



すむと

10 第57号

平成22(2010)年 10月15日発行

【人口】48,792 【男】23,203 【女】25,589 【世帯数】20,188

[10月1日現在・住民基本台帳による]

口蹄疫なんかに負けない!!

洲本市農業祭が開催されました

9月11日(土)、洲本市農業祭がアスパ五色で開かれ、牛の美人コンテスト「畜産共進会」や特産物の販売、淡路ビーフの無料配布も行われ、大勢の親子連れで賑わいました。

兵庫県畜産共進会開催!!

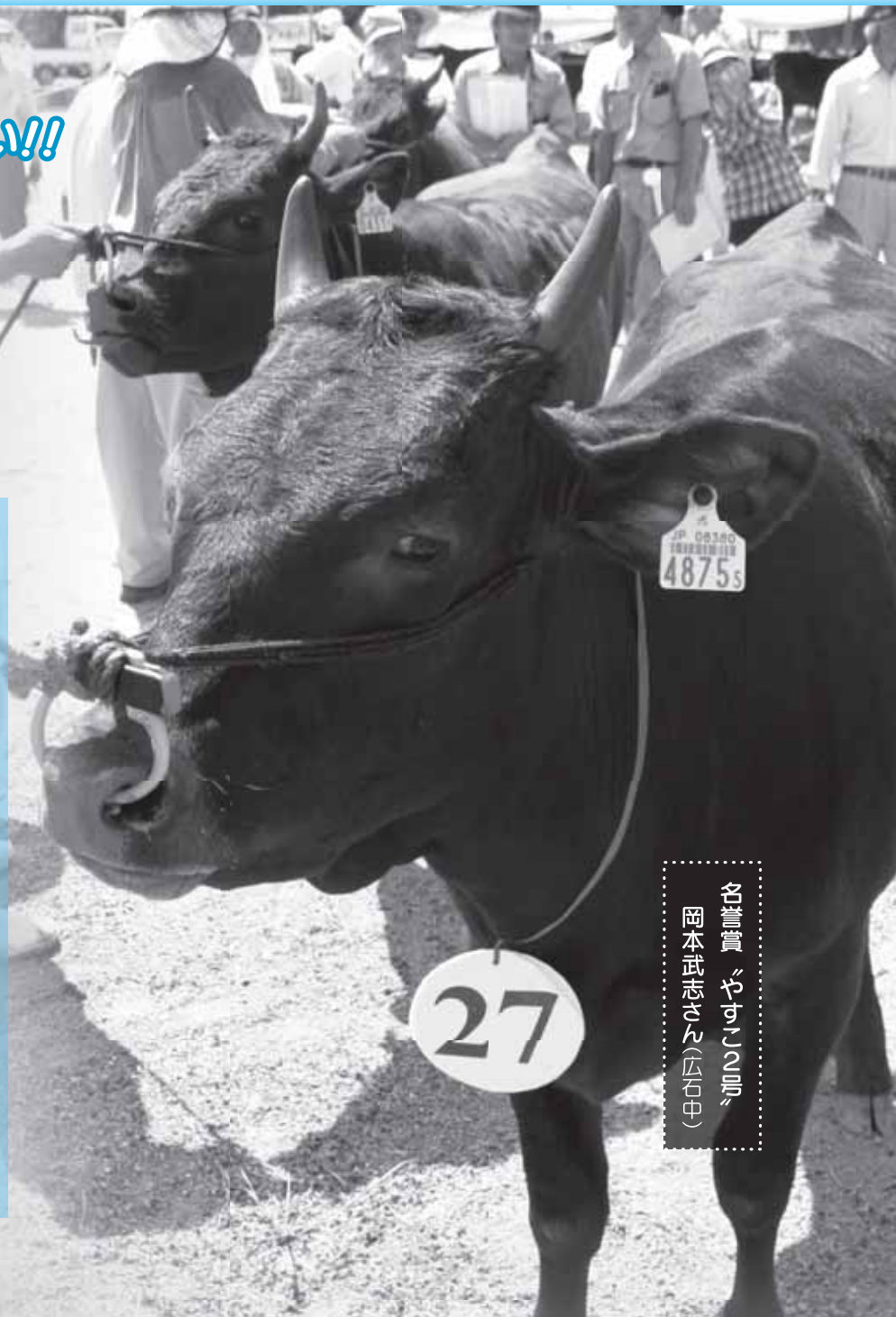
日時: 10月24日(日)
8:30 ~ 審査
14:00 ~ 肉牛セリ
場所: アスパ五色

黒毛和種種牛の部に44頭、肉牛の部に65頭が県内各地から集まり、県下ナンバー1の牛を決定します。洲本市からは、黒毛和種種牛の部に6頭、肉牛の部に5頭、また審査終了後には、迫力満点の肉牛のセリ市も開催されます。

多彩なイベントも!! (10:00 ~)

淡路牛のコロッケ、淡路島牛乳、たこぶつのふるまい、淡路島牛丼、淡路島ヌードルなど物産の展示・販売、せり市の価格当てクイズなど、一日中楽しめます。ぜひご家族でご来場ください。

問 第92回兵庫県畜産共進会実行委員会
(市農政課内) ☎33-1924



名譽賞 やまのこ牛
岡本武志さん(広石中)

2010.10

ラインアップ

「気づき」ではじめる健康づくり … P2-5
水道事業所 平成21年度決算 …… P6
保育所・幼稚園入園児募集 …… P7
ロングライド通行規制 ほか …… P8
耐震診断、ポリオワクチン接種 …… P9

国民年金からのお知らせ …… P10
くらしのいきいき情報 …… P11-13
公共施設からのお知らせ …… P14-15
まちかどトピックス …… P16

あなたの脂肪は隠れていませんか？

「気づき」ではじめる健康づくり

内臓肥満と生活習慣病

働き盛りである若年層の生活習慣病を早期に発見し、重症化を防止する観点ではじめられた特定健康診査（以下 特定健診）。

特定健診で問題が見つかったも、「自覚症状がない」「薬を飲んでいいるから大丈夫」と結果を見るだけでは、せつかくの特定健診が役立つとはいえません。

特定健診結果を正しく理解し、自分の生活を見直しませんか。



あなたも

ヘルスアップしよう！

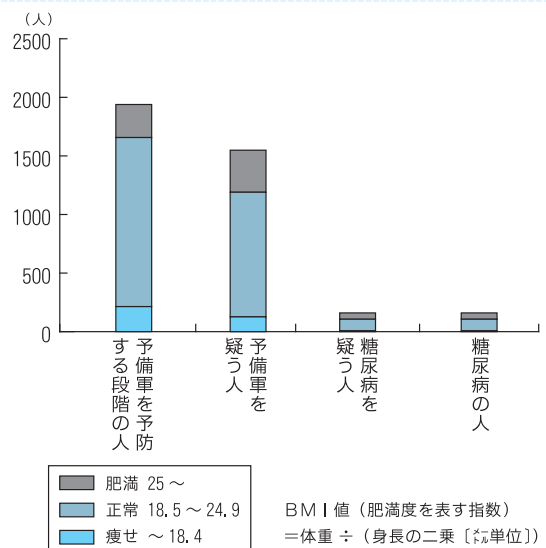
特定健診は、おなか周りを測定することだけが注目され、やせているから大丈夫と特定健診を受けない人が多くいます。

しかし、特定健診を実際に行うと、見た目は太っていないタイプの人でも、糖尿病の予備軍となる人がたくさん存在しています。（表1）

本市では、特定健診結果の見方を学ぶ「特定健診結果報告会」（以下結果報告会）と、自分の生活習慣に気づくため



表1 太っていない人でも糖尿病になっています
（平成21年度特定健診結果より）



あなたは

本当に健康？

結果報告会では、市内在住の人の協力を得て、生活習慣病の発症前から重症化してしまった現在に至るまでの経過を見ます。（写真①）

事例と自分の特定健診結果を比較しながら、「今の自分の体はどんな状態にあるのか？」「今のままの生活を続けていると、どうなっていくのかを予測し、一人ひとり自分の生活と体のことを考えます。」

のプログラム「働き盛りヘルスアップ教室」（以下教室）を開催し、特定健診の結果を生かし、健康を増進するための事業を行っています。生活習慣病の教室というと「何か言われる」「無理にさせられる」というマイナスのイメージを持つ人が多いと思いますが、この結果報告会やヘルスアップ教室では、「自分で気づく」ことを大切にするという考えのもと、ワークショップ形式で、具体的な事例と、作業などを通して、楽しく実感できる、「気づく」ためのプログラムとなっています。

