

かわらばん 7

江津の“今”と“未来”を伝える広報紙

2024
Vol.871



大人も運動会!

〔表紙の写真〕

旧跡市小学校で「20.30dai (MBTI) みんなのばかさわぎタイム運動会」が行われました。

(詳しくは 24 ページ)

〔主な内容〕

◎オーガニックビレッジ宣言

◎第 99 回玉江少年体育大会

GO ganic

つなげよう、有機農業の輪。

7つのアクション

- I. 学校給食への有機農産物の活用促進
- II. 生産団地の育成と生産拡大
- III. 新規就農者の育成・確保
- IV. 販路の確保・拡大
- V. 江津市産有機農産物等のブランド化の推進
- VI. 仲間づくり・移住（定住）等の推進
- VII. ふるさと愛の醸成・情操教育・食育活動の推進



▲ Go-ganic フェスタ 2024 の様子



▲ 有機野菜サラダ販売の様子



▲ 生産者による勉強会

問 農林水産課農業振興係
TEL 0855 (52) 7493

GO  ganic とは、長きに渡って有機農業を実践する生産者と「オーガニック的な」食や暮らしのあり方を提唱する民間の有志メンバー、それらを取りまとめる江津市農林水産課の三者が手を取り合って立ち上がったプロジェクトです。「7つのアクション」に取り組みます。詳細はホームページをご覧ください。



▲ ホームページ



江津市はオーガニックビレッジ宣言をしました

海、山、川と自然豊かな江津市では、環境保全や生物の多様性の確保はとても大事と考えています。また、本市は中山間地域が多く、地域によってはスケールメリットを生かした農業より、少量多品目・希少性のある作物等、付加価値の高い農業を目指す方が優位性があると考え、その一環として有機農業の推進に力を入れています。

近年では、健康や環境保全に意識の高い人やU・イターナーを中心、「農のある暮らし」に関心が高く「地域自給を基本とした有機農業」の参入希望者が増えています。世界的にも国内的にもこの流れが加速していますが、江津市もいち早く自然循環機能を維持した「持続可能な農業」を目指して有機農業を推進し、自然との共生を目指します。

農業者のみならず事業者や地域内外の市民を巻き込み地域ぐるみで有機農産物の生産拡大、有機農業に携わりたい人に向けた多様な受け皿の確保、仲間づくりやふるさと愛を育むための食農教育などに取り組み、江津市からオーガニックな暮らしを発信していくことを目指し、ここに「オーガニックビレッジ」を宣言します。

令和6年6月7日

江津市長

中村 中

第99回

玉江少年体育大会

5月18日、江津中央公園で玉江大会が開催されました。
熱戦の様子を写真でお届けします。



令和7年で玉江大会は
100回目を迎えます。
この記念大会では、「歴史」
と「交流」をテーマにイ
ベントを計画しています。
①記念プログラムの作成
②大会記録保持者との
エキシビジョンレース

江津市合併20周年・市制施行70周年記念事業

吉本新喜劇江津公演

漫オ・コント
バラエティ

大木こだま・ひびき



ネルソンス
松江市出身
(和田と香山)

メンバー
益田市出身

どんちっち
浜田市出身

五十嵐サキ

安尾信乃助

辻本茂雄

吉本新喜劇

咲方響
江津市出身

2024年

8月10日 土

開演時間 ①13:30 ②17:00
※開場30分前

料金<税込・全席指定>
前売 3,500円 当日 4,000円
※未就学児の入場はご遠慮ください。

江津市総合市民センター

〒695-0011 島根県江津市江津町1110-17 (ミルクウェイホール)

当社は反社会的勢力排除に全力で取り組みます。

【反社会的勢力排除宣言】

<http://www.yoshimoto.co.jp/corp/declaration.html>



託児サービスをご用意しています。

利用を希望される方は右側のリンク

からお申し込みください。



チケット取扱い

江津市総合市民センター ☎ 0855-52-2155

ゆめタウン江津 ☎ 0855-54-0178

みずほ楽器 ☎ 0855-24-2111

大田市民会館 ☎ 0854-82-0938

ローソンチケット

【直接購入】ローソン、ミニストップ各店

ローチケ

検索

コード: 64057

公演に関するお問合せ
～江津市総合市民センター～

☎ 0855-52-2155 休館日: 火曜日

● 都合により出演者が変更になる場合がございます。 ● ビデオ・カメラ、または携帯電話等での録音・録画・撮影・配信禁止。
● 車椅子席をご購入の方は江津市総合市民センター (TEL:0855-52-2155) まで要問合せ。
● ご来場の際は、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

主催: 江津市 共催: 公益財団法人江津市教育文化財団

創造力特区デザイナー福山の ごうつ情報発信！

vol.9

関係政策企画課政策企画係

Tel 0855 (52) 7925

よこすかカレーフェスティバル

このイベントは、全国のご当地カレーや海軍カレーなど様々なカレーが一度に楽しめるイベントで、毎年5月に神奈川県横浜須賀野市で開催されており、全国から約5万人が来場されます。

今年は5年振りに「全国ご当地カレーグランプリ」が開

催され、北海道から九州まで全国の45店舗で競うグランプリで「波子まちづくり活性化協議会」がキーママトンカレーを出品しました。これは、跡市ひつじ牧場の羊肉のひき肉を使ったカレーです。カレーを食べた人の投票により、全国3位という素晴らしい結果を残すことができました。



波子でのプロモーションの一環として

波子の産品を使って、まちを発信していきたいという考えのもと、「波子オリジナルカレー計画」を開始。波子まちづくり活性化協議会を中心に、波子駅に醸造所をオープンした石見麦酒をはじめ、波子で事業開始予定の跡市ひつじ牧場、三島ファーム、スパイス料理店の山椒魚が協力し、2種類のカレーを作りました。

ポークビンダルーカレーは、江津市のブランド豚「まる姫ポーク」を使い、ビネガーを効かせた酸味が特徴のカレーで、石見麦酒のブレオープリンイベントの際に販売したカレーです。

今度は、波子町でこのカレーを提供できるように、波子まちづくり活性化協議会と町内の飲食店で販売方法を検討しています。

販売が決定した際には、ぜひ一度波子町に食べに来てください。



企業版ふるさと納税（人材派遣型）の寄附をいただきました

5月10日に、株式会社ABIから企業版ふるさと納税（人材派遣型）の制度を活用した寄附をいただきました。この寄附を活用し、令和6年度も引き続き「JR波子駅リブランディングプロジェクト」を実施することになります。

関係政策企画課政策企画係
Tel 0855 (52) 7925



▲左から、福山創造力特区デザイナー、中村市長、株式会社ABI 加藤代表取締役



消防署からのお知らせ

岡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

ご検討の方は、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

岡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、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

- ・単独行動をさける
- ・同行者や子どもから目を離さない
- ・ライフジャケットの購入・着用
- ・飲酒したら絶対に泳がない
- ・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って行き、連絡手段を常に確保する
- ・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ーガイド」をご確認ください。



◎小型船舶

- ・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い、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って行き、連絡手段を常に確保する

◎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。

江津とモノづくり 地域おこし協力隊の目線

昭和56年の江の川河口の風景

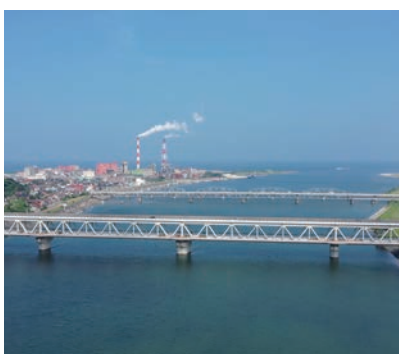
はじめに
令和5年8月から江津市の地域おこし協力隊として活動している後藤響介です。この度、ミッションである江津市シティプロモーション推進の一環として、かわらばんに「江津とモノづくり」をテーマとする記事掲載することになりました。



シティプロモーションというと対外的な宣伝や売り込みというイメージもあるかと思いますが、しかし、それと同じくらい、今ここに住む人たちが自分たちの街を好きになり、誇らしく思うための話題づくりも大切だと考えます。地域おこし協力隊の目線で江津について気づいたこと、知ったことをこの場を借りてお伝えすることで、読者の皆さまが改めて江津のことを思い出し、興味を持ち、話の種にしたいだけだと思います。

