

広報おばま

OBAMA

9

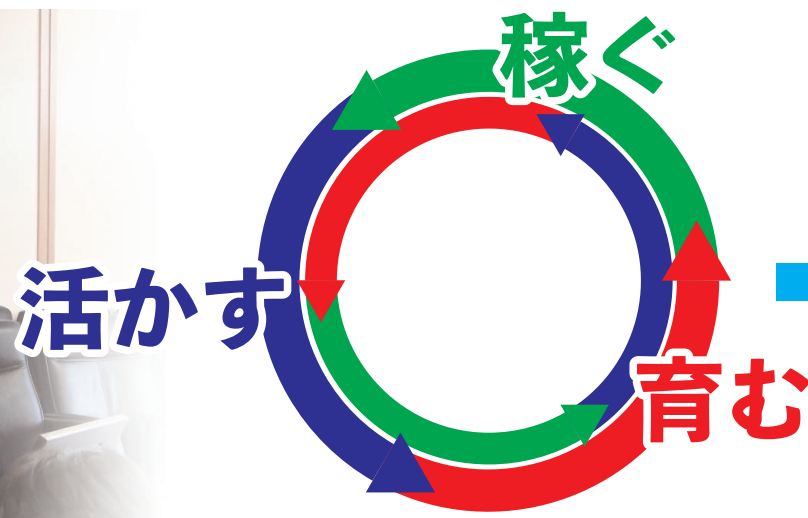
No.861
Sep.2025

みんなで描く、悠久の歴史と風土が活きるまち ～新たな時代の御食国 若狭おばま～



【特集】杉本市政の1年とこれから 2～5P

お知らせ 6～8P 暮らしの情報 9～13P 子育て応援情報 14P 健康生活のとびら・地域おこし協力隊活動報告 15P
OBAMA 日和小浜で歩む 16P フォトニュース 17P 各種相談 18P 休館日・休日当番医・高齢者いきいき情報・
「潤う小浜」の実現へ 19P



特集 杉本市政の1年とこれから

こころが潤う + 潤うまちを守る
みんなが潤う新しい小浜へ

8月5日で就任から1年を迎えた杉本市政。これまでの成果や進展と、これからの取り組みをまとめました。

活かす おばまブランド戦略で選ばれるまちへ

成果・進展

- 1 北陸新幹線小浜・京都ルート早期全線開業
■県、各同盟会、嶺南議長会などによる中央要望を継続的に実施
■令和7年度に2つの市民団体が設立され、官民の一層の結束を図った

- 2 日本遺産による文化観光の推進
■「御食国若狭と鯖街道」が全国唯一の日本遺産プレミアムに選定
■富裕層向けインバウンドツアーや鯖街道アドベンチャーツアーを実施

- 3 小浜西組周辺の整備
■観光資源を生かした宿泊施設やレストランなど観光客の受け入れ環境の整備を促進

- 4 県営産業団地の整備・積極的な企業誘致
■県と連携し、整備に関する地元同意（平野区）を得た
■将来の企業誘致の方向性を示す「小浜市企業誘致戦略」を策定

今後の展望

- 1 北陸新幹線小浜・京都ルート早期全線開業
■東小浜駅周辺と公表された北陸新幹線小浜新駅のおおよその位置に基づき、新駅周辺エリアの基本計画を策定する

- 2 食育の広域展開
■市民の健康やウェルビーイングの向上を目指し、民間企業と連携しながら広域展開を図る

- 3 小浜西組周辺の整備
■小浜公園や史跡後瀬山城の改修整備により、イベントや憩いの場としての活用を図ることで、周辺エリアの観光客の増加や地域住民によるにぎわいの創出を目指す

- 4 有機農業の推進
■ブランド構築や地産地消の学校給食への食材の提供、コウノトリとの共生、民間企業と連携して有機農業を進めるとともに、県の「官民共創プラットフォーム」への参画

稼ぐ 短期・中長期的な財政改革

成果・進展

- 1 ふるさと納税額の増加 **2.1 倍増**
令和6年度寄附額 5億2,925万5千円
(前年度比 2億7,995万8千円 **UP!**)
■令和6年度にふるさと納税推進室、令和7年度に御食国ブランド戦略課内にふるさと納税推進グループを設置し、地元事業者との連携強化や新規返礼品の掘り起こしなどを実施

今後の展望

- 1 ふるさと納税の推進
令和7年度目標額 6億円
(前年度実績比 +7,074万5千円)
■新たな中間事業者や地元事業者との連携を強化し、新たな地域価値を創出



育む 徹底的な子育て・教育支援

成果・進展

- 1 高校生と地元企業のマッチング
■「OBAMAジョブフェス2024」「OBAMAジョブツアー」を開催。高校生と地元企業をマッチングし、地域に対する愛着や地元企業への理解を深めた
- 2 みんなで潤う☆小浜づくり
■市民や学生の柔軟な発想を生かした、地域課題の解決に向けた事業を展開

今後の展望

- 1 未来の「おばま」を担うキャリア教育推進事業
■中学生が地元企業の魅力を調査・発信し、将来の職業観やキャリアを考える探求活動を支援
- 2 学校給食の無償化
■食のまちとして誇れる自校式で地産の学校給食を守りながら、無償化に向けて地域全体で取り組む
- 3 スポーツまちづくりの推進
■地域資源を生かした地域スポーツの活性化や、健康増進の取り組みを推進

杉本市長が語る「これからの小浜」

就任から1年を迎えた杉本和範^{すぎもとかずのり}小浜市長。
今回は、杉本市長がこれまでの取り組みを振り返るとともに、御食国ブランド戦略課職員を交え、今後の展望を語ります。



▲写真左杉本市長、写真右御食国ブランド戦略課森下課長補佐

■ふるさと納税額が前年度比で倍増

杉本市長 市長就任後、初めに取り組んだのが、「4年で10億円」を目標としたふるさと納税寄附額の増加です。令和5年度の小浜市のふるさと納税額の実績は約2億5千万円。畜産業や食品加工など、市外から求められる小浜の魅力はこの金額以上にあり、ふるさと納税額を増やせる可能性を感じる一方で、市外への発信やプロモーションが上手く機能していないと感じていました。そこで、小浜市の持続的な発展に必要な自主財源を確保しながら地域を活性化できるふるさと納税制度の活用に注力しました。

森下課長補佐（以下森下） 昨年10月にふるさと納税推進室が新設された際、市長から「新しい事業者を巻き込んでほしい」との言葉を受けました。この言葉の意図をあらためてお聞かせください。

