

広報おばま

OBAMA

7

No.871

Jul.2026

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】

スポーツの力で、小浜をもっと元気に！

【主な内容】 熱中症を予防しましょう！・・・・・・・・・・4・5P

「御食国×スポーツまちづくり OBAMAモデル」始動

小浜市では、「OBAMA若狭マラソン大会」や「御食国若狭おばま杯親善ソフトバレーボール大会」など、さまざまなスポーツ大会を通じて、市民の体力向上や健康増進、コミュニティの形成に取り組んでいます。

一方で、少子高齢化が進み、大会参加者の固定化や競技指導者の不足、定期的にスポーツを行う人の減少、市民体育館をはじめとする施設の老朽化、スポーツ大会の実施に向けた運営体制の見直しなどの課題があります。

スポーツの力で小浜をさらに元気にするために、小浜の食文化や豊かな自然、歴史といった地域資源と、これまで培ってきた「食のまちづくり」を生かしながら、スポーツと掛け合わせる取り組みとして、「御食国×スポーツまちづくり OBAMAモデル」を進めています。

「御食国×スポーツまちづくり OBAMAモデル」とは

地域資源を生かし、「稼ぐ」「活かす」「育む」の3つのサイクルの循環によって、誰もがスポーツを楽しみながら、地域の活性化につなげるための取り組みです。

稼ぐ

持続可能な活動の源をつくる

プロスポーツチームとの連携やスポーツイベントを通じて、交流人口の増加を図り、地域経済の活性化につなげます。

企業版ふるさと納税などを活用し、スポーツ振興のための資金を自ら生み出します。



▲鯖街道ウルトラマラソン

活かす

地域資源をスポーツの舞台に

日本遺産プレミアムに認定された鯖街道と美しい若狭湾を、トレイルランニングやサイクリング、シーカヤック、SUPのフィールドとして利用。また、本市ならではの「食育」イベントと掛け合わせながら、小浜にしかないスポーツ体験を提供します。



▲SUP体験

育む

健やかな体と豊かなコミュニティ

プロスポーツチームとの交流をはじめ、部活動の地域連携や誰もが気軽に楽しめるニュースポーツの普及を通じて、競技力の向上や健康増進を図るほか、スポーツへの参加の場を広げ、人と地域のつながりを育みます。



▲バスケ教室

令和8年度の主な取り組み

- これまで開催していたスポーツ大会を、誰もが楽しめる大会に改善
 - OBAMA若狭マラソン大会：家族や仲間と一緒に参加するファンランの部の創設や、応援で使用するハンドクラッカーの作成、ゴール後に写真撮影ができるタイム掲示板の設置
 - 市民体育祭：ニュースポーツを体験できるコーナーの設置や新たな開催種目の検討
- プロスポーツ選手によるスポーツ教室の開催
 - 食育×バスケ教室：プロバスケットボールクラブ「福井ブローウィングス」によるバスケ教室と、疲労回復に役立つ料理教室の開催
- 施設の整備
 - 市民体育館（後瀬町）の空調整備や、武道館（後瀬町）と総合運動場屋内多目的広場（口田縄）のLED化



▲ハンドクラッカーでの応援



▲料理教室の開催

「スポまち！表彰2025」に選出！

スポーツ庁が実施する「スポまち！表彰」は、スポーツを生かしたまちづくりに、積極的に取り組もうとする自治体を表彰する制度です。令和7年の表彰では、本市が県内の自治体として、初めて優良自治体に選出されました。

本市のモデルは、プロスポーツチームとの連携や、「食育」を生かしたスポーツまちづくりに関する内容が評価されました。



▲OBAMA若狭マラソン大会



▲御食国若狭おばま杯親善ソフトバレーボール大会



▲鯖街道ウォーキング

しょうえん「省塩」を心掛けましょう

「省塩」とは、「減塩」と同じように、食事で摂取する食塩を適切に減らす取り組みです。福井県では、前向きに減塩に取り組めるよう、「省エネ」と似た「省塩」と、表現しています。自分や大切な人のために、毎日の食事から食塩を賢く省く工夫を始めてみませんか。



Q. 熱中症予防には塩分が必要ではないの？省塩しても大丈夫？

A. 日常生活では省塩を心掛けて大丈夫です

私たちの体に必要な塩分は、大量に汗をかく作業をした場合や、激しい運動をした場合を除き、普段の食事から摂取する量で十分なので、日常生活では省塩を心掛けて大丈夫です。

熱中症の予防には、塩分を意識的に足すより、野菜やキノコ、海藻に含まれるミネラルと、水分をバランス良く摂取することが大切です。持病のある方は、水分や塩分の摂取量を主治医に確認してください。

具だくさんみそ汁を食べて元気な1日に

人は、寝ている間にコップ1杯ほどの汗をかき、水分とミネラルが失われます。朝に、具だくさんみそ汁を食べることで、寝ている間に失われた水分やミネラルを補給でき、熱中症の予防と省塩につながります。

また、具だくさんにすれば、みそを控えめにしても満足感のある食事に。自宅でも作ってみましょう。

おすすめレシピ 夏でも楽ちん！「具だくさんみそ汁」

材料 (4人分)

ナス 小1本(もしくはキャベツ)
カボチャ 100g^ア
タマネギ 4分の1個
ニンジン 2g^ア(もしくはごぼう)
減塩カットわかめ 小さじ2
あぶらあげ 3分の1枚
みそ 大さじ2～
だし汁 500ミリリットル
お好みで青ネギ、大葉など



作り方

- 鍋に材料とだし汁半量・みそを入れ、ふたをして中火にかける
- 蒸気が出て、ふたが動き始めたら、火を弱め、6～9分ほど蒸し煮にする
- 残りのだし汁を加え、ひと煮立ちさせて完成。お好みで青ネギや大葉を散らす

