

赤磐の暮らしに寄り添う情報ツール

広報

# あかいわ

7

2014 July  
No.112

人“いきいき”まち“きらり”

P02 ▶ P03

チャレンジデー2014 in あかいわ

P04 ▶ P09

特集 / 特定健診を受けましょう

P28 ▶ P29

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金を支給します



# 2014 in AKAIWA

5月28日、「チャレンジデー12014」が全国一斉に開催され、市内各地で多くの人が運動に取り組みました。今年で5度目の参加となった赤磐市は、富山県南砺市と対戦しました。

市内では、朝から各地でウォーキングやラジオ体操が始まり、ダンスやふれあい遊びなどさまざまな運動に取り組みました。参加者の中には、運動を兼ねて町内の清掃や草取りをする姿も見られました。皆さんさわやかな汗をかき、運動することの楽しさを実感した様子で笑顔があふれていました。

また、昨年に引き続き岡山シーガルズのメンバーが参加するストレッチ教室や、空き缶積み上げ大会を開催しました。空き缶積み上げ大会では、全国ランキ





チャレンジデー2014 in あかいわ



# CHALLENGEDAY

ングを目指して、家族や友達と一緒に奮闘。今回の優勝チームがこれまでの記録を大きく上回る3m80cm8mmを積み上げると、会場には大きな歓声が沸き起こっていました。

そのほかにも、地区・町内会や店舗・企業などで多くの参加があり、大いに盛り上がりました。

その結果、午後9時までの参加者は2万4080人で、参加率は53・6パーセントを記録し、一昨年、昨年に引き続き勝利を収めました。

ご参加・ご協力そして、運動を実施してくださった皆さん本当にありがとうございました。

この日をきっかけに普段から運動する習慣を身に付け、健康なまちづくりのため市民一丸となって取り組んでいきましょう。

<最終結果>

	赤磐市	南砺市
参加率	53.6%	51.1%



あなたのおなかまわりは何センチ？

# 自分のカラダのこと、 特定健診でチェックして みませんか？

「メタボ」と聞いて、「自分は関係ないー」と自信を持って言える人、そう多くはないのでは？「最近ちよつと太ってきた」「体力の低下を感じる」などなど、誰しも、年齢を重ねるとともに、健康に対する不安は出てくるものです。実は不安を感じているというあなたも、まだまだ若いから健康には自信があるというあなたも、40歳を超えたら、年に1回は、特定健診で自分のカラダをチェックしましょう。

40歳を超えたら  
「メタボ」を  
チェック



## メタボ診断基準

①腹囲に加えて②～④のうち2つ以上当てはまる場合、あなたは「メタボ」の状態です。

あなたの値は？

<input type="checkbox"/> ①腹 囲	男性:85cm以上 女性:90cm以上	cm
<input type="checkbox"/> ②脂 質	中性脂肪(TG) 150mg/dl以上	TG mg/dl
	かつ/または HDLコレステロール(HDL-C) 40mg/dl未満	HDL-C mg/dl
<input type="checkbox"/> ③血糖値	空腹時血糖値: 110mg/dl以上	mg/dl
<input type="checkbox"/> ④血 圧	収縮期血圧(上の血圧): 130mmHg以上	上 mmHg
	かつ/または 拡張期血圧(下の血圧): 85mmHg以上	下 mmHg

※日本内科学会等内科系8学会合同発表「メタボリックシンドローム診断基準」(平成17年4月)より



岡山県国民健康保険団体連合会  
マスコットキャラクター  
「ハレルン」

「メタボ」とは？

「メタボリックシンドローム」の略で、内臓脂肪症候群のこと。その名のとおり、内臓脂肪型肥満をベースに、高血糖・高血圧・脂質異常が2つ以上重なった状態です。この状態では、動脈硬化を引き起こし、心臓病や脳卒中といった命にかかわる病気の危険性が急激に高まります。

まずは、腹囲を  
セルフチェックしてみまじょう

立った姿勢で息を吐いた後に、おへその高さで腹囲を測ります。男性で85<sup>センチ</sup>、女性で90<sup>センチ</sup>を超えると要注意！内臓脂肪が蓄積されているサインです。

高血糖・高血圧・  
脂質異常などもチェック

メタボの診断は、腹囲のほかに、中性脂肪やHDLコレステロール、空腹時血糖値、血圧などの数値で診断されます。特定健診ではこれらの数値をチェック。年に1回は健診を受けていると、数値を見比べることで、カラダの変化に気がつきやすくなります。

内臓脂肪は減らせる？

生活習慣のチェックは

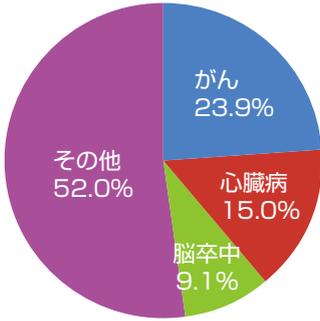
内臓脂肪をためない生活への

第一歩です

赤磐市民の死亡原因の50%近くを占めているのは、がん・心臓病・脳卒中といった生活習慣病です。生活習慣病には、このほかにも糖尿病や高血圧などさまざまなものがありますが、これらの病気は、良くない生活習慣の積み重ねによって引き起こされます。

特に、メタボの状態では、血液の流れが悪くなる動脈硬化が起こり、心臓病や脳卒中になる危険性が急激

＜赤磐市民の死亡原因＞



厚生労働省 人口動態統計 (平成23年)

に高まります。これらの命にかかわる病気を予防するためには、「メタボにならない生活」つまり「内臓脂肪をためない生活」を心がけることが大切です。

では、一度蓄積された内臓脂肪を減らすことは難しいのでしょうか？

実は、もともと、エネルギーを一時的に貯蔵する役割を担う内臓脂肪には、「たまりやすく減りやすい」という特徴があります。そのため、原因となつている食べ過ぎや運動不足などの良くない生活習慣を改善することで、確実に減らすこともできるのです。

生活習慣の改善は、早く始めるほど効果があります。改善のチャンスを見逃さないためにも、1年に1回は、自分のカラダや生活習慣をチェックし、内臓脂肪をためない生活への第一歩を踏み出しましょう。

## メタボの原因はどこに… いくつあてはまりますか？

- この1年で体重の増減が±3kgあった
- 歩く時間が1日1時間以内だ
- ほかの人と比べて食べる速度が速い
- 食事はいつも満腹になるまで食べる
- 週3回以上朝食を食べない
- 週3回以上寝る前の2時間以内に夕食を食べる
- 睡眠だけでは休養が十分に取れていない
- 毎日たばこをすっている
- お酒を毎日飲んでいる

気をつけて！ これらのうち一つでもあてはまる人は、**生活習慣病予備軍**の可能性がります。



# メタボと 診断されたことが きっかけで…



これまで健康には自信があったのに、特定健診の結果で生活習慣病を発症する危険性が高いと診断され、とまどうこともしばしば。そんな時に頼りになるのが「特定保健指導」を行う医師や保健師、管理栄養士などの専門家です。メタボと診断されたことがきっかけで、専門家からのアドバイスを受けながら生活習慣改善を行い、今では「次の健診が楽しみにになった」と語る西山さんのお話を紹介します。

## ズボンのサイズが変わったら

私は、毎年、会社で人間ドックを受けていました。一度、前立腺の手術を受けたことはありますが、そのほかには特に悪いところはありませんでした。

退職後は、前ほど通勤や業務で動くことがなくなったことに加え、タバコをやめたので、食べる量が増えていたのかもしれない。だんだんとお腹だけが大きくなってきました。76センチだったウエストが、91センチになり、ズボンのサイズも変わって

ました。

退職してからは市が行う特定健診を受診していたのですが、2回目の健診で「メタボ」の診断を受けました。



「特定保健指導を受けて健康づくりが楽しみになった」と笑顔の西山岩男さん(山陽2丁目)

## 大好物でも食べ過ぎはガマン

「メタボ」の診断を受けた後は、市の保健師さんや栄養士さんから「特定保健指導」を受けるようになり、その中で食生活の改善や運動をするよう教えてもらいました。

私は、ゆで卵が好物で、食べるときには1度に何個も食べていたのですが、食べ過ぎるとコレステロールの数値が悪くなると指導を受けたので、「食べるのは1日1個まで」と我慢するようにしています。

この歳になると食べるものが好きなものばかりに偏りがちで、なかなか変えられないものですが、妻が気をつけてご飯をつくってくれているので助かっています。

## 運動したらカレンダーに○

以前からの趣味のゴルフのほかに、近所のウォーキングを始めました。買い物に行くときも、短い距離の移動は車を使わず歩くようにしています。少し距離があると感じるときは、片道だけ歩くこともあります。ウォーキングやゴルフをした日は、カレンダーに印をつけています。

また、毎朝起きたらすぐに体重を測って、カレンダーに書き込みます。運動や体重を記録する習慣を

始めてから、多少の増減はありますが、少し痩せることができました。

## 次の健診が楽しみ

「特定保健指導」を受けてから、食事を変えたり運動をしたりしているので、今から次の健診でどんな数値が出るのか楽しみです。

「メタボ」と診断されても、すぐに体調が悪くなるわけではなく、そのことをきっかけに健康づくりを心がけるようになり、今では趣味やウォーキングなどを楽しみながら生活を送れるようになっていきます。

# 「自分は大丈夫」が あぶない

市が実施している特定健診の受診率は、最近2割程度に低迷。健診に行かない理由は、「時間がないから」「どこも悪くないから」「めんどう」などさまざまですが、本当に健診を受けなくても大丈夫なのでしょうか。日頃から市民の皆さんの身近で、地域医療や保健福祉活動に取り組む赤磐医師会理事の櫻井和俊医師にお聞きしました。

## メタボは外見では判断できません

「メタボは太っている人の病気」と思っている人も多いと思いますが、実際は血糖値や血中脂質量、血圧などから総合的に判断するものです。遺伝的なものもあるので、やせているからといって安心できません。

## 体からのサインを見つけてみましょう

生活習慣病は、初期段階では自覚症状がほとんどありません。そのため、自覚症状が出たときにはかなり進行している可能性があります。

健診は、自覚症状が出てからではなく、自分では分からない体の様子を把握するために受けるものです。

健康に自信がある時から、自分自身が病気でないことを確認したり、早期に病気を見つけたりするために受けるものなのです。

## 「自分は大丈夫」があぶない

「自分はまだ若いし、悪いところはないから大丈夫」という理由で健診を受けない人が多くいます。特に40代の若い世代。今は健康でも数年後に突然体調を崩してしまう可能性もあります。働き盛りで、一家の大黒柱のあなたももし働けなくなってしまうたら、たちまち困りますよね。だからこそ、若いうちから健診を受けることが大切です。

## 健診を受けることを習慣に

少し詳しい話になりますが、近年、慢性腎臓病で人工透析が必要になる人が増えています。その多くは糖尿病が原因のため、糖尿病の早期発見・早期治療による重症化予防が重要です。また、透析患者には健診未受診者が多いことが分かっていますので、自分の健康は自分で作るという意識を持ち、健康に自信のある人も年に1度は健診を受けてもらいたいです。

## 医療費の節約に

健診で異常が見つかった人の医療費は、異常がない人と比べて、10年後には3倍高くなるという報告があります。病気を予防し、健康でいるということは、結果として医療費の節約につながります。

## 日ごろ医療機関にかかっている人も

患者さんから、「私は、高血圧で通院しているから、健診を受けなくてもいいのでしょ?。」と聞かれることがありますが、健診を

受けることは病気予防や、隠れた病気の早期発見だけでなく、現在通院している人が今ある病気を重症化させないためにも大事です。医療機関が行う個別健診では、問診の中で普段の生活の状況を聞き取り、個人の生活に合わせてより具体的なアドバイスをすることに力を入れていきます。ぜひ生活習慣を見直すきっかけとして健診を受けてください。

# 40代の若い人こそ 健診を受けることを 習慣にしてほしい。

赤磐医師会／櫻井 和俊 理事



# いま受ける！ あなたとあなたの 家族のために

40歳から74歳までの赤磐市国民健康保険の被保険者の皆さんへ市が実施する「特定健診」の受診券をお送りします。ぜひこの機会に自分のカラダをチェックして、楽しみながら続けられる「健康習慣」を身につけましょう。

「特定健診」は、メタボに着目し、自覚症状がないまま進行してしまう生活習慣病の発症や重症化を防ぐことを目的にした健診です。

身体計測や血液・尿検査などを毎年行い、生活習慣を見直すことで、生活習慣病の発症や持病の悪化を防ぐことができれば、医療費の節約にもなります。

市では、国民健康保険の被保険者のうち、40歳から74歳までの対象者の皆さんへ、「特定健診」の受診券と、健診方法・場所・費用などを記載したお知らせを6月下旬から順次お送りします。

