

かわらばん 9

江津の“今”と“未来”を伝える広報紙 2018 VOL.801

特集 明日への一歩

平成30年7月豪雨 —被災記録、復興—

7月10日、被災後すぐに現地へ駆けつけた石見智翠館高校の生徒たち。
照りつける太陽の下、災害ボランティアとして濡れた家具や泥などを片付けました。

明日への一歩



川越地域コミュニティ交流センターの体育館まで水位が上がった（写真上）、
7月7日夜が明けると渡田地区は多くの家屋が浸水被害を受けた（写真下）

証言

あのととき
何が起きていたのか――

「音もしないでジワッと
水が上がってきた」

8月号の表紙は、桜江町小田から救助用のボートに乗り、避難所である桜江中学校へ向かう様子の写真です。

写っていたうちの一人、高山茂さん。床上浸水により孤立した住宅から、高齢の母親と親子ともに避難しました。

6日の夜、高山さんは防災情報で江の川の水量がかなり増していることを知りました。不安になり外を見て、夜になり暗かったため状況がわからなかったそうです。

知り合いの消防団員に電話したところ、増水により江の川水系の八戸川もバックウォーター現象（江の川の本流が増水により上昇し、支流の水がせき止められる形になること）が発生する可能性が高いと聞きました。「水が来る前に、まずは車を高台に上げておく」と、車を移動させたのが7日午前1時頃。自宅に戻るときには、すでに水が膝まで上昇していました。

戻ってすぐに、足腰が弱くなっている86歳の母親を2階へ避難させると同時に、1階は水に飲まれてしまいました。濡れてブレーカーが落ち、自宅は停電。真っ暗の中、高山さん親子は

2階で過ごすことに……。眠れなかった」と当時を思い返します。

空が白みはじめるまで待ち、再び消防団と連絡を取ってみると、高山さんの住む桜江町小田は道路が冠水し、地域が孤立していることが判明しました。消防団で、避難所である桜江中学校にボートを使って人を避難させていることを知り、高山さんも母親とともに救助を頼みました。階段に横付けしてもらい、着の身着のままボートに乗り込み、避難所へ向かいます。なかなか水が引かず、8日まで避難所で過ごしました。

「水害を経験するのは、生まれてから3回目。今までで一番増水が早く、引くまでが長かった」

想定外の浸水の速度に、車以外はほとんど避難させることができませんでした。高山さんは「早めに避難することが今回の教訓」と語りました。



8月号の表紙写真。高山さんは右から2番目の男性。

災害ドキュメント

7月5日	21:50	災害対応事前体制を設置
7月6日	17:00	全地区で災害対策地区班を設置 (避難所を開設)
	19:30	災害対策本部設置
	20:15	避難準備・高齢者等避難開始を発令 【対象】桜江町川戸・谷住郷・川越
	20:45	避難勧告を発令 【対象】桜江町川戸・谷住郷・川越
	20:50	江の川下流で氾濫危険情報発表
	21:45	避難準備・高齢者等避難開始を発令 【対象】松川町、川平町、金田町、 渡津町、江津町
	22:15	避難勧告を発令 【対象】松川町、川平町、金田町、 渡津町、江津町
7月7日	01:30	避難指示を発令 【対象】桜江町川戸・谷住郷・川越
	01:40	浜原ダム最大放流量 【最大放流量】毎秒 7260 トン
	02:10	避難指示を発令 【対象】松川町、川平町、金田町、 渡津町、江津町
	09:27	避難者数が最大人数を記録 (331人)
	09:35	国道 261 号 (松川町太田・川本 間)の全面通行止め
7月8日	08:00	避難指示を解除
7月9日	05:00	国道 261 号の全面通行止めを解除
7月11日		災害ボランティアセンター開設
7月13日	15:00	全避難所を解散
	18:00	川越地区の断水を解消 災害対策本部解散
7月25日		災害ボランティアセンター閉鎖
7月27日		激甚災害指定を受ける

被害の状況

(8月13日時点)

人的被害	死者・行方不明者なし
避難所	開設避難所最大 33 箇所
避難者	最大 331 人
住宅被害	床上浸水 164 棟 (全壊 47、大規模半壊 39、半壊 78) 床下浸水 49 棟
道路の被害	86 箇所
河川の被害	19 箇所
農地の冠水被害	18 地区、183.6 ㌦
農作物の被害	12.6 ㌦ (被害額 45,765 千円)
農業用施設・ 機械被害	58 件
断水	最大で 280 戸 570 人 (川越地区)

たった30分で
膝から胸まで水位が上昇

今回の水害で1番被害が大きかったのが桜江町川越地区です。299世帯のうち約3割が被災しました。昭和47年と昭和58年にも水害に見舞われた江の川流域。地域ではそのときの経験が活かされ、避難行動につながりました。桜江町の上大貫の自治会長、甲山浩司さんに被災したときの状況を聞きました。