ここがポイント

- 減塩タイプのわかめは、塩分を控えながらうまみを追加
- 野菜が浸るくらいの水分で蒸し煮にすることで、うまみを凝縮
- みそを最初に入れると、味がなじみ満足感がアップ
- 煮る間はほかの作業ができるので家事の時短にも

冷たいものを食べすぎたり、飲みすぎたりすると、夏バテの原因になります。暑い季節こそ、温かいみそ汁を食べて体をいたわることが大切です。

熱中症を予防しましょう！



■問い合わせ 健康応援課 (いきいき) ☎ 64・6093 厚生労働省 HP

熱中症は、高温多湿な環境で、発汗による体温調節などが正常に機能しなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。本格的な夏を迎える前に、熱中症を予防するため、日常生活の中でしっかり対策しましょう。

熱中症警戒アラートを 確認しましょう

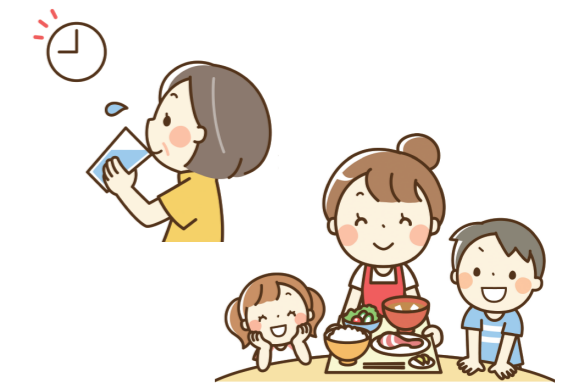
気温や湿度などをもとに、人の体を感じる暑さを正確に表す指標「暑さ指数」が、一定の数値に達する場合、熱中症警戒アラートが発表されます。

- 熱中症警戒アラート**
暑さ指数が33に達する場合に発表
- 熱中症特別警戒アラート**
暑さ指数が35に達する場合に発表

アラートが発表された場合は、外出を控え、涼しい場所で過ごしましょう。

暑さに負けない体をつくりましょう

- 水分は、一度にたくさん飲むのを避け、のどの渇きを感じる前にこまめに補給
- 1日3食しっかり食べる



涼しい場所で過ごしましょう

- 屋内で過ごす場合は、室温28度を目安にエアコンを適切に使用
- エアコンの使用が難しい場合は、市が指定する指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)を利用

【主なクーリングシェルター】

小浜市役所(大手町)、健康管理センター(南川町)、咲楽館(大手町)、市立図書館(白鬚)、キッズプレイパークなないろ(北塩屋)など



◀クーリングシェルターの一覧はこちら

もし症状が現れたら…

【症状】

めまい、立ちくらみ、大量の発汗、筋肉痛、頭痛、吐き気、倦怠感、手足の運動障害など

- ①涼しい場所に移動する
 - ②衣服をゆるめ、首や脇の下、足の付け根などを冷やす
 - ③水分・塩分を補給する
- ※症状が改善しない場合は、医療機関へ行きましょう

結婚新生活を 応援しています！



新生活を始める新婚夫婦を対象に、結婚に伴う費用の一部を支援しています。

結婚新生活支援補助金

【対象費用】

4月1日～令和9年3月31日に支払った費用が対象です。

- 住宅取得費用（建物の購入費用）
- リフォーム費用（建物の修繕、増改築、設備更新などの工事費用）
- 住宅賃貸費用（賃料、敷金・礼金、共益費、仲介手数料）
- 引っ越し費用（引っ越し業者・運送業者に支払う費用）

【補助上限額】

- 婚姻日時点の夫婦の年齢が共に29歳以下 ▶ 60万円
- 婚姻日時点の夫婦のいずれかの年齢が30歳以上 ▶ 30万円



市HP

早婚夫婦支援金

【支援金額】

- 婚姻日時点の夫婦のいずれかの年齢が25歳以下 ▶ 40万円
- 婚姻日時点の夫婦のいずれかの年齢が26～29歳 ▶ 30万円



市HP

補助金・支援金共通事項

【対象夫婦】

- 令和8年1月1日～令和9年3月31日に婚姻
- 婚姻日時点の年齢が共に39歳以下
- 令和7年の夫婦の合計所得が500万円未満
- 市に住民票の登録があり、市税を滞納していない
- 国やほかの地方公共団体などから、同様の趣旨の補助金や支援金の交付を受けていない