江津の景色とモノづくり

江津の特徴的な景色の一つとして挙げられるのは、江の川河口横に見える赤白の煙突ではないでしょうか。ご存知のとおり、日本製紙株式会社江津工場です。かつての「山陽国策パルプ」が由来の「サンパル」と今でも呼ばれるのを聞くと、昔から江津の生活の一部として根付いていたことがうかがわれます。



▲現在の江の川河口の風景

印象的に感じられる景色としては、石州瓦の家々ですね。私の地元では瓦屋根をあまり見かけないので目新しく、それでいて日本の原風景らしさというか、今風の言葉で言えば「エモさ」を感じます。江戸時代を始まりとし、今でも瓦の3大生産地の一つとして江津がその中心地であることは、市の自慢としてぴったりに

だと思っています。

ここで触れた景色に限られ



▲波子の石州瓦屋根の風景

ませんが、日本の発展を支えてきたモノづくりの現場が昔から江津には存在しています。視点を広げれば、工業高校とポリテクカレッジにはモノづくりへの志を持った学生が集い、工業団地も県内トップクラスの規模で立地しています。そんな江津には「創造力特区」の原点ともいえる「山陰有数の工都」という称号があったことを思い出して、知らなかった人に知ってもらえたら嬉しいですね。

今後について

江津のモノづくりに関する個別の話題をより踏み込んでお伝えしていきます。次回はモノづくりの学び舎…江津工業高校についてです。

定額減税しきれないと 見込まれる人への給付金（調整給付）

税務課市民税係
TEL 0855 (52) 7931

令和6年分所得税および令和6年度分個人住民税において定額減税が実施されます。その際に、定額減税しきれないと見込まれる人に対して給付金（以下、「調整給付」）を支給します。

対象者

次のいずれにも当てはまる人

- ◎令和6年分の所得税および令和6年度の個人住民税所得割のどちらか、もしくは両方が課税されている人
 - ◎定額減税可能額が「令和6年分推計所得税額」^(※)または「令和6年度分個人住民税所得割額」を上回る人
- (※) 対象の方へ早期に給付するため、所得税については令和5年分の課税状況に基づき推計します。

定額減税可能額

- ◎所得税分：3万円×減税対象人数（本人+控除対象配偶者+扶養親族数（国外居住者を除く））
- ◎個人住民税分：1万円×減税対象人数（本人+控除対象配偶者+扶養親族数（国外居住者を除く））

調整給付の計算方法

給付額：①と②の合計（1万円単位で切り上げて支給）

①所得税分控除不足額

$$\begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \text{定額減税可能額} & & \text{令和6年推定所得税額} & \\ \hline 3 \text{ 万円} \times (\text{本人} + \text{控除対象配偶者} + \text{扶養親族}) & - & (\text{令和5年分所得税額}) & = \\ \hline & & & (1) \text{ 所得税分控除不足額} \\ \hline \end{array}$$

②個人住民税分控除不足額

$$\begin{array}{|c|c|c|c|} \hline \text{定額減税可能額} & & \text{令和6年度分個人住民税額} & \\ \hline 1 \text{ 万円} \times (\text{本人} + \text{控除対象配偶者} + \text{扶養親族}) & - & (\text{所得割額}) & = \\ \hline & & & (2) \text{ 個人住民税分控除不足額} \\ \hline \end{array}$$

(1) <0の場合は0
(2) <0の場合は0

計算例

納税者、控除対象配偶者、扶養親族2人の場合

（令和6年分推計所得税額：6万3千円、令和6年度個人住民税所得割額：1万5千円）

	①減税可能額	②税額（減税額）	控除不足額（①－②）
所得税	3万円×4人＝12万円	6万3千円	5万7千円
個人住民税所得割額	1万円×4人＝4万円	1万5千円	2万5千円

控除不足額の合計 5万7千円＋2万5千円＝8万2千円

調整給付の額 **9万円**（1万円未満切り上げ）

※令和6年分の所得税額が確定した後、当初の給付額に不足があることが判明した場合は、追加で令和7年度に給付されます。

給付金支給の流れ

調整給付対象者と見込まれる人に本市より7月中旬に案内を送る準備を進めています。
申請手続きは、オンライン申請、郵送申請、市役所窓口のいずれかで行ってください。

申込期間 7月22日(月)～10月31日(木)



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。

「江津市定額減税調整給付金コールセンター」

電話 0120-11-2247（通話料：無料）

期間：7月16日（火）～10月31日（木）

8：00～20：00（土日祝日も対応）

定額減税については、江津市ホームページをご確認ください。



▲ホームページ

令和6年度 江津市低所得者世帯支援給付金のご案内

☎社会福祉課地域福祉係
TEL0855(52)7921

江津市では物価高騰による負担増を踏まえ、令和6年度において、新たに住民税所得割が非課税(定額減税適用前)となった世帯に対し、給付金を支給します。また、該当世帯に18歳以下の児童がいる場合はこども加算給付金も加算支給されます。

◎支給額 1世帯あたり10万円
児童1人あたり5万円

◎申請期限 10月31日(木)
消印有効

対象となる世帯には「確認書」を送付しています

【対象世帯】

○低所得者世帯支援給付金

(ア) 次の両方に当てはまる世帯

- ・令和6年6月3日時点で江津市に住民登録のある世帯
- ・令和6年度住民税所得割非課税者のみで構成される世帯

○こども加算給付金

- ・(ア) に該当する世帯で、18歳以下(平成18年4月2日生まれ以降)の児童がいる世帯

【手続き】申請期限までに確認書を提出ください。審査後、随時支給します。

申請することで給付が受けられる世帯

次の世帯については、申請することで、支給の対象となる場合があります。

- ・配偶者等からの暴力(DV)を理由に避難している世帯
- ・修正申告などにより(ア)の世帯に該当することとなった世帯
- ・基準日時点で離婚または離婚協議中で対象児童とともに別居している(ア)の世帯
- ・6月4日以降に離婚が成立し、対象児童とともに別居している(ア)の世帯

(ア)のうち、例外的にこども加算給付金の給付が受けられる世帯

- ・6月4日以降に生まれた新生児がいる世帯
- ・別世帯だが扶養している児童がいる世帯



▲ホームページ

【手続き】申請期限までに申請書を提出ください。審査後、随時支給します。申請書は市ホームページでダウンロードいただくか、社会福祉課地域福祉係または桜江支所窓口までお問い合わせください。

国民年金保険料の免除制度

☎保険年金課医療年金係
TEL0855(52)7483

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6年7月から令和7年6月までの免除申請を7月から受け付けます。なお、申請月の2年1ヵ月前の月分まで免除申請ができます。

◎注意

免除の審査は申請する期間の前年所得について審査するため、免除されない場合もあります。

国民健康保険

■ 国保年金課国民健康保険係

TEL 0855 (52) 7937

新しい保険証を郵送します

◎ 更新時期 令和6年8月1日(木)

新しい保険証の有効期限は令和7年7月31日までです。

令和6年8月1日からの新しい保険証(70歳から74歳までの人には「保険証兼高齢受給者証」を世帯主様宛に、特定記録郵便で郵送します。

令和6年7月31日有効期限の保険証は、令和6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。なお、次回の更新までに70歳または75歳に到達する人は有効期限が令和7年7月31日ではありません。令和6年12月1日までに誕生日を迎え70歳になられる人には有効期限が切れる前に新しい保険証をお送りします。

◎ 手続きをお忘れなく

新しい保険証の記載内容に変更があるときや保険証に記載されている人が転出・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。

現行の保険証の廃止について

◎ 廃止時期 令和6年12月2日(月)

国から示されたマイナンバーカードと健康保険証の原則一体化の方針に基づき、従来の紙の保険証は令和6年12月2日に廃止され、新規発行が終了します。廃止の時点で発行済みの保険証は、改正法の経過措置により令和7年7月31日まで引き続き使用することが可能です。ただし、保険証の有効期限が令和6年11月30日以降の場合は、保険証の廃止により使用できるのはその有効期限までです。

◎ 保険証廃止後の予定

令和6年12月2日以降、マイナンバーカードを保有していない人、または、マイナンバーカードに保険証利用登録をしていない人には資格情報等を記載した「資格確認書」を交付する予定です。マイナ保険証を保有している人には、自分の被保険者資格を簡易に把握できるよう、新規取得時や70歳以上の負担割合変更時等に「資格情報のお知らせ」を交付する予定です。

