

かわらばん 2

江津の“今”と“未来”を伝える広報紙

2026
Vol.890

表紙の写真

1月2日（金）にはたちの集いが開催されました。176人が参加し、新たな一歩を踏み出しました。（2～3ページ）



江津市 はたちの集い

1月2日（金）、令和8年江津市はたちの集いを江津市総合市民センターで開催しました。江津市出身や市内在住で、今年度で二十歳を迎える176人が参加しました。外は雪が舞うあいにくの天候でしたが、久しぶりの再会を喜び、笑顔で語り合う姿や、写真を撮り合う様子が見られました。今年のアトラクションはけん玉。琴や楽器の演奏に合わせてけん玉の技が披露され、技が成功すると、会場は温かい歓声に包まれました。



はたち答辞

私たちが二十歳を迎え、本日「はたちの集い」に参加できたのはいつも味方になって応援してくれた家族、優しく時には厳しく指導をしてくださった先生方、日々心が温まるような言葉をかけてくださった地域の方々、中学校を卒業して離れ離れになった地元の友人のお陰です。心から感謝申し上げます。

私は現在、島根県を離れて大学に通っています。人口推移についての講義があり、江津市の人口推移を調べたところ2050年には約1万4千人にまでも減ってしまうという推計



二十歳代表 寺本 希



が示されていました。その数字を見て、とても寂しい気持ちになると同時に地元である江津市の活気がなくなっていくのではと不安も感じました。

しかし、江津市は自然が豊かで、人が優しく温かい場所です。こんなに良い江津市に活気がなくなることはあってはなりません。私たちは、江津市が大好きです。

私たちが先頭に立ち、育ててもらったこの江津市に恩返しをすることを誓います。そして後輩の皆さんにもその思いを引き継いでもらい、活気のある江津市が続くように頑張りたいと思います。地元に戻る人、戻らない人、様々だと思いますが、江津市の為に私たちで盛り上げたいと思います。

私たちは、それぞれの場所で夢や目標に向かって走っている最中ですので、多くの困難があり、逃げ出したくなる時もあるかと思っています。ですが、この江津市での経験を糧にしてひとつひとつ壁を飛び越えていきたいと思っています。

※紙面の都合上、抜粋・編集させていただきます。

学校の未来を みんなで考えませんか

人口の減少や少子化が進むなかで、子どもたちを取り巻く教育環境は、急激に変わってきています。今、これからの時代にふさわしい「学校のあり方」について、見つめ直す時期を迎えています。子どもたちの未来を育む大切な場所として、学校のこれからを、みんなで一緒に考えてみませんか。



なぜ、「学校再編計画」が必要なのか

2011年に「第2次学校整備再編基本計画」を策定してから、14年が経過しました。この間、社会や地域の状況は大きく変化し、学校教育に対する保護者や地域の皆さんの考え方も、多様になってきています。また近年では、義務教育学校や小中一貫型の学校など、子どもたちの学びをより連続的に支える新しい学校の形も各地で生まれています。

こうした時代の変化を踏まえ、今の状況に合った学校のあり方を、改めて見直す時期を迎えています。

学校の未来を考える上で重要となるのは「学校再編」です。学校再編とは、複数の学校を統合し、新たな学校としてスタートすることを意味します。適正な規模、適正な位置に再配置する学校再編は全国的にも進められています。

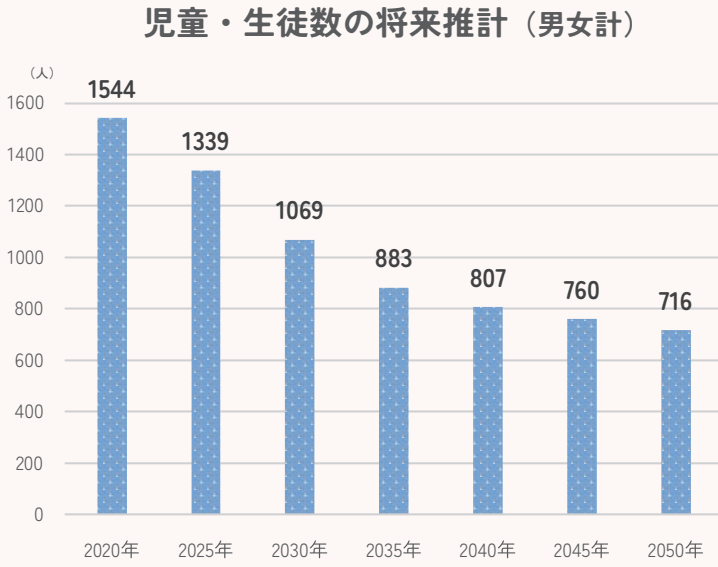
本市においても、「第2次学校整備再編基本計画」で決定した、津宮小学校と川波小学校を（仮称）西部統合小学校へ統合する計画が進んでいます。新しい校舎の建設だけでなく、学校名・制服の検討、通学対応の協議など、地域の代表者やPTA代表の皆さんと話し合いを重ね、準備を進めています。

そのほかの小中学校についても、時代の変化に合わせて、学校再編を行うか、行わないかも含めた検討を進めていく必要があります。そのため、保護者代表・地域代表・学校代表・有識者などが参画する委員会で議論を重ね、「第3次学校整備再編基本計画」の策定を進めることとし、第1回委員会を2025年12月に開催しました。



児童・生徒数の減少

市内の児童・生徒数は年々減少しています。国立社会保障・人口問題研究所による推計では、2025年は1339人、2040年には約4割減少し、807人となる推計が出ています。このまま推移すると、学年によっては複式学級（ひとつの教室で複数学年が学ぶ形）が増えることも想定されます。



出典：国立社会保障・人口問題研究所による推計

学校の役割

学校の規模が小さくなりすぎると、さまざまな考え方に触れたり、友だちと関わり合いながら学んだりする機会が限られてしまうことがあります。子どもたちが互いに刺激を受けながら安心して学び、成長していくためには、一定の学級規模を備えた学習環境を確保することが大切です。

また、学校は学びの場であると同時に、地域の人々がつながる場であり、災害時には避難所などの役割も担っています。子どもたちにとって望ましい教育環境とは何かという視点を大切にしながら、地域全体にとっての学校のあり方を、広い視野で考えていく必要があります。



計画策定の流れ

今後の小学校・中学校のあり方を検討するため、市内の小学生・中学生とその保護者、教職員に対して、アンケート調査を行っています。学校を取り巻く現状を正確に把握するためにも、アンケートへのご協力をよろしくお願いいたします。

【問合先】江津市教育委員会学校教育課 ☎ 0855-52-7495

基本計画（案）の完成
10月頃

各地域での対話集会
7月頃

基本方針（案）の完成
5月

アンケートの実施
1月～2月



マイナンバーカード活用についてのお知らせ

岡市民生活課市民係
Tel 0855 (52) 7482

オンラインでの転出手続き

●手続きの流れ

マイナンバーカードをお持ちの人は、オンラインで江津市から市外への引っ越しの手続き（転出届）ができます。このサービスを利用すると、転出手続きでの市役所窓口への来庁が原則不要となります（転出証明書の交付はありません）。

また、転入先市区町村への来庁予定日の連絡を同時に行うことができるため、転入手続きをスムーズに行うことができます。

※転入・転居の手続きは市役所へ来庁する必要があります。

◎利用できる条件

- ・引っ越しをする世帯の中にマイナンバーカードを持っている人がいること（代理人での手続き不可）
- ・国内での引っ越しであること
- ・新住所に住み始める30日前から住み始めた日以後10日以内の手続きであること

マイナンバーカードに記載されている氏名や住所などの情報が最新のものであること

・マイナンバーカードの署名用電子証明書および利用者証明用電子証明書が有効であること

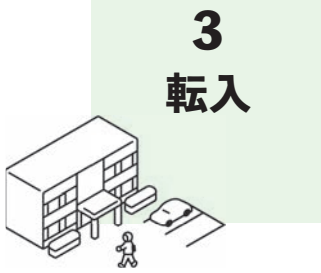
※署名用電子証明書の暗証番号（英数字6桁から16桁）、利用者証明用電子証明書（数字4桁）