【申請期限】

令和9年3月31日(水)（予算の上限に達し次第、受け付けを終了）

補助金・支援金は、併用して申請ができます



■問い合わせ 移住定住交流課 ☎64・6009 ✉ iju@city.obama.lg.jp

市長との対話集会

■問い合わせ 市長公室 ☎64・6149

杉本市長が下の日程で各地区に伺い、対話集会を開催します。目ごろから感じている地域への思いや、これからのまちづくりへの挑戦を、市長と共に語り合しましょう。

▶参加対象 開催地区の住民ならどなたでも歓迎

▶申し込み 各コミュニティセンターに電話

▶対話のテーマ

「サバ缶、宇宙へ行く」のその先へ～小浜の挑戦から考える学びとブランドづくり～

日にち	とき	開催地区	ところ・問い合わせ
6月26日(金)	19時30分～21時	加斗	加斗コミュニティセンター（上加斗） ☎52・5136（同）
7月2日(木)	19時～20時30分	松永	松永コミュニティセンター（上野） ☎57・1200（同）
7月7日(火)	19時～20時30分	国富	国富コミュニティセンター（栗田） ☎56・0125（同）
7月24日(金)	19時～20時30分	西津	西津コミュニティセンター（北塩屋） ☎53・0154（同）
8月22日(土)	17時～18時30分	今富	今富コミュニティセンター（和久里） ☎56・1211（同）
8月26日(水)	19時30分～21時	中名田	中名田コミュニティセンター（下田） ☎59・0820（同）
8月28日(金)	19時～20時30分	遠敷	遠敷コミュニティセンター（市場） ☎56・1101（同）
9月2日(水)	19時～20時30分	宮川	宮川コミュニティセンター（加茂） ☎57・1201（同）
9月11日(金)	19時～20時30分	内外海	内外海コミュニティセンター（阿納尻） ☎53・2724（同）
9月18日(金)	19時～20時30分	口名田	口名田コミュニティセンター（下中井） ☎58・0820（同）
9月29日(火)	19時～20時30分	雲浜	雲浜コミュニティセンター（城内2丁目） ☎52・9080（同）
9月30日(水)	19時～20時30分	小浜	咲楽館（大手町） ☎53・2010（小浜コミュニティセンター）

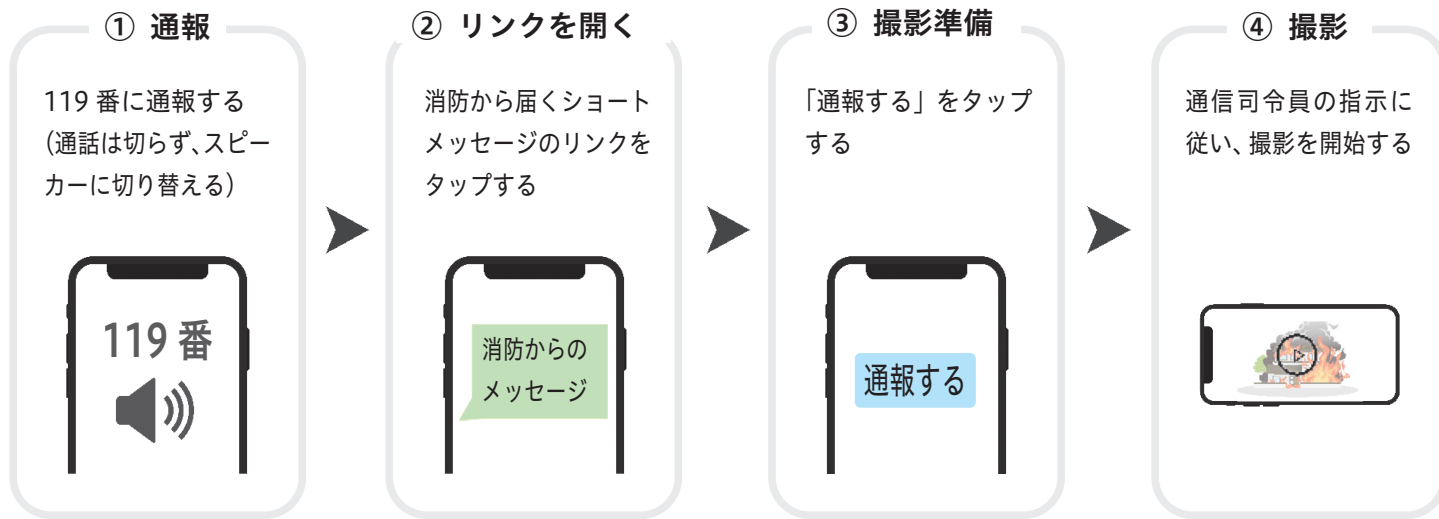
※本紙が手元に届く時期により、加斗地区の開催が終了している場合があります。ご了承ください

119番通報時の映像通報サービスの運用を開始しました

若狭消防組合消防本部情報指令課 ☎ 53・0119

令和8年6月1日より、119番通報時に、災害状況を正確に判断し、適切で素早い対応につなげるため、通報者が現場の映像を消防に送信できる「映像通報サービス」を開始しました。事前の登録やアプリのインストールは不要です。

利用方法



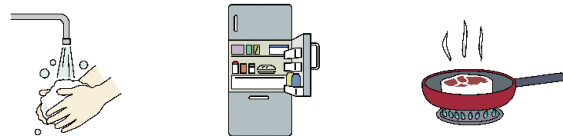
食中毒に注意しましょう

健康応援課 (いきいき) ☎ 64・6093

食中毒の主な原因は細菌とウイルスです。特に、「O157」や「カンピロバクター」などの細菌によって発生する食中毒は、高温多湿になる夏場に多く発生しています。食中毒を防ぐため、予防の三原則を守りましょう。詳しくは上の二次元コードを確認してください。

予防の三原則

- ① 「付けない」
ヒト・食品・調理器具を清潔に保つ
- ② 「増やさない」
冷蔵保存と早めの調理を心掛ける
- ③ 「やっつける」
食材の加熱を十分に行い、調理器具は熱湯をかけて消毒する



「オレンジ・ランプ」 無料上映会

地域包括支援センター ☎ 64・6015

若年性認知症と診断された男性が、家族や地域の支えを受けながら、前向きに生きる実話をもとに制作された映画、「オレンジ・ランプ」を無料で上映。誰にでも分かりやすく、認知症の理解を深めることができます。

- ▶ 上映日
【第1回】8月5日(水) 13時30分～15時30分
【第2回】9月5日(土) 13時30分～15時30分
- ▶ ところ
健康管理センター(南川町)
- ▶ 定員 各先着50人
- ▶ 申し込み
地域包括支援センターに電話もしくは上の二次元コードから
- ▶ 申込期限 7月31日(金)
- ▶ その他 映画のDVDを無料で貸し出します。



令和8年度小浜市職員採用候補者試験(後期・通年募集第2期)