杉本市長 職員にも市として「稼ぐ」意識を大切にし、市内事業者と同じ目線で経営感覚を持って行政を運営してもらいたいと考えました。ふるさと納税の返礼品として登録

■みんなで潤う小浜を目指して

森下 今後重点的に取り組みたい政策をお聞かせください。

杉本市長 市長就任当初から掲げる「稼ぐ」「活かす」「育む」の循環システムを機能させるためには、基礎となる「人」を「育む」ことが重要です。中でも子育てや教育に力を入れていきたいと考え、今年度、対話を通じて、子どもたち一人ひとりの多様性に対応できる小浜ならではの教育大綱の策定に取り組んでいます。

生まれ育った地域への愛着やそこで得られる安心感は、そこに住む人たちの挑戦を後押しする重要な要素であり、誰もがそう思える環境を作っていくことが私自身の使命だと思っています。

市ではこれまでも地場産食材を使用した地産地消の学校給食の提供に取り組んできました。今後さらに、有機食材を使用するなど、「御食国」として子どもたちに小浜の誇りを味わってもらえる学校給食の提供と無償化に向けた取り組みを進めるなど小浜らしい学校給食の実現を目指します。

されていない小浜の特産品や市外に知られていない小浜の良さはまだまだあります。それらを知ってもらうことが、ふるさと納税制度の役割の一つだと考えています。そして、これまでふるさと納税に参画していなかった事業者が返礼品をきっかけに注目されることで、より多くの人に小浜の商品を知ってもらうことができます。目標の10億円は金額として4倍です。今までの4倍の人が小浜とつながるために、小浜の特産品や良さをより多くの人に知ってもらう取り組みが不可欠だと考えました。

森下 明確な数値目標が掲げられたことで、行政としても効果的なプロモーションを実行することができたと感じています。

杉本市長 事業者と行政が目標を共有することこそ、経営感覚を持つ大切な要素です。意識が変われば、迅速に実績につながります。

また、寄附額の増加以上に、事業者にとって、ふるさと納税制度を通じて新たな販路の開拓やプロモーションのノウハウの獲得につながったことが大きな成果だと感じています。



また、学校教育の延長線上に、若い世代の人たちが、地域で活躍できる場を創出し、「育む」ことで、地域で「稼ぐ」人が増え、地域が持つブランドを「活かす」ことができます。人を「育む」ことは、まち全体が「潤う」ことにつながります。地域全体で幅広い世代が手を取り合いながら、若い世代の挑戦を応援していくことができる、持続性のあるまちづくりに取り組みます。

森下 市長の政策に対する理解を深めることができました。私たち職員も日々の業務を通じて、市の発展にどのように貢献できるか主体的に考え、行動していきたいと思っています。

伺った政策は「おばまブランド戦略」の中でも重要な部分になると思っています。市民との対話を重ねて、今後の事業に反映させたいと思います。

■まちづくりに市民の声を

森下 確保した財源を、今後どう生かしていくか、期待されていると思います。

杉本市長 地域一体となって生み出したふるさと納税という自主財源を利用して、市民がまちづくりに積極的に参画できる仕組みを作りたいと考えています。就任当初から、各地区コミュニティセンターでの「対話集会」を行うなど、市民の皆さんとの対話を重視した取り組みを実施してきました。また、現在、市が今後目指すべき目標を定めるため、市民の皆さんと一緒に「おばまブランド



▲市長と考える小浜市ブランド戦略会議

戦略」の策定に取り組んでいます

森下 行政として、補助金や制度の予算化を行い整備しても、民間との足並みが揃わず、上手く活用されていない、という事例は全国の市町村で起こっていることだと思っています。それらを解消するために「対話」から着手したということですね。

杉本市長 取り組みを進める中で、市民の皆さんが思い描くまちづくりとの間にずれが生じてしまうことがあります。大事なのは、市民の皆さんと一緒に課題や夢を共有し、そうしただけを修正しながらまちづくりに取り組むことです。自分たちの意見やアイデアが反映されることで、まちづくりへの関心も高くなると考えます。市民一人ひとりが主体性を持ち、まちづくりに積極的に参画できるまちを目指しています。

森下 対話集会などは、市として初めての取り組みで、庁内含め戸惑いはあると思います。少しずつでも成功事例を積み重ねていくことが大事なのかもしれません。

「令和7年国勢調査」に協力を

■担当 移住定住交流課 ☎ 64・6009

10月1日現在を基準日に、全国一斉に国勢調査を実施します。国勢調査は、統計法に基づき、日本に在住する全ての人と世帯を対象に、5年に1度行われる調査です。結果は、社会福祉や雇用施策のほか、生活環境の整備、防災対策など幅広い分野で活用されます。

調査内容に関する問い合わせ

国勢調査コンタクトセンター
☎ 0570・02・5901
(9時～21時・11月7日(金)まで)

国勢調査って どんな調査？

国内の全世帯が対象

日本に住む全ての人（外国人を含む）と世帯が対象です

全17項目を回答

氏名 世帯員の数
職業 17 項目
氏名や出生の年月日、職業、世帯員の数などを調査します

調査員が調査書類を配布

調査員が直接訪問し、調査書類を配布します。また、不在時はポストに投函します

回答は義務

統計法で回答が義務付けられています。手間が少ないインターネット回答を活用してください

回答は住んでいる自治体で

基準日時点で3か月以上住んでいる、もしくは住む予定のある自治体で回答します

調査書類が届いたら

9月20日(土)以降、調査員が各世帯を訪問し、調査書類を配布します。調査書類が届いたら、次のいずれかの方法で回答してください。

インターネット回答

封筒表面に記載の二次元コードから、スマートフォンやタブレットなどで回答。24時間回答でき、期間内であれば修正も可能です

▶回答期間 9月20日(土)～10月8日(水)

紙の調査票で回答

調査票※に必要事項を記入し、同封の封筒で郵送※1枚で4人分記入できます。追加の調査票が必要な場合は、移住定住交流課に連絡してください

▶回答期間 10月1日(水)～10月8日(水)

回答した個人情報は厳格に保護されます。

国勢調査を装う「かたり調査」に注意

国勢調査では、金銭を要求したり、銀行口座の暗証番号やクレジットカード番号などを聞いたりすることはありません。国勢調査を装う訪問者や電話、メールなど不審に思った場合は回答せずに、移住定住交流課に連絡してください。