マイナポータルサイトまたはアプリにアクセスして、マイナンバーカードと暗証番号を使ってログインする。



引っ越し日や新住所などの必要な情報を入力して、転出届の申請を完了する。



マイナポータル上の処理状況が「処理中」から「完了」となったら、マイナンバーカードを持って、新しい住所の市区町村窓口で転入手続きを行う。

◎注意

・マイナポータルにより転出届の申請をした後、江津市が転出届の処理を完了してから転入先市区町村の窓口で転入届などの手続きができるようになります（転入届ができるようになるまでに数日かかります）。

・夜間・休日でもマイナポータルにて転出届の入力を行うことは可能ですが、転出届の処理やお問い合わせは市役所の開庁時間中のみとなります。

※詳しくは広報1月号または市ホームページをご確認ください。

【問い合わせ】

オンライン転出申請の操作方法などに関するご質問は、フリーダイヤルにお問い合わせください。

◎マイナンバー総合フリーダイヤル
Tel 0120 (95) 0178

◎受付時間

平日 午前9時30分～午後8時
土日祝 午前9時30分～午後5時30分

証明書のコンビニ交付サービス

江津市に住民登録または本籍がある人は、マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機で住民票や戸籍などの証明書が取得できます。

コンビニ交付手数料は、市役所や支所の窓口手数料より100円安くなっています。また、一部の証明書は市役所の受付時間外に取得できます。

※年末年始やメンテナンス時は利用できません。

◎必要なもの

- ・マイナンバーカード（利用者用電子証明書が有効なもの）
- ・数字4桁の暗証番号

◎利用できる店舗

マルチコピー機が設置された全国のコンビニエンスストアなど

※詳しくは市ホームページをご確認ください。



▲市ホームページ



▲転入、転出、転居などで必要な手続きについて（市ホームページ）



▲マイナポータル

石見神楽定期公演

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。

パレットこうつ

◎日時 2月8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

◎予約・問い合わせ

江津市観光情報センター

TEL 0855(52) 0534

有福温泉 湯の町神楽殿

◎日時 2月14日(土)、21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 0855(52) 0534

石見神楽劇場 舞乃座

◎日時

2月1日(日)、15日(日)

午後4時～6時

2月13日(金)、27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・問い合わせ

席の予約専用電話

TEL 090(8065) 0002

※定期公演のほかに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 0855(52) 7494



▲ホームページ

防災行政用無線を用いた情報伝達訓練のお知らせ

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、情報伝達訓練を実施します。

この訓練は、全国瞬時警報システム「Jアラート」を用いた訓練で、江津市以外の地域でも様々な手段を用いて情報伝達訓練が行われます。

◎日時

2月6日(金) 午前11時ごろ

※日程・時間は変更になる場合があります。

(予備日 2月20日(金) 午前11時ごろ)。

◎訓練で行う放送試験

市内に設置してある「防災行政用無線戸別受信機」および「屋外拡声子局(41か所)」から、一斉に放送されます。

◎放送内容

(上りチャイム音)

「これは、Jアラートのテストです。」×3回

「こちらは、ぼうさい江津市です。」

(下りチャイム音)



■ 総務課防災係

TEL 0855(52) 7927

こども誰でも通園制度のお知らせ

こども誰でも通園制度は、0歳6か月から満3歳未満の保育園などに通っていない未就園のお子さんを対象に、月10時間の範囲内で、保護者の就労要件などを問わず、保育園などに通園できる制度です。集団生活の機会を通じてお子さんの育ちを応援します。また、保護者を対象とした子育てに関する相談や支援も受けられます。

実施概要

◎対象児童

0歳6か月から満3歳未満で「こども誰でも通園制度」の利用時点で保育園などに在籍していないお子さん

◎利用可能時間

お子さん1人当たり月10時間を上限に利用可能です。

◎利用料

国から詳細が示されたのち、決まり次第お知らせします。

◎実施施設

市の認可を受けた施設から開始します。決まり次第お知らせします。

申請から利用までの流れ

①利用者により申請

②認定後、決定通知受理

③事前面談予約

④事前面談

⑤施設の利用

※申請から利用決定までおおむね2週間程度を要しますのでご注意ください。

◎子育て支援課保育係

Tel 0855 (52) 7933

3Gサービスの終了のお知らせ

NTTドコモ3Gサービスの終了について

3月31日をもって、NTTドコモの携帯電話通信サービス「第3世代移動通信システム（3G）」のサービス提供が終了します。

3Gサービスの終了によって、利用できなくなる携帯電話の機種などにつ

いては、携帯電話事業者やお近くのショップにお問い合わせください。

問ドコモショップ江津店

Tel 0120 (540) 565

店頭来店予約専用ダイヤル

Tel 050 (3666) 7487



▲NTTドコモホームページ

行政文書の文字の見た目が一部変わります

国が進めている自治体情報システムの標準化により、全国の自治体で使用する文字（行政事務標準文字）が順次整備されています。

これに伴い、本市が発行する各種証明書、郵送物の宛名などに印字される文字の見た目（字形）が、これまでと一部変わります。（令和8年2月24日から順次変更予定）

◎影響のある主な文書

住民票の写し、各種証明書、税に関する通知書、入学通知書や予防接種案内などの郵送物 ほか

◎どのように変わるのか

「はね・はらいの向きや長さ」や部首の形などの細かな部分です。

字体は同じだが、
字形（デザイン）が変わる例

硬 → 硬

文字構成要素の大きさの違い

雷 → 雷

文字構成要素内の画の長さの違い

湾 → 湾

文字構成要素内の曲げ止めと曲げ跳ねの違い

空 → 空

文字構成要素内の画と画の接触、非接触の違い

◎なぜ文字の形が変わるのか

これまで自治体ごとに、独自の特別な文字や、同じ漢字でも細部が異なる字形が使われており、関係機関とのデータ連携で不具合が生じることがありました。そこで国は、全国で共通して使える「行政事務標準文字」を定め、文字コードや字形を統一する取り組みを進めています。

◎留意事項

- ・住民のみなさんによる新たな手続きは必要ありません。
- ・手書きの氏名や住所は、これまでどおりの表記で問題ありません。
- ・印字された文字の形が変わっても、読みや意味は変わりません。
- ・これまで外字を使用していた場合、行政事務標準文字に含まれない文字は、標準的な字形に置き換えることがあります。

詳しくはデジタル庁ホームページをご覧ください。



▲ホームページ

問政策企画課デジタル推進係

Tel 0855 (52) 7928

有害鳥獣捕獲班員の募集のお知らせ

鳥獣による農作物の被害軽減のため、有害鳥獣捕獲班員を募集します。

◎対象者

次の条件を満たしている人

①市内在住者

②狩猟免許取得者で、今年度狩猟登録を行い、かつ狩猟活動を行った人

③市からの捕獲依頼に迅速に対処できる人

◎活動期間

4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

◎活動内容

農作物などに被害を与える有害鳥獣(イノシシなど)の捕獲・自治会などが設置する捕獲檻の管理など

◎申し込み

参加希望申込書に必要事項を記載の上、農林水産課に持参して下さい。

◎応募締め切り 2月13日(金)

農林水産課農政係

TEL 0855(52) 7956

読書傾向と図書館に関するアンケート

みなさんの読書の様子と図書館への希望を調査するためにアンケートを行います。今の時点で、新たな図書館の時期などは決まっています。が、江津市における今後の読書推進と江津市図書館整備の参考としますのでご協力お願いします。

◎アンケートの概要

・読書傾向について

・図書館にとって大切なサービス

・図書館にとって大切な施設 など

◎アンケート受付期間

1月30日(金)～2月28日(土)

