

## トピックス Topics

誰にでも起こりうる認知症だからー。認め合い、知り合おう。(P2-P6)  
美馬市プレミアム付商品券について (P7)



—今月の表紙—  
うだつの町並み  
(脇町大字脇町)

8月に行った舗装工事により、新しく生まれ変わったうだつの町並み。歴史と文化の情緒あふれる風景は、これからも多くの人に愛され、色褪せることはありません。

誰にでも起こりうる認知症だから一。

**認**め合い、**知**り合おう。



認知症サポーター養成講座（岩倉中学校）令和元年7月

<介護保険から見た認知症の実態>



美馬市で介護保険の認定を受けている2,300人（令和2年3月）のうち日常生活に支障をきたすような認知症の症状のある方は約1,500人（64.6%）を占めます。

【介護保険適正化システムより】

認知症とは、単なる物忘れとは違い、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、生活に支障が出てくる状態のことを言います。

美馬市の65歳以上の人口は10,778人（令和2年4月末現在）で、高齢化率は37.6%と高齢化は年々進行しており、それに伴って認知症の方は増加しています。

2025年には高齢者の5人に1人は認知症になると予想されています。また、若年性の認知症も少なくありません。「脳の病気」である認知症。認知症は誰にでも起こる可能性がある病気です。



# 「認知症という病気を多くの人に分かって欲しい」

長年、交通指導員として、地域の子どもたちの見守りを続けていた父親が認知症に……。孫の世話もしながら、2年間在宅で介護された後藤シゲコさん（脇町）にお話を伺いました。

**認知症を発症。こんなことがありました。**

後藤さんが当時（2016年5月）のお父さんのことを詳しく記録されていました。

「物事が理解できず、すぐ忘れることが以前よりも頻回になった。年寄りだからと言って障害してもいけないと思い、細かく説明しても何秒か後に直ぐに聞き返す。今言っただろうと言うと怒り出す。もう、どうしたらいいか分からない……」。

夜中に黙って出て行ってしまったこともあった。探してもなかなか見つからず、ウロウロしていたところを知り合いの人が見かけて教えてくれたことが何回もあった。もう遅いから出かけないようによく言っても聞き入れない。

また、夜中に音がしているので、「何しよん」と聞いたら、探し物を探していると言うが何を探している

か分からない状態だった。」

**家族の協力と介護サービスがあったからがんばれた。**

認知症状が出現後、近くの専門のクリニックを受診され、治療を開始しました。

しかし、最初は、後藤さんが声かけをしてもなかなか受診してくれなかったとのこと。でも、お父さんと仲が良かった介護職をしているお孫さんに頼んだところ、上手に話をしてくれて受診につながったと後藤さんは話します。

また、後藤さんは小さなお孫さんのお世話もしながら、お父さんの介護をされていました。とても大変だったのではないかと尋ねると、「夫がとても協力的でした。家事も含めてたくさんのことを手伝ってくれました。」と当時を振り返ります。お父さんが怒りっぽくなり、気持ちがつらい中、後藤さ

んを支えたのは献身的な家族でした。

そして、介護保険のサービスにも大変助けられたと後藤さんは続けます。「サービスがなかったら、自分自身がまいつてしまっていた。2016年5月には月々金までは日帰りのデイサービス、月に1回はショートステイを利用していました。」とのこと。それでも土曜日と日曜日は在宅で日中介護することになるので大変だったそうです。

「気が滅入ってしまうので利用できるサービスは利用した方がいいですね。」と当時を振り返ります。

**皆さんに伝えたいこと。認知症という病気を知って欲しい。**

最後にお話しされたのが周囲の方々にも認知症という病気について知って欲しいとのことでした。「認知症という病気を知って理解してくれることで、周囲の方々も



自分の子どもたちの通学の見守りをきっかけに始められた交通指導員。雨の日も欠かさず約40年間も続けられました。

目配りや気配りをしてくれる。それはとても助かるし、うれしいことです。」と。「認知症は日によって、症状の程度が違うことがあります。調子が良いときに外で会うと全然以前と変わりがありません。けれど、自宅ではこんなに大変なことが起こっている。そういうことを周囲の方々が分かってくれただけでも気持ちが楽になります。」

お父さんは施設に入所することになりましたが、後藤さんは最後まで人間らしく生活できるようにということを強く願われていました。

今回はインタビュを快くお引き受けいただき、参考になるお話をたくさん聞かせていただきました。

# 認知症を正しく理解するために

美馬市内で認知症を専門に治療されている桜木病院の櫻木章司理事長にお話をお伺いしました。



桜木病院  
理事長 櫻木 章司先生

## 認知症について教えてください。

物忘れ（記憶障害）や判断や理解のミス（認知障害）があつて、周囲の人といろいろなトラブルを起こし、日常生活を送っていくことが困難になった状態を「認知症」と呼んでいます。また、実行機能障害といつて、家電製品がうまく使えなくなるとか、季節に合った適切な服装ができなくなる、あるいは料理の味付けが変わつた、といった症状から周囲が気付くこともあります。

## どうして原因で認知症は起るのでしょうか。

現段階では、残念ながらはっきりとした原因は分かっているのではありませんが、脳の神経細胞が死んで脱落していくも

のをまとめて、神経変性性認知症と呼んでいます。このグループの中に、アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症（ピック病）等が含まれます。

また、血管性認知症といって、脳梗塞や脳出血の後に起こってくるものもあります。さらに、慢性硬膜下血腫とか正常圧水頭症といった原因に対しては、外科的処置を行えば、認知症の症状が改善するものがあり、「治療可能な認知症症候群」と呼ばれています。

## どんな症状に気がついたらいいのですか。

アルツハイマー型認知症では、早期に記憶障害つまり新しいことが覚えにくいという症状が出現します。20年30年前の事は覚えていてのに、1週間前や昨日のことは覚えていないという事が起こります。レビー小体型認知症は、パーキンソン症状によつて歩行が困難になったり、実際にはない物が見えるといった幻視が特徴的な症状です。先に触れた実行機能障害では、テレビのリモコンが操作できなくなつたとか、夏になつたのにいつまでもセーターを着こんでいるといった症状が見られ

ます。「どうもいつもと様子が違う」と周囲が感じたら、かかりつけ医の先生やわたし達認知症疾患医療センターに相談してみてください。

## 桜木病院が指定を受けられている「認知症疾患医療センター」はどのようなところですか。

「家族が認知症になつてしまったのかもしれないが、どうしたらよいか分からない」と思った時に、気軽に相談に行ける場所が、認知症疾患医療センターです。認知症疾患とそのご家族が住み慣れている地域で生活するための支援として、徳島県が指定している病院に設置しているものです。

## 認知症疾患医療センターは次の役割を担っています。

### ①専門医療の相談

認知症に対する専門的な知識を持った医療スタッフが、治療や介護についての相談を受け付けています。認知症の方やそのご家族からだけでなく、グループホームのような認知症の方を介護している施設からの相談にも対応しています。

### ②鑑別診断や治療方針の相談

認知症と思われる症状が、どういう原因によつて引き起こされているのかを鑑別していきます。症状が、せん妄等の意識障害やうつ状態による一時的な症状なのか、「治療可能な認知症候群」によるものなのか、を鑑別するのは重要なことです。また、認知症と診断されても、その種類によつては治療方針が変わってきます。認知症を疑つた時には、早期に相談・受診していただくことが大切です。

### ③身体合併症への対応

多くのケースでは何らかの身体的な合併症が見られます。そうした場合にも、自院だけではなく、提携している医療機関で対応可能な場所を確保するように努めています。

### ④地域の関連機関との連携

地域にある医療機関や地域包括支援センターなどと連携しています。そのため、介護や医療などの情報を共有して、切れ目のない対応をすることができま

す。認知症疾患医療センターでは、様々な治療や介護の相談をすることができま

## 家族だけで抱え込まないようにしましょう!!

認知症やその介護について悩みや不安がある場合は、本人や家族だけで抱え込まず、かかりつけ医をはじめ、地域包括支援センターなどに早めに相談しましょう。

### ●相談する

#### ①美馬市地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるように、様々な支援を行う総合機関です。

ケアマネジャーや社会福祉士、保健師が、介護や介護予防の相談をはじめとして、医療や福祉サービスを調整するための連絡や調整、虐待防止や権利擁護の支援などを行っています。

令和元年度の地域包括支援センターへの相談件数は1,551件であり、その内の270件が認知症に関する相談でした。

地域包括支援センターは美馬市役所(南館)2階の⑩番窓口になります。



【問】美馬市地域包括支援センター  
☎52-5613

#### ②「オレンジの会」(認知症と家族のつどい)



お茶を飲みながらお話をして  
気分転換をしませんか？



- ◆開催日 毎月第3金曜日
- ◆開催時間 午後1時～午後4時  
(出入りは自由)
- ◆開催場所 ミライズ(会議のハコ)

一人で悩んだり、抱え込まずに、同じ苦しみを持つ人たちが話をする事で少しでも心が和らぐのなら...。

「オレンジの会」では、認知症やその家族、地域住民どなたでも参加できる集いの場です。悩みごとの相談・情報交換・介護の負担軽減に向けた話し合いが行われています。また、「オレンジの会」では、専門職による講話も開催しています。