甲山浩司さん。自宅に残った浸水の跡を見つめます。

「ダムは放流量や三次の雨の様子から、浸水被害が起きることが確かだったので、近所の人に声をかけ、車を高いところに上げました。自宅に戻り、大切なものを2階へ移動させている最中、どんどん水位が上昇してきました。ついに、腰までの高さの水が胸あたりまで来たので、母屋の2階へ午前0時頃避難しました。停電し、周囲は暗く、状況はまったく見えません。川のうなるような音を耳に、一睡もできないまま夜を過ごしました」

夕方、避難を促すときに、近所の様子を聞き、旅行に行つて不在にしている人や高齢者など近隣の状況を確認した。夕方に、避難を促すときに、近所の様子を聞き、旅行に行つて不在にしている人や高齢者など近隣の状況を確認した。孤立も物資がないという状況でした。孤立も物資がないという状況でした。孤立も物資がないという状況でした。

という甲山さん。「年配の人の多くが日中の早い段階で地区外へ避難していました。浸水した後、避難所や地区外への避難が間に合わなかった高齢者が自宅の2階で孤立しているというのを聞きました。体調も心配だったので、一時ヘリコプターでの救助要請も考えました」

地区に住む人の多くが2階へ避難し孤立状態になっていましたが、江の川の流れが速くなっていたため、救助ボートが出せませんでした。その後水が引き始め、被害の全容がわかりました。「道路が冠水し地区全体が孤立していましたが、9日朝に国道が通行可能になりました。停電に続き断水したので、炊事ができず、お店にも物資がないという状況でした。孤立状態の解消で、救援物資も届き、ごはんを地域に配ることができました」

残された汚泥や浸水した家財などの処理が始まり、人手がいるときには地元消防団や近くの人が復旧・復興を目指して助け合いました。災害ボランティアセンターが開設されると、さらにそのスピードは速まりました。

今回の災害での課題を尋ねると、「早いうちに停電してしまい、固定電話が使えなくなりました。携帯電話を持つ人と連絡を取り、周囲の避難の様子などを確認していましたが、こういったときの連絡について代替手段を考えなくてはいいけません」と甲山さん。今後、地域で改めて防災や避難について話し合い、対応に取り組んでいきたいと考えています。

江の川の 脅威



江の川出水状況

【降水量】

- ・期間 7月5日～8日
- ・桜江観測所・アメダス 158.5 ミリ
- ・江の川流域 314 ミリ
- ・尾関山（広島県三次市上流域） 370.3 ミリ

江の川上流域の広島県で大雨特別警報が発令され記録的な大雨となった。

【水位】

川平、谷住郷、川本、都賀（美郷町）、大津（邑南町）の各観測所で、氾濫危険水位を超過した。

- ・川平観測所 最大水位 14.74 ㍍
（氾濫危険水位 9.70 ㍍超）
- ・谷住郷観測所 最大水位 15.83 ㍍
（氾濫危険水位 9.20 ㍍超）

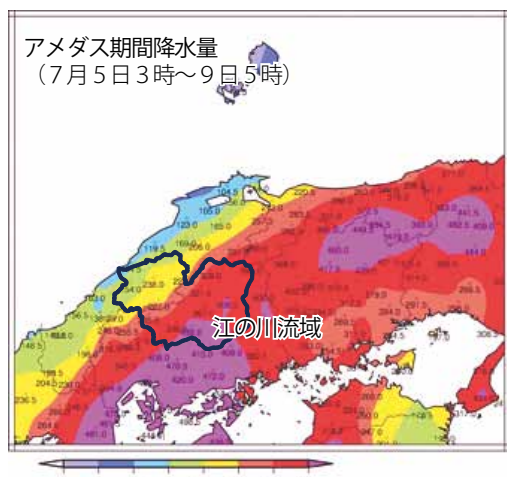
【浜原ダム】

- ・最大放流量 毎秒 7260 トン
（昭和 47 年 7 月豪雨 毎秒 9264 トン）

江の川流域図



アメダス期間降水量
（7月5日3時～9日5時）



（提供）松江地方気象台



1 ドローンによる空撮写真から、さくらえ保育園のすぐそばまで八戸川が洪水となっているのがわかる（桜江町小田） **2** 桜江支所の地下駐車場が浸水（桜江町川戸） **3** 市道岩貝線も一時冠水（渡津町） **4** 田畑に残った「どべ」の厚さは 30 ㌢以上（桜江町大貫） **5** 孤立地域から地元消防団が手助けし救助ボートで避難所へ（桜江町小田） **6** 国道 261 号鹿賀大橋に入る道も冠水した（桜江町鹿賀） **7** 7 日未明の鹿賀大橋（桜江町鹿賀） **8** 川越体育館も昭和 47 年 7 月洪水の実績浸水深にあとわずかまで水が迫った（桜江町川越） **9** ごみ集積所には地元業者や消防団、住民が災害ごみを運び入れた（桜江町川越） **10** 水が勢いよく流れ込んだためバス停横の陥没した道路（桜江町川越） **11** 被災した地域では濡れた床板や戸などを乾かす姿が見られた（桜江町大貫）
※ 1. 5. 6 は、市民からの提供写真

