

いつまでも自分らしい過ごし方を



特集

.....

地域で支える 高齢者の健康と生きがい

いつまでも自分らしい過ごし方を

地域で支える 高齢者の健康と生きがい

特集

介護なんでも相談窓口

「地域包括支援センター」の

取り組みについて

本人でも、家族でも、気軽に相談を

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で暮らしていけるように、介護、福祉、健康、医療などさまざまな面から高齢者やその家族を支える、「介護なんでも相談窓口」です。

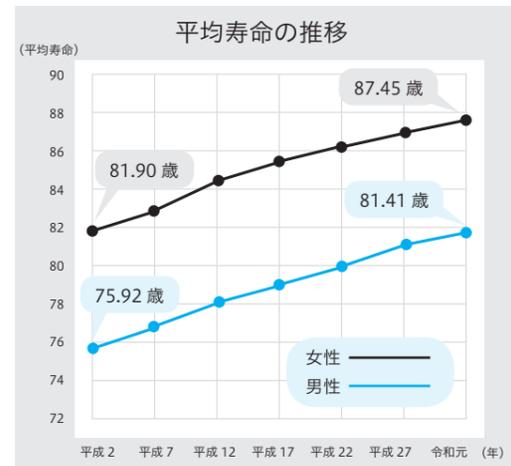
市内では、健康管理センター（南川町）内と、社会福祉協議会（遠敷）内の2カ所に設置されており、高齢者本人はもちろん、家族や地域の方からの相談も受け付けています。

健康や介護に関することや、認知症に関すること、金銭管理・財産管理などについて、関係機関と連携しながら問題解決に努めますので、気がかりなことがあれば、どんなことでも気軽に相談ください。

担当地区	連絡先
小浜・雲浜・西津・内外海・加斗	小浜市地域包括支援センター (南川町4-31) ☎64・6015
国富・宮川・松永・遠敷・今富・口名田・中名田	小浜市社会福祉協議会地域包括支援センター(遠敷84-3-4) ☎56・5855

厚生労働省によると、令和元（2019）年の日本人の平均寿命は、女性が87・45歳、男性が81・41歳。女性は7年連続、男性は8年連続で過去最高を更新し、平成2（1990）年からの約30年間で、ともに5年以上延びています（左図）。

長寿化の背景には、医療の進歩とともに、一人ひとりの健康に対する意識の向上があるとされており、平均寿命から日常生活に支障のある期間を差し引いた「健康寿命」も年々、伸びています。



一人ひとりの自立を地域で支える 「自立支援」の取り組み

高齢になると、足腰が弱ったり、頻繁にものを忘れるようになったりと、日常生活に支障をきたし支援が必要になる場合があります。「自立」とは、こうした支援を必要とする人が、自分らしい生き方、自分の望む暮らし方ができる状態のこと。その実現を手助けすることが「自立支援」です。

市では昨年、ケアマネジャーや介護保険サービス事業所などと相談して、「自立」「自立支援」のあり方を次のように定義しました。

- 本人の置かれている状況やその後の見通しを、本人や家族、地域、支援者が理解する
- その上で、本人がやりたいことややりたい自分を表現でき、自己決定する
- その目標を共有し、住み慣れた場所で生活し続けることができるように支援する

この定義を、介護サービス関係者と共有して、「誰もが、いつまでも、自分らしい暮らしを送れる」ように、今後も支援していきたいと考えています。

同時に、市民の皆さんにもこの定義を知っていただき、家族や地域で、身近な人をも支える一助にしていきたいと思えます。

住み慣れた地域で、いつまでも元気に、自分らしく過ごしていくためには、日頃の運動による健康維持や、行政・医療・地域住民が互いに協力した介護予防・支援が欠かせません。

また、健康寿命と平均寿命の「差」、つまり何らかの介護を必要とする期間は、平均で約10年間あり、介護期間に対する支援も重要となります。

今月号では、こうした高齢者の健康と生きがいを支えるため活動する人々と、その取り組みについて紹介します。

認知症になっても安心して暮らせるよう 専門チームがサポート

市では、認知症が疑われる人などを訪問し、専門医や保健師などとともに本人の様子を確認や家族への助言などを行う「認知症初期集中支援チーム」を設置しています。

認知症は、早く気づいて対応することで、進行を遅らせたり、介護の負担軽減につながります。支援チームでは、早期から本人や家族に集中的に関わり、適切な医療や介護を受けられるように支援します。

家族の介護や対応に困ったら、地域包括支援センターまで相談してください。

「無理のない介護」を目指して

少子高齢化社会では、老々介護、多重介護、遠距離介護、子育てと介護のダブルケアなど、さまざまな介護の大変さがあります。

毎日の介護で、肉体的・精神的に疲れ果てる人や、一人で頑張りすぎる人、介護によるストレスに気付かない人もいます。

介護する人も、介護を受ける人も、ともに無理せず支え合って暮らしていくには、介護サービスを上手に利用することが大切です。

介護に悩んだり、周囲に悩んでいる人がいたら、一人で抱え込まずに、気軽に相談してください。



地域で取り組む介護予防について

地域やサークルで集まり運動

歳を重ねてもいつまでも自分らしい暮らしを送るためには、運動や社会参加などを通して、自分自身で介護予防に取り組むことが大切です。

市内では、地域で介護予防に取り組む団体が増えています。

介護予防に役立つ「いきいき百歳体操」

「いきいき百歳体操」は、いすに腰掛けて、準備体操、重りを使った筋力運動、整理体操の3つを組み合わせた運動プログラムです。筋力運動では、いすに座って手や足をゆっくり上げ下げしたり、座ったり立ったりする動作をゆっくり繰り返し繰り返すことで、筋肉に負荷をかけて鍛えます。

所要時間は1回あたり40分程度。映像を見ながら動作をまねるだけで簡単に実践できます。

平成28年に太良庄区が取り組み始め、現在は10地域で、月1〜4回程度の頻度で継続的に実施されています。

取り組みを始める際には、市でも道具の貸し出しなどでサポートしますので、小浜市地域包括支援センターまで相談してください。

「いきいき百歳体操」に取り組む、地域の皆さんを取材しました

小浜地区では、平成29年に、東部6区が連携して「いきいき百歳体操」を開始。現在は参加区域を地区全体に広げ、月2回、若狭ふれあいセンター（日吉）で、百歳体操を実施しています。