◎アンケートの回答方法

・次の二次元コードを読み取って入力する。(推奨)



▲アンケート

・ホームページにある様式をダウンロードして記入

・各地域コミュニティ交流センターに備えている様式に記入

◎提出先

教育委員会社会教育課、桜江支所、

各地域コミュニティ交流センター

農社会教育課社会教育係

TEL 0855(52) 7496

FAX 0855(52) 4369

令和8年度の国民健康保険料を決める所得申告

令和8年度国民健康保険料の算定資料として、令和7年中の所得申告が必要な可能性のある人に申告のご案内を送付しましたので、期限までに申告をお願いします。

◎申告しなければならない人

江津市国民健康保険加入世帯の世帯主・加入者で次の①～④いずれかに該当する人

①所得税の確定申告、市民税・県民税・森林環境税の申告をしない人

②土地・建物の売却、公共事業などで資産の収用を受けた人で所得税の確定申告の必要がない人

③収入がなかった人(保険料が軽減される場合があります。)

④非課税所得(障害年金、遺族年金収入)のある人
※申告をしないと、保険料や高額療養費の自己負担限度額が正しく計算されない場合があります。

※会社や年金機構などから源泉徴収票が発行されていて、それ以外に収入のない人は申告不要です。

◎提出期限

令和8年3月16日(月)

◎提出先

江津市保険年金課 国民健康保険係

◎住民税課税地が江津市外の人

住民税課税地が江津市外の人については、納入通知書発送後の6月下旬頃に住民税課税地に所得照会を行い、その結果に基づき保険料計算を行いますので申告書の提出は必要ありませんが、保険料に変更があった場合は改めて「更正決定通知書」を送付します。

農保険年金課国民健康保険係

TEL 0855(52) 7937

「母子父子寡婦福祉資金」 予約貸付受付中

◎対象者

令和8年4月の進学などを希望している人で次のいずれかの条件を満たす人

- ・児童を扶養する母子家庭の母または父子家庭の父
- ・20歳以上の子を扶養する寡婦
- ・父母のない児童

◎資金の種類

- ①児童の進学などを対象とする資金
- ②母子家庭の母、父子家庭の父および寡婦の知識技能習得を対象とする資金

◎申請するときの注意点

- ・貸付申請前に面接を行います。児童の進学などを対象にする資金では、児童の面接もあります。
- ・申請から貸付決定までに時間を要します。余裕をもって申請してください。

・島根県育英会など母子父子寡婦福祉資金との併給ができない奨学金があります。

・高等教育の修学支援新制度による奨学金・授業料減免などについては、貸付限度額より給付額・減免額を控除した範囲で併給が可能です。

児童の進学などを対象とする資金

◎修学資金

高校、大学、大学院、高等専門学校または専修学校の授業料、書籍代、交通費などに必要な資金

◎修業資金

就職するために必要な知識技能を習得するために必要な資金

◎就学支度資金

就学、修業するために必要な入学金や被服などの購入資金
※貸付はいずれも無利子

母子家庭の母、父子家庭の父および寡婦の知識技能習得を対象とする資金

◎技能習得資金

就職するために必要な知識技能を習得するために必要な資金

※連帯保証人を立てる場合は無利子、立てない場合は年1%

☑子育て支援課子育て支援係

Tel 0855 (52) 7487
県青少年家庭課ひとり親支援係
Tel 0852 (22) 6689

物価高対応子育て応援手当のご案内

子育て世帯を支援し、こどもたちの健やかな成長を応援する手当を国から支給しています。

令和7年9月分の児童手当を市から受給している人などには、対象児童1人あたり2万円を「プッシュ型（申請不要）」で1月下旬に振込みました。

公務員や新生児の保護者など、プッシュ型（申請不要）のお知らせが届いていない対象者は、申請が必要です。

◎対象となる児童

- ①②のいずれかに当てはまる児童
- ①令和7年9月分の児童手当支給対象となる児童
- ②令和7年10月1日から令和8年3月31日までに生まれた児童手当の支給対象児童（新生児）

◎支給対象者

対象となる児童の保護者のうち、生計を維持する程度の高い者（児童手当受給者もしくはそれに準ずる対象者）

◎支給額

対象児童1人につき、2万円（1回限り）

◎支給手続き

【申請が必要な人】

公務員、新生児の保護者など
・申請書と一緒に必要な書類を提出してください。申請内容を確認したうえで指定の口座に振り込みます。

◎申請期限 3月31日(火)

※郵送の場合、消印有効
※申請期限直前に出生された場合は、ご相談ください。

◎申請書類の取得方法

子育て支援課でお受け取りになるか、市ホームページでもダウンロードできます。

☑子育て支援課子育て支援係

Tel 0855 (52) 7487

所得の申告相談についてのお知らせ

2月9日(月)から市で行う所得の申告相談は、予約が必要です。

◎予約方法

- ・予約専用サイトで予約(24時間受付)



▲予約専用サイト

・税務課窓口で予約

江津市役所本庁舎1階税務課
午前8時30分～午後5時15分

・電話で予約

予約専用ダイヤル
TEL 0855 (52) 7919
午前8時30分～午後5時15分

受付期間は3月12日(木)までです。

予約が埋まった場合には受付を終了します。詳しくは、かわらばん1月号をご確認ください。

会場変更のお知らせ

◎3月5日(木) 黒松ふれあい交流センター
(変更後) 黒松地域コミュニティ交流センター

■税務課市民税係

TEL 0855 (52) 7931
※予約は、必ず専用電話へおかけください。

相談・検査のお知らせ

HIV相談・検査

◎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…2月10日(火)、24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。)

◎会場…浜田保健所

◎料金…無料

◎事前に予約が必要です。

◎来所された方のプライバシーは守ります。

肝炎ウイルス相談・検査

◎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…2月10日(火)、24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。)

◎会場…浜田保健所

◎料金…無料

◎事前に予約が必要です。

■浜田保健所医事・難病支援課

TEL 0855 (29) 5554

皆さんの意見を募集しています

■人権啓発センター

TEL 0855 (52) 1018

江津市人権施策推進基本方針(第一次改定)(案)

「市民一人一人が人権について深く理解し、お互いの個性や価値観を認め合い、多様性が尊重される『共生社会』の実現」を基本理念に、「人権尊重の精神」が広く認識・理解され、教育関係者・行政職員をはじめ、市内事業所などや市民一人一人に至るまで人権感覚が育成されることを目指す総合的な取組みを推進するための指針となるものです。

◎方針の閲覧場所

- ・各地域コミュニティ交流センター
- ・市ホームページ
- ・市役所本庁舎1階または桜江支所
- ・市役所分庁舎1階人権啓発センター

意見の提出について

※匿名での意見は受け付けません。

※いただいたご意見に個別の回答は行いません。検討を終えたときにとりまとめて公表します。

◎応募資格

次のいずれかの条件に該当する人

- ①市内に住所を有する人
- ②市内の事務所または事業所に勤務する人
- ③市内の学校に在学する人
- ④市に対して納税義務を有する個人および法人
- ⑤計画などに直接的な利害関係を有すると認められる人
- ⑥その他市に縁のある人

◎募集期間 2月1日(日)～3月3日(火)まで

◎提出方法

所定の意見書(閲覧場所に備え付けのもの、または、市ホームページから印刷したもの)に、住所、氏名、連絡などを明記し、次のいずれかの方法で提出



▲応募フォーム

- ①応募フォームから
- ②郵送または持参

〒695-0011 江津市江津町 947 番地2

江津市人権啓発センター人権同和啓発係

③FAX 0855 (52) 0662

④Eメール pubcome@city.gotsu.lg.jp

健康 & すくすく

毎日の食事が
あなたの将来の健康を形作る

人の体は、毎日の食事から摂る栄養素によってつくられています。どんな食べ方をするかで将来の健康が変わるかもしれません。1年後、5年後、10年後：自分がどうありたいか、健康的な食生活は、望む将来の自分への投資でもあります。