地域住民の支え合い・助け合いと、 たくさんさんの温かい支援

江の川の猛威が去った後、被災地には汚泥と水に濡れた家財などが残されました。記録的な猛暑の中、地域で支え合い、そして、災害ボランティアの支援を受け、復旧・復興へ向かっていきました。



↑ごみ集積所まで畳を運ぶ江津高校の生徒

渡田自治会館にて水を含み重くなった畳を外へ運び出す県消防学校の生徒たち→



**降水量が少ない中
想定外の浸水被害**

今回の水害は、昭和58年災害よりも高い水位を記録したにもかかわらず、人的被害はありませんでした。

避難時の住民同士の助け合い、そして復旧に向けた支え合いが大きな鍵となっています。渡田地区（桜江町川越）自治会長の小松隆司さんに、被災時の様子や地域の防災力について聞きました。

「6日午後7時30分頃、水位が上昇していることから、低地にある家へ避難を促したり、自治会館の畳を住民で上げたりしました。午後8時頃、放水量が尋常じゃなかったため、避難勧告も発令されていたため、地域住民へ電話で避難を呼びかけました。約15人の住民と、川越地域コミュニティ交流センターへ避難。午後9時過ぎにセンターのグラウンドが浸水し始め、急きょ2階へ移動しました」

当日、桜江町内はほとんど雨が降っておらず、住民にとつては予想外の災害でした。眠っていて気付かなかった一人暮らしの高齢者が避難していないことに、近所に住む女性が気づき、家を訪ねてともに避難するという状況もありました。

**「お互いさま」の精神で
地域で助け合い**

被災後、復旧・復興で力になったのが災害ボランティアと住民同士の支え合いです。以前の災害とは異なり、地域の高齢化が進み、なかなか住民だけでは浸水した家具の片付けや泥の掃除などが難しい状態でした。

小松さんは自治会長として、朝昼晩の食事を各戸に配るときに、ボランティアのニーズを聞いて回り、災害ボランティアセンターと住民の調整を担いました。

また、地域内では互いに被災していても、お互いさまの精神で困っていることがあったら手伝っていたそうです。

「断水で給水に行けない人がいたときに、地域の若者が自分の軽トラックで水を配って回りました。住民の生活そして命を助け合うことができたのも普段からのつながりが原動力になっていたのだと思います」



↑当時の状況を振り返る江津市社会福祉協議会の職員の皆さん（左から岩崎優子さん、黒川聡さん、川島幸雄さん）

←災害ボランティアセンター川越サテライトで、ボランティアにホワイトボードを使って支援の内容などを説明する岩崎さん（江津市社会福祉協議会提供写真）

コミュニティ組織、自治会、災害ボランティアセンターの連携で迅速に体制を整備

江津市社会福祉協議会では、災害が発生した3日後の7月10日に災害ボランティアセンターを旧川戸生涯学習センターに立ち上げ、災害ボランティアや救援物資などの受け入れ体制を整えました。

そして、被害が深刻だった川越地域への支援のため、川越地域コミュニティ交流センター（コミュニティ）に、災害ボランティアセンター川越サテライトを設置しました。

地域の各所が被災している中、災害ボランティア活動を円滑に受け入れる役割を果たしたのがコミュニティ組織と自治会です。コミュニティ組織は災害ボランティアセンターと自治会とのパイプ役を担いました。また、自治会長には地域内の状況把握に務めてもらいました。

川越地域コミュニティ交流センター・センター長の坂本勤さんは、「ボランティアが必要な場合でも、地域住民が遠慮して支援の要請をしにくい状況にありました。そこで、自治会長に地域を回ってニーズ調査をしてもらい、ニーズと災害ボランティアのマッチングの手伝いをお願いしました」と話します。

「毎朝集まり、ニーズを伝えて、訪れたボランティアの人たちを活動

場所まで誘導するのを自治会長に受け持ってもらいました。自身も被災している人がほとんどの中、大変助けていただきました」

経験とつながりが導く防災・減災、助け合い

7月10日から25日まで災害ボランティアセンターを設置している期間、ボランティアとして活動した人は延べ1347人（団体・個人参加を含む）、活動件数は308件に上ります。