開始当初は少なかった参加者も、今では毎回20人以上が参加する盛況ぶりです。世話役の皆さんによると、「口コミで評判が広がり、どんどん人数が増えた。家にこもりがちな人でも、運動と交流を目的に、外出するきっかけになっているみたい」とのこと。

この日も27人が、お互いの近況などを話しながら、和気あいあいと体操に取り組んでいました。



▶映像を見ながら体を動かす参加者（9月8日・日吉）



▶いきいき百歳体操サークルの世話役のみなさん

荒木区では、この8月に、区のふれあい会館で、いきいき百歳体操の「おたなし体験」を初めて行いました。

体験では、参加者たちが地域包括支援センター職員の指導を受けながら、約40分間の体操を行いました。

終了後、参加者からは、「ゆっくりで単純な動作なのに、思った以上にいい運動になった」「普段運動しないので不安だったが、やってみたら意外とできた。これなら続けられそう」といった感想が寄せられ、評判は上々の様子。

参加した女性は、「これから月1回の楽しみになりそう」と笑顔で話してくれました。

参加した皆さんの感想

- ・運動不足の解消にぴったり！
- ・みんなと一緒に続けられそう
- ・今から月1回の体操が楽しみ



いすに腰掛け、重りをつけた足を持ち上げる参加者たち（8月28日・荒木）

地域の声が活動の原動力に

私たち「ほほえみサポーターズ」は、平成28年に発足したボランティア団体です。「できるとき、できる場所で、できること、ほほえみ一杯サポート一杯」をモットーに、60歳代〜80歳代の男女32人が、市民の皆さんの介護予防・認知症予防につながる活動のお手伝いをしています。

ふれあいサロンのほか、公民館など9会場で開催する「元気ハツラツ教室」などで、参加者の皆さんが楽しく運動やレクリエーションなどに取り組みめるよう支援しています。

教室は、住民同士の交流の場にもなっており、新型コロナの影響でしばらく休止していたときには、「休んでいると、気持ちも体もどこかシャキッとしない」「毎月の楽しみにしている。いつ再開するの？」など、たくさんの方の声を寄せていただきました。私たちにとても、活動の大きな原動力となっています。

私たちの活動が、介護予防・認知症予防に役立ち、住み良いまちづくりの輪を広げていきたいと思っています。

私たちの活動に興味がある方は、ご一報ください。みんな待っていますよ！



ほほえみサポーターズ 代表 須田 誠次 さん

地域貢献が自分自身の介護予防

平成21年に設立した運動サポーターは、ふれあいサロンで、運動を交えたレクリエーションや、木製の大きな牌を使った「オバマージャン」などを通じた介護予防に取り組む団体です。

私は、定年退職を機に、これまでなかなか参加できなかった地域活動に取り組むたいと思い、サポーターになりました。

各地での活動は、地域貢献はもちろん、自分自身の介護予防にもつながっているように思います。



運動サポーター 吉村 征一 さん

今後の課題は、レクリエーションがマンネリ化しないよう新たなメニューを考えることと、男性の参加を促すこと、新規のサポーターを増やすことです。 私たちと一緒に、自分のためにも地域のためにもなる活動に取り組んでみませんか。

引退後も地域で活躍

サポートナースは、現役を引退した看護師でつくる団体です。

平成21年に設立し、現在は10人が、ふれあいサロンに参加する皆さんの血圧などを測ったり、体のちよつとした悩みについて相談を受けたりしています。

最近では、新型コロナウイルス感染症対策のため、各会場で換気や手洗い、手指の消毒などの感染

予防について指導しています。

健康の不安など、気になることがある人は、サロンで気軽に声をかけてみてください。



サポートナース 佐々木 征子 さん



伝統的衣装の着こなしを学ぶ和装講座

若狭高校生活創造科の3年生が自ら仕立てた浴衣を使って着付けの流れなどを学ぶ(金屋・8月27日)

趣向を凝らした企画が満載

若狭高校の学校祭で新型コロナなどを題材にさまざまなクラス展示が実施(千種二丁目・8月31日)



先祖の霊とともに行く船を見送る

伝統行事「精霊船送り」で地元の男衆が竹や稲ワラでできた船を海へ送り出す(西小川・8月25日)



地場産業の支援に関する緊急要望

小浜商工会議所と若狭塗箸協同組合が新型コロナウイルス感染症拡大に伴い市長に要望を提出(市庁舎・8月28日)



今年は「番外編」でプロの落語を楽しむ

「全国女性落語大会」審査員の桂あやめさん、林家染雀さんが公演し現場とネット配信で約80人が観覧(旭座・9月12日)



伝統の秋祭りの雰囲気を感じて

デザイナーの足立直紀さんが放生祭の出し物を描いた「小浜放生祭展」が開催(駅通り会館・9月6日)



より一層の安心を

あいあいバスの新型コロナ対策強化のため全車両に抗ウイルス加工を施す(千種二丁目・9月6日)



若狭消防組合発足50周年に掲げるロゴが完成

記念大会で使用するロゴをデザインした高校生が表彰される(若狭消防組合消防本部・9月8日)



演舞する人々の臨場感あふれる

「御食国若狭おばまYOSAKOI祭 写真・衣装展」が行われ昨年の様子が紹介される(食文化館・9月13日)

新設掲示板をお絵書きでPR

飯盛地区で農村の環境保全活動を広報する掲示板が設置され地元児童が絵を描いてPR(荒木・8月29日)



夏の夜に朱色の軌跡描く

南川流域の集落河川敷で火まつりの1つである伝統行事「松上げ」が行われる(下田・8月22日)

10年後の小浜市に向かって

令和3年度からのまちづくりの指針となる第6次小浜市総合計画の策定にあたり市民が意見を交換(働く婦人の家・9月5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



小浜市戦没者追悼式

市民福祉課 ☎64・60011

市では、令和2年度小浜市戦没者追悼式を挙行します。

当日は、新型コロナウイルス感染症予防対策の上、行います。

▼とき 10月22日(土)13時30分

▼ところ 働く婦人の家(大手町)

▼申込期限 10月7日(水)

※事前に電話で申し込んでください

古着・廃小形家電の回収

環境衛生課 ☎64・60016

市では、ごみの減量化や、リサイクルの推進を図るため、無料で古着や廃小形家電の回収を実施します。

▼とき 10月3日(土)9時~12時

▼ところ クリーンセンター(谷田部)

