜の海を体験する活動を行っています。

今年の2月には市内の民宿を会場に、高校生と大学生による研究発表会「サイエンス民宿」や、漁村集落の歴史や文化などを聞く「小浜めぐり」を企画し、実施しました。

3月には、福井新聞社と協働で「ふくいフードキャラバン in 小浜」を開催し、県内外からゲストを招き、小浜の歴史、文化と食事を体験してもらいました。

その他にも、海や水産業に関するさまざまなイベントの企画・運営に参加しています。



左上/ワカメ漁体験 左下/海の生き物調査 右上/サイエンス民宿 右下/カキいかだ見学



未来会議に関心のある人、海に関するイベントに参加してみたい人は、フェイスブック「海・まち・ミライ・小浜」をご覧ください。小浜の海や海に関するイベントを紹介しています。

◀QRコードまたは「海・まち・ミライ・小浜」で検索！

「小浜市海のまちづくり計画」とは

平成27年4月に策定した計画で、海をはじめとする小浜の豊かな自然環境の保全と利活用を目指した基本的な方針や具体的な取り組み事項をまとめたものです。本計画には、市だけでなく、関係する行政機関や団体、市民の皆さんと一緒に活動する取り組みも含まれています。関係者が共有し、尊重する計画になっています。※詳しくは「小浜市海のまちづくり」でウェブ検索

第15回「杉田玄白賞」募集中！

■問い合わせ 文化課 ☎ 64・6034

市では、「杉田玄白賞」を募集しています。郷土の偉人杉田玄白の功績にふさわしい進歩的な取り組みや研究、または活動の中から、功績の顕著な人や団体を表彰します。

- 対象 ①食と医療
②食と健康増進
③食育と地域活動



上記のうち、いずれかのテーマに関する進歩的な取り組み・研究を行い、実績をあげている人または団体

応募期限 8月12日(金) 当日消印有効

応募方法 所定の申請書(市公式サイトからダウンロード可)に必要事項を記入し、顔写真を貼付のうえ、論文リスト・リスト内資料などといっしょに文化課へ提出または郵送

※資料は5編以内とし、論文・資料各11部添付してください

注意事項 応募者の申請内容は、市に帰属します

市議会からのお知らせ

議長の就任

6月23日の平成28年第2回定例会で、下中雅之議員が、第47代小浜市議会議長に就任しました。



したなか まさゆき
下中 雅之氏・4期目
(56歳・生守)

京都から1ターで小浜へ来て1年半。若狭町のフィットネスパレア若狭で体力づくりのインストラクターを務める、瀬戸山一志さんです。京都市内でパティシエとして3年間働いた後、人と触れ合う仕事に惹かれ、リラクゼーション（マッサージ）の店に転職。「今までと全く違う接客の仕事に目覚めました。お客様との触れ合いに、やりがいを感じました」と、当時を振り返ります。

「ところが2年目で腰を痛めてしまい、パレア若狭で働く友人に相談すると、「来ないか」と誘われました。自身も腰を治すことに関心もあり2回目の転職を決断。「家が転勤族だったので、転居は気になりませんでした」と話します。若狭の暮らしを尋ねると、「街には、遊ぶところもないし、人も歩いていませんが、人と話をする、人の温かみを感じることが、ウエルカム感にあふれています」と、田舎の生活に気に入っています。「仕事は信頼関係を大切にし、出会いの場になり、つながりが生まれることにしたいですね」と、夢を語ります。

つながりが生まれるジムにしたい



勤務先 ミズノスポーツサービス(株) フィットネスパレア若狭
せとやま かずし さん
瀬戸山 一志 さん
(26歳・生守)

幼い頃から絵や工作が好きだったという大谷くん。中学でも迷わず芸術部を選択。昨年8月から部長として、美術とバイオリンの2コース21人の部員と活動を盛り上げてきました。「3年生は数が少ないんですが、後輩たちが支えてくれました」と、感謝と共に1年間を振り返ります。美術コースに所属する大谷くんが得意とするのは立体造形物。8月の『ふくい中学生アートリンピック展』に出す卒業作品として、紙だけを使った恐竜の骨格づくりに挑戦しています。