プログラムとなっています。

あなたの食べ方、大丈夫？

多くの人は、なんとなく「食べすぎています」といった感覚を持っていきます。しかし、実際にどんな物をどの位食べすぎているのか意外と分かっていません。

教室では、自分が実際に食べた物を書き出し、どんな生



参加者の声①

「何も言われなかったから大丈夫と思っていた。事例を聞いて進行しているのに気づいた」

「悪くなったか、良くなったか分かるように毎年健診を受けようと思う」

活のときに、どんな物を、どの位食べているのか。どんなものが、どの位多いのか少ないのか、自分の食生活を丁寧に振り返ります。(写真②)

また、血液検査値(HbA1c*)を自分の生活を見る道具として使い、3か月に1回の血液検査で、自分の食べ方と検査値と一緒に見ることで、食べ方の問題に気づきます。



参加者の声②

※●一つ80キロ

「食べた量を●で表してみるとよく判った」

「●を意識すると食べる量が減った」

「分かっているでも頂きものや、残り物をつい口にしていた」

あなたのHbA1cは改善できました？

次に、これまでの「気づき」で、それぞれが、自分なりの方法でコントロール(生活改善活動)をしようと努力している経過を見ます。

「成果が出た人」「思うように成果が出ない人」さまざまですが、検査の回を重ね、HbA1c値の変化を折れ線グラフにして、その時々々の生活を振り返ります。(写真③)

上がった時の生活は？どうした時に下がったのか？実生活と検査値の関連に「気づき」、今後どのような生活が良いのか自分自身で具体的に考えることが出来るようになります。

あなたはどうすれば続くの？

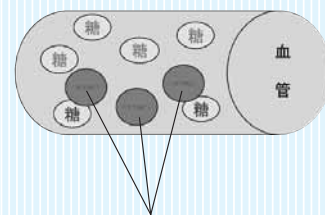
参加者は、コントロールを1年程続けた後、これまでの教室の内容と皆さんの取り組みを振り返ります。

どんなことを学んで、どんなことに「気づいた」のか、自分の取り組みの効果を確認し、どのような生活をしていけば、HbA1cなどの数値

*HbA1c グリコヘモグロビンエーワンシー

血液中の糖が多い状態が続くと血中のヘモグロビンと糖が結合します。これがHbA1cで、1度結合するとヘモグロビンの寿命(4か月)の間、血液中に存在します。

教室では、血液中のこの値を3か月ごとに見ることで、どんな生活を行っていたかがわかります。



ヘモグロビン

状態	糖尿病予備軍を予防する	糖尿病予備軍を疑う	糖尿病を疑う	糖尿病(合併症の危険)
HbA1c (%)	~5.1	5.2~5.8	5.9~6.4	6.5~
予防方法	食事と運動で予防可能		食事・運動・薬で合併症予防	
血管の傷つき程度	動脈硬化が徐々に進行		心筋梗塞、脳卒中の危険	腎不全、失明の危険

参加者の声③

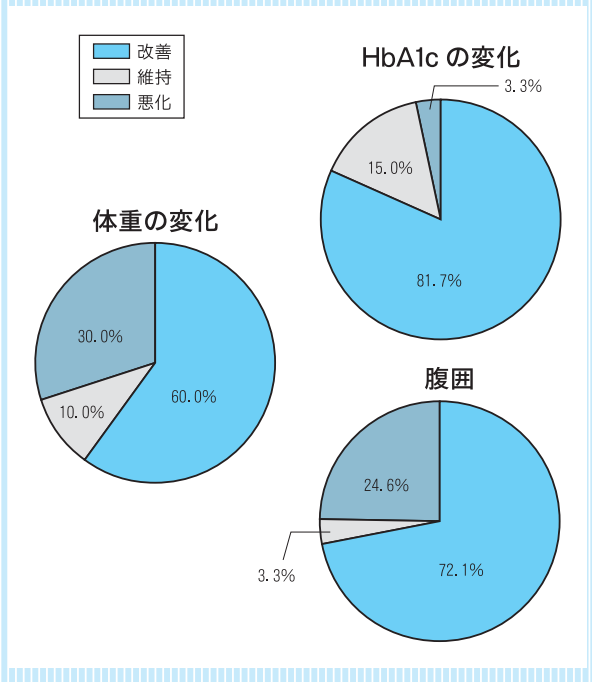
「ここに来るまで何も考えていなかった。気がついて、気をつけると値が下がった」

「検査値が下がって気が緩み、元の生活に戻って、また上がった」

「最近(飲み会などの)付き合いが多かったが、意識したせいか、ここに来る前ほど検査値は上がっていない」



表2 働き盛りヘルスアップ教室の効果
～教室参加1年後の参加者の変化～



が改善するのか、またその数値を見て生活習慣を改善することが生活習慣病予防になることを学びます。

プログラムを一通り終了した後でも、続けて参加したり、電話などで保健師が個別に相談を受けたり、継続してサポートしていきます。

参加者には

うれしい結果も

参加者たちは、教室の中で、自分の生活を振り返ったり、他の人の話を聞いたりすることで、自分の食習慣と健康問題に気づき、HbA1cの数値などが約8割の人で改善へ向う(表2)という嬉しい結果が出ています。

しかし、市全体では、健康に無関心な人も多く、「若いから大丈夫」「健康だから特定健診は必要ない」などと市内の特定健診対象者のうちまだ約7割の人が、特定健診を受け

低い参加意識

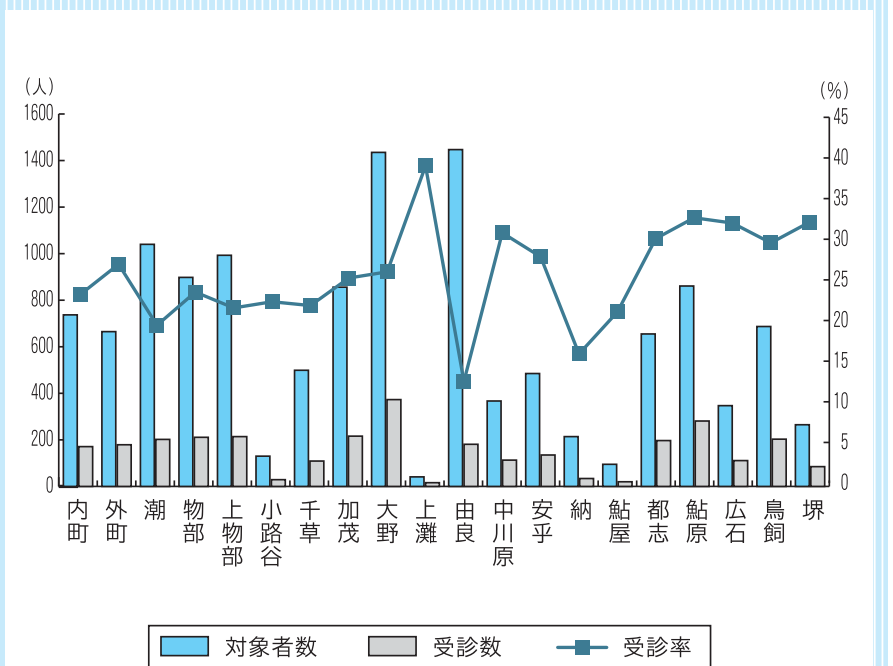
重症化する前に

特定健診と特定保健指導は、

生活習慣病予防のために行われており、平成21年度の市の特定健診の結果では、その発症前の段階であるメタボリック症候群が強く疑われる人と予備軍と考えられる人はそれぞれ13・1%、9・4%となっています。

日本人の三大死因は、がん、心臓病、脳卒中ですが、そのうち心臓病と脳卒中は、動脈硬化が要因となる病気です。メタボリック症候群になると、糖尿病、高血圧症、高脂血症の一手手前の段階でも、これらが内臓脂肪型肥満をベースに複数重なることで、動脈硬化を進行させ、心臓病や脳卒中といった命にかかわる病気や失明、透析といった合併症を急速に招きます。