▼対象

【古着】洗濯した衣類全般

■下着、靴下、毛布、ふとん、タオルなどは対象外

【廃小形家電】回収ボックス投入口(15センチ×25センチ)に入る大きさの携帯電話、デジタルカメラ、電子手帳、ゲーム機器、携帯音楽プレーヤー、電卓など

■電池、電動工具、パソコン、CDなどの記憶媒体、テレビなどの家電リサイクル法の対象品目などは対象外

※雨天決行のため、古着は雨にぬれないように持ち込んでください

※当日は、対象以外の家庭ごみや粗大ごみは受け付けできません

※次回は、12月と3月に実施予定です

乾燥肥料の無料配布

衛生管理課 ☎52・1522

例年10月の日曜日に実施している「乾燥肥料」の無料配布を、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年度は平日に実施します。

▼とき 10月5日(月)~9日(金)、12日(月)~16日(金)

▼ところ 衛生管理課(荒木)

※事前に電話で申し込んでください

※開封後は早めに散布し、必ず覆土してください。野外保管の際は必ずシートなどで覆ってください

行政書士無料相談会

福井県行政書士会

行政書士会では、相続の手続きや農地転用などの許認可の相談に応じる無料相談会を開催します。

▼とき 10月3日(土)10時~16時

▼ところ 小浜商工会議所(大手町)

▼問い合わせ 田中行政書士事務所 ☎0770・64・5880

司法書士無料相談会

福井県司法書士会

県司法書士会では、不動産の登記や借金に関することなどの相談に応じる無料相談会を開催します。

▼とき 10月3日(土)10時~16時

▼ところ 小浜商工会議所(大手町)

※完全予約制

▼問い合わせ 福井県司法書士会 ☎0776・43・0601

雇用・年金・助成金なんでも無料相談会

福井県社会保険労務士会

社会保険労務士が、雇用・年金をはじめ、労働問題や助成金まで幅広く相談に応じる無料相談会を開催します。

▼とき 10月6日(火)10時~16時

▼ところ 小浜商工会議所(大手町)

※予約不要

▼問い合わせ 県社会保険労務士会 嶺南支部 古屋さん ☎52・3263

自主防災組織等感染症対策支援事業補助金

生活安全課 ☎64・60006

災害時の感染症対策の充実を図ることを目的に、自主防災組織などの事業に対し支援を行っています。

▼対象 自主防災組織などの災害時の感染症対策に係る経費

▼補助金額 全額補助(世帯数に応じて限度あり)

▼申請期限 10月30日(金)

※詳しくは、問い合わせください

「夕方見守り運動」にご協力をお願いします

生涯学習スポーツ課 ☎64・60033

県および市では、「夕方見守り運動」の普及推進に取り組んでいます。

子どもへの声かけ事案などが発生しやすいため、夕方時間帯に、大人が誘い合って、屋外での作業や散歩などを行うことにより、地域ぐるみで子どもを見守り、育てようとする運動です。

パトロールなどとは違い、集まったり、登録する必要はありません。

誰にでもできるボランティア「夕方見守り運動」にご協力をお願いします。

行政相談週間

市民協働課 ☎64・60009

10月19日(月)~25日(日)は行政相談週間です。

市や町の明るく住みよいまちづくりに使われます。

▼発売期間(同時発売)

9月23日(水)~10月20日(火)

▼問い合わせ(公財) 福井県市町振興協会 ☎0776・57・1633

募集



市営住宅空き家入居者

営繕課 ☎64・6026

市では、市営住宅の空き家入居者を募集します。

▼申込期間 10月2日(金)~30日(金)

※期限厳守

▼申込方法 営繕課に設置の申込書に記入し、同課へ提出

▼抽選日時 11月27日(金)10時~

※対象住宅など、詳細は問い合わせください

嶺南地域PR動画コンテスト

商工観光課

県では、嶺南地域の魅力あふれる動画を募集しています。年齢や個人、団体など問わず、誰でも応募できます。優秀賞(6点)の受賞者には、嶺南地域の特産品を贈呈します。

▼対象 嶺南地域を題材にした30秒~3分程度の動画(以前に撮影した動画も可)

行政相談では、相談内容に応じた助言、専門機関のご案内、関係機関への改善の働きかけを行っています。相談は無料で、秘密は守られます。※本紙18Pに、毎月の相談日程を掲載しています

おばま児童文学会「風夢」のおはなし会

とき 10月24日(土)11時~



■問い合わせ 市立図書館(白鬚) ☎52・1042

おはなし会と作ってあそぼ!

とき 10月10日(土)11時~

内容 (1) おはなし 「ハロウィンのかくれんぼ」「おかし島のハロウィンパーティー」ほか (2) こうさく 牛乳パックで「おかしを作ろう!」

■市立図書館 今月のイベント

▼応募期限 10月30日(金)17時必着

▼応募方法 動画をYouTubeに公開し、専用の応募フォームに入力

※詳しくは、問い合わせください

▼問い合わせ 福井県嶺南振興局 ☎56・2216



令和3年度文芸おばま事業

文化会館 ☎53・9700

文芸おばまでは、令和3年度に行う事業を募集します。市民の心を豊かにする文化活動を企画・提案してください。

▼対象 文化会館(大手町)などを会場とした催し

▼申込期限 11月29日(日)必着

※既存団体の活動を補助するものではありません

※提案内容をヒアリングし、採択される場合、その企画の主催者として取り組んでもらいます

※事業予算は、市の予算に応じて配分します

※詳しくは、問い合わせください



事業用建物・償却資産にかかる

令和3年度分の固定資産税・都市計画税を軽減します

●問い合わせ 税務課 ☎ 64・6004

新型コロナウイルス感染症の影響で、事業収入が減少している中小企業・小規模事業者（※1）について、令和3年度の固定資産税・都市計画税を軽減します。

■対象者

新型コロナウイルス感染症の影響で、事業収入が減少している中小企業・小規模事業者

■軽減対象

事業用建物・償却資産にかかる固定資産税、都市計画税（いずれも土地は対象外）

■軽減率

令和2年2月から10月までの、任意の連続する3カ月間の事業収入の対前年同期比減少率により決定されます

◇減少率が50%以上 → 全額軽減

◇減少率が30%以上50%未満 → 1/2軽減

（※1） 資本金の額または出資金の額が1億円以下の法人。資本または出資を有しない法人または個人は従業員1,000人以下（ただし、大企業の子会社などは対象外）

（※2） 税務、財務などの専門的知識を有し、一定の実務経験を持つ税理士、公認会計士、商工会議所、金融機関など【詳細は、小浜市公式HP（暮らしの情報→税金）をご覧ください】