総務課 ☎ 64・6259

令和8年度より、民間企業などでの経験を生かせる「通年募集枠」の募集を始めました。対象や申込方法など、詳しくは市HPの受験案内を確認してください。

	後期	通年募集第2期
採用時期	令和9年4月1日	令和8年12月1日、令和9年4月1日
募集職種	事務職・技術職(土木)	事務職・技術職(土木)
対象	職種により異なります	昭和56年4月2日～平成12年4月1日に生まれた社会人経験のある人
受付期間	7月29日(水)まで	9月1日(火)～18日(金)

「WEB説明会」を開催！人事担当者と直接話してみませんか

- ▶ とき 7月15日(水)・16日(木)
- ▶ 申し込み soumu@city.obama.lg.jp 宛てに、「職員採用WEB説明会(参加希望)」のタイトルで、①氏名、②連絡先、③希望日を送信
- ▶ 申込期限 7月8日(水)



▲市HP



ふくい桜マラソン2027に抽選で4人を無料招待します

生涯学習スポーツ課

「全国ランニング大会100撰」に選出されている「ふくい桜マラソン」に小浜市から4人のランナーを無料招待します。「ふくい桜マラソン」は、「かける思い、サクサク」をスローガンとし、ランナーは、福井にある桜の名所や新幹線と並走ができるコースを走ります。

- ▶ 開催日
令和9年3月28日(日)
- ▶ 場所 福井市・坂井市内(フルマラソンのコースは右の地図を確認)
- ▶ 種目
①フルマラソン(42.195km / 制限時間7時間)
②5km(制限時間45分)
- ▶ 応募条件 次の①～③すべてに該当する人
①小浜市在住
②大会当日に満18歳以上(フルマラソン)もしくは大会当日に中学生以上(5km)
③申し込みの情報を主催者に提供できる
- ▶ 参加費 無料(交通費や宿泊費などは自己負担)
- ▶ 申し込み 右の二次元コードから
- ▶ 申込期限 7月31日(金)まで
- ▶ 当選発表 8月中旬に当選者へ連絡



▶ コース ※変更になる場合があります

- スタート地点
大名町交差点
- ゴール地点
大名町交差点付近



- ▶ 問い合わせ
【応募について】生涯学習スポーツ課 ☎ 53・0064
【大会について】ふくい桜マラソン実行委員会事務局 ☎ 0776・20・0539

マリレジャーを安全に楽しもう

小浜海上保安署 ☎ 52・0494

海水浴を安全に楽しむため、「ライフセーバーや監視員が常にいる海水浴場で泳ぐ」、「遊泳区域内で泳ぐ」、「小さな子どもから目を離さない」などを守りましょう。

また、プレジャーボートなどを楽しむ人は、「出発前の機関や燃料などの点検」、「常時見張りの徹底」、「救助支援者の確保」を確実にし、ライフジャケットを必ず着用しましょう。

万が一、海の事件・事故が発生した場合は、☎ 118 もしくは小浜海上保安署へ通報してください。



ひとり親家庭等 習い事支援事業



子育て応援課 (すくすく) ☎ 64・6013

ひとり親家庭等の児童の「習い事」にかかる費用の一部を助成します。

▶対象 ひとり親家庭・ふたり親家庭 非課税世帯の小学4～6年生

▶対象経費 入会金・月謝・ユニフォーム代など、学習塾を除く習い事に必要な経費

▶対象期間

4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

※補助額など詳しくは上の二次元コードから

国民健康保険の資格確認書を更新します

市民課 ☎ 64・6018

マイナ保険証を持っていない国民健康保険加入者に対し、新しい資格確認書を特定記録郵便で郵送します。※現在使用中の資格確認書は、8月以降使用できなくなります。各自で破棄するか、市民課へ返却してください

▶新しい資格確認書の有効期限

8月1日(土)～令和9年7月31日(土)

第1回おばま探究教室

生涯学習スポーツ課 ☎ 64・6033

▶とき 7月5日(土) 10時～11時30分

▶ところ 今富コミュニティセンター (和久里)

▶定員 30人程度

▶内容 「ウェルビーイングなまちづくり」をテーマに、くらしの満足度や幸福感への視点を増やすための講演

【講師】福井県立大学高野 翔准教授

▶申し込み 生涯学習スポーツ課に電話

初級マレットゴルフ教室

市マレットゴルフ協会事務局前田さん ☎ 090・7088・3080

▶とき 8月17日(月)～28日(金)の毎週(月・水・金) 9時30分～11時30分

▶ところ 総合運動場 (口田縄)

▶参加費/定員 1,200円/20人

▶申し込み 総合運動場事務室で入手できる申込書を同窓口へ提出

▶申込期限 8月7日(金)

臨床心理士による相談会

若狭健康福祉センター ☎ 52・1301

▶ところ 若狭健康福祉センター(四谷町)

▶対象 中学生・高校生やその保護者、教員

▶内容 臨床心理士による個別相談や教員向けのケース検討会

【相談員】坪田 任弘先生

▶申し込み

若狭健康福祉センターに電話

サマージャンボプレミアムが新登場 3種類同時発売

(公財)福井県市町振興協会 ☎ 0776・57・1633

サマージャンボ宝くじの収益金は、市や町の明るく住みよいまちづくりに使われます。県内の宝くじ売り場で購入しましょう。

▶発売期間

6月30日(水)～7月31日(金)

小児がんピアカウンセリング交流会

(公財)がんの子どもを守る会福井支部 ☎ 0776・22・5466

公益財団法人「がんの子どもを守る会」では、小児がんと闘う子どもとその家族を対象とした相談会を開催します。

▶とき 8月2日(土) 13時～16時

▶ところ 小浜商工会議所 (大手町)

