

かわらばん 7

江津の“今”と“未来”を伝える広報紙

2025
Vol.883

[表紙の写真]

5月18日、第100回玉江少年体育大会が行われました。(詳しくは20ページ)

[主な内容]

◎参議院議員通常選挙のお知らせ

◎令和7年度定額減税補足給付金のお知らせ



第27回 参議院議員通常選挙

投票日
7月20日

期日前投票期間 **7月4日(金)~19日(土)**

期日前投票所情報は
こちらから 

この一票、私にできる、意思表示



投票所一覧

投票区	投票所名	所在地
第1投票区	黒松地域コミュニティ交流センター	黒松町 586
第2投票区	波積地域コミュニティ交流センター	波積町本郷 325-1
第3投票区	都治地域コミュニティ交流センター*1	後地町 829-1
第4投票区	浅利地域コミュニティ交流センター	浅利町 2102
第5投票区	渡津地域コミュニティ交流センター	渡津町 658-1
第7投票区	松平地域コミュニティ交流センター	松川町市村 123
第8投票区	上津井ふれあいセンター	松川町上津井 151
第9投票区	江津市松平地域防災拠点施設	川平町南川上 496-1
第11投票区	郷田小学校体育館	江津町 536
第12投票区	パレットごうつ	江津町 1518-1
第13投票区	嘉久志地域コミュニティ交流センター	嘉久志町イ 1503
第14投票区	和木地域コミュニティ交流センター	和木町 570-1
第15投票区	都野津地域コミュニティ交流センター	都野津町 2358-1
第16投票区	二宮地域コミュニティ交流センター	二宮町神主イ 171
第17投票区	跡市地域コミュニティ交流センター	跡市町 625-1
第18投票区	有福温泉地域コミュニティ交流センター	有福温泉町 8-3
第19投票区	波子地域コミュニティ交流センター	波子町イ 1272-4
第20投票区	敬川地域コミュニティ交流センター	敬川町 1716-5
第21投票区	青山自治会館	二宮町神主 1964-4
第22投票区	長谷地域コミュニティ交流センター	桜江町長谷 1587-2
第24投票区	市山地域コミュニティ交流センター*2	桜江町市山 481
第25投票区	桜江保健センター (桜江総合センター内)	桜江町川戸 11-1
第26投票区	谷住郷地域コミュニティ交流センター	桜江町谷住郷 1824-1
第27投票区	川越地域コミュニティ交流センター	桜江町川越 631

*1 都治地域コミュニティ交流センターの投票場所を施設内の「図書展示室」に変更します。

*2 市山地域コミュニティ交流センターの投票場所を施設内の「研修室1」に変更します。

日程に関する注意事項

参議院議員通常選挙の投票日は広報かわらばん7月号編集時ではまだ確定していないため、6月上旬時点での予定を記載しています。

それぞれの日程は、公示日・投票日が異なった場合には変更となりますのでご注意ください。

投票できる人(予定)

- 次の条件を満たす日本国籍を有する人
- ①平成19年7月21日以前に生まれた人
 - ②令和7年4月2日以前に転入届を済ませ、引き続き市内に住所がある人

投票所 市内24箇所

投票日当日は、入場券に記載している投票所以外では投票できません。お間違いのないようにおこしください。



▲投票所一覧

投票の方法

選挙区選挙は候補者の氏名を投票用紙に書いて投票します。

比例代表選挙は候補者氏名もしくは政党名を投票用紙に書いて投票します。

期日前投票

投票日当日に選挙に行くことができない人は期日前投票ができます。

◎期間

公示日の翌日から投票日の前日まで

7月4日(金)～7月19日(土)(予定)

◎場所

・江津期日前投票所【不在者投票所併設】
(江津市職員会館 江津町 1525-7)

午前8時30分～午後8時

・桜江期日前投票所

(桜江保健センター 桜江町川戸 11-1)

午前8時30分～午後6時

代理投票・点字投票

◆代理投票

病気やけが、その他の事情によって候補者の氏名を自書できない人は、投票所で投票管理者にその旨を申し出てください。

本人の意思表示により、投票所の職員が代筆することができます。

◆点字投票

目の不自由な人は投票所で点字による投票ができます。

不在者投票

◆不在者投票

有権者が江津市以外に滞在している場合は、滞在地の選挙管理委員会で不在者投票をすることができます。また、指定施設に入所している人は施設で投票することができます。施設の管理者に申し出てください。

◆郵便などによる不在者投票

身体に重度の障がいがあり、身体障害者手帳などの交付を受けている人で、その障がいの程度が次に該当する人は、郵便などによる不在者投票をすることができます。

自書できることと「郵便等投票証明書」の交付を事前に選挙管理委員会で受けておく必要があります。

▽両下肢・体幹・移動機能障害の程度が1級または2級の人

▽内臓機能障害の程度が1級または3級の人

▽免疫・肝臓障害の程度が1級から3級の人

▽介護保険・要介護5の人

(他にも該当項目あり)

なお、上肢、視覚の障がいの程度が1級の場合など、代理記載が可能な場合もあります。

◆開票

開票は、投票日の午後8時から江津市地場産業振興センターで行います。選挙の結果は、江津市ホームページ、島根県ホームページで公表します。



投票所における各種投票支援

投票所(期日前投票所も含む)での係員との意思疎通や投票の方法に不安のある人などが、投票手続きをスムーズに行えるよう次の投票支援を行います。必要な人は、ぜひご利用ください。



▲詳細はこちら

投票用紙記入補助具

投票所で、投票用紙に候補者名などを自書する際に、記入する枠がよく見えないなど不安がある人が、代理投票ではなく、自ら候補者名などを記入できるよう補助するものです。

コミュニケーションボード

投票所で想定されるお手伝い(支援内容)をイラストや文字で表したものです。対応してほしいことを指さすことで、投票所の係員に自分の意思を伝えることができます。

投票支援カード

投票するにあたり、お手伝い(支援)が必要な人が、投票所に対応してほしい内容をあらかじめカードに記入しておき、係員に提示することで、投票手続きをスムーズに行うためのカードです。



コミュニケーションボード

令和7年度 定額減税補足給付金 のお知らせ

税務課市民税係 TEL 0855 (52) 7931

令和6年度に行った定額減税および当初調整給付の実施後、令和6年分所得税の確定に伴い、当初調整給付に不足を生じた場合に追加で給付を行うものです。不足額給付Iの②・IIとも、市役所窓口での手続きもできます。

◎申請期間について

該当と思われる人に、文書を送付します。それぞれの案内文書にてご確認ください。

不足額給付 I

○対象者

令和6年分所得税および令和6年度個人住民税それぞれの定額減税の実施額などが確定したのちに算出した給付すべき額が、令和5年分所得税などをもとにした推計額（令和6年分推計所得税額）を用いて算出した額（＝当初調整給付）を上回るひと

支給（手続き）方法

①昨年に当初調整給付を受取り、口座の登録があるひとおよび公金口座の登録がある人

7月下旬頃に「支給のお知らせ」を送付し、市が指定した日に振り込みます。

※受取口座の変更や相違などがない場合には返信は不要です。

②口座登録のないひと

7月下旬頃に、「支給確認書」を送付しますので、オンラインまたは郵送か、市役所窓口へ提出で返信してください。

不足額給付 II

○対象者

次のいずれにも当てはまるひと

- ・令和6年度個人住民税所得割および令和6年分所得税の定額減税前税額が0円
- ・税制度上の「扶養親族」の対象外^{注1}
- ・低所得者世帯向け給付^{注2}の対象世帯の世帯主・世帯員に該当しない

手続き方法

7月下旬頃に、「支給申請書」を送付しますので、内容を確認していただき、誓約・同意のうえ、口座情報などの資料を添付して郵送か、市役所窓口へ提出してください。

注1…「事業専従者（白色）」、「青色事業専従者」、「合計所得金額が48万円を超えているひと」

注2…「令和5年度非課税世帯（家計急変世帯含む）への7万円給付」「令和5年度均等割のみ課税世帯への10万円給付」「令和6年度非課税世帯への10万円給付」「令和6年度均等割のみ課税世帯への10万円給付」それぞれ、子ども加算も含まれます。

コールセンターの開設について

制度へのご質問や申請手続きについてのお問合せ専用のコールセンターを開設します。

「江津市定額減税補足給付金コールセンター」

電話 **0120 (20) 2753**（通話料：無料）

午前8時30分～午後8時
（土日祝日も対応）

期間 **7月1日（火）～10月31日（金）**

後期高齢者医療制度に関するお知らせ

■ 保険年金課 医療年金係

TEL 0855 (52) 7483

7月中旬に
資格確認書を郵送します

後期高齢者医療制度に加入している被保険者の人に最新の資格情報を記載した白色の「資格確認書」を7月中旬に特定記録郵便で郵送します。有効期限は令和8年7月31日です。すでに、「資格確認書」をお持ちの人は同じ白色ですので、有効期限をご確認いただき、令和7年8月1日から最新の「資格確認書」をお使いください。

自己負担割合をご確認ください

令和6年中の所得状況により、自己負担割合が変更になることがあります。資格確認書に記載されている自己負担割合（「1割」、「2割」または「3割」）をご確認ください。有効期限が切れた保険証、資格確認書は細かく裁断し、ご自分で廃棄してください。

限度額適用・標準負担額減額認定証（白色）について

令和6年12月2日以降「限度額適用認定証」、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の新規交付が廃止されました。そのため、令和6年度中に「限度額適用認定証」か「限度額適用・標準負担額減額認定証」のどちらかが交付されている人または資格確認書への自己負担限度区分の併記申請をされた人は令和7年度以降も自己負担限度区分が併記された「資格確認書」がお手元に届きます。