創作の秘訣は、「コミュニケーション」。一人で作るより、みんなで意見を交わした方が、刺激があり、アイデアが生まれます」と、話します。「やり直しや失敗を繰り返しても、挑戦し続けて、思い通りのものができたときが一番うれしいです」作品づくりに意欲をみせる大谷くん。発表することも大事だと話します。「作るだけでは自己満足。発表することで、色んな意見も聞けるし、芸術に興味を持つ人も増えていきます」と、力強く話してくれました。

失敗を恐れずに挑戦し続ける



芸術部 部長
おおたに こうたろう くん
大谷 孝太郎 くん
(小浜中学校3年生)



女子ラグビー 県代表
なかの じゅりあ さん
仲野 珠里亜 さん
(若狭東高校3年生)

高校生活 自分らしく完全燃焼

若狭東高校生徒会長の仲野さん。昨年夏に先生の誘いを受けて、女子ラグビーに挑戦。県代表13人の一員として、8月の国体北信越ブロック予選の突破、岩手国体出場を目指します。経験のない競技に、最初は不安もあったという仲野さん。一方で、東高校ラグビー部60年の歴史の中で、初の女子選手となることに、自分が土台となって作っていきけることに魅力を感じました」と、振り返ります。部活に加え、休日は社会人や大学生に混じり県代表の練習に参加します。

「女子は7人制で運動量が必要です。代表では一番年下なので、若さを生かしたプレーで貢献したいです」多忙な日々の中でも、「忙しい方が自分らしい。必要とされる今が私の居場所」と、笑顔をみせます。つらい練習の後に、先生や友人、地域の人からかけられる一声が元気の源です。将来の夢は、病気の人の心に寄り添える看護師。残り8カ月となった高校生活。「何でも活発にできるのはあと少し。完全燃焼したいですね」と、かける想いを話してくれました。

声出し！がとても大事なんです

男子30人、女子24人の部員を擁する二中陸上部。男子キャプテンの山前くん(写真右)は走り高跳び、女子キャプテンの塚本さんは百以障害で、夏の大会を照準に、調整の真っ最中です。山前くんは、「プレッシャーを力に変えるタイプかな」と自己評価し、本番に強い選手のようにです。県で2位レベルの記録を持ち、「目指すは1位です」と、きっぱり答えてくれます。塚本さんは、「ライバルが県1位のチームメイトなので、2人で全国大会出場」を目標に頑張っています

と、調整に余念がありません。部活で大切なことを尋ねると、「練習中の声出しでモチベーションを上げることがとても大事なんです」と二人が口をそろえます。山前くんが、「基本練習などで、弱点を的確に指摘し、指示を出すようにしています」と言えば、塚本さんは、「昼休みに後輩たちと、部活のことなどを話しています」と答え、部内の雰囲気盛り上げています。取材後、二人の声出しで、部員たちの「元氣出していきますよー！」「はい」という声が続いていました。



陸上部 キャプテン
つかもと はな さん
塚本 葉奈 さん
やままえ りょうま くん
山前 諒真 くん
(小浜第二中学校3年生)

星の広場（若狭湾国定公園）

小浜公園の階段を山頂まで上ると、そこには市内から離れた空間「星の広場」があります。

徒歩以外でも、翼のテラスの横を車で真っ直ぐ進むと、道の途中に、星の広場へとつながる側道があり、車で広場まで行くことも可能です。

その名のとおり、空気の澄んだ夜、この場所では、星がよく見えるでしょう。広場の手前には見晴らし台もあり、小浜のまちを一望できます。晴れた日には、海の向こうまで見えそうです。

広場の奥にも道は続き、トレッキングコースになっています。初心者でも歩けるコースなので、今度ぜひ歩いてみたいですね。広場は山中になるので、家族や友達を誘って、皆さんでお越しくださいね。



【問い合わせ】
 若狭おばま観光案内所 ☎ 52・2082
 【アクセス】
 青井（小浜公園階段上る）
 JR 小浜駅から車で15分
 舞鶴若狭自動車道小浜 IC から車で20分
 （文と写真：地域おこし協力隊ハラ）

支えるチカラ

みんなが安らぐ場所を作りたい

市内の女性18人が所属する病院ボランティア。県内初の病院ボランティアグループとして、昭和53年に発足。以来、38年間、公立小浜病院（大手町）を中心に活動してきました。