▶内容

- ①小児がん患者や経験者、その家族と、小児がんで子どもをなくした方に分かれての情報交換や交流会
②小児がん専門のソーシャルワーカーによる相談受付

感染症に注意しましょう



健康応援課 (いきいき) ☎ 64・6093

国外で感染がみられる「ジカウイルス病」や「デング熱」などは、蚊を媒介とします。できる限り肌の露出を減らし、虫よけ剤を使用するなど、普段から蚊に刺されないように注意しましょう。

また、感染症が発症しやすい国や地域へ渡航・滞在する際は十分な対策を行いましょう。

若狭書道連盟の作品と 関連図書の展示

市立図書館 ☎ 52・1042

▶とき 6月25日(水)～7月31日(金)

▶ところ 市立図書館 (白鬚)

▶内容 【テーマ】山頭火を書く

季節の調理体験

「シーサイド・サマーパーティー」



食文化館 ☎ 53・1000

▶とき 7月11日(土)・19日(日)

10時～13時ごろ

▶ところ 食文化館 (川崎3丁目)

▶内容 【メニュー】フライパンパエリア、フィッシュ&チップス、ピンチョス

▶参加費 1,200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上の二次元コードから

愛宕神社例大祭

愛宕神社責任総代長谷川さん ☎ 090・3887・5788

▶開催日 7月11日(土)

▶時間

【特別イベント】14時～

【大松明奉納】17時～

▶ところ 愛宕神社 (伏原)

▶特別イベント よさこい、歌謡ショー、地元バンドの演奏

※天候により変更になる場合があります

▶駐車場 上の二次元コードを確認

貸し出し冊数を20冊に増やします

市立図書館 ☎ 52・1042

▶期間 7月11日(土)～8月31日(日)

※本の貸出期間は2週間



くらしの情報

「お知らせ」「イベント」「募集」など暮らしに役立つ情報を掲載します

ウィッグ・補整具などの 購入費を助成します

健康応援課 (いきいき) ☎ 64・6093

- ▶対象 次の①～④すべてに該当する人
①市に住所を有する
②がん治療を受けたもしくは受けている
③過去に県および他の自治体から、補整具購入費の助成を受けていない
④市税の滞納がない

▶助成要件 購入してから1年を経過しない補整具などの購入費

▶助成率 購入費の2分の1 (上限2万円)

▶申請方法 市HPもしくは健康応援課 (いきいき) で入手できる申請書を同課窓口へ提出

おすすめ体験 「黒糖わらびもち」



食文化館 ☎ 53・1000

▶とき 7月12日(日)・18日(土)

13時～16時ごろ

▶ところ 食文化館 (川崎3丁目)

▶参加費 約30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上の二次元コードから

----- 有料広告。広告に関する問い合わせは広告主まで -----

宇宙へ届け！おばまの歩み 第2回

4月より、小浜を舞台にしたテレビドラマ「サバ缶、宇宙へ行く」の放送が始まりました。宇宙日本食として認証されるまでに、さまざまな形で関わってきた人々の歩みを、全4回にわたって紹介します。

日常生活でサポートが必要な方を支援する、市内の「障がい者就労継続支援B型事業所」で働く千さん。旧小浜水産高校の出身で、ドラマで取り上げられていたサバ缶につながる探究学習が始まった時の生徒です。千さんはドラマを見た感想を、「母校の活動が取り上げられて嬉しく思う。そして、生徒が主体となって話が進んでいく構成が、当



旧小浜水産高校卒業生 千 さおり さん

時から続く探究学習の軸と一致していて面白い」と、話します。

当時の探究活動

「さば缶が宇宙食となるまでの研究の始まりとして、クラゲを使った豆腐を作った。最初は、『大量発生している大型クラゲを活用できないか』という思いで始まり、小浜で定置網漁を営む漁師さんたちから

らったクラゲを、そのまま大きな鍋に入れて溶かし、機械にかけ粉末状にした。作業の過程ごとに、先生とみんなで考え、どうしたら価値のあるものになるか一緒に試行錯誤した結果、豆腐が完成した」と、研究を振り返ります。さらに、「普段の授業とは違い、友達と一緒に取り組めることが新鮮に感じた。遊びの延長で研究が進んでいくようになり、ワクワクしながら夢中になって実験していた」と、当時を懐かしみます。



▲大型クラゲを煮ている様子

「研究を受け継いでくれた後輩たちや、生徒を信じて見守り、支え続けてくれた先生、研究を後押ししてくださった多くの方のおかげで、形を変えながら研究が前に進んでいる。その一端を担えたことを誇りに思う」と、千さんは話します。

ダンスで広まる輪

ドラマの放送が始まり、千さんは、「まちも人も温かい小浜市をもっと知ってほしい。思っているだけではなく、行動を起こそう」と、市内でダンスインストラクターをする大倉裕子さんにドラマの主題歌に合わせた振り付けを考えてもらい、『さばうちゅダンス』として広めています。「皆さんがダンスと一緒に踊ったり、広めたりしてくれて、心から感謝している」と、笑顔で語りました。

高校生サマー求人企業説明会

ハローワーク小浜 ☎ 52・1260

- ▶ **とき** 7月11日(土) 13時30分～15時30分
- ▶ **ところ** きらめきみなと館(敦賀市)
- ▶ **対象** 令和9年3月に高校卒業予定者およびその保護者
- ▶ **内容** 企業から本人および保護者への個別説明など

小学生のための2026年夏休み国内交流事業

(公財)国際青少年研修協会 ☎ 03・6369・3696

- ▶ **申し込み** どちらも(公財)国際青少年研修協会に電話

【富士山・青少年国際交流キャンプ】

- ▶ **とき** 8月4日(水)～8日(日)
- ▶ **ところ** 朝霧野外活動センター(静岡県)
- ▶ **対象** 次の①～③を満たす人
 - ①小学3年生～中学3年生
 - ②ルールを守り、仲間を大切にできる
 - ③自分のことを自分でできる
- ▶ **定員** 50人
- ▶ **内容** 富士登山体験や野外炊飯など
- ▶ **申込期限** 7月13日(日)