後期高齢者医療保険

■ 国保年金課医療年金係

TEL 0855 (52) 7483

新しい保険証を郵送します 〜 クリーム色です 〜

令和6年8月1日からクリーム色の保険証になります。7月中旬に特定記録郵便で郵送します。

令和5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。保険証に記載されている自己負担割合(1割・3割)をご確認ください。なお、現在お使いのオレンジ色の保険証は、8月1日以降ご自分で細かく裁断し、廃棄してください。

令和6年度保険料額の通知

令和5年中の所得額の確定に伴い、7月中旬に保険料に関する通知をお送りします。

◎ 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。

納付書払いの人は、納め忘れないよう、便利な口座振替をご利用ください。口座振替をご希望の人は、市内にある金融機関で手続きをしてください。

◎ 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。

限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期限は7月末

住民税非課税世帯の人は申請により、入院時の食事代の支払いが軽減されるとともに、外来・入院ともに窓口での支払額があらかじめ自己負担限度額までとなる「限度額適用・標準負担額減額認定証(白色)」が交付されます。有効期限は7月末です。

非課税世帯の人で、8月以降も認定証が必要な場合は、手続きをお願いします。

◎ 更新申請が不要の場合

現在、認定証をお持ちで、世帯課税状況に変更が無い場合、7月中に新しい認定証を(保険証とは別に)郵送しますので、手続きは不要です。

世帯の中に令和5年中の所得について未申告の人がいる場合は、申告が必要です。

介護保険

図 浜田地区広域行政組合介護保険課
TEL 0855 (25) 1520

介護保険負担限度額認定証を
更新します

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。
郵送による申請もできます。

◎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）
に入所中の入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）が市町村民税非課税かつ、預
貯金などが基準以下の入
※預貯金などの基準につ
いては浜田地区広域行政
組合のホームページをご
確認ください。



▲ホームページ

◎手続きに必要な書類など

・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（水）

◎申請窓口

・高齢者障がい者福祉課高齢者福祉係
・桜江支所

◎郵送による申請先

〒697-8501

浜田市殿町1番地

浜田地区広域行政組合介護保険課

介護保険負担割合証の交付

要介護・要支援認定を受けている
人、総合事業の対象者となっている
人全員に8月1日からの自己負担割
合（1割～3割）を記した「介護保
険負担割合証」を7月中旬に送付し
ます。

適用期間は8月1日から1年間
で、介護サービスを利用される際は、
介護保険被保険者証と一緒にサービ
ス提供事業者提示してください。
なお、第2号被保険者（65歳未満）
の負担割合は一律1割負担です。

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 が単身世帯は340万円以上、 2人以上の世帯は463万円以上	3割
上記に該当しない人で 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 が単身世帯は280万円以上、 2人以上の世帯は346万円以上	2割
上記以外の人		1割

注1) 判断基準の「年金収入額+その他の合計所得金額」は、本人も含めた同一世帯にいる65歳以上の人が対象になります。

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。
皆さんの学びにご活用ください。
お友達や仲間を誘って、お気
軽にお申込みください。

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
関職員が講師となって皆さんの
もとへ出向きお話しします。

◎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

◎講師料 原則無料

※講座によっては実費負担が必
要な場合があります。

◎開催会場 市内の各施設

◎開催時間

原則として午前9時～午後9
時までの2時間以内

※メニューによっては日時、開
場、時間に制限があります。

◎対象

5人以上の市内の団体、グループ

◎備考

会場準備、受講者への連絡な
どは、申込者側でご対応をお願
いします。

申込み方法

希望日の14日前までに申し込
んでください。申込書をお持ち
いただくか、電話、FAX、メー
ルでご連絡ください。申込書は、
メニュー表に載っているほか、
市ホームページまたは水道庁舎
3階社会教育課にもあります。

◎注意事項

・講座によって、1カ月前までに申
し込みが必要なものもあります。
・都合により希望日に申し込みを
受けられない場合もあります。
できるだけ複数の候補日をお知
らせください。

問 社会教育課社会教育係

TEL 0855 (52) 7496
FAX 0855 (52) 4396



▲ホームページ

自衛官の募集

自衛官候補生

(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・空士に任用します。

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。引き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。

◎応募期間

7月1日(月)～9月3日(火)

◎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歳未満の人

◎試験科目

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

◎試験期日

【筆記試験・適正検査】

9月15日(日)～20日(金)のうち1日

(ウェブ試験方式)

【口述試験・身体検査】

9月27日(金)～29日(日)のうち指定する1日

◎試験会場

【筆記試験・適正検査】

受付時にお知らせします。

【口述試験・身体検査】

陸上自衛隊出雲駐屯地

◎採用予定日

採用予定通知書でお知らせ

一般曹候補生

(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。

◎応募期間

7月1日(月)～9月3日(火)

◎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歳未満の人

◎試験科目

筆記試験(国語、数学、英語および作文)、適性検査(紙による試験またはウェブ試験方式)

◎試験期日

9月15日(日)～20日(金)のうち指定する1日

◎試験会場

松江・出雲・浜田市内(受付時にお知らせします。)

◎採用予定日

採用予定通知書でお知らせ

航空学生

(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。

◎応募期間

7月1日(月)～9月5日(木)

◎応募資格

日本国籍を有する高卒者(見込含む)または高専3年次修了者(見込含む)で、次の条件を満たす人

【海上自衛隊】

令和7年4月1日時点で18歳以上23歳未満の人

【航空自衛隊】

令和7年4月1日時点で18歳以上24歳未満の人

◎応募期間

7月1日(月)～9月5日(木)

◎試験期日

9月16日(月)

◎試験会場

松江地方合同庁舎、浜田市内

◎試験科目

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
※ただし、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。

海上保安学校および大学校採用試験

令和7年4月入校の海上保安官

(国家公務員)養成の学生採用試験を実施します。

海上保安学校

◎受付期間

7月16日(火)～25日(木)

◎一次試験

9月22日(日)

海上保安大学校

◎受付期間

8月22日(木)～9月4日(水)

◎一次試験

10月26日(土) 27日(日)

■ 浜田海上保安部管理課

TEL 0855 (27) 0770

◎試験会場 米子市、広島市ほか
※詳しくは海上保安庁ホームページをご確認ください。



▲ホームページ

■ 自衛隊島根地方協力本部

TEL 0852 (21) 0015

石見神楽定期公演情報

石見神楽波子社中「塵輪」



毎月、市内三カ所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。



▲ホームページ

商工観光課観光ブランド推進係
TEL0855(52)7494

大都神楽団「杵」



パレットごうつ

◎日時

7月14日(日)

【午前の部】 午前10時30分～正午

【午後の部】 午後1時～2時30分

◎出演団体

大都神楽団、石見神楽波子社中

◎料金

大人1,000円、中学生以下500円、未就学児無料

◎問い合わせ

江津市観光情報センター

TEL0855(52)0534



有福温泉 湯の町神楽殿

◎日時

7月6日(土)、13日(土)、20日(土)、27日(土)

午後8時30分～9時30分

◎出演団体

有福温泉神楽団 ※20日(土)のみ都治神楽社中

◎料金

1,000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

TEL0855(52)0534



石見神楽劇場 舞乃座

◎日時

7月7日(日)、21日(日) 午後4時～6時

7月12日(金)、26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2,000円、金曜日1,000円

◎予約

席の予約専用電話 TEL090(8065)0002

※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。



健康 & すくすく

年に一度は

身体メンテナンスを

問 健康医療対策課健康増進係

TEL 0855 (52) 7935

こんな生活をしていませんか？

- ・朝食を食べない。
 - ・間食をだらだら食べている。
 - ・夜食をよく食べている。
 - ・たばこを吸っている。
 - ・運動をせず、ゴロゴロしていることが多い。
 - ・毎日、過度な飲酒をしている。
- (※下記の豆知識参照)

こんな生活を続けていると、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病になっているかもしれません。

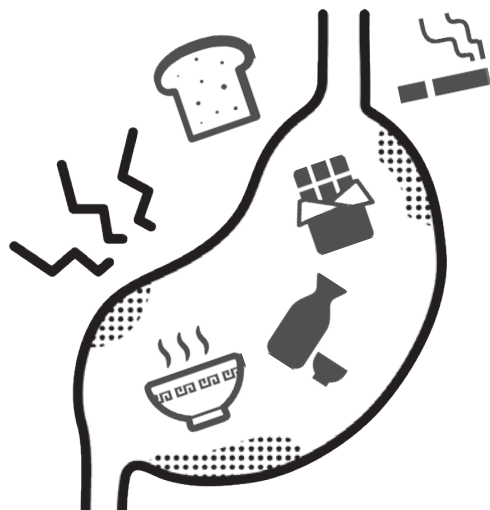


図1 R4年度特定健診結果における有病者の割合(男性)