すぐに多くの支援を受け入れるように動けたのも「平成25年の豪雨災害での経験が大きかった」と江

このたびの豪雨によって被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。

平成25年8月のゲリラ豪雨による甚大な被害の記憶も新しい中、またしても大雨による災害が発生しました。「災害はいつでも起こりうる」ということを改めて痛感しました。

幸いにも、床上・床下浸水合わせて200棟以上という大きな被害が発生したにもかかわらず、1人の死傷者も出なかったということにほっと胸をなでおろしたところです。

市民の皆さんの間に、平時にも常に高い防災意識を持ち、非常時には地域で助け合うという風土が醸成されていることに感銘を受けました。また、被災地域での自発的な復旧への取り組みを目にし、地域のつながりの大切さを実感したところです。

今後は長期的な視野に立って、ソフト・ハード両面からの防災体制の整備により一層尽力してまいります。

被災者の皆さんが元通りの生活に戻るには今しばらくの時間を要するものと考えます。市といたしましても復旧・復興に向け、全力で取り組んでいますので、お困りの点などは各担当課にお気軽にご相談いただければ幸いです。

江津市長 山下 修

津市社会福祉協議会・会長の黒川聡さんは語りました。
「災害ボランティアセンターを開設してまもなく石見智翠館高校、それから江津高校の生徒が支援に駆け付けたことで、元気をもらい、まちの雰囲気明るさを取り戻しました」と川越サテライトでボランティアの調整に尽力していた岩崎さんは振り返ります。

災害ボランティアだけでなく、救援物資や義援金・寄付など、たくさんの方の支援をいただきました。本当にありがとうございました。
※ご寄付いただいた義援金や寄付金については、広報11月号に掲載を予定しています。