食事は1日3回、1年で約1100回。忙しい毎日でも、選び方やちょっとした工夫で健康的な食生活に近づけます。将来の自分への投資として、まずは小さな意識から始めてみませんか。その積み重ねが、体と心の健康を守ることに繋がります。

栄養成分表示を活用！

お弁当やお惣菜など、容器包装に入れられた加工食品には、エネルギーやたんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量といった重要な情報が表示されています。

【表示例】

表示単位を必ず確認し、実際に食べた量の栄養量を計算します

栄養成分表示（〇〇当たり）	
エネルギー	〇〇〇 kcal
たんぱく質	〇〇 g
脂質	〇〇 g
炭水化物	〇〇 g
食塩相当量	〇〇 g

【活用例】

〇 血圧が気になる
普段よく食べる食品の
塩分相当量を確認して
とりすぎに気をつける

脂質、食塩、砂糖を控えめに

・ 栄養成分表示を見るクセをつける

1日3回、規則正しく食べる

- ・ 朝食は起床後1時間以内に
- ・ 夕食は朝食から12時間以内、就寝2時間前までに

※夕食が遅くなる時は分食がおすすめ！

分食① 夕方に主食をとる

分食② 帰宅後低カロリーの主菜、副菜をとる

今日から始める、大人の食育

健康医療対策課健康増進係 Tel 0855 (52) 7935

体重測定は定期的に

- ・ 体重変化で食事量をチェック
- ・ 3食の食事は、朝4…昼3…夕3を目安に体重コントロール

1日2回以上

主食・主菜・副菜を組み合わせる

- ・ たんぱく質は3食均等に
- ・ 夕食は食物繊維を積極的に
- ・ 中食でもエネルギー源、たんぱく質、野菜を意識して

コンビニ・スーパーでも実践！

選び方のポイント

【組み合わせの例】



単品でも、幕の内弁当や中華丼のように主食・主菜・副菜がそろったものもあります！

続けるためのポイント

◎小さな行動から始める

「毎日体重計に乗る」など、生活に取り入れやすい小さな行動から始め、成功体験を積み重ねることで、自然と行動が続くようになります。

◎記録して見える化する

アプリや手帳への記録、写真撮影など、行動による変化を可視化すると、モチベーションが高まります。

◎ご褒美を用意する

ご褒美は、日々のがんばりの支えになります。小さな成功を祝うことは、成果を実感でき、行動を続ける楽しみや原動力にもなります。

◎仲間と一緒に取り組む

家族や友人、SNSで共有することで、励ましや見守りの関係性や程よいプレッシャーが生まれ、継続しやすい環境にもつながります。

◎完璧を求めない

今日できなくても、「また明日からがんばろう」と気持ちを切り替える柔軟さが大切です。

子育てサポート 2 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。

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(火)	午前9時30分～	のぞみ保育園	豆まき会～園行事に参加しよう!	○
5日(木)	午前10時～11時	あさり	「もぐもぐデー」メニューは、ほうとう汁です。	○
	午前9時30分～11時	さくらえ保育園	ワークショップ マクラメ編のキーホルダー作り	○
6日(金)	午前10時～11時	サポートセンター	おたのしみの日「手形足型」	○
	午前10時～11時	さくら	「さくらこども園の日」レトロな封筒作りを楽しんだあと、お抹茶を飲みましょう。	○ ※予約はあさりへ
8日(日)	午前10時～正午	サポートセンター	産前教室～育児レッスン～「妊娠中の食生活、母乳育児と授乳体験」	○
10日(火)	午前10時～11時	サポートセンター	第5回はじめてベビーの日「ベビーマッサージ&おもちゃ作り」	○
	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	○
12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」	○
13日(金)	午前10時～午後1時	サポートセンター	第5回食育講座「親子でランチクッキング」	○
17日(火)	午前10時50分～	のぞみ保育園	1・2・3歳児食事体験	○
18日(水)	午前10時～11時30分	うさぎ山	もくもく day(カラフルラトル作り)	○
19日(木)	午前9時30分～11時	さくらえ保育園	ほのぼのカフェ・半日入園	
	午前10時～午後0時30分	うさぎ山	おいしい day	○
20日(金)	午前10時～11時	サポートセンター	おたのしみの日「音楽あそび」	○
	午前10時～11時30分	うさぎ山	バランスボール	○
21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	○
24日(火)	午前11時～正午	あさり	「わくわくランチ」園の食事を楽しみましょう。	○
25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	○
	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	
26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できます。食事体験もできます。	○
	午前9時30分～11時	さくらえ保育園	おひな様づくり	○
	午前10時～正午	うさぎ山	つるカフェ&ぱくぱく day(選べるおにぎり作り)	○
27日(金)	午前10時～11時	サポートセンター	おたのしみの日「新聞あそび」	○

情報 ポケット 2月

各記号の意味

㊦日時 ㊦期間 ㊦場所 ㊦内容 ㊦対象
㊦資格 ㊦持ち物 ㊦定員 ㊦費用 ㊦締切
㊦申込方法 ㊦その他 ㊦問い合わせ先



可燃物処理場の休日開場日

㊦2月15日(日) 午前9時～正午

㊦有料

㊦事前連絡不要

㊦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

㊦2月22日(日) 午前9時～正午

㊦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

㊦有料

㊦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20日(金)午後4時まで

㊦に連絡をお願いします。

㊦島の星クリーンセンター

TEL 0855 (52) 5321

お知らせ

市民生活課からのお知らせ

ごみ出しは朝8時までに!

ごみの回収は、午前8時から始め市内を順番に回ります。

交通事情や回収の状況によって、時間が大幅に前後することがあります。回収を終えた場所へ、後から出されたごみは回収できません。ごみの取り残しがないよう、午前8時までにし

てください。

愛犬家の皆さん!

愛犬の散歩のマナーを

見直しましょう

残念なことに、犬の散歩について苦情が寄せられています。

愛犬家の皆さんはマナーを守り、近隣の人とお互いに気持ちよく過ごせるよう次の配慮をお願いします。

・散歩中は回り構わずトイレをさせないようにリードする。

・フンは持ち帰り、尿は洗い流す。

・暗い時間の散歩は反射材やLEDライトを活用する。

・首輪やリードが経年劣化してないかチェックする。

2月は省エネルギー月間です

冬は暖房の使用などによってエネルギーの消費量が多くなる季節です。

暖房が過度にならないよう気を付けるなど、毎日の暮らしの中で皆さん一人ひとりが省エネルギーを実践することも大切です。

家庭や学校、職場で、省エネを実践しましょう。

市民生活課生活環境係
TEL 0855 (52) 7936

マイナンバーカードの手続き専用の時間外窓口

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・受取・更新ができない人のために、時間外窓口を開設します。

㊦2月14日(土)、15日(日) 午前9時～午後1時

㊦市役所本庁舎1階市民生活課

㊦江津市公式LINEから事前予約

※予約なしで当日受付も可能ですが、当日は予約者優先となります。

㊦2月分の予約は2月13日(金)正午まで

㊦注意事項

各種証明書の発行、住所変更などの業務は対象外です。

住所異動届の関係で、3～4月は市民生活課窓口の混雑が予想され、お待たせする時間が長

くなります。ご都合のつく人は時間外窓口をご利用ください。

日程は市ホームページから確認できます。

市民生活課市民係
TEL 0855 (52) 7482



▲ホームページ

牛、馬、豚、ヤギ、めん羊などの飼養状況調査

県の畜産振興施策および畜産伝染病予防業務を推進するうえで、家畜の飼養頭数、農家数などを把握することを目的とした調査を実施します。

㊦牛・馬・豚・ヤギ・めん羊・その他家畜を1頭以上飼育している人

㊦報告の内容 住所、氏名、連絡先、飼育場所、2月1日現在の飼育頭数など

㊦提出先 農林水産課

㊦2月13日(金)