■申告方法

① 税理士や会計士・金融機関などの認定経営革新等支援機関等（※2）で、以下の確認を受けて所定の申告書に署名・捺印をもらってください

- ・対象事業者であること
- ・事業収入の減少率
- ・対象建物の事業用割合

*申告書は市公式HPからダウンロードもしくは、税務課で取得できます

② 受付期間内に税務課へ提出書類を持参もしくは郵送により申告してください

受付期間 令和3年1月4日(月)～2月1日(月)

◇提出書類

- ・申告書（認定経営革新等支援機関等の署名・捺印を受けたもの）
- ・収入減少を証明する書類（会計帳簿や青色申告決算書の写しなど。不動産賃料を猶予したことにより対象となる不動産賃貸業者は、猶予の金額や期間を確認できる書類が別途必要）
- ・対象建物の事業割合を示す書類（青色申告決算書など）

●問い合わせ 環境衛生課 ☎ 64・6016

狂犬病予防注射日程

狂犬病の予防注射は狂犬病予防法に基づき、年1回義務づけられています。飼い主は必ず受けさせてください。

対象 生後91日以上の子犬（室内犬、老犬も含む）

料金 2,750円（新規の場合は別途3千円必要です）お釣りがないようご協力をお願いします

持ち物 料金・案内はがき

11月5日(日)	
丸山ふれあい会館	9時00分～9時10分
羽賀ふれあい会館	9時20分～9時30分
奈胡公会堂	9時40分～9時50分
熊野ふれあい会館	10時00分～10時10分
次吉集会所	10時20分～10時30分
慶林寺(栗田)	10時40分～10時50分
高塚集落センター	11時00分～11時10分
太良庄公会堂	11時20分～11時30分
内外海保育園	13時30分～13時50分
堅海公会堂	14時05分～14時20分
常福寺(西小川)	14時35分～14時40分
蓮性寺(阿納)	14時55分～15時05分
漁協田鳥支所	15時30分～15時50分

11月10日(火)	
東勢ふれあい会館	9時00分～9時10分
旧駐在所(荒木)	9時20分～9時35分
加斗駅	9時40分～9時50分
谷田部住民センター	10時10分～10時25分
口名田公民館	10時35分～10時50分
五十谷住民センター	11時00分～11時10分
西相生集落センター	11時20分～11時30分
中名田児童館	13時15分～13時30分
中名田公民館	13時40分～13時50分
小屋集落センター	14時05分～14時15分
野代ふれあい会館	14時40分～14時55分
今富公民館	15時05分～15時55分
多田集落センター	16時05分～16時20分
11月12日(木)	
旧着工業組合(福谷)	9時00分～9時20分
西津公民館	9時30分～10時00分
水取センター	10時10分～10時30分
交流ターミナルセンター	10時40分～11時00分
中央公民館	11時10分～11時40分
本境寺駐車場(竜田)	13時15分～13時30分
若狭ふれあいセンター	13時40分～14時20分
青井第一公園	14時30分～14時40分

※犬の保定は飼い主にしていただきます。注射は動物病院でも受けられます(料金は各病院まで)

11月17日(火)	
本保生活改善センター	9時00分～9時10分
大谷ふれあい会館	9時20分～9時30分
新保ふれあい会館	9時40分～9時50分
小北集落センター(加茂)	10時00分～10時10分
新平野駅	10時20分～10時30分
松永公民館	10時40分～11時00分
遠敷児童センター	13時20分～13時40分
遠敷公民館	13時50分～14時10分
神宮寺仁王門	14時20分～14時30分
長瀬バス停(下根来)	14時45分～14時50分

11月19日(木)	
旧駐在所(荒木)	9時00分～9時10分
口名田公民館	9時25分～9時35分
今富公民館	9時50分～10時00分
遠敷公民館	10時15分～10時25分
松永公民館	10時35分～10時45分
宮川公民館	11時00分～11時10分
丸山ふれあい会館	13時10分～13時20分
西津公民館	13時30分～13時45分
若狭ふれあいセンター	13時55分～14時10分
中央公民館	14時20分～14時30分

健康・福祉

知ってください！里親制度

子ども未来課

県では、いろいろな事情の子どもたちを自分の家に迎え入れ、温かい愛情を持って、一緒に生活する「里親さん」を募集しています。

「令和2年度里親制度説明会」にぜひご参加ください。

- ▼とき 11月13日(金)18時30分～20時
- ▼ところ 文化会館(大手町)
- ▼対象 里親に興味がある人
- ▼内容 里親制度の説明、養育里親による体験談発表
- ▼料金 無料

令和3年度入学看護学生募集

公立若狭高等看護学院 ☎ 52・0162

【推薦入試(地域枠・全国枠)・社会人入試】

- ▼受付期間 9月28日(月)～10月9日(金)
- ▼試験日時 10月17日(土)9時～
- ▼会場 公立若狭高等看護学院(大手町)

【一般入試】

- ▼受付期間 11月16日(月)～11月27日(金)
- ▼試験日時 12月5日(土)8時30分～
- ▼会場 公立若狭高等看護学院(大手町)

※詳しくは、問い合わせてください

子どもの急病時の対処法講習会

健康管理センター ☎ 52・2222

- ▼とき 10月13日(火)10時～11時
- ▼ところ 健康管理センター(南川町)
- ▼対象 乳幼児の子どもを持つ保護者、祖父母など
- ▼内容 小児科医師による子どもの急病時の対処法について
- ▼定員 先着20人程度
- ▼講師 小浜病院小児科医師
- ▼参加費 無料

※事前に電話で申し込んでください

ち☆はははサポートクラブ

高齢・障がい者元氣支援課 ☎ 64・6012

市と県発達障害児者支援センター「スクラム福井」では、発達障がいの子どもの育てる保護者が集う「ち☆ははサポートクラブ」を開催します。

日頃の子どもの様子や子育ての悩み、保育園や学校のことなど、自由に語り合い、情報交換ができます。

- ▼とき 10月13日(火)10時～12時
- ▼ところ サン・サンホーム小浜(遠敷)
- ▼参加費 無料

※参加申込不要。開催時間中の出入り自由

高齢者のインフルエンザ定期予防接種

健康管理センター ☎ 52・2222

- ▼とき 10月1日(土)～12月31日(日)
- ▼対象 ①65歳以上(昭和30年12月31日以前生まれ)の人
- ※9月末に予防票とお知らせを郵送します
- ②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスなど、重い病気のある人(身体障害者手帳の内部障害1級程度)
- ※本人の申し込みが必要です
- ▼負担金 2,200円(生活保護受給者は無料)