支援制度に関する情報

被災者が1日も早く生活を取り戻すために役立つ情報や支援制度などの概要を紹介しています。

制度の対象となる人には、事前にご案内しています。

対象になるかの確認や手続きについて、詳しくはお問い合わせください。

証明書

り災証明、被災証明

◎り災証明

住家の被害の程度を証明します。事務所、店舗、倉庫、空き家などの被害の場合は、り災証明書（非居住者用）を発行します。

◎被災証明

建物以外の被災を証明します。（車両、家財、土地、建物の外構など）

農総務課行政係・防災係

TEL (52) 7927

マイナンバーカード・通知カード

被災により、流出・紛失した場合の再交付手数料を免除します。

農市民生活課市民係

TEL (52) 7482

生活再建支援など

◎被災者生活再建支援金

◎災害援護資金の貸付

◎生活福祉資金の貸付（手続きは江津市社会福祉協議会です）

農社会福祉課地域福祉係

TEL (52) 7938

税・保険料

税の減免

◎市県民税の減免

◎固定資産税の減免

農税務課

市民税係 TEL (52) 7931

固定資産税係 TEL (52) 7932

保険料の減免・軽減

◎国民健康保険料の減免

◎後期高齢者医療保険料の減免

◎一部負担金の減免

一部負担金（医療費の窓口負担分）が猶予され、該当者は後日免除されます。

農保険年金課

国民健康保険係 TEL (52) 7937

医療年金係 TEL (52) 7483

◎介護保険料の減免

◎介護保険サービス利用者負担額の減免

介護（予防）サービスの利用者負担額を全額免除します。

農健康医療対策課高齢者福祉係

TEL (52) 7480

◎障がい福祉サービス等利用者負担減免

サービスなどの利用者負担額を全額免除します。

農健康医療対策課障がい者福祉係

TEL (52) 7934

住宅

◎住宅の応急修理

農都市計画課建築指導係

TEL (52) 7490

◎市営住宅の一時使用

農都市計画課管理係

TEL (52) 7451

◎災害復興住宅融資

農住宅金融支援機構

TEL 0120 (086) 353

保育・学費など

保育料の減免

農子育て支援課保育係

TEL (52) 7933

緊急採用奨学金、減額返還・返還期限猶予、JASSO 支援金

農独立行政法人日本学生支援機構

TEL 0570 (666) 301

農林水産業

◎農地及び農業用施設災害復旧事業

農農林水産課農林土木係

TEL (52) 7956

◎農業復旧対策事業

◎災害復旧応急対策事業

◎平成30年7月豪雨農業被害対策資金の貸付

農農林水産課農業振興係

TEL (52) 7493

◎県内産木材活用被災者住宅再建助成事業

農農林水産課林業水産係

TEL (52) 7957

商工業

◎地域商業等支援事業

農商工観光課商工振興係

TEL (52) 7494

◎中小企業制度融資

農島根県中小企業課

TEL 0852 (22) 5882

◎県単設備貸与事業

農（公財）しまね産業振興財団経営課 TEL 0852 (60) 5113

（公財）しまね産業振興財団石見事務所 TEL 0855 (24) 9301

◎事業承継新事業活動支援助成金

農島根県西部県民センター商工振興課 TEL 0855 (29) 5649

島根県中小企業課

TEL 0852 (22) 5288

上下水道

水道料金の減免

農水道課業務係

TEL (52) 0555

下水道料金の減免

（生活排水処理施設使用料の減免）

農下水道課管理係

TEL (52) 7497

防災情報のチェック

／知って備える／ 防災マメ知識

避難勧告や避難指示のちがいは？

危険度 ↑ 高	避難準備・ 高齢者等避難開始	避難に時間がかかる高齢者な どは早めの避難を
	避難勧告	すみやかに避難を
	避難指示 (緊急)	災害が発生や危険がさし迫る ただちに安全な場所に避難を

警報・注意報などのちがいは？

①大雨のとき

土砂災害と浸水害の危険度によって、注意報・警報・特別警報の3段階で発表されます。

大雨注意報	災害が起こるおそれがある場合
大雨警報	重大な災害が起こるおそれがある場合
大雨特別警報	大雨が特に異常であるため、 重大な災害の起こるおそれが著しく大きい場合

②洪水のとき

中小河川は、気象台が注意報・警報の2種類で発表します。大河川は、河川管理者と気象台が共同で発表し、その予報は4段階に分けられています。

氾濫注意情報	氾濫注意水位に到達し、さらに水位の上昇が見込まれる場合
氾濫警戒情報	・避難判断水位に到達し、さらに水位の上昇が見込まれる場合 ・氾濫危険水位に到達が見込まれる場合
氾濫危険情報	氾濫危険水位を超える
氾濫発生情報	氾濫の発生

江の川ってどこから流れてくるの？

江の川本流の源流は、広島県北広島町にある阿佐山の南東斜面です。同じ阿佐山の北東斜面に降った雨は、八戸川に流れ、桜江町で江の川と合流します。

江の川には多くの支流があり、それぞれに源流があります。

また、江津市内には八戸ダムが整備されています。防災情報でよく聞く浜原ダムは、江の川上流の美郷町にあります。

八戸ダムの放流量を知りたいときは、島根県河川課ホームページで、浜原ダムの放流量は音声案内（TEL 0855-75-1901）で情報を確認できます。ごうつ防災メールや防災無線でも案内しています。

江の川の洪水の歴史は？

1番古い記録は、1233年、江の川が氾濫し、現在の川本町が分断されたというものです。

近年は、昭和47年、昭和58年に洪水被害が発生しました。昭和58年の災害では、死者2人、行方不明3人の尊い命が失われました。

【参考】

「江の川なんでも辞典」（国土交通省中国整備局）

「NHK備える防災」（NHKホームページ）

ごうつ防災メール

メールで防災情報を受け取る

携帯電話・スマートフォンなどへ、電子メールで防災情報を配信します。

気象警報、台風情報、地震・津波情報、避難情報に加え、希望により、ダム放流情報、クマ出没や不審者情報などの配信も受けられます。

登録は次のアドレスを入力するか、QRコードを読み取り、次の手順で登録してください。

bousai.gotsu-city@raiden.
ktaiwork.jp



◎登録手順

- ①アドレスに空メールを送りましょう。
- ②数十秒後に返信メールが返ってきます。
- ③返信メールを開くと「ごうつ防災メール」登録画面へのURLが表示されます。選択して登録画面にアクセスします。
- ④「登録画面操作手順」に従って操作し、登録を完了してください。