【問】美馬市社会福祉協議会  
(地域福祉課) ☎5317432

#### 電話相談

認知症高齢者の介護経験者が介護に関する悩みなどについて電話で相談します。

- 受付 月～金曜日(年末年始・祝日除く)  
午前10時～午後4時

【徳島県認知症コールセンター】

☎088-678-4707

【認知症の人と家族の会徳島県支部】

☎088-678-8020

若年性認知症(65歳未満発症)について、専門教育を受けた相談員が相談に応じます。

- 受付 月～土曜日(年末年始・祝日除く)  
午前10時～午後3時

【全国若年性認知症支援センター】

☎0800-100-2707【フリーコール(無料)】

## ●医療を受ける「かかりつけ医」「認知症疾患医療センター」

### ①かかりつけ医

家庭の日常的な診療や健康管理をしてくれているので、身近で本人や家族との信頼関係ができています。本人に認知症の自覚がない場合などには受診を勧めやすい医療機関です。必要に応じて、専門の医療機関を紹介してもらえます。

### ②認知症疾患医療センター

「徳島県認知症疾患医療センター事業」の指定を受け、かかりつけ医と相談しながら、認知症に関する診断と相談を行います。

【問】桜木病院（認知症疾患医療センター） ☎52-2583

## ▶地域で見守る

## ●小地域生活支援ネットワーク事業



小地域生活支援ネットワークグループとは、自治会単位で見守り活動を行うボランティアグループです。

地域の気になる方（認知症、高齢者、障がい者、子どもまで）を対象に定期的に訪問見守り活動を行っています。

認知症高齢者を含め住民の誰もが安心して生活ができるように、支え合い、助け合う地域づくりを推進しています。

【問】美馬市社会福祉協議会（地域福祉課） ☎53-7432

## ●配食サービス

65歳以上の単身世帯及び高齢者世帯を対象に、ご自宅への食事（お弁当）の配達と安否・健康の確認を行います。

1食 400円で月・水・金曜日の午後3時～5時頃配達し、必ず本人に食事を手渡します。

【問】美馬市地域包括支援センター  
☎52-5613



## ●認知症サポーター

認知症サポーター養成講座を受け、認知症に関する正しい知識と理解を持ち、できる範囲での手助けをする人です。その証として【オレンジリング】を持っています。

現在、美馬市内では地区組織や生徒、企業など約5,900名（延人数）が認知症サポーターとなっています。

【問】美馬市地域包括支援センター  
☎52-5613  
美馬市社会福祉協議会  
（地域福祉課） ☎53-7432



美馬市民の皆さまへ

13,000円分を10,000円で購入できるお得な商品券！

# 美馬市 プレミアム付商品券



新型コロナウイルス感染症の影響により停滞している市の景気回復と経済の活性化を図るため、プレミアム付商品券を販売します。さらに、生活支援として、高校生以下の子育て世帯に対して同商品券を支給します。

内 容	<b>1セット 13,000円分</b>	1,000円券×10枚(一般店専用券) 1,000円券×3枚(一般・大型店共通券)
-----	----------------------	--

販売及び支給期間	<b>10月1日(木)～10月30日(金)</b> (9月下旬に対象の世帯主あてに購入及び支給引換証を送付)
----------	---

販売及び支給場所	平 日 (午前9時～午後5時) 美馬市内郵便局12箇所
	●脇町郵便局 ●脇町うだつ郵便局 ●岩倉郵便局 ●江原郵便局 ●清水郵便局 ●美馬郵便局 ●重清郵便局 ●穴吹郵便局 ●三島郵便局 ●口山郵便局 ●川井郵便局 ●木屋平郵便局
	平日・土日・祝日 (午前9時～午後8時)
	●美馬市地域交流センター「ミライズ」総合事務室

販売価格	<b>1セット 10,000円</b>
------	---------------------

購入対象者	令和2年9月1日時点において市の住民基本台帳に登録されている世帯主 <b>[1世帯につき4セットまで購入可]</b>
-------	---

支給対象者 (高校生以下)	令和2年9月1日時点において市の住民基本台帳に登録されている18歳以下、または学校教育法に規定する高等学校、特別支援学校に在籍する者並びに高等専門学校3年次までの者が同一世帯構成員である世帯主。 <b>[高校生以下の子育て世帯には1人あたり2セット支給]</b>
------------------	--

使 用	●使用期間 10月1日(木)～令和3年2月28日(日) (※使用期間を過ぎた商品券は無効となります) ●使用場所 申請により登録された店舗等(商品券裏表紙のQRより確認できます) ※本券による商品等の購入の際、釣銭はお支払いしません。
-----	--

取扱店舗	取扱店舗情報は <a href="https://www.premium-mima.com">こちら</a> <a href="https://www.premium-mima.com">https://www.premium-mima.com</a>
------	--



【問】美馬市企業応援課 ☎52-1263 ナカガワ・アド株式会社 ☎52-1643

# 美馬市認定生産者ブランディング事業講習会

本市で農林産物の生産活動を行っている優良な生産者を「美馬市ブランド認定生産者」に認定し、美馬市ブランド認定生産者マークの使用を認めるための講習会です。新規認定または更新を希望される方はぜひご参加ください。なお、講習を受講される方は、事前に農林課までご連絡ください。

## ●認定の対象

市内に住所を有する方、本店または事業所が市内に存在する事業者

## ●認定までの流れ

講習会を4回以上受講した後、申請書を提出していただきます。全ての講習会日程終了後、「美馬市ブランド認定生産者選定委員会」で審査を行い、認定生産者として認定します。（農薬適正使用及び食品表示に関する講習を必ず受講してください。）  
※時間は午後1時30分～午後2時30分（第3回のみ午後1時30分～午後3時30分）

※場所はいずれも市役所北館1001・102会議室  
〔問〕農林課 ☎52-5609

## 講習会の日程・テーマ

第1回	第2回	第3回
10月6日	10月14日	10月29日
土作り (応用編)	農薬の適正使用	食品表示 (保健・衛生・ 品質事項)
第4回	第5回	第6回
11月4日	11月11日	11月19日
農薬の適正使用	農作業安全	六次化の取組 事例の紹介



## 令和2年国勢調査実施中！



国勢調査は、令和2年10月1日を基準日として日本国内に住むすべての人・世帯を対象とした5年に一度の大調査です。次の事項を確認いただき、調査にご協力をお願いします。

## ●9月中旬に調査員が訪問しますので、調査にご協力ください。（※1）

●新型コロナウイルス感染症対策のため、インターネットでの回答にご協力ください。（※2）

## ●9月14日（月）～10月7日（水）インターネット回答期間

●調査用紙での回答を希望する場合は、

郵送または調査員へ直接お渡しください。

※1 国勢調査を装った「かたり調査」にご注意ください。調査員は、その身分を証明する「国勢調査員証」や腕章を携帯しています。

※2 インターネットで回答いただく場合、調査員は再訪問しないため、接触する機会が減ります。また、システムは24時間稼働しているため、好きな時間に回答いただけます。

〔問〕令和2年国勢調査美馬市実施本部  
(市企画財政課内) ☎52-8008

# 令和2年度 美馬市ウェルネスパスポート

美馬市の健康イベントや健診に参加してスタンプをためると景品がもらえる！！

家族と！ 友達と！ 職場仲間と！

健康イベントや健診に参加して、実現しよう！！  
「美と健康のまち美馬市」



健康イベントや健診に参加して8つのスタンプを集めよう！  
応募用紙及びスタンプ設置場所  
・美馬市各庁舎 ・うだつアリーナ  
・疾病予防施設「アクア」 ・各地区スポーツクラブ など



応募用紙を記入して保険健康課に郵送・直接持参で応募。  
脇町市民サービスセンター、美馬町市民サービスセンター、  
木屋平総合支所でも応募可能です。



応募期間終了後に抽選が行われ、当選者のみに連絡いたします。 ※当選者以外への連絡はありません。  
〔問〕保険健康課 ☎ 52-5601



見事に当選された方は景品ゲット！！  
景品例 疾病予防施設「アクア」利用券  
ボディメンテゼリー、徳島ヴォルティス関連商品 など



20歳以上の  
美馬市民対象



令和2年9月  
～  
令和3年3月10日



## 令和2年度 各種集団健診（検診）のお知らせ

例年実施しておりました、肺がん検診（巡回）は集団健診に変更いたします。肺がん検診（巡回）を受診していただいていた皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願いします。



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、検診項目を限定し、人数制限をします。  
 ※先着順による予約制とするため保険健康課以外での申し込みは受け付けいたしません。  
 ※状況により中止する場合があります。

申込期間

※期間厳守※

9月28日（月）～10月1日（木）

申込受付時間 午前9時～午後4時まで

※先着順です。定数に達した時点で締め切らせていただきます。

実施日	場所	当日受付時間	健診（検診）項目
11月5日（木）	保健センター	午前8時30分～午前10時	肺がん検診
11月6日（金）	穴吹農村環境改善センター	午前8時30分～午前10時	
11月9日（月）	美馬町 市民サービスセンター	午前8時30分～午前10時	肺がん検診
		午後1時30分～午後3時	骨粗しょう症検診
11月16日（月）	保健センター	午前8時～午前10時	特定健診・大腸がん検診
		午後1時30分～午後3時	骨粗しょう症検診

- ◆ 今後の日程は、順次広報し、予約を受け付けます。
- ◆ 健診（検診）当日は、混雑を避け、滞在時間を短縮するために、受付時間を分けさせていただきます。（当日の受付時間については、後日案内文書で個別にご案内いたします）

健診（検診）種別		対象者	検診料
肺がん検診	胸部レントゲン検査	40歳以上	300円
	喀痰検査	50歳以上（問診の該当者）	600円
大腸がん検診	便潜血反応検査2日法	40歳以上	400円
特定健診	計測・血圧・検尿・ 血液検査・心電図・ 診察	40歳～74歳（各保険加入者及び被扶養者で保険者が健診対象と認めた人）	美馬市国保：無料 国保以外：各保険者の定める料金
骨粗しょう症検診	第2中手骨レントゲン検査	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	600円