令和7年度の保険料のお知らせ

令和7年度分の保険料は令和6年中の所得状況により計算した所得割と均等割合計額になります。7月中旬に郵便でお知らせします。

◎ 納付方法

特別徴収（年金からの天引）と普通徴収（納付書および口座振替）の2種類があります。

◎ 保険料を滞納すると

納期限までに納付した人との公平を図るために、納期限の翌日から実際に納付した日までの日数に応じた延滞金が保険料に加算されます。

軽減対象者の所得要件の変更のお知らせ

世帯の所得状況に応じて、保険料の均等割額が軽減されます。

低所得者に対する保険料の負担を軽減するため、令和7年度保険料から対象者の所得要件が変わります。

均等割の軽減割合（令和7年4月1日～）

対象者の所得要件 (世帯主および世帯の被保険者全員の軽減判定対象所得の合計額)	均等割の 軽減割合
43万円+【10万円×(年金・給与所得者の数-1)】*以下	7割
43万円+【10万円×(年金・給与所得者の数-1)】*+30.5万円×(被保険者数)以下	5割
43万円+【10万円×(年金・給与所得者の数-1)】*+56万円×(被保険者数)以下	2割

- ・【】内の計算は世帯主および世帯の被保険者全員の年金・給与所得者数が2人以上の場合に限ります。
- ・世帯主は後期高齢者医療制度の被保険者ではない場合も含まれます。
- ・前年度の1月1日において65歳以上の人は、軽減判定の際に限り、公的年金の所得から15万円を限度として控除があります。
- ・軽減判定の際には、「専従者控除」「居住用財産や収用により譲渡した場合などの課税の特例」の適用はありません。
- ・所得などの申告がない場合は、軽減されないことがあります。
- ・軽減判定は、賦課期日（毎年4月1日または資格取得日）時点で行われます。

国民健康保険に関するお知らせ

資格確認書・資格情報のお知らせの一斉更新について

◎更新時期 令和7年8月1日

マイナ保険証（保険証利用登録がされたマイナンバーカード）の有無に応じて、「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を世帯主様宛に郵送します。令和7年7月31日有効期限の保険証または資格確認書は、令和7年8月1日以降に、ご自分で細かく裁断のうえ、破棄してください。

◎資格確認書について

マイナ保険証を保有していない人には「資格確認書」を交付する予定です。資格確認書の有効期限は令和8年7月31日までです。なお、次の更新までに70歳または75歳に到達する人は有効期限が令和8年7月31日ではありません。

◎資格情報のお知らせについて

マイナ保険証を保有している人には、ご自身の加入情報を確認できる「資格情報のお知らせ」を交付する予定です。資格情報のお知らせの有効期限は原則ありません。ただし、次の更新までに70歳または75歳に到達する人、70〜74歳の人には有効

期限があります。

※「資格情報のお知らせ」のみでは医療を受けることはできません。マイナ保険証未対応の医療機関などを利用する際にはマイナンバーカードと「資格情報のお知らせ」を共に提示してください。

◎手続きをお忘れなく

転出・転居したなど世帯に変更があった場合、職場の健康保険に加入した場合またはその被扶養者になった場合は手続きが必要となります。

「限度額適用・標準負担額減額認定証」も更新時期となります

有効期限が令和7年7月31日の「限度額適用認定証」「標準負担額減額認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付している人のうち、引き続き令和7年8月以降も交付できる人には、「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」と一緒に案内をお送りしています。

引き続き認定証の交付を希望する人は更新手続きをしてください。

※マイナ保険証を使用される際は、紙の認定証がなくても負担区分を確認することができます。

☎保険年金課国民健康保険係

Tel 0855 (52) 7937

国民年金保険料の免除制度

収入の減少や失業などにより国民年金保険料の納付が難しい場合、保険料の全額または一部が免除される制度があります。

この制度は、将来の年金受給資格の確保や事故などによる障害基礎年金の受給資格の確保につながるものです。

免除を受けるには、申請が必要です。保険年金課医療年金係に書類を提出してください。

郵送による手続きも可能です。

◎申請に必要な書類

- ・年金手帳
- ・失業が確認できる雇用保険受給資格者証など

◎申請期間

令和7年7月から令和8年6月までの保険料免除申請を7月から受け付けます。

※申請月の2年1か月前までの期間について、さかのぼって免除などを申請ができます。

◎注意

免除の審査は申請する期間の前年所得（1月から6月分については前々年所得）について審査するため、免除されない場合もあります。

マイナポータルでの申請

①マイナンバーカードを準備し、マイナポータルへログインしてください。

②マイナポータルのトップ画面の「年金」を選択し、「国民年金保険料の免除」からご希望の手続きを選択してください。

③案内に従い必要事項を入力して申請を行ってください。

☎保険年金課医療年金係

Tel 0855 (52) 7483



▲マイナポータル

介護保険に関するお知らせ

介護保険負担限度額認定証更新のお知らせ

有効期限が7月31日までの介護保険負担限度額認定証をお持ちの人に更新手続きのお知らせを送付しています。対象の人は手続をしてください。

◎対象

介護保険施設（特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護医療院）に入所中のまたはショートステイを利用する人で、世帯全員（配偶者は世帯分離していても同一世帯とみなす）が市町村住民税非課税かつ、預貯金などが基準以下の人

◎手続に必要な書類など

・本人および配偶者の所有する全ての預貯金通帳などの写し（直近2か月の履歴がわかるもの）

・申請書、個人番号および本人確認ができるもの

◎提出期限 7月31日(木)

◎申請窓口

・高齢者障がい者福祉課高齢者福祉係

TEL 08555 (52) 7480

・桜江支所

TEL 0855 (92) 1211

◎郵送による申請先

〒69718501

浜田市殿町1 浜田地区広域行政組合介護保険課

(浜田市役所北分庁舎内)

介護保険負担割合証を

送付します

65歳以上の人（第一号被保険者）の介護保険サービスなどの利用者負担割合について、前年の所得により1割から3割の負担割合を決定し、毎年7月に交付を行います。

適用期間は8月から1年間

で、要支援・要介護認定を受けている人、総合事業の対象となつていない人全員に、負担割合を記載した介護保険負担割合証を送付します。介護サービスなどを利用される際は、介護保険被保険者証と一緒にサービス提供事業者に提示してください。

TEL 08555 (25) 1520

65歳以上（第1号被保険者）の負担割合

利用者負担の判定の基準		負担割合
本人の合計所得金額が220万円以上の人	年金収入額+その他の合計所得金額が (1) 単身世帯は340万円以上 (2) 2人以上の世帯は463万円以上	3割
3割負担に該当しない人で本人の合計所得金額が160万円以上の人	年金収入額+その他の合計所得金額が (1) 単身世帯は280万円以上 (2) 2人以上の世帯は346万円以上	2割
上記以外の人		1割

※「年金収入額+その他の合計所得金額」には、本人も含めた同一世帯にいる65歳以上の人が判定の基準となります。

※65歳未満の第2号被保険者の負担割合は一律1割負担です

石見神楽公演情報

毎月、市内で催される石見神楽は豪華必見。ぜひご来場ください。湯の町神楽殿と舞乃座は必ずご予約の上、ご来場ください。

パレット(ごつつ)

◎日時 7月13日(日)

午前10時30分～午後1時

◎出演団体

嘉戸神楽社中

◎料金

大人 1000円

中学生以下 500円

未就学児無料

TEL 0855 (52) 0534

江津市観光情報センター

有福温泉 湯の町神楽殿

◎日時

7月5日(土)、12日(土)、19日(土)、26日(土)

午後8時30分～10時

◎出演団体

有福温泉神楽団

◎料金

中学生以上 1500円

小学生 500円

未就学児無料

◎予約・問い合わせ

江津市観光情報センター

TEL 08555 (52) 0534

石見神楽劇場 舞乃座

◎日時

7月6日(日)、20日(日)

午後4時～6時

7月11日(金)、25日(金)

午後8時～9時

◎出演団体 お問い合わせください

◎料金

日曜日 2000円

金曜日 1000円

◎予約先

席の予約専用電話

TEL 090 (80650002)

※定期公演のほか特別公演も実施しています。詳しくはお問い合わせください。

◎商工観光課

観光ブランド推進係

TEL 08555 (52) 7494



▲ホームページ

戸籍に記載するフリガナに関するお知らせ

■市民生活課市民係
TEL 0855(52)7482

戸籍に記載するフリガナに関する通知を郵送します

フリガナが正しい場合

◎届出【不要】

◎備考 令和8年5月26日以降に通知に記載されているフリガナのとおり戸籍に記載されます。

フリガナが誤っている場合

◎届出【必要】

5月26日時点で本籍地の市区町村長から、戸籍に記載される予定のフリガナが通知されます。江津市が本籍地の人には、6月下旬から郵送を開始しています。ハガキは8月までに対象者へ届く予定で

す。通知が届いたら、誤りがないか必ず確認をお願いします。

◎期限 令和8年5月25日まで
◎費用 手数料はかかりません
※届出をしなくても罰則はありません。

詐欺にご注意ください！



▲法務省
ホームページ

制度全般に関するご質問・ご相談は、法務省フリガナコールセンターへ電話するか、法務省ホームページをご確認ください。

「届出には手数料がかかる」「届出をしないと罰金」など、金銭を要求するものは全て詐欺です。

また、法務省から外部サイトに誘導するメールを送信することはありません。そのようなメールを受信した際に、メールに記載されているURLにアクセスすることは絶対に避けてください。

地籍調査事業の実施のお知らせ

今年度の地籍調査事業を下記の地区で実施します。実施の際は必要に応じて、職員や業務を受託した業者担当者が、筆界や測量のための標識を設置したり土地の立ち入りを行う場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

◎今年度の調査期間

令和8年3月31日まで

※新規着手地区の二宮町神主および黒松町の土地所有者などを対象にした説明会を、後日開催します。

■江津市管財課地籍調査係

TEL 0855(52)7953

◎実施地区

二宮町神主の一部(新規着手地区)、黒松町の一部および江津町の一部(継続地区)



▲ホームページ

海上保安庁からのお知らせ

【海上保安学校学生採用試験】

◎受付期間

7月11日～7月24日

◎一次試験

9月28日(日)