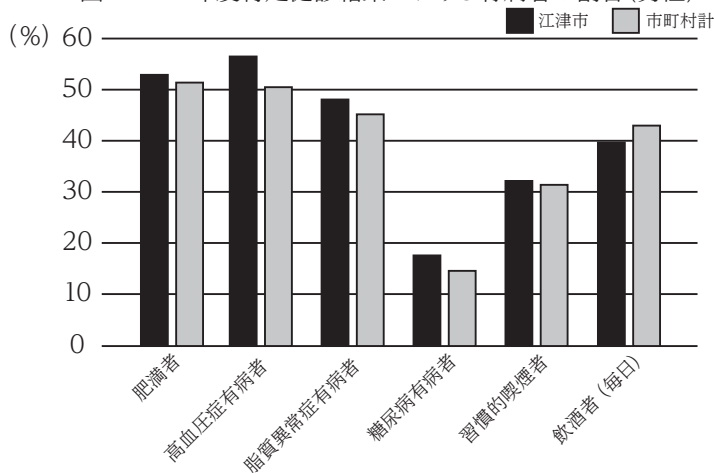
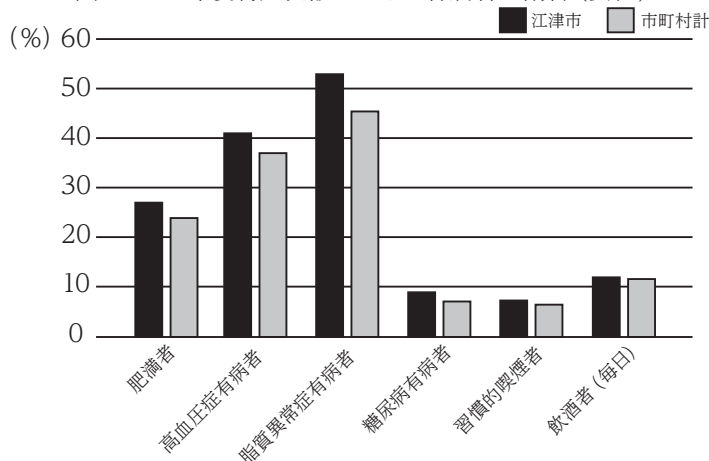


図2 R4年度特定健診における有病者の割合(女性)



令和4年度の健診結果を見てみると、市町村の平均と比較して肥満や高血圧など特定健診で分かる病気が男女ともに高いことがわかります。(図1, 2) これらを放っておくと脳卒中や心筋梗塞などの命に関わる病

気になる恐れもあります。健診結果は身体からのメッセージです。毎年1回の健診を受けることで自分自身の生活習慣を見直すきっかけをつくりませんか。

豆知識

第三次健康日本 21(令和6年度～)では生活習慣病のリスクを高める摂取量として、1日当たりの純アルコール摂取量を男性 40 g 以上、女性 20 g 以上としています。

*純アルコール摂取量の出し方

摂取量 (ml) × アルコール濃度 (度数 / 100) × 0.8 (アルコールの比重)

例: 5%濃度のビール 500 ml 飲酒 → 500 (ml) × 0.05 × 0.8 = 20 (g)

15%濃度の日本酒 2 合飲酒 → 360 (ml) × 0.15 × 0.8 = 43.2 (g)

この計算式で自身の純アルコール摂取量を把握し、自分に合った摂取量を決めて健康管理に役立てましょう。

健診をもっと有意義なものにするために

健診は受けたらそれで終わりではありません。身体からのメッセージを生活に活かすことが大事です。

●特定保健指導は必ず受けましょう。

専門スタッフによる指導が受けられる絶好の機会です。案内が来たら、生活習慣の改善を実現するためのチャンス逃さないようにしましょう。

●健診結果は捨てずに保管しておきましょう。

毎年の検査数値がどのように変化しているのか確認しましょう。異常なしでも少しずつでも変化しているものです。早めに改善策を実行することで生活習慣病は未然に回避することができます。

●健診結果をかかりつけ医に伝えましょう。

かかりつけ医で健診を受けた人は結果をきちんと聞いてアドバイスを受けましょう。また集団健診や人間ドックを受けた人はかかりつけ医に結果を伝えることで現在の治療に役立ったり検査の重複が避けられます。6月から特定健診が始まっています。この機会に健診を受けて自分の身体を労わってあげましょう。

まめネット

☎NPO 法人しまね医療情報ネットワーク協会
Tel0853(22)8058

まめネットとは、「まめネットカード」をお持ちの県民の皆さんの医療や介護の情報を県内の様々な機関で共有するネットワークです。病院・診療所間のカルテ情報の共有や主に訪問系サービスを提供する事業所間での情報共有を行っています。



これにより、医療や介護のサービスをスムーズに受けることができ、ご本人やご家族の負担を軽減することができます。

次のような人におすすめです

- ・複数の医療機関を受診されている人
- ・持病、アレルギーをお持ちの人
- ・小さなお子さん、高齢者
- ・複数の薬の処方を受けている人
- ・在宅で訪問系サービスを受けている人

健康づくり講演会～笑う門には健康来る～

おしゃべりテーションの会
お笑い理学療法士

☎健康医療対策課健康増進係
Tel0855(52)7935

ひなたてい あおい
日向亭 葵氏 講演会



「笑い」には心身の健康に対する様々な効果があります。笑いがあふれる地域で、いつまでも自立した生活を送るために楽しく笑いながら学びませんか。また健康測定機器によるからだ測定会も行います。

講演会実施日

会場

7月27日(土) 江津市総合市民センター

対象 興味・関心がある方どなたでも

【講演会】 午後1時30分～3時

【からだ測定会】

- ①午後0時30分～1時20分
- ②午後3時～4時

申込不要
参加料無料

令和6年度 島根「ふるさと」看護奨学金貸与生の募集

◎貸与額・貸与方法 **60万円**

◎貸与申請締切

令和6年7月19日（金）

※貸与決定後に、一括して貸与（在学中1回限り）
※他の奨学金と併給可能

当日消印有効

※応募多数の場合は、家計の状況などを考慮した選考を行い、被貸与者を決定します。

【UI ターン枠】

島根県外から UI ターンにより島根県内への就業（看護師に限る）を希望している看護学生のひとへ奨学金を貸与します

◎応募資格

- （1）島根県外の看護師養成施設（准看・通信制課程を除く）に在学するひと
- （2）卒業後、島根県内の医療機関等（指定機関）で所定の期間勤務する意思のあるひと

◎返還免除の要件

卒業した日から1年以内に看護師の免許を取得し、かつ、直ちに島根県内の医療機関等（指定機関）に就職し、引き続き5年間看護師の業務に従事したときは、貸与した奨学金全額の返還を免除します。

◎募集人数 30人

【過疎・離島枠】

保健師・助産師・看護師・准看護師の養成施設に在学中で、卒業後、島根県内の過疎地域・離島の医療機関等で勤務していただけるひとへ奨学金を貸与します。

◎応募資格

- （1）保健師、助産師、看護師または准看護師の養成施設に在学するひと
- （2）卒業後、島根県内の過疎地域・離島の医療機関等（指定機関）で所定の期間勤務する意思のあるひと
- （3）県から市町村に対し、貸与生であることを伝えることに同意するひと

◎返還免除の要件

卒業した日から1年以内に看護師の免許を取得し、かつ、直ちに島根県内の過疎地域・離島の医療機関など（指定機関）に就職し、引き続き5年間看護師などの業務に従事したときは、貸与した奨学金全額の返還を免除します。

◎募集人数 30人

【助産師枠】

助産師養成施設の最終学年に在学し、卒業後、島根県内への就業を希望している看護学生のひとへ奨学金を貸与します。

◎応募資格

- （1）助産師養成施設の最終学年に在学するひと
- （2）卒業後、島根県内の医療機関など（指定機関）で所定の期間勤務する意思のあるひと

◎返還免除の要件

卒業した日から1年以内に助産師の免許を取得し、かつ、直ちに島根県内の医療機関など（指定機関）に就職し、引き続き5年間助産師の業務に従事したときは、貸与した奨学金全額の返還を免除します。