【小笠原アドベンチャースクール】

- ▶ **とき** 8月14日(金)～20日(木)
- ▶ **ところ** 小笠原村父島(東京都)
- ▶ **対象** 次の①～③の条件を満たす人
 - ①小学3年生～中学3年生
 - ②ルールを守り、仲間を大切にできる
 - ③自分のことを自分でできる
- ▶ **定員** 26人
- ▶ **内容** シュノーケリングやカヤック、ナイトハイクなど
- ▶ **申込期限** 7月14日(火)



社会を明るくする運動 強化月間

地域福祉課 ☎ 64・6011

- ▶ **内容** 社会を明るくする運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と立ち直りに理解を深め、それぞれの立場で力を合わせて、明るい地域社会を築くための全国的な運動です。
- ▶ **期間** 7月1日(水)～31日(金)

公立若狭高等看護学院 オープンキャンパス

公立若狭高等看護学院 ☎ 52・0162

- ▶ **とき** 8月2日(日)・22日(土) 各日13時～16時
- ▶ **ところ** 公立若狭高等看護学院(大手町)
- ▶ **申し込み** 上の二次元コードから
- ▶ **申込期限** 各開催日の前日まで

放送大学2026年10月入学生を募集します

放送大学福井学習センター ☎ 0776・22・6361

- ▶ **内容** 放送大学は、主にテレビやネットで授業を行う、入学試験のない通信制の大学です。大卒学位取得やスキルアップ、生涯学習など、目的に応じた科目を学べます。
- ▶ **出願期間** 9月9日(水)まで

海上保安学校・海上保安大学校の学生を募集します

小浜海上保安署 ☎ 52・0494

- ▶ **【海上保安学校学生】**
 - ▶ **受験資格** 令和9年3月に高校または中等教育学校卒業予定者もしくは高等専門学校または中等教育学校を卒業して12年未満の人
 - ▶ **申込期間** 7月10日(金)～23日(木)
 - ▶ **1次試験** 9月27日(日)
- ▶ **【海上保安大学校学生】**
 - ▶ **受験資格** 令和9年3月に高校または中等教育学校卒業予定者もしくは高等専門学校または中等教育学校を卒業して2年未満の人
 - ▶ **申込期間** 8月20日(水)～9月7日(日)
 - ▶ **1次試験** 10月24日(土)・25日(日)

豆ストラップを作ろう

市立図書館 ☎ 52・1042

- ▶ **とき** 7月25日(土) 14時～16時
- ▶ **ところ** 市立図書館(白鬚)
- ▶ **内容** 自分で選んだ生地で、小さな本のストラップを作成 ※カッターや針を使用します
- ▶ **対象** 小学生以上 ※小学生は保護者同伴
- ▶ **参加費** 無料
- ▶ **定員** 10人
- ▶ **申し込み** 開催日の前日までに、市立図書館に電話



本とあそぼう 講談社 全国おはなし隊

市立図書館 ☎ 52・1042

- ▶ **内容** 絵本をのせたキャラバンカーがやってくるほか、おはなし会が行われます。
- ▶ **開催日** 7月18日(土)
- ▶ **時間** 【キャラバンカー見学】10時～13時30分 【おはなし会】11時～、13時～
- ▶ **ところ** まちの駅旭座(白鬚)

22時以降の花火は禁止です

環境衛生課 ☎ 64・6016

道路や公園、広場、河川、海岸など、市内公共の場では、22時～翌6時の花火を禁止しています。

また、市が特に指定する「深夜花火禁止区域」(塩竈海岸～小浜公園の海岸)で違反すると、過料を科す場合があります。

周辺住民の皆さんが安心して生活できるよう、ルールとマナーを守って花火を楽しみましょう。

▶禁止している花火の特徴

- 大きな音が出る
- 飛ばす
- 回転する
- 走行する など





(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】ばけばけばけばけばけ たくん、クラゲのフワリ 【こうさく】ゆらゆらクラゲをつくろう	幼児～小学生と その保護者	11日④ 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】なつだ!うみだ!みんな であそぼう♪	未就学児とその 保護者	25日④ 11時～	
おまつりごっこ※	親子でお祭り気分を 味わいましょう	1歳以上の未 入園児とその 保護者	8日④ 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
誕生会※	7月生まれの友だちみ んなで祝いましょう	7月生まれの 未入園児とその 保護者	15日④ 10時～ 10時30分	
ベビープール※	親子で水に親しみ、 プールで遊びましょう	6か月以上の 未入園児とその 保護者	22日④ 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、飲み物・おむつ などのお出かけグッズ	1歳5カ月以降 の子とその保護者	3日⑤ 9時30分～11時 ※受け付けは 9時45分まで	
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	14日④ 9時30分～ 11時30分 ※受け付けは 10時30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
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	14日④・28日④ 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	子育て中の母親	8日④・22日④ 10時30分～ 11時30分	健康管理センター(南川町) 問ヨガピクニック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※ 	栄養・妊娠編「妊娠中のからだづくり」 「さまざまな出産方法について」 「妊娠中の口腔ケアの重要性、子ども の歯並びについて」 【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	25日④ 10時～12時	咲楽館(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

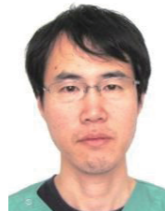
健康 生活のとびら

熱中症への備え

近年、世界的に平均気温が上昇し、日本では、昨年における夏の平均気温が、観測史上最高の高温を記録しました。これに伴い、熱中症による救急搬送数が増加しています。

熱中症とは、暑い環境に体がついていけないために生じる、さまざまな体調不良のことを言います。頭痛やめまい、吐き気、こむら返りなどの症状や、重症になると、昏睡状態に陥ることもあります。