「特定健診」は、集団健診と個別健診のどちらかを選択することができます。個別健診は7月から12月まで、集団健診は10月と11月のみ。

思い立ったが吉日！受診券が届いたらすぐに内容を確認し、受診する方法と予定日を決めるようにしましょう。

また、健診の結果に基づいて、生活習慣病の発症の危険性が高い人は、医師・保健師・管理栄養士などの専門家による「特定保健指導」を受けることができます。専門家のサポートを受けながら日頃の生活習慣を改善できるチャンスです。

ぜひこの機会にカラダから発信される注意信号を受け止めて、楽しみながら続けられる「健康習慣」を身につけましょう。

※赤磐市国民健康保険に加入していない人は、加入している健康保険組合などにご確認ください。



## ■問い合わせ先

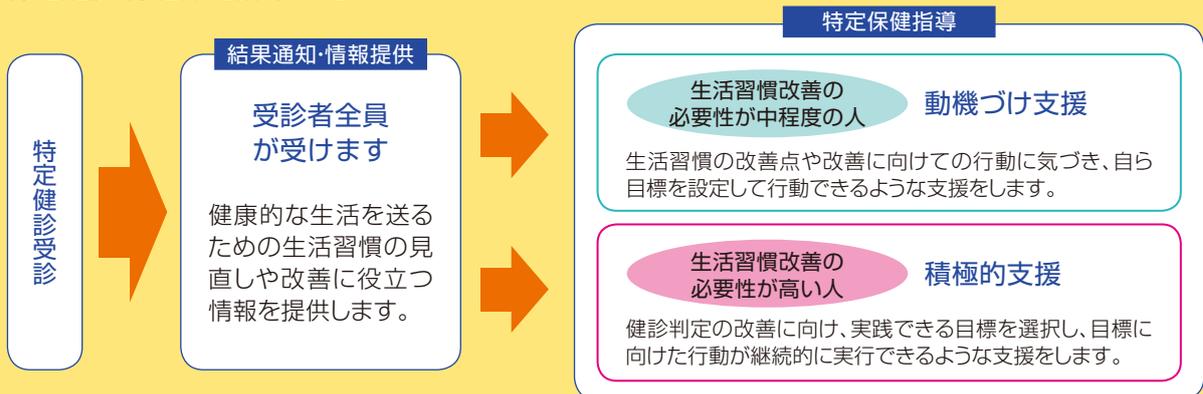
### ＜受診券について＞

- 本庁市民課国保年金班  
☎(955) 11113
- 赤坂支所市民生活課  
☎(957) 22222
- 熊山支所市民生活課  
☎(995) 12114
- 吉井支所市民生活課  
☎(954) 11833

### ＜健診・保健指導について＞

- 本庁健康増進課  
☎(955) 11117
- 赤坂支所健康福祉課  
☎(957) 48222
- 熊山支所健康福祉課  
☎(995) 12993
- 吉井支所健康福祉課  
☎(954) 13774

## ■特定健診・特定保健指導の流れ



# 市が実施する特定健診では、メタボに着目し、気になる生活習慣病の危険性を知ることができます。



■対象／40歳以上74歳以下の  
赤磐市国民健康保険被保険者

■料金／集団健診 1,300円  
個別健診 1,700円

検査内容		検査によって分かる 主な生活習慣病	
①	既往歴の調査	健康状態や生活習慣などを確認します。	
②	内科診察		
③	腹囲	おなかまわりを測り、内臓脂肪の蓄積を調べます。	
④	身長		
⑤	体重		
⑥	血圧測定	肥満 高血圧	
⑦	尿検査	尿たんぱく	腎臓病
		尿糖	糖尿病
⑧	血液検査	血糖	糖尿病
		脂質	脂質異常症
		肝機能	肝臓病
		腎機能	腎臓病

※医師の判断により、貧血検査・心電図検査・眼底検査を追加で行うことがあります。

**<注意>** 特定健診を受ける場合、血糖や中性脂肪など血液検査値に影響があるため、健診前10時間以上はできるだけ飲食を控えるようにしてください。ただし、水やお茶などカロリーのない飲み物はかまいません。

個別健診の実施医療機関と集団健診の日程は、  
受診券と一緒に送りますのでご確認ください。

### ■電話番号一覧

※情報ボックス内でお知らせする市役所関係の電話番号は下記のとおりです。

- 本庁代表…………… ☎ 955-1111
- ▷くらし安全課…………… ☎ 955-2650
- ▷協働推進課…………… ☎ 955-1114
- ▷健康増進課…………… ☎ 955-1117
- ▷介護保険課地域包括支援センター…………… ☎ 955-1470
- ▷商工観光課…………… ☎ 955-6175
- ▷建設課…………… ☎ 955-1486

- 赤坂支所代表…………… ☎ 957-2222
- ▷健康福祉課…………… ☎ 957-4822
- 熊山支所代表…………… ☎ 995-1211
- ▷健康福祉課…………… ☎ 995-1293
- 吉井支所代表…………… ☎ 954-1111
- ▷健康福祉課…………… ☎ 954-1374

- 教育委員会
- ▷社会教育課・山陽郷土資料館…………… ☎ 955-0710
- ▷中央図書館…………… ☎ 955-0076
- 消防本部…………… ☎ 955-2244
- ▷警防課救急係…………… ☎ 955-2254

### ●募集

**救命講習へ参加しませんか？  
救命の主役はあなたです！**

いざというときに大切な人・大切な命を守るために、日ごろから適切な応急手当などを身につけておきましょう。

赤磐市消防本部の応急手当指導員が分かりやすくご説明しますので、お気軽にお申し込みください。年齢・性別は問いません。奮っての受講をお待ちしています。※受講者が少数の場合、やむを得ず中止になることもありますので、ご了承ください。

- 日時／7月27日(日)  
午前9時～正午
- 場所／赤磐市消防本部会議室
- 受講人数／10人程度
- 参加費／無料
- 申込期限／7月18日(金)
- 問い合わせ・申し込み先／消防本部警防課救急係

### ●募集

**赤磐市防災士養成研修講座開催  
防災の専門知識を身に付けませんか？**

市内で、防災士養成研修講座を開催します。防災士とは、自助・互助・協働を原則として、防災の意識・知識・技能をもっていると認められた人で、社会のさまざまな場で減災と社会の防災力向上のための活動が期待されています。年齢・性別を問いません。

この機会に、防災士になってみませんか？  
また、受講に際して市内在住の人は補助制度がありますので、詳しくはお問い合わせください。

- 日時／9月13日(土)～14日(日)  
午前9時～午後7時(予定)
- 場所／中央公民館
- 受講費用／60920円(補助制度あり)
- 募集人数／100人(先着順)
- 補助対象／30人(先着順)
- 申込期限／8月6日(水)
- 問い合わせ・申し込み先／本庁くらし安全課

### ●募集

**平成27年4月採用  
警察官・警察行政職員募集**

受付期間／7月10日(木)～8月20日(水)

区分	主な試験内容と第1次試験日	第2次試験日
警察官A (大学卒)	教養試験など…9月21日(日)	11月21日(金)～27日(木)のいずれか指定する日
警察官B (大学卒以外)	体力試験など…9月20日(土)、23日(火)、27日(土)、28日(日)のいずれか指定する日	
警察行政職B	教養試験など…9月21日(日)	

※詳しくはお問い合わせください。

●お問い合わせ先  
岡山県警察本部警務課人事第一係  
☎086(2)340110

## 交通安全推進大会

■日時／7月12日(土) 午後1時30分～ ■場所／吉井会館

### 内容

- ・開会アトラクション／「仔の葉の会」による傘踊り
- ・交通安全功労表彰 ほか
- ・講演会／「事故事例と教訓」～交通事故の現場から～
- 講師／赤磐警察署交通課

■問い合わせ先／本庁くらし安全課

参加自由です。  
ぜひご来場  
ください。

赤磐市交通安全啓発  
マスコットキャラクター  
あかいわももちゃん



●募集  
双子・三つ子の集い

双子・三つ子の集いを開催します。参加希望の人は、申し込みをお願いします。

■日時／8月26日(火)

午前10時～正午  
(受付9時40分～)

■場所／山陽保健センター

■対象／双子・三つ子など

多胎児（就学前の乳幼児）の保護者と多胎児を出産予定の人（※託児あり）

■内容／多胎児に関する子育ての情報交換（おやつ  
の試食あり）

■申込期限／8月4日(月)

■問い合わせ・申し込み先／本庁健康増進課、各支所健康福祉課

子育て講座

「大好きが伝わる育児のヒント」

つつい、子どもにイライラして怒ってしまい、自己嫌悪になることはありませんか。今回は、「子どもに大好きを伝えよう」をテーマに講演会を行います。子どもを大切に思う気持ちが伝わる関わり方を一緒に学びましょう。



●日時／8月2日(日) 午前10時～11時30分(受付9時40分～)

●場所／桜が丘いきいき交流センター

●対象／0歳～6歳までのお子さんを子育て中の人

●講師／明橋 大二 医師(真生会富山病院心療内科部長)  
※「子育てハッピーアドバイス」など、多くの著書があります。

●定員／200人(先着20人まで託児があります。申し込みの際にお問い合わせください。)

●申込開始日／7月1日(火)

問い合わせ・申し込み先／本庁健康増進課、各支所健康福祉課

●募集

脳の健康維持・認知症予防  
「いきいき脳の健康教室」学習者募集

読み書き（音読）・簡単な計算を継続して学習すると、脳の前頭前野が活性化され高齢者の認知症予防に効果があるという東北大学川島教授の研究成果を活用した教材を使い学習を行います。

■対象／独力で週1回教室に通え、毎日10分程度の自宅学習が可能な65歳以上の  
■学習期間／9月から平成27年2月までの6カ月間

■会場・学習曜日

・赤坂会場：赤坂健康管理センター（毎週火曜日）

・熊山会場：熊山保健福祉総合センター（毎週木曜日）

※時間は午前10時から正午の間の30分程度

■定員／赤坂会場10人、熊山会場20人（先着順）

■費用／月額2260円（教材費実費として）

■申込期限／8月5日(火)

■問い合わせ・申し込み先／赤坂支所健康福祉課、熊山支所健康福祉課

●募集

社会貢献に意欲と熱意のある人求む！  
「市民後見人養成研修」受講者募集

認知症などで判断能力が十分でない人の生活を身近な立場で支援し、後見活動を行っていく「市民後見人」になってみませんか？

◆市民後見人とは…

親族による後見が見込めない高齢者、障害者などの権利を守るため、成年後見制度により、社会貢献の一環として、福祉サービスの契約や財産管理の代行をします。

※養成研修修了後、原則、市民後見人候補者として登録し、市民後見人として活動を行っていただきます。

■応募資格／20歳以上70歳未満の市内在住者で、高齢者障害者などの福祉に理解と熱意がある人

※原則として養成研修のすべての課程を受講できる見込みがあること（詳細はお問い合わせください）

■募集人員／3人程度

■研修期間／10月～12月の

全8日間

■研修場所／きらめきプラザ（岡山市北区南方2-1-3-1）

■受講料／無料

■提出物／申込書兼履歴書、小論文（履歴書の様式、小論文の内容などについてはお問い合わせください）

■選考方法／書類審査および個人面接

■申込期限／7月31日(木)

■問い合わせ・申し込み先／本庁介護保険課地域包括支援センター





### ●お知らせ 第9回赤磐市花火大会

今年も夏の夜空を約2千発の花火が彩ります。ステージでは地域芸能の発表や、模擬店の出店があり、皆様のお越しをお待ちしています。

詳しくは、広報あかいわ8月号でお知らせします。

■日時／8月9日(土)  
午後6時～9時

※荒天の場合は8月10日(日)に順延

■場所／赤磐市くまやま水辺の楽校

■問い合わせ先／赤磐市花火大会実行委員会事務局  
(本庁商工観光課内)

### ●お知らせ 身体に障害のある30人を花火大会にご招待

県では、8月2日(土)の「おかやま桃太郎まつり納涼花火大会」観覧のために、車いす使用の身体障害者30人を県庁9階へ招待します。

■対象／県内在住者で身体障害者手帳をお持ちの車いす使用の身体障害者(付き添いは2人まで)

■申込方法／所定の応募用紙、電子申請

■申込期限／7月11日(金)

※応募者多数の場合は抽選

■問い合わせ先

・県障害福祉課

☎086(226)7362

FAX086(224)6520

### ●お知らせ マダニ、つつが虫に注意!

野山や草むら、河川敷などに立ち入るときは、ダニに刺されないよう、長そで、

長ズボン、手袋、長靴などを身に付けましょう。また、地面に直接座ったり寝ころんだりすることは避ける、説明書をよく読み虫除け剤を使用する、帰宅したら入浴して服を着替えるなどしてダニから身を守りましょう。

ダニが媒介する感染症には「重症熱性血小板減少症候群」、「日本紅斑熱」(マダニ)、「つつが虫病」(ツツガムシ)などがあり、これらは「発熱」と「発しん」が特徴です。重症の場合は死に至ることがありますので、野山や草むら、河川敷などに立ち入った後、数日後に高熱が出て、赤い発しんがある時は、すぐに医療機関を受診しましょう。

また、ダニが体に吸いついている場合は、無理に引き抜かず、皮膚科などで取ってもらいましょう。

■問い合わせ先／本庁健康増進課

### 知っとく～くらしの得学みつけませんか?～

<消費生活講座 楽しく作ってリサイクル>

## 「ペットボトルで作るモビール」

(くらし安全課・中央図書館共催)

ペットボトルを好きな形に切り取ったり、絵を描いたり…あーら不思議! 楽しいモビールに大変身! 手作りモビールをおうちに飾りましょう!