平成21年に、友人に誘われて、活動に参加した上原さん。「人のためになることなら」と、家族が後押ししてくれたことも大きかったと話します。

今年の5月には、会員の投票で代表に選出。「最初はびっくりしましたが、皆さんに支えてもらいながら務めています」と、優しくほほみます。

主な活動内容は、介護老人保健施設『アクール若狭』での介護補助や、病院での約4千冊の図書貸出し、自分たちでも新刊を寄付することで、充実を目指しています。「本を読んだり、交流することで、入院中の患者さんが安らぐ場所になってほしいです」

上原さんに今後の目標を尋ねると、「続いてきた活動と人の思いを絶やさぬよう、会員を増やしていきたいですね」と、意欲をみせました。活動に興味がある人は、代表の上原さん ☎ 56・3778まで。見学や体験も可。



病院ボランティア 代表
 うえはら せいこ
上原 清子 さん
 （73歳・遠敷九丁目）

健康長寿のススメ

毎ベジファースト5（ファイブ）④

「ストック野菜」で毎ベジファースト

「毎日毎食、最初の5口に野菜を食べよう！ 1日350g以上」という「毎ベジファースト5」。皆さん、実践できていますか。

野菜を食べるのに一番面倒で時間を取られるのが、「下ごしらえ」です。皮をむいて切るだけでも意外に手間がかかります。今回は、冷蔵庫に、いつでも食べられる、何にでも追加できたりする、半分だけ調理した状態の野菜をストックしておくことをお勧めします。

ストック野菜は、まとめて大量に作ると効率もアップします。傷みやすい食材は、マリネにしたり、塩であえておくこと長持ちします。冷蔵庫に常備しておく、朝でも仕事から帰った後でも、さっと野菜を食卓に出すことができます。食べるずっと前に調理するので、栄養の損失はありませんが、面倒だからと野菜を食べないよりずっとマシです。

たっぷりの野菜を食べて元気がキレイを保ちましょう。

ストック野菜の作り方

野菜を適当な大きさに切って、耐熱容器に入れ軽くフタを乗せて電子レンジで加熱。冷めたらフタをして冷蔵庫で保存。

ポイント

- ◆いちよう切り、スティック状、千切りなど、食べやすく、使いやすい形に切る
- ◆大きめに切った場合は少量の水を加えて加熱する（水分の多い野菜や千切りなどの場合は不要）
- ◆冷めたら、溜まっている水分を捨てて保存

作りやすい野菜

ニンジン、ダイコン、タマネギ、モヤシ、オクラ、キャベツ、ピーマン、ブロッコリー



すぐ食べられる野菜料理

そのまままやポン酢かけ、サラダやあえもの、温め直して温野菜、汁物の具材、肉・魚に加えて蒸したり、炒めたり...と、いろいろ工夫してください

- 次回のテーマ
毎ベジファースト5 ⑤
「野菜のおかず」
- 問い合わせ 健康管理センター
☎ 52・2222

アート&カルチャー

我流になったらあかん

日本舞踊若菜流「菜恋海会」会主、若菜伊三恋こと谷口律子さん。

名取から師範となり、稽古場を開いて14年目。「ピアノ、お茶、お花、習字、そろばん、習い事は数多くしたけど踊りだけが残りまして」と、今は踊りの芸を深める毎日です。

高校時代に習い始めて、就職、結婚、子育てで一旦遠ざかりましたが、子どもの手も離れた40歳手前で再開。商売人の父親から、「財産は残せるものやないが、身に付けたものは残る」とよく言われました」と、振り返ります。



若菜流 菜恋海会 会主
 わかな いさこい
若菜 伊三恋 さん
 （70歳・今宮）

舞踊の魅力を尋ねると、「演目の情景を思い浮かべ、役になりきる。違う人間になれるところかな。役者さんが「舞台が忘れられない」と言うのが分かる気がします」と、話す目が輝きます。先代の家元の「歌を理解し、指の先まで使って芝居をやれ。そうすれば、感情がにじみ出て、踊りこなせる」との言葉を忘れません。

何事も中途半端が嫌い。「自己満足したら終わり。我流になってしまったりあかん」と、稽古を欠かさず、凛として自分を律します。

■今月の子育て情報



子育てサロン※

とき：24日㊦
9時30分～11時30分
ところ：子育て支援センター
☎同 ☎56・3386
(子育て相談会やクッキングなど、育児のアイデアを提供しています)