※健診（検診）の対象年齢は令和3年3月31日現在を基準としています。

※申込内容（個人情報）が健診（検診）に活用されることを同意したものととして受理します。健診（検診）以外に使用されることはありません。

【申・問】 保険健康課 ☎ 52 - 5611、52 - 5601

## 市内一斉清掃実施のお知らせ

### — “きれいな美馬” をみんなで守ろう —

周辺地域の美化推進活動として、市内一斉清掃を次の日時に実施します。市民の皆様、地域の事業所の皆様のご協力をお願いいたします。

- 日時 美馬町・穴吹町 10月4日(日) 午前8時～午前10時  
脇町 10月25日(日) 午前8時～午前10時

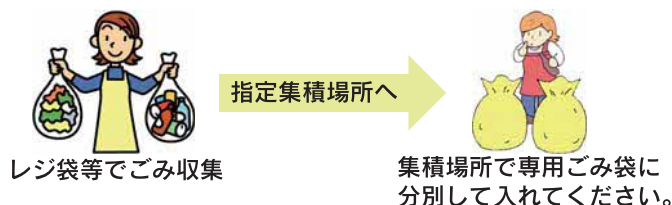
●清掃範囲 自治会内の道路・公園・空き地など

●分別 もやせるごみ・もやせないごみ・カンビン・ペットボトル

●その他 各自治会のごみ集積場所については、自治会長へご確認ください。

#### ●注意点

- 家庭からのごみは、集積場所に出さないでください。
- 一斉清掃専用ごみ袋は、一斉清掃日のごみ収集以外には使用しないでください。
- ごみの飛散防止のため、ごみ袋の口はしっかりと縛ってください。



※次のごみは当日収集できません。

- 左記分別に当てはまらないごみ
- 午前10時以降に出されたごみ
- 家電四製品やパソコン、タイヤ、バッテリー等

新型コロナウイルス感染症防止のため、中止となる場合があります。

中止の場合は音声告知放送および市ホームページでお知らせします。

【問】環境下水道課 ☎ 52 - 8020

## 犬・ねこの避妊・去勢手術の助成制度をご活用ください

●対象 美馬市に在住で犬(登録と令和2年度の狂犬病予防注射を受けていること)やねこを飼育されている方

●助成額 1頭5,000円(上限頭数170頭)

●申込方法 官製往復はがきで徳島県獣医師会までお申し込みください。上限頭数を超えた場合は抽選の上、当選者に返信はがきで連絡します。

●記載事項 申込者(飼い主)の住所、氏名、電話番号、犬・ねこの別、名前、年齢、性別、毛色。犬の場合は、犬の登録鑑札番号、および狂犬病注射済票番号

※返信用はがきの宛名欄にも、申込者の住所、氏名、郵便番号を記入してください。

※往復はがき1枚につき1頭の記入としてください。複数頭の記入がある場合でもはがき1枚で1頭にしか許可が出せません。

●申込期間 10月1日～10月31日(必着)

●申込先 〒770-8007 徳島市新浜本町二丁目3番6号  
徳島県獣医師会

【問】環境下水道課 ☎ 52 - 8020

徳島県獣医師会 ☎ 088 - 663 - 6607

(返信面)

郵便往復はがき [返信]	避妊・去勢手術助成申込書 犬・ねこの別 名前 年齢 性別 毛色 (犬の場合) 犬の登録番号 美馬市 第〇〇号 狂犬病予防注射番号 2020年度 第△△号 申込者 住所 氏名(フリガナ) 電話番号
-----------------	--

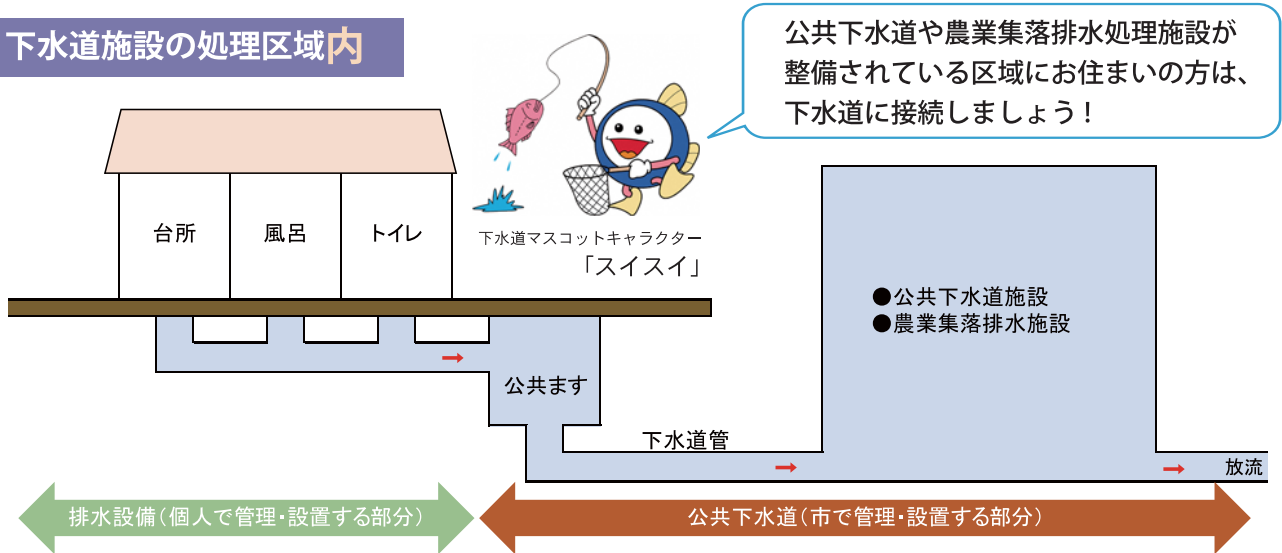
(往信面)

郵便往復はがき [往信]	770-8007 徳島県獣医師会 行	徳島市新浜本町二丁目3番地6号 無記入
-----------------	--------------------------	------------------------

# 下水道施設への接続／合併浄化槽設置のお願い

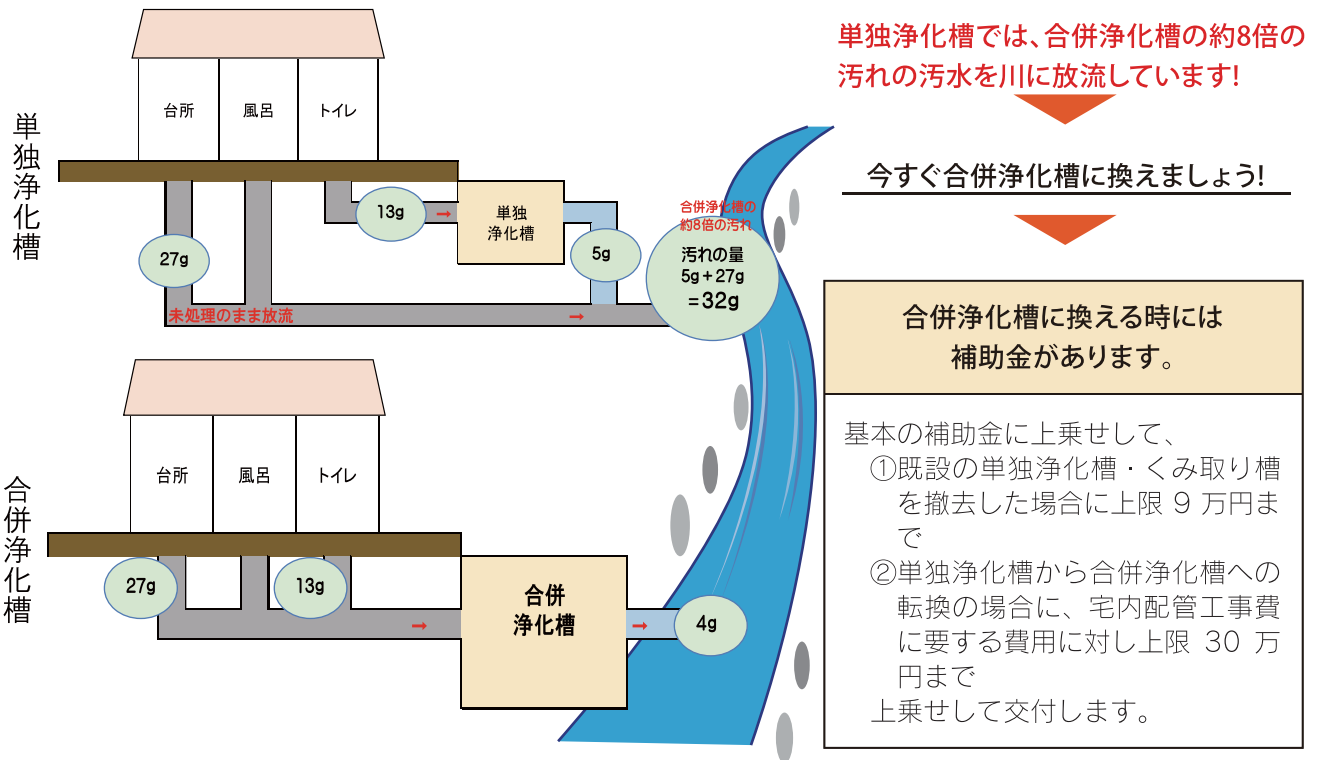
現在美馬市の下水道施設として、公共下水道1施設（穴吹地区）、農業集落排水5施設（井口東、別所浜、知野、宮内、喜来地区）が整備されています。下水道施設は、それぞれ処理区域が決まっており、区域内の方は自宅と下水道施設の接続を、区域外の方は合併処理浄化槽を設置することで、きれいなまちづくりにつながります。

## 下水道施設の処理区域内



各家庭から出された汚水は、排水設備から公共ますを通して下水道管に入ります。下水道施設に集められた汚水は、微生物によって綺麗になった後、消毒されて放流されます。

## 下水道施設の処理区域外



合併浄化槽に換える時には補助金があります。

基本の補助金に上乗せして、

- ①既設の単独浄化槽・くみ取り槽を撤去した場合に上限 9 万円まで
- ②単独浄化槽から合併浄化槽への転換の場合に、宅内配管工事費に要する費用に対し上限 30 万円まで上乗せして交付します。

美馬市の自然環境をみんなで守りましょう!