※市外の医療機関で接種の場合、別途費用がかかる場合があります

※接種には、必ず医療機関への事前予約が必要です

※指定医療機関など詳細は、予防票に同封するお知らせに記載します

【特定健診受診率向上にご協力】

健康管理センター ☎ 52・2222

本年度に、まだ特定健診を受けていない人は、かかりつけの医療機関から検査データを直接提出してもらうと、特定健診を受けたこととなります。対象者に「診療情報提供書」

いきいき健診(生活習慣病検診)

健康管理センター ☎ 52・2222

- ▼とき・ところ 10月14日(水)今富公民館(和久里)
- 18日(日)健康管理センター(南川町)
- 27日(火)サン・サンホーム小浜(遠敷)
- 11月6日(金)健康管理センター(南川町)
- ※10月18日は日曜日検診
- ※11月6日午後は女性限定
- ※時間予約制
- ▼内容 特定(基本)健診、がん検診(肺・胃・大腸・乳・子宮頸)、骨検診
- ※10月14・27日は胃・乳・子宮頸がん検診なし
- ▼対象 新型コロナウイルス感染症対策のため、対象者を次のとおり限定して実施します。
- 【特定(基本)健診】40歳～74歳の国民健康保険加入者、39歳以下の市民
- 【がん検診】20歳～74歳の各種がん検診対象年齢の人
- ▼申込期限 検診日の10日前(定員有)

(ピンク色の届出用紙)を送付しますので、署名の上届け出てください。

▼対象 次の2つの要件を満たす人

- ①小浜市国民健康保険に加入している40歳～74歳の人
- ②定期的(5～8月)に医療機関にかかっていた人

第61回小浜市総合文化祭

●問い合わせ 文化会館 ☎ 53・9700

Event

市内の催し物情報を発信

イベントスケジュール

2020

10

※ **i** マークの催しは、ページ下部でさらに詳しく紹介します

秋の美術展

と き 10月9日(金)～11日(日)
9時～17時
(11日は16時まで)

ところ 若狭図書学習センター(南川町)

主 管 アート久須夜、
日本水彩画会福井支部、
絵画サークル ほか

秋季書道展

と き 10月30日(金)～11月1日(日)
9時～17時
(1日は16時まで)

ところ 若狭図書学習センター(南川町)

主 管 若狭書道連盟

小浜市俳句大会

内 容 俳句の投稿を募集中
審査・表彰します

応募先 文化会館(大手町)

応募締切 10月15日(木)
(当日消印有効)

主 管 小浜市俳句作家協会

パネル展

と き 11月1日(日)～3日(火)(祝)
9時～17時
(3日は16時まで)

ところ 文化会館(大手町)

主 管 小浜市文化協会
(教養部・文芸部・美術工芸部)

市文化協会 創立 60 周年記念

総合文化祭 前夜祭

と き 11月1日(日) 14時～16時

ところ 文化会館(大手町)

内 容 文化協会コラボステージ
※入場には整理券が必要です
(整理券は文化会館で取り扱います)

芸能大会

と き 11月3日(火)(祝)
13時30分～16時

ところ 文化会館(大手町)

出 演 豊寿会、英扇会、秋桜、
小浜あやめ会、
真舞流吟舞道、
小浜市謡曲連合会、
ミュージックフレンズ、
pfミュージック、
アンサンブル若狭、
武田謡楽会観世流謡曲仕舞

※入場には整理券が必要です
(整理券は文化会館で取り扱います)



小浜市菊花展

と き 11月1日(日)～4日(水)
9時～17時

ところ 文化会館(大手町)

主 管 小浜市菊友会

小浜市短歌大会

と き 11月14日(土)
13時30分～16時30分

ところ 働く婦人の家(大手町)

主 管 小浜市歌人協会

小浜市かるた大会

と き 11月15日(日) 9時～

ところ 天理教北陸大教会 信者会館
(千種二丁目)

主 管 小浜市かるた協会「沖の石」

小浜市いけばな展

と き 11月21日(土)・22日(日)
9時～17時
(22日は16時まで)

ところ 若狭図書学習センター(南川町)

主 管 小浜市華道連合会

のこ

郷土に遺る刀剣展

と き 11月22日(日)
9時～16時

ところ 若狭図書学習センター(南川町)

主 管 日本美術刀剣保存会 若狭支部

小浜市謡曲仕舞大会

と き 11月29日(日)
10時30分～17時

ところ 旭座(白鬚)

主 管 小浜市謡曲連合会

2日(金)～4日(日) **i** 「丹後くろまつ号」JR小浜線乗り入れ

今年も、京都丹後鉄道の「丹後くろまつ号」がJR小浜線に乗り入れ運行します。見かけたら手を振るなど歓迎をお願いします。

所 敦賀駅～天橋立間 問 嶺南振興局嶺南プロジェクト推進室 ☎ 56・2212

10日(土) 「古文書に親しむ講座」特別講座

時 13時30分～ 所 働く婦人の家(大手町)

内 「明智光秀とふくいを結ぶ姫たち」
講師：石川美咲さん(県立朝倉氏遺跡資料館学芸員)

金 無料 申 要事前申込、先着50人

問 働く婦人の家 ☎ 52・7002

9日(金)～11月29日(日) **i** 小浜市総合文化祭

市内の文化・文芸団体が、日頃の練習の成果を披露します。参加団体や各会場の日程など、詳しくは次のページで。

i もっと詳しく!!

「丹後くろまつ号」JR小浜線乗り入れ

京都丹後鉄道が運行する人気の「走るダイニングルーム」が、若狭湾の景色や食を楽しむ特別ツアーを企画。

3日間で計10コースを運行し、市内でも、小浜の名所などをめぐります。

市を挙げて歓迎したいと思いますので、皆さんも、走っている車両などを見かけたら手を振るなど、歓迎をお願いします。



【写真】
小浜駅に停車する「丹後くろまつ号」(令和元年10月25日)

22日(土)・24日(日) **i** 食文化館 季節の調理体験

10月は「行事食」をテーマに、鯛そうめん、のっぺい、麩のからし和え、黒糖わらび餅を作ります。

時 10時～ 所 食文化館(川崎三丁目)

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

金 1,000円 申 3日前までに要事前申込、先着16人

問 食文化館 ☎ 53・1000

31日(土) **i** 第2回小浜市成人大学講座

コロナ禍で変化する生活状況における、子どもの心理状態や、より良い親子関係を築くための向き合い方を学びます。

時 10時～11時30分 所 中央公民館(大手町)