戸籍に氏名のフリガナが記載されます

■問い合わせ 市民課 ☎ 64・6017

戸籍法の改正で、戸籍に氏名のフリガナが記載されることになりました。8月末ごろに郵送する「戸籍に記載されるフリガナの通知書（はがき）」に記載のフリガナに誤りがある場合は、下記のとおり届け出をしてください。
※フリガナが正しい場合、届け出は不要です



戸籍制度マスコットキャラクター「コセキツネ」

「戸籍に記載されるフリガナの通知書（はがき）」が届いたら

通知書に記載されたフリガナを確認

令和7年5月26日時点での住民票などの情報を基に作成する「戸籍に記載されるフリガナの通知書（はがき）」を、本籍地が小浜市の人（筆頭者）へ8月末ごろに順次郵送します。届いたら、**記載されたフリガナを必ず確認してください。**

使用しているフリガナと同じ場合

届け出は不要です。

使用しているフリガナと異なる場合

令和8年5月25日(金)までに届け出をしてください。

▶方法 次の①②のいずれか

- ①マイナポータルを利用
- ②市庁舎1階市民課窓口で届出書に必要事項を記入

通知書記載のフリガナを戸籍に記載

令和8年5月26日(金)以降、通知書に記載されたフリガナが戸籍に記載されます。この場合、1回のみフリガナを変更できます。

届け出後のフリガナを戸籍に記載

届け出をしたフリガナが戸籍に記載されます。なお、届け出たフリガナを変更する場合は、家庭裁判所の許可が必要です。

【通知書イメージ】

戸籍に記載される振り仮名の通知書	
フリガナが異なる場合は、必ず届け出をしてください	
届出をしなくても、令和8年5月26日以降に、この通知に記載された振り仮名がそのまま戸籍に記載されます。	
本籍	〇〇県〇〇市〇〇12345番
【氏の振り仮名】	
氏	法 務
振り仮名	ホウム
氏の振り仮名の届出が可能の方	法務 太郎 様のみ

【名の振り仮名】	
① 名	太 郎
振り仮名	タロウ
② 名	京 子
振り仮名	キョウコ
③ 名	正
振り仮名	タダシ
④ 名	ゆり
振り仮名	ユリ
名の振り仮名の届出が可能の方	①～④の方が個別に届出可能です。 (未成年者については、親権者からの届出も可能です。)

フリガナが同じ場合は、届け出をしなくても通知書のとおり戸籍に記録されるから安心だよ！



▼市H P

お知らせ

乾燥肥料を無料配布します

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 9月1日(月)～26日(金)の平日 9時～16時

▼ところ 衛生管理所（荒木）

※乾燥肥料の臭いが迷惑にならないよう、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

小浜いきいき健診

健康応援課（いきいき） ☎ 64・6093

▼とき／ところ

① 9月19日(金)／健康管理センター（南川町）

② 9月30日(火)／サン・サンホーム 小浜（遠敷）

▼内容 特定・基本健診、がん検診（肺・胃・大腸・乳・子宮頸）、骨検診

▼申し期み 健診日の10日前までに健康応援課（いきいき）に電話

※特定健診は、加入している健康保険者から発行される受診券が必要

帯状疱疹ワクチンは
早めの接種がおすすめです

健康応援課（いきいき） ☎ 64・6093

▼対象 次の①②のいずれか

① 令和8年3月31日時点で、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳・100歳以上の人

② ヒト免疫不全ウイルスにより、日常生活がほとんど不可能な程度の障がい有し、令和8年3月31日時点で、60～64歳の人

※①は5月上旬に予診票を送付済み。

②は申し込みが必要です

▼接種期限 令和8年3月31日(火)

※組換えワクチンを接種する場合は2回の接種が必要です。令和8年1月31日(土)までに1回目のワクチンを接種してください。

囲碁を楽しみませんか

リリ・オリナス ☎ 64・6150

誰でも参加できるので、気軽に来てください。

▼とき 毎週火曜日の午後

※詳しくはリリ・オリナスに電話

▼ところ 健康管理センター（南川町）

古着を無料で回収します

環境衛生課 ☎ 64・6016

▼とき 9月20日(土) 9時～12時

※雨天決行。雨に濡れないよう、袋などに入れて持ち込んでください

▼ところ 有限会社ニーズ（尾崎）

▼回収対象 洗濯した古着全般

※下着、靴下、毛布、ふとん、タオル、汚れのひどい衣類は対象外

9・10月は行政相談月間

市長公室 ☎ 64・6001

「行政相談委員制度」は、行政相談委員が行政に関する身近な相談を受け付けて、関係機関に通知を行うなど、公正、中立的な立場で問題解決を支援する制度です。気軽に相談してください。

▼とき 9月16日(火) 13時30分～14時30分

▼ところ 市庁舎（大手町）

----- 有料広告。広告に関する問い合わせは広告主まで -----

歯科・歯科口腔外科・小児歯科・矯正歯科

クリニックの情報を発信しています。

Instagram

たなか歯科クリニック

TANAKA DENTAL CLINIC

〒625-0057 京都府舞鶴市南浜町16-2 ☎ 0773-77-8341

HP

随時 歯科衛生士 募集中!!

インターネットはケーブルテレビがお得！
テレビ+ネットの「セット割」開始！

1Gbpsサービス

通常料金 月額 4,950円

テレビ契約とセットで 月額 4,400円 (プロバイダ料金を含む)

月額 550円の割引！

詳しくはチャンネルOまでお問合せ下さい。
☎ 0770-52-7200

津波警報等が発表されたら すぐに避難しましょう

☎ 問い合わせ 防災防犯課 ☎ 64・6006

令和7年6月に改定した小浜市地域防災計画に基づき、気象庁が行う「津波警報等（津波注意報・津波警報・大津波警報）」の発表をもって避難指示とする区をあらかじめ定めました。津波警報等が福井県に発表されたら、指定した区にいる人はすぐに高台などの高い場所へ避難しましょう。

警報等の種類	気象庁の発表基準	Jアラートでの お知らせ内容	指定した区	
津波注意報	予想される津波の最大波の高さが高いところで0.2 m以上、1 m以下の場合で、津波による災害のおそれがある場合	津波注意報が発表されました。海岸付近の方は注意してください。	内外海地区	甲ヶ崎区
津波警報	予想される津波の最大波の高さが高いところで1 mを超え、3 m以下の場合	津波警報が発表されました。海岸付近の方は高台に避難してください。	小浜地区	全区
			雲浜地区	全区
			西津地区	全区
			内外海地区	全区
			今富地区	湯岡区、伏原区
大津波警報	予想される津波の最大波の高さが高いところで3 mを超える場合	大津波警報、大津波警報。直ちに、高台に避難してください。	加斗地区	東勢区、西勢区、荒木区、下加斗区、岡津区、鯉川区
			小浜地区	全区
			雲浜地区	全区
			西津地区	全区
			内外海地区	全区
			国富地区	丸山区、羽賀区、高塚区、江古川区、北川区
			今富地区	府中区、和久里区、湯岡区、伏原区
			加斗地区	東勢区、西勢区、荒木区、下加斗区、岡津区、鯉川区