- 日時／8月8日(金) 午前10時30分～正午
- 場所／中央図書館多目的ホール
- 対象／幼児から小学生と保護者(必ず保護者同伴)
- 定員／20組 ■参加費／無料
- 申込開始／7月1日(火) 10時
- 申し込み先／中央図書館(電話可)
- 問い合わせ先／本庁くらし安全課

### ●赤磐市男女共同参画講演会

## 佐久間レイさん(声優) 講演会 みんな笑顔の講演会 ～「思いやる心」を考える～



心に響く物語の「朗読劇」と優しい歌でつづるコンサートのような講演会です。心を柔らかくストレッチしませんか?

- 日時／7月5日(土) 午後1時～3時  
・午後1時～ オープニング  
「ポレポレ」によるコーラス
- ・午後1時30分～ 講演会
- 場所／中央公民館2階 大集会室
- 入場料／無料(入場整理券はありません)
- その他／手話通訳・要約筆記あり
- 問い合わせ先／本庁協働推進課

# 7月 イベント案内

## 中央図書館 (☎955-0076)

- 絵本はともだち 毎週水曜日 午前10時30分～11時
- おはなしかい 毎週土曜日 午前10時30分～11時、第1・2日曜日 午後2時～2時30分
- 図書館知トク講座「もっと知りたい! 宇宙のこと① セタの夜空」 6日(日) 午後2時～3時
- きらり☆しあた一子ども版映画上映会「ふしぎの国のアリス」 19日(土) 午後2時～
- 民話の寺小屋(民話の語り) 20日(日) 午後2時～2時30分
- 夏休み☆わくわくおはなし会 26日(土) 午後2時～2時40分

## 赤坂図書館 (☎957-2212)

- ブックンのおはなしかい 5日(土) 午前11時～11時30分
- ちいさなおはなしかい 9日(水)・23日(水) 午前11時～11時20分

## 熊山図書館 (☎995-1273)

- なかよタイム 8日(水) 午前10時～正午
- おはなしのおへや 19日(土) 午前11時～11時30分

## 吉井図書館 (☎954-9200)

- おはなし会 12日(土) 午前10時30分～11時
- おはなしだいすき☆えほんといっしょ 18日(金) 午前10時～正午

## 竜天文台公園 (☎958-2321)

- 無料観望会 5日(土) 午後7時～10時



●お知らせ  
水の事故に気をつけて～ため池や水路 河川で遊ばないで～

魚釣りや水泳と、子どもたちが水に親しむ機会が多くなる季節となりました。この時期、最も気をつけなければいけないのが、子どもの水難事故です。事故を防止するには、保護者の皆さんはもちろん、

地域の皆さんの協力が必要です。

### ◆地域の皆さんへ

- 危険な河川やため池などで遊んでいる子どもを見かけたら注意しましょう。

### ◆保護者の皆さんへ

- 子どもたちだけで、魚釣りや水遊びに行かせないようにしましょう。
- 子どもが出かけるとき

は、行き先や帰宅時刻、友達の名前などを確認しておきましょう。

- 子どもには、普段から危険な場所を具体的に教え、近づかないように注意しましょう。

問い合わせ先／本庁建設課

### ●お知らせ お盆のし尿収集休業日

休業日／8月14日(木)～17日(日)

※8月のし尿汲み取り申し込みは、7月31日(木)までにお願います。

### ●問い合わせ先

- 和気・赤磐し尿処理施設一部事務組合 ☎08669(9)208008
- キョクトウ ☎0866(9)520384

### ●催し

#### 赤磐市歴史まなび講座 「古代の備前国」第2回

今から1200年以上昔、赤磐市には国分寺がありました。この国分寺が建立された古代の赤磐を備前国の中で位置付け学ぶ講座を開催します。第2回目は古代山城について学習してみましよう。

日時／7月19日(土)

午後1時30分～3時10分

場所／中央公民館 視聴覚室

内容／古代山城からみた地域社会

講師／金田善敬(教育委)

員会社会教育課)

定員／80人(先着順)

参加費／無料

申し込み／不要

問い合わせ先／教育委員会社会教育課

### ●催し

#### 資料館講座「勾玉作り」

滑石を磨いて古代のアクセサリー作り挑戦しよう!

日時／8月2日(土)

午前9時30分～正午

場所／山陽郷土資料館集合のち中央公民館美術工芸室で製作。

対象／小学生～一般

※低学年は保護者同伴

参加費／300円

定員／30人(先着順)

申込開始日／7月1日(火)

問い合わせ・申し込み先／山陽郷土資料館



## 第64回「社会を明るくする運動」 「犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」

「社会を明るくする運動」とは、すべての国民が、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築くこととする運動で、毎年7月を強調月間として、法務省主催により全国展開されています。犯罪が起こるサイクルを変えるのは、あなたのまなざしです。犯罪からの立ち直りには、彼らを見守り支える地域社会のあたたかい心が必要です。

### ●できることから始めませんか？

犯罪からの立ち直りには、本人の努力はもちろんですが、周りの人の応援や地域の中に「居場所」があることが大きな後押しになります。立ち直ろうとする人を受け入れ、支える方法はさまざまです。何ができるかを一緒に考え、できることから始めてみましょう。

また、犯罪や非行が生まれるのは地域社会です。まずは、私たちが犯罪や非行をする人を生み出さない

家庭や地域づくりをしていく必要があるのではないのでしょうか。積極的に地域活動に参加することは、地域の結びつきを深め、犯罪の予防や抑制につながります。

市では、保護司会、更生保護女性会が中心となって、毎年、7月の強調月間に商業施設での街頭啓発や中学校でのあいさつ運動、ポスターや懸垂幕の掲示などの「社会を明るくする運動」を展開しています。この機会に犯罪や非行の防止などについて考えてみませんか。



昨年の街頭啓発の様子

## 「認知症を予防していつまでもいきいきと生活しましょう。」

65歳以上の高齢者のうち、認知症の人は推計15%で、平成24年時点で約462万人にのぼることが、厚生労働省研究班の調査で分かっています。認知症になる可能性がある軽度認知障害の高齢者も約400万人いると推計されています。65歳以上の4人に1人が認知症とその予備群となる計算です。このように認知症は年々増加しており、早い段階から予防することが望まれています。

今回は生活の中でできる予防方法を紹介します。

### ◆運動など、積極的に体を動かしましょう

認知症の予防にはウォーキングや水泳、ジョギングなどの有酸素運動が適しています。2日に1度、20から60分程度行いましょう。

### ◆食習慣を見直しましょう

肉よりも魚をしっかりと摂りましょう。特に青背の魚(アジやイワシなど)には動脈硬化を防ぎ、脳内

の血流をよくするEPAやDHAが多く含まれています。野菜と合わせて食べるとより効果があります。最近では、カレー粉に含まれるクルクミンが認知症を引き起こす物質の脳内蓄積を大きく減らすことが分かっています。

### ◆腹八分目を心がけましょう

食べ過ぎると、脳の老化が早まり、認知症になりやすくなります。また、歯が抜けてしまっている人ほど認知症になりやすいことも分かっています。

### ◆脳を鍛える活動に取り組みましょう

新しいことや新しいやり方に挑戦すると、脳内に新しい回路が生まれ、活性化します。新しい習い事を始めたり、作ったことのない料理に挑戦してみたりなど、積極的に新しいことに挑戦してみましょう。

情報ボックス

コラム

スポーツ

図書館

公民館

カレンダー

市政情報

スペシャルオリンピックス・南カルフォルニア2014年夏季招待大会出場  
(アメリカ合衆国ロサンゼルス〈陸上競技〉)

・鳥羽 哲平(和田)



### 全国大会出場

※全国大会出場の紹介は、本人の申し出により掲載しています。〈敬称略〉

### 第27回オールジャパンレディースボウリングトーナメント(静岡県)

- ・赤坂中学校3年 大林 令奈(多賀)

### 結果

#### 赤磐市ゴルフ選手権

- 開催日/5月5日
- 場所/赤坂レイクサイド・カントリークラブ
- 参加人数/44人

#### 結果

- 〈グロスの部〉
- ・優勝…笹野 一成(75)
  - ・準優勝…岩本 仁(79)
  - ・第3位…久戸 正典(80)



〈最高記録〉  
・Teamはやく(3808mm)

#### 成績

#### チャレンジデー

#### 空き缶積み上げ大会

- 開催日/5月28日
- 場所/山陽ふれあい公園
- 参加チーム/13チーム

- ・第4位…金平 康弘(81)
- ・第5位…岡本 浩之(81)
- ・第6位…血井 誠(82)
- ・第7位…黒田 英典(84)
- ・第8位…道越 康史(85)
- ・第9位…小坂真佐之(86)
- ・第10位…井本 智(87)
- 〈ネットの部〉
- ・優勝…岡本 浩之(69・0)
  - ・準優勝…道越 康史(70・6)
  - ・第3位…笹野 一成(71・4)
  - ・第4位…金平 康弘(71・4)
  - ・第5位…小坂真佐之(71・6)
  - ・第6位…井本 隆(72・4)
  - ・第7位…黒田 智(73・2)
  - ・第8位…長谷井賢治(73・4)
  - ・第9位…血井 誠(73・6)
  - ・第10位…久戸 正典(75・2)

### 東備安全狩猟射撃大会

- 開催日/4月28日
  - 場所/備前射撃場
  - 参加者/23人(赤磐市から)
- 成績
- 〈個人の部 Aクラス(55歳以下)〉
- ・第2位…福安 秀雄(山陽)
  - ・第3位…篠原 康人(山陽)

※赤磐市からは篠原康人さんが東備地域の代表として、7月13日(日)に備前射撃場で開催される県大会へ出場することになりました。

### 募集

#### 夏休みファミリースポーツまつり

スポーツを家族とともに楽しもうというこで、今回は「空き缶積み上げ」を行います。家族で協力して体を動かしながら誰よりも高く積み上げよう。その他ニュースポーツなども予定しています。暑い夏に家族との楽しい思い出を残しませんか。

- 日時/7月18日(金) 午後7時〜8時30分
- 場所/山陽ふれあい公園 体育館
- 対象/市内小学生とその家族
- 参加費/無料
- 持参物/体育館シューズ

- 主催/赤磐市教育委員会
- 赤磐市スポーツ推進委員会
- 申込期限/7月1日(火)
- 申し込み先
- ・スポーツ振興課
- ☎(0955)07388

### 赤磐市ジュニアゴルフ教室

- 日時・場所
- ①7月29日(火) 午前10時〜正午 赤坂レイクサイドカントリークラブ練習場
- ②8月29日(金) 午前10時〜正午 みのるゴルフ山陽ショートコース

- 参加対象/市内の小学3年生〜中学3年生
- 定員/各会場30人
- 参加費/500円/回(用具のレンタル無料)
- 申込期限/各開催日の10日前
- 主催/赤磐市体育協会、赤磐市ゴルフ協会
- 申し込み先
- ・みのるゴルフ山陽
- ☎(0955)22600

### 寄贈

#### グラウンド・ゴルフ場で利用者に活用を

5月26日、パナホーム(株)岡山支社から、スタートマット32枚が赤磐市グラウンド・ゴルフ場に寄贈されました。赤磐市グラウンド・ゴルフ場に



訪れた藤井支社長は「グラウンド・ゴルフ場の利用者のために活用してください」とスタートマットを手渡ししました。杉山教育長は「未長く大事に使わせてもらいます」とお礼の言葉を述べました。スタートマットはグラウンド・ゴルフ場32ホールに設置され、たくさんの人に喜ばれています。