内 「コロナ禍こそ気をつけよう!～子どもの心理とその向き合い方～」
講師：吉弘淳一さん(県立大看護福祉学部社会福祉学科 教授)

金 無料 申 要事前申込、先着35人程度

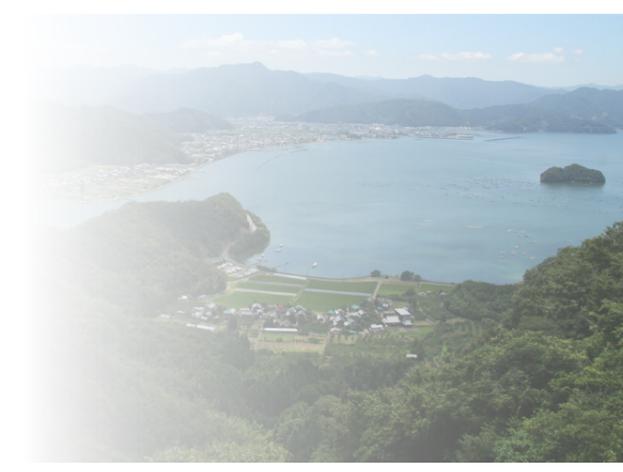
問 生涯学習スポーツ課 ☎ 64・6033

凡例

時 = 時間 **所** = 場所 **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、申し込み先



●各会場では、新型コロナウイルス感染防止対策を行います

●状況に応じて、入場者数制限や中止の処置をとる場合があります。ご理解とご協力をお願いします



府中区の「クローバー農園」で小山さんが育てた野菜。ゼブラナスや虹色菜など、特徴的な見た目のもものも

今月号は
こやま なおき
小山 直紀
がお届けします



地域おこし協力隊が、日々の活動や感じたことをレポート！

隊員たちのよもやま日誌

初めての野菜づくりに挑戦中

はじめまして。地域おこし協力隊の小山です。今月号から、私たちの活動や、小浜に来て出会った人や場所、感じたことなどを、月替わりで紹介していきます。

私の主な活動は、野菜づくり。市内の農家さんに学びながら、ニンジンなどの定番ものから、変わり種の西洋野菜まで、さまざまな野菜を育てています。

着任前は東京で飲食店を開いており、日々目にする多種多様な野菜を自分で育ててみたいと、未経験だった農業への挑戦を決心。1月に小浜にやってきました。畑の土が想像以上に重いことなど、実際に取り組んで初めてわかる苦労もたくさんありました。お客さまや地域の皆さんの温かい言葉や支えもあって、この春からは少しずつ出荷を始めました。

現在は、主に飲食店向けに、少量・多品目の野菜を栽培しています。各店の需要に柔軟に対応できるのが強みで、気に入った野菜を「長く使っていきたい」と言ってくださるお客様もいます。

今後は、有機農法なども学んで、健康・安心・カラフルな食卓づくりのお手伝いができるようがんばります。

わかさ国府の郷 四季菜館 廃止に伴う館内物品の無償譲渡を行います

●問い合わせ 農林水産課 ☎ 64・6023

- と き 10月10日①、12日②
各日とも9時～11時30分、
13時30分～16時
※実施日時に関わらず、全ての物品が譲渡された時点で終了
- ところ わかさ国府の郷 四季菜館(和久里)
- 譲渡物品 厨房用器具、調理具など
(主に平成21年の施設建設時に購入)
- 譲渡方法
 - ・先着順にお渡しします *事前申込不要
 - ・即日譲渡となります。当日搬出できない場合は、10月13日④17時までに搬出してください
 - ・前日までの下見、予約、取り置きはできません

- 対象者 市内在住の個人、
市内に拠点がある事業者・団体
- 持ち物 身分証(運転免許証など現住所が確認できるもの)、
筆記用具、セロハンテープ

◇注意事項

- ・物品はすべて現状での譲渡となります
- ・譲渡を受けた物品は、譲り受けた当事者が使用する目的でのみ使用することができます。他者へ売却・譲渡・交換・貸付などが目的の場合は譲渡できません
- ・搬出に係る作業や発生する費用は、全て物品を譲り受ける当事者の負担となります
- ・市では、搬出作業中の事故やトラブル、譲渡後に発生した物品の故障や瑕疵および生じた損害についての責任は負いかねます
- ・譲渡後の返品は受け付けません

道路通行の確保に協力をお願いします

●問い合わせ 都市整備課 ☎ 64・6027

毎年、台風や強風などで木が倒され、道路をふさいで車などが通れない事例が多数発生しています。道路が通れなくなると、緊急車両の通行や避難道路としての確保が困難になります。



木が倒れて道路をふさいでいる様子

道路沿いの土地の所有者は、高さのある木など注意を要する物がないか、確認と対応をお願いします

セイタカアワダチソウの駆除に協力をお願いします

●問い合わせ 環境衛生課 ☎ 64・6016

セイタカアワダチソウは、アメリカ原産で、環境省が定める「生態系被害防止外来種リスト」に掲載されている外来生物です。繁殖力が強く、市内でも多く確認されており、在来生物に悪影響を与え、本来の生態系が損なわれる心配があります。

- 特徴
 - ・秋(10月～11月)に黄色い花を咲かせる
 - ・河原や空き地などに群生する
 - ・高さ0.5m～3m
 - ・種子と地下茎から増殖する

■駆除する際のポイント

- ・根から抜き取る(種子が飛散しないように注意する)
- ・年2回以上の駆除で、開花や種子の飛散を抑える
- *開花後でも、種子ができる前に駆除すれば繁殖を防げます

セイタカアワダチソウの駆除に協力をお願いします。

野焼きは法律で禁止されています

●問い合わせ 環境衛生課 ☎ 64・6016

野焼きは、火災や大気汚染・悪臭の原因となり、「廃棄物処理および清掃に関する法律」で禁止されています。

「洗濯物が干せない」、「臭いがきつい」「火事が心配」などの苦情が寄せられています。違法な野焼きはやめましょう。

■違法な野焼きの例

- ・家庭ごみの焼却
 - ・庭や空き地での剪定枝、刈り草の焼却
 - ・ドラム缶など、基準を満たさない炉での焼却
- ※違反した場合、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金、またはその両方が科せられ、未遂でも罰せられることがあります

■作物の収穫などは？

農・林・漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却は例外とされていますが、苦情があった場合は改善命令や行政指導の対象となります