のびのび広場※

とき：3日㊦
9時30分～11時30分
ところ：子育て支援センター
☎同 ☎56・3386
(季節に応じた活動や運動会など、子どもが楽しむ親子遊びを提供します)

誕生会※

とき：31日㊦
9時30分～11時30分
ところ：子育て支援センター
☎同 ☎56・3386
(今月に誕生日を迎えるお子さんのお祝いを楽しみましょう)

親子運動遊び※

とき：19日㊦
10時～11時
ところ：子育て支援センター
☎同 ☎56・3386
(子どもと一緒に体を動かして遊びます。親子でのふれあいを楽しみましょう)

スクスク元気っ子教室

とき：23日㊦
10時～10時30分受付
ところ：健康管理センター
☎同 ☎52・2222
(離乳食の試食や相談、発育・発達、育児など子育て相談。身体計測も可能です)

子育てワイワイ広場

とき：8日㊦、22日㊦
9時30分～12時
ところ：健康管理センター
☎同 ☎52・2222
(未入園児の親子に2階和室を開放しています。交流の場としてどうぞ)

母乳育児相談

とき：8日㊦、22日㊦
10時30分～11時30分
ところ：健康管理センター
☎同 ☎52・2222
(助産師による母乳育児の相談です。体重、哺乳量の測定も可能です)

■体や心・生活の相談



エイズ・肝炎相談、検査

とき：1日㊦、15日㊦
9時～10時30分
ところ：若狭健康福祉センター
☎同 ☎52・1300
(匿名で、エイズ・肝炎に関する相談や、検査を受けることができます)

精神保健相談※

とき：2日㊦、16日㊦
9時30分～11時30分
ところ：若狭健康福祉センター
☎同 ☎52・1300
(心の病気や、心の悩みに関する相談に応じます)

身体障がい者相談

とき：19日㊦
13時～14時
ところ：公立小浜病院 高齢・障がい者元気支援課
☎64・6012
(身体障害者手帳の交付・更新、補装具の交付などの相談に応じます)

カフェ・ぽ〜れ

とき：11日㊦
13時30分～15時
ところ：花水木(鹿島123)
☎坂上和代さん ☎090・5686・4147
(認知症など高齢者の相談窓口です ※参加費100円)

特設人権相談

とき：17日㊦
13時～15時
ところ：働く婦人の家 法務局
☎52・0238
(悩みごと、心配ごとのある人は、気軽に相談してください)

心配ごと相談

とき：10日㊦
13時～16時
ところ：サン・サンホーム 小浜
☎同 ☎56・5802
(介護など生活での困りごとの相談に応じます)

家庭教育相談

とき：20日㊦
14時～17時
ところ：中央公民館
☎同 ☎53・1336
(青少年との親子関係や家庭における悩みなどの相談に応じます)

■法律や行政・その他の相談

相談名	開催日	時間	ところ	問い合わせ
弁護士無料相談※	2日㊦	13時30分～15時	働く婦人の家	福井弁護士会 ☎0776・23・5255
結婚相談	4日㊦、18日㊦	9時30分～11時30分	文化会館	子ども未来課 ☎64・6013
結婚相談(本人のみ)	27日㊦	13時30分～15時30分	文化会館	子ども未来課 ☎64・6013
法律相談(消費生活トラブル)※	4日㊦	14時～16時	嶺南消費生活センター	同 ☎52・7830
出張年金相談※	9日㊦、25日㊦	10時～12時、13時～15時	文化会館	敦賀年金事務所 ☎0770・23・9905
高齢者専門相談(法律)※	18日㊦	13時～16時	嶺南地域福祉相談・介護実習普及センター	同 ☎52・7832

※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。

■今月の休館日

市立図書館
2日㊦・9日㊦・11日㊦・16日㊦・21日㊦・23日㊦・30日㊦

若狭図書学習センター

夏休み中は休館日はありません
※25日㊦：2Fのみ休館

温水プール

夏休み中は休館日はありません
※開館時間の変更
12日㊦、15日㊦：10時～18時に変更(12日㊦のレディースタイムは休みます)