◎募集人数 10人

詳しくは、島根県ホームページに記載している募集要項をご確認ください。

右の二次元バーコードを読み込む、または「島根 看護 奨学金」で検索。

☎島根県健康福祉部医療政策課 看護職員確保スタッフ TEL0852(22)5613



▲ホームページ

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。

新型コロナウイルス感染症の予防のため、基本的に予約制で開催します。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。

子育てサポートセンターホームページからも確認できます。

ホームページ
はこちら↓



子育てサポートセンター NPO法人ちゃいるどリーむ 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
3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	○
4日(木)	午前9時30分～11時	さくらえ保育園	七夕飾りをつくろう	○
5日(金)	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(金)	午前9時30分～	のぞみ保育園	七夕会～季節の行事に参加してみよう!	○
7日(日)	午前10時～午後0時30分	あさり	「わくわくマーケット」日曜日のイベントです。出店も多数あります。	○
11日(木)	午前10時～午後0時30分	うさぎ山	自然を感じよう! in 里山 (詳しくはInstagram 又はマチコミメールにてお知らせ致します)	○
12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(金)	午前10時～11時	あさり	「スマイルデー」虫よけスプレー作り	○
16日(火)	午前10時～11時	サポートセンター	第2回どりーむひろば「保健師さんとおしゃべり会」	○
17日(水)	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 ミニ講話「かかりやすい感染症」	
17日(水)	午前10時～11時30分	うさぎ山	プール遊び	○
17日(水)	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	○
17日(水)	午前10時～11時	あさり	「もぐもぐデー」園のおやつを紹介・試食	○
18日(木)	午前9時30分～11時	さくらえ保育園	レジンであそぼ!	○
19日(金)	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」	○
20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(月)	午前10時～11時30分	うさぎ山	もくもくday「手づくり玩具」 (詳しくはInstagramにてお知らせいたします。)	○
23日(火)	午前10時～正午	うさぎ山	ぱくぱくday(スイカ割り・フルーツポンチ作り)	○
23日(火)	午前10時～11時	さくら	「さくらこども園の日」フォトフレームに飾り付け	○ ※予約はあさりへ
25日(木)	午前9時30分～11時	さくらえ保育園	ほのぼのカフェ	○
25日(木)	午前10時～午後0時30分	うさぎ山	おいしいday	○
25日(木)	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」	○
26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」	○
28日(日)	午前10時～正午	サポートセンター	第1回憩いの日「神楽道具作り」	○

情報ポケット 7月

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



ごみ・環境

燃やせるごみの
特別収集・休日開場日

特別収集

燃やせるごみ収集日が月・木
曜日の地区で特別収集をします。

①7月15日(月)

※ごみの持ち込みはできません。

休日開場日

エコクリーンセンター(可燃
物処理場)へ持ち込むことがで
きます。

②7月28日(日) 午前9時～正午

⑨有料

⑩事前連絡不要

⑬市民生活課生活環境係

TEL 0855 (52) 7936

エコクリーンセンター

TEL 0855 (53) 5081

不燃物処理場の
休日開場日

②7月28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

⑪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26日(金)までに連
絡をお願いします。

⑬島の星クリーンセンター

TEL 0855 (52) 5321

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。

⑪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。

⑪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。

⑪クールビズを導入しよう

⑪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。

⑬市民生活課生活環境係

TEL 0855 (52) 7936

お知らせ

萩・石見空港利用拡大
促進協議会幹事市就任

5月24日(金)に益田市立保健セ
ンター大ホールにて本協議会総
会が開催されました。総会にお
いて、江津市は幹事市として承
認されました。これにより、本
協議会の助成金制度を制限なく
利用できることになりましたの
で、市民の皆さまのご活用をお
願います。

詳細につきましては、萩・石
見空港利用拡大
促進協議会ホー
ムページをご確
認ください。



▲ホームページ

⑬地域振興課地域振興係

TEL 0855 (52) 7926

成年後見制度のご案内

『成年後見制度』とは、知的障
がいや精神障がい、認知症など
により、判断が難しい人に「成
年後見人」という援助者がつく
ことで、本人が不利益を被らな
いようにサポートする制度です。
障がいや認知症の程度によっ
て、サポートしてもらえる内容
は変わりますが、契約ごとや金
銭管理、入院や施設への入所手
続きなどのサポートだけでな

く、定期的に訪問して、本人の
状況の確認も行います。

成年後見人は、本人の希望や
心身の状態から、家庭裁判所が
選任します。成年後見人になれ
るのは、親族や弁護士、司法書
士、社会福祉士などの専門職、
福祉関係の法人です。

制度の手続きは家庭裁判所で
行いますが、江津市では制度説
明や制度利用に関する助言、相
談などを行っております。なお、
制度の利用には家庭裁判所申立
にかかる費用、成年後見人への
報酬などの費用が掛かります。
詳しくは厚生労働省ホームページ、
江津市相談窓
口までお気軽
にご相談くだ
さい。



▲市ホームページ



▲厚生労働省
ホームページ

◎相談窓口

【障がい者に関する相談】

江津市高齢者障がい者福祉課

TEL 0855 (52) 7934

【高齢者に関する相談】

江津市地域包括支援センター

TEL 0855 (52) 7488



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

人に
やさしく……

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

みどりの券売機プラス オペレーター機能の 営業時間変更

JR江津駅に設置されている「みどりの券売機プラス」の、オペレーター呼び出し機能の営業時間が6月1日（土）より、変更されています。

※オペレーター呼び出し機能とは、みどりの券売機プラスの通話器で「音声案内」により発券手続きをする機能です。

◎変更前

午前5時30分～午後10時20分

◎変更後

午前8時～午後8時

問 JR西日本お客様センター

Tel 0570（00）2486

相談

7月の補聴器修理相談会

「市役所本庁舎1階相談室4」会場

☆2日（火）〔深野時計店〕

午前10時～正午

☆11日（木）〔中国補聴器〕

午後1時30分～3時30分

☆23日（火）〔東神実業〕

午後1時30分～3時

☆24日（水）〔西日本補聴器〕

午後1時30分～3時

「桜江総合センター和室」会場

☆4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。

問 高齢者障がい者福祉課障がい者福祉係

Tel 0855（52）7934

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、情報交換を行っています。介護者同士で集まって、お茶を飲みながら息抜きしてみませんか？

☆7月13日（土）

午前10時～11時30分

場 江津市職員会館

（旧市役所分庁舎裏）

※認知症の家族を介護している人

※100円（お茶代）

※不要

問 地域包括支援センター

Tel 0855（52）7488

ひとり親家庭の法律相談

☆7月24日（水）

午後1時30分～3時30分

※一人30分

場 いわみーる

※事前に電話で申し込む

難病相談

一般相談

☆平日 午前8時30分～午後4時30分

☆7月6日（土） 午前9時～11時30分

※難病、治療、生活に関する相談（面談・電話・メール）

※土曜日の相談は電話のみ。

一般相談申込みフォーム



▲申込フォーム

就労相談

☆7月10日（水）

午後1時30分～3時30分

※難病患者の就労に関する相談（面談・電話）

※面談をご希望の場合は、前日までに予約をしてください。

問 しまね難病相談支援センター

Tel 0853（24）8510

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。大切な人を自死で失った悲しみ、苦しみ、怒りなどを遺族だけで語り合う場です。

◎出雲会場

☆7月6日（土）

問（一財）島根県母子寡婦福祉連合会

Tel 0852（32）5920

場 出雲市民会館

◎浜田会場

☆7月20日（土）

場 浜田市総合福祉センター

※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）

※会場や日時の変更もありますのでHPでご確認いただくか、電話でお問い合わせください。

問 しまね分かち合いの会・虹（桑原）

Tel 090（4692）5960

がんケアサロン江津

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ています。お茶を飲みながらほっとする時間を共に過ごしませんか。

☆7月20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どなたでも

※不要

※100円（お茶代）

問 世話人代表 松浦真理子

Tel 090（8068）7920

法的トラブルで困ったときは・・・

取扱業務

- ・多重債務（サラ金等の支払に
お困りの方）・離婚・相続・高齢者
・悪徳商法・不動産・交通事故
・刑事事件など法律に関する
お悩みごと全般

相談料金

- 【相談料】30分：5,000円（税別）
・資力の乏しい方については、法律
扶助制度により相談料は無料です。
※正式に事件の依頼をされるときは、
別途 弁護士費用が発生いたします。