㊦農林水産課農政係

TEL 0855 (52) 7956

介護サービスに関するお知らせ

介護給付費通知書を送付します

介護給付費通知書は、令和7年中に介護サービスを利用した人に対して、利用した介護サービス費の明細をお知らせするも

有料広告

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



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

固定資産税（4期）の納付期限は3月2日（月）です。

のです。介護サービス事業所からの領収書と照らし合わせて確認してください。

◎発送時期 2月下旬

交通事故に遭った時はすぐに連絡を！

介護保険の第1号被保険者の人（65歳以上の人）が、交通事故など、第三者による不法行為が原因で状態が悪化した場合でも介護保険サービスを利用することができま

その場合、その介護保険サービス利用にかかった費用は、本来加害者である第三者が負担することが原則です。ので、浜田地区広域行政組合が一時的に立て替えた費用を後で加害者である第三者に請求します。

事故に遭った時は、すぐ浜田地区広域行政組合へ届け出てください。

問 浜田地区広域行政組合

介護保険課

TEL 08555 (25) 1520

NET（ネット）119
緊急通報システム説明会

江津市消防組合では、聴覚・言語に障がいがあり、音声による119番通報が困難な人を対象に、4月1日から「NET（ネット）119緊急通報シ

ステム」を導入します。

NET119は、スマートフォンや携帯電話を利用し、文字による119番通報ができるサービスで、事前登録が必要です。

◎2月24日（火）午前10時～正午

場 江津市役所2階会議室212

◎聴覚障がい・言語障がいのある人（ご家族や支援者、福祉従

事者）で登録を希望する人

◎NET（ネット）119の概要

要と利用方法、登録方法、模擬通

報などの説明

◎電話、FAX、

メールで申し込

む



▲メールを送る

（住所・氏名・電話番号またはFAX番号をお知らせください。）

◎当日参加も可能です

問 江津市消防組合通信指令課

TEL 08555 (52) 0145

FAX 08555 (52) 1525

相談

2月補聴器修理相談会

江津会場

◎市役所本庁舎1階相談室4

・3日（火）〔深野時計店〕

午前10時～正午

・3日（火）〔中国補聴器〕

午後1時30分～3時30分

・16日（月）〔東神実業〕

午後1時30分～3時

・25日（水）〔西日本補聴器〕

午後1時30分～3時

桜江会場

◎桜江総合センター和室

・5日（木）〔深野時計店〕

午前10時～正午

・10日（火）〔深野時計店〕

午前10時～11時30分

・25日（水）〔中国補聴器〕

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 08555 (52) 7934

身体・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。

◎身体障害者相談員

梶川 勇（かじかわ いさむ）

TEL 08555 (92) 0732

◎知的障害者相談員

藤井 恭一郎（ふじい やすお）

TEL 08555 (55) 1803

問 高齢者障がい者福祉課

障がい者福祉係

TEL 08555 (52) 7934

難病相談のお知らせ

一般相談

◎平日

午前8時30分～午後4時30分

◎難病、治療、生活に関する相談

（面談・電話・メール）

◎申込フォームから申し込む

就労相談

◎2月18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 08553 (24) 8510

がんケアサロン江津

◎2月21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

◎100円（お茶代）

問 世話人代表 松浦真理子

TEL 090 (8068) 7920



▲申込フォーム

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） ○その他の法律问题

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 東京都港区虎ノ門一丁目11番9号 コンシエリア虎ノ門T04
TEL. 03-3591-0082



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 ☎ 0855-26-0650

江の川ホール 《約120席》

江津市渡津町（9号線沿い） TEL (0855) 54-1004

有料広告

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。

大田会場

⑩2月7日(土)

⑫あすてらす

松江会場

⑩2月21日(土)

⑫いきいきプラザ島根

益田会場

⑩2月28日(土)

⑫益田市立市民学習センター

いずれの会場も午後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)

⑮しまね分かち合いの会・虹(桑原)

⑲090(4692)5960

労働相談会のお知らせ

「パワハラ」「突然の解雇」「残業代が支払われない」「勤務態度に問題のある社員に困っている」など、職場でのお困りごとはありませんか。

大田会場

⑩2月15日(日)

午前10時～午後3時

⑫あすてらす

⑮労働者(パートやアルバイトを含む)、事業主どちらの相談も受け付けます。

⑱無料

⑮相談員 弁護士、労働組合役員、会社経営者など

※秘密は厳守します。

⑮申込フォーム

⑩2月9日(月)



▲ホームページ

⑮島根県労働委員会事務局

⑲0852(22)5450

障がい者サロン

障がいのある人の居場所づくりや市民への障がいに関する関心、理解を深めるため、市内障害者支援施設で作られた物の提供など「食」を介してふれあう場です。

⑩3月8日(日)

⑫午前10時～正午
⑫パレットごうつ2階市民団体活動室

⑮江津市社会福祉協議会

⑲0855(52)2474

移動ナースバンク

⑩2月18日(水) 午後1時～4時
⑫ハローワーク浜田

⑮求人・求人相談、看護情報の提供

⑮島根県ナースセンター

⑲0852(27)8510

講座・研修

スキルアップセミナー

市内で就職を希望される方を対象に、コンピュータサービス技能評価試験(CS試験)表計算部門3級の取得を目指す5日間のセミナーを開催します。

⑩第1回 2月9日(月)

⑩第2回 2月10日(火)

⑩第3回 2月12日(木)

⑩第4回 2月13日(金)

⑩第5回 2月16日(月)

※各日午後1時30分～4時30分

⑫江津商工会議所2階

⑱無料

⑮申込フォーム

⑫から申し込む



▲申込フォーム

⑮江津地域雇用創造協議会

⑲0855(52)7290

島根いのちの電話 相談員養成講座

第一課程(公開講座)

⑩4月4日～6月20日の土曜日(全15回)

⑫午後1時15分～4時30分

⑫いきいきプラザ島根(松江市)

※オンライン受講も可

⑮どなたでも可

⑱1万円

⑮申込フォームから申し込む

⑩3月20日(金)



▲申込フォーム

第二課程(相談員養成講座)

⑩7月～令和9年3月までの毎週土曜日(第4土曜日は除く)

⑫いきいきプラザ島根(松江市、いわみーる(浜田市))

⑮次の要件を満たす人

・年齢が20～75歳程度

・いのちの電話の趣旨に賛同し、活動に積極的に参加できる人

・第一課程を修了した人

⑱1万円(別途一泊研修・テキスト代が必要)

⑮第一課程終了後、面接を受ける

⑮会場は受講者数によって、松江会場のみとなります。

⑮島根いのちの電話事務局

⑲0852(32)5985

再就職支援セミナー

⑩2月19日(木) 午後2時～4時

⑫いわみーる403研修室

⑮講座「就職活動の進め方」

⑮応募書類(履歴書など)の書き方」

⑮面接対策」個別相談など

⑮講師 中尾 則子

⑮キャリア・コンサルティング

⑮技能士2級、国家資格キャリア

⑮コンサルタント)