【津波警報等が発表された場合の避難行動の流れ】

津波発生



Jアラートによる津波警報等の発表



- ・指定した区にいる人…指定緊急避難場所もしくは高台などの高い場所へすぐに避難
- ・指定した区以外にいる人…今いる場所が危険な場合は避難



※ Jアラートによる津波警報等の発表後も、避難情報や避難対象となる地域などを、防災行政無線や防災メールでお知らせします

※指定緊急避難場所の情報は
右の二次元コードから



▲市HP

公立若狭高等看護学院
令和8年度入学 37期生
公立若狭高等看護学院 ☎52・0162

【推薦入試・社会人入試】

▼出願期間
前期／9月22日(月)～10月3日(金)
後期／12月1日(月)～12日(金)

▼試験期日
前期／10月11日(土)
後期／12月20日(土)

【一般入試】

▼出願期間
令和8年1月13日(火)～23日(金)

▼試験期日
令和8年1月31日(土)

▼おばまウオーク参加者
ヴァイタリティー
おばまウオーク参加者
住友生命保険相互会社福井支社
☎0776・22・7469

アプリをダウンロードし、運動しながら毎週設定される目標を達成した人は、さまざまな特典を入手できます。

▼対象
18歳以上の人

▼定員
先着200人

▼取組期間
10月6日(月)～11月30日(日)

▼申込期間
9月29日(月)～10月5日(日)

※この事業は、市が健康づくりに関する連携協定を結んでいる同支社協力のもと実施されます

認定こども園・保育園などの入園申し込みを
開始します
子育て応援課(すくすく) ☎64・6128

令和8年度の私立・公立保育園、認定こども園(保育園部・幼稚園部)などの入園申し込み受け付けを開始します。育児休業が明けるなどで、令和8年度途中での入園を希望する人も、期間中に必ず申し込みしてください。

▼受付期間
9月1日(月)～30日(火)の平日

▼対象
私立・公立保育園および認定こども園(保育園部・幼稚園部)

▼申し込み
①・②のいずれか

①申込書と必要添付書類(就労証明書や状況に応じた証明書などを子育て応援課(すくすく)(健康管理センター内)もしくは各園に提出

②マイナポータルでオンライン申請 ※そのとりこども園と聖ルカ幼稚園の幼稚園部のみ、各園で受け付け

▼申込書設置場所
健康管理センター(南川町)、各園 ※詳しくは、右の二次元コードから

令和8年度
放課後児童クラブ
(学童保育) 会員
子育て応援課(すくすく) ☎64・6013

▼開設場所
小浜・雲浜・小浜美郷・西津・内外海・今富・口名田・加斗の各児童クラブ

▼利用期間
令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

※春休み、夏休み、冬休みのみ利用の申し込みも可能

▼開設日
毎週月曜日～土曜日 ※祝日を含む。ただし、年末年始など休業期間を除く

▼定員
各児童クラブ19～40人程度

▼料金
8000円/月 ※ひとり親家庭は5500円/月

▼受付期間
9月1日(月)～30日(火)の平日

▼申し込み
子育て応援課(すくすく)(健康管理センター内)に申込書を提出

▼申込書設置場所
健康管理センター(南川町)、各児童クラブまたは右の二次元コードから

みんなでSDGsに
チャレンジしよう！
県未来戦略課 ☎0776・20・0759

県では、9・10月の2カ月間を、独自のSDGs集中啓発期間「ジュナナ・チャレンジ」と設定しています。「ふくいSDGsパートナー」に登録した企業・団体による関連イベントが県内各地で開催されるほか、プレゼント企画が実施されます。

※SDGsとは…人類が地球で暮らし続けていくために、2030年までに達成すべき17の目標

※ジュナナとは…SDGsの目標数である「17(じゅうなな)」と恐竜が繁栄した「ジュラ紀」を掛けて考案された福井県版SDGs公式ロゴマークの愛称

▲特設サイト

2025.9.1[MON]～10.31[FRI]

福井県はぴウオーク 2025 で
ふくいはぴコインをゲットしよう！
県健康政策課 ☎0776・20・0352

県では、アプリを活用しながらウォーキングに取り組んで目標を達成した人へ、デジタル地域通貨「ふくいはぴコイン」を進呈します。

▶対象
次の①②のすべてを満たす15歳以上の人 ※中学生は除く

①福井県内に在住もしくは通勤・通学している

②歩数計測アプリとふくアプリが使用できる

▶参加方法
専用の歩数計測アプリをインストールし、「はぴウオーク2025マイページ」で必要事項を登録

▶参加期間
9月～11月のいずれか1カ月間

▶登録期限
参加する月の前月最終日

▶進呈するふくいはぴコイン
【15～64歳】500ポイント
【65歳以上】1000ポイント

※歩数上位100人には、市から500円相当の「減塩プチギフト」をプレゼント

※詳しくは右の二次元コードから

福井県境交流促進協議会は
会員市町のイベントを
応援しています
未来創造課 ☎64・6148

滋賀県と福井県が県境を越えて協力し、会員市町で開催するイベントの情報を発信しています。

▼会員市町
小浜市、敦賀市、美浜町、若狭町、おおい町、高浜町、長浜市、米原市、高島市

※詳しくは右の二次元コードから

募集

小浜市北陸新幹線新駅周辺
エリア基本計画策定委員
新幹線・交通政策課 ☎64・6067

▼要件
市在住で18歳以上の人

▼活動内容
令和9年3月末ごろまでに7、8回開催予定の会議に参加

▼募集人数
2人程度

▼申し込み
件名に「小浜市北陸新幹線新駅周辺エリア基本計画策定委員応募」と記入の上、住所、氏名、連絡先、応募動機、小浜市の新幹線を活かしたまちづくりに対する思いを新幹線・交通政策課にメール
(koutsu@city.obama.lg.jp)

▼申込期限
9月26日(金)