表3 平成21年度特定健診地区別受診率



参加者の声④

「教室に参加して他の人の話を聞くことで、自分の生活の問題に気づけた」

「自分の食べ方を見たり、検査値を見ることで意識できるようになってきた」

「気が緩むと元に戻ることが分かったから、時々検査値を見ることで、また意識できる」

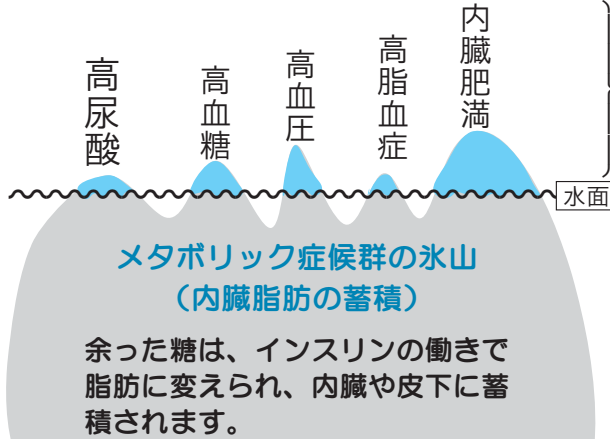
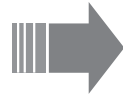


太っている人だけがメタボリック症候群ではありません

生活習慣病の原因の多くは共通です

- ・ 食べすぎ
- ・ 飲みすぎ
- ・ 運動不足

何を食べても、何を飲んでも、食べたものの殆どは分解されて糖となり、血管の中に入って体中の細胞にエネルギーとして配られます。



水面上の氷山の山はこれらの生活習慣病にあたります。

薬を飲んででも、氷山の水面上の部分だけを削るだけで、動脈硬化は進みます。



要は、生活習慣の改善で冰山全体を小さくすることが大切です

生活習慣病が重症化すると

- 心臓病
- 脳卒中
- 腎不全（透析）
- 失明など



普段のちょっとした、運動不足や食べすぎ、飲みすぎなどが、長年の生活習慣となつて私たちの健康を脅かし、生活習慣病として現れて来ます。その前に、皆さんも、もう一度自分の健康について考えませんか。

平成22年度、市では、5月から12月の期間で特定健診を実施し、その後は、必ず結果報告会を行っています。この教室のほか、運動習慣の維持や増進を意識する人を増やす「筋力アップサークル」、特定健診を受診する人を増やし、自分の健康状態を認識できる人を増やすための「ヘルスケアサポーター」の育成、また愛育班、いずみ会の活動を通じて健康や生活改善を意識できるように支援を行っています。

そのため、特定健診やヘルスアップ教室などの特定保健指導を受け、メタボリック症候群を予防していくことが、あなたの健康を守るために必要なのです。

**自分の健康を
意識するために**

献血の日程



- ▶ 10月20日(水)
 - ▷ 午前9時30分～午後3時30分
 - ▷ 文化体育館
 - ▶ 10月24日(日)
 - ▷ 午前9時30分～午前11時30分
 - ▷ 午後0時30分～午後3時30分
 - ▷ ウェルネスパーク五色
 - ▶ 10月31日(日)
 - ▷ 午前9時30分～午前11時30分
 - ▷ 午後0時30分～午後3時30分
 - ▷ 中山間総合活性化センター
- 問 市健康増進課(みなと元気館)
☎22-3337 (直通)

検査値は正直です！ あなたの体のことをもっと知りましょう

あなたは毎年、特定健診を受けていますか？特定健診の検査値は正直です。あなたの特定健診結果から今までの生活習慣や体の変化が分かり、今、自分はどのような状態にあるのかが分かります。そして、今の生活習慣を続けていくとどうなるのか、あなたの未来も予測できるのです。

動脈硬化の進行に影響する生活習慣病は、誰もが普通に生活してなりうる病気です。また、自覚症状がないなかで、生活習慣を改善するのは本当に難しいことです。

保健指導と聞くと、「自分には関係ない」「仕事が忙しくて身体のごときは二の次」「意志が弱くて続かない」など後ろ向きの思いを持たれていませんか？でも、参加してみるときっとよかったと思えるはずです。イキイキした未来を予測できるように、一緒に自分の生活を見直しませんか。

健康増進課の保健師より



水道事業決算

平成21年度

水道事業会計決算のあらまし

水道事業は、その運営に必要な経費のほとんどを市民の皆さんからいただく水道料金でまかなう独立採算の企業（公営企業）の形態で運営され、会計方式も事業運営を行うための「収益的収支」と、建設工事を行うための「資本的収支」に分けられています。この度、平成21年度の水道事業会計決算が9月定例会市議会で認定されましたので、その決算の概要についてお知らせします。



◆水道事業の概要

本市の水道事業は、近年の人口減少や少子高齢化、節水意識の高まりなどによって水の需要が減少しています。

一方で、老朽化した水道施設や配水管の更新、災害に備えた施設の耐震化、安定した給水を行うための配水施設の整備が必要となっています。

しかし、平成22年4月1日に淡路広域水道企業団と3市の水道事業が一元化されました。これにより、今後は、島内の水道事業を一元化した効果を生かし、より一層の経費削減に努め、財政基盤を確立し、水道施設の計画的な整備更新など、将来にわたり安全で安心な水の供給に努めることが重要な課題となっています。

なお、水道事業の一元化により、平成22年度以降の決算報告は、淡路広域水道企業団から行われます。

◆収益的収支の決算

水道水を供給するための経費と財源である収益的収支（グラフ1）は、前年度に比べ、事業収益（収入）で見ると、料金改定などにより全体で、9,100万円増の19億1,600万円。事業費用（支出）では、水道施設をつくるために借りたお金の利息である支払利息の節減により全体で4,800万円減の16億7,900万円となりました。

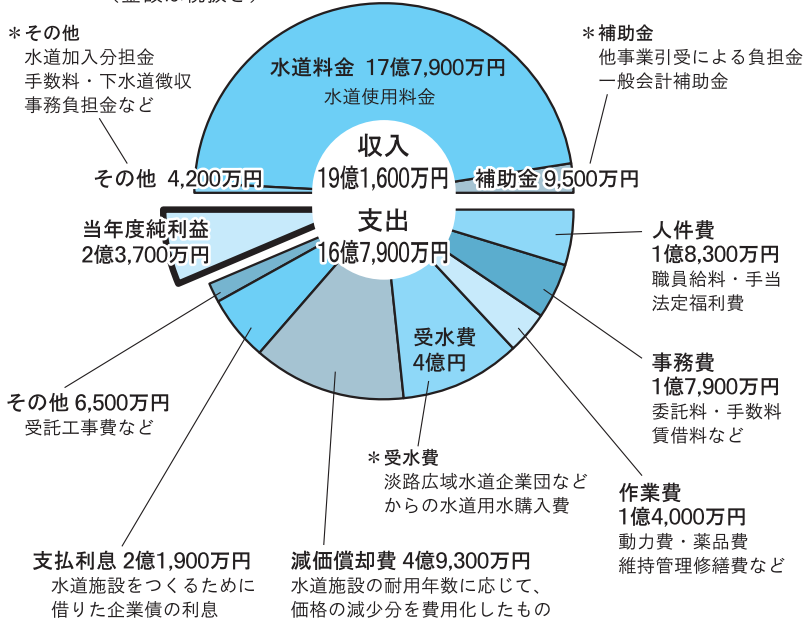
この結果、平成21年度単年度では2億3,700万円の純利益（黒字）となり、累積欠損金（赤字）は減少して2億5,300万円となりました。

◆資本的収支の決算

水道施設を建設や改良するための経費と財源である資本的収支の収入（グラフ2）は、前年度に比べ、施設を整備するためにお金を借りる企業債の減少により全体で2億7,000万円減の5億5,500万円。支出では、建設改良費や水道施設整備のために借り入れたお金を返済する企業債償還金の減少により全体で2億9,100万円減の10億7,900万円となりました。

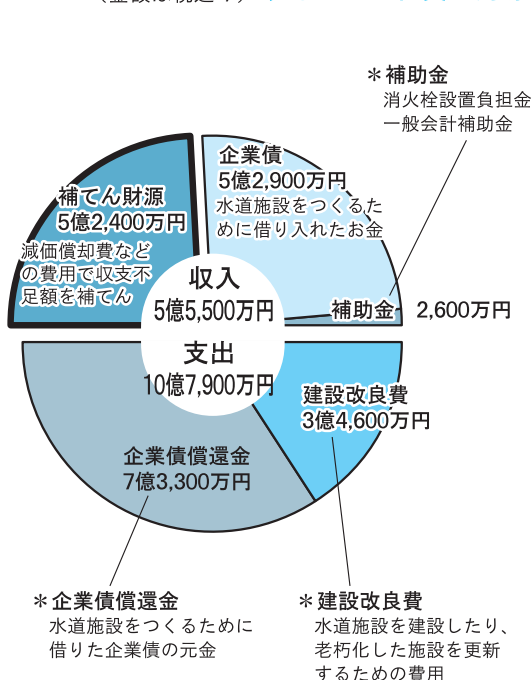
収入による資金不足額の5億2,400万円は、収益的収支の減価償却費などで補てんしました。