☎総務課防災係 TEL (52) 7927

防災無線

災害時に確実に情報を伝える

防災行政用無線の戸別受信機は、災害時にも安定して緊急情報を受け取ることができます。

停電時には、内蔵の乾電池に切り替わるため、停電後も引き続き情報を受信できます。

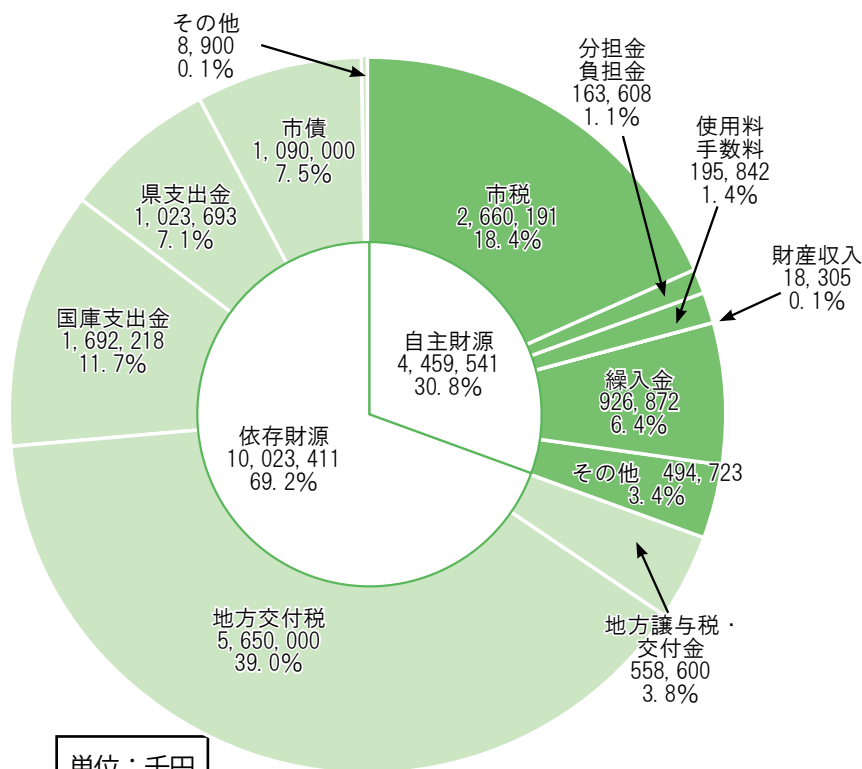
◎設置方法

総務課にお問い合わせください。加入時に分担金がかかります。※平常時には、江津市からのお知らせやお悔み情報などを朝晩に放送しています。

☎総務課防災係 TEL (52) 7927

平成30年度 江津市の 予算

一般会計歳入



単位：千円

一般会計予算（肉付け後）は

144億8295万2千円

平成30年度当初予算は、5月27日に江津市長選挙を控えていたため、「骨格予算」として編成していました。

市長選後の6月議会で、市長の施政方針を踏まえて肉付け予算を提案し、可決されました。

ここでは、肉付け後の一般会計の予算額の内訳をお知らせします。

肉付け予算とは？

本来は当初予算で1年間のすべての経費を計上します。選挙が行われる年度は義務的経費や継続事業を中心に、最低限必要な経費で予算を編成します（骨格予算）

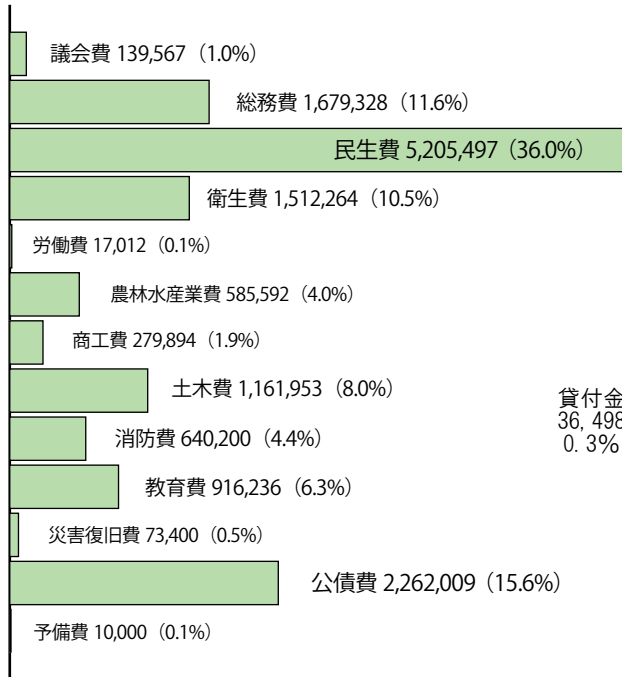
選挙後、政策的経費や新規事業などを追加することを、肉付け予算といいます。

6月補正予算 歳出の概要と補正額

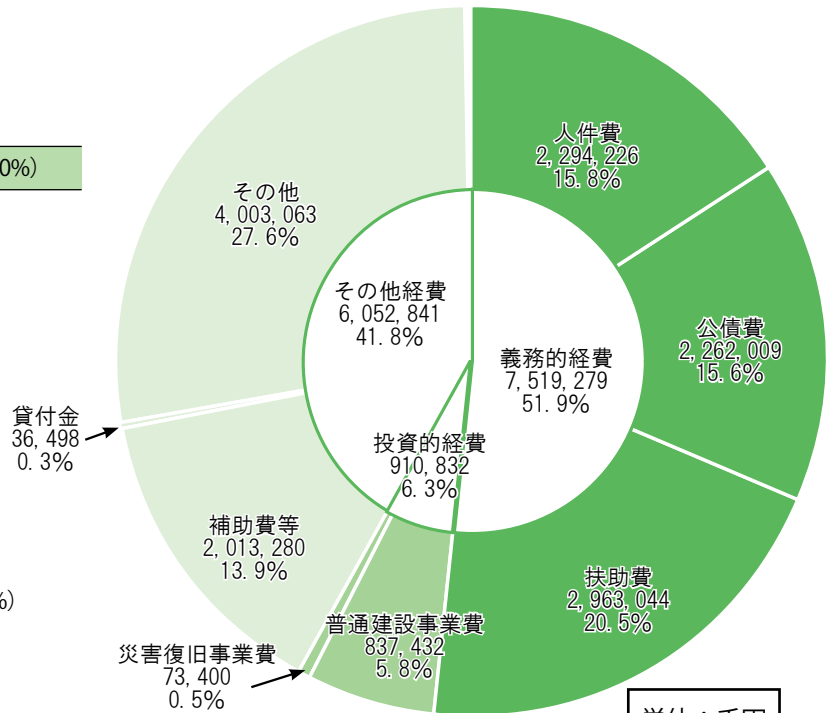
- ・公的病院支援事業補助金 100,000千円
- ・担い手育成対策事業補助金 40,995千円
- ・アユ種田生産施設整備事業費補助金 23,000千円
- ・萩・石見空港利用者補助金 10,000千円
- ・校務用コンピュータ更新（小、中学校合計） 37,693千円
- ・教育ネットワーク構築（小、中学校合計） 13,928千円
- ・渡津小屋内運動場耐震化事業 7,597千円
- ・ドリームベースボール委託料 1,600千円

一般会計歳出

目的別グラフ



性質別グラフ



単位：千円

「江津市版総合戦略」を 基本に予算編成

人口減少対策や定住対策などを中心にした予算