【問】環境下水道課 ☎ 52 - 8020



7/30

## 災害廃棄物等の処理に関する基本協定締結式

南海トラフを震源とするマグニチュード9.0の地震がおきた場合、全壊、消失する建物は1,200棟、半壊する建物は3,000棟を超えると想定されており、廃棄物は、市全体で21万5,833トンにのぼると予想されています。

この度、市と大栄環境株式会社（大阪府和泉市）との間で締結した「災害廃棄物等に関する基本協定」により、今後は災害時や不測の事態において、災害廃棄物等の処理を円滑に実施することができます。

7/31

## 令和2年度美馬市優良工事表彰式

美馬市優良工事表彰は、市が発注した建設工事を施工した請負業者のうち特に優秀な工事を行った者を表彰することにより、その技術力及び意欲の更なる向上を図り、公共工事の品質確保に資することを目的とするものです。

今年は、優良表彰制度が始まって初めての表彰式となり、昨年度中に完成した請負代金500万円以上で工事成績が80点以上などの基準をクリアした16の優良工事を施工した13業者の皆さんが受賞されました。

受賞された請負業者の皆さんと表彰の対象工事は次のとおりです。



請負業者名	工事名
(有) 楮本建設	平成29年発生農業用施設災害復旧事業井口地区災害復旧工事（第1工区）
(合) 井上建興	平成30年度社会資本整備総合交付金事業市道脇町30号線道路改良工事 令和元年度社会資本整備総合交付金事業市道脇町30号線道路改良工事
(株) 原田組	平成30年度社会資本整備総合交付金事業市道木屋平2号線擁壁修繕工事
(株) エス・ビー・シー	平成30年度西赤谷工場用地造成事業造成工事（第1工区）
(有) カマダ	令和元年度社会資本整備総合交付金事業市道脇町432号線道路改良工事
(有) 長島工務所	令和元年度過疎対策事業市道脇町262号線道路改良工事 令和元年度社会資本整備総合交付金事業市道脇町325号線道路改良工事（2工区）
(株) 中央建設	令和元年度社会資本整備総合交付金事業市道脇町29号線道路改良工事 令和元年度社会資本整備総合交付金事業市道脇町29号線道路改良工事（2工区）
(有) 平田組	令和元年度農山漁村地域整備交付金事業林道藤原線開設工事
(有) 高雲建設	令和元年度森林環境保全整備事業林業専用道正善山線開設工事
谷奥建設（有）	平成30年度地方創生道整備推進交付金事業林道半平杖立線開設工事
(有) 高木建設	令和元年度旧県立農村青年の家等解体撤去工事
美馬建設（株）	令和元年度旧美馬福祉センター解体工事
(有) 原組	平成30年発生災害国補第178号市道脇町28号線道路災害復旧工事

## 8月 100歳おめでとうございます

8月に100歳を迎えられた次の方に対し、県と市から祝い状などが贈呈されました。おめでとうございます。

逢坂 マサコさん（大正9年8月15日生まれ、中西）



# 我が家の アイドル



このコーナーでは市内に在住する、発行月に満1歳の誕生日を迎える赤ちゃんの写真を掲載します。

## 令和元年 10月生まれの赤ちゃん大募集!

### 申し込み方法

郵送・Eメール等で下記の必要事項を記入し写真を添えてお申し込みください。 ※持込可  
赤ちゃんの写真 氏名(ふりがな) 性別 生年月日 住所 保護者の氏名  
電話番号 30字以内のコメント

### 問い合わせ先

秘書広報課 ☎52-8006  
 〒777-8577 美馬市穴吹町穴吹字九反地5  
 ✉ hisyo@mima.i-tokushima.jp



秘書広報課(メール)



### 締め切り日

9月18日(金)必着です。



9/3

すがわら あやか  
**菅原 朱珂**ちゃん

穴吹町

1歳おめでとう!  
 あやかちゃんの笑顔が大好きです!



9/8

せんだ わこ  
**薦田 和胡**ちゃん

美馬町

誕生日おめでとう。たくさん癒しを日々ありがとう♡大好き、わこ♡



9/9

かねひら こうき  
**金平 昂樹**くん

脇町

1歳のお誕生日おめでとう♡お兄ちゃんと仲良く元気に遊ぼうね!



9/9

さかい すばる  
**酒井 澄晴**くん

美馬町

1歳のお誕生日おめでとう♡兄弟仲良く大きく育ててね!!



9/10

きた いっしん  
**北 喜心**くん

脇町

1歳おめでとう!  
 これからも笑顔で元気に育ててね☆



9/15

はやし あさひ  
**林 あさひ**ちゃん

穴吹町

いつも機嫌よく、たくさんあさひ。水遊びが大好きだね。



9/17

つづら だん  
**葛籠 暖**くん

脇町

1歳おめでとう! 2人のお兄ちゃん達と仲良く元気に大きくなってね☆





# 図書館だより



美馬の記憶  
デジタルアーカイブ  
公開中です♪

## 今月のおすすめ本

美馬市立図書館 ☎53-9666  
開館時間 午前9時～午後7時



**寂聴先生、コロナ時代の「私たちの生き方」教えてください！**  
瀬戸内 寂聴 著、瀬尾 まほな 著 / 光文社 / 914.6  
「WITH コロナ時代」の大切な心がまえとは？  
およそ 100 年生きてきた瀬戸内寂聴は、  
コロナ危機を作家として、宗教者として  
どう見て、どう感じているのか。母となった  
66 歳差の秘書が、これからの生き方を率直  
に聞く。



**恐竜の迷路**  
香川 元太郎 作・絵、香川 志織 作・絵、  
富田 幸光 監修 / PHP 研究所 / 457  
恐竜博物館で化石を見ていたら、  
恐竜時代にタイムスリップ。恐竜  
たちの住む世界を探検しながら  
アロサウルス、モササウルス、ティ  
ラノサウルスを探せ！ 迷路 × かく  
し絵 × クイズの楽しい本。

### ☆四国大学文学部書道文化学科学生による「書道小作品展」

四国大学文学部書道文化学科の学生による、書道作品を展示します。ぜひご覧ください。  
**展示期間** ～9月30日(水)  
午前9時～午後7時 (※図書館開館日/観覧無料)  
**場 所** 美馬市立図書館  
**作品提供** 四国大学文学部書道文化学科 (監修: 太田剛教授)  
**協 力** NPO法人小星プロジェクト  
**<学生による書作品プレゼント>**  
来場者の「好きな言葉」を、その場で色紙やウチワに書いてプレゼントします!  
**日 時** 9月19日(土)  
午前11時～午後3時  
**場 所** 美馬市立図書館 フリースペース  
**定 員** 先着100名(ただし一人1作品)  
**参加費** 無料 ※申込み不要です。  
※新型コロナウイルスの影響によりイベントを中止させていただく場合があります。予めご了承ください。



### ☆みましりつとしょかん将棋サロン

毎月第1・3日曜、将棋サロンを開催しています。参加者同士で楽しく練習対局ができます。  
**日 時** 9月20日(日)、10月4日(日)・18日(日)  
午後2時～午後5時  
**場 所** 美馬市立図書館 フリースペース  
**対 象** 小学生～一般  
**定 員** 4組8名まで  
(人数によっては時間を決め、入れ替え制にします)  
**参加費** 無料  
※申込み不要です。必ずマスクを着用の上、直接会場までお越しください。

### ☆出張図書館(広域サービス)

図書館では、木屋平地区への広域サービスを行っています。利用カードの発行や本の貸出・返却などが出来ますので、ぜひ、お越しください!!  
**日 程** 9月17日(木)  
**時 間** 正午～午後2時  
**場 所** 美馬市木屋平総合支所 3階図書室

### ☆「読書記録帳」サービスを開始しました

「読書の記録を紙に残したい」という声にお応えして、図書館で借りた本のタイトルや著者名などを記録できる読書記録帳サービスを7月17日(金)より開始しました!  
専用の記録帳を発行すると、図書館内の通帳記帳機で印刷できます。記録帳は、幼児～高校生は無料、(※ただし、紛失や汚破損による再発行の場合は200円)、大人(大学生以上)は1冊200円。発行を希望される方は、ご本人が図書利用カードをお持ちの上、図書館カウンターまでお越しください。



### ☆「令和の大礼 阿波忌部<sup>いんべ あらたえ</sup> 鹿服調進【写真展】」

昨年<sup>いんべ あらたえ</sup>の天皇即位により執り行われた大嘗祭。古代より阿波忌部氏の三木家が「鹿服(あらたえ)」と呼ばれる麻の織物を納めてきました。写真展と記念講演、展示解説で阿波忌部氏を紹介します。  
**展示期間** 10月10日(土)～11月1日(日)  
午前9時～午後7時 (※図書館開館日/観覧無料)  
**場 所** 美馬市立図書館 フリースペース  
**主 催** 一般社団法人 忌部文化研究所  
**<記念講演・展示解説>**  
**日 時** 10月11日(日) 午前10時～正午  
**場 所** 美馬市地域交流センターミライズ2階 集いのハコ  
**対 象** 一般  
**定 員** 先着20名程度  
※事前申込みが必要です。9月19日(土)より受付開始  
**参加費** 無料  
**講 師** 忌部文化研究所会長 林 博章さん