グラフ1 収益的収支 水道水を安定供給するための経費と財源
(金額は税抜き)



当年度純利益 2億3,700万円 累積欠損金 2億5,300万円

グラフ2 資本的収支 水道施設を建設・改良するための経費と財源
(金額は税込み)



市立・私立認可保育所(園)

新・入園児を募集します！

受付：11月22日(月)・24日(水)～27日(土)まで

市内の各保育所(園)では、平成23年4月から入所(園)を希望する幼児の「入所申込書」の受け付けを行います。

受付期間

11月22日(月)・24日(水)～27日(土)
※27日(土)は保育所(園)で午前
中のみ受け付けします。

対象

母親などの保護者が働いていたり、出産、病人の看護などで常時、家庭で保育できない子ども。

手続等に必要書類

①保育所入所申込書 ②家庭調査票 ③保育料預金口座振替届出書 ④添付書類(家庭の状況により事業主の就労証

明書、民生児童委員の意見書、源泉徴収票などが必要)

申込書の配布・受付場所

▽左記の各保育所(園)
▽市福祉課(みなと元気館内)
▽窓口サービス課(五色庁舎内)
※市外の保育所などへ入所を希望する場合は、福祉課と窓口サービス課で受け付けします。

問

▽左記の各保育所(園)
▽市福祉課(みなと元気館内)
☎22-33332 (直通)



保育所(園)名	定員(人)	所在地・電話番号
洲本保育所	100	栄町三丁目3-10 ☎22-0863
中川原保育所	70	中川原町中川原970 ☎28-0120
安乎保育所	80	安乎町中田9-1 ☎28-0173
由良保育所	90	由良二丁目5-24 ☎27-0079
都志保育園	115	都志万歳388-1 ☎33-0345
鮎原保育園	160	鮎原西142-4 ☎32-0037
広石保育園	90	広石中1446-1 ☎35-0300
鳥飼保育園	60	鳥飼中317-2 ☎34-0404
堺 保育園	45	上堺33-2 ☎35-0130
洲本保育園	140	本町七丁目4-25 ☎22-0897
千草保育所	90	千草己25 ☎22-6600
大野保育所	60	大野740-1 ☎24-4750

平成23年度

「市立幼稚園」

新・入園児を募集します！

受付：11月8日(月)～12日(金)まで

市立幼稚園では、平成23年4月から入園を希望する市内在住の幼児を募集します。

受付期間

11月8日(月)～12日(金)
午前9時～午後5時

手続き

入園を希望する幼稚園で入園願書を受け取り、必要事項を記入のうえ、幼児同伴にて、その幼稚園に提出してください。

◆願書は、10月19日(火)から配布します(予定)。

◆園児1人に対し、複数の幼稚園に願書を提出できません。

◆入園を願いだした数が定員を超えた場合は、次に該当する幼児のうちから選抜します。(洲本市幼稚園の管理及び運営に関する規則第19条)

★保護者と同居している幼児
★完全容易に通園できる幼児
★教育にたえる程度に健康である幼児

なお、選抜方法は抽選とします。

募集人数

幼稚園名	定員(人)	募集人数(人)			所在地・電話番号
		5歳児	4歳児	3歳児	
洲本	85	20	30	20	山手二丁目1-7 ☎22-1212
第一	65	20	30	—	宇山一丁目1-37 ☎24-1037
第三	65	13	30	—	物部一丁目1-49 ☎22-2183
加茂	65	19	30	—	下内膳477-1 ☎22-9244
大野	130	46	60	—	大野318 ☎22-3540

▶5歳児：H17.4.2～H18.4.1生まれ
▶4歳児：H18.4.2～H19.4.1生まれ
▶3歳児：H19.4.2～H20.4.1生まれ

【注】5歳児の募集人数は、9月末現在の在園児を除いた数です。入退園により多少変動します。

抽選日

11月24日(水)
該当する園にて午後3時から
の予定

入園料

6,500円

保育料

6,500円(月額)

※入園料・保育料はいずれも平成22年度現在の金額で、変更となる場合があります。

保育時間

午前9時～午後2時

問

問 問合わせ先

▽市教育委員会学校教育課
☎22-6266 (直通)

淡路島ロングライド150に伴う全面通行止め期間



サイクリングイベント 淡路島ロングライド150に伴う 通行規制のお知らせ

淡路島を一周するサイクリングイベント「淡路島ロングライド150」が10月31日(日)に開催されます。
市内では、由良地域から上灘地域の区間で通行止めが行われますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

このイベントでの自転車の走行は、タイムを競うレースでなく、交通規則を守り、一般車両の通行や歩行者に気をつけながら、楽しく走る競技

です。午前6時に淡路夢舞台をスタートし、炬口から上灘畑田までは、午前7時〜11時頃通過する予定です。由良から上灘の海岸沿いの県道は、道幅が狭いため、南淡↓由良午前6時45分から10時30分、由良↓南淡午前7時15分から10時30分まで、全面通行止めとなり、この時間帯の生石↑来川間のバスも運休します。(地図参照)
また、当日は競技自転車が多数通行しますので、気をつけてお出かけください。
問 同イベント事務局(㈱淡路島くにうみ協会)
☎22-6000

2010 国勢調査

(10月1日現在の)

国勢調査へのご回答はお済みですか？



10月1日(金)から、調査員が調査票を受け取りにお伺いしています。

＜調査員の最終訪問＞

10月22日(金)～24日(日)まで！

- 国勢調査の結果は、児童福祉、高齢者の介護・医療、若者の雇用対策など、私たちの暮らしの様々な分野で役立てられる基礎データとなります。
- <調査員の最終訪問>に間に合わない人は、市へ連絡の上、郵送提出用封筒などを使って必ず10月中に市へ調査票を提出するようにしてください。
- 調査票はすべて封筒に入れ、封をしたまま市へ提出されます。万一、記入漏れなどがあった場合は市から確認させていただくことがあります。
- ご記入いただいた内容が他に漏れることはありません。安心してご回答ください。

※万一、調査票が届いていない場合は、下記までご連絡ください。

市総務課 ☎22-7067

兵庫県警察音楽隊も来るよ!!

市民の警察官賞表彰・暴力団追放洲本市民大会

市や洲本市防犯協会、洲本警察署などでは、安心して安全な住みやすい街づくりを目指して「洲本市民の警察官賞表彰式・暴力団追放大会」を開催します。兵庫県警察音楽隊による生演奏や来場者全員に記念品を贈呈のほか、抽選会もあります。

▶日時 10月27日(水) 午後1時30分～

▶場所 文化体育館 文化ホール「しばえもん座」

▶入場料 無料(申込不要)

問 市秘書課(本庁舎) ☎26-0175(直通)

今日も楽しいおつきあい



淡路信用金庫

理事長 瀧川好美

本店 洲本市宇山
店舗 島内 20店
神戸市 6店
明石市 1店
西宮市 1店

広告

大切な住まいのために

住宅の簡易耐震診断受付中

住宅の安全性を確認するため、一部負担により、専門の診断員から簡易耐震診断を受けることができます。



▼対象 昭和56年5月31日以前に着工した住宅

※平成12～14年度の「わが家の耐震診断推進事業」と、平成17～21年度の「簡易耐震診断推進事業」で診断を受けた物件は対象外。

▼個人負担額 木造戸建住宅の場合3,000円(構造な

り)

▼申請方法 市都市計画課に備え付けの申込書に必要事項を記入のうえ申し込み。

▼申込締切 12月24日(金)

▼市都市計画課(本庁舎2階) 24-7612(直通)

▼県県土整備部建築指導課 078-36214340

どにより異なります)

▼申請方法 市都市計画課に

備え付けの申込書に必要事

項を記入のうえ申し込み。

▼申込締切 12月24日(金)

▼市都市計画課(本庁舎2階)

24-7612(直通)