### ◎お詫言と訂正

広報あかいわ6月号14ページに掲載の、ジュニアグラウンド・ゴルフ教室の開催日に誤りがありました。正しくは、7月21日(月・祝)でした。ご迷惑をおかけしましたことをお詫言し、訂正させていただきます。

◎問い合わせ・申し込み先／山陽ふれあい公園 ☎955-4432

ご不明な点は、お気軽にお問い合わせください。



ボディパンプ

山陽ふれあい公園では、プールや研修室、フィットネスアリーナを使用したプログラムを実施しています。皆さんお誘い合わせの上、山陽ふれあい公園へお越しください。

コース型プログラムとは、3カ月間で10回の教室を行うプログラムです。続けることで体の変化や楽しみを感じることが出来ます。心も体も元気になります！事前に申し込みが必要です（先着順）。

# コース型プログラムが始まります！ 山陽ふれあい公園

教室名	曜日	時間	定員	回数・参加費	
				3カ月払い	都度払い
◆続けて楽しい! 続けて効果がある! コース型プログラム〈対象:16歳以上/開催期:7月~9月(全10回)〉					
ヨガ	水	14:00 ~ 15:00	15人	7,200円	—
	金	18:45 ~ 19:45	15人	7,200円	—
	土	9:15 ~ 10:15	15人	7,200円	—
SLOWピラティス	火	9:15 ~ 10:00	15人	5,400円	—
		10:15 ~ 11:00	15人	5,400円	—
太極拳	火	14:00 ~ 15:00	10人	7,200円	—
元気はつらつ体操	水	15:15 ~ 16:00	15人	5,400円	—
初めてプール	水	10:15 ~ 10:45	10人	3,600円	—
初めてクロール	木	13:00 ~ 13:30	10人	3,600円	—
平泳ぎ初級	木	19:15 ~ 19:45	10人	3,600円	—
クロール中級	日	14:15 ~ 14:45	10人	3,600円	—
◆楽しく体を動かせるプログラム〈対象:16歳以上〉					
ボディコンバット	水	19:15 ~ 20:00	15人	4,500円	500円
	金	10:00 ~ 10:45	15人	4,500円	500円
ボディパンプ	木	19:30 ~ 20:15	15人	4,500円	500円
エアロフィットセラピー	火	19:15 ~ 20:00	15人	3,000円	400円
リズム&ストレッチ	水	9:20 ~ 9:50	15人	3,000円	400円
かんたんエアロ	水	10:00 ~ 10:40	15人	4,500円	500円
	金	20:00 ~ 20:40	15人	4,500円	500円
アクアウォーキング	火	13:15 ~ 13:45	15人	3,000円	400円
アクアジョギング	水	13:15 ~ 13:45	15人	3,000円	400円
アクアピクス	金	19:00 ~ 19:30	15人	3,000円	400円
◆子ども向けスイミング〈開催期:7月~9月(全10回)〉					
幼児クラス	火	15:15 ~ 16:15	24人	9,000円	—
	木	15:15 ~ 16:15	24人	9,000円	—
児童クラス	火	16:30 ~ 17:30	30人	9,000円	—
	木	16:30 ~ 17:30	30人	9,000円	—
◆子ども向けソフトテニス〈開催期:7月~9月(全10回)〉					
小学生初心者	土	17:30 ~ 18:40	10人	9,000円	—
小学生経験者・中学生	土	19:00 ~ 20:10	10人	9,000円	—

飛翔ソフトテニス

### ●利用案内

- ◇開館時間…午前10時～午後6時(中央図書館だけ木曜日は午後8時まで開館)
- ◇図書館休館日…毎週月曜日/館内整理日(12月を除く毎月最終金曜日)/年末年始(12月28日～1月4日)/特別整理期間
- ★はじめて本を借りるときはカウンターで「利用者カード」を作ってください。免許証、健康保険証、生徒手帳など住所、氏名が確認できるものをお持ちください。  
※市内に在勤・在学の方は勤務先・通学先がわかるものが必要です。  
※小学生以下は、保護者が申請してください。

### ●各図書館の問い合わせ先

- ◇中央図書館…☎955-0076/FAX 955-0083
- ◇赤坂図書館…☎957-2212/FAX 957-9450
- ◇熊山図書館…☎995-1273/FAX 995-3823
- ◇吉井図書館…☎954-9200/FAX 954-9201

### ■7月の休館日

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

■ 赤磐市内全図書館休館日

### 夏休み子ども向けイベント

中央図書館では、夏休み特別企画として、親子で楽しめる楽しいイベントを企画しました。どうぞご参加ください。

#### 「夏休み☆わくわくおはなし会」

『赤坂まるパンの会』の皆さんによる、内容もりだくさんの、夏休みお楽しみ会! 小さな子どもからおじいちゃんおばあちゃんまで、どなたでも参加できます。ぜひお越しください。

- 日時/7月26日(土) 午後2時～2時40分
- 場所/中央図書館 多目的ホール
- 対象/幼児～保護者
- 出演/赤坂まるパンの会
- 内容/大型紙しばい「一寸法師」ほか
- 参加費/無料 ■申し込み/不要

#### 「夏休み☆わくわく工作教室 ～ビー玉コロコロゲームを作ろう」(※要申込)

木の板で箱を作り、中にクギでビー玉が転がるコースや受け止めるところを作ると、ビー玉を転がしスタートからゴールをめざすゲームの完成! 箱の中に好きなイラストをかいたり、色をぬったりして、世界に一つだけのオリジナルゲームを作りましょう! 家族や友だちといっしょに遊んで楽しめます。



- 日時/7月27日(日) 午後1時30分～3時30分
- 場所/中央図書館 多目的ホール
- 対象/小学生と保護者(必ず保護者同伴)
- 講師/松本達郎さん
- 定員/小学生15人 ■参加費/無料
- 申込開始/7月1日(火) 午前10時
- 申し込み先/中央図書館(電話可)

### 課題図書・指定図書の貸出期間について

第60回青少年読書感想文全国コンクール課題図書・岡山県指定図書は、夏休みに貸出希望が集中します。そこで、多くの皆さんに利用していただくため、**7月1日から8月31日までの期間は、貸出期間を1週間とさせていただきます。**貸出中の場合は予約し、お早目にご利用ください。

### 図書館知っトク講座

#### 「ペットボトルで作るモビール」 (くらし安全課・中央図書館共催)(※要申込)

ペットボトルを好きな形に切り取ったり、それに絵を描いたりして、あらあら不思議、楽しいモビールに大変身! 子どもたちの手づくりモビールを飾りましょう!



- 日時/8月8日(金) 午前10時30分～正午
- 場所/中央図書館 多目的ホール
- 対象/幼児～小学生と保護者(必ず保護者同伴)
- 定員/20組 ■参加費/無料
- 申込開始/7月1日(火) 午前10時
- 申し込み先/中央図書館(電話可)

### きらり☆シアター:子ども版映画上映会

#### 『ふしぎの国のアリス』(75分)

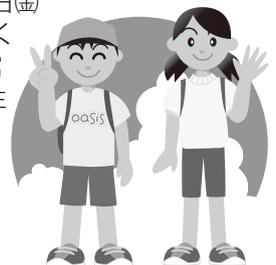
ある日、お姉さんと川の堤で本を読んでいたアリスの前を、時計を持った白ウサギが慌てて通り過ぎていく。後を追いかけたアリスは、ウサギと一緒に穴の中へ。そこは、ふしぎの国の入り口だった。

- 日時/7月19日(土) 午後2時～
- 場所/中央図書館 多目的ホール
- 参加費/無料 ■申し込み/不要

### チャレンジ図書館員大募集!

この夏休み、図書館の仕事をちょっとのぞいてみませんか? 本が大好きなあなた! ぜひ参加してね。

- 期間/7月29日(火)～8月8日(金) ※休館日・土日を除く
- 場所/赤坂・熊山・吉井図書館
- 対象/小学5～6年生、中学生
- 問い合わせ・申し込み先  
7月12日(土)までに  
各図書館へ



◆講座の受け付けは、各館とも午前9時からで、すべて先着順です。 ◆定員のあるものは、定員になり次第締め切ります。  
◆この公民館情報は、市ホームページでもご覧いただけます。市ホームページ▶<http://www.city.akaiwa.lg.jp/index.html>

●西山公民館 (西中220-1 / ☎955-0777)

夏休み工作教室

「たたきぞめ」で、しおりやハガキを作ろう。

- 日時 / 7月26日(土) 午前10時～11時30分
- 講師 / 手労研岡山支部
- 対象 / 小学1年生～3年生 ■定員 / 15人
- 参加費 / 200円 ■申込開始日 / 7月5日(土)

●山陽公民館 (山陽1-10 / ☎955-9777)

男の料理教室「おやじのエプロン」

- 日時 / 7月11日(金) 午前10時～午後1時
- 講師 / 日下 陽子 さん ■対象 / 一般男性
- 定員 / 16人 ■参加費 / 700円(材料代含む)
- 持ち物 / エプロン、三角巾、手拭、米1合
- 申込開始日 / 7月4日(金)

第47回ブルーシャトーコンサート  
「夕涼み～ハワイアン&フラダンス～」

椰子の木陰でアロハ!

- 日時 / 7月12日(土) 午後5時～6時30分  
(午後4時30分開場)
- 出演 / アロハメイツ&森絹代とフラシスターズ、  
「楽しいウクレレ教室」の皆さん
- 曲目 / 「月の夜は」「アロハ・ハワイ・ク・オネ・ハナウ」など
- 対象 / 乳幼児～一般 ■入場料 / 無料
- 申し込み / 不要

みんなでラジオ体操1・2・3 (※皆勤賞がです)

- 夏の朝、一日の始まりはラジオ体操で爽やかに!
- 日時 / 7月22日(火)～8月30日(土)  
午前6時30分～6時40分(日・祝は休み)
- 対象 / 小学生～一般 ■参加費 / 無料
- 申し込み / 不要

はじめての点字教室(全2回)〈初心者大歓迎〉

- 日時 / 7月25日(金)、8月1日(金) 午後1時～3時
- 講師 / 「点字サークルあい」の皆さん
- 対象 / 小学生～一般 ■定員 / 20人
- 参加費 / 100円 ■申込開始日 / 7月7日(月)

●赤坂公民館 (町苅田507 / ☎957-2211)

ノルディックウォーク体験教室

バランスを維持する2本のポールを使って歩きます。赤坂地域を楽しく歩いて健康づくりをしましょう!

- 日時 / 7月12日(土) 午前10時～正午
- 講師 / 岡山県ノルディックウォーク連盟公認指導員
- 対象 / 一般(初心者歓迎) ■定員 / 30人
- 参加費 / 300円(ポールレンタル代) ※ポール持参の人は無料
- 持ち物 / 運動のできる服装、靴、水筒
- 申込開始日 / 7月1日(火)

●熊山公民館 (松木623 / ☎995-1360)

夏休みわいわい広場「作文教室」(全3回)

作文への取り組みを学び、実際に書いてみよう!

- 日時 / 7月24日(木)、29日(火)、30日(水) 午後1時30分～4時30分
- 場所 / くまやまふれあいセンター会議室 ほか
- 講師 / 北川 久美子 さん ■対象 / 小学生
- 定員 / 25人 ■参加費 / 無料
- 持ち物 / 筆記用具、水筒
- 申込開始日 / 7月1日(火)

夏休みわいわい広場「工作教室」～ロールシロフォン作り～

木材を使って、自分だけの楽器を作ってみよう!

- 日時 / 7月26日(土) 午後1時30分～3時30分
- 講師 / 松本 達郎 さん ■対象 / 小学生
- 定員 / 20人 ■参加費 / 無料
- 持ち物 / 鉛筆や絵の具など木材に着色できるもの
- 申込開始日 / 7月1日(火)

楽しいカラオケ講座～あなたもスターに～

カラオケは体と心を元気にし、ストレス解消にも役立ちます。4回連続で開催し、秋の公民館まつりに成果発表会を開催予定です。

- 日時 / 7月28日(月)、8月25日(月)、9月29日(月)、10月27日(月)  
午後1時30分～4時
- 講師 / 小竿 行男 さん ■対象 / 一般
- 定員 / 15人 ■参加費 / 各回500円
- 持ち物 / 歌いたい歌のカラオケCD、楽譜
- 申込開始日 / 7月1日(火)

夏休みわいわい広場～夜の動物園～

夜の池田動物園で、昼間とは違う動物たちの様子を観察しよう!