### ☆「リサイクル市」を開催します

保管期限の過ぎた雑誌を無料で市民の方々に提供します。  
**日時** 9月18日(金) 午前9時～(※なくなり次第終了)  
※当日午前9時より館内にて整理券を配布します。

### ☆おはなし会

毎月第2・4土曜日、ボランティアグループや図書館スタッフによるおはなし会♪  
**日 時** 9月12日(土)・26日(土)、10月10日(土)  
午後2時～午後2時30分

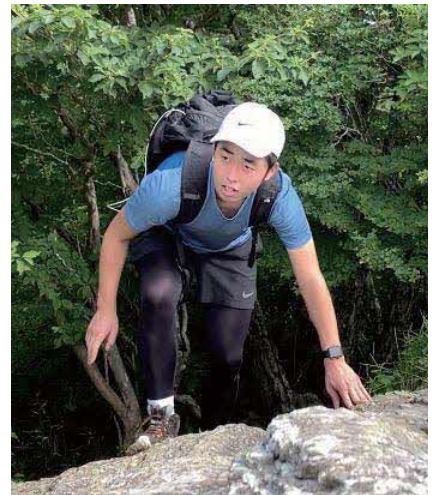
### ☆英語でおはなし会

ボランティアによる英語絵本のおはなし会です。Let's Enjoy English!!  
**日 時** 9月27日(日) 午後2時～午後2時30分  
**場 所** 美馬市立図書館 おはなしのハコ  
**対 象** 幼児～小学生  
**参加費** 無料  
※申込み不要です。必ずマスクを着用の上、直接会場までお越しください。

### ☆徳島まるづかみ展<sup>徳島</sup>西編 関連行事「歴史散歩 脇町を歩こう」

脇町は、吉野川の中流域に位置し、江戸時代には藍の集散地として栄えました。地図を片手に歩きながら歴史文化を訪ね、地域の魅力を探ります。  
**日 時** 10月18日(日) 午後1時30分～午後4時(予定)  
**集合場所** 美馬市立図書館 エントランス  
**対 象** 小学生～一般  
**定 員** 先着15名程度(保護者を含む)  
※事前申込みが必要です。10月3日(土)より受付開始  
**参加費** 無料(レクリエーション保険に加入しますが、費用負担はありません)  
**講 師** 松永 友和さん・磯本 宏紀さん(徳島県立博物館学芸員)

地域おこし協力隊レポート  
**佐藤大輔、美馬市地域おこし協力隊着任！**



地域おこし協力隊員  
 佐藤 大輔

令和2年5月1日より美馬市地域おこし協力隊に着任いたしました、徳島県三好市出身の佐藤大輔です。着任するまでの3年間では、大阪リゾートアンドスポーツ専門学校で「アスレティックトレーナー」というスポーツトレーナーの勉強をしてきました。アスレティックトレーナーとは、スポーツドクターや各コーチとの協力のもとに、競技者の健康管理、傷害予防、スポーツ傷害の救急処置、アスレティックリハビリテーション、コンディショニングなどを行う専門家です。解剖学や運動生理学など



の「人間のカラダの仕組み」からその知識を生かした「コンディショニング指導スキル」まで多くの知識を蓄えてきました。今現在の活動内容としては、ヴォルテイスコンディショニングプログラムでのコーチの補助や各健康教室でのコンディショニング指導などです。これから、様々なプロジェクトを立ち上げていきたいと考えておりますのでお楽しみに！コンディショニングを通して美馬市民の皆様、一人ひとりの健康づくりのために精一杯頑張りますのでどうぞよろしくお願いいたします。

**キャット&ドッグ 回数 5往復**

**基本姿勢** 四つ這い(肩の下に手、股関節の下に膝がくるようにする)

**やり方**

- ①背中全体を曲げ、頭はおへそをのぞき込む ②2回深呼吸する
- ③背中全体を反り、天井を見る ④2回深呼吸する
- ⑤これを繰り返す

**ポイント**

手で地面を押しながら行う。肩甲骨も動かす意識で行う。



QRコードを読み取ることでエクササイズ動画を見ることが出来ます！



**広報紙、ホームページへの有料広告を募集しています**

広告の規格や料金は、ホームページ<http://www.city.mima.lg.jp/>または、秘書広報課 ☎52-8006 までお問い合わせください。

## 設置は義務です！住宅用火災警報器



### なぜ設置が必要？

住宅からの火災で、毎年約1,000人の尊い命が失われており、そのうち過半数が「逃げ遅れ」によるものです。住宅用火災警報器を設置することにより、火災を早期に発見することができます。また、初期消火や通報等の行動が早まることで、近隣への延焼被害も軽減できます。

自分自身はもちろん大切な家族を火災から守るためにも住宅用火災警報器を設置しましょう。

また、「もしも」の時に備えて設置後の点検も実施しましょう。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



### 設置する義務がある部屋は？

- **すべての寝室（煙式）**
- **階段（煙式）**（2階以上の階に寝室がある場合）  
また、設置の義務はありませんが、**台所（熱式）**への設置もお勧めします。
- 新たに購入する場合、消防法に基づく検定合格表示があるものを購入してください。



【問】 美馬市消防本部 予防課 ☎ 52 - 3061  
美馬西部消防組合消防本部 予防課 ☎ 63 - 2214



## 世界農業遺産「にし阿波の傾斜地農耕システム」 第4回ブランド認証の受付開始！

徳島剣山世界農業遺産推進協議会（事務局：つるぎ町役場産業経済課）は、世界農業遺産「にし阿波の傾斜地農耕システム」によって生産された農産物やその加工品のブランド化を推進する取組を行っています。

### ブランド認証制度とは？

「にし阿波の傾斜地農耕システム」によって生産された農産物やその加工品をブランド品として認証し、商品の価値を高めて販売する制度です。同システムの周知拡大やイメージアップ、農家所得の向上等を目的としています。認証された農産物や加工品は、上記のようなロゴマークのシールを貼り付けて販売することができます。

●申請期限 10月30日（金）

### ●認証基準

- ①にし阿波地域の中山間地で栽培及び収穫されたものであること
- ②栽培の過程で、にし阿波地域由来のカヤ等の有機物を利用したものであること
- ③定められた品目であること（詳細はお問い合わせください）

【申請先】 美馬市に住所・所在地のある方  
農林課 ☎ 52 - 5609 まで


※詳しくは徳島剣山世界農業遺産推進協議会ホームページをご覧ください。



<p><b>ご存知ですか？</b> 体温が1度上がると <b>免疫力が30%上がります</b> さらに代謝が12%上がります <b>ウイルスに負けない</b> 身体作りをしましょう！！</p>	<p><b>ふじもとオススメ</b> <b>免疫力アップ</b> ベネフィーク ビューティーフースター 30日分 4,000円 1日2粒</p>	<p>お肌診断 <b>無料!</b> 水分、油分、血流、等々</p>	<p>毛穴エステ 10分1,000円 (税抜) 小鼻・目の周り ファンデで 隠さない毛穴 毛穴の悩み キョウ!</p>	<p>チャームショップ <b>ふじもと</b> <b>脇町店</b> 脇町猪尻字若宮南 ☎ 52-5495 <b>美馬店</b> 美馬町字喜来市 ☎ 63-4652 営業時間 AM: 10時~PM: 7時 定休日 第2水曜、第3水曜日 <b>宅配しています。</b></p>
<p>取り扱いブランド SYNACTIF BENEFLIQUE ELIXIR d TWANY L'EQUIL Prédia 資生堂 カネボウ コーセー 雑貨</p>				



## 美馬市自主放送チャンネル

番組名	内容
 ※最新の美馬市自主放送チャンネルの番組表がご覧いただけます。 <b>広報みまTV</b> (20分)	<b>前編</b> ●美馬市立図書館 「親子で挑戦！ロボットプログラミング」 ●穴吹高校エシカルクラブ × 世界農業遺産連携事業  <b>後編</b> ●Mima Smile Kitchen (ミマスマイルキッチン) ●ヴォルティスコンディショニングプログラム など
	<b>特別番組 (予定)</b> (40分程度) ●徳島ヴォルティス簡単ストレッチ ●美馬の空から ～ FLYING A DRONE TO MIMA ～
<b>特集番組 (予定)</b> (60分程度)	●特集番組 9月号