【海上保安大学校学生採用試験】

◎受付期間

8月21日～9月8日

◎一次試験

10月25日(土)、26日(日)

◎試験地

米子市、広島市ほか

◎受験料 無料

詳しくは人事院または海上保安庁ホームページをご確認ください。

■浜田海上保安部管理課

TEL 0855(27)0770

自衛官の募集

■自衛隊島根地方協力本部 募集課 TEL 0852 (21) 0015

一般曹候補生募集 (陸上・海上・航空自衛隊)

部隊の中核である曹を育成するコース。陸・海・空の各部隊で経験を積み、入隊後、2年9か月以降、選考により曹へと昇任し定年退職まで勤務できます。

◎応募資格

日本国籍を有し、採用予定月の1日現在18歳以上33歳未満の者

◎応募期間

7月1日(火)～9月2日(火)

◎試験期日

9月16日(火)～20日(土)のうち指定する1日

◎試験会場

受付時に通知

◎試験種目

筆記試験(国語、数学、英語および作文)、適性検査 ※ウェブ試験方式

◎採用予定日

採用予定通知書で通知

航空学生募集 (海上・航空自衛隊)

海上・航空自衛隊のパイロットなどを養成する制度です。

◎応募資格

日本国籍を有する高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)

【海上自衛隊】

令和8年4月1日現在で18歳以上23歳未満の者

【航空自衛隊】

令和8年4月1日現在で18歳以上24歳未満の者

◎応募期間

7月1日(火)～8月29日(金)

◎試験期日

9月20日(土)・27日(土)のうち指定する1日

◎試験会場

受付時に通知

◎試験種目

筆記試験(国語・数学・英語、地理歴史・公民または理科のうち1科目)、適性検査

※但し、試験期日・場所などについて、変更・中止される場合があります。

自衛官候補生募集 (陸上・海上・航空自衛隊)

採用と同時に陸・海・空自衛官候補生に任命されます。自衛官候補生として3か月間の教育訓練を修了した後、2等陸・海・空士に任用されます。任用期間は、陸上自衛官は1年9か月、海上・航空自衛官は2年9か月を1任期として任用されますが、引続き勤務を希望する場合は、選考により2年を任期として継続任用されます。

◎応募資格

日本国籍を有し、採用予定月の1日現在18歳以上33歳未満の者

◎応募期間

7月1日(火)～9月2日(火)

◎試験期日

9月16日(火)～20日(土)のうち指定する1日 ※ウェブ試験方式

【筆記試験・適性検査】

9月23日(火)～28日(日)のうち指定する1日

【口述試験・身体検査】

9月23日(火)～28日(日)のうち指定する1日

◎試験会場

【筆記試験・適性検査】

受付時に通知

【口述試験・身体検査】

陸上自衛隊出雲駐屯地

◎試験種目

筆記試験(国語、数学、地理歴史、公民および作文)、口述試験、適性検査、身体検査および経歴評定※

※経歴評定とは、多様な経歴を有する受験者の能力を総合的に評価するものです。該当する資格・免許などは自衛隊島根地方協力本部にご確認ください。

◎採用予定日

採用予定通知書で通知



消防署からのお知らせ

〒江津邑智消防組合江津消防署
Tel0855 (52) 0119

熱中症に注意！

熱中症って？

高温多湿な環境で、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識の異常など様々な障害をおこす症状のことです。熱中症は予防が大切です。

熱中症を予防するために

- ・のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をする
- ・日傘や帽子で直射日光を避け、涼しい場所で過ごす
- ・エアコンや扇風機を適切に使用し、快適に睡眠をとる
- ・熱中症警戒アラート発令中は外出を控え、暑さをさける
- ・体調がおかしいと感じた時は、早めに休憩をとる

様子がおかしいときにはためらわず 119 番通報をしましょう。



救命講習について

江津邑智消防組合では、eラーニング（応急手当WEB講習）を活用した救急講習を開催しています。

eラーニングは動画を視聴する事前学習で、スマートフォンでの受講も可能です。動画は各カテゴリー細分化されており、スキマ時間を活用した受講が可能です。

eラーニングを受講すると講習時間を短縮することができます。

対象となる講習

- ・普通救命講習Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ
- ・上級救命講習

ご検討の人は、最寄りの消防署または消防出張所へお問い合わせください



水の事故に注意！

水の事故は命にかかわる重大な事故になる可能性が非常に高いのが、特徴だといえます。

また、子どもの事故は「河川」で多く発生しています。海や河川、プールなどを訪れることが多くなるこれからの季節、水の事故を予防することが大切です。

Coast
Guard

海上保安庁からのお知らせ

〒浜田海上保安部交通課
Tel0855 (27) 0772

海の事件・事故は「118番」

～海で安全に楽しむために～

遊泳をはじめ、魚釣りや船に乗る時もライフジャケット着用を呼びかけています。

◎遊泳

- ・単独行動を避ける
- ・同行者や子どもから目を離さない
- ・子どもだけで遊ばせない
- ・ライフジャケットの購入・着用
- ・遊泳区域以外では泳がない
- ・体調不良時や飲酒後は海に入らない

◎釣り

- ・家族や友人に行き先と帰宅時間を伝えておく
- ・ライフジャケットを必ず着用する
- ・防水パック入りの携帯電話、スマートフォンを持参する
- ・立入禁止区域や消波ブロックには立ち入らない

注意事項の詳細は、ホームページ「ウォーターセーフティガイド」をご確認ください。



◎小型船舶

- ・ライフジャケットの着用・法令の遵守
- ・出航前に「機関の点検」「残燃料の確認」「船体の確認」を行う
- ・常に適切な見張りを行う。
- ・携帯電話やスマートフォンは防水パックに入れる

◎海に出る前に

- ・天候や海が少しでも荒れていたら、無理をせずに取りやめる。

子育てサポート 7 月のイベント一覧

子育てサポートセンターや支援センター・支援室の実施するイベントや取り組みなどをお知らせします。予約やお問い合わせは、下記の各施設までお問い合わせください。

ホームページ
はこちら↓



子育てサポートセンター NPO法人ちゃいるどりーむ TEL0855(52)0569
 のぞみ子育て支援センター TEL0855(52)7888 さくらえ子育て支援センター TEL0855(92)1068
 あさり子育て支援センター TEL0855(55)1024 うさぎ山子育て支援室 TEL0855(54)1425

開催日	時間	会場	内容	予約
2日(水)	午前11時~正午	あさり	「わくわくランチ」園の食事を食べてもらいます。	○
3日(木)	午前10時~	のぞみ保育園	七夕飾り作り	○
4日(金)	午前10時~午後0時30分	うさぎ山	おいしい day	○
	午前10時~11時	サポートセンター	おたのしみの日「七夕会」	○
5日(土)	午前9時30分~11時	サポートセンター	作るところからやってみよう!むかしあそび	○
7日(月)	午前9時30分~	のぞみ保育園	七夕会(園行事参加) & おしゃべりティタイム	○
8日(火)	午前10時50分~	のぞみ保育園	0歳児食事体験(離乳食コース)	○
9日(水)	午前10時~11時30分	うさぎ山	プール遊び	○
10日(木)	午前9時30分~11時	さくらえ保育園	芳香剤ポットづくり	○
11日(金)	午前10時~11時	サポートセンター	おたのしみの日「寒天あそび」	○
12日(土)	午前9時30分~午後1時	サポートセンター	第2回食育講座「調理実習」	○
14日(月)	午前10時~11時	あさり	「スマイルデー」寝相アートを楽しみましょう。	○
15日(火)	午前10時~正午	うさぎ山	ぱくぱく day + つるカフェ	○
	午前10時50分~	のぞみ保育園	1・2・3歳児食事体験	○
	午前10時~11時	サポートセンター	第2回どりーむひろば「子どもの足についてのお話」	○
17日(木)	午前10時~11時	あさり	「もぐもぐデー」園のおやつを試食と紹介をします。今回は、コーンおむすびです。	○
	午前10時~	のぞみ保育園	マザーズひろば「ベビーマッサージ」	○
18日(金)	午前10時~11時30分	うさぎ山	もくもく day	○
	午前10時~11時	サポートセンター	おたのしみの日「水あそび」	○
19日(土)	午前10時~11時	サポートセンター	絵本の読みかたりの日	○
22日(火)	午前10時~11時	さくら	「さくらこども園の日」ameさんに来ていただき、多肉植物の寄せ植えをします。	○ ※予約はあさり
23日(水)	午前10時~正午	うさぎ山	苔玉作り	○
	午前9時30分~11時30分	サポートセンター	乳幼児相談・おっぱい相談・離乳食相談	
24日(木)	午前9時30分~11時	さくらえ保育園	手、足形アートをしよう	○
25日(金)	午前10時~午後2時	サポートセンター	おたのしみの日「夏まつり」	○
26日(土)	午前10時~正午	サポートセンター	産前教室~育児レッスン~「お産の経過と沐浴・妊婦体験」	○
30日(水)	午前10時~11時	森ハウス	「ファミリーデー」コラーージュでうちわ作りをした後に、ゆっくりお茶をしていただきます。	○ ※予約はあさり
	午前10時~	のぞみ保育園	うたってあそぼう~ほっこりクラブ	○
31日(木)	午前9時~正午	あさり	「体験入園」こども園ってどんなところか体験してみてください。食事体験もできます。	○
	午前9時30分~11時	さくらえ保育園	クッキング	○