▼県県土整備部建築指導課

078-36214340

耐震補強は済みましたか？

耐震改修費用を助成・利子補給します

県では、簡易耐震診断の結果、安全性が低いと判断された住宅に対して、耐震改修の計画づくりや、耐震改修工事費用の一部を助成します。また、金融機関で融資を受けて耐震改修工事を行う場合、利子の補給を行います。

助成事業

▼対象 昭和56年5月31日以前に着工した住宅で耐震診断の結果、安全性が低いと診断された住宅。

※所得などの要件もあります。

補助金額

▼耐震改修工事費の4分の1(上限80万円)まで

▼耐震改修計画費(耐震補強設計費)の3分の2(上限20万円)まで

※ツールバイフォー工法や丸太組工法は対象外。

▼利子補給事業

平成19年4月1日以降に県内の金融機関で受けた融資額のうち500万円を上限とし5年間、2割の利子補給。

▼対象 次のすべてを満たすもの

①昭和56年5月以前に建築された住宅。

②県の「わが家の耐震改修工事費補助事業」による補助を受けていること。

③住宅改修事業の適正化に関する条例(県条例)の登録を受けた事業者施工によるもの。

▼助成事業

市都市計画課(本庁舎2階) 24-7612(直通)

県県土整備部建築指導課 078-36214340

▼利子補給事業

県県土整備部住宅政策課 078-36213611

ポリオ生ワクチンの予防接種

子どもを小児マヒから守る「ポリオ生ワクチン」の接種を行います。接種会場へは、予診票と母子健康手帳を持参してください。このワクチンは、下痢をしていると接種できません。体調の良い日にお越しください。家で検温してきた人も、受付後に再度会場で検温します。

対象児

◆1回目の接種

平成22年2月1日～平成22年7月31日生まれ

◆2回目の接種

平成21年8月1日～平成22年1月31日生まれ

※上記のほか7歳6か月未満で2回の接種が終わっていない人も接種できます。

日程

月日	場所	対象地区
11月10日(水)	五色トレーニングセンター	都志、鮎原、広石、鳥飼、堺
11月5日(金)	みなと元気館(2階)	本町、下加茂、宇山、塩屋、炬口、安乎、中川原、由良、上灘
11月12日(金)		物部、栄町、小路谷、海岸通、山手、奥畑、桑間、上加茂、上内膳、下内膳、納
11月16日(火)		上物部、津田、千草、新村、池田、池内、大野、宇原、金屋、前平、木戸、鮎屋

受付時間 13:30～14:00

問市健康増進課(みなと元気館内) 22-3337(内線521)

内容

県県土整備部住宅政策課 078-36213611

悩まず相談 債務整理

まずはお電話！ 0799-33-0217

司法書士 ひろせ事務所 洲本市五色町都志168

緊急連絡

大手貸金業者の武富士が経営破たんしました。武富士に現在借入れがある方、または過去に借入れがあった方はご相談下さい。

なお、武富士に限らず、他の消費者金融で借入れをしている(していた)方も、早急にご相談ください。



淡路島内外から多くの方がご相談に来られています。悩まずに是非ご相談ください。

出張相談可能！(出張費用なし)

- 借金を完済してしまっている方は払い過ぎのお金を取り戻せることがあります(過払金返還請求)
- 過去に自己破産した方でも返還請求できる場合あり。
- 返済中の方は、借金が大きく減額される場合あり。

手続きは速やかに

国民年金の受給者が亡くなった場合

国民年金からのお知らせ

年金を受ける権利は、受給者本人が死亡すると消滅します。年金を受けている人や国民年金の加入者が亡くなられた時は、市の年金窓口で「死亡届」などの提出が必要です。



死亡の届出

未支給請求

「死亡届」の提出が遅れると、年金を多く受け取り過ぎて、後で返さなければならなくなります。

また、亡くなられた人が受け取っていない年金があるとき、生計を同じくしていた遺族は、未支給の年金を請求することが出来ますが、遺族の範囲と優先順は、配偶者・子・父母・孫・祖父母・兄弟姉妹となっています。

寡婦年金

国民年金の第1号被保険者（自営業者、農業者、フリーターなど）として保険料を納めた

期間（免除期間含む）が25年以上ある夫が死亡したとき、妻が60歳から65歳になるまでの間、寡婦年金が受けられます。

ただし、夫の収入で生計を維持し、婚姻期間が10年以上で、夫が老齢基礎年金や障害基礎年金を受けていないことが条件となります。

▼年金額：夫の第1号被保険者期間について計算した老齢基礎年金の4分の3の額

死亡一時金

国民年金の第1号被保険者として保険料を3年以上納めた人が、老齢基礎年金、障害基礎年金のいずれも受けないで死亡し、その遺族が遺族基

礎年金を受けられない場合、死亡一時金が受けられます。

その額は、保険料を納めた月数に応じて決まっています。なお、付加保険料を納めた期間が3年以上なら加算があります。

なお、寡婦年金と死亡一時金の両方を受けられる場合は、どちらか一方を選択することになります。

遺族基礎年金

遺族基礎年金は、次のいずれかの人が亡くなられたとき、その人によって生計を維持されていた「子のある妻」または「子」に支給されます。

- ①国民年金の被保険者
- ②国民年金の被保険者であつ

た人で、日本国内に住所がある60歳以上65歳未満の人
③老齢基礎年金の受給権者、または受給資格期間を満たした人

ただし、①②の場合は、死亡月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と免除期間（若年者納付猶予期間・学生納付特例期間を含む）を合わせた期間が3分の2以上必要となります。（平成28年3月31日以前に死亡された場合は、死亡月の前々月までの直近の1年間に保険料の未納がなければよいことになっています。）

*寡婦、遺族年金、死亡一時金の額については、個人に

よって期間等が異なりますので、申請、相談時にご確認ください。

*「子」とは、18歳到達年度の末日までの子、もしくは20歳未満で1級・2級の障害の状態にある子をいいます。

*厚生年金加入中及び受給されていた方についての遺族厚生年金の提出は明石年金事務所となりますのでお問合せ下さい。

問 市市民課年金総務係

☎ 247637（直通）

明石年金事務所

☎ 078191214983

広告 淡路島唯一の総合住宅展示場

総合住宅展示場
洲本ハウジングパーク

＜出展モデルハウス＞

住友林業	0120-25-6322
セキスイハイム	0120-69-0248
積水ハウス	0799-24-4151

◆住所／洲本市塩屋1丁目2-24
◆開場時間／午前10時～午後6時

広報「すもと」をモデルハウスにご持参した方に、記念品を差し上げます。

全国住宅展示場ガイド 検索



KURASINO KIKI JOUHO

くらしの いきいき 情報

催し

第63回洲本市美術展

▼日時 11月3日(水・祝)～11月7日(日)

午前9時～午後6時

※最終日は午後3時まで

▼場所 文化体育館

▼展示作品 日本画、洋画(版画)、書、彫刻、工芸、写真

問市社会教育課(北庁舎)

☎24-7631 (直通)

人権を考える会 人権落語で楽しく学ぼう!

落語家桂三風さんによる楽しいお話を聞きながら、人権について考えてみませんか。

▼日時 10月31日(日)

▼開場 午後1時30分

▼開演 午後2時

▼場所 市役所五色庁舎3階

「五色文化ホール」

▼入場料 無料(申込不要)

▼定員 250人(先着)

問市窓口サービス課(五色庁舎)

☎33-0162 (直通)

洲本市民工房 展覧会 (3階ギャラリー・入場無料)

第12回フォトクラブ21写真展
「花(つく)」

花または花のある風景写真を展示します。

▼展示期間 10月30日(土)～11月3日(水・祝)

月3日(水・祝)

▼時間 午前10時～午後6時

※最終日は午後4時まで

問洲本市民工房

☎22-3322

皮膚の日講演会

皮膚疾患を知るために行う市民公開講座です。

▼日時 11月13日(土)

午後3時～午後5時

▼場所 市民交流センター

▼受講料 無料

▼講演

▼演題 ①「身近な虫による皮膚病の話」

▼講師 兵庫医科大学

夏秋 優准教授

▼演題 ②「だまされてはいけない!美容医療のウソ・ホント」

▼講師 宮崎クリニック
宮崎 孝夫理事長

問クラモト皮膚科

☎22-3457

募集

新鮮なもぎたてみかんはいかが? みかんの木のオーナー

洲本市果樹協会では、消費者と生産者の交流を深めることを目的に、市民の皆さんを対象として、物部の農園で「みかんの木のオーナー」を募集します。

▼料金 1本につき3,500円

※1本につき20kg程度の収穫が見込め、収穫までは園主が管理します。

▼申込締切 10月29日(金)