- 日時 / 8月8日(金) 午後6時30分～9時30分
  - 場所 / 池田動物園(熊山公民館1階ロビー集合)
  - 対象 / 小学生 ■定員 / 20人
  - 参加費 / 1,000円(入園料込)
  - 持ち物 / 筆記用具、水筒、虫よけ
  - 申込開始日 / 7月14日(月)
- ※夜遅くなるので、食事をしてご参加ください。

●吉井公民館 (周匝136-1 / ☎954-1379)

天文教室(宙の楽校)2014

天体望遠鏡を操作して天体観測、パソコンも使うよ!

- 日時 / 7月18日(金) 午後7時～8時30分
- 場所 / 竜天天文台公園 ■対象 / 小学3年生～一般
- 定員 / 20人程度(先着順) ■参加費 / 100円
- 持ち物 / 使い慣れたノートパソコン(お持ちの人)、筆記用具
- 申し込み / 不要

■その他の公民館の住所・問い合わせ先

- 高月公民館 (穂崎848-1 / ☎086-229-9777)
- 笹岡公民館 (坂辺9 / ☎957-2214)

### ●中央公民館 (下市337 / ☎955-0069)

#### 元気もりもり講座(全9回)

健康で楽しい生活を送るために学んだり、仲間作りをしたりしてみませんか。

日 時	講座の内容
7月18日(金) 午後1時30分～3時	開講式 ～元気もりもり運動編①～ 「ロコモティブシンドローム」
8月22日(金) 午前10時～11時30分	～美味しく食べる口腔編～ 「お口の働き見直しましょう」
9月12日(金) 午前9時30分～午後1時	～食事ばっちり栄養編～ 「簡単な調理で栄養満点」
9月26日(金) 午前10時～正午	～元気もりもり運動編②～ 「転倒しない体づくりをプロから学ぼう」
10月6日(月) 午後2時～3時30分	～権利擁護編①～ 「認知症専門医から聞く認知症の予防や早期発見・早期治療とは？」
10月31日(金) 午前10時～正午	～権利擁護編②～ 「認知症になったときあなたや家族はどうしますか」
11月21日(金) 午前10時～11時30分	～元気もりもり運動編③～ 「ますます元気であるために」
12月12日(金) 午前10時～11時30分	～心の健康編～ 「笑いヨガでリフレッシュ」
1月9日(金) 午前10時～正午	閉講式 ～地域貢献編～ 「わ・た・し・だからできる地域貢献をみつけよう」

■対象／60歳以上 ■定員／40人

■参加費／500円(全9回分)

■申込開始日／7月1日(火)

※詳細については後日お知らせします。

#### セカンドライフ講座①

今までの人生を振り返りながら、これからの楽しく充実した生活を送るためのお話を聞きましょう。

■日時／7月29日(火) 午前10時～正午

■内容／「65歳からの未来計画ノート」作成 など

■講師／河合 行利 さん(中国シルバーライフ協会) ほか

■場所／桜が丘いきいき交流センター 視聴覚室

■対象／一般 ■定員／30人

■参加費／無料 ■申込開始日／7月1日(火)

#### ものづくりワークショップ②「ガラスのコラージュ」

市内在住の作家による丁寧な指導で、楽しくものづくりについて学びましょう。第2回目は「ガラスで額絵をつくらう」です。

■日時／8月3日(日) 午後1時30分～3時30分

■講師／堀口 華江 さん(ガラス作家)

■対象／小学生以上(小学生は親子で参加)

■定員／20人 ■参加費／500円(材料代含む)

■申込開始日／7月1日(火)

### ●中央公民館 (下市337 / ☎955-0069)

#### 子育て講座～子供の心の発達を学んでみませんか？～

子どもの心の発達と親や家族のあり方についてもっと知りたいと考えている人を対象に子育て講座を開催します。

開催日	講座の内容
9月2日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>教育相談のねらい、人間関係の意義とコミュニケーションの力</li> <li>基本的信頼感から自立と適応へ</li> <li>人間関係づくり10か条</li> </ul>
9月9日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>人間関係と心の成長</li> <li>人間関係の崩壊とストレス・不適応行動</li> <li>抑圧と家族力動</li> </ul>
9月16日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>人間関係を築くために</li> <li>①肌のふれあい ②声かけ</li> </ul>
9月30日(火)	③アイコンタクトと笑顔 ④遊ぶ
10月7日(火)	⑤聞く
10月14日(火)	⑥ほめる・認める・感謝する
10月21日(火)	⑦教える・提案する・頼む・励ます
10月28日(火)	⑩リラクゼーション
11月11日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>教育相談(人間関係)を支えるカウンセリング理論①</li> </ul>
11月18日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>教育相談(人間関係)を支えるカウンセリング理論②</li> </ul>
11月25日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>不適応行動</li> <li>①不登校 ②非行 ③いじめ</li> </ul>
12月2日(火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>発達障害</li> <li>自己理解</li> <li>①夢分析</li> </ul>
12月9日(火)	②バウムテスト ③エゴグラム

■時間／午前10時～11時30分

■講師／杉山 嘉弘 さん(川崎医療福祉大学非常勤講師)

■定員／40人

■参加費／3,000円(テキスト代2,500円含む)

■託児／希望者は事前に申し込みが必要

※1回1人につき負担金200円必要

■申込開始日／7月1日(火)

### ●西山公民館 (西中220-1 / ☎955-0777)

#### 思い出作り教室④

子どもたちの放課後支援を目的に身近な材料で工作・工芸の体験と、「大人が懐かしい」おもちゃ遊びを通じ、「しつけと思いやりの心」を学びます。

■日時／7月9日(火)～31日(木) 午後4時～5時

※火曜日、日曜日、祝日は教室を休みます。

■対象／幼児、小学生、一般 ■定員／なし

■参加費／無料

■申し込み／不要(期間中何回でも利用できます)

#### 家庭菜園(秋、冬)講座

家庭菜園に活かせる最新栽培テクニック習得のチャンス!

■日時／7月14日(月) 午前10時～正午

■対象／一般 ■定員／20人

■参加費／500円 ■申込開始日／7月5日(土)

■施設案内

山陽ふれあい公園屋内プール

一般プール(25m・水深1.1m・6コース)と幼児プール(13m・水深0.5m)があります。一般プールには、ウォーキング・遊泳専用コースを設置しています。



- ◇**利用料金** ※( )は中学生以下
- ・当日券…400円(200円)
  - ・回数券(11回分)…4,000円(2,000円)
  - ・会員券…1カ月・3カ月・6カ月・1年券があります。

●7月の休日当番医 (窓口受付 9:00~17:00)

6日(日)	戸田小児科医院	☎955-3121
	ますだ眼科クリニック	☎958-5558
13日(日)	赤磐医師会病院(小児科)	☎955-6688
	吉井医院	☎955-5515
20日(日)	赤磐市民診療所	☎995-1251
	長島病院	☎086-952-1355
21日(月)	梶原内科	☎955-3750
	吉井外科医院	☎086-952-3331
27日(日)	越宗医院	☎957-3035
	間阪内科	☎086-952-1717

※■は、公益社団法人赤磐医師会管内の岡山市東区瀬戸町地域にある医療機関です。当番医については6月11日現在です。受診する場合は、あらかじめ確認してください。

●今月の相談 (相談は無料で秘密は堅く守られます)

相談内容	日 時	場 所	問い合わせ先
【消費生活】	月曜日～木曜日(祝休日を除く) 10:00～16:00	本庁2階 消費生活相談室	本庁暮らし安全課暮らし安全班 ☎955-4783
【無料法律】※要予約 岡山弁護士会所属弁護士 奥田 哲也・賀川 進太郎	7月11日(金) 13:00～16:00	山陽産業会館2階 ふるさと交流室	本庁協働推進課 人権・男女共同参画班 ☎955-1114
【なやみごと(人権)】 相談員／人権擁護委員	7月9日(水) 13:00～16:00	山陽産業会館2階 ふるさと交流室	本庁協働推進課 人権・男女共同参画班 ☎955-1114
【行政】 相談員／行政相談委員	7月16日(水) 13:00～15:00	仁美農村振興センター	吉井支所市民生活課 ☎954-1183

●7月の税などを期限内に納めましょう

固定資産税	2期
国民健康保険税	2期
介護保険料	2期
後期高齢者医療保険料	1期

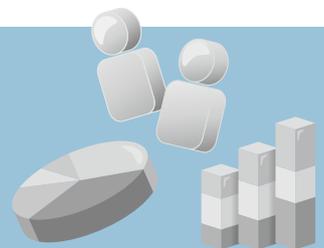
※期限は7月31日まで

●赤磐市の人口

(平成26年6月1日現在)

人 口	44,803 人 (- 2)
男 性	21,464 人 (+ 4)
女 性	23,339 人 (- 6)
世 帯 数	17,627 世帯 (+ 9)

※( )は5月1日との差



●平成26年5月赤磐市火災・救急発生状況

※( )は平成26年の累計

	火 災 別				計	救 急 別				計
	建物	林野	車両	その他		交通	急病	一般	その他	
本署	0 (0)	0 (0)	1 (2)	1 (4)	2 (6)	7 (45)	35 (241)	12 (65)	10 (61)	64 (412)
東出張所	1 (2)	0 (1)	0 (0)	0 (0)	1 (3)	4 (22)	14 (114)	3 (30)	7 (25)	28 (191)
北出張所	1 (2)	0 (2)	0 (0)	0 (0)	1 (4)	5 (15)	12 (80)	2 (15)	3 (8)	22 (118)
計	2 (4)	0 (3)	1 (2)	1 (4)	4 (13)	16 (82)	61 (435)	17 (110)	20 (94)	114 (721)

●平成26年5月赤磐市内交通事故発生状況(概数)

(赤磐警察署調べ)

	総件数	人身件数	死亡者数	重傷者数	軽傷者数	物損件数
26年5月中	96	31	0	1	31	65
25年5月中	82	32	0	1	42	50
増 減	14	-1	0	0	-11	15
26年5月末	458	122	0	8	154	336
25年5月末	409	113	1	8	140	296
増 減	49	9	-1	0	14	40

●今月の交通標語「交差てん 見のがさないでね 小さい手」

### ●7月の検診・定期救急講習など

1 火	
2 水	㊟桜が丘いきいき交流センター ㊟桜が丘出張所
3 木	
4 金	●乳がん(視触診)検診[熊山地域]
5 土	㊟桜が丘出張所
6 日	
7 月	㊟山陽郷土資料館
8 火	●1歳6か月児健診(山陽保健センター) 受付12:45~13:15
9 水	㊟桜が丘いきいき交流センター ㊟桜が丘出張所
10 木	★交通安全日 ★交通事故・交通違反ゼロの日
11 金	●育児相談(山陽保健センター) 受付9:45~10:30 ★犯罪ゼロの日
12 土	㊟桜が丘出張所
13 日	
14 月	㊟山陽郷土資料館
15 火	●3歳児健診(山陽保健センター) 受付12:45~13:15
16 水	●2歳6か月児歯科健診(山陽保健センター) 受付12:45~13:15 ㊟桜が丘いきいき交流センター ㊟桜が丘出張所
17 木	●育児相談(吉井保健センター) 受付9:45~10:30
18 金	●乳がん(視触診)検診[熊山地域]
19 土	㊟桜が丘出張所
20 日	★交通事故・交通違反ゼロの日
21 月	㊟山陽郷土資料館 ㊟桜が丘出張所
22 火	
23 水	㊟桜が丘いきいき交流センター ㊟桜が丘出張所
24 木	●幼児歯科教室(山陽保健センター) 受付9:30~10:00、13:00~13:30 いずれか※要申込
25 金	★交通安全日
26 土	㊟桜が丘出張所
27 日	●定期救急講習(赤磐市消防本部会議室) 9:00~12:00
28 月	㊟山陽郷土資料館
29 火	●乳児健診(山陽保健センター) 受付12:45~13:15
30 水	㊟桜が丘いきいき交流センター ㊟桜が丘出張所 ★交通事故・交通違反ゼロの日
31 木	●乳がん(マンモグラフィ)検診[熊山地域]

### ●7月のスポーツ施設スケジュール

	山陽ふれあい公園			吉井B&G海洋センター		
	屋 内 プ ール					
	10:00 ▼ 20:30	13:00 ▼ 20:30	9:00 ▼ 16:30	10:00 ▼ 12:00	14:00 ▼ 16:00	18:30 ▼ 20:30
1 火	○			休館日		
2 水	○			○	○	○
3 木	○			○	○	○
4 金	○			○	○	○
5 土	○			○	○	○
6 日			○	○	○	
7 月	休館日			休館日		
8 火	○			休館日		
9 水	○			○	○	○
10 木	○			○	○	○
11 金	○			○	○	○
12 土	○			○	○	○
13 日			○	○	○	
14 月	休館日			休館日		
15 火	○			休館日		
16 水	○			○	○	○
17 木	○			○	○	○
18 金	○			○	○	○
19 土	○			○	○	○
20 日			○	○	○	
21 月			○	○	○	
22 火	休館日			休館日		
23 水	○			休館日		
24 木	○			○	○	○
25 金	○			○	○	○
26 土	○			○	○	○
27 日			○	○	○	
28 月	休館日			休館日		
29 火	○			休館日		
30 水	○			○	○	○
31 木	○			○	○	○