健康 & すくすく

シニア世代の高血圧

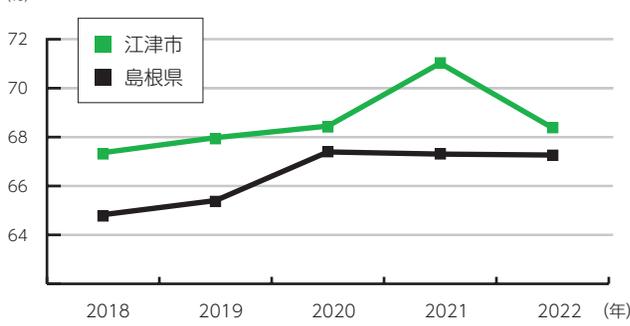
江津市のシニア世代の高血圧

健康医療対策課健康増進係

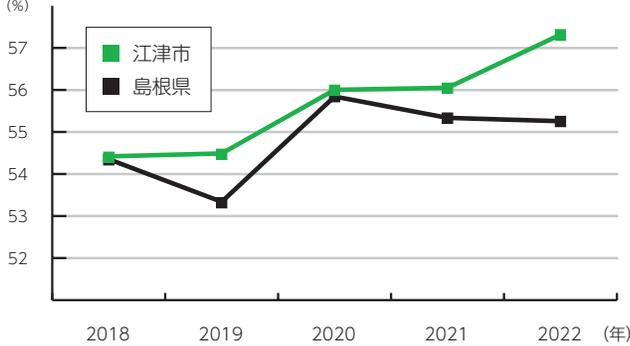
TEL 0855 (52) 7935

令和6年度から始まった健康増進計画の一環として、取り組む課題の一つの「高血圧対策」。これまでの子ども・働き盛りの高血圧に続き、第3弾。シニア世代（65～74歳）の高血圧の現状についてご紹介します。

グラフ1 65～74歳男性の高血圧の有病率



グラフ2 65～74歳女性の高血圧の有病率



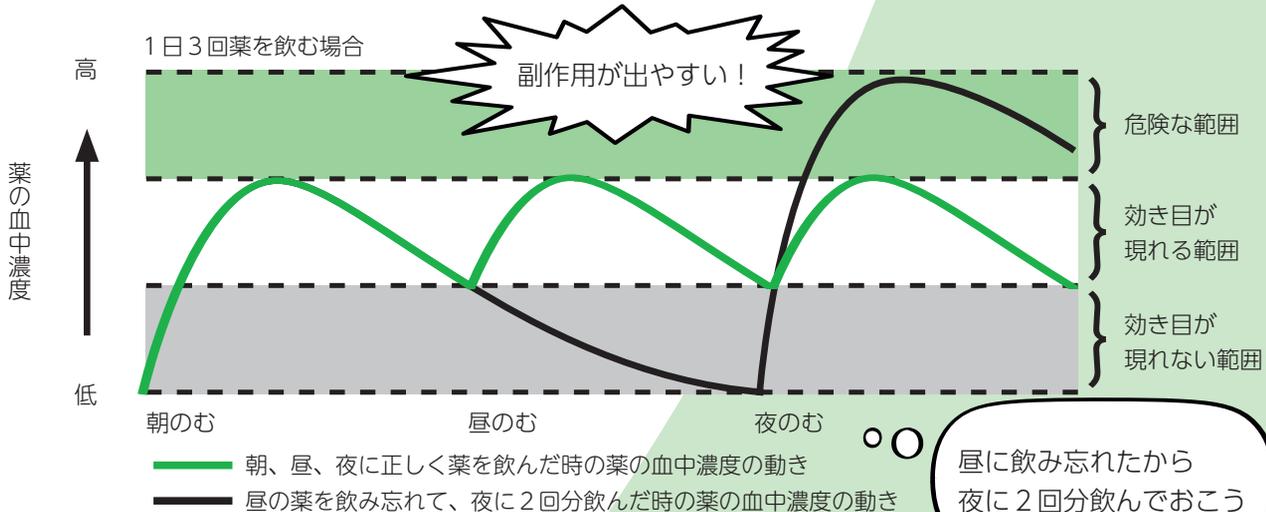
江津市国民健康保険加入者、協会けんぽ加入者のうち、65～74歳の人の高血圧の有病率を見てみると、男性では68・4%、女性では57・3%と島根県よりも高い水準となっております。女性が増加傾向です。(グラフ1、2)

薬は飲む量、飲む時間を

守りましょう！

血圧が高いからといってすぐ薬が処方されるわけではありません。食事や運動の生活習慣の改善に取り組み、家庭で血圧を測りながら様子を見ていきます。それでも血圧が高いときは薬での治療になり、薬が処方された場合、ちょうど良い効果が表れるように、飲む量、回数が考えられています。薬は吸収されると、徐々に血液の濃度が濃くなり、その後、代謝や排泄によって血液中の濃度が薄くなっていきます。「効かないからもう1錠」「飲み忘れたから次2回分飲んでおこう」と飲んでしまうと、血液中の薬の濃度が濃くなり、副作用が出やすくなってしまいます。そのため、薬は医師や薬剤師の説明通り服用することが大切です。

(下図)



高血圧は薬＋生活習慣の改善で上手にコントロール！

塩分を控える食べ方の工夫

- ①料理の味つけを確かめてから、調味料を使う
- ②しょうゆなどはかけず、小皿に入れてつける
- ③麺類の汁は飲まない
- ④汁物や漬物、塩蔵品は食べ過ぎない
- ⑤外食や総菜、仕出し弁当などは上手に活用する
- ⑥食べ過ぎないように注意する

生活にちょっと運動をプラス

- ①1日1000歩、歩く距離を増やす
(10分歩くと1000歩相当)
- ②できるだけ階段を使う
- ③家事をこまめにする
- ④週に1回は少し汗がにじむ程度のスポーツや体操をする

血圧が高く、薬が処方された場合は、副作用がなく体に調度良い効果を得るため、医師や薬剤師の指示通り薬を飲み、合わせて生活習慣の改善に取り組みましょう。

また、生活習慣の改善は高血圧の予防にもつながります。高血圧でない人も適塩や運動を心がけ高血圧にならない体で元気に過ごしましょう。

その他の改善ポイント

- ①喫煙している人は禁煙に挑戦する
- ②睡眠は十分とり、ストレスは早めに解消する
- ③毎日血圧測定する

検査のお知らせ

肝炎ウイルス相談・検査

B型およびC型肝炎ウイルスの患者・感染者は、合わせて300万人を超していると推定され、国内最大の感染症とも言われています。一生に一度は必ず肝炎ウイルス検査を受けましょう。検査に年齢制限はありません。

◎日時

相談：月～金曜日（祝祭日は除く）

午前8時30分～午後5時

検査：7月8日（火）・22日（火）

午後1時～3時

※日程は変更することがあります。電話にてご確認ください。

HIV 相談・検査

HIV 検査は、エイズ（後天性免疫不全症候群）の原因ウイルスである HIV に感染しているかどうかを調べる検査です。相談・検査は匿名で受けることができます。

◎会場：浜田保健所

◎料金：無料

◎事前に予約が必要です。

◎来所された人のプライバシーは守ります。

■浜田保健所 医事・難病支援課

TEL 0855 (29) 5554

情報 ポケット 7月

各記号の意味

- Ⓜ日時 Ⓜ期間 Ⓜ場所 ④内容 ⑤対象
- ⑥資格 ⑦持ち物 ⑧定員 ⑨費用 ⑩締切
- ⑪申込方法 ⑫その他 ⑬問い合わせ先



可燃物処理場の 休日開場日

- Ⓜ7月27日(日) 午前9時～正午
- ⑨有料
- ⑩事前連絡不要
- ⑬エコクリンセンター
TEL 08555 (53) 5081

不燃物処理場の 休日開場日

- Ⓜ7月27日(日) 午前9時～正午
- ⑤一般家庭の燃やせないごみ
- ※事業系のごみは持ち込み不可
- ⑨有料
- ⑫金物類と有害ごみとガラス・陶器類に分別が必要です。ごみを持ち込む人は25日(金)までに連

絡をお願いします。

問島の星クリンセンター

TEL 08555 (52) 5321

市民生活課からの お知らせ

夏季の節電にご協力ください

- ◎こまめにスイッチオフ
- ◎照明やテレビはこまめに消しましょう。
- ◎電化製品の設定を見直そう

パソコンやテレビの画面の輝度を適切な明るさにしましょう。冷房はタイマーや節電モードに設定をして空気を逃がさないようにドアを閉め、扇風機を活用して空気を循環しましょう。

◎クールビズを導入しましょう
過度な冷房に頼らず、快適で働きやすい軽装に取り組みましょう。熱中症に気をつけて、無理のない範囲で実践しましょう。

問市民生活課生活環境係

TEL 08555 (52) 7936

お知らせ

マイナンバーカード取得のための時間外窓口

市役所の業務時間内に、窓口でのマイナンバーカードの申請・受け取り・更新ができない人のために、時間外窓口を開設

します。

Ⓜ7月5日(土)、6日(日)

午前9時～午後1時

場市役所本庁舎1階市民生活課
※各種証明書の発行、住所変更などの業務は対象外です。

問市民生活課市民係

TEL 08555 (52) 7482

戦没者等の遺族のみなさんへ 第十二回特別弔慰金の 請求を受け付けています

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和7年4月1日において、公務扶助料や遺族年金などを受ける人がいない場合に特別弔慰金が支給されます。

⑤広報5月号

または市ホーム

ページをご確認ください。

⑩請求期間

令和10年3月31日まで

⑩申請窓口

社会福祉課または桜江支所

問社会福祉課地域福祉係

TEL 08555 (52) 7938



▲ホームページ

「県政世論調査」に ご協力を!