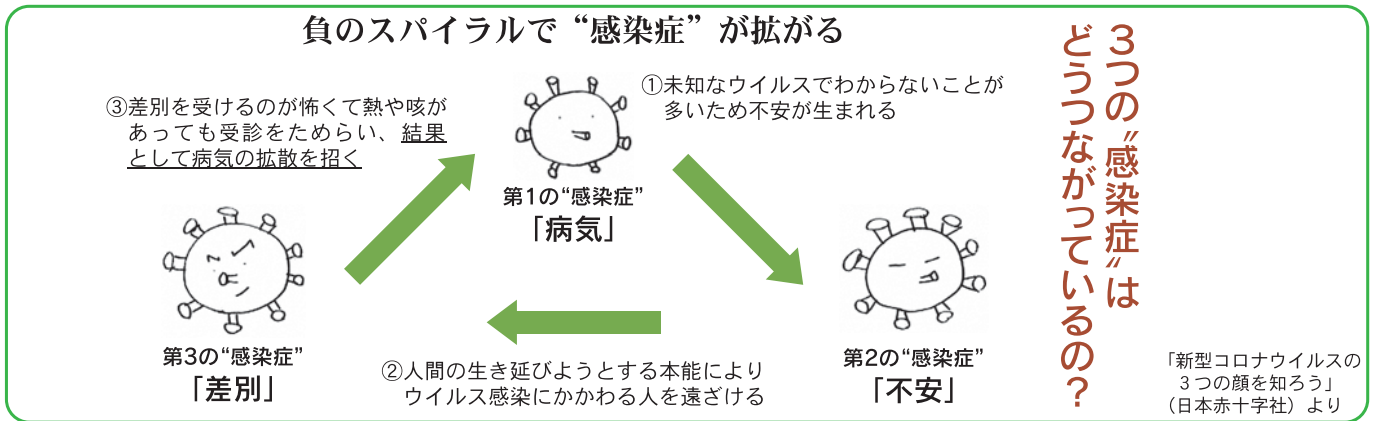
美馬市立図書館  
「親子で挑戦！ロボットプログラミング」



穴吹高校エシカルクラブ × 世界農業遺産連携事業  
「地産地消で地域とともに生きる」

## 新型コロナウイルス感染症 『偏見や差別をなくしましょう！』

新型コロナウイルスには、「3つの“感染症”という顔がある」と言われています。この、“感染症” ①病気 ②不安 ③差別の3つの顔は繋がっています。



第3の「“感染症”」偏見や差別を防ぐために、「確かな情報」をもち、正しく理解し、差別的な言動に同調しないようにしましょう。そして今、それぞれの場所で感染を拡大しないよう頑張っているすべての人をねぎらい、敬意を払いましょう。みんなが一つになって負のスパイラルを断ち切りましょう！

【問】 暮らし・人権課 ☎ 52 - 8009



# Corgi English

みんなの英会話教室

- 幼稚園児
- 小学生
- 中学生
- 高校生
- 大人

無料体験レッスンのお問い合わせ、  
お待ちしております！

070-7547-2237

〒779-3610 徳島県美馬市脇町大字脇町175-1



## お知らせ

**固定資産税第3期、国民健康保険税第3期の納期限について**

●納付書で納付される方

納期限 9月30日(水)

※納期内納付にご協力をお願いします。

●口座振替をご利用の方

引き落とし日 9月30日(水)

※**預貯金残高の確認**をお願いします。

●納付場所(共通)

阿波銀行、美馬農業協同組合、徳島大正銀行、四国銀行、みずほ銀行(徳島支店)、ゆうちょ銀行(四国内)、市役所会計課、各市民サービスセンター、木屋平総合支所

【問】 税務課(徴収担当)

☎ 52-5603

## 浄化槽法定検査のお知らせ

浄化槽を設置されている方は、1年に1回、浄化槽の水質に関する検査(法定検査)を受けなければなりません。浄化槽法に規定されており、業者が行う浄化槽の保守点検・

清掃とは別に1年に1回受けなければいけません。

次の期間に、徳島県知事指定検査機関である、(公社)徳島県環境技術センターから対象者へ連絡・訪問しますのでご協力をお願いします。

●実施期間

9月24日～9月30日

【問】(公社)徳島県環境技術センター

☎ 088-636-1234

《お客様相談室》

☎ 088-636-1177

## 「声の広報」発行业

美馬市社会福祉協議会では朗読ボランティアグループの協力を得て、音声により美馬市の広報紙や議会日より、社協だよりを発行しています。

利用申請完了後、毎月、声の広報(CDまたはカセットテープ)を郵送でお届けします。

聞き終わった後は、届いた袋に入れてポストに投函していただきます。

●対象者

美馬市在住で文字による情報の入手が困難な視覚障がい者の方

●利用料 無料

(ただし、CDプレーヤー等の再生機器については、各自ご用意ください)

【申・問】美馬市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎ 53-7432

## 国民年金保険料の免除制度があります

国民年金加入者の方で、所得が少ないときや失業等により保険料を納めることができない場合には、本人の申請によつて、保険料の納付が免除される制度があります。なお、失業・倒産・事業の廃止などを理由に申請する場合は、離職票のコピーまたは雇用保険受給資格者証コピーを添付して下さい。(公務員の場合は、退職辞令のコピー)

①免除申請(全額免除・一部免除)

本人、配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合や失業等の事由がある場合、保険料の納付が全額免除または一部免除となります。ただし、一部免除は減額された納付書で納付しなければ未納となります。

②納付猶予申請

20歳以上50歳未満の方で、本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合、納付が猶予されます。

③学生納付特例申請

学生の方で本人の前年所得が一定額以下の場合納付が猶予されます。

▼遡つて免除申請ができるのは申請月の2年1か月前まで

保険料の納付期限から2年1か月を経過していない期間について、遡つて免除等を申請できます。ただし、申請が遅れると方が一のときに障害年金が受け取れないなどの不利益が生じる場合があります。

【問】阿波半田年金事務所

☎ 62-5350

## ジェネリック医薬品による自己負担額軽減のお知らせを発送します

Q. ジェネリック医薬品とは?

A. 新薬(先発医薬品)の特許が切れた後に、同じ有効成分を使って作られ、新薬と同等の効果、効能を厚生労働省から承認されている医薬品です。

地域での信頼と実績、住まいのことならライフ協町にお任せ下さい！  
見積り・ご相談は無料です。お気軽にどうぞ!!

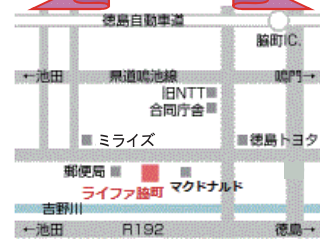


## ライフ協町 (株)オオサカ

美馬市協町大字猪尻字建神社下南182-1  
〒779-3602 営業時間: 9:00~19:00  
定休日: 日曜日 HP: <http://lifa-wa.com/>

**0883-55-0596**

### 店舗MAP



徳島県後期高齢者医療広域連合では、現在処方されている新薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担額がどれくらい軽減できるのか、その一例をお知らせする通知を令和2年9月下旬に送付します。通知の対象者は、本年5月に医療機関で処方された新薬を、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に自己負担額が大きく軽減される方です。

なお、全てのお薬にジェネリック医薬品があるとは限りませんので、利用を希望される場合は、医師や薬剤師にご相談ください。

【問】徳島県後期高齢者医療広域連合事務局事業課

☎088-677-3666

**9月10日から9月16日は「自殺予防週間」です**

自殺を図る人の多くは、何らかのこころと体の不調や病（うつ病など）を抱え、周囲にサインを出しているといわれています。

**心の健康相談について**

※事前に（）連絡ください。精神科医による相談が無料

で受けられます。ご家族が相談に来てくださっても構いません。自宅へ訪問することも可能ですので、まずはお気軽にご相談ください。《精神科医による相談》要予約

毎月第1・3水曜日  
午前9時～午後4時まで

【問】美馬保健所（健康増進担当）  
☎52-11018



**「人生100年時代」のま**

ちづくりプロジェクト  
フューチャーセッション・課題解決型ワークショップ開催！

市では「美と健康」をキーワードに人生100年時代を

ともに考えるフューチャーセッション、課題解決型ワークショップを開催します。

フューチャーセッションでは未来の美馬市に必要なニーズや課題に対する対話の場とし、課題解

決型ワークショップでは課題解決についてを模索する場とさせていただきます。皆さん、ぜひご参加ください。なお、申し込みなどの詳細は、広報みま10月号に折り込みチラシを同封する予定です。

①フューチャーセッション  
11月8日（日）

②課題解決型ワークショップ  
12月20日（日）

※開催につきましてはオンライン形式となる場合があります。

【問】秘書広報課  
☎52-18006

**LINEで停電情報をお知らせします**

四国電力送配電では、停電情報をタイムリーにお届けするためのLINE公式アカウントを活用したサービスを配信しています。

**9月23日水 発売!!**

1枚300円

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

（財）徳島県市町村協同組合

事前に指定されたエリアで停電が発生した場合、「停電発生」と「停電復旧」のタイミングで停電情報をお知らせします。  
登録・利用は無料（データ通信料は利用者負担）です。で、万一に備えて、ぜひ登録してください。



LINE 公式  
アカウント

【問】四国電力送配電株式会社  
☎0120-410-229

**開催**

美馬ファミリーサポートセンター  
アロマ&ストレッチポール  
「体リセット」

少し体を動かしたいな...と思っているあなた！アロマの香りに包まれながら、ストレッチポールや簡単なトレーニングなどを試してみませんか？

美馬町の「AQ  
UA」にご協力いただき、運動指導を受けることができます。



**くすりのタムラは、皆様の心も体も元気に！を  
応援させていただきます。**

相談できるくすりやさん

お問い合わせは

**くすりのタムラ**

**TEL 0883-52-5568**



美馬市脇町猪尻若宮南 111-1  
営業時間：9時30分～19時  
定休日：日・月・祝日

また、希望者には、プールも開放していただけます。友人を誘ってぜひご参加ください。

●日時 10月9日(金)  
午前10時～正午

●場所 疾病予防施設アックア  
(美馬町字南荒川)

●講師

藤内 陽子(健康運動指導士)  
坂上 明子(アロマセラピスト)

●定員 10名程度

(必ずお電話ください。)

●締切日 10月2日(午後5時)

●費用 1,000円/人

●準備物 **マスク着用(来館の際)**

▼ストレッチ

午前10時～午前11時(運動できる服装・飲み物・タオル)

▼プール指導

午前11時15分～午前11時45分(水着・水泳キャップ・タオル)

※託児はありません。

【申・問】

美馬ファミリーサポートセンター

☎53-11108

### 大滝山麓フォトコンテスト

大滝山周辺集落の地域活性化を目指す「大滝山麓いごい

ご会」がフォトコンテストを開催します。大谷・広棚・美村の各集落の花の里で栽培されているフジバカマや、渡り蝶アサギマダラを被写体にした風景写真を募集します。

●応募締切 11月10日(火)