⑮就職したいがノウハウがない

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。

有限
会社

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



など、就職活動に行き詰っている人

◎先着15人

◎無料

◎事前に電話で申し込む（事前申込必要）

◎ミドル・シニア仕事センター浜田
TEL 0855（25）5111

浜田養護学校 第6回サポーター講座

◎2月28日（土） 午前10～正午
（受付：午前9時45分～）

◎場 浜田養護学校 会議室

◎内講義「本校の進路について」、
サポーター講座修了式

◎電話または申込フォームから
申し込む



▲申込フォーム

◎問 浜田養護学校

TEL 0855（28）2208

西部眼科系疾患難病患者・ 家族学習会のお知らせ

◎2月7日（土） 午後2時～4時
（受付：午後1時30分～）

◎場 いわみーる2階 会議室1

◎対 島根県西部在住眼科系難病疾患患者・家族

◎内 学習会、交流会

◎学習会について

◎テーマ…「網膜色素変性症の

症状と上手な付き合い方、最新の治療法について」

◎講師…いわみ眼科クリニック
院長 原 克典先生

◎無料

◎電話で申し込む

◎1月30日（金）

◎問 浜田保健所 医事・難病支援課
TEL 0855（29）5554

和光園ふれあい講座

食べ物で心と体はつくられる！
元気の秘訣、お伝えします

◎2月27日（金）
午後1時30分～2時45分

◎場 パレットごうつ

◎内 健康な身体を維持するために大切な「栄養」や「食事」について学び、簡単な脳トレなどを行います。

◎講師 沖田美幸（食育指導士）

◎どなたでも可

◎定 100人

◎無料



▲ホームページ

◎電話またはFAXで申し込む

◎2月25日（水）

◎問 江津市社会福祉協議会

TEL 0855（52）2474

FAX 0855（52）2308

ごうつ企業ガイドス

市内最大の就職相談会です。
企業の採用担当者によるプレゼ

ンテーション、個別ブースでの就職面談を行います。

◎2月19日（木）

◎午後1時30分～3時

◎場 地場産業振興センター3階

◎対 江津市内の事業所で就業を希望する人、U・Iターン希望者および学生

◎参加申込書をワークステーション江津に持参する、または申込フォームから申し込む



▲申込フォーム

◎参加企業 江津市内に事業所を有する企業（13社程度）

◎問 江津地域雇用創造協議会

TEL 0855（52）7290

募集

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。
ダブルワークにもお勧めです。



▲ホームページ

◎入会説明会

◎2月19日（木） 午後1時30分～

◎場 江津市シルバー人材センター

◎対 江津市にお住いの60歳以上の人
特筆記用具

◎問 江津市シルバー人材センター
TEL 0855（52）1616

令和8年度 江津市奨学生の募集

大学生、高等専門学校生、専門学校生を対象とした奨学金の貸付事業です。

◎応募資格

次の条件をすべて満たす人

① 大学、高等専門学校、専修学校の専門課程（修業年限が2年以上のもの）に入学が決定している、または在学中であること

② 人物・学業成績が良好な人

③ 学資の支払いが困難な人

④ 3年以上市内に住所のある人

◎奨学金の内容

・月額：1万8千円

・（年額21万6千円を一括支払）

・貸付期間…奨学生在在学する学校の正規の就学期間

◎応募方法

必要書類を教育委員会へ提出してください。提出方法は次の①、②のいずれかとなります。

① 在学中の学校を経由して提出

② 申請者ご本人が直接提出

◎募集人員 若干名

◎募集期間

3月2日（月）～31日（火）必着

◎問 学校教育課管理係

TEL 0855（52）7495

有料広告

江津市「かわらばん」 広報

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

お申し込み
お問い合わせ

〒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

TEL 0855-24-3480

無料
見積

骨董・古美術・貴金属 現金買取

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！

株式会社 スリーバックス

ホームページ <https://www.threebucks.net>



TEL 0855-55-0708

江津市後地町2486番地 携帯 080-2902-6136

島根公安委員許可番号 711129000307

インボイス番号 T8280001009435



イベント

つめさんぽ2026

古き良き街並みが残る江津市都野津町を舞台に新しき挑戦者たちが躍動する、歴史と革新が交差する特別な一日です。ぜひ足を運んでください！

③3月8日(日)
午前10時～午後2時

④都野津町内各会場

⑤都野津街並みの会(森元)

TEL090(4897)3371



▲Facebook



▲instagram

石見海浜公園のイベント

ノルディックウォーキング体験会
年に一度の講師を招いての体験会です。

③3月8日(日) 午前10時～正午

※少雨決行

④石見海浜公園

⑤定30人(先着)

⑥無料(ボールレンタル有り)

⑦電話で申し込む

⑧石見海浜公園予約センター

TEL0855(28)2231

アクアスイイベント情報

今季のペンギンパレードは、感染症対策と生物保護のため中止いたします。ご了承ください。

冬季限定イベント

「シロイルカトレーニング見学」
普段は見れないシロイルカの特レーニングを見てみよう！

③2月23日(月)までの土日祝

④各日 午後1時45分～

(集合：午後1時35分～45分)

⑤どなたでも

⑥小学生以上1人 300円

⑦定各日50人

⑧アクアスホーム

⑨ページからデジタル

⑩チケットを購入



▲ホームページ

⑪午後1時30分からのシロイルカパフォーマンスはご覧いただけません。

冬季限定イベント

「ペンギンのパクパクタイム」

水中で俊敏な動きを見せるペンギンたちの姿を見逃すな！

③2月の日曜日・祝日

④各日午後0時30分～(約5分)

⑤ペンギン館1階ペンギンホール(屋内プール側)

⑥どなたでも

⑦参加条件 当日入館している

⑧こと

アクア☆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！

「ミニもちつきしよう」

一口サイズのもちをついて食べよう！

③2月9日(月) 午前10時～

④1セット 300円

⑤未就学のお子さんとそのご家族

⑥先着10セット

⑦参加条件 当日入館している

⑧こと(年間パスポート可)

⑨開催当日午前9時から1階総合案内所で受付

⑩しまね海洋館アクアス

TEL0855(28)3900

⑪第23回「はがきに描こうアクアスの海」

皆さんから募集した作品を展示します。

③2月4日(水)～4月6日(月)

④3階図書コーナー横

⑤若と触れ合う

ワークシヨップ&マーケット

苔の魅力や育て方を知りながら、自分だけの小さな森を作ってみませんか？市内の苔生産者と楽しく一緒に作りましょう。

③2月28日(土)

④午前10時～午後3時

⑤ゆめタウン江津1階 みどりの広場

内これまでの取り組みの展示

苔テラリウムや苔玉づくりのワークシヨップ、苔商品の販売など

④2500円

⑤12名(先着)

⑥申込フォームから申し込む

⑦たは電話で申し込む

⑧江津苔生産者の会事務局

(農林水産課内)

TEL0855(52)7493

⑨浜田養護学校 たまも市

⑩2月14日(土)

⑪浜田養護学校高等部棟体育館

⑫高等部生徒が作った作業製品の販売会、ステージ発表、キッチンカーの出店あり

⑬無料

⑭他一般来場者の駐車場は、唐鐘西駐車場へお願いします。(台数に限りがあります)学校までの送迎バスあり。

⑮浜田養護学校高等部

TEL0855(28)2208



▲申込フォーム



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 | 虹のホールみすみ 浜田市三隅町871番地
フリーダイヤル 0120-222-532

消費生活 豆知識

Topics

電気の契約切り替えの
トラブルに注意

▲ 公表されている事例

訪問販売や電話勧誘で、事業者が「電気代が安くなる」などといった検針票を見せるように迫ったり、「マンション（アパート）全体で契約先の電力会社が当社に変更になる」などと事実と異なる説明をしたりして、電力の契約を迫るということがあります。

このフレーズの勧誘があった際は要注意！

- ①「大手電力会社の委託を受けている」と言われたら…→会社名や連絡先などの情報や訪問の目的、電力契約をどこと結ぶのかを必ず確認してください。
- ②「電気代が安くなる」と言われたら…→契約プランの内容を確認し、現在の契約と必ず比較検討してください。
- ③「このマンション（アパート）全体の契約が切り替わる」と言われたら…→管理会社などに必ず確認してください。
- ④「検針票を見せて」と言われたら…→検針票はすぐに見せない、教えない！※検針票には、契約者の個人情報だけでなく、電力契約の切り替えに必要な顧客番号や供給地点特定番号が記載されています。検針票の取り扱いには十分注意してください。



2月の無料相談

人権相談	
江津	16日(月) 9:00～12:00 市役所分庁舎1階 会議室
桜江	開催なし
行政相談	
江津	18日(水) 13:30～16:30 市役所本庁舎3階 市民相談室
桜江	11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	13日(金)、27日(金)
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	10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)	12日(木) 13:00～15:00 市社会福祉協議会 ※要予約
一般相談(江津)	27日(金) 9:00～12:00 市社会福祉協議会 ※要予約
一般相談(桜江)	17日(火) 13:30～15:45 桜江総合センター ※要予約
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