県内にお住いの満18歳以上の2千人を対象とし、調査票をお送りします。調査票がお手元に届いた人は、調査にご協力をお願いします。

います。

この調査は、県民の日常生活に対する関心などを把握するための調査です。調査結果は県政推進の基礎資料とさせていただきます。

また、調査にご協力いただいた人には抽選で記念品をお贈りします。

詳しくは、県広聴広報課県民対話室までお問い合わせください。

問島根県広聴広報課県民対話室

TEL 0852 (22) 5770

サマージャンボ宝くじの 販売について

サマージャンボ宝くじ7億円、サマージャンボミニ5千万円が発売されます。

宝くじの収益は各県ごとの販売実績に基づいて配分され、市町村のまちづくりに使われます。

◎販売期間

7月11日(金)～8月11日(月)

問(公財)島根県市町村振興協会

TEL 0852 (61) 3130

相談

介護者の集い

認知症の家族を介護している人の集まりです。介護の悩みや経験談を話しながら、情報交換

どなたでもご利用いただけます。お気軽にご相談下さい。



24時間
年中無休

虹のホール JA 江津葬祭会館

家族葬から一般葬まで皆様の想いに寄り添う 最後のセレモニーのお手伝い
江津市和木町1136番地35 フリーダイヤル 0120-52-2354

虹のホールはまだ 浜田市下府町1821番地5
フリーダイヤル

虹のホールみすみ 浜田市三隅町871番地
0120-222-532

有料広告

ボランティア清掃活動のご紹介

ボランティア清掃に取り組まれている皆さんの活動をご紹介します。

（株）SPECKの皆さん

◎4月23日（水）◎場市内海岸など

参加人数 5人



キリスト教愛真高等学校の皆さん

◎4月23日（水）◎場浅利海岸

参加人数 約50人



◎ボランティア清掃に関するご案内

市民の皆さんが環境美化活動をされる場合、市民生活課窓口で届出をすることで、ボランティア用のごみ袋をお渡しすることや、ごみの搬入の段取りをすることができます（清掃場所が私有地の場合は対象外）。手続きについて詳しくは下記までお問い合わせください。

◎市民生活課生活環境係

TEL 0855 (52) 7936

を行っています。
◎7月15日（火）
午前10時～11時30分
◎場市役所本庁舎3階会議室
◎認知症の家族を介護している人
◎1000円（お茶代）
◎不要
◎地域包括支援センター
TEL 0855 (52) 7488

7月の補聴器修理相談会

江津会場

◎場市役所本庁舎1階相談室4

・1日（火）「深野時計店」

午前10時～正午

・1日（火）「中国補聴器」

午後1時30分～3時30分

・28日（月）「東神美業」

午後1時30分～3時

・30日（水）「西日本補聴器」
午後1時30分～3時
◎場桜江総合センター和室
・3日（木）「深野時計店」
午前10時～正午
※修理の程度により費用がかかる場合があります。
◎高齢者障がい者福祉課
障がい者福祉係
TEL 0855 (52) 7934

身体障害者相談員・知的障害者相談員による相談

江津市では、身体および知的障がいのある人やご家族の相談に応じ、必要な支援などを行うため、相談員を委嘱しています。お気軽にご相談ください。

移動ナースバンク（就業相談会）開催

◎7月9日（水）午後1時～4時
◎場ハローワーク浜田
◎内求人・求人相談、看護情報の提供
◎場島根県ナースセンター
TEL 0852 (27) 8510

がんケアサロン江津

◎7月19日（土）
午前9時30分～11時30分
◎場江津保健センター
◎がんで治療中の人やかつてがんを体験した人、その家族、医療や福祉の専門職などなたでも◎不要
◎1000円（お茶代）
◎世話人代表 松浦真理子
TEL 090 (8068) 7920

がんのことを気軽に本音で語り合う場、対話を通して不安や孤独感が和らぐような場として開催します。

◎7月19日（土）
午前9時30分～11時30分
◎場江津保健センター
◎がんで治療中の人やかつてがんを体験した人、その家族、医療や福祉の専門職などなたでも◎不要
◎1000円（お茶代）
◎世話人代表 松浦真理子
TEL 090 (8068) 7920

洋墓・デザイン墓石
ご予約承ります!!

インド産 御影石

多数展示中

墓じまいをお考えの方へ

お墓の解体から墓石の撤去・処分のご相談も承っております。

宮内石材工業

江津市都野津町(国道9号線沿)

【工場】

☎(0855) 53-1358

【自宅】

☎(0855) 53-2512

遠方の方もお気軽にお問い合わせください。

墓石の3D画像



各記号の意味 ①日時 ②期間 ③場所 ④内容 ⑤対象 ⑥資格 ⑦持ち物
 ⑧定員 ⑨費用 ⑩締切 ⑪申込方法 ⑫その他 ⑬問い合わせ先

難病相談のお知らせ

一般相談

①平日

午前8時30分～午後4時30分

②難病、治療、生活に関する相談

(面談・電話・メール)

③申込フォームから申込み

就労相談

④7月9日(水)

午後1時30分～3時30分

⑤難病患者の就労に関する相談

(面談・電話)

⑥面談をご希望の場合は、前日までに予約をしてください。

⑦しまね難病相談支援センター

Tel 08553 (24)8510

⑧難病専門相談 (膠原病内科)

⑨7月14日(月)

午後1時30分～4時30分

⑩浜田保健所

⑪担当医

⑫島根大学医学部付属病院

⑬膠原病内科専門医

⑭相談方法 オンライン相談

⑮電話で申し込む

⑯7月4日(金)

⑰浜田保健所医事・難病支援課

Tel 08555 (29)5554

自死遺族のつどい

しまね分かち合いの会・虹は、2008年に発足した自死

遺族で運営を行っている自助グループです。

①浜田会場

②7月19日(土)

③浜田市総合福祉センター

④出雲会場

⑤7月26日(土)

⑥出雲市民会館

⑦午後2時～3時30分までは遺族だけの分かち合いの時間。(予約不要)午後3時30分～5時は自死問題に関心のある人も参加できます。(要予約)

⑧しまね分かち合いの会・虹(桑原)

⑨Tel 090 (4692)5960

ひとり親家庭の法律相談

①7月23日(水)

②午後1時30分～3時30分

③※一人30分

④場いわみーる

⑤⑥事前電話で申し込む

⑦(財)島根県母子寡婦福祉連合会

⑧Tel 08552 (32)5920

無料表示登記相談会

①7月31日(木)

②午前10時～正午

③午後1時～3時

④江津市役所3階市民相談室

⑤⑥土地の測量・分筆・地積更正・地目変更・建物の新築・増

築・取壊しなど、土地・建物の表示に関する登記や境界に関する

⑦島根県土地家屋調査士会浜田支部支部長 南口誠

⑧Tel 090 (8363)9637

講座・研修

デジタルスキル習得セミナー

①仕事で役立つSNSの効果的な発信方法を学びます。

②第1回 7月2日(水)

③第2回 7月9日(水)

④第3回 7月23日(水)

⑤いずれも午後1時30分～4時

⑥パレットごうつ2階ホール

⑦⑧市内で就職を希望する人

⑨⑩申込フォームから申し込む

⑪江津地域雇用創造協議会

⑫Tel 08555 (52)7290

第2回サポーター講座

①7月26日(土) 午前10時～正午

②(午前9時45分受付開始)

③場浜田養護学校 会議室

④⑤講義「障がいについて知ろう」

⑥知的障がい・発達障がい」

⑦⑧講師 島根県西部発達障害者支援センターウインドスタッフ

⑨9月7日(日)

募集

市営住宅・県営住宅の入居者を募集

①抽選で入居を決定する住宅

②募集住宅は、次の期間内に電話または公社ホームページでご確認ください。

③募集期間

④7月17日(木)～31日(木)必着

⑤⑥抽選 8月中旬

⑦⑧入居予定 9月中旬

⑨⑩先着順で入居を決定する住宅

⑪募集住宅は、電話または公社ホームページでご確認ください。

⑫⑬申込受付 随時

⑭※ホームページ

⑮「島根県 住宅公社」で検索

⑯⑰島根県住宅供給公社 浜田住宅管理事務所

⑱Tel 08555 (25)0535

第29回

①ピクニックラン桜江

②参加者募集中

③9月7日(日)



▲申込フォーム

有料広告

江津市「かわらばん」
 広告掲載はコチラ↓
 総合企画広告代理店 地域イベント企画・運営・出版・各種印刷物の企画編集・制作
 新聞・テレビ・ラジオ等マス媒体広告
山陰中央新報いわみ開発 株式会社
 〒697-0015 島根県浜田市竹迫町2886 山陰中央新報社西部本社ビル3F
 お申し込み 0855-24-3480
 お問い合わせ

無料見積 古物・骨董買取
 不用品・処分する前にお電話ください
 指輪、ネックレス買取します。出張無料！
(株)スリーボックス
 ホームページ <https://www.threebucks.net>
 TEL(0855) 55-0708 携帯 090-8995-1256
 江津市後地町 2486
 許可番号 島根県公安委員会 711129000271

◎種目(参加料)
 マラソン20km(4000円)
 マラソン13km(3500円)
 ウォーキング13km(2500円)
 ※高校生以下は一律1000円
 ※未就学児は無料
 ◎市ホームページまたは事務局へ問い合わせ、専用振込取扱票から申し込む
 ◎ネット申し込み 7月18日(金) 専用振込取扱票 7月11日(金)
 ※募集定員に達したら受付を終了します。
 ◎ピクニックラン桜江実行委員会事務局(桜江支所総務係内)
 TEL0855(92)1211



▲ホームページ

◎7月25日(金)
 ◎電話または申込フォームから申し込む
 ◎江津市社会福祉協議会江津市ボランティアセンター
 TEL0855(52)6100
 ◎江津市シルバー人材センター会員募集
 スキマ時間を有効活用した短時間や短期間の仕事など、幅広くご案内します。
 ◎入会説明会
 ◎7月17日(木) 午後1時30分
 ◎江津市シルバー人材センター
 ◎江津市にお住いの60歳以上の人
 ◎筆記用具
 ◎江津市シルバー人材センター
 TEL0855(52)1616



▲申込フォーム



▲ホームページ

から申し込む
 ◎江津青年会議所佐々木
 TEL090(7547)8403
 ◎江の川レガッタ
 ◎8月31日(日)
 ◎江の川特設右岸コース
 ◎1チーム15000円
 ◎ジュニア5000円
 ◎種目
 人麻呂の部、よさみ姫の部
 ミックスの部、ジュニアの部
 ◎メールで申し込む
 gotsu.boatr@gmail.com
 ◎7月25日(金)
 ◎江の川ローイング協会事務局