▼申込方法 郵便はがきに住所・氏名・電話番号と「みかんの木のオーナー希望」と記入のうえ左記へ送付(ファックスでの申し込みは不可)。

※申し込みは1家族につき1通のみ有効。応募多数の場合は抽選。

申・問 〒656-8686

洲本市果樹協会事務局
(市農林水産課内)

☎24-7619 (直通)

洲本バスセンター待合所 テナント

洲本バスセンター待合所内の空き店舗への入居希望者を募集します。

▼募集期間

10月25日(月)～11月12日(金)

※土、日、祝日を除く午前9時～正午、午後1時～5時

※募集期間で入居者が決まらない場合は、随時受け付けます。

▼店舗の概要

▼店舗面積 30・33平方メートル

▼敷金 家賃の3ヶ月分

▼家賃 121,320円/月

▼共益費 15,165円/月

※電気、水道、下水道は子メーターによる実費徴収

※待合所共有スペースにかかる光熱水費は、事務所面積による按分で負担が必要。

申・問市用地課

☎23-1757 (直通)

「第3回人権講座」 「市民視察研修」参加者

人権講座

▼日時 11月8日(月)

午後3時30分～

▼場所 市人権文化センター

▼講演 ▼演題 「ぬくもりを感じて」 ▼講師 止揚の会

中倉 茂樹さん

▼募集人数 50人

市民視察研修

▼日時 11月7日(日)午前7時～

▼場所 大阪・ACTホール

人権啓発フェスティバルin大阪

▼募集人数 20人

▼申込締切 10月29日(金)

▼申込方法 電話かFAX

申・問市人権教育研究協議会事務局
☎ FAX 22-1282

マイバッグキャンペーン「知っているからやっているへ」

レジ袋は日本全体で、年間約305億枚使われており、原料の石油が約60万キロリットル必要です。ポイ捨てされるとまさに資源の無駄遣いです。大切な資源を守り、ゴミの減量化を図るため、買い物には是非何度も使えるマイバック(買い物袋)を持参しましょう。

問市環境整備課 ☎24-7607



「ヘルパー2級養成研修」
受講生

▼期 間 11月27日(出)～
平成23年3月26日(出)

▼受講料 6万円

▼申込締切 11月10日(水)

▼申・問 由良総合福祉センター
☎27-0146



入院医療費の助成
こども医療費助成制度

小学4年生から中学3年生までの子どもが平成22年4月以降に入院した場合、入院にかかる医療費の自己負担額の3分の1を助成します。

ただし、学校災害共済など、他の制度から助成がある場合や、住民税所得割税額が制限額を超える場合は対象外です。申請は、病院の窓口でいったん自己負担額をお支払いいただいた後、左記の書類を添えて申請ください。

- ▼手続きに必要なもの
- ①領収証(受診者の氏名・医療点数などが記入されたもの)
- ②印かん(シヤチハタ以外)
- ③健康保険証

- ④高額療養費等支給決定通知書(該当者)
- ⑤振込口座の分かるもの
- ⑥住民税課税証明書(転入された人)

申請・問 市保険課(本庁舎)

☎24-7608 (直通)

家庭用品等修理会

洲本市消費者協会洲本支部では、家庭にある刃物の刃研ぎ、傘・鍋の修繕など簡単な修理を行います。

▼受付日時 11月17日(水)
午前9時～正午

▼返却日時 11月18日(木)
午後2時～午後4時

▼場所 洲本中央公民館

▼修理対象品

刃物、鍔掛け、傘、カンナ類

▼料金 包丁類350円、鍔掛

ハサミ類200円、洋傘250

円、カンナ類350円

問 市人権推進課(北庁舎)

☎22-2580 (直通)

淡路文化史料館特別入館日

文化庁の提唱する「関西文化の日」に呼応し、11月20日

(土)・21日(日)の2日間、入館料を

無料で開放します。この機会

にぜひお越しください。

▼開館時間
午前9時～午後5時

※入館受付は午後4時30分まで。

問 淡路文化史料館
☎24-3331

ご存知ですか?
土地の先買い制度

土地を計画的に取得するための「土地の先買い制度」により土地を有償譲渡する場合は、3週間前までに、土地の所在する市町を經由して県知事に届け出なければなりません。

▼届出が必要な地域
旧洲本市地域

▼届出が必要な面積
▽都市計画区域内の都市計

画施設(都市計画道路な

ど)の土地↓200平方

メートル以上

▽右記以外の都市計画区域

内の土地↓10,000平方

メートル以上

※地方公共団体などに対し

て、土地の買取りを希望

される場合には、「申出」

することができま

す。

▼申出ができる面積
都市計画施設内の土地20

0平方メートル以上

今月は

国民健康保険税 第3期
の納期です

お届けしています納付書で

11月1日(月)までに納付ください。

*口座振替のお申し込みは、ご利用の金融機関または市・税務課窓口で受付しています。

税に関するご連絡、お問い合わせは
市税務課 ☎24-7603 (直通)

兵庫県最低賃金は

時間額 **734円**です。

(平成22年10月17日改正)

最低賃金は、パートタイマー、アルバイトなどすべての労働者に適用します。

なお、特定(産業別)最低賃金が適用される業種については、例年12月1日に改正されます。

問 兵庫県労働基準部賃金課 ☎078-367-9154

淡路労働基準監督署 ☎22-2591

問 県都市政策課

☎078-341-7711

▽市都市計画課(本庁舎2階)
☎24-7611 (直通)

夢あるくらしのパートナー



淡陽信用組合

理事長 藤 勝

本店/洲本市栄町一丁目3番17号 TEL.0799(22)5555(代)
店舗 淡路地域18カ店 阪神地域3カ店 播磨地域7カ店

広告

11月11日～17日

税を考える週間

国税庁では、毎年11月11日～17日を「税を考える週間」と定めています。本年度も引き続き「IT化・国際化と税」をテーマに、諸施策の紹介と、「国税電子申告・納税システム(e-Tax)の利用促進」に向けた情報を提供していきます。

また同週間中、洲本税務署

内に、税に関する小学生の書道やポスターのほか、中・高校生の入賞作文を展示しますので、ぜひご来署ください。

洲本税務署 ☎24-1212

江崎灯台の一般公開

神戸海上保安部では、11月1日の灯台記念日を記念して、わが国で8番目に建設された

石造りの灯台である江崎灯台を一般公開します。

▼日時 10月31日(日)

午前9時30分～午後3時

▼場所 江崎灯台構内

(淡路市野島江崎)

問神戸海上保安部交通課

☎078-1327-8835

第47回洲本市民体育大会 市民ウォークの集い2010

▼日時 11月21日(日)

午前9時30分～

▼場所 洲本第二小学校(集合く三熊山自然散策コース)

▼参加資格 健康な人、小学校4年生以上は2人以上のグループ(小学校3年生以下は保護者同伴)で参加。

▼参加費 無料

▼持ち物 昼食・水筒・雨具・

問市議会事務局 ☎33-3334 (直通)

議会報告会を開催します

洲本市議会では、市民に開かれた議会を目指し、改革の一環として議会報告会を開催します。多数のご参加をお願いします。

▼日時 ①10月29日(金) 午後7時～
②11月6日(土) 午後2時～
午後7時～

▼場所 ①五色中央公民館
②洲本市総合福祉会館(やまて会館)

内容

- 1) 議会改革、議会基本条例について
- 2) 9月定例議会の報告
 - ・議案審査の結果
 - ・平成21年度決算認定について

問市議会事務局 ☎33-3334 (直通)

全島一斉清掃の日 11月14日(日)

清掃する場所

各町内会の道路・河川・公園など

ごみを置く場所

各町内会指定の場所

ごみの出し方

- 燃えるごみは黄色の袋
 - 燃えないごみは青色の袋
- ※草は黄色の袋へ、木は1m以内
に切って紐で結束。バラバラの状態
のものは収集できません。

問市環境整備課 ☎24-7607 (直通)