----- 有料広告。広告に関する問い合わせは広告主まで -----

「広報おばま」

広告随時募集中！

▶発行日
毎月25日(土・日・祝日の場合は、直前の平日)

▶配布
主に市内各区を通じて、各世帯に配布

▶料金
1枠(縦5㌘、横5.5㌘) 1回1万円
※複数枠を使用した掲載も可能

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

----- 有料広告。広告に関する問い合わせは広告主まで -----

セブン-イレブン
小浜市にセブン-イレブン初出店予定！経営者募集中！
お申込み・お問い合わせ セブン-イレブン ヨイミセ
☎0120-711-413
【受付時間】
平日・土曜日 10:00～17:30(日・祝日・年末年始を除く)
詳しくは ▶ セブン オーナー
https://www.sej.co.jp/owner/
株式会社 セブン-イレブン・ジャパン
事前にお電話いただくか、ホームページよりお申込みください。お申込みは4日前までとさせていただきます。

オーナー募集説明会
開催いたします
セブン-イレブンで
独立・開業
してみませんか？

日時
9/ 7(日)14時～17時
9/19(金)19時～20時30分
10/ 3(金)19時～20時30分
会場
小浜商工会議所

▼定員

30人

▼内容

【講師】（公社）全国消費生活相談員協会 斎藤千栄美氏
※講座後におとなの交通安全教室（自転車安全運転VR体験会）を実施

▼とき

9月20日①13時30分

▼ところ

今富コミュニティセンター（和久里）

▼申し込み

健康応援課に電話
※受け付けは当日9時40分まで

消費生活講座「だまされない」には理由がある！
悪質商法から身を守ろう

防災防犯課（消費生活相談室） ☎64・6007

子育て教室 健康応援課（いきいき） ☎64・6129		
▶対象	対象地区に住む未入园児とその保護者	
▶内容	親子遊び、子育て相談、楽器作り など	
▶定員	先着15人	
▶申し込み	健康応援課に電話 ※受け付けは当日9時40分まで	
対象地区	とき	ところ
小浜	9月10日④ 9時30分～11時	小浜コミュニティセンター（日吉）
今富	9月12日⑤ 9時30分～11時	今富コミュニティセンター（和久里）
国富、松永、宮川	9月17日④ 9時30分～11時	国富コミュニティセンター（栗田）
西津、内外海	9月26日⑤ 9時30分～11時	西津コミュニティセンター（北塩屋）
口名田、中名田	10月1日④ 9時30分～11時	口名田コミュニティセンター（中井）