イベント

チャレンジせくらえ 2025

自転車とランニングや、水泳とランニングなど、2つ以上の運動を組み合わせたマルチスポーツ(トライアスロン)に挑戦してみませんか?
 ◎マルチスポーツ体験講習会参加者を募集中!
 ◎8月2日(土)
 午前8時30分〜午後0時45分
 ◎小学生・中学生で保護者の承諾を得ている人、また次の条件を満たすもの

・25m以上泳げること(足をつけてもかまいません)
 ・自転車に乗れること
 ◎江津市立桜江小学校
 ◎自転車、ヘルメット、水着、ゴーグル、キャップ、運動靴、着替えなど
 ◎20人(先着順)
 ◎5000円
 ◎電話またはホームページから事前
 ◎メールで申し込む
 ◎島根県トライアスロン協会
 木村孝
 TEL090(7547)5406
 ◎赤ちゃん登校日
 次世代育成支援の一環として、小学生が赤ちゃんとの関わりを通じて、小さな命に感動する心、親への感謝や人への思いやり、生きる勇気を育むことを目的に開催します。
 ◎公開授業となっておりますので関係者だけでなく関心のある人も参観できます。
 ◎第3回
 ◎赤ちゃんとの関わり体験授業
 ◎7月10日(木)
 午前9時30分〜11時
 ◎総合市民センター
 ◎講師 田中康夫アドバイザー
 ◎子育てサポートセンター
 ◎NPO法人ちやいのどりーむ
 TEL0855(52)0569



▲ホームページ

リフォームで暮らしを快適にしませんか?

新築・リフォーム・解体・空き家、おうちのことならなんでもお気軽にご相談ください

水回りの施工事例はインスタでご覧ください

Instagram HP

INOUE 株式会社 井上組

本 社: 島根県江津市桜江町小田943-12
 和木建築事務所: 島根県江津市和木町1148-6
 E-mail: kkk@inoue-inc.co.jp
 営業時間/8:30~17:30

プラスワンランク上の住まいづくり

080-6144-7040

有 料 広 告

江津駅前夜市場 「親子まつり」

7月の江津駅前市場のテーマは「親子まつり」。江津商工会議所青年部による射的やスパーボールすくいなどの縁日コーナーや、0歳児・小学生を対象にした子ども向け教材を使ったゲーム体験に、小さな子供さんにもできるニュースポーツ体験と親子・家族で楽しめる企画が盛り沢山です。

① 7月27日(日) 午後5時～9時
 ② パレットごうつ
 ③ 江津万葉の里商店会事務局 (担当:小西)
 TEL090(4691)5509

江津市老人クラブ連合会 第22回「演芸大会」

この大会は、老人クラブ会員が、クラブで取り組んでいることや、個人の趣味として身につけた特技などを披露します。

① 7月25日(金) 午後1時30分～
 ② 江津市総合市民センター
 ③ 内合唱、日本舞踊、詩吟、演奏など13演目
 ④ 無料
 ⑤ 江津市老人クラブ連合会
 TEL0855(52)2474

アクアスイイベント情報

夏休み限定イベント 「わんぱく探検隊」

夏休み限定、子どもだけの大冒険!アクアスのバックヤードを探検するよ!

① 7月19日(土)～8月31日(日)
 ② 午前11時～、午後2時～
 ③ 各30分程度
 ④ ¥500円※別途入館料が必要
 ⑤ ホームページから事前予約
 ⑥ 各回12人
 ⑦ 対小・中学生(1人で参加できるお子様)
 ⑧ 夏の特別展「見て!行って!釣って!知っちゃおう!」さかな芸人ハットリ君と学ぶ海釣りのすべて〜
 ⑨ この夏、釣りデビューしてみませんか?さかな芸人ハットリ君が描く楽しいイラストとともに、釣りの楽しさをご紹介!
 ⑩ 7月19日(土)～9月23日(火)
 ⑪ 特別展連動企画「アクアスフィッシンググランプリ」
 エントリーカードとメジャー、釣った魚を写真に撮りアクアスに送付しよう!魚種別で5部門で3位まで賞品を用意しています。
 ⑫ 9月23日(火)まで
 ⑬ 無料
 ※エントリーカードを受け取るには入館が必要です

アクアス☆ゆったり親子の会

いつも快適アクアスで、親子でのんびり特別体験!」
 「ペンギンのさむいおへやに入ってみよう」
 ① 7月14日(月) 午前11時～
 ② 無料
 ③ 対未就学のお子さんとそのご家族
 ※当日に入館が必要です。
 ④ 先着6組
 ⑤ 開催当日午前9時から1階総合案内所で受付
 ⑥ 夏限定イベント「ペンギン水中お食事タイム」
 ペンギンたちが水中で餌を食べる大迫力の大人気イベント!
 ⑦ 7月26日(土)、27日(日)、
 ⑧ 8月2日(土)、3日(日)、9日(土)、17日(日)、23日(土)、24日(日)
 ⑨ 午後0時30分～(約10分程度)
 ⑩ ペンギン館1階
 ⑪ 石見神楽(アクアス7月公演)
 ⑫ アクアス隣はっしー広場
 ⑬ 日程 ※雨天中止
 ・7月6日(日) 川本神楽団
 ・7月13日(日) 波子神楽社中
 ・7月20日(日) 休演日
 ・7月21日(月) 休演日
 ・7月27日(日) 休演日
 ⑭ 時間 午後1時～3時
 ⑮ 神楽に関するお問い合わせ 島根物産商事株式会社
 TEL0855(28)3100
 ⑯ しまね海洋館アクアス
 TEL0855(28)3900

石見海浜公園のイベント

秋季テニス教室(硬式)
 ① 8月18日(一) (毎週月曜日)
 ② 全8回 午後7時～9時
 ③ コース
 ④ ①一般(高校生以上)
 ⑤ ②初心者(経験年数1年未満)
 ⑥ ③上級者コース
 ⑦ ④ジュニア(中学生以下)
 ⑧ ⑤初心者
 ⑨ ⑥上級者コース
 ⑩ ⑦石見海浜公園テニスコート
 ⑪ ⑧各コース10人
 ⑫ ⑨①一般3000円
 ⑬ ⑩②ジュニア2000円
 ⑭ ⑪石見海浜公園予約センターまで参加料を添えてお申し込みください
 ビーチフットサルin石見海浜公園
 ① 8月24日(日) 受付8時30分～
 ※小雨決行
 ② 石見海浜公園特設コート
 ③ 対小学生以上
 ④ 定12チーム(1チーム5人でプレイ、登録は10人まで可)
 ⑤ ①チーム4000円
 ⑥ ⑦申込書・参加料を現金書留で郵送または、窓口に参加する
 ⑧ ⑧8月8日(金)必着
 ※定員になり次第締切。キャンセル待ち可。
 ⑨ 石見海浜公園予約センター
 TEL0855(28)2231

有料広告

うえの葬祭

ま心でご奉仕 年中無休☆24時間受付
 自宅葬:会館葬:社葬:神式葬ほか
 本社:浜田市熱田町 TEL0855-26-0650
 江の川ホール 《約120席》
 TEL(0855) 54-1004
 江津市渡津町(9号線沿い)

電話法律相談(無料)常時受付!

佐和法律事務所 TEL.0855 24-1366
 所長弁護士 佐和 洋亮 島根県弁護士会所属

取扱事件

- 借金のこと(サラ金などからの催促)
- 会社関係(代金請求、会社経営問題など)
- 離婚
- 相続
- 不動産(借地、借家など)
- その他の法律問題

料金

- ・電話や来所による簡単な相談は無料。
- ・相談料(基本)30分5,000円(消費税別)
- ・裁判所への手続きなどの費用は当事務所の報酬規定によりますが、分割払い可能です。

〒697-0031 浜田市紺屋町4-3番地5 オリンピアビル2階
 [東京事務所] 〒105-0001 東京都港区虎ノ門1丁目11番9号 コンシェルシア虎ノ門704
 TEL.03-3591-0082



消費生活 豆知識

Topics

いつの間に!? 子どものゲーム課金トラブル

☑ チェックリスト

- 保護者のスマホをそのまま子どもに渡している
- 保護者のアカウントでログインした家庭用ゲーム機で子どもが遊んでいる
- 決済パスワードを設定していない
- 決済完了メールを見ていない

▲ トラブルを防ぐ方法

- ① ゲーム課金のルールを家族で話し合ひましょう
 - ② ペアレンタルコントロール機能を利用しましょう
 - ③ プラットフォームとキャリア決済のアカウントの設定を確認しましょう
- ✓ 決済時にパスワードが必要になっていませんか？
- ✓ 決済完了メールが届くようになっていませんか？
- ✓ キャリア決済の上限金額は設定されていますか？
- ④ 現金やクレジットカードの保管を適切に管理しましょう
 - ⑤ 未成年者契約の取消しが認められない場合もあります
- ✓ 年齢を偽って課金していませんか？
- ✓ 保護者のアカウントで課金している場合、未成年者が契約したと証明することが難しく、取消しが認められない場合もあります。ご注意ください。

ペアレンタルコントロールを設定



島根県消費者センター
マスコットキャラクター
だまされないゾウくん
作：柏屋ココ

7月の無料相談

人権相談	
江津	開催なし
桜江	8日(火) 9:00～12:00 桜江総合センター
行政相談	
江津	16日(水) 13:30～16:30 市役所本庁舎3階 市民相談室
桜江	9日(水) 9:00～12:00 桜江総合センター
こころの健康相談	
日時	10日(木)、23日(水)
時間	14:00～16:00
会場	浜田保健所、市役所など
予約先	浜田保健所 Tel.0855(29)5550
交通事故相談	
日時	毎週水曜日 11:00～16:00
会場	浜田合同庁舎1階
予約先	島根県交通事故相談所 Tel.0852(22)5102
サポステ浜田 就労相談	
日時	8日(火) 11:00～13:00
会場	パレットごうつ 会議研修室 2
予約先	しまね西部若者サポートステーション (浜田市・いわみーる1階) Tel.0855(22)6830
ふれあい福祉センター総合相談所	
法律相談(弁護士)	10日(木) 13:00～15:00 市社会福祉協議会 ※要予約
一般相談(江津)	25日(金) 9:00～12:00 市社会福祉協議会 ※要予約
一般相談(桜江)	開催なし
福祉相談(担当職員)	(月)～(金) 9:00～16:00 ※祝日・年末年始は除く 市社会福祉協議会
予約先	市社会福祉協議会 Tel.0855(52)6710