○屋内プール一般開放

#### ■開館時間と利用料金

◇山陽ふれあい公園 (☎955-4432)

平日・土曜日 午前9時~午後9時(日曜日・祝日 午後5時まで)

[プール] 高校生以上400円、中学生以下200円

※市内在住で65歳以上の人、障害者手帳または療育手帳をお持ちの人は利用料が半額になります。受付へ証明書を提示してください。

[トレーニングルーム] 300円

※トレーニングルームのご利用は高校生以上で初心者講習修了者に限ります。初心者講習は開館時間内でいつでも受講できます。

◇吉井B&G海洋センター (☎954-2323)

平日・土曜日 午前9時~午後9時(日曜日・祝日 午後5時まで)

[プール] 高校生以上100円、中学生以下50円

[トレーニングルーム] 100円

※トレーニングルームのご利用は高校生以上です。

## メール119番・FAX119番通報システム

メール119番・FAX119番通報システムとは、聴覚に障害のある人、音声や言語機能に障害のある人、病気で話せなくなった人など、電話での119番通報が困難な人が、携帯電話やパソコンで利用しているeメール、またはFAXを使用して赤磐市消防本部に通報できるシステムです。利用する場合は申請が必要ですので、お問い合わせください。

### ■問い合わせ・申請先

- ・本庁社会福祉課 ☎955-1115
- ・赤坂支所健康福祉課 ☎957-4822
- ・熊山支所健康福祉課 ☎995-1293
- ・吉井支所健康福祉課 ☎954-1374

## 国民健康保険に関するお知らせ

### ■70歳以上75歳未満

#### <高齢受給者証の更新>

現在お持ちの高齢受給者証を毎年8月に更新します。新しい高齢受給者証を7月下旬に送付しますので、記載内容を確認して、8月1日からご使用ください。

#### <限度額適用・標準負担額減額認定証の申請>

市民税非課税世帯の人で、医療機関窓口での支払額が高額療養費の自己負担限度額までとなり、入院時の食事代も減額になる「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は7月末です。引き続き対象となる人は再度申請が必要です。8月から使用できる認定証の交付は、事前に申請した場合も8月1日以降に順次郵送します。お急ぎの場合は、あらかじめご相談ください。

### ■70歳未満

#### <限度額適用認定証、標準負担額減額認定証の申請>

医療機関窓口での支払額が、高額療養費の自己負担限度額までとなる「限度額適用認定証」と、市民税非課税世帯の人で、入院時の食事代が減額になる「標準負担額減額認定証」の有効期限は7月末です。引き続き認定証が必要な人は、再度申請が必要です。8月から使用できる認定証の交付は、事前に申請した場合も8月1日以降に納付状況などを確認した上で順次郵送します。お急ぎの場合は、あらかじめご相談ください。

なお、「限度額適用認定証」は、国民健康保険税の滞納がある世帯には交付できません。

### ■問い合わせ先

- ・本庁市民課国保年金班 ☎955-1113
- ・赤坂支所市民生活課 ☎957-2222
- ・熊山支所市民生活課 ☎995-1214
- ・吉井支所市民生活課 ☎954-1183

## 年金相談（※完全予約制）

■日時 7月9日(水) 午前10時～正午、午後1時～3時

■場所 吉井会館 農事實習室

■相談員 岡山東年金事務所 年金専門官

※相談は完全予約制になりますので、あらかじめ相談時間を予約してください。

### ■予約受付窓口

- ・本庁市民課国保年金班 ☎955-1113

## 国民年金保険料の免除・納付猶予制度

国民年金には、経済的な理由などから保険料を納めることが困難な場合には、本人の申請により、保険料の免除または納付が猶予される制度があります。

すでに申請している人で7月以降も引き続き希望する人は新たに申請が必要です。

### ■問い合わせ先

- ・本庁市民課国保年金班 ☎955-1113
- ・赤坂支所市民生活課 ☎957-2222
- ・熊山支所市民生活課 ☎995-1214
- ・吉井支所市民生活課 ☎954-1183

## ジェネリック医薬品に関する差額通知をお送りします

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、新薬の特許が切れた後に製造販売され、国が新薬と同等と認めた安価な医薬品です。厚生労働省は、「平成29年度までに、ジェネリック医薬品の数量シェアを60%以上にする」という目標を掲げ、使用を推進しています。

赤磐市国民健康保険でも、国保の財政と個人の負担を少しでも軽減するために、8月下旬から「ジェネリック医薬品に関するお知らせ」の送付を始めます。

このお知らせは、使用中の新薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、1カ月の自己負担額が一定額以上安くなる被保険者にその差額をお知らせするものです。

処方されている医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合は、医師または薬剤師に「ジェネリック医薬品への切り替えを希望します」と伝えるか、初回のお知らせと同封する「ジェネリック医薬品お願いカード」を提示してください。

◎ジェネリック医薬品は、新薬と全く同じではなく、形や色、味なども異なる場合があります。また、切り替えができない場合もありますので、主治医や薬剤師に十分ご相談ください。

### ■問い合わせ先

- ・本庁市民課国保年金班 ☎955-1113

## 滞納処分を強化!!

市では現在、市の税金の滞納者に対する『滞納処分』を厳正に実施しています。病気や失業など特別な理由により市税などを納期限内に納めることができない人は、納期限までに必ずご相談ください。

■問い合わせ先 本庁収納対策課 ☎955-0950

## 赤磐市介護保険事業計画策定委員会の会議内容および開催の予定

### ■第1回策定委員会

5月21日に開催した会議の内容は次のとおりです。

- 委嘱状交付
- 委員長および副委員長の選出
- 計画策定の概要について
- アンケート調査内容について

### ■第2回策定委員会

- 日時／10月10日(金) 午後1時30分～
  - 場所／本庁2階中会議室
- ※委員会は傍聴できます。

### ■問い合わせ先

- 本庁介護保険課 ☎955-1116

## 狂犬病予防臨時集合注射

生後91日以上の子犬を飼っている人は、狂犬病予防法により年1回の狂犬病予防注射の接種と狂犬病予防注射済票の交付を受けなければなりません。次の日程で集合注射を行いますので、お済みでない人は接種をお願いします。接種費用はお問い合わせください。

■実施日 7月6日(日)

### ■実施時間・場所

9:00～ 9:10	山陽公民館
9:25～ 9:45	桜が丘いきいき交流センター 北側駐車場
10:00～10:10	熊山支所
10:50～11:00	吉井支所
11:30～11:40	赤坂支所
11:50～12:00	赤磐市役所

### ■問い合わせ先

- 本庁環境課 ☎955-5347

## 東日本大震災の義援金受付の延長・報告

東日本大震災で被災された皆さんへの援助の一助として取り組んできました災害義援金の受付を平成27年3月31日まで延長します。

これまでにお預かりした義援金の総額は、平成26年3月31日現在で6,621,550円です。お預かりした義援金は、日本赤十字社を通じて、被災地へお届けしています。温かいご支援・ご協力に心より感謝するとともに、今後とも被災者支援へのお力添えをお願いします。

■募金受付期間 平成27年3月31日まで(開庁日の午前8時30分～午後5時15分)

■募金箱設置場所 本庁1階 会計課窓口

### ■問い合わせ先

- 本庁くらし安全課 ☎955-2650

## 不妊に悩む人への特定治療支援事業

市では、不妊治療のうち、治療費が高額となる体外受精や顕微授精(特定不妊治療)について、経済的な負担の軽減を図るため、岡山県の助成制度に上乘せして医療費の一部を助成しています。

今年度、県の制度の変更により、市の制度も次のとおり変更しています。

- ①事業の名称が「赤磐市不妊に悩む方への特定治療支援事業」となりました。
- ②「市に1年以上住所を有する夫婦であること」の「1年以上」という要件を廃止しました。
- ③助成回数が変更となります。

平成26年度以降に新規で助成制度を利用される人のうち、治療開始時の妻の年齢が40歳未満である場合は、年間助成回数と助成期間の限度は廃止され、通算助成回数は6回までとなります。

※平成25年度までに制度を利用されたことのある人、平成26年度以降に新規で制度を利用される人で治療開始時の妻の年齢が40歳以上の人については、平成27年度まで1年度当たり2回(初年度は3回まで)を限度とし、他の自治体で助成された年度を含めて通算5カ年度(通算回数は10回まで)となります。

申請に必要な書類は窓口にあります。詳しくは、お問い合わせください。

### ■問い合わせ先

- 本庁健康増進課 ☎955-1117
- 赤坂支所健康福祉課 ☎957-4822
- 熊山支所健康福祉課 ☎995-1293
- 吉井支所健康福祉課 ☎954-1374

## 生ごみ処理容器を購入しませんか

市では、ごみ減量化の一環として、生ごみ処理容器購入費の補助を行っています。

1世帯につき、電気式生ごみ処理容器は1基、それ以外の生ごみ処理容器(コンポストなど)は2基までで、3万円を上限に購入費用の2分の1以内(100円未満は切り捨て)の補助をしています。

補助金の交付を受けるためには、購入前に申請書を提出する必要があります。詳しくはお問い合わせください。

### ■お問い合わせ・申請先

- ・本庁環境課 ☎955-2017
- ・赤坂支所市民生活課 ☎957-2222
- ・熊山支所市民生活課 ☎995-1214
- ・吉井支所市民生活課 ☎954-1183

## 「人権尊重都市宣言」(素案)への意見募集

市は今年度、合併10周年の節目を迎え、これを契機として、市民のさらなる人権意識の高揚を図るため、「人権尊重都市宣言」を制定するにあたり、市民の皆さんから素案への意見を募集しています。

■対象 市内に在住・在勤・在学の人

### ■宣言(素案)の閲覧方法

- ・市ホームページ
  - ・窓口(本庁協働推進課・各支所市民生活課)での閲覧
- ※平日 午前8時30分～午後5時15分

■募集期限 7月22日(火)必着

■意見の提出方法 指定様式に住所・氏名・連絡先・該当箇所・意見を記入し、郵便・FAX・市ホームページからの電子申請・持参のいずれかの方法で提出してください(電話ではお受けできません)。

※指定の様式は、閲覧窓口に備え付けてあります。市ホームページからもダウンロードできます。

### ■その他

- ・ご意見に対する個別の回答は行いません。
- ・ご意見に対する市の考え方は、内容ごとに整理、分類した上で後日公表します。
- ・ご意見の内容は、個人情報を除くなど適宜修正を加え公表することがあります。

### ■お問い合わせ・提出先

- ・本庁協働推進課 ☎955-1114 / FAX 955-1353

## 山陽浄化センターで 小水力発電実証実験を見学できます

市では、下水道処理水を有効に活用するため、官民連携による小水力発電実証実験を行っています。この実験を見学することができます。詳しくは環境課までお問い合わせください。

■場所 赤磐市山陽浄化センター

### ■問い合わせ・申し込み先

- ・本庁環境課 ☎955-5347

## 協定を締結して災害時に備えています 災害時における各種協力協定を締結

市では、3月から4月にかけて、各種団体および企業と4件の災害時における協力協定を締結しました。

- ①避難行動要支援者の福祉避難施設としての「山陽老人福祉センターみのり荘」の使用について、『災害時における福祉避難所施設利用に関する協定』を(社)赤磐市社会福祉協議会と3月27日に締結
- ②避難所などの応急生活資機材の調達について、『災害時における資機材調達に関する協定』を(株)レンタルのニッケン岡山営業所と3月27日に締結。
- ③さくらんぼ保育園を桜が丘東2丁目町内会の避難所として使用することについて、『災害時における緊急一時避難所としての施設使用に関する協定』を桜が丘東2丁目町内会および(社)岡山子ども協会と3月30日に締結。
- ④避難所などにおけるLPガスや燃焼器具の円滑な供給について、『災害時におけるLPガス等の供給に関する協定』を岡山県LPガス協会赤磐支部と4月15日に締結。

今後は、防災訓練などへの参加や、市民の安全安心のためにご協力いただきます。

### ■問い合わせ先

- ・本庁くらし安全課 ☎955-2650



(写真は①の協定締結時)

# 学校相談窓口

専用回線開設!