健康 生活のとびら

誤嚥をおこさないために できること

誤嚥とは？

人が食べ物などを飲み込むことを嚥下(えんげ)と言います。嚥下機能が低下すると、食べ物や唾液が食道へ行かず、誤って気管や肺に入ってしまう。これが「誤嚥」です。嚥下する力は40歳代あたりから徐々に低下するため、決して高齢者だけの問題ではありません。

誤嚥を起こす原因はさまざまですが、脳卒中や神経疾患、加齢による筋力低下などがあります。他にも認知症や食事時の姿勢、食事環境なども原因となります。

また、口の中の汚れや細菌を食べる物とともに誤嚥してしまうと、気管や肺で炎症を起こす「誤嚥性肺炎」にかかりやすいので注意が必要です。食後は口の中をきれいにし、入れ歯の手入れも忘れないようにしましょう。

誤嚥を防ぐ4つの方法

■食事内容を工夫しましょう
同じ食べ物でも形を変えたり、と



リハビリテーション科
嚥下リハビリ担当スタッフ
(言語聴覚士)

杉田玄白記念 公立小浜病院

■問い合わせ ☎ 52・0990

ろみをつけるのと飲み込みやすくなることがあります。

■食べ方の工夫をしましょう

一口目はとろみが有り、喉をゆっくり通過するものを食べましょう。背もたれ付きのいすに深く腰かけ、背筋を伸ばし、軽くお辞儀をするような姿勢に整えてから食べ始めることも大切です。

■筋力を落とさないようにしましょう
普段から家族や友人と話をし、舌や唇を動かしましょう。大きな声を出すことや、歌を歌うなども効果的です。

■むせた時や喉がゴロゴロしたときは、しっかりと咳をするようにしましょう
咳には、食べ物や気管へ侵入するのを防ぐという大切な役割があります。

これら4つを意識して取り入れることで、誤嚥を予防して、活力あふれる暮らしを送りましょう。



勤務先 株式会社若狭塗センター
田中 優さん
(22歳・東勢)

ひたむきに物作りに向き合う

日本製塗着の生産量が、全国の8割を占めると言われる小浜市。市内で、最も多くの生産量を誇る若狭塗センター(雲浜二丁目)の工場働くのが、田中さんです。入社したきっかけは、「中学生の時に、食文化館(川崎三丁目)で著作り体験をしたこと」と語る田中さん。その時に感じた『物を作るのが好き』という思いが忘れられず、現在の仕事に飛び込みました。入社して2年3カ月。仕事は、塗料の入った器具に着を1本ずつ刺し

て引く『手塗り』を任されています。「塗りには腕前と感性を要する作業」と話す同社の河嶋社長は、田中さんの仕事について、「塗り終えた箸を見ると、技術が着実に上がっているのが分かる」と評価します。田中さんは、「自分で作った塗着が、市内の小売店に並んでいるのを見かける。それを見た家族に『すごいね』と言ってもらえることがうれしい」とほほえみます。今後の目標は、「塗りが難しい箸など、何でも塗れるようになりたい」と話してくれました。



NPO法人「若狭くらしに水舎」代表理事
中嶋 阿児さん
(36歳・遠敷五丁目)

きりり! 小浜人

「桐油」活用を森林保全の一助に

再生資源の利活用や森林環境の保全活動に取り組むNPO(特定非営利活動)法人「若狭くらしに水舎」。代表理事の中嶋さんは、小浜の山々に落葉高木「アブラギリ」が群生していることに疑問を持ち、調査を開始。種から採れる「桐油」の産業化のため、江戸時代に植林されたものだと判明しました。「桐油は、防水塗料などに用いられ、かつては若狭が国内生産高第一位を誇っていた。産業が衰退した後、残った木々が野生化して、今も里山の侵食

を続けている」と危機感を抱く中嶋さんは、「桐油を文化財の修復に活用し、持続的な森林保全の一助にしたい」と、若狭東高校と協力して製品化を模索。今年1月に、小浜地区の秋祭り「放生祭」の山車の修繕に初使用したほか、7月に文化庁の認定を受けた市の「文化財保存活用地域計画」でも、その実用化に期待を寄せています。「研究に大きく貢献してきた生徒たちにも、新たな探求への道を示すためにも、桐油の活用を形にしたい」と意気込みを話してくれました。

燃えろ! 青春! 部活道



剣道部 キャプテン
吉田 匠吾くん
(小浜第二中学校2年生)

しっかりと部をまとめた

大きな声を響かせ、竹刀を手に練習を行う小浜第二中学校剣道部では、市武道館(後瀬町)で13人の部員が、剣道で大事な「心技体」を磨くことを目標に掲げて練習に励んでいます。キャプテンの吉田くんは、中学校の剣道部に所属していた5歳上の兄に影響され、小学5年生から競技を始めました。試合や練習で心がけていることは、「相手の動きに動じない強い心を持ち、声を出してしっかりと攻めること」と語ります。7月に3年生が引退し、1年生が

入部して約2カ月。9月上旬に新キャプテンとなった吉田くんについて、顧問の塚本先生は、「練習や部内の仕事などやるべきことをしっかりとやっている」と、日々の様子を評価し、「キャプテンとして、今後自信を持って取り組んでほしい」と成長を期待を寄せます。「入部した1年生の中には、未経験者が多い」と語る吉田くん。今の心境を尋ねると、「しっかりと剣道部をまとめられるようになりたい」と意気込みを話してくれました。



男子テニス部 キャプテン
国久 陽くん
(若狭高校2年生)

燃えろ! 青春! 部活道

部員たちの心よりどこに

1年生4人、2年生6人が所属する若狭高校男子テニス部。自身を「好奇心旺盛な性格」と評するキャプテンの国久くんは、「新しいことに挑戦したい」と、高校入学と同時に未経験だったテニスを始めました。「練習では、部員や顧問の松村先生とも相談しながら、自分たちに合ったメニューを考え、実践しています」と言う国久くん。「試合で、手強い相手でもラリーを続けたり、スマッシュを決めたとき、練習の成果を実感できてうれしい」と笑顔を見せます。

国久くんは、部員たちについて尋ねると、「2年生は、自発的に考えて練習に取り組む力がある。1年生は、卓球などテニスに近い競技の経験者が多く上達が早い。頼れる仲間たちです」と誇らしげ。「キャプテンとして、技術面でも精神面でも頼りになる『心よりどころ』になりたい」と語る国久くん。「チーム目標の『県大会ベスト8』を目指して、まずは目の前の試合に勝てるよう、練習を重ねたい」と、今後の意気込みを話してくれました。