7月の断酒会

江津保健センター	
開催日	3日、10日、24日(いずれも木)
時間	19:00～21:00
桜江保健センター	
開催日	開催なし
時間	開催なし

☎ 佐々井勉 Tel.090(8715)8679
豊田康弘 Tel.080(1904)8154

交通事故の発生状況

(5月末現在・江津警察署)

	年別	件数	死者	傷者
市内	R7年	11	0	11
	前年比	-2	0	-4
県内	R7年	271	6	304
	前年比	-22	3	-25

火災・救急・救助の件数

(5月末現在・江津消防署管内)

種別	火災	救助	救急
月の件数	0	2	125
年間合計	7	6	655

人の動き

(5月末現在・市民生活課届出分)

- 人口・世帯数 ※括弧内は前月比
- 総人口 20,995人(-31)
- 男 9,876人(3)
- 女 11,119人(-34)
- 世帯数 世帯10,912(-21)
- 赤ちゃんの誕生
- 男の子 8人 / 女の子 6人

ありがとうございます

(5月31日受付分まで)

社会福祉事業へ寄付

香典・玉串料返し寄付

- ▽神奈川県座間市(桜江)・渡邊忠明さん(故富美枝さん)▽有福温泉・佐々木弘美さん(故兼幸さん)▽黒松・有間広子さん(故保夫さん)▽浜田市(二宮)・森内純子さん(故小川孝子さん)▽金田・森脇弘毅さん(故喜久江さん)▽広島市(桜江)・入江隆さん(故清さん)▽兵庫県尼崎市(渡津)・本間優美子さん(故白倉朋子さん)▽松江市(二宮)・大埜勝博さん(故善子さん)▽後地・青木登さん(故イツエさん)▽二宮・梅原暁子さん(故涉さん)▽後地・藤井秀雄さん(故ヒロエさん)▽二宮・小林信司さん(故正木静江さん)▽北九州市(松川)・佐々木俊行さん(故笑子さん)▽江津(都野津)・豊田恵里子さん(故西田豊子さん)▽静岡県三島市(渡津)・大谷俊一さん(故良子さん)▽和木・鈴木忠子さん(故信介さん)

※掲載をご了承いただいた人について掲載しています。印刷上表記できない漢字は、常用漢字などに置き換えています。

◎江津市社会福祉協議会
Tel.0855(52)2474

浄化槽維持管理・貯水槽清掃
一般・産業廃棄物運搬処理(家庭・事業所)
排水管路つまり通し・清掃

(有)島根環境保全センター

江津市和木町 TEL.0855-52-3991

木原司法書士事務所

司法書士
行政書士
木原 聖

相続手続 (全手続開始前に、まずは法定相続情報作成から)
登記・預金ほか・遺言。放棄、後見、調停ほかの裁判書類作成。

民事法務・企業法務 訴状作成・簡裁事件の代理・会社登記ほか

法律相談 初回無料 要予約。(時間外・土曜対応あり)

江津市都野津町1891(旧農協) ☎53-4191

有料
広告



100 回の歴史を刻む

今年で 100 回目を迎える玉江少年体育大会が、5 月 18 日に江津中央公園多目的広場で開催されました。天候は晴れとはなりませんでしたが、児童たちは元気いっぱい競技や応援に取り組みました。

また、今年は記念大会として、小学生と歴代の記録保持者が世代を超えて競い合うフレンドリーコンペティションが企画され、参加した生徒や招待された記録保持者たちも笑顔で楽しみました。



行政相談員表彰

5 月 20 日に松江市で開催された行政相談委員全体会議の表彰式において、江津市担当の行政相談委員、福田斉さんが中国四国管区行政評価局長表彰を受賞されました。福田さんは、定例相談所などを通じて暮らしの困りごとに関する相談を受け付け、その解決に尽力されてきたことが高く評価され、今回の受賞となりました。

江津地区では、福田委員が行政相談委員として対応しており、月に一度、市役所内にて行政相談を開催しています。お気軽にご相談ください。



なつかしの通学路 ふらり

6 月 8 日、江津本町で歴史ある街並みを活用した街歩きイベント「江津本町ふらり 2025」が開催され、家族連れをはじめ多くの人々がまち歩きを楽しみました。今回のテーマは「江津本町今・昔・未来」。昔の写真と同じ位置で写真を撮るスタンプラリーでは、モノクロの写真を見て当時の通学路を懐かしむ声が聞かれました。郷田小学校 150 周年記念として懐かしい給食メニューも復活。普段は穏やかな歴史の面影が残る町並みは、笑顔と活気で賑わっていました。



思いをつなぐ

6 月 8 日に地場産業センターにて、「イルティッシュ号乗組員救援 120 周年記念式典」が開催されました。この式典は、1905 年の日露戦争中に沈没した船からロシア兵を救助した出来事を後世に伝えるために行われたものです。

式典では、高角小学校の児童による群読や、和木住民の歴史を伝える動画の上映、島根大学の諸岡教授による和木地域の歴史解説などが行われ、歴史の重みや先人の勇氣に触れる貴重な機会となりました。





1人分の野菜使用量:70g エネルギー:42kcal 塩分:0.7g

材料 (2人分)

◎材料 (2人分)

- ・ピーマンせん切り (冷凍) 4個分
- ・削り節 小1袋
- ・ちりめんじゃこ 大さじ1
- ・めんつゆ (2倍濃縮) 大さじ1
- ・天かす 大さじ2
- ・七味唐辛子 お好みで

レシピ公開中 /



作り方

- 1耐熱ボウルにピーマン、削り節、ちりめんじゃこ、めんつゆを入れて混ぜ、ふんわりとラップをして、電子レンジ (600W) で3分加熱する。
 - 2天かすを加えて混ぜ、器に盛りつける。お好みで七味唐辛子をふる。
- ※加熱時間は目安ですので、調整してください

🕒 調理時間 約5分



ごうつの味 四季めぐり

江津食彩

冷凍野菜で楽ラク朝ごはん

江津市では、全世代で野菜摂取量が不足傾向にあり、朝ごはんに野菜を食べていない人がとても多いことが分かっています。そこで今年度は、栄養価も高く、比較的安価になる旬の野菜を冷凍保存して、手軽に使ってもらえる簡単朝ごはんレシピを紹介していきます。

ピーマン おかかあえ

ピーマンの 冷凍方法

保存期間の目安
約1カ月



- ①ピーマンは洗ってヘタと種を取り除き、せん切り、角切りなど使いやすい大きさに切る。(※今回はせん切り)
- ②キッチンペーパーで水気をふき取り、重ならないように冷凍用保存袋に①を入れて空気を抜き、封をして冷凍庫へ。

Library

図書館においでよ!

岡江津市図書館本館 TEL0855 (52) 0551
桜江分館 TEL0855 (92) 0300

1袋=1冊として借りられます!

【期間 7月3日(木)~8月11日(月)】

通常、ひとり5冊までしか借りられませんが、ご用意したセットは1袋=1冊として借りられます。

多巻ものやしシリーズなどをまとめているので「何回も借りに行くのが大変」「一気読みがしたかった!」と思っていた人にぴったりです!

今回はコミックや児童書を中心にご用意しています。夏休みのおうちじかに是非ご利用ください。(大人も借りられます)



おしゃべりOKです

今月は
6日(日)

セットの一部をご紹介します! ※セット内容が変更になる場合もあります。

- 『かくかくしかじか』セット C726
- 『ドカベン』セット C726
- 『あさきゆめみし』セット C726
- 『こわい本』セット K913
- 『ジブリの本』セット K913 他
- 『お赤ちゃん絵本』セット E 他



今月の休館日

- ◎毎週火曜日
- ◎月末休館日 7月31日(木)
- ◎特別整理休館 7月2日(水)

※6/30(月)~7/2(水)まで休館となります

※休館中や早朝、深夜の返却には返却ポストをご利用ください。必ず、備え付けの用紙にお名前などをご記入ください。大型絵本、CD、DVD、紙芝居、ゲーム類は返却ボックスを利用できませんので、開館時間内にカウンターへご返却ください。

東串良之郷
鹿見島限定焼酎



江津市の皆さん、おやっどさ〜!今回は「東串良之郷(ひっくらのさと)」という焼酎を紹介します。この焼酎は、東串良町の名前を冠したなんとも誇らしい一本です。

※おやっどさ〜・・・鹿児島弁で「お疲れ様です」

岡元紫陽(東串良町職員。人事交流で2年間江津に勤務)

ひっくらのさと
東串良之郷

「東串良之郷」を作っているのは、知る人ぞ知る有名な焼酎が作られている土地にある「神川酒造」です。創業から60年以上、昔ながらの手法を守りながらも、本当においしい焼酎を目指して挑戦を続けている蔵元です。そんな神川酒造と東串良町がタッグを組み、生まれたのがこの「東串良之郷」です。「東串良之郷」には、東串良町の豊かな大地で育ったお米「なつほのか」とさつまいも「黄金千貫(こがねせんがん)」が使われており、さつまいもの自然な甘みとふくよかな香りが、飲んだ瞬間にふわっと広がります。口当たりはまるやかで飲みやすく、ロック、水割り、お湯割り、どんな飲み方でもしっかりと旨みを感じられます。



江津市での思い出

令和7年5月28日(水)～6月1日(日)に行われた「2025年大阪・関西万博 地方創生SDGsフェス」に江津市が出展しました!このフェスは、全国の自治体がそれぞれの地域の魅力や、SDGsの取り組みを紹介するイベントです。

江津市のテーマは、「石見神楽×メタバース」!メタバース空間で石見神楽の演目「大蛇(おろち)」を体験できるコーナーや、出展ブース内に「大蛇」の展示も行いました。

多くの人に来ていただき、江津市のことを知ってもらえる素敵な機会になったと思います。これからも、もっと多くの人に江津市の魅力を届けていきたいです!チェスト!