熱中症の原因は、スポーツや肉体的労働によるものが多く、特に高齢者で持病がある方や乳幼児は、暑い環境にただで熱中症になりやすいです。東京都では、屋内の死亡者の9割が、エアコンを使用していなかったとのデータがあり、室内でも暑さを避けることが重要です。



救急総合診療科
四本仁寛 医師

杉田玄白記念 公立小浜病院
問い合わせ ☎52・0990

熱中症を防ぐために

□のどが渇いていなくても、こまめに水分補給(カフェインが含まれる緑茶やコーヒールは、利尿作用があるため避ける)

□汗をかく場合、適度に塩分を摂取(持病がある場合の水分や塩分摂取量は、かかりつけ医の指示に従う)
□外出時は、日傘や帽子で直射日光を遮り、無理をせず涼しい場所で休憩

熱中症が疑われたときの対応

もし熱中症が疑われたら、涼しい場所に移動して水分を摂取してください。症状が改善しない、自力で水分補給ができないなどの場合は、病院を受診しましょう。応答がおかしい、強く呼びかけても目を開けない人を見かけたら、すぐに救急車を呼んでください。



半歩先いく小浜の教育の未来

令和7年7月号の開始から1年間にわたり、ご愛読ありがとうございます。本コーナーでは、小浜市の長年培ってきた教育や、新たな取り組みなど、さまざまな活動を紹介させていただきました。

現在、国は、令和12年から始まる学習指導要領(教育方針)の改定に向けた準備を進めています。その教育方針では、新たに、「生涯にわたって主体的に学び続け、多様な他者と協働しながら、自らの人生を舵取りすることのできる民主的で持続可能な社会の作り手をみんなで育む」と示し、そのために対話の中で「好き」を育み、得意を伸ばすとしています。

改定後の教育方針は、まさに本市が培ってきた対話や探究学習、そして「子どもが主役の教育」の

「潤う小浜」の実現へ

小浜市教育長 小坂康之

理念と一致します。他者の思いや問いに耳を傾け、共感する。そして、子ども同士はもちろん、教員や保護者、地域の方々も、対話を通じて共に学び、新しい未来を創っていく。このような、本市が大切にしてきた教育の理念をさらに磨き、発展させていけば、大きく変化していく社会の中でも、子どもたちは自分の事として捉え、これからの小浜をより良くしてくれると考えています。そのためには、何事も「やってみなきゃ分からない」という挑戦する心と、挑戦できる教育の場が必要です。ぜひ、地域の皆さまと共に未来の教育を創っていききたいと思いますので、今後もしよろしくお願ひします。

次回からは、市内の小中学校と学校の挑戦を、1校ずつ具体的に紹介していきます。

Photo News

フォトニュース



海洋少年団入団式・進級式

りっぱな海の子を目指して活動する同団員が誓いの言葉を述べる(城内2丁目・5月10日)

第19回 たがらす棚田キャンドル

約3,000個のLEDキャンドルが夕暮れの棚田を幻想的に浮かび上がらせる(田烏・5月16日)



地域の魅力に気付く お茶摘み・お茶作り体験

ふるさと学習の一環で児童が自身で摘んだ茶葉からお茶を作り、地域住民に振る舞う(中名田小学校・5月13日)



平時から備えを 水防訓練

豪雨による河川の氾濫を想定し、市民と消防団員が土のうを作成(川崎3丁目・5月23日)

水泳の国際大会でベストの記録目指す

アジアエージグループ選手権に出場する小浜中学校2年生の松木瞭弥さんを激励(市庁舎・6月1日)



小浜新駅開業まちづくりワークショップ

北陸新幹線小浜・京都ルート全線開業に向け新駅周辺に必要な機能を話し合う(市庁舎・5月28日)

小浜中学校 剣道部

全員がライバル
切磋琢磨し優勝を目指す



3年生7人と2年生11人、1年生1人で活動している小浜中学校剣道部。面打ちなどの技の練習や、実践形式の試合練習で日々鍛錬を重ねます。「試合で勝てるようになったのは、最近のこと」と、話すのは、キャプテンで3年生の田中一織さん(写真前列中央)。「剣道は気の持ち方が重要。以前は、対戦相手の強そうな雰囲気や怖がっていたが、『自分の力だけで勝つしかない』と、試合中は、気持ちを切り替えること、油断せずに強い気持ちで対戦相手と向き合うことを意識している。剣道で身に付いた、諦めない精神と粘り強さは、日常生活にも生かされている」と、同部での成長を話します。

田中さんは、「剣道の練習は、相手が必要とするので、対等に練習できる部員同士の関係が、同部の良さ。若狭地区の新人戦で負けた悔しさを乗り越え、夏季大会では優勝したい」と、今後の目標を話しました。

～OBAMA日和～ おばまでつながる おばまでつなぐ



地域おこし協力隊 かにみほ さん (26歳)

伝統工芸に向き合い
技術の習得に励む

これまで、県外で生活しながら、家具やポスト、表札などをデザイン・開発する仕事に携わっていた可児さん。現在は、地域おこし協力隊として、若狭塗の技術習得に励みます。

「普段から、美術作品や伝統工芸品を見たり、触れたりすることが好き。伝統工芸のインタースhipで若狭塗を知り、独特な技法に魅力を感じて挑戦しようと思った。若狭塗の制作では、模様出しの工程で一気に完成に近づく様子が印象的だった」と、話す可児さん。「漆は自然か

ら取れる素材なので、扱いが難しく、暑い時期は漆が縮むなど、わずかな条件の変化によって仕上がりが大きく左右される。職人の皆さんのお手本にできる限り近づけるよう、丁寧な作業を心掛けています」と、真摯な眼差しで語ります。