法テラス浜田法律事務所

業務時間/平日9:00～17:00 浜田市浅井町1580番地
（第二龍河ビル6階）

TEL.050-3383-0026



七田式
SHICHIDA
江津本部教室

子供の才能を引き出す、七田式教室。

幼児

0歳6か月～6歳

英語

0歳6か月～12歳

小学生

6歳～12歳



生徒
募集中

七田式 江津本部

検索

株式会社 しちだ・教育研究所

〒695-0017 江津市和木町1161-12

TEL 0855-52-6800

難病専門相談（神経内科）

浜田保健所では、膠原病や神経難病について症状や療養生活および介護に関する専門医による相談を実施します。ぜひ、ご相談ください。

⑧8月20日(火)

午前10時～午後4時

③浜田保健所

④神経症状（手足のふるえ・しびれ、筋肉のこわばりなど）や治りにくい症状で悩んでいる人、神経難病（筋萎縮性側索硬化症、パーキンソン病、多系統萎縮症等）やその療養生活について詳しく知りたい人やそのご家族など

⑦担当医

山下一也 脳神経内科医

（島根県立大学 学長）

⑧8人程度

⑨無料

⑪事前に電話で申し込む

⑩8月13日(火)

③浜田保健所医事・難病支援課

TEL 08555 (29) 55554

移動ナースバンク （就業相談会）開催

⑧7月10日(水) 午後1時～4時
③ハローワーク浜田

⑤求人・求人相談、看護情報の提供

③島根県ナースセンター

TEL 0852 (27) 85110

講座・研修

浜田圏域高次脳機能障がい者支援研修会

⑧7月11日(木) 午後2時～4時
③いわみーる
⑤興味のある方ならどなたでも
③ホームページから申し込む

③西部島根医療福祉センター相談支援課

TEL 0855 (52) 2442

浜田養護学校 第2回サポーター講座

⑧7月27日(土) 午前10時～正午
（受付は9時45分）

③浜田養護学校

⑤講義「地域の生きづらさ、人との関わりにくさを感じている人への理解」

⑤高校生以上

⑨無料

⑪電話、ホームページで申し込む

③浜田養護学校（松田）

TEL 0855 (28) 22000



▲ホームページ

シニアおしごとナビ セミナー

元気なシニア世代が、役割を持ちながら社会参加できるよう、様々な活動を紹介します。

⑧8月7日(水) 午後2時～4時

③江津市職員会館

⑤江津市にお住いの60歳以上の人

⑧先着20人

⑨無料

③島根県シルバー人材センター連合会

TEL 0855 (52) 53200

⑤詳細はホームページをご確認ください。



▲ホームページ

成年後見制度普及啓発 講演会

成年後見制度についての講演会を開催します。講演会終了後、相談会も開催します。

「成年後見制度って何？」とだれもが安心して暮らせる地域社会を目指して、

⑤講師 佐和法律事務所 弁護士 今城 崇氏

⑧7月20日(土)

午前9時30分～11時15分

③相談会

午前11時25分～午後0時25分
③江津ひと・まちプラザ

募集

江津市シルバー人材センター会員募集

働くことを通じて、生きがいの充実や健康の維持、仲間づくりをしませんか。シルバー人材センターは、高齢者のみなさんの希望と能力に応じた働き方をサポートします。

⑤入会説明会

⑧7月18日(木) 午後1時30分～

③江津市シルバー人材センター

⑤市内在住の60歳以上の健康で、働く意欲のある人

⑦筆記用具

③江津市シルバー人材センター

TEL 0855 (52) 16116



▲ホームページ

③電話で申し込む

TEL 0855 (52) 2474

③江津市社会福祉協議会



有料広告

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！
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

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

スタッフ募集
広告に興味のある方
◎委細面談 ◎お気軽に電話下さい
◆市広報誌広告
◆朝日新聞ラシ
◆広告看板
◆各種印刷物
企画・制作・デザイン
Sekio 石央広吉社
〒697-0034 浜田市相生町3818番地
TEL 0855-22-7053

市営住宅・県営住宅の入居者募集

抽選で入居を決定する住宅

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。

◎募集期間

7月18日(木)～31日(水)必着

◎抽選

8月中旬

◎入居予定 9月中旬

先着順で入居を決定する住宅

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。



▲ホームページ

◎申込受付 随時

※ホームページは「島根県住宅公社」で検索してください。

◎島根県住宅供給公社

浜田住宅管理事務所

Tel 0855 (25) 0535

戦没者遺児による慰霊友好親善事業

戦没者遺児による慰霊友好親善事業

日本遺族会では、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。

この事業は、先の大戦で父などを亡くされた戦没者の遺児を対象として、戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、

同地域の住民と友好親善を深めることを目的としています。

◎10万円

◎実施地域

●トラク諸島 ●パラオ諸島 ●西部ニューギニア ●カザフスタン ●ウズベキスタン共和国 ●マリアナ諸島 ●東部ニューギニア ●ビスマーク諸島 ●フィリピン ●ソロモン諸島 ●台湾 ●バシー

海峡 ●タイ ●ギルバート諸島 ●マーシャル諸島 ●中国

◎期間 (一財)島根県遺族連合会

Tel 0852 (21) 4025

江津市子育て世帯向けワークショップ

現在、本市の目指すべき将来像を描く「第6次江津市総合振興計画」の見直しを行っています。これに伴い、子育て世帯からの意見を収集し、今後の計画に反映するためのワークショップを行います。ご都合のつく人はぜひご参加ください。

◎就学前・小学生の子どもをもつ世帯のご両親(江津市在住)

◎7月20日(土) 午後1時～3時

◎パレットごうつ2階

◎会議研修室1

◎30人程度(定員を上回った場合は先着順とします。)

今井美術館展覧会

刀剣展―郷土の石州刀と中国地方の優品―

日本刀は日本が誇る優れた工芸品で、国内のみならず欧米を中心に世界中で高い評価を得ています。

展覧会では、石見地方が誇る石州刀や歴史的に貴重な刀剣のほか、山口県岩国市・柏原美術館所蔵の甲冑も紹介します。

◎6月29日(土)～7月28日(日)

◎午前10時～午後4時

◎今井美術館

◎一般1000円(学生無料)

◎イベント

◎ギャラリートーク

◎郷土刀の歴史と名刀について

◎7月7日(日)

◎午後1時30分～2時10分

◎不要(先着順)

◎初心者向け講座

◎刀の取扱いと鑑賞の仕方

◎7月21日(日)

◎午後1時～3時

◎2000円

◎申込フォームから申し込む



▲申込フォーム

間政策企画課政策企画係

Tel 0855 (52) 7925

今井美術館展覧会

刀剣展―郷土の石州刀と中国地方の優品―

日本刀は日本が誇る優れた工芸品で、国内のみならず欧米を中心に世界中で高い評価を得ています。

展覧会では、石見地方が誇る石州刀や歴史的に貴重な刀剣のほか、山口県岩国市・柏原美術館所蔵の甲冑も紹介します。

◎6月29日(土)～7月28日(日)

◎午前10時～午後4時

◎今井美術館

◎一般1000円(学生無料)

◎イベント

◎ギャラリートーク

◎郷土刀の歴史と名刀について

◎7月7日(日)

◎午後1時30分～2時10分

◎不要(先着順)

◎初心者向け講座

◎刀の取扱いと鑑賞の仕方

◎7月21日(日)

◎午後1時～3時

◎2000円

◎20名程度

◎事前に電話で申し込む

◎今井美術館

Tel 0855 (92) 1839



ともものガラクタ音楽会 in 江津

◎7月13日(土)

◎開場 午後2時15分

◎開演 午後3時

◎江津市総合市民センター

◎500円 ※高校生以下無料

◎申込フォームより申込

◎7月10日(水)

◎江津市総合市民センター

Tel 0855 (52) 2155



▲申込フォーム



各病院の処方せんを受け付けます! 各種クレジット・スマホ決済もOK!!