市民サービスコーナー

11日㊦㊦・21日㊦

■今月の休日当番医

7日㊦：★小津外科医院(日吉)
☎52・0072

11日㊦：★田中整形外科医院(千種一丁目)
☎52・6868

14日㊦：★しんたにクリニック(駅前町)
☎64・5321

21日㊦：★山手医院(山手一丁目)
☎53・5511

28日㊦：中山クリニック(多田)
☎56・5588

※★印のついた当番医の日は、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

■今月の窓口

税の納付窓口

休日納付窓口
28日㊦：9時～17時
夜間納付窓口
31日㊦：20時まで

1階窓口延長

毎週金曜日(祝日・年末年始を除く)、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、執務時間を18時30分まで延長しています。

au お得な情報をおとどけ!

facebook 「エーショップおばま」で検索

twitter @aushopobama

au ショップ小浜 ☎0800-7002298

安全と快適を生む環境づくり。
ビル総合管理・警備保障システム

AIVIX
株式会社アイビックス

若狭支店 / 917-0241 小浜市遠敷7丁目112
TEL:0770-56-0266 FAX:0770-56-0268

暑い夏はひんやり
なつ風呂
毎週1日 特別替り湯実施
8月毎日 エクストラール すっきり爽快!!
リンズインシャワー&ボティリーフ設置

小浜市川崎3-4 御食園若狭おばま
<食文化館内>
☎0770-53-4126
お食事だけでもご利用いただけます

夏期キャンペーン実施中!
帰省される学生様お待ちしております

小浜自動車学校

地域に愛され、貢献できる学校を目指しています

〒917-0023 小浜市府中14-23
☎0120-52-0839

家電販売・修理・リフォーム
ご相談ください

まことや電器(株)

〒917-0241 福井県小浜市遠敷71-33-3
TEL 0770-56-1833

Panasonic パナソニックの店

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

お気軽にお問い合わせください
現在、仮社屋で営業しております
▼仮社屋の住所等はこちらです
小浜市和久里15-22-8
☎(0770)56-5212・FAX(0770)56-5215

人の動き(7月1日現在)

- 人口 30,175人 (前月比-36人) (前年同月比-255人)
- 男性 14,720人
- 女性 15,455人
- 世帯数 11,916世帯
- 異動 転入 55人
- 転出 74人
- 出生 16人
- 死亡 33人

編集後記

●夏が近づくに連れて外の取材が増え、突然の雨に見舞われることも▶さながら、与謝蕪村の俳句「夕立や草葉をつかむ むら雀」のスズメの心境▶梅雨明けが待ち遠しい今日このごろです▶そんなこちらの気持ちを知ってか知らずか、草花やカエルは雨がうれしそう▶思わぬ場所で、ユウガオやアジサイを見つけることも▶耳目のアンテナを伸ばして、季節の移ろいを記録していきたいです(松)

●加齢による視力の減退には勝てず、白内障の手術を受けました▶手術は日帰り、2回に分けて両眼に人工のレンズを挿入するもので、思ったより簡単に終わりました▶その効果は絶大で、見えるもの全てが明るく、くっきり。もっと早く受ければ良かったと感じました▶しかしながら、ピント調節の範囲は限定されるため、手元は老眼鏡のお世話になり、年齢を実感する日々です(橋)

今月の一枚

青空に立つ積雲

夏雲とコウノトリ大橋



北川にかかるコウノトリ大橋の向こうに、真っ白な夏雲を見つけました。この日は、市内で最高気温 36.2 度を記録するなど、“猛暑日”となりました（7月5日撮影）

|| ホットフォト Hot Photo

まちのニュースを写真でお届けします！



上／遠敷保育園で公開運動保育を実施。5歳児クラス17人が運動を実践(市場・6月21日)
左下／消防ポンプ操法大会に各地区の消防団員 256 人が参加 (川崎三丁目・6月19日)
左下／客席と一体となったパフォーマンスを繰り広げた演劇イベント (旭座・7月3日)

広報おばま

No. 752 平成 28 年 7 月 25 日 (月) 発行

発行 福井県小浜市

〒917-8585

小浜市大手町 6 番 3 号

編集 企画部市民協働課 ☎ 64・6009 FAX53・0742

ホームページ <http://www1.city.obama.fukui.jp/>

電子メール kouhou@city.obama.lg.jp

印刷 若越印刷(株) 小浜営業所