●作品テーマ

▼大滝山麓の風景写真

▼大滝山麓で栽培されているフジバカマや、それに飛来するアサギマダラの風景写真

真

●応募方法

①A4サイズの写真プリント

②お1人様2点まで

③未発表作品に限る

④作品裏面に、タイトル、撮影地、撮影日、氏名、住所、電話番号を明記し、事務局まで郵送または持参。(※応募作品は、原則として返却しない。)

●賞

大滝山麓いごいご会会員によりグランプリ1点、準グランプリ2点を選出します。入賞者には、地元の特産品を贈呈

●入賞作品発表

11月29日(日)

大谷直売所にて賞の発表及び、賞品の贈呈を行います。

応募全作品の掲示は、美村が丘で12月1日(火)から行い

ます。

【問】大滝山麓いごいご会事務局  
(美村が丘)〒779-13638  
脇町字東大谷18番地

☎52-15650

### 募集

#### みまっこ子育て応援企業の募集

子育て支援の取り組みを積極的に進めている企業を対象に、「みまっこ子育て応援企業」として認定・表彰する事業を実施しています。

【認定条件】

次の取り組み分野のうち、2つ以上の分野に該当し、一定基準を満たすこと

①子育てを行う労働者等の仕事と子育て両立支援のための雇用環境の整備

②子育てしやすい労働条件の整備

③その他の次世代育成支援対策

【認定のメリット】

自社の求人広告やチラシ、ホームページ、商品に「みまっこ子育て応援企業認定マーク」が使用できます。

【募集期限】

令和2年11月30日(月)

まで(消印有効)

【認定申請について】

募集期間内に認定申請書を子どもすこやか課へ郵送または直接持参。実施要綱および認定申請書は子どもすこやか課で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

【問】子どもすこやか課

☎52-15606



「郡里廃寺跡保存活用計画」についての皆さんの意見を募集します

現在策定中の「郡里廃寺跡保存活用計画」について、広く市民の皆さまの意見を募集し、より良い計画を目指します。

●募集期限 9月30日(水)

●対象 美馬市民または美馬市に在学、勤務している方

●応募方法 市ホームページ

や担当課で入手できる様式を地域学習推進課へ直接持参または郵送、電子メールで意見を応募

【問】地域学習推進課

☎52-18011

なりたい  
自分になる  
県西部初  
ホットヨガスタジオ!

HOT YOGA  
STUDIO  
Glanz

定休日 毎週月曜日  
第一日曜日  
第三日曜日  
TEL 0883-53-6288  
〒779-5620  
徳島県美馬市脇町木ノ内字瀬ノ上3688-2

## 初級パソコン教室受講生募集

### ①入門編

午後1時30分〜午後3時30分  
初めてパソコンを学ぶ方が対象。電源の入れ方から始めて、簡単な文書作成や表計算などを学びます。

### ②応用編

午後2時30分〜午後4時  
過去に入門編を受講された方が対象。ワードやエクセルを使って実用的な文書作成や表計算などの操作方法を学びます。

### ●開始時期

- ①10月9日
- ②10月7日

(それぞれ全20回)

### ●場所 美馬文化会館

### ●申込期限 9月25日(金)

※土日祝を除く午前8時30分〜午後5時

### ●料金 無料

### ●定員 ①・② 各5人

先着順で市在住の満18歳以上の方(学生を除く)

【申・問】美馬文化会館

☎631-4646

## 2020ノルディック・ウォーク交流大会

### ●参加者募集

### ●日時 10月10日(土)

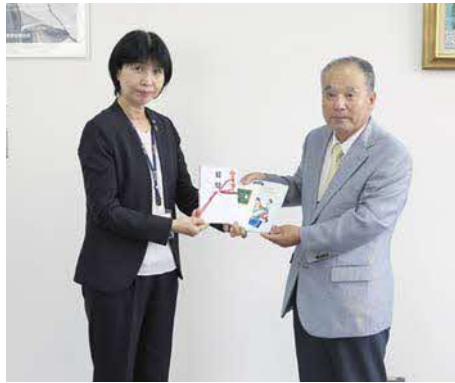
午前9時〜

(受付 午前8時30分〜)  
●場所 吉野川河畔ふれあい広場  
●対象 60歳以上  
●料金 500円  
●申込期限 9月30日(水)  
【問】とくしまノルディック・ウォーク協会  
☎090-3782-4325

## 寄贈

### ●ネット安全ガイドブック

公益財団法人日本公衆電話会様から「ネット安全ガイドブック」を寄贈いただきました。ガイドブックは、生徒たちのインターネットを利用する際のルールや危険性の習得に活用させていただきます。ありがとうございました。



### ●防災マット、折りたたみテント

吉野川浄園屎尿処理場早期移転促進期成同盟会様から三島中学校に対して防災関連用品(防災マット、折りたたみテント)を寄贈いただきました。今後、災害時に三島中学校が避難場所として使用される場合をはじめ、平常時でも生徒の学習活動に活用させていただきます。ありがとうございました。



### ●ハンドソープ

株式会社エス・ビー・シー様からハンドソープを寄贈いただきました。ハンドソープは、新型コロナウイルス感染症等の感染防止対策としての手指消毒に活用するため、小中学校に設置させていただきます。ありがとうございました。



### ●非接触式電子温度計

株式会社藤原測量設計様から美馬市スポーツ少年団全12団体に対して非接触式電子温度計を寄贈いただきました。今後のスポーツ少年団活動における新型コロナウイルス感染症等の防止対策に活用させていただきます。ありがとうございました。



# 1日体験入学 募集中!!

お気軽にお問い合わせください!!



## 大人の学校 悠遊大學

生きる場所

遊ぶ場所

学ぶ場所

お問合せ 悠遊大学事務局 〒771-2107 徳島県美馬市美馬町字八幡115番地 (重清西小学校内)

☎0883-55-2951

担当 藤丸

# 相 談

## 生活困窮者自立支援事業

### 暮らしサポートみま

暮らし、仕事、家計のことなど、どなたでも秘密厳守で相談に応じておりますので、悩みや不安お困りのことがあればひとりで悩まずに、ご相談ください。(土日・祝日・年末年始は除きます)

内 容	場 所	日 時
総 合 相 談	三 島 会 館	毎 週 月 曜 日 午後 2 時～午後 4 時
	郡里地域活動センター	毎月1・3・5火曜日 午前 9 時 30 分～午前 11 時 30 分
	美馬高齢者センター	毎月2・4火曜日 午前 9 時 30 分～午前 11 時 30 分
	木屋平総合支所	毎 週 水 曜 日 午前 10 時～正午
	※つぎの里 (生活支援ハウス) 奇数月第 2 水曜日のみ	午前 10 時～正午
	社会福祉協議会	毎 週 木 曜 日 午前 9 時 30 分～午前 11 時 30 分
弁 護 士 相 談 (要予約)	社 会 福 祉 協 議 会	毎 月 第 3 水 曜 日 午後 1 時～午後 4 時
		毎 月 第 1・4 水 曜 日 午後 1 時～午後 4 時
		毎 月 第 2 水 曜 日 午後 1 時～午後 4 時
		毎 月 第 3 木 曜 日 午前 9 時 30 分～午前 11 時 30 分
司 法 書 士 相 談 (要予約)	社 会 福 祉 協 議 会	毎 月 第 3 水 曜 日 午後 1 時～午後 4 時
土 地 家 屋 調 査 士 (要予約)		毎 月 第 1・4 水 曜 日 午後 1 時～午後 4 時
結 婚 相 談 (要予約)		毎 月 第 2 水 曜 日 午後 1 時～午後 4 時
		毎 月 第 3 木 曜 日 午前 9 時 30 分～午前 11 時 30 分

【問】美馬市社会福祉協議会 暮らしサポートみま ☎ 53 - 7830

※予約については、前日午後 4 時までにお願ひします。

## 特設人権相談

内容	人権に関する相談
場所	●美馬文化会館 ●三島会館 ●木屋平複合施設
日時	10月14日(水) 午前9時～正午

※電話対応となる可能性があります。ご利用の方は問い合わせ先までご相談ください。

【問】くらし・人権課 ☎ 52 - 8009

## 弁護士相談 ※予約制、2人まで。相談は無料

内容	離婚・相続・借金などの生活相談
場所	美馬文化会館
日時	10月7日(水) 午前11時～正午

【問】美馬文化会館 ☎ 63 - 4646



## 徳島県よろず支援拠点 in 美馬市 経営相談会

中小企業・小規模事業者の方を対象に、**新型コロナウイルス感染症の影響を受けて事業活動や資金繰りにお困りの場合の経営相談をお受けします。**また、その他の起業や事業継承などの経営相談もサポートしますので、お気軽にご相談ください。

場所	穴吹農村環境改善センター 会議室3
日時	9月23日(水) 午後2時～午後7時

※当日正午までに、電話、ファクシミリまたは電子メールにて予約申し込みを行ってください。(予約優先)

【問】徳島県よろず支援拠点  
☎ 088 - 676 - 4625  
☎ 088 - 653 - 7910  
✉ yorozu@our-think.or.jp  
企業応援課  
☎ 52 - 1263 ☎ 52 - 1200  
✉ kigyououen@mima.i-tokushima.jp