▼申し込み

防災防犯課（消費生活相談室）に電話または上の二次元コードから

▼申込期限

9月18日④

※市成人大学講座と連携

令和7年度 福井若者サポートステーション出張相談会

福井若者サポートステーション ☎0776・21・0311

▼とき

9月23日④⑤11時～14時

▼ところ

文化会館（大手町）

▼対象

働くことに悩みを抱えている15歳～64歳の人とその家族

小浜市防犯隊 女性隊員

防災防犯課 ☎64・6007

▼対象

市在住で20歳以上の女性

▼活動内容

防犯に関する啓発活動、市内で開催されるイベントの防犯パトリールなど

▼任期

令和8年4月1日から1年以上

▼募集人数

若干名

※随時受け付け

イベント

山川登美子記念館企画展「わかさ小浜の城」

文化観光課 ☎64・6019

▼とき

8月20日④～10月31日⑤

▼ところ

山川登美子記念館（千種1丁目）

▼観覧料

大人300円
高校生・大学生200円
中学生以下無料

▼内容

後瀬山城・小浜城で発掘された考古資料や文献資料の展示
※10月25日④・26日⑤開催の「越前若狭お城フェス」に合わせた企画展

ふくい健康長寿祭2025

県社会福祉協議会地域福祉課 ☎0776・24・2433

▼とき

9月23日④⑤9時30分～

▼ところ

みくに未来ホール（坂井市・あわら市北潟公民館（あわら市）

▼内容

シニアグループによるステージ発表、体験コーナー、健康チェックなど

看護補助者お仕事説明会・体験会

（公社）福井県看護協会福井県ナースセンター ☎0776・52・1857

▼とき

9月26日⑤14時～15時30分

▼ところ

レイクヒルズ美方病院（若狭町）

▼対象

看護補助者の仕事に関心のある人、看護補助者の就職を希望する人 など

▼定員

先着10人

▼申し込み

問い合わせ先に電話
もしくは右の二次元コードから

▼申込期限

9月25日④

子ども食堂

子ども食堂おむすびころん ☎090・i6cc・4959

▼とき

9月13日④10時～13時

▼ところ

遠敷交流センター（遠敷）

※子どもは無料

つぎイチ「バラエティー」

文化会館 ☎53・9700

▼とき

9月1日④～4日④9時～17時・5日⑤9時～15時

▼ところ

市庁舎（大手町）

▼内容

小浜市歌人協会会員の作品展示

小浜放生祭講演会

小浜コミュニティセンター ☎53・2010

▼とき

9月7日⑤13時30分～15時

▼ところ

小浜コミュニティセンター（日吉）

▼内容

「再考。小浜放生祭の演し物」をテーマに、小浜の人々が380年以上の間伝え残してきた、演し物の歴史や意味を学ぶ
【講師】若狭歴史博物館元館長 垣東敏博氏

第6回杉田玄白講座

NPO杉田玄白・小浜プロジェクト ☎090・6274・0020

▼とき

9月21日⑤14時～16時

▼ところ

まちの駅旭座（白鬚）

▼内容

【テーマ】「杉田玄白と小石元俊ふるさとがつないだ知の交差点」
【講師】小石元紹氏

▼定員

120人

愛犬のためのしつけ教室

県警察大協力会事務局 大森 ☎52・5366

▼とき

9月27日④10時～12時

※雨天中止・小雨決行

▼ところ

台場浜公園（川崎2丁目）

第17回 ちりとてちん杯 全国女性落語大会

ちりとてちん杯全国女性落語大会実行委員会事務局 ☎53・9700

【予選会】

▼とき 9月27日④12時～

▼ところ

文化会館（大手町）

【決勝大会】

▼とき 9月28日⑤13時～

▼ところ

まちの駅旭座（白鬚）

映画「九十歳。何がめでたい」上映会

働く婦人の家 ☎52・7002

▼とき

9月27日④【1回目】10時～
【2回目】14時～

▼鑑賞券

大人1000円
小中高生500円

▼主催

小浜男女共同参画ネットワーク

おすすめ体験「りんごヨーグルト蒸しパン」

食文化館 ☎53・1000

▼とき

9月14日⑤・27日④13時～16時ごろ
※12時50分～15時30分受け付け

▼ところ

食文化館（川崎3丁目）

▼参加費

4個500円／セット

▼定員

各回先着20セット
※うち各回10セットは予約優先
※予約は食文化館に電話もしくは右の二次元コードから

季節の調理体験「だしのうま味」

食文化館 ☎53・1000

▼とき

9月6日④・23日④⑤10時～13時ごろ

▼ところ

食文化館（川崎3丁目）

▼内容

【メニュー】生姜の炊き込みご飯、鶏むね肉と夏野菜の煮びたし、きのこ卵の和風スープ

▼参加費

1200円

▼定員

各回先着16人

▼申し込み

開催日の5日前までに食文化館に電話もしくは右の二次元コードから

小浜市防災士の会 会員

防災防犯課 ☎64・6006

▼活動内容

災害発生の仕組みや身近でできる防災対策などの学習、地域で行う防災活動の支援 など

▼会員資格

防災士の有資格者および資格取得予定者

▼会費

1000円／年（学生は無料）

▼申し込み

同会事務局の吉田さん ☎090・8090・8325
もしくは防災防犯課に電話

小浜市交通指導員

防災防犯課 ☎64・6007

▼対象

市在住で20歳以上の人

▼活動内容

通学路となる交差点での早朝街頭指導、交通安全県民運動期間中の街頭指導および啓発活動、小学校などのマラソン大会への協力 など

▼任期

令和8年4月1日から原則2年
※更新あり

▼募集人数

若干名

※随時受け付け

小浜放生祭講演会

小浜コミュニティセンター ☎53・2010

▼とき

9月7日⑤13時30分～15時

▼ところ

小浜コミュニティセンター（日吉）

▼内容

「再考。小浜放生祭の演し物」をテーマに、小浜の人々が380年以上の間伝え残してきた、演し物の歴史や意味を学ぶ
【講師】若狭歴史博物館元館長 垣東敏博氏

第6回杉田玄白講座

NPO杉田玄白・小浜プロジェクト ☎090・6274・0020

▼とき

9月21日⑤14時～16時

▼ところ

まちの駅旭座（白鬚）

▼内容

【テーマ】「杉田玄白と小石元俊ふるさとがつないだ知の交差点」
【講師】小石元紹氏

▼定員

120人

季節の調理体験「だしのうま味」

食文化館 ☎53・1000

▼とき

9月6日④・23日④⑤10時～13時ごろ

▼ところ

食文化館（川崎3丁目）

▼内容

【メニュー】生姜の炊き込みご飯、鶏むね肉と夏野菜の煮びたし、きのこ卵の和風スープ

▼参加費

1200円

▼定員

各回先着16人

▼申し込み

開催日の5日前までに食文化館に電話もしくは右の二次元コードから



(記載がなければ参加費無料。※印は要予約)

催し	内容		対象	とき	ところ・問い合わせ
おはなし会と 作ってあそぼ！	【おはなし】きんぎょがにげた、 ばけぱけぱけぱけぱけたくん 【こうさく】まわしてあそぼう！ソー マトロープ		幼児～小学生と その保護者	13日㊥ 11時～	市立図書館（白鬚） 問市立図書館 ☎ 52・1042
おばま児童文学会 「風夢」のおはなし会	手あそびうた、絵本などの読み聞かせ 【テーマ】ふしぎがいっぱいのおはなし		未就学児とその 保護者	27日㊥ 11時～	
ベビーマッサージ※	助産師によるベビー マッサージ	参加費 100 円 + 保険料 年間 500 円 1日 50 円	生後7カ月までの 子とその保護者	3日㊥ 10時～11時	健康管理センター（南川町） 問子育て支援センター ☎ 64・6134 ※開催1週間前の月曜日 から受け付け
みんなといっしょに わっはっは※	みんなで絵本を見たり、 歌ったりして楽しみま しょう		1歳以上の未入園児 とその保護者	10日㊥ 10時～11時	
誕生会※	9月生まれの友だち みんなで祝いましょう		9月生まれの 未入園児とその 保護者	24日㊥ 10時～11時	
あそびの広場	保育園の流れに沿った集団あそび 【持ち物】母子手帳		1歳5カ月以降 の子とその保護者	5日㊥ 9時30分～11時 ※受け付けは 9時45分まで	健康管理センター（南川町） 問健康応援課（いきいき） ☎ 64・6129
スクスク元気っ子 教室	離乳食の試食や栄養士による相談の ほか、身体計測、保健師による発育・ 発達・育児に関する相談 【持ち物】母子手帳、飲み物・おむつ などのお出かけグッズ		未就学児とその 保護者	9日㊥ 9時30分～ 11時30分 ※受け付けは 10時まで	
授乳育児相談	授乳全般の相談、体重・ほ乳量の測定		授乳中の保護者 とその乳児	9日㊥ 10時～12時 ※受け付けは 11時30分まで	
ママヨガ 	子育て中のお母さんの心と体のメンテ ナンスヨガ。参加費 500 円【持ち物】 母子手帳、飲み物・おむつ などのお出かけグッズ		子育て中の母親	11日㊥・25日㊥ 10時30分～ 11時30分	雲浜コミュニティセンター （城内2丁目） 問ヨガビクニックMAMAサークル 左の二次元コードから
プレパパ＆ プレママ講座※ 	育児編「赤ちゃん人形を使って練習 （抱っこの仕方、おむつの替え方、沐浴）」 「赤ちゃんの過ごしやすい環境」「ママ の出産・産後の体と心の変化について」 「パパの妊婦体験」「離乳食初期の作り方 見学と試食」 【持ち物】母子手帳、飲み物・おむつ などのお出かけグッズ		妊婦と そのパートナー	27日㊥ 10時～13時	働く婦人の家（大手町） 問わかさ助産師会「うぶごえ」 ☎ 090・2128・6299 ※左の二次元コードから 受け付け