くすりのファミリア 殿町薬局

■営業時間 月～金 午前8:00～午後6:00
土曜日 午前8:00～午後12:30

TEL(0855)23-5404 浜田市
FAX(0855)23-5429 殿町

●中村整形外科
●ハローワーク 浜田
●さかね内科 神杜

日本海信用下浜田 金庫本店 郵便局 国道9号線

＜定休日＞ 日曜、祝日

中村整形外科の正面

くすりのファミリア 殿町薬局

●中村整形外科
●ハローワーク 浜田
●さかね内科 神杜

日本海信用下浜田 金庫本店 郵便局 国道9号線

＜定休日＞ 日曜、祝日

くすりのファミリア 江津薬局

■営業時間 月～金 午前9:00～午後6:00
土曜日 午前9:00～午後1:00

TEL(0855) 54-1052 江津市
FAX(0855) 52-3078 嘉久志町

＜定休日＞ 日曜、祝日

国道9号線沿い 井廻医院すぐ横

JR山陰本線

都錦酒造

井廻医院

くすりのファミリア

至:市街 至:都野津

ゆめタウン

有料広告

消費生活 豆知識

Topics

子どものオンラインゲーム 無断課金に注意

無断課金につながる事例

【事例1】保護者のスマホを保護者のアカウントにログインした状態で子どもに渡す。

【事例2】保護者の古いスマホを自宅のWi-Fiにつなげて遊ばせるため、保護者のアカウントにログインした状態で子どもに渡す。

【事例3】子ども専用のスマホを契約し、ペアレンタルコントロール機能を設定しないまま子どもに渡す。

ご注意ください

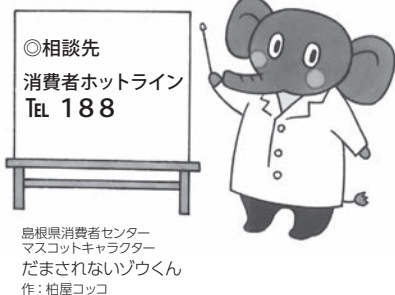
【事例1】保護者のアカウントに登録された決済方法で、子どもも課金できてしまいます。

【事例2】保護者の古いスマホでも、保護者のアカウントにログインした状態で渡すのは、保護者が今使っているスマホを渡すのと同じです。子どもも課金できてしまいます。

【事例3】子どものアカウントを作成して、ペアレンタルコントロール機能で課金を承認制にしないと、子どもも課金できてしまいます。

還付金詐欺にご注意ください

「お金が返ってくるので、ATMに行くように」などという電話があったら還付金詐欺です。



7月の無料相談

人権相談	
江津	開催なし
桜江	9日(火) 9:00～12:00 桜江総合センター 研修室
行政相談	
江津	17日(水) 13:30～16:30 市役所本庁舎3階 市民相談室
桜江	10日(水) 9:00～12:00 桜江総合センター 和室
こころの健康相談	
日時	10日(水)、25日(木) ※25日は子どもの相談優先
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 TEL0855(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	毎月第2火曜日 11:00～13:00
会場	市社会福祉協議会 面談室
予約先	島根県地域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)	11日(木) 13:00～15:00 市社会福祉協議会 ※要予約
一般相談(江津)	26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	4日、11日、25日(いずれも木)
時間	19:00～21:00
桜江保健センター	
開催日	18日(木)
時間	19:00～21:00
問 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	R6年	13	0	15
	前年比	7	0	8
県内	R6年	293	3	329
	前年比	-24	-8	-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	3	0	115
年間合計	4	6	540

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	21,450人(-17)
男	10,079人(-10)
女	11,371人(-7)
世帯数	11,020世帯(-1)
赤ちゃんの誕生	
男の子	4人 / 女の子 1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
- 香典返し寄付
- ▽桜江・小笠原和敏さん(故恵美さん)▽千田・佐々木卓さん(故みどりさん)▽川平・石田さつきさん(故孝司さん)▽都野津・砂廣康子さん(故安秀さん)▽跡市・小川敏彦さん(故瑞枝さん)▽後地・加藤光男さん(故豊美さん)▽益田市(江津)・山藤良史さん(故翠さん)▽桜江・賀戸伸二さん(故ヨシエさん)▽桜江・反田敏秋さん(故次男さん)▽渡津・三原文雄(故ツギ子さん)▽江津(渡津)・沖田保美さん(故シツエさん)
- 一般寄付
- ▽益田市・西日本歌謡文化講座 水津啓一さん

※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

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) ○交通事故
- 会社関係(代金請求、会社経営問題など) ○相続
- 離婚 ○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(消費税込)
- ・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. 03-35591-0082



広報かわらばんに

広告掲載してみませんか?

※申込、お問合わせは下記までお気軽にお電話下さい。

- ◆市広報誌 ◆朝日新聞広告 ◆広告看板
- ◆折込チラシ ◆各種印刷物

企画・制作・デザイン 取締役 浜田市相生町3818番地
Sekio 石央広告社 森 義範 ☎0855-22-7053



芸術に触れる再興院展

5月25日、再興第108回院展開会式とギャラリートークが今井美術展で開催されました。同人作品をはじめとした受賞作品および入選作品65点が展示されました。

本館1、2階に展示している作品を中心にギャラリートークが行われ、作者の作品に対する思い、作品を描いた経緯などが語られました。鑑賞した山崎心さんは「線のタッチが優しく繊細で、心が安らいだ。絹を使用した技法が勉強になった。」と話しました。



仕事も遊びも全力で！

5月26日、4年ぶりに「20.30dai 運動会」が旧跡市小学校で開催されました。浜田や江津に住む20～30代の若者総勢65人が参加。性格診断テスト「MBTI」の結果で結成された4チームで対抗戦を繰り広げました。写真は、懐かしの飴食い競争です。顔が真っ白になるのを気にせず、飴玉を探しました。ほかにもパン食い競争や綱引きなどの種目があり、参加者は体に気を使いながら、子どもの頃のように全力で競技に臨みました。運動会の後にはバーベキューを行い、親睦を深めました。



ひつじ牧場のオープン

6月2日、里山子ども園わたぼうしの隣にある「結の広場」にヒツジ牧場がオープンし、記念イベントが行われました。

イベントには約600人が訪れ、多くの飲食店の出店や、楽器の演奏、書道パフォーマンス、ヒツジの毛刈りショーなどを楽しみました。子どもたちは、毛を刈るところを目の前で見たり、刈った毛を触りヒツジごとの毛質の違い確かめました。盆子原拓里山子ども園わたぼうし園長は「今後刈った羊毛を使ったイベントなどを企画したい」と話しました。



橋脚がキャンバスに

6月9日、「第20回ふらり」が江津本町で開催されました。20回の節目を迎えるということで、しまねっこも駆けつけ、盛り上がりを見せました。今回は「遊ぶ。感じる。ひらめく。」がテーマで、楽器演奏や書道パフォーマンスを始め、芸術を体験する出し物やワークショップなどが多くありました。2018年に廃線となったJR三江線の橋脚にチョークで絵を描くワークショップを体験した久座梨瑚さんは「楽しかった、またやりたい」と話しました。





1人分の野菜使用量:80g エネルギー:136kcal 塩分:1.3g



ごうつの味 四季めぐり

江津食彩

食卓に毎日プラス1皿の野菜

キュウリとささみの 梅昆布和え

水分が豊富で体を冷やす働きのあるきゅうりは、手軽に食べることができ、暑い夏におすすめです。ささみや梅干しと和えることで、たんぱく質やクエン酸も一緒に摂ることができ、夏バテ予防にも効果的。作り置きでき、そうめんや冷奴のトッピングとしても重宝します。

材料 (2人分)

- ・キュウリ 2本
- ・大葉 4枚
- ・ささみ 2本
- ・酒 大さじ1
- ・塩昆布 5グラム
- ・梅干し 2個
- ・すりごま 小さじ2
- ・ごま油 小さじ2

＼レシピ公開中／



作り方

- 1 ささみは筋をとり、耐熱容器に入れて酒を振り、ふんわりラップをかけ、電子レンジ (600 W) で2分程度加熱する。冷めたら細かくさく。
- 2 きゅうりは縦半分に切り、斜め薄切りにして、塩 (分量外) でもみ、しんなりしたら水で洗ってよく絞る。
- 3 大葉は千切りにする。梅干しは種をとり叩く。
- 4 ボウルにすべての材料を入れて和える。