## 「あわ地域若者サポートステーション」相談ブース

「働くこと」を希望している15～39歳までの若者を対象に、これからのことを一緒に考えます。子どもの自立に悩むご家族の相談も実施しています。

【問】あわ地域若者サポートステーション ☎ 088 - 637 - 7553 ※事前予約制

内容	「働くこと」を希望している若者との相談
場所	ハローワーク美馬
日時	9月28日(月) 午後1時～午後4時

## 行政相談

行政相談委員による行政相談所は、次のとおり開設しておりますので、お気軽にご相談ください。※開催日が祝日等の場合、日程が変更になる場合があります。

行政相談委員	場 所	日 時	連絡先
田邊 博美	美馬町市民サービスセンター	毎月第1金曜日 午前9時30分～正午	63-5185
伊良原和夫	適宜	随時	52-0338
大石 雅生	穴吹農村環境改善センター 会議室3	毎月第3火曜日 午前9時～正午	53-8554
津川 定	(偶数月) 木屋平総合支所 (奇数月) つぎの里	毎月第2水曜日 午前9時～正午	68-3218

# 人の動き

令和2年7月1日～7月31日まで受付分（敬称略）

## おたんじょう



山本 瑛未 (えみ) 昌司 (昌司) 瑞恵 (瑞恵) 伏飛 (伏飛)	井川 陽介 (ようすけ) 信也 (信也) 書代 (書代) 井川 (井川)
鎌田 悠生 (ゆうせい) 真博 (真博) 美由紀 (美由紀) 中山路東 (中山路東)	藤森 風香 (ふうか) 健司 (健司) 瑞姫 (瑞姫) 北庄 (北庄)
加藤 陽翔 (はると) 豊 (豊) 美紀 (美紀) 中山路東 (中山路東)	中西 柚貴 (ゆずき) 辰也 (辰也) みゆき (みゆき) 西ノ久保 (西ノ久保)
後藤 菜瑠 (なる) 優一 (優一) 美由紀 (美由紀) 東宗重中島 (東宗重中島)	郷司 悠真 (ゆうしん) 将太 (将太) 裕子 (裕子) 島口西 (島口西)
郡 朱里 (あかり) 清梢 (清梢) 伏飛 (伏飛)	上坂 彩葉 (いろは) 忠 (忠) 綾美 (綾美) 突出 (突出)
西岡 碧馬 (あおば) 郁英 (郁英) 真由美 (真由美) 東荒川 (東荒川)	鎌田 美羽 (みう) 祥吾 (祥吾) 涼帆 (涼帆) 別所上 (別所上)
松本 陸叶 (りくと) 大輔 (大輔) さつき (さつき) 吉水 (吉水)	吉田 麗音 (れいん) 一也 (一也) 潮音 (潮音) 中央 (脇) (中央 (脇))

## おくやみ

後藤 文夫 (79)	柴床南 (柴床南)
堤 ツヤ子 (93)	南部 (南部)
仲西 好子 (71)	春日 (春日)
黒岩 和宏 (73)	滝の宮 (滝の宮)
高尾 絹子 (92)	上野 (上野)
山西 義明 (85)	庄舞 (庄舞)
小原 治美 (82)	宮井 (宮井)
中山 米子 (90)	西村 (西村)
中川 信子 (90)	阿串 (阿串)
須藤 倫子 (90)	東溪 (東溪)
浅野 英男 (94)	拝東南 (拝東南)
小笠原正明 (89)	芝坂東 (芝坂東)
三木 玉美 (80)	拝北南 (拝北南)
山本 幸徳 (91)	清田上 (清田上)
石川 吟子 (92)	小星 (小星)
中川 武 (68)	中央 (脇) (中央 (脇))
宮本 清 (79)	東宗重中島 (東宗重中島)
敷島 千歳 (87)	調子野 (調子野)

## 美馬市人口統計

令和2年8月1日現在 ( ) 内は前月比

世帯数 12,731 ( - 2)

人口 (日本人) 28,146 人 ( - 18)

人口 (日本人男) 13,491 人 ( - 8)

人口 (日本人女) 14,655 人 ( - 10)

人口 (外国人) 430 人 ( - 5)

人口 (外国人男) 154 人 ( - 2)

人口 (外国人女) 276 人 ( - 3)



## Mima もリスク

未然防止にお役立てください

### 契約したサブスク※がやめられない！

相談…『動画が見放題』になるサブスクリプション (※) の配信サービスを解約しようと、ウェブサイト内を探してみたが、解約するページが見つからず解約できない。どうすればよいか。

ひとこと助言…サブスクリプションで契約したものは自動更新されるため、解約の手続きをしないと、サービスを使わなくても料金が請求されます。ウェブサイト内の「利用ガイド」「ヘルプ」「よくある質問」「Q&A」等を見ると、解約の説明や手続きページへのリンクが示されているケースが多いです。また、サイト内に検索欄がある場合は、そこに「解約」と入力してみましよう。

会員登録をする時は、ID やパスワードの管理と併せて、解約の手続きも確認しておきましょう。

※サブスクリプション (サブスク) は、定額料金を支払って一定期間使いたい時にそのサービスを利用できる権利が与えられるサービスです。最近では『使い放題』というニュアンスが加わったことで一般に広がってきました。

例 動画や音楽の配信サービス、電子書籍の読み放題サービスなど

困ったときは速やかに美馬地区消費生活センターへご相談ください。

●地域交流センター「ミライズ」1階『相談のハコ』 ●☎53-1541 ●相談時間午前9時～午後4時 (土、祝、年末年始を除く)



9・10月 || 市民カレンダー

日	月	火	水	木	金	土	
<p>●暮らしサポートみま (P22)</p> <p>●美馬市ウェルネスパスポート実施期間 9月~令和3年3月10日(水)(P8)</p> <p>●各種集団健診(検診) 申込期間9月28日(月)~10月1日(木)(P9)</p> <p>●犬・ねこの避妊・去勢手術助成制度 申込期間10月1日(木)~31日(土)(P10)</p> <p>●自殺予防週間 9月10日(木)~16日(水)(P19)</p>				9/10	11	12	
<p>お知らせ 開催行事 相談 図書館イベント 健(検)診</p>				折野病院 ☎(美)63-2569	成田クリニック ☎(脇)55-0321	おはなし会(P14) おた整形外科クリニック ☎(脇)53-2576	
13	14	15	16	17	18	19	
つるぎ町立半田病院 ☎(半)64-3145	令和2年国勢調査 インターネット回 答開始(P8)	行政相談(穴吹) (P22) 美馬市立図書館 休館日	木下内科循環器科 ☎(美)63-2245	出張図書館(広域 サービス)(P14) 美馬市立図書館 休館日	我が家のアイドル 申込締切(P13) オレンジの会	美馬リハビリテーション病院 ☎(美)63-2026	永尾病院 ☎(貞)62-2012
20	21 敬老の日	22 秋分の日	23	24	25	26	
みましりつとしよ かん将棋サロン (P14)		美馬市立図書館 休館日	徳島県よろず支援 拠点 in 美馬市経営 相談会(P22)		初級パソコン教室 申込期限(P21)	おはなし会(P14)	
ハウエツ病院 ☎(脇)52-1095	つるぎ町立半田病院 ☎(半)64-3145	ハウエツ病院 ☎(脇)52-1095	岡内科病院 ☎(脇)52-0988	西条産婦人科 ☎(脇)52-2002	酒巻耳鼻咽喉科医院 ☎(脇)53-2525	秦眼科 ☎(脇)52-3011	
27	28	29	30	10/1	2	3	
英語でおはなし会 (P14)	「あわ地域若者サ ポートステーション」 相談ブース (P22)	美馬市立図書館 休館日	固定資産税、国民 健康保険税納期限 (P18) 「郡里廃寺跡保存 活用計画」意見募 集期限(P20)	令和2年国勢調査 調査基準日(P8)	行政相談(美馬) (P22)		
つるぎ町立半田病院 ☎(半)64-3145	佐藤内科 ☎(脇)52-1045	市橋内科医院 ☎(脇)53-8105	としま小児科 ☎(脇)53-6011	成田病院 ☎(脇)52-1258	成田クリニック ☎(脇)55-0321	脇町中央医院 ☎(脇)52-1529	
4	5	6	7	8	9	10	
市内一斉清掃 (美馬町・穴吹町) (P10) みましりつとしよ かん将棋サロン (P14)		美馬市立図書館 休館日	令和2年国勢調査 インターネット回 答期限(P8) 弁護士相談(P22)	広報みま 10月号発行	アロマ&ストレッチ ポール~体リ セット~(P19)	おはなし会(P14) 2020ノルディック ・ウォーク交流 大会(P21)	
ハウエツ病院 ☎(脇)52-1095	林クリニック ☎(脇)52-1001	桜木病院 ☎(脇)52-2583	おた整形外科クリニック ☎(脇)53-2576	多田クリニック ☎(脇)53-1717	国見医院 ☎(穴)52-1243	佐藤内科 ☎(脇)52-1045	
11	12	13	14	15	※在宅当番医の受け持ち時間 平日 午後5時~午後9時 土曜日 正午~午後9時 日曜日 午前9時~翌朝午前6時 ※当番医は都合により変更される場合 があります。ご了承ください。 ※GW・お盆・年末は午後5時~午後9時 (ハウエツ病院・半田病院を除く)		
「令和の調進 阿 波忌部鹿服調進 【写真展】」記念講 演(P14)		美馬市立図書館 休館日	特設人権相談(P22) 行政相談(木屋平) (P22)	美馬市立図書館 休館日			
つるぎ町立半田病院 ☎(半)64-3145	谷病院 ☎(貞)62-2053	田村医院 ☎(貞)62-5166	永尾病院 ☎(貞)62-2012	ハウエツ病院 ☎(脇)52-1095			

小児救急医療当番医一覧

病院名	電話番号	曜日	時間
つるぎ町立半田病院	0883-64-3145	金・土・日・月	日曜日は午前9時から翌日午前9時まで それ以外は午後6時から翌日午前9時まで
徳島県立三好病院	0883-72-1131	火・水・木 (ただし時間帯により当直医が対応)	