日常生活から認知機能 の低下を予防しましょう

高齢者だけではなく認知機能の低下

高齢者の方が物忘れをしたり、新しい事が覚えづらくなったりするのはよく耳にする話ですが、若い年代でも同じような症状が出る場合があります。

近年は、スマートフォンの長時間の使用による記憶力・集中力の低下なども問題となっており、今や全世代が注意すべき課題となっています。

これらは日常生活の中で少し意識するだけで十分予防が可能です。簡単に取り入れられる予防法をいくつかご紹介します。

□適度な運動

適度な運動は脳の血流量を増やすといわれ、週2回、30分以上の運動・体操は予防に効果を発揮します。

□手を動かす

手指は「第二の脳」ともいわれる

健康 生活の とびら

杉田玄白記念 公立小浜病院

問い合わせ ☎ 52・0990



リハビリテーション科
坂本将悟 作業療法士
（かきもとしょうご）

ほど運動や感覚を司る神経が多く集まっています。料理や掃除などの家事のほか、創作活動や作業活動などを行い、手を動かすことで脳の血流量が増え、予防効果を期待できます。

□コミュニケーションをとる

ソーシャルメディアの長時間の利用は、情報過多で脳が疲れやすくなり機能低下を引き起こす要因となります。

ソーシャルメディアの利用時間を減らし、家族や友人との会話などコミュニケーションの時間を持つことで脳の活性化が促され、精神的な不安やストレスの解消にもつながります。

できることを少しだけ

これらの予防法は難しく考えると長続きしません。「できることを少しだけ、意識して取り入れる」くらいの気持ちで、気軽に始めてみてください。

地域おこし協力隊 活動報告



今月の隊員
やすま なな
安間 七菜さん

こんにちは、地域おこし協力隊の安間です。私は、今年4月から若狭小浜お魚センター（川崎2丁目）内の魚屋「大澤五右衛門商店」で、調理や販売の研修をしています。小浜の食材を使って料理を提供するには、小浜港で水揚げされる魚介類は欠かせません。季節ごとの魚の知識や調理方法を学ぶとともに、実際に魚をさばいて加工するなど、さまざまな経験を通して日々技術を磨いています。

店頭の接客や販売では、お客さんとの会話を大切にしています。飲食



▲魚をさばいている様子

店や業者の人からは、魚に関する知識を聞く機会が多いです。買い物や観光などで訪れた人には、また来てもらえるように旬の魚をおすすめしたり、小浜の魅力を伝えたりしています。実際に、「ありがとう。また来るね」と、声をかけてもらったときはとてもうれしく、励みになっています。今後の接客でもこうした交流を大切にしていきたいです。

研修を通して学んだ知識は、不定期で実施しているポップアップレストランでの料理の説明に生かしています。若狭小浜お魚センターでは、小浜港で水揚げされた新鮮で多種多様な魚が並んでいるので、ぜひ足を運んでみてください。



国内外の生徒が交流し学びを深める

若狭高校 1、2 年生 42 人が外国の生徒と英語で対話し共同研究の連携を図る(若狭図書学習センター・7月12日)

若狭マリンピア 2025 花火大会

小浜の夜を彩る約 4,000 発の花火が市内外から訪れた見物客を楽しませる(川崎3丁目・8月1日)



下水道の仕組みを知る 浄化センター見学会

市内小学生とその保護者 18 人が下水の処理方法などを教わり施設を見学(川崎2丁目・7月26日)

Photo News

フォトニュース



若狭東高校 チルフェス

生活創造科3年生を中心に食育をテーマにした企画で地域の子どもたちをおもてなし(金屋・7月19日)



アスリートと一緒に 食育×バスケット教室

福井ブローウィングスの選手が食育に関するトークショーやバスケット教室で参加者と交流(市民体育館・7月21日)

地域の名水でにぎわいを 水まつり

一番町区の祭りが約 25 年ぶりに復活。訪れた人が地域の名水への理解を深める(和久里・7月26日)



現在、秋に市内で開催される「遠敷地区ふるさとまつり」や「やさしさいっぱい! まちなか夢通り 2025」などイベントでの販売に向け、商品の開発に取り組み中。高田さんは、「作ったものを、多くの人の手に取って喜んでもらえるようにがんばりたい」と、今後の活動への意欲を見せました。

「体験入部の際の、収穫した野菜を使ったピザ作りが楽しかった」と、同部への入部のきっかけを話す部長の高田結菜さん(写真左から2番目)。「部員全員が入部から日が浅く、上級生が引退した中、少ない人数で仲良く協力し合って取り組んでいる」と、活動を振り返ります。

小浜で歩む ～事業・制度の活用事例～

令和7年度小浜市ふるさと納税返礼品開発事業補助金

【補助率】①基礎割: 対象経費の2分の1
②寄附割: 当該返礼品寄附額の10分の3

【補助額】①②合わせて最大 100 万円

【担当】御食国ブランド戦略課 ☎ 64・6008



若狭ふぐの宿 下亟(阿納)
下亟 由明さん (47歳)



幸せな時間を

特別な贈り物と共に

ふぐ料理専門の民宿「若狭ふぐの宿下亟」。代表を務める下亟さんは、宿の運営やふぐの養殖などを手掛けているほか、てっさや鍋料理などのセットをふるさと納税の返礼品として提供しています。

「返礼品を送送するときの段ボールやシールなどに、新しくデザインしたロゴマークを取り入れ、補助金はそれらの製作費に活用した。コロナ禍をきっかけに民宿のあり方を見直す中、阿納で獲れるふぐのブランド価値を高めようとデザインの変更を決め、業者との打ち合わせを何度も重ねて完成した」と、これまでの取り組みを振り返る下亟さん。

「新たなロゴマークが描かれた返礼品を見て、『特別なものを贈っている』という気持ちにより強くなった。阿納のふぐ料理を知り、食べてもらうことで幸せな時間を過ごしてほしい」と、思いを語りました。

■ 9月の休館日

市立図書館	2日火、9日火、15日月祝、 16日火、21日水、23日火祝、 24日水、30日火
温水プール	1日月、8日月、16日火、 22日月、29日月 ※23日火祝のレディースタイムはありません
若狭図書学習 センター	1日月、8日月、16日火、 18日水（2階のみ）、22日月、 24日水、29日月

■ 9月の休日当番医 9時～17時

7日水	★小津外科医院（日吉） ☎ 52・0072
14日水	★しんたにクリニック（駅前町） ☎ 64・5321
15日月祝	中山クリニック（多田） ☎ 56・5588
21日水	★吉井医院（塩竈） ☎ 52・0028
23日火祝	★にしお内科クリニック（南川町） ☎ 53・2407
28日水	★田中病院（遠敷） ☎ 56・5353

★：小児患者は公立小浜病院（大手町）が対応

高齢者いきいき情報



『カフェ・ぽ〜れ』

時 19日金 10時～11時30分
所 小浜コミュニティセンター（日吉）
内 リズム運動、みんなで歌いましょう
金 100円
問 さかがみかずよ 坂上和代さん ☎ 090・5686・4147