☎070-5053-3082

いじめ、不登校、非行、学習、行動、性格など教育に関する悩みを相談してみませんか。総合相談窓口として「保護者」「子ども」「学校」からのご相談をお受けします。

■電話相談(受付)・面接相談

月曜日～金曜日(午前9時～午後5時)

■学校相談員 3人

■所在地 下市337(市役所の隣)

■問い合わせ先

・教育委員会学校教育課 ☎955-0972

## 県内8市で「移住・定住のための住まい探しの支援に関する協定」を締結

5月23日、岡山市役所で、県外からの移住希望者に対し連携自治体間で相互に住宅情報の提供を行う支援協定を締結しました。

協定には、県宅地建物取引業協会・県不動産協会も参加しており、各自治体の住宅情報が共有されます。これにより、移住希望者などからの相談に対し、どの自治体の窓口からでも、希望に合った赤磐市の物件情報が提供されることになり、赤磐市の「空き家情報バンク」の情報も、いっそう有効に活用されることが期待されます。

■問い合わせ先

・本庁秘書企画課 ☎955-2692



## 教育委員の任命・選任

市教育委員会は、教育委員に内田恵子さん(沢原・63歳)を任命(再任)しました。委員の任期は5月20日から4年間です。

また、委員長に内田恵子さんを選任(再任)しました。委員長の任期は5月20日から1年間です。



■問い合わせ先

・教育委員会教育総務課  
☎955-6807

## 赤磐市青少年問題協議会を開催しました

5月27日、中央図書館多目的ホールで、赤磐市青少年問題協議会を開催しました。

赤磐警察署から市内の少年非行の概況などについて報告を受けた後、市や議会、区長会、町内会、小中学校、保護司会などの代表で構成するこの協議会で、新プロジェクトの推進を決定しました。「あかいわモモちゃんプロジェクト」と名付けられた新プロジェクトでは、①中学生ボランティアの養成、②児童生徒の規範意識の高揚、③学校と警察の連携強化、④学校への防犯カメラの設置、これら4項目を推し進めます。

また、これらのほか、明るい家庭づくり作文の募集をはじめ、青少年健全育成推進大会の開催、青色回転灯を装備した「青パト」の追加導入にも取り組み、地域の子どもたちの健全育成を図ります。

■問い合わせ先

・本庁秘書企画課 ☎955-2692



## 人権標語募集(一般の部)

市と市教育委員会では、お互いの人権が尊重される社会を目指し、人権標語を募集します。

■**内容** 思いやりの大切さを呼びかける標語、人権尊重の大切さを訴える標語などあらゆる人権に関する標語。

■**応募資格** 高校生以上の赤磐市在住、在勤、在学の人  
※子どもの部(小中学生)については原則、学校を通じての募集となります。

■**応募方法** A4版サイズまでの用紙に標語(30字以内)と氏名、住所、連絡先を記載の上、応募して下さい。応募用紙は、担当課窓口にあります(市ホームページにも掲載しています)。

■**募集期限** 9月2日(火)必着



## ■注意事項

- 応募作品は1人1点までで、未発表のものに限ります。
- 応募作品の著作権などに関わる問題が生じた場合は、すべて応募者の責任とします。
- 応募作品の使用などに関する権利は、すべて主催者に帰属するものとします。
- 応募時に記入した氏名などの個人情報は、人権啓発のために使用し、他の目的には一切使用しません。

## ■その他

- 優秀作品の出品者は、12月7日(日)開催の「人権を考えるつどい」で表彰を行います。
- 優秀作品は、平成27年版赤磐市人権啓発カレンダーに掲載します。また、人権啓発作品展(1月予定)など、機会をとらえて掲示を行います。
- 応募者全員に参加賞があります。

## ■問い合わせ・提出先

- 本庁協働推進課 ☎955-1114
- 赤坂支所市民生活課 ☎957-2226
- 熊山支所市民生活課 ☎995-1214
- 吉井支所市民生活課 ☎954-1183

～人“いきいき”まち“きらり”～

# 赤磐市じんけん学習講座

テーマ  
人権意識の向上を  
目指す環境づくり

笑顔と思いやりの輪を広げていきましょう。皆さんの申し込みをお待ちしています。

■**期間** / 7月24日(木)～12月25日(木) (6回継続講座) ※4講座以上受講した人には、修了証を発行します。

■**場所** / 中央公民館ほか ■**募集定員** / 30人(市内在住・在勤・在学の人)

■**参加費** / 無料 ■**申込期限** / 7月17日(木)



日時	講座内容 / 講師	場所
7月24日(木) 午後3時～5時	開講式 ▶ 講義 = 「みんなの人権」 ▶ 講師 = 教育委員会社会教育課 社会教育指導員 / 松田 孝 さん	中央公民館 2階 視聴覚室
8月1日(金) 午後3時～5時	▶ 講義 = 「子ども虐待防止について」 ▶ 講師 = 岡山県福祉相談センター 総務企画課主任 / 青井 美帆 さん (男女共同参画セミナー共催)	中央公民館 2階 視聴覚室
8月21日(木) 午後3時～5時	▶ 講義 = 「子どもを取り巻くインターネットの身近な危険性 ～ゲーム機・タブレット・スマホ等の最新事情～」 ▶ 講師 = 環太平洋大学・就実大学 非常勤講師 / 筒井 愛知 さん	中央公民館 2階 視聴覚室
8月28日(木) 午後3時～5時	▶ 講義 = 「子どもの心の発達と家族や教師の役割 ～子どもの人権を中心として～」 ▶ 講師 = 倉敷芸術科学大学・川崎医療福祉大学・旭川荘厚生専門学院 非常勤講師 / 杉山 嘉弘 さん	中央公民館 2階 視聴覚室
12月7日(日) 午後1時30分～3時	▶ 講演 = 人権を考えるつどい	くまやまふれあい センター
12月25日(木) 午前8時30分 ～午後5時	フィールドワーク(視察研修)	福山市人権平和資料館 ホロコースト記念館

●問い合わせ・申し込み先 / 教育委員会社会教育課人権社会教育班 ☎955-0783 ・ FAX955-6060

# 情報公開制度

市では、公正で開かれた市政を一層推進するために情報公開制度を実施しています。

この制度は、市の職員が職務上作成し、または取得した文書・図画などの公文書を皆さんが閲覧したり、写しを請求したりできるものです。市政と皆さんとの相互のよりよい信頼関係を築いていくために、より有効な情報提供などに努めます。制度をご活用ください。

平成25年度  
運用状況

### ●公文書開示請求の状況

実施機関	請求件数		処理状況				
		期間延長 (内数)	開示	部分開示	不開示	却下	取下げ
市長	25	0	8	12	5	0	0
教育委員会	3	0	3	0	0	0	0
消防長	1	0	0	1	0	0	0
議会	4	0	3	0	0	1	0
農業委員会	4	0	0	4	0	0	0
公営企業管理者	2	0	2	0	0	0	0
合計	39	0	16	17	5	1	0

### ●不服申し立ておよびその処理状況

①不服申し立て件数…0件 ②不服審査会での答申…0件

③不服審査会での審理中案件…0件

※①不服申し立て件数には、前年度からの継続案件は含みません。

# 個人情報保護制度

市では、個人情報保護制度により皆さんの個人情報を保護し、公正で信頼される市政の推進を図っています。

この制度は、市が保有する個人情報の基本的な取り扱いのルールを定めるとともに、市に自分の個人情報を管理されている人が、自分自身の個人情報を閲覧したり訂正したりすることができるものです。

平成25年度  
運用状況

### ●個人情報登録業務の届け出件数

実施機関	届け出件数
合計	0件

### ●個人情報登録業務内容

個人情報登録業務の届出はありませんでした。

### ●開示請求などの件数および処理状況

実施機関	請求件数		処理状況				
		期間延長 (内数)	開示	一部開示	拒否	却下	取下げ
市長	7	0	6	1	0	0	0
消防長	1	0	0	1	0	0	0
合計	8	0	6	2	0	0	0

※訂正または削除の請求、目的外利用などの中止の請求はありませんでした。

### ●不服申し立ての状況

不服申し立てはありませんでした。

●制度に関するお問い合わせ・相談は、総務部総務課(☎955-4782)まで

## 臨時福祉給付金

所得の低い人の負担を緩和

### ■支給対象者

- 平成26年度分の住民税(市民税・県民税)が課税されていない人  
※ただし、課税されている人の扶養親族である場合や生活保護制度の被保護者となっている場合などは除く。

### ■支給額

- 1人につき10,000円
- 次にあてはまる人は1人につき5,000円を加算<加算対象者>
  - ・老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金などの受給者で、平成26年3月分の受給権があり、4月分または5月分の年金の支払いがある人
  - ・児童扶養手当、特別児童扶養手当、障害児福祉手当、特別障害者手当などの受給者で、平成26年1月分の手当を受給している人

## 子育て世帯臨時特例給付金

子育て世帯の負担を緩和

### ■支給対象者

- 次のどちらの要件も満たす人
  - ①平成26年1月分の児童手当・特例給付\*を受給  
\*特例給付とは、所得が高額な人に、児童1人当たり月額5,000円を支給しているものこと。
  - ②平成25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満  
\*例えば、夫婦と子2人の世帯で、世帯主が妻と子を扶養している場合の限度額は、給与収入ベースで960万円。詳しくはお問い合わせください。

### ■対象児童

- 支給対象者の平成26年1月分の児童手当・特例給付の対象となる児童  
※ただし、「臨時福祉給付金」の対象となる児童や生活保護の受給者となっている児童などは除く。

### ■支給額

- 対象児童1人につき10,000円



## 申請方法

7月上旬に送付される申請書類を確認し、支給要件を満たす人は、申請書に必要事項を記入した上で、必要書類と一緒に返送または受付窓口へ提出してください。

※平成26年1月1日時点で住民票が赤磐市にある人が対象

- 受付窓口／本庁1階第1会議室「給付金」窓口および各支所健康福祉課
- 申請期間／7月1日(火)～10月1日(水) 必着
- 提出書類／①申請書 ②本人確認書類…運転免許証、住民基本台帳カード、健康保険証、障害者手帳、介護保険被保険者証などの写し ③受け取りに指定する口座が確認できる書類…金融機関名、口座番号、口座名義人(カナ)がわかる通帳やキャッシュカードの写し(「子育て世帯臨時特例給付金」の受け取りに児童手当の受取口座を指定する場合は不要です)

※①～③以外にも必要に応じて提出していただく書類がありますので、申請書をご確認ください。

※金融機関口座を持っていないなど、振込みによる支給が困難な場合には窓口で受け取ることができます。

## Q & A コーナー

### Q. 住民税(市民税・県民税)が課税されているかどうか、どうすれば分かりますか?

A. 例えば、6月中旬に税務課から納税通知書が送付されている場合、給与から天引きされている場合、ご自身の給与や年金の収入が非課税限度額以上の場合には、基本的に住民税が課税されています。

#### 【住民税が課税されない限度額の例】

- ・単身の公的年金受給者の場合

区分	非課税限度額※(年金収入ベース)
単身 65歳以上	148万円
単身 65歳未満	98万円

※障害者、未成年、寡婦または寡夫、扶養親族の有無などで限度額が異なります。また、障害基礎年金など非課税所得は算定には含まれません。

### 振り込み詐欺にご注意ください!!

市などが臨時福祉給付金や子育て世帯臨時特例給付金の手続きに関する手数料の支払いや振込を求めたり、ATM(現金自動預払機)の操作をお願いしたりすることは絶対にありません。不審な電話などがあった場合は、すぐに市の窓口または警察署に連絡してください。

### ■制度に関する問い合わせ先

- ・厚生労働省専用ダイヤル ☎0570-037-192

### ■申請方法に関する問い合わせ先

- ・本庁「給付金窓口」 ☎955-1267
- ・本庁社会福祉課 ☎955-1115

※受付時間／午前9時～午後5時(平日)