🕒 調理時間 約 15 分

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

夜の図書館探索 & 納涼朗読会

図書館本館にて石見ケーブルビジョンアナウンサーと地元有志による、読み聞かせと朗読会を開催します。

閉館後のいつもと違う感じの図書館を探索したあと、少しだけ(?) 怖いおはなしを聞いて涼しくなれるひと時をお過ごしください。

◎ 日時 7月19日(金) 午後6時30分～8時

◎ 持ち物 懐中電灯、水分補給できるもの

参加料無料 事前申し込み不要

※夜のイベントですので児童のみでの参加はできません。必ず保護者同伴でお越しください。

※駐車場は旧市役所をご利用ください。



今月の休館日

◎毎週火曜日・31日(水)

◎特別休館日 1日(月)～6日(土)

※6月30日(日)は月末休館日です。

おいが つなっど

第1回



Profile 岡元 紫陽

東串良町職員の岡元紫陽さん。
人事交流で2年間、江津市に勤務。

<経歴>

建設課簡易水道係(2年間)

建設課農地整備係(5年間)

農林水産課農政企画係(1年間)

岡元紫陽と申します

タイトル「おいがつなっど」は
鹿児島弁で「私が繋がります」という
意味です。今後、隔月で町の紹介を
します。

東串良町生まれ、東串良町育ち。
趣味はプロレス観戦とバイクで
す。プロレスは中学生くらいのころ
から好きで、こちらに来てからは
市外ですが4試合観戦しました。

東串良町を知ってますか

鹿児島県の東側、大隅半島に位置
しており、鹿児島県本土で一番小さ
い町ですが、たくさん魅力のある町
です。

東串良町のオススメスポットは、
「ルーピン畑」です。東串良町の町



▲町花のルーピン畑。花言葉は、多くの仲間。
4月にはルーピン祭りがあります。

花に指定されているルーピンという
黄色い花が、3月下旬〜4月中旬に
かけて柏原海岸沿いに約1km咲き、
黄色い絨毯のようになります。

近くの松林では、キャンプができ
ますし、ドームハウスがあるので、
グランピングができます。

国指定史跡「唐仁古墳群」があり、
約130基の古墳が住宅の敷地や田
んぼの中に点在しています。なんと、
町長宅にもあるんです。

特産品は、ピーマン、きゅうり、
黒牛、ウナギなどです。ピーマンの
出荷量は年間3816トンで、全国
第3位です。ピーマンは、江津市内
のスーパーでも売られています。黒
牛は、全国和牛オリンピックで鹿児
島の代表の一員として総合優勝を
した実績があります。

町内で養殖されているウナギを蒲
焼にしたものが、ふるさと納税の返



▲ふるさと納税の返礼品で一番人気のウナギ。
上位10品中8品がウナギです。

礼品として人気があります。
小さい町ではありますが、魅力の
ある町ですので、ぜひ遊びに行っ
てください。

石見神楽に興奮

先日、有福温泉で石見神楽を鑑賞
しました。美しい衣装、迫力のある
太鼓、大蛇の奇妙な動きに釘付けに
なりました。同じ石見神楽でも地区
によって若干異なるらしいので、市
内全ての石見神楽を鑑賞したいで
す。

江津市で過ごす期間は2年間と短
いですが、1日1日を大切に過ごし
て、新たなことを学び、江津市の魅
力をもっと見つけていきたいです。

これからは地域のイベントなどに
積極的に参加していきますので、よ
ろしくお願いします。



▲目の前まで大蛇が来るので迫力満点! 東串良
町の人に見せたいです。



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 ●特別休館日 ●子宮頸がん ◆刀剣展(～7/28)	2 ●特別休館日 ●●●休館日 ●子宮頸がん、乳がん検診	3 ●特別休館日 ●子宮頸がん、乳がん検診	4 ●特別休館日 ●断酒会(23) ●定休日 ●休館日 ●子宮頸がん	5 ●特別休館日 ●子宮頸がん	6 ●特別休館日 ●中学ハンドボールクラブカップ中国地区予選、高体連ソフトテニス競技少年女子一次予選 ◆石見神楽定期公演(13)
7 ●中学ハンドボールクラブカップ中国地区予選、高体連ソフトテニス競技男女最終選考会、中国五県(兼)西日本軟式野球市予選 ●清吟堂吟友会 ◆石見神楽定期公演(13)	8 ●子宮頸がん	9 ●●●●●休館日 ●人権相談(23) ●子宮頸がん、乳がん検診	10 ●行政相談(23) ●子宮頸がん、乳がん検診	11 ●断酒会(23) ●第72回中国高等学校選手権水泳競技大会 ●定休日 ●休館日 ●法律相談 ●子宮頸がん ◆浜田圏域高次脳機能障がい者支援研修会(18)	12 ●第72回中国高等学校選手権水泳競技大会 ●子宮頸がん ◆石見神楽定期公演(13)	13 ●第72回中国高等学校選手権水泳競技大会、第43回カーツスポーツ杯争奪バレーボール大会(小学生の部) ●●ともものグラフィタ音楽会 in 江津(21) ◆石見神楽定期公演(13)
14 ●第72回中国高等学校選手権水泳競技大会、第51回石見テニス選手権、江津市長旗親善野球大会 ◆石見神楽定期公演(13)	15 海の日 ●休館日	16 ●●●●●休館日 ●子宮頸がん、乳がん検診	17 ●行政相談(23) ●第36回江津市グランドゴルフ協会夏季大会 ●子宮頸がん、乳がん検診	18 ●断酒会(23) ●定休日 ●休館日 ●子宮頸がん	19 ●子宮頸がん	20 ●がんケアサロン江津(19) ◆石見神楽定期公演(13)
21 しめな家庭の日 ●第43回カーツスポーツ杯争奪バレーボール大会(一般の部)、江津市長旗親善野球大会 ◆石見神楽定期公演(13)	22 ●子宮頸がん、乳がん検診 ●子宮頸がん ◆子宮頸がん、乳がん検診(二宮地区)	23 ●●●●●休館日 ●子宮頸がん、乳がん検診	24 ●子宮頸がん、乳がん検診	25 ●断酒会(23) ●定休日 ●休館日 ●子宮頸がん	26 ●食事相談 ●一般相談(23) ●子宮頸がん ◆石見神楽定期公演(13)	27 ◆石見神楽定期公演(13)
28 ●休日開場日(18) ●休日開場日(18) ●第53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)、天皇賜杯軟式野球県予選	29 ●子宮頸がん	30 ●●●●●休館日 ●子宮頸がん、乳がん検診	31 ●休館日 ●子宮頸がん、乳がん検診	◎各記号の意味 ●市役所 分庁舎 ●島の星クリーンセンター ●エコクリーンセンター ●江津保健センター ●桜江総合センター ●桜江保健センター ●中央公園 ●総合市民センター ●江津市図書館 ●パレットごうつ ●サンピコごうつ ●子育てサポートセンター ●じばさんセンター ●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。		

第28回ピクニックラン桜江 参加者募集中！



6月広報でお知らせしましたピクニックラン
桜江の参加者を募集しています。

9月8日（日曜日）

種目	(参加料)
マラソン 20 km	(4,000 円)
マラソン 13 km	(3,500 円)
ウォーキング 13 km	(2,500 円)

※高校生以下は一律 1,000 円
※未就学児は無料。

◎申込方法

①江津市ホームページからネット申込

【締切日】 7月19日（金）

②事務局へ問い合わせで申込

（申込用の「専用振込取扱票」をお送りします）

【締切日】 7月12日（金）

※①②締切日にかかわらず、募集定員に達したら受付を終了します。

詳細は市ホームページをご確認ください。
「ピクニックラン桜江」で検索。



▲ホームページ

◎問い合わせ

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

編集部だより

「江津市合併20周年・市制施行70周年記念」のシンボルマークを作成しました。表紙の右上に掲載しています。申請をすればシンボルマークを使用できます。手続方法は市ホームページをご確認ください。

ここ数年、梅干作りに精を出しています。わが家にやってきた1kgの梅たち。塩をふりかけ梅酢が上ってくるのを毎日眺めています。梅雨が明けたら天日干し。今年も上手にできますように。（栄）

記事でも紹介した運動会（24ページ）に私も参加しました。このくらいなら疲れないと思っていましたが、全身筋肉痛が数日続きました。大人になったことをしみじみと感じました。東申良町のウナギを食べてスタミナをつけようと思います。

これからの季節は海、山で体を動かす機会も増えると思います。暑い日も続きますので、無理をせず、くれぐれも怪我には気をつけて遊びましょう。（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。