昨年度の6月補正後の予算額は147億7134万9千円で、同時期と比較すると2億8839万7千円（マイナス2割）の減少となっています。

【歳入】依存財源が約2億円減

歳入のうち自主財源（市が直接自主的に得られるお金）は30・8割と、昨年度からプラス0・5割とほとんど変わっていません。

依存財源（国や県から交付されるお金や市債）は100億2341万1千円。

予算総額の減少に伴い、昨年度より2億7784万8千円減少しました。

市債（市の借金は3億2840万円減少しています。「認定子ども園施設整備補助事業」が終了したことが主な要因です。

【歳出】普通建設事業費が減額

教育・子育てに重点

江津駅前の道路整備費などの市街地を整備に関する事業が1億円程度減額となっています。

江津市版総合戦略に関連する77事業に、9億2780万8千円を計上。

内訳の主なものは、

- 1 生業を増やし安定した雇用をつくる（5517万2千円）
- 2 住みたい！住み続けられる江津をつくる（9997万9千円）
- 3 子どもたちの未来を地域みんなで育む（3億3258万8千円）
- 4 自助・共助・公助による安心・安全な暮らしを実現する（4億4006万9千円）

子育て環境の充実に「保育士確保対策事業」1841万円、ふるさと回帰・地域を担う人づくりに「教育の魅力化推進事業」667万円超などの事業を計上しています。

「+10活動」で運動習慣づくり

隙間時間を活用しよう！

運動って大変？

江津市において定期的な運動習慣がある人はどれくらいだと思いますか？

若年・壮年者で3割、高齢者で約6割です。6年前の調査と比べると、若年・壮年者ともに減少しています。

また、平成28年に行われた国民・栄養調査で、1日の平均歩数は、男性で約7000歩、女性で約6000歩でした。生活習慣病を予防するには男性で9000歩、女性で8000歩が目安と言われています。これは、男女とも2000歩足りない状況です。

「でも、忙しい一日の中に、わざわざ運動をする時間を作るのって…」という人も多いと思います。そんなみなさんにおすすめが、「+10（プラステン）」活動です。

今より「10分多く」元氣にからだを動かすことで健康寿命を延ばせるのをご存知ですか？
通勤時間の10分、昼休憩時間の10分、ご近所への10分など、生活の中で隙間時間の10分を探して、運動を始めてみましょう。