『おひさまカフェ』

時 16日火 10時～11時30分
所 ふるさと茶屋「清右エ門」（遠敷）
内 秋を呼ぶ琴の演奏とひらめきクイズ遊び
金 100円（飲み物代）
問 うの 宇野さん ☎ 090・1633・4959

■ 9月の各種相談

（※印は要予約）

相談名	内容	とき	ところ・問い合わせ
弁護士法律相談※	法律問題全般の相談 ※1週間前の9時から予約可	2日火 13時30分～15時	働く婦人の家（大手町） 問 福井弁護士会 ☎ 0776・23・5255
高齢者向け法律相談※	遺産相続や土地・金銭問題などの相談	18日水 13時～16時	県社会福祉協議会嶺南支所（白鬚） 問 県社会福祉協議会嶺南支所 ☎ 52・7833
弁護士法律相談※	消費生活に関する相談	11日水 14時～16時	県嶺南消費生活センター（白鬚） 問 県嶺南消費生活センター ☎ 52・7830
司法書士法律相談※	消費生活に関する相談	25日水 14時～16時	
小浜市社会福祉協議会 ワカサリーガルパートナーズ なんでも相談会※	弁護士、司法書士、社労士、行政書士、税理士が連携して対応する相談会	28日水 13時～16時	サン・サンホーム小浜（遠敷） 問 田中事務所 ☎ 0770・56・5533
梅毒、性器クラミジア、 エイズ、肝炎の検査・相談※	問診や血液・尿検査 ※尿検査は性器クラミジアのみ	1日月 9時～11時	若狭健康福祉センター（四谷町） 問 若狭健康福祉センター ☎ 52・1301 ※検査は右の二次元コードから申し込み
精神保健相談※	心の病気やアルコール問題、認知症に関することなどの相談	2日火、16日火 10時～11時30分	
悩みごと総合相談会※	法律や心の健康、子育て、介護、自立に向けた就労などの相談	27日土 9時～12時	
心配ごと相談	介護など生活での困りごとの相談	10日水 13時～16時	サン・サンホーム小浜（遠敷） 問 市社会福祉協議会 ☎ 56・5802
こころの相談	心の悩みに関する相談	毎週水 10時～16時	
		毎週金 12時～17時	つみきハウス（後瀬町） 問 つみきハウス ☎ 53・1190
臨床心理士こころの相談※	気分の落ち込みや不眠など、心・体の状態などに関する相談 ※開催の1週間前までに要予約	9日火 13時30分～15時30分	市庁舎（大手町） 問 地域福祉課（あいあい）障がい者支援室 ☎ 64・6012
特設人権相談	悩み・心配ごとの相談	17日水 13時～15時	働く婦人の家（大手町） 問 福井地方務局小浜支局 ☎ 52・0238
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の相談	3日水 10時30分～15時30分	働く婦人の家（大手町） 問 ふくい女性活躍支援センター ☎ 0776・41・4244
出張年金相談※	年金に関する相談	11日水、25日水 10時～12時、13時～15時	文化会館（大手町） 問 敦賀年金事務所 ☎ 0770・23・9905
「福祉のお仕事」移動相談	福祉の仕事の就職に関する相談	17日水 13時30分～15時30分	ハローワーク小浜（後瀬町） 問 県社会福祉協議会嶺南支所 ☎ 52・7833
就職や仕事の相談※	キャリアアドバイザーによる就職や仕事に関する悩み・不安などの相談	毎週水・金 9時～17時 ※12月29日～1月3日、祝日を除く	働く婦人の家（大手町） 問 ミニジョブステーション小浜 ☎ 52・3542

最先端の学校DX教育
近年、子どもたちの授業の様子が大きく変化しています。黒板を使用した従来の一斉授業から情報機器を駆使した学びに移行しています。小浜市では「学校DX（デジタルトランスフォーメーション）」を推進し、国の支援を受け、最先端のデジタル技術を使用した授業を展開しています。オンラインで、個別の興味や学習の進捗状況に応じて学ぶ「複線型」の授業を実施。子どもたちが自分の意見を書き込むと同時に、仲間の意見と比較、集約し、考えを深めています。

実際に、集団での議論が苦手だった子が参加しやすくなった、
「自分と違う考えをもっと深く聞いてみたい」と、他者との交流に意欲的になった成果があります。

最新のICT（情報通信技術）



「潤う小浜」の実現へ

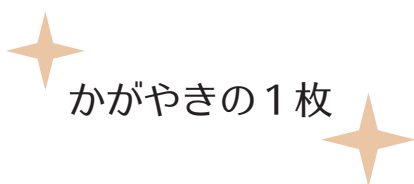
小浜市教育長 小坂康之

教育を実践するため、先生が県外の先進地で学ぶ機会を設け、DX専門員を配置するなど、レベルアップを図っています。

実は、小浜市のICT利用率は県内で3位以内に入るほど進んでいます。

激しく変化する社会の中、子どもたちが将来を心豊かに生きていけるよう、教育も変革しています。





かがやきの1枚

ほうぜまつり
小浜放生祭特別公開稽古
(まちの駅旭座・7月12日)

7月16日の大阪・関西万博出演を前に、^{やま}山車を担当する8区
の住民約60人が特別合同編成での^{はやし}笛と太鼓による囃子を披露

編集後記

●自家用車の点検をしてもらい、業者と走行距離の短さが話題に▶1日あたりの走行距離を概算したところ自宅と職場を往復した距離とほとんど同じ▶思い返せば遠方への外出は公共交通機関を利用する機会が多め▶たまには自分の運転で出掛ける日があってもいいのではと気付くことができました(辻)

●定期的に古くなって使わなくなった電化製品や生活雑貨などをまとめてリサイクルショップへ▶労力に見合わないかわかっていても何となくもったいなくて捨てられず▶買い取り金額には期待していないので、廃棄される物を減らして多少なりともSDGsへの貢献ができていると考えれば悪い気はしないものです(吉)

人の動き(8月1日)

【人口】27,324人(前月比-15人) 【男性】13,483人
【世帯数】12,226世帯 【女性】13,841人

小浜市では、インターネットで情報発信中

事業や
お知らせなど
HP



市内の出来事などを発信

広報担当者の取材内容などを掲載。フォローをお願いします

市内の出来事やお知らせなど

X



フェイスブック
Facebook



Instagram



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、
右の二次元コードから
(<https://mail.cous.jp/bousaiobama/>)