子育て情報 ※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	とき	内容	ところ・問い合わせ
お外であそぼう※	7日㊦ 10時～11時	支援センターのまわりをみんなで散歩しましょう。	
誕生会※	21日㊦ 10時～11時	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。	子育て支援センター ㊦同 ☎ 56・3386
子育て講演会※	28日㊦ 10時～11時30分	言語聴覚士による講演会です。	
子育てワイワイ広場	12日㊦、26日㊦ 9時30分～12時	未入园児の親子に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	12日㊦、26日㊦ 10時～11時30分	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。	健康管理センター ㊦同 ☎ 52・2222
スクスク元気っ子教室※	20日㊦ 10時～11時	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。 ※時間予約制	

体や心・生活の相談 ※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	とき	内容	ところ・問い合わせ
精神保健相談※	6日㊦、20日㊦ 10時～11時30分	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。	若狭健康福祉センター ㊦同 ☎ 52・1300
エイズ、肝炎相談・検査	5日㊦、19日㊦ 9時～10時30分	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。	
こころの相談	①毎週㊦10時～16時 ②毎週㊤12時～17時	心の悩みを相談してください。	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	14日㊦ 13時～16時	介護など生活での困りごとの相談に応じます。	市社会福祉協議会 ㊦同 ☎ 56・5802
人権相談	20日㊦ 13時～15時	悩みごと、心配ごとのある人は、気軽に相談してください。	働く婦人の家 ㊦福井地方事務局小浜支局 ☎ 52・0238
カフェ・ぼ〜れ	16日㊤ 10時～11時30分	高齢者の生きがいや認知症予防の活動・相談ができます（参加費100円）。	若狭ふれあいセンター さかみかずよ ㊦坂上和代さん ☎ 090・5686・4147
おひさまカフェ	20日㊦ 10時～12時	認知症予防に関わる人たちの憩いの場です（参加費100円）。	ふるさと茶屋「清右エ門」 おがわ ㊦小川さん ☎ 64・5142

窓口の延長について 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。

休館日

市立図書館	6日㊦・13日㊦・18日㊦・20日㊦・27日㊦・28日㊦
温水プール	5日㊦・12日㊦・19日㊦・26日㊦
若狭図書学習センター	5日㊦・12日㊦・19日㊦・26日㊦ ※22日㊦は2Fのみ休館
市民サービスコーナー	18日㊦

休日当番医

4日㊦	★しんたにクリニック（駅前町） ☎ 64・5321
11日㊦	中山クリニック（多田） ☎ 56・5588
18日㊦	★吉井医院（塩竈） ☎ 52・0028
25日㊦	★田中病院（遠敷十丁目） ☎ 56・5353

※★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

法律や行政・その他の相談 ※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	開催日	時間	ところ	問い合わせ
法律相談（消費生活トラブル）※	1日㊦、22日㊦	14時～16時	嶺南消費生活センター	同 ☎ 52・7830
弁護士無料相談※	6日㊦	13時30分～15時	働く婦人の家	福井弁護士会 ☎ 0776・23・5255
出張年金相談※	8日㊦、22日㊦	10時～12時、13時～15時	文化会館4階	敦賀年金事務所 ☎ 0770・23・9905
結婚相談	15日㊦	9時30分～11時30分	文化会館4階	子ども未来課 ☎ 64・6013
結婚相談（本人のみ）	24日㊦	13時30分～15時30分		
高齢者専門相談（法律）※	15日㊦	13時～16時	県社会福祉協議会嶺南支所	同 ☎ 52・7833
行政相談※	20日㊦	13時30分～14時30分	市役所1階	市民協働課 ☎ 64・6009

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
第2・第4土曜と毎週日曜、祝祭日は休業しています。
お電話でのご相談も承ります。
小浜市小浜広峰55
☎(0770)52-0748・FAX(0770)52-0853

全車種対象です！
割引キャンペーン中！

- 普通・準中型・中型
- 自動二輪・大特・審査

小浜自動車学校
☎ 0120-52-0839

秋の味 ぐんま ください
牡蠣ときのこの 味噌煮込みうどん 780円
九頭竜舞茸 秋野菜とホキの 天おろしそば 黒酢あん定食 680円 780円
お食事処だけの利用もできます！

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

お知らせ

【各種催しや相談について】
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。

古布 買い取ります

明治・大正・昭和期の木綿
藍染 無地 縞 緋 型染
筒描 更紗 裂織 布団皮
油単 野良着 夜着 風呂敷

※捨てる前に、ご相談ください

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様前) ☎52-5963

SABAR
さば料理専門店

鯖街道 小浜田島店
小浜市田島63-14-1 tel.0770-54-3338
営業時間/土日祝 11:00～16:00 (L.O.15:00)
close/平日 ※ご予約・賞切については応相談

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

墓石展示会

10月1日(木)～2日(金) 高浜支店 経済課 9時～16時
10月9日(金)～11日(日) 若狭基幹支店 9時～16時

アンケートご協力の方に
アイッシュ5箱プレゼント
ご成約の方に
お墓お掃除セット
プレゼント!!

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

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



Life **写真連載**
輝く子どもたち



ママサークルが親子でぶどう収穫体験 (多田・8月27日)

 **市公式 Facebook**
地域の出来事などを
発信しています 

編集後記

●新型コロナが猛威をふるい始めておよそ半年が経ちました▶軒並み中止や縮小されていたイベントも、ここへ来て少しずつ復調傾向にあるように思えます▶さて、今月号からは、かねてより要望の多かった「イベントスケジュール」の掲載を始めました(12P)▶3密を避けながら、できる形で催しに取り組む方々を少しでも応援できればと思います(池)

●秋の彼岸に供える「おはぎ」と春の彼岸の定番「ぼたもち」は地域差はあるもの、おおむね同じ食べ物を指します▶この食べ物、夏には「夜船」、冬は「北窓」と呼び名を変えると▶呼び名を変えれば雲も同様▶澄んだ空に浮かぶ「さば雲」「いわし雲」を見ていると、香ばしく焼いた醤油干しの姿を思い起こしてしまう食欲の秋です(理)

人の動き (9月1日)

【人 口】 29,043人(前月比 +16人)	【男性】 14,280人	【転入】 50人	【転出】 32人
【世帯数】 12,133世帯	【女性】 14,763人	【出生】 25人	【死亡】 27人