『地域防災訓練』を 実施します

東南海・南海地震を想定し、防災関係機関の連携強化と地域の防災力強化を目的に島内3市一斉に実施されます。

本市では第一部に外町地区を対象とした避難訓練、第二部では防災公園用地(広域消防ビル横)で午前10時から住民・消防団の消火訓練などを行う予定です。その他にも体験コーナーや炊き出しの配布を行う予定ですので、市民のみならず防災への認識を高め、災害への備えについて考える機会としてぜひ来場下さい。※訓練当日は、サイレンや緊急告知放送を使用します。火災とお間違えのないようご注意ください。

▼日時 11月7日(日)
第一部 午前9時～
第二部 午前10時～

▼場所 防災公園用地(広域消防ビル横)

問市消防防災課 ☎24-7323 (直通)

タオル・敷物・ゴミ袋などを
問同大会事務局 武田

☎22-23337

先着順による 大阪市有不動産の売却

大阪市契約管財局が平成22年8月31日に行った一般競争入札において落札に至らなかった左記の物件について、先着順で随意契約により売り払いを行っています。

▼所在地 由良町由良地内

▼地積 5,065.15平方メートル

▼売却金額 3,340万円

▼申込期限 11月30日(火)

問大阪市契約管財局市有不動

産売却グループ

☎06-4395-7134

相談

聴覚障害者のための 移動相談(無料)

聴覚障害に関するさまざまな相談に応じます。

▼日時 10月27日(水)

午前10時～正午

▼場所 五色中央公民館

視聴覚室

問淡路聴覚障害者センター

☎24-3850

障害者の人たちに対する 移動相談(無料)

障害のある人や家族の皆さんが地域で自分らしく生活をするためのお手伝いをします。

▼日時 11月5日(金)

午後1時30分～3時30分

▼場所 由良公民館

問身体障害者生活支援センター

フローラすもと

☎22-5444

女性の人権ホットライン ～全国一斉強化週間～

夫やパートナーからの暴力や、職場でのセクシャル・ハラスメントなど、女性の人権問題について、専用電話による相談を受け付けます。

▼日時

▽11月15日(月)～19日(金)

午前8時30分～午後7時

▽11月20日(土)、21日(日)

午前10時～午後5時

▼相談電話番号

0570-070-810

(全国共通ナビダイヤル)

▼相談担当者

人権擁護委員、法務局職員

問神戸地方法務局人権擁護課

☎078-1392-1821

夢工房体験メニュー ☎33-1540

- 料理教室 10/27**
●時間▶10:00～ ●料金▶1,500円程度(材料費込)
●締切3日前
- エコクラフト教室 10/30・11/7・13**
●時間▶10:00～ ●料金▶1,500円～(材料費込)
●締切3日前
- エッグクラフト教室 10/30・11/7・13**
●時間▶10:00～ ●料金▶2,500円～(材料費込)
●締切3日前
- パワーストーン教室 10/31・11/6・14・20**
●時間▶10:00～ ●料金▶2,000円～(材料費込)
●締切3日前
- ビーズ教室 10/31・11/6・14・20**
●時間▶10:00～ ●料金▶1,500円～(材料費込)
●締切3日前
- とうがらしのリースづくり体験 11/7**
●時間▶13:30～ ●料金▶1,800(材料費込) ●締切前日
- 御殿手まりづくり教室 11/12**
●時間▶13:30～ ●締切1週間前
●料金▶1日体験コース 1800円(キット代込)
基礎コース 1400円(キット代別)
- 大きな松ボックリでつくるツリー 11/13**
●時間▶13:30～ ●料金▶1,000円(材料費込)
●締切前日
- パステル和(NAGOMI)アート教室 11/13**
●時間▶14:00～ ●締切2日前 ●先着6名
●料金▶大人2,500円、小人1,700円(材料費込)
- 古代米の染色体験 11/20**
●時間▶13:30～ ●料金▶1,200(材料費別) ●締切前日
- 型染め体験(聖夜のタペストリー)11/21**
●時間▶13:00～ ●料金▶3,000円(材料費込)
●先着5名

ゆ〜ゆ〜ファイブ行き
無料送迎バス運行中

市内をゆ〜ゆ〜ファイブ行きの無料送迎バス(菜の花バス)が運行しています。お気軽にご利用ください。

運行コース
●第一土曜日 千草発大野コース
●土曜日 (第一を除く) 由良発千草コース

市内をゆ〜ゆ〜ファイブ行きの無料送迎バス(菜の花バス)が運行しています。お気軽にご利用ください。



ウエルネス通信

ウエルネスパーク五色
[高田屋嘉兵衛公園]
<http://www.takataya.jp/>

- 毎週水曜日 消防署発中島コース
※第2・4水曜日は安平発
問 浜千鳥 ☎33-11600
- ゆ〜ゆ〜ファイブ勤労感謝の日回数セール**
- 次の期間中、回数券を購入していただいた人に、利用券を2枚プレゼントします。
- 期間 11月20日(土)〜23日(火・祝)
- 問 ゆ〜ゆ〜ファイブ ☎33-11601
- 夢工房 体験参加者募集**
- 夢工房ではうどん打ち、そば打ち体験をはじめ、瓦粘土を使った陶芸体験、ケナフの紙すき体験のほか、季節にちなんだ楽しい体験を毎月ご用意しています。詳しくは左記「夢工房体験メニュー」をご覧ください。
- 問 夢工房 ☎33-11540

文化体育館トレーニングルーム

カッコいい音楽で基礎からダンスを学んでダンスの楽しさを知っていきましょう!!

ダンスミックス体験会

初心者大歓迎ですので1度体験してみてください!

- 日 時 10月30日(土) 13:00~14:30
- 実施場所 スタジオ(トレーニングルーム内)
- 対象 16歳以上 ●定員 10人 ●参加費 1,000円

~心地よいピラティスのクラスです~ 健康癒し教室体験会

基礎から学んで心身ともに癒されてください!

- 日 時 ①10月28日(木) 13:30~14:30
②10月29日(金) 19:30~20:30
- 場 所 ①メインアリーナ、②コミュニティアリーナ
- 対象 16歳以上 ●定員 ①、②とも先着15人
- 参加費 各1,000円

●事前予約・お問い合わせ先 文化体育館トレーニングルーム ☎22-6726

洲本市文化体育館自主事業のお知らせ

Flower Circle
美咲&千

Autumn Flower Arrangement



平成22年 11月21日(日)~23日(火・祝)
9:00-21:00 エントランス
フラワーサークル美咲&フラワースークル千による合同作品展展示会です。
文化体育館エントランススペースに飾られた、フラワーアレンジメントの彩りをお楽しみください

平成22年11月27日(土) 入場料500円

開場/13:30 開演/14:00

上演時間/約2時間予定(2部構成・休憩込)

文化ホール「しばえもん座」

大阪音楽大学音楽専攻科の学生が、社会で力を試す場として自らで企画・制作・演奏までを共同で行うコンサートで、毎年各地で開催されています。洲本市文化体育館で2度目となるオータムコンサートでは、それぞれ器楽・声楽を専攻した学生が舞台に立ち、「音楽の扉」というコンセプトのもと、聴衆を素敵なお音楽の世界へと案内します。

●演奏曲目


- バレエ音楽 『くるみ割り人形』より 『トレバック』 『あし笛の踊り』 『花のワルツ』
- 『アラバスク』(ハーブ独奏)
- 日本の四季メドレー
- オペラハイライト 『こうもり』より



洲本市文化体育館

〒656-0021兵庫県洲本市塩屋1丁目1番17号
TEL 0799-25-3321 FAX 0799-25-3325

休館日:火曜日(祝日の場合は開館、翌水曜日が休館になります)
※施設駐車場は収容台数に限りがございますので、お乗り合わせ等ご協力下さい



淡路ごちそう館 **御食国** (みけつくに)

広告

★御食国の持ち帰り弁当・オードブル 1,500円税込みよりご予算に応じてお献立。
※ご注文は前日までをお願いいたします。
※オードブルは ●5,000円(3~4人前) ●8,000円(5~6人前)

歓迎宴会、法事などの会食。
大切なお客様のおもてなしに。

御食国おまかせコース
お一人様 ¥3,500より
法事会席コース
お一人様 ¥5,000より

レストランホール(パート)
随時、面接を受け付けています。詳細はお電話にてお問い合わせください。

募集

<定休日> 毎週水曜日(水曜日が祝日の場合は営業) ☎26-1133

11月の無料相談



下記以外の相談は、「市民便利帳」でご確認ください。

■法律相談 (予約制)