2月の断酒会

江津保健センター	
開催日	5日、12日、26日(いずれも木)
時間	19:00～20:00
桜江保健センター	
開催日	19日(木)
時間	19:00～20:00

間 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

(12月末現在・江津警察署)

	年別	件数	死者	傷者
市内	R7年	23	0	26
	前年比	-1	0	-2
県内	R7年	688	17	766
	前年比	-4	8	-15

火災・救急・救助の件数

(12月末現在・江津消防署管内)

種別	火災	救助	救急
月の件数	2	1	127
年間合計	16	9	1521

人の動き

(12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	20,816人(-52)
男	9,805人(-39)
女	11,011人(-13)
世帯数	10,824世帯(-40)
赤ちゃんの誕生	
男の子	8人
女の子	3人

ありがとうございます

(12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
▽嘉久志・横川眞紀子さん(故利喜さん)▽
嘉久志・佐々木啓隆さん(故千代子さん)▽
桜江・田中秀子さん(故政一さん)▽浅利・
高畑敏典さん(故二子エさん)▽黒松・森畑
省子さん(故正人さん)▽桜江・坂越淳則さん
(故るりえさん)▽桜江(二宮)・山本節
雄さん(故盆子原一さん)▽嘉久志・光田恵
子さん(故真次さん)▽後地・嘉戸秀樹さん
(故芳郎さん)▽渡津・砂田要さん(故ユキ
ノさん)▽桜江・坂根絵美さん(故慎吾さん)
▽二宮・佐々木文子さん(故廣富美さん)▽
横浜市(都野津)・崎浦康男さん(故節子さん)
▽跡市・横川太一さん(故文則さん)▽
都治・宇野令子さん(故正昭さん)▽広島市
(桜江)・船津富夫さん(故恵子さん)▽桜
江・岩崎勝幸さん(故久廣さん)▽嘉久志・
三浦淑弘さん(故真司さん)
一般寄付
▽浜田市・NAF竹田屋の欽ちゃん焼きさん
※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

美肌のプロが、お客様の「こうなりたい」に寄り添い
“二人三脚”で綺麗を目指します。

ドクターリセラ 直営サロン

江津店 島根県江津市和木町508-1

TEL 0855-52-7211

【営業時間】10:30-18:00【定休日】毎週火曜日/祝日/
第2、3日曜日

浜田・出雲市にも店舗展開中

Dr recella
メディカルエステ

誠心誠意をモットーに

管 理	土 地	建 物
アパート	貸 家	墓 地
		仲介・売買

不動産のコンサルタント 知事免許(15)第112号

立川不動産 江津市嘉久志町イ1298-1
(ゆめタウン 200m西)

http://ww51.tiki.ne.jp/~tatsukawa/

☎(0855)52-2379 FAX(0855)52-2643

心あたたまるクリスマスのひととき

12月14日、江津市総合市民センターで「おやこキラキラコンサート」が開催されました。親子連れやスタッフ、ボランティアなど約550人が参加しました。受付ではサンタさんがお出迎え。たくさんのサンタに子どもたちは笑顔になりました。

オープニングでは石見智翠館高校吹奏楽部がクリスマスハッピーメドレーなどを演奏。また、さくらこども園の園児、保護者、先生と卒園児の小中学生43名がダンスを披露。他にも、絵本の読みかたりや音楽遊びなどがあり、参加者は親子で楽しむことができました。



アウトドア×ITで拓く

12月19日、江津市は株式会社スノーピークビジネスソリューションズと連携協定を締結しました。この協定は、アウトドアやIT技術を取り入れた公共空間の活用を進め、地域が主体となって交流や学びを深め、活性化につなげることを目的としています。

市役所4階にある展望広場には、アウトドアの魅力を活かした「キャンプングオフィス空間」を展開しています。自然を感じながらリラックスして対話や創造的な仕事ができる空間となっています。3月末まで設置をしていますので、これまでどおり、休憩や打ち合わせ、食事などご利用ください。



最後まで走りぬく。

12月23日に江津市役所で第105回全国高等学校ラグビーフットボール大会の市民壮行会が開催され、市長から熱い激励の言葉が贈られました。石見智翠館高校男子ラグビー部主将の中尾楨之介さんは参加者に向けて、「花園で戦えるのは地域の皆さんのご支援があってこそ。そのことを胸に刻み、全力でプレーしたい」と力強く決意を述べました。

迎えた12月27日の初戦では、早稲田実業（東京第2）と対戦し、14対39で敗れました。結果は惜敗となりましたが、選手たちは最後まであきらめることなく全力で戦い抜きました。



笑顔広がる年末のもちつき

12月30日、谷住郷地域コミュニティ交流センターで、もちつきが行われました。まちづくり協議会、婦人会、清和会など地域で協力し、初めて開催しました。餅をつく豪快な音を合図に会場は活気に包まれました。慣れない手つきで一生懸命杵を振る子どもたちを地域の人が支える光景が見られました。つきたての餅はあんこやきな粉などでふるまわれ、口にした人からは笑顔がこぼれました。清和会の永井会長は「もちつきは普段することがないので、地域の行事として続けていきたい」と話しました。





1人分の野菜使用量: 75g エネルギー: 193kcal 塩分: 0.9g



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。

ブロッコリーのホットサラダ

材料 (2人分)

- ・冷凍ブロッコリー 150 g
- ・冷凍ポテト 80 g
- ・カットベーコン 30 g
- ・コンソメ (顆粒) 小さじ 1/2
- ・マヨネーズ 大さじ 1
- ・粒マスタード 大さじ 1/2
- ・塩こしょう 少々

レシピ公開中 /

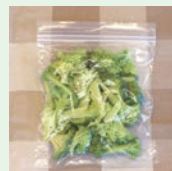


作り方 ⌚ 調理時間 約8分

- 1 フライパンに冷凍ブロッコリー、冷凍ポテト、ベーコン、コンソメ、水 100ml を入れ、ふたをして蒸し焼きにする。
- 2 ボウルにマヨネーズ、粒マスタードを混ぜておく。
- 3 ブロッコリーに火が通ったら、2を加えて全体に絡め、塩こしょうで味を整える。

ブロッコリーの冷凍方法

保存期間の目安
約 2 週間



- ① ブロッコリーを洗い、小房に切り分ける。茎は固い皮を取り除き、食べやすい大きさに切る。
- ② キッチンペーパーで水気をふき取る。
- ③ 冷凍用保存袋に入れて空気を抜き、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

雑誌の付録他もらっちゃおう!抽選会

応募期間 2月1日(日) ~ 27日(金)

毎年好評の雑誌の付録(その他)提供企画、今年度も抽選方式で実施します。他ではなかなか入手できない付録などをゲットできるチャンスです!たくさんのご参加お待ちしております。

◎当選番号の発表と受け取り期間

3月4日(水)から館内掲示、SNS、ホームページにて番号を告知します。

※この期間に受け取りに來られなかった場合は、当選が無効となります。

◎注意事項

- ・参加できるのは当館の利用登録者のみです。
- ・1人で最大3点までの賞品に応募できますが、当選は一つまでです。
- ・同じ賞品に複数応募された場合は、抽選券を一枚に絞らせていただきます。
- ・抽選券の控えが引換券となりますので、当選発表まで紛失しないように保管してください。



📖 今月の休館日

◎毎週火曜日

◎月末休館日 2月28日(土)

おしゃべりOKデー
今月は
1日(日)

※休館中や早朝、深夜の返却には返却ボックスをご利用ください。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。