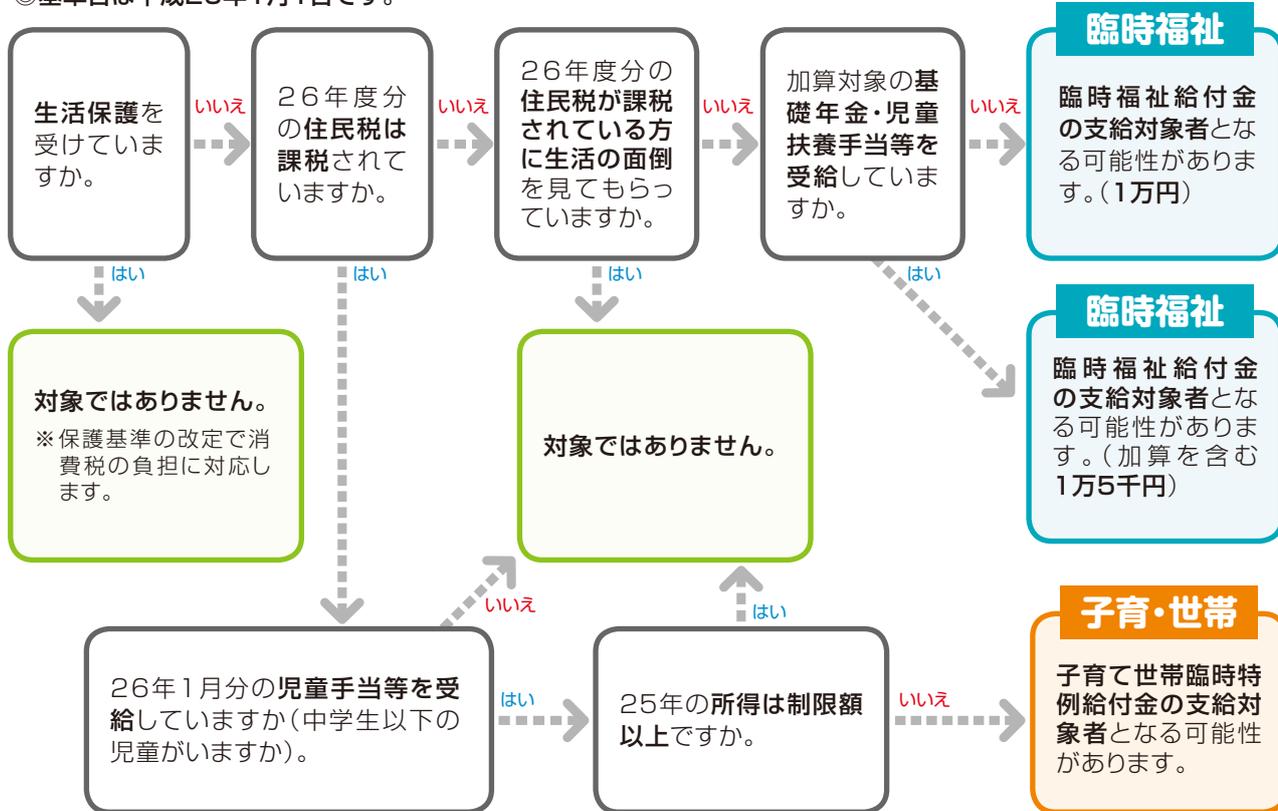
# 臨時福祉給付金・ 子育て世帯臨時特例給付金 を支給します

消費税率の引上げによる負担を緩和するため、非課税世帯や子育て世帯など支給要件を満たす人に「臨時福祉給付金」または「子育て世帯臨時特例給付金」のどちらかを支給します。

7月上旬に、支給の対象になると思われる人へ申請書類を送付しますので、支給要件を満たす人は、申請書に必要事項を記入し、必要書類と一緒に10月1日(水)までに提出してください。(郵送可)

## 対象者診断チャート

◎基準日は平成26年1月1日です。



※当チャートはあくまで一般的な場合を想定しています。ご不明な点はお問い合わせください。

**(注意1)** 給付金の基準日は、平成26年1月1日です。給付金は、原則として、この基準日時点で住民票がある市町村から支給されます。申請手続きについてのお問い合わせは、基準日時点で住民票があった市町村へお願いします。

**(注意2)** 基準日時点で福祉施設に入所している場合やDV被害者、いずれの市町村にも住民票がない人などは、赤磐市で申請を受け付けることができる場合がありますので「給付金窓口」にお問い合わせください。

**(注意3)** 基準日に生まれた人は対象になりますが、基準日以降に生まれた人や基準日から支給決定までの間に亡くなった人は対象になりません。

**(注意4)** 「臨時福祉給付金」の申請書類は、住民税が課税されている世帯へは送付しませんが、課税世帯の中に扶養されていない非課税の人がいる場合は支給要件を満たす可能性がありますので、「給付金窓口」へお問い合わせください。

**(注意5)** 「子育て世帯臨時特例給付金」の申請書類は、公務員へは送付しませんので勤務先にご確認ください。



## 県外から桃の栽培方法を視察 全国モモ研究大会

5月15日と16日に、第50回全国モモ研究大会が「夢あるモモづくり～次世代につなぐ産地の心～」をテーマに、岡山県内で開催されました。

16日には、赤磐市鴨前地区の桃畑で産地視察が行われ、県外からの参加者212人が訪れました。参加者は、赤磐市の誇る桃の栽培方法などについて、熱心に情報交換を行いました。



## 「大きくなって帰ってきてね」 吉井川で若鮎の放流

5月14日、赤磐市周匝地区内の吉井川河川公園で、吉井川南部漁業協同組合（藤井隆之代表理事組合長）が主催する若鮎の放流が行われました。

放流には、吉井地域の保育園児40人が参加し、小さなバケツに入った鮎の稚魚約2万匹を水のぬるみ始めた川に放流しました。子どもたちは「大きくなって帰ってきてね」「元気で大きくなって」とそれぞれに声をかけながら、清流をさかのぼって行く若鮎を見送っていました。

### 編集者のつぶやき

- ▶ 収穫体験後の質問タイムでは、おいしいチンゲンサイの見分け方や料理方法といった質問のほか、「1ついくらで売れますか?」と、返答に困るような質問も。そういうことで大人になったら聞きづらくなりますよね。(藤原)
- ▶ チャレンジアターもありましたが、暑い夏を元気に乗り切るためにも日ごろから体を動かして体力づくりを…と思うところです。(栗政)

# TOWN TOPICS

タウン・トピックス

2014.5



## 一人ひとりの個性が輝くまちづくりを 男女共同参画セミナー開催

5月20日、中央公民館で、市と男女共同参画団体ネットワーク共催による「男女共同参画セミナー」が開催されました。曾田佳代子さん（岡山大学教師教育開発センター特任教授・岡山市教育委員会教育委員長職務代理者）の「ともに輝く! VIVA赤磐!」と題した講演では、地域社会が変化する中、一人ひとりの個性が輝き、尊重される協働のまちづくりが必要であるのお話があり、受講者は自分には今何ができるのかを真剣に考えていました。

また、同日に今年度で9回目となる赤磐市男女共同参画団体ネットワークの総会が開催されました。同ネットワークは、男女共同参画社会づくりに向けた活動を行っている団体やグループの相互交流と連携、市民参画によるまちづくりを目的に活動しています。

### 今月の表紙

6月2日に、山陽小学校の5年生が東山洋さん（佐古）の畑でチンゲンサイの収穫体験をしました。この収穫体験は東備地方新農業経営者クラブ連絡協議会が食育をテーマとした地域貢献活動として児童を招待したもので、児童らははさみを使って丁寧に根を切り取り、「とれたあ!」と収穫を楽しんでいました。



このコーナーでは、みなさんからの投稿をお待ちしています。9月号は7月16日(水)の記事の締め切りです。



# 読者の広場の

Reader's Square

☎秘書企画課 ☎955-4770

催し

## 「熊山遺跡群調査・研究会」講演会

- ◆日時／7月26日(土) 午前10時～正午
- ◆場所／熊山公民館
- ◆題目／備前焼から見た熊山遺跡
- ◆講師／伊藤 晃さん(岡山県古代吉備文化財センター元理事)
- ◆参加費(資料代)／100円(会員は無料)
- ◆主催／熊山遺跡群調査研究会
- ◆問い合わせ先 伊永 ☎(095)26009

催し

## 「遊び王になろう」

- 赤磐市女性の会では、子育て支援を目的として、第10回夏の子供フェスティバルを次のとおり開催します。
- 夏の思い出に、親子で一緒にゲームや工作を楽しみ、地域の人たちと触れ合いたい。また、おいしい手作りカレーやかき氷も用意しています。
- ◆日時／8月6日(水) 午前9時～午後12時30分
  - ◆場所／赤坂健康管理センター
  - ◆参加費／200円(3歳児未満は無料)
  - ◆申込期限／7月15日(火)
  - ◆申し込み先 吉井公民館 赤磐市女性の会 ☎(0954)1379(土日を除く)

催し

## 「もしもその時PARTX」 両宮地域防災訓練

- 災害は、いつ起こるか分かりません。もしもの時、あなたは自分を助けられますか？ 大切な家族や身近な人を守る事ができますか？ 安心して暮らせるよう、日ごろの備えを学びます。皆さんお誘い合わせの上、ご参加ください。お待ちしております。
- ※飲み物の用意をお願いします。
- ◆日時／7月27日(日) 午前8時30分～11時30分
  - ◆場所／高月公民館
  - ◆問い合わせ先 高月公民館 ☎086(266)9777



催し

## 第43回山陽夏祭り

- ◆日時／7月26日(土) 午後6時～9時
- ※雨天の場合は、27日(日)
- ◆場所／弥生公園(山陽2丁目)
- ◆内容
  - ・子ども行事…山陽桜保育園、山陽西幼稚園、山陽西小学校の園児児童によるイベント
  - ・子どもとつう…「ほくのわたしのすきなもの」をテーマに小学生以下が作品を出展します
  - ・盆踊り…弥生音頭、備前四ツ拍子、炭坑節、ヤトサ
  - ・模擬店…焼きそば、焼き鳥、かき氷、ジュースなど
- ◆お楽しみ抽選会
- ◆主催／山陽連合町内会
- ◆問い合わせ先 山陽連合町内会長 実森通郎 ☎(955)4029



募集

## 「赤磐達歩団」(タップダンス)会員募集

- みんなで楽しくタップダンスを習いませんか。子どもから大人まで楽しみながら参加できる振り付け「GODAR」を通して、タップの基礎を修得しましょう。一度練習を見てきて体験してみませんか！
- また、昨年コースでも取り上げられた美作市上山の榎田千人達歩(11月2日(日)開催)に参加できます。
- ◆練習日時／第1・第3金曜日 午後7時～8時30分
  - ◆場所／山陽公民館第一実技室
  - ◆講師／ASAKI(郷野朝生)さん
  - ◆会費／1回500円(高齢者と中学生以下は無料)
  - ◆タップシューズ(15～25cm)のレンタルが無料でできます。
  - ※タップシューズが無い場合は上靴をご持参ください。
  - ◆問い合わせ先 古川 ☎086(9615)1655

●お子さんの写真を大募集!…「げんきッ!あかいわ」では、広報発行月に誕生日を迎える3歳までのお子さん(8月・9月生まれ)の写真をお待ちしております。掲載を希望する人は①写真(返却はありません) ②氏名(ふりがな) ③性別 ④生年月日 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦FAX番号 ⑧メールアドレス ⑨保護者氏名 ⑩簡単なコメント(30字程度)を添えてください。締め切りは7月16日(水)までです。  
【あて先】〒709-0898 赤磐市下市344 赤磐市役所秘書企画課 E-mail/akaiwa\_info@city.akaiwa.lg.jp

## 赤磐市消防団 吉井方面隊第2分団第3部

### 岡山県消防操法訓練大会で 赤磐市消防団発足以来初の入賞

5月18日、岡山県消防学校で、第61回岡山県消防操法訓練大会が行われ、赤磐市の代表として、市の大会で優勝した吉井方面隊第2分団第3部（滝山・中山地区）の代表選手6



人が、小型動力ポンプ操法の部に出場しました。

当日は晴天の中、各地区の大会を勝ち抜いた20チームが参加し、優勝を目指して日々取り組んできた練習の成果を発揮しました。

赤磐市代表選手も、連日夜遅くまで練習に励んできた自分たちの力を信じて、多くの市民や消防関係者の応援を糧に、全力を尽くしました。結果は、見事、6位を獲得。赤磐市消防団発足以来初となる念願の入賞を成し遂げました。

消防団は、「消防組織法」により、市町村に設置されている消防組織です。赤磐市には、23分団からなる消防団があり、千人を超える消防団員が所属しています。

消防団員は、普段はサラリーマンや自営業、農業などの職業に就いている人たちですが、いざ指令が出ると、昼夜を問わず出動し、各種災害活動や行方不明者の捜索などにあたります。また、災害予防のための広

報活動や警戒  
巡視といった  
活動も行つて  
います。

地域の安心  
安全に貢献す  
べく、日ごろ  
から高い志を  
もって訓練を  
重ねている吉  
井方面隊の皆  
さん。今回、  
その積み重ね  
た努力が実を  
結び、素晴ら  
しい成績をも  
たらしたのだ  
です。



#### 〈代表選手〉

赤磐市消防団

吉井方面隊第2分団第3部

- 指揮者…小川 幸二
- 一番員…枝光 一哉
- 二番員…荒島 英次
- 三番員…荒島 孝治
- 補助員…滝谷 嘉一
- 補 欠…戸田 雅之