可児さんは、「まずは基礎的な技術の習得に努め、伝統的な若狭塗の技法を身に付けることを目標にしている。将来は、現代に合ったデザインの若狭塗製品を考案したい」と、今後の意気込みを話しました。

7月の休館日

市立図書館	7日㊄、14日㊄、19日㊄、 20日㊄、21日㊄、28日㊄
温水プール	6日㊄、12日㊄、13日㊄ ※12日㊄は学童泳力テスト大会のため臨時休館
若狭図書学習センター	6日㊄、13日㊄、16日㊄(2階のみ)

7月の休日当番医 9時～17時

5日㊄	★にしお内科クリニック(南川町) ☎53・2407
12日㊄	★本馬医院(水取1丁目) ☎52・2233
19日㊄	★木村医院(四谷町) ☎53・1260
20日㊄	いちせクリニック(南川町) ☎53・2415
26日㊄	★小津外科医院(日吉) ☎52・0072

★：小児患者は公立小浜病院(大手町)が8時30分～12時30分に対応



高齢者いきいき情報

『カフェ・ぽ〜れ』


時 17日㊄ 10時～11時30分
所 小浜コミュニティセンター(日吉)
内 座ってするレクリエーションダンス、歌体操
金 100円
問 さかがみかずよ ☎090・5686・4147

『おひさまカフェ』

時 21日㊄ 10時～11時30分
所 ふるさと茶屋「清右エ門」(遠敷)
内 笑って元気 心も体もぽっかぽか 笑いヨガ
金 100円(飲み物代)
問 うのさん ☎090・1633・4959

7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	7日㊄ 13時30分～15時	咲楽館(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	16日㊄ 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
司法書士法律相談※	消費生活に関する相談	23日㊄ 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
小浜市社会福祉協議会 ワカサリーガルパートナーズ なんでも無料相談会※	弁護士、司法書士、社会保険労務士、 行政書士、税理士が連携して対応 する相談会	26日㊄ 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	6日㊄ 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	7日㊄、21日㊄ 10時～11時30分	
心配ごと相談	介護など生活での困りごとの相談	8日㊄ 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㊄ 10時～16時 毎週㊄ 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	14日㊄ 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	14日㊄ 13時～15時	咲楽館(大手町) 問 福井地方務局小浜支局 ☎52・0238
出張年金相談※	年金に関する相談	9日㊄、23日㊄ 10時～12時、13時～15時	咲楽館(大手町) 問 敦賀年金事務所 ☎0770・23・9904
「福祉のお仕事」移動相談	福祉の仕事の就職に関する相談	15日㊄ 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
行政相談※	行政に関する手続き・苦情などの 相談	21日㊄ 13時30分～14時30分	市庁舎(大手町) 問 市長公室 ☎64・6001
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㊄・㊄ 9時～17時 (12月29日～1月3日、 祝日を除く)	咲楽館(大手町) 問 ミニジョブステーション小浜 ☎52・3542
ITのビジネス活用に関する相談	Officeソフトの操作指導やSNSを 使った広報アドバイス、PCトラブル など、IT全般の相談	平日 10時～16時 (12月29日～1月3日を除く)	県産業情報センター嶺南支所(白鬚) 問 県産業情報センター嶺南支所 ☎52・1500

【今月の表紙】

福井ブローウィンズに学ぶ「バスケ教室」



(小浜美郷小学校・5月31日)

プロバスケットボールクラブ「福井ブローウィンズ」の選手と市内のミニバスケットボールチームに所属する児童が、試合形式の練習などで汗を流しました

「広報おばま」
広告随時募集中

毎月 12,000部 発行
1枚 10,000円
1か月単位のスポット掲載も

■問い合わせ 市長公室
☎0770・64・6001
✉kouhou@city.obama.lg.jp





広報おばま

本紙の一部には臭やましいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

No. 871 令和 8 年 6 月 25 日 (木) 発行



■発行 福井県小浜市 千 917-8585 小浜市大手町 6 番 3 号

■編集 総務部市長公室 ☎ 64・6001 FAX53・0742

■印刷 電子メール kouhou@city.obama.lg.jp

■印刷 若越印刷(株) 小浜営業所

■印刷

■印刷



かがやきの1枚

ドラマ「サバ缶、宇宙へ行く」の放送を記念した給食を味わう
(雲浜 2 丁目・6 月 1 日)

市内の小中学校でさば缶を使った炊き込みご飯などが提供され、小浜中学校ではドラマ出演者・八嶋智人さんやしまのりとが来校しました

編集後記

●献血の回数が6月で10回目に到達▶1回目は春先に行ったものの、寒さが残る季節で実施できず夏にあらためて挑戦したことを覚えています▶献血バスなどで行われる全血献血のほか特定の成分だけを採血する成分献血をしたことも▶外出のきっかけづくりにもなっているので、今後も継続できたらと思います(辻)

●先日、新しい運動用の靴を購入▶高校時代から使っていた思い入れのある靴と別れて早数年、なかなか購入に踏み切れませんでしたが、ついに気になる靴に出会いました▶気分が上がる物を持つことで、やる気が出ることも▶これから、新しい靴と共に体を動かし、たくさんの思い出をつくっていきたいと思います(佳)

火の動き (6月1日)

【人口】27,006人(前月比 -13人) 【男性】13,296人
【世帯数】12,226世帯 【女性】13,710人

小浜市の役立つ情報を発信中!

市公式 LINE

市政情報や防災情報、イベント情報などをお知らせ。受信設定を活用すれば、興味のある分野の情報だけを受け取れます



事業やお知らせなど

HP



災害や避難情報

市防災メール



市内の出来事やお知らせなど

X



フェイスブック



Instagram