地元の素材と地元の人々の想いが詰まったこの焼酎は、「東串良町の味」として、多くの人に味わっていただきたい一本です。お酒としての美味しさはもちろんですが、「東串良町をもっと知ってもらいたい」「町の名前が入った焼酎で、わが町をアピールしたい」そんな願いが込められているのです。最近では、江津市内の飲食店でも取り扱っていただけるようになり、「東串良」の名が少しずつ広がっていくのを感じます。

東串良町のふるさと納税の返礼品としても取り扱っていますので、日々の晩酌に、大切な人への贈り物に、ぜひ一度、「東串良之郷」はいかがでしょうか。東串良町の恵みに酔いしれながら、おだやかな時間を過ごせること間違いなしです。



ごうつかレンダー 7月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
		1 ●総●図●休館日	2 ●デジタルスキル習得セミナー(16) ●特別休館日	3 ●保断酒会(19) ●定休日 ●休館日	4	5 ●高体連国スポーツ少年女子ソフトテニス一次予選 ◆石見神楽定期公演(7)
6 ●高体連国スポーツ少年男女子ソフトテニス最終選考会 ●清吟堂吟友会 ◆石見神楽定期公演(7)	7 7	8 ●総●図●休館日 ●人権相談(19)	9 ●行政相談(19) ●デジタルスキル習得セミナー(16)	10 ●保断酒会(19) ●定休日 ●休館日 ●法律相談(19) ◆献血(江津商工会議所、しちだ)	11 ●全国高等学校野球選手権島根大会(~16日) ◆石見神楽定期公演(7)	12 ●第44回カーツスポーツ杯争奪バレーボール大会(小学生の部) ◆石見神楽定期公演(7)
13 ●第52回石見テニス選手権 ●石見神楽定期公演(7)	14	15 ●役 介護者の集い(15) ●総●図●休館日	16 ●行政相談(19) ●第36回江津市グランドゴルフ協会夏季大会	17 ●定休日 ●休館日	18	19 ごうつ食育の日 ●保 がんケアサロン江津(16) ◆石見神楽定期公演(7)
20 しまね家庭の日 ●第44回カーツスポーツ杯争奪バレーボール大会(一般の部) ◆石見神楽定期公演(9)	21 海の日 ●休館日	22 ●総●図●休館日	23 ●子宮頸がん、乳がん検診 ●第37回江津市グランドゴルフ協会夏季大会 ●デジタルスキル習得セミナー(16) ◆子宮頸がん、乳がん検診(浅利コミセン)	24 ●保断酒会(19) ●定休日 ●休館日	25 ●老人クラブ連合会演芸大会 ●社 一般相談(19) ◆石見神楽定期公演(7)	26 ●山陰酸素カップ学童軟式野球ブロック予選 ◆石見神楽定期公演(7)
27 ●島休日開場日(14) ●土休日開場日(14) ●第54回江津市小学生バレーボール大会、星高杯テニス大会(団体戦)、中国五県(兼)西日本軟式野球市予選 ●親子まつり(18)	28	29 ●総●図●休館日	30 ●第11回江津市グランドゴルフ協会寿杯大会	31 ●無料表示登記相談会(16) ●休館日 ●定休日 ●休館日	◎各記号の意味 ●役 市役所 ●分 分庁舎 ●島 島の星グリーンセンター ●土 エコグリーンセンター ●保 江津保健センター ●さ 桜江総合センター ●桜 桜江保健センター ●中 中央公園 ●総 総合市民センター ●江 江津市図書館 ●ハ パレットごうつ ●サ サンピコごうつ ●子 子育てサポートセンター ●じ じばさんセンター ●社 社会福祉協議会 ●済 済生会江津総合病院 ◆市内その他会場 ※カッコ内の数字は、記事掲載ページ。	

献血日程

日時	場所	町名	時間
7月10日(木)	江津商工会議所	嘉久志町	午前10時30分~午後0時30分
	しちだ・教育研究所		午後2時30分~4時

がん検診日程

検診の種類	日程	場所
乳がん	毎週火・水	済生会病院
乳がん・子宮頸がん同時検診	毎週月・金	

出前講座 新メニュースタート

7月より「江津市出前講座メニュー表」が新しくなりました。みなさんの学びにご活用ください。
お友達やグループで、お気軽にお申し込みください。

☎社会教育課社会教育係
TEL0855 (52) 7496

出前講座とは

受講したい内容をメニュー表の中から選び、市職員や公的機関などが講師となってみなさまのもとへ出かけてお話しします。

メニュー表設置場所

- ・各地域コミュニティ交流センター
- ・市役所本庁舎1階
- ・桜江支所
- ・水道庁舎3階教育委員会

開催について

- ・原則無料です。
※講座によっては実費負担が生じる場合があります。
- ・開催会場 市内の各施設
- ・開催時間 原則として午前9時から午後8時までの2時間以内。
※メニューによっては日時、場所、時間に制限があります。

備考

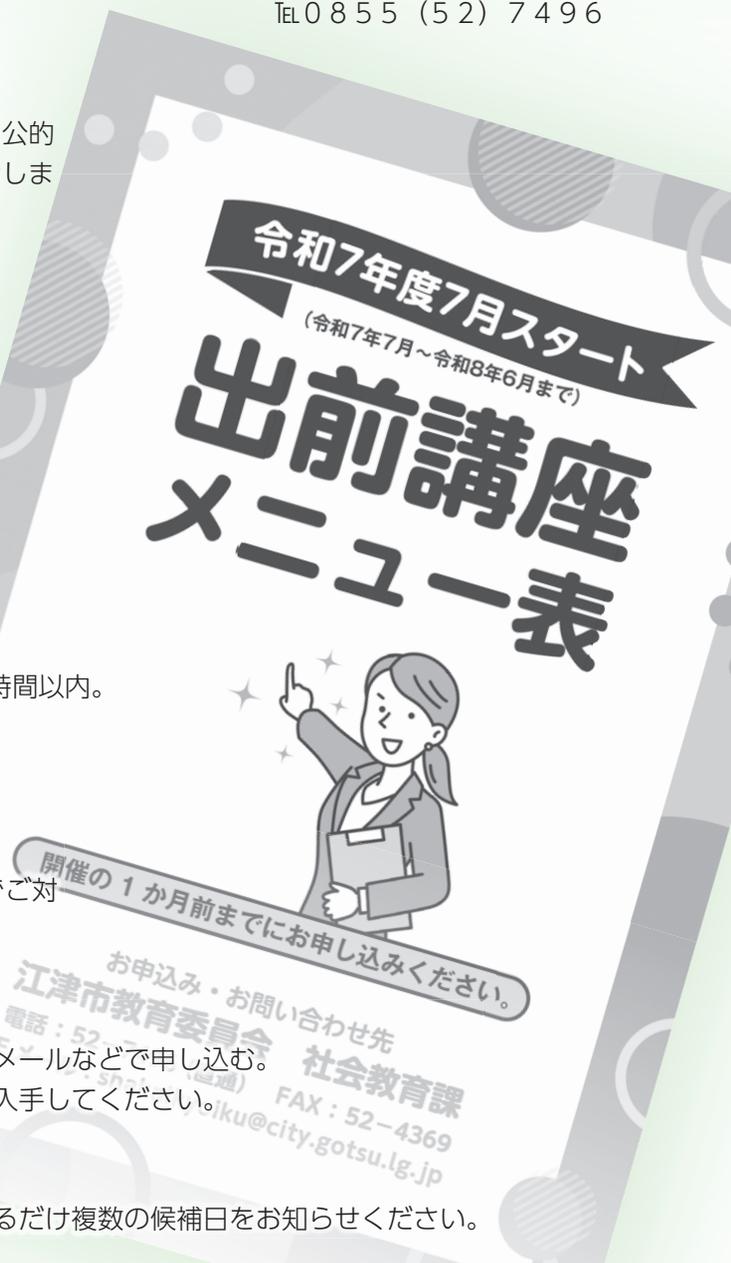
会場準備、受講者の募集や連絡などは、申し込み者でご対応をお願いします。

申込方法

希望日の1ヶ月前までに申込書を提出、もしくは電話メールなどで申し込む。
※申請書はメニュー表、ホームページ、教育委員会から入手してください。

注意事項

都合により希望日に対応できない場合があります。できるだけ複数の候補日をお知らせください。



編集部だより

市公式LINEではイベントや行政情報などをタイムリーに配信しています。「通知が多い」と感じた際はブロックではなく、「通知オフ」に設定すると、通知音が鳴らず快適に情報を受け取れます。

さて、昨年挑戦した梅仕事は残念ながらカビにやられてしまいました。今年はりベンジの年。湿度や清潔さに気を配りながら、再チャレンジしています。(米)

今月号では玉江大会についてお伝えしました。実は私は小学生の頃ハードルの選手でした。今走るとどのくらいのタイムが出るのだろうか...と少しだけ走りたくなくなりました。

さて、皆さんの手にこのかわらばんが届く頃に本格的に梅雨に入っていることでしょうか。カエルの鳴き声は聞こえてきますか? 私はあの音を聞きながらねると安心して心地よく寝ることが出来ます。皆さんはどうでしょうか? (海)

江津市公式 LINE
友だち募集中!



この広報紙は地球に優しい、石油をあまり使用しない植物油インクを使用しています。



見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。