▽日時 10日(水)、24日(水) 13:15~16:15

▽場所 市役所北庁舎

予約 市人権推進課(北庁舎)

☎22-2580(直通)

■行政相談

▽日時 10日(水) 13:15~15:00

▽場所 市役所北庁舎

問 市人権推進課(北庁舎) ☎22-2580(直通)

■法律・人権・行政相談

▽日時 10日(水) 13:30~15:00

▽場所 五色中央公民館

問 市窓口サービス課(五色庁舎)

☎33-0161(直通)

■年金相談・ねんきん特別便相談 (予約制)

▽日時 19日(金) 10:30~15:20

▽場所 文化体育館

問 市市民課(本庁舎) ☎24-7637(直通)

■司法書士による相談(予約不要・当日先着順)

◆登記・法律相談

▽日時 16日(火) 10:00~12:00

▽場所 泉洲本総合庁舎

◆多重債務者相談

▽日時 22日(月) 10:00~12:00

▽場所 泉洲本総合庁舎

問 司法書士川端英雄事務所

☎0799-62-3206

■行政書士による相談(予約制・先着3人)

▽内容 相続、農地法・契約関係

▽日時 8日(月) 13:30~15:30

▽場所 泉洲本総合庁舎

問 予約相談会担当・

行政書士奥野一喜事務所 ☎42-5355

■こころのケア相談 (予約制)

▽日時 9日(火) 14:00~16:00

▽場所 泉洲本総合庁舎

予約 泉洲本健康福祉事務所 ☎26-2060

■テレビ電話による法律相談 (予約制)

▽日時 毎週木曜日 13:00~15:00

▽場所 泉洲本総合庁舎

予約 淡路さわやか県民相談室

☎0120-36-7830

■教育相談 (予約制)

▽日時 18日(水) 13:00~15:00

▽場所 泉洲本総合庁舎

予約 県淡路教育事務所 ☎22-4152

■女性問題面接相談 (予約制)

▽日時 19日(金) 13:00~16:00

▽場所 泉洲本総合庁舎

予約 淡路さわやか県民相談室

☎0120-36-7830

■宅建協会淡路支部による不動産相談

▽日時 9日(火) 13:00~16:00

▽場所 宅地建物取引業協会淡路支部事務所

予約 同事務所(海岸通・洲本ポーター

ミナルビル1階) ☎24-0088

■建築士事務所協会による住宅の耐震相談 (予約制)

▽日時 24日(水) 13:30~15:30

▽場所 泉洲本総合庁舎1階

コピー及び相談室

予約 構研設計一級建築士事務所

☎0799-64-1199

11月の健康カレンダー



市健康増進課 健康福祉館「みなと元気館」☎22-3337

母子健康手帳交付

☎22-3337

内 容		と き		場 所
母子健康手帳交付 妊婦相談 (個別)	洲本会場	4日(木)、11日(木) 18日(木)、25日(木)	10:00~11:00	みなと元気館2階
	五色会場	9日(火)、30日(火)	14:00~15:00	五色庁舎

乳幼児健康診査・相談 (対象者には個別に通知)

☎22-3337

事業名	対 象	と き	受付時間	場所
乳児健康診査	H22年7月生	18日(木)	12:45~13:15	みなと元気館2階
7か月児相談	H22年4月生	24日(水)	9:30~ 9:50	
10か月児健康診査	H21年12月生	4日(木)	12:45~13:15	
1歳6か月児健康診査	H21年3月生	25日(木)	12:45~13:15	
2歳児相談	H20年8月生	17日(水)	13:00~13:15	
3歳児健康診査	H19年8月生	11日(木)	12:45~13:15	

その他の相談 (要予約)

☎22-3337

内 容	と き		場 所
すくすく子育て相談	12日(金)	9:30~11:00	みなと元気館2階
こころの相談	5日(金)	14:00~16:00	
筋力アップ サークル ※対象 概ね65歳以下の 洲本市民	10日(水)、17日(水) 24日(水)、	9:30~	五色トレーニングセンター
	4日(木)、11日(木) 18日(木)、25日(木)	9:30~	みなと元気館

洲本図書館 ☎22-0712

●いっしょにおはなしかい
(0~3歳児対象)

3日(水)、20日(土) 11:00~

●おはなし会 (3~6歳児対象)

13日(土)、27日(土) 14:30~

●もっとおはなし会 (小学生対象)

13日(土)、27日(土) 15:00~

●おりがみ教室 6日(土) 14:00~

●つくってあそぼう!

21日(日) 14:00~

※「おりがみ教室」「つくってあそぼう!」は定員40人。参加申込は前日まで。

●対面朗読(本の読み聞かせサービス)

目の不自由な人が対象。

事前申込が必要。

五色図書館 ☎32-1693

●おひぎのうえのおはなし会

(3歳ぐらゐまで対象)

11日(木)、25日(木) 10:30~

●えるる倶楽部 10:30~

(絵本・紙芝居の読み聞かせ)

13日(土)、14日(日)、20日(土)、21日(日)、

27日(土)、28日(日)

※いずれも参加申込は不要

●秋の図書館フェア

雑誌の無料配布、人形劇、講座、

おはなし会、作品展示など

6日(土)、7日(日)

11月の図書館だより



●開館時間●

10:00~18:00

●11月のカレンダー●

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				

■ 両図書館休館日

※洲本・五色図書館の新着情報は、洲本市立図書館ホームページ(<http://www.library.city.sumoto.hyogo.jp>)でご覧いただけます。



秋空の下、元気よく

第3回キッズドリームスポーツチャレンジinすもと

本年度3回目のキッズドリームチャレンジinすもとが、10月2日(土)にアス



パ五色で開催されました。

今回は、陸上

教室(小学生100名参加)、バレーボール教室(中学女子60名参加)、卓球教室(小中学生41名参加)と陸上競技を指導する市内小学校教諭(28名参加)への指導者講習が行われました。

指導者講習では、トップアスリート直伝の指導方法に先生たちも大満足。早速、今月行われる陸上競技大会に向けて子どもたちの指導に生かしたいと、張り切っていました。



いつまでも健康で

平成22年度洲本市敬老会



お年寄りの長寿を祝う「洲本市敬老会」が9月12日(日)、文化体育館と五色庁舎3階文化ホールの2会場で盛大に行われました。今年招待された75歳以上の人は7,707人。それぞれの会場では、なつめろなつちゃんによる歌謡ショーのほか、幼児による歌とお遊戯などが披露され、参加者は和やかなひとときを過ごしました。

観光名所をきれいに

老人クラブ連合会洲本支部の三熊山清掃奉仕

9月14日(火)、洲本市老人クラブ連合会洲本支部のメンバーが、奉仕活動として、三熊山の清掃を行いました。この日は、洲本地域の83の老人クラブから約170人が参加して、午前9時30分から清掃を開始。観光に訪れた人たちに気持ちよく過ごしてもらおうと、汗を流しました。



この清掃活動は、全国老人クラブ連合会がそれぞれの地域で一斉に社会奉仕活動をする「社会奉仕の日」が9月20日に定められていることから行われ、9月の「高齢者保健福祉月間」や「敬老の日」に対する感謝の気持ちを込めて実施されています。

兵庫のプライドを全国で

ゆめ半島千葉国体出場

9月25日(土)から10月5日(火)まで第65回国民体育大会「ゆめ半島千葉国体」が開催され、市内からも次の選手が出場しました。

◎ボート競技【成年女子 舵手つきクォドルプル】6位、萩原康治〔監督〕、小山ゆう子、高橋尚子、清水ひとみ、阿部有希、矢野梓、【少年女子 舵手つきクォドルプル】予選敗退、東年伸〔監督〕、森谷真衣、船本夏美、長井亜沙美、川口愛理、宇城智都、【少年女子 ダブルスカル】3位、登靖暢〔監督〕、長井佑香里、空史恵、【成年女子 ダブルスカル】7位、木又美咲、沖田倫子



▲9月14日に行われた壮行会

◎軟式野球【成年男子】2回戦敗退、三原克幸〔監督〕、坂修三、蔭山将和、平岡祐、藤本和弥、石井勇希、井上正幸、金谷良太、森井義博
◎陸上競技【少年男子B 100m】7位、魚里勇介 ◎相撲競技【少年男子】予選敗退、齋藤一平〔監督〕、篠原開、畠中將浩、赤座寿拓 ◎水泳(競泳)競技【成年女子 200m個人メドレー】3位、打越雅美