「令和7年度 江津市人権啓発作品展」入選者

昨年12月4日(木)～10日(水)に江津市人権啓発作品展が開催されました。

市内小中学校の児童生徒の皆さんから、ポスターの部、メッセージの部、標語の部、作文の部の4部門に580点の応募がありました。各学校での審査を経て124点が市・県・松江地方法務局浜田支局へ出品され、市の審査で選ばれた優秀賞48点をゆめタウン江津で展示しました(標語の部は、浜田人権擁護委員協議会の審査で入賞した作品を展示)。

優秀賞の作品につきましては、人権啓発カレンダーなどでの人権啓発活動に活用させていただきます。ご協力いただきました各学校および児童生徒のみなさまに心よりお礼申し上げます。



▲渡津小2年 松村 紗那さんの作品

人権啓発作品優秀賞の皆さん (順不同)

◎ポスターの部

山藤 大樹 さん(渡津小1年)	山生 哲平 さん(渡津小1年)	小林 萌菜 さん(渡津小2年)
佐々木 晴暉 さん(渡津小2年)	松村 紗那 さん(渡津小2年)	齊藤 羽仁衣 さん(高角小4年)
河野 奈緒 さん(青陵中1年)	立川 和夏 さん(青陵中1年)	高橋 詩希 さん(江津中2年)
中村 百伽 さん(江津中3年)		

◎メッセージの部

飛田 心菜 さん(桜江小1年)	石山 侑芽 さん(高角小2年)	尾前 凜 さん(高角小2年)
西谷 希望 さん(高角小2年)	湊 一花 さん(高角小2年)	石原 惇滉 さん(江津東小3年)
道端 大馬 さん(川波小3年)	金山 実愛 さん(高角小3年)	高木 咲希 さん(高角小3年)
山本 誠一郎 さん(桜江小3年)	松浦 真道 さん(渡津小4年)	大西 藍音 さん(川波小4年)
中村 咲巴 さん(川波小4年)	齊藤 羽仁衣 さん(高角小4年)	坂根 杏実 さん(桜江小4年)

◎標語の部

清田 朔 さん(郷田小5年)	高畑 旭陽 さん(渡津小5年)	湊 柚葉 さん(川波小5年)
渡里 みのり さん(川波小5年)	荒木 貴登 さん(津宮小5年)	山藤 航希 さん(津宮小5年)
山本 七澄菜 さん(津宮小5年)	横田 栞歩 さん(津宮小5年)	青木 絆愛 さん(高角小5年)
永通 悠莉 さん(高角小5年)	安田 奏楽 さん(高角小5年)	小田原 玲奈 さん(桜江小5年)
佐々木 陽葵 さん(郷田小6年)	右田 結愛羽 さん(郷田小6年)	焼杉 康生 さん(渡津小6年)
大場 心乃華 さん(江津東小6年)	高木 優希 さん(江津東小6年)	左山 偲 さん(川波小6年)
今田 仁 さん(桜江小6年)	臼井 小弥 さん(桜江小6年)	古川 優羽 さん(桜江小6年)

◎作文の部

坂根 泰裕 さん(桜江中2年)	横田 結万 さん(青陵中3年)
-----------------	-----------------



ごうつカレンダー 2月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1 ●中 第44回江津市小学生バドミントン大会 ●総 廣津留すみれトーク&コンサート ◆石見神楽定期公演 (7)	2	3 ●中 総 図 休館日	4	5 ●保 断酒会 (19) ●サ 定休日 ●子 休館日	6 ◆防災行政用無線を用いた情報伝達訓練 (8)	7
8 ●ハ 石見神楽定期公演 (7) ●総 P T N A ピアノステップ	9 ◆スキルアップセミナー (16)	10 ●中 総 図 休館日 ◆スキルアップセミナー (16) ◆献血	11 建国記念日 ●サ 行政相談 (19) ●中 第28回人麻呂カップバレーボール大会 ●子 休館日	12 ●保 断酒会 (19) ●サ 定休日 ●子 休館日 ●社 法律相談 (19) ◆スキルアップセミナー (16)	13 ◆石見神楽定期公演 (7) ◆スキルアップセミナー (16)	14 ●役 マイナバー時間外窓口 (14) ●中 第37回石見地区中学1・2年強化卓球大会 ◆石見神楽定期公演 (7)
15 しまね家庭の日 ●役 マイナバー時間外窓口 (14) ●土 休日開場日 (14) ●中 第40回江津市民室内テニス大会 ◆石見神楽定期公演 (7)	16 ●分 人権相談 (19) ◆スキルアップセミナー (16)	17 ●サ 一般相談 (19) ●中 総 図 休館日	18 ●役 行政相談 (19)	19 ごうつ食育の日 ●保 断酒会 (19) ●サ 定休日 ●子 休館日 ●し ごうつ企業ガイダンス (17)	20	21 ●保 がんケアサロンごうつ (15) ◆石見神楽定期公演 (7)
22 ●土 休日開場日 (14) ●中 第17回島根県ソフトバレーボール選手権 (フリー)大会	23 天皇誕生日 ●総 アマチュアミュージックフェスティバル ゴウツ ●分 人権相談 (17) ●子 休館日	24 ●中 総 図 休館日	25	26 ●保 断酒会 (19) ●サ 定休日 ●子 休館日	27 ●社 一般相談 (17) ◆石見神楽定期公演 (7)	28 ●図 休館日

◎衆議院議員選挙の投票日程に伴い、イベントなどの日程が変更となる場合があります。

献血日程

日にち	時間	場所
2月10日 (火)	午前9時～10時30分	木村窯業所 (都野津町)
	午後3時～4時30分	ポリテクカレッジ島根 (二宮町神主)

◎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 ●エ エコグリーンセンター ●保 江津保健センター ●サ 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 ●図 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。



Haynam's Family

本市は、一般財団法人自治体国際化協会の助成を受けて、保育園留学を活用した「子育て中の外国人ファミリー受け入れ」に関する実証事業を実施しました。本事業に、アメリカ・ワイオミング州から Haynam（ヘイナム）さん一家が参加し、2週間にわたり本市に滞在されました。

保育園留学とは、子どもは現地の保育園に通い、親はリモートワークなどの仕事をしながら、地域での暮らしを体験するプログラムのことです

Interview

Q 江津市を選んだ理由は何ですか？

A 12月はクリスマス休暇で夏よりも長く家族と過ごすことができる特別な時期です。その時間を使って日常生活や文化、コミュニティを体験できる有意義な場所で過ごしたいと考えていて、江津市はそれができる場所と感じたからです。

Q 実際に江津に来た感想を教えてください。

A 想像以上に良かったです！来る前からワクワクしていましたが、江津の人たちの温かさに触れ、短い間でしたが旅行気分ではなく、私たちの居場所と感じさせてくれるまちでした。

Q 2週間子どもたちをあさりこども園に通わせてみた感想は？

A 最初は新しい言葉、習慣、環境に預けることに少し不安でした。でも先生たちがとても親切に接してくれ、在園児も私たちを受け入れてくれたおかげで、子どもたちは安心して楽しく過ごせたと思います。子どもたちを安心して預けることが出来たので、島根県内を観光することもできました。あさりこども園には感謝をしています。

Q また江津に来ていただけますか。

A もちろんです。ぜひまた来たいと思っています。江津市は家族にとって特別で、いつか子どもたちが「私たちはここに住んでいたよ」と言ってくれるようになることを願っています。

編集部だより

新年早々、血圧と体重を測ってみたら、見たこともない数字が飛び出してきて思わず二度見しました。どうやらお正月のごちそうたちが原因のようです。今月号12ページの「今日から始める、大人の食育」を参考に立て直しに挑戦です。(采)

今年も「はたちの集い」を写真でお届けしました。はたちの子たちを見て自分の時はどうだったかと思い、当時の写真を探し、何とか見つけた写真には今よりも細い自分が写っていました。今年は食事に気を使い、運動を生活に取り入れてみようと思います。(海)

江津市行政情報番組
「GO ▶ GOTSU
かわらばん調査隊」

【放送日】
2月6日(金)
午後5時30分～

放送：石見ケーブルビジョン

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。