運動を始める前に

「+10活動」にチャレンジ！

運動への一歩を始めるために、次のチャートを試してみてください。

いかがでしたか？

まずは、自分の一歩を踏み出し、運動にチャレンジしてみましょう。続かなくても三日坊主でも、何度もチャレンジです！

楽しく無理なく続けていける方法を見つけてみませんか？



江津の健康づくりキャラクター「ごうくん」

チェック結果ごとのアドバイス

①気づく！

からだを動かす機会や環境は、身の回りにたくさんあります。それに気づくためにも自分の生活や環境を振り返ってみましょう。

②始める！

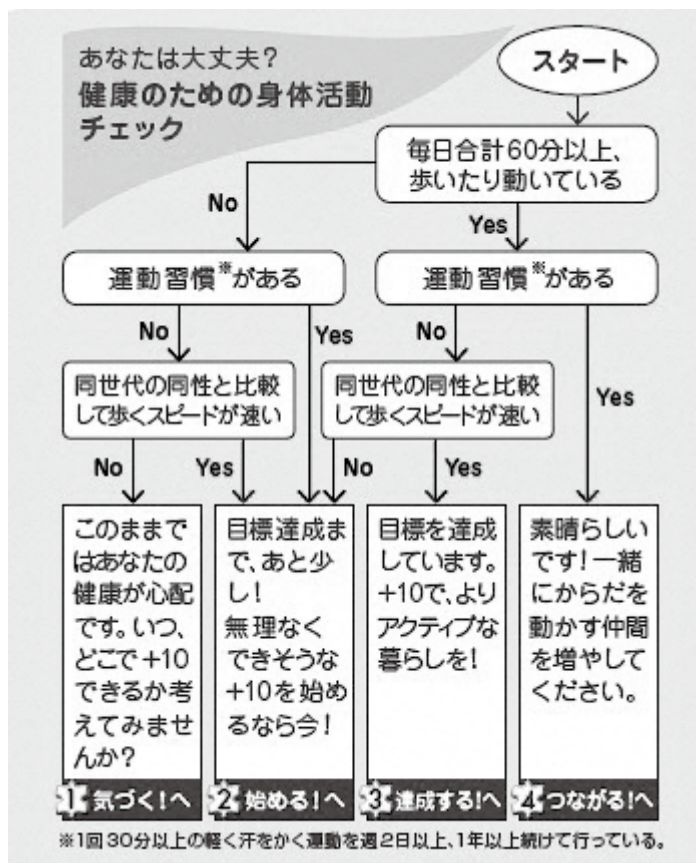
今より少しでも長く、少しでも元氣にからだを動かすことが健康への第一歩です。+10から始めましょう。

③達成する！

目標は、若年・壮年者で一日合計60分、高齢者で40分です。体力アップを目指しましょう。

④つながる！

一人でも多くの家族や仲間と+10を共有しましょう。一緒に行くと楽しさや喜びが一層増します。



(参考)健康寿命をのばそう！スマートライフプロジェクト

健康医療対策課健康増進係 TEL (52) 7935

まめネットでつながろう！ まめネットカードをお持ちですか？



まめネットとは、「まめネットカード」を持つ県民の皆さんのカルテ情報を、県内のさまざまな医療機関で共有するネットワークです。

カルテ情報を共有することで、検査や投薬の重複を避け、精神的、身体的な負担を軽減します。また、意識不明で救急搬送された場合でも病院で情報を確認することができます。

まめネットへ参加することで、迅速に適切な処置を受けることが可能となります。次のような人は、参加をおすすめします。

- ・複数の医療機関にかかっている人
- ・アレルギーを持っている人
- ・乳幼児、高齢者

◎登録・利用料 無料

◎現在の登録状況 約 45,000 人の県民が参加

◎利用できる医療機関 県内 797 の医療機関

※ステッカーが参加医療機関の目印です。詳しくは、まめネットのホームページをご確認ください。

ホームページ
はこちら→



図 NPO法人しまね医療情報ネットワーク協会
TEL 0853 (22)8058

江津「赤ちゃん登校日」開催

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、生きる勇気を育むために「赤ちゃん登校日」を開催します。

公開授業となっています。関係者のみでなく関心のある皆さんの積極的な参観をお待ちしています。

◎日時

▽事前授業

9月4日（火）

午後2時05分～3時35分

▽第1回赤ちゃんとの関わり体験授業

9月5日（水）

午前9時30分～11時10分

◎会場 津宮小学校

◎講師

元鳥取大学医学部准教授 高塚人志 氏

■問子育てサポートセンター TEL (52)0569

9月の献血

輸血が必要な人を救うためにご協力を！

◎対象

400ml 献血（全血）が可能な人（体重 50 kg以上）

日（曜日）	会場・受付時間
12日（水）	済生会江津総合病院 13：00～16：20

済生会江津総合病院 「市民公開講座」

【9月の講座】

「胃がん～予防から診断・治療まで～」

胃がんは、その発生部位や大きさ（深さ）、リンパ節転移・遠隔転移の状況により幅広い病態を示し、それぞれに応じた治療を行います。まずは胃がんにならないような予防が重要ですが、胃がんが診断されても早期に発見できれば内視鏡的切除や外科手術で十分根治が望めます。

胃がんについて、外科医の視点でわかりやすくお話します。

市民の皆さんのたくさんの参加をお待ちしております。

◎開催日 9月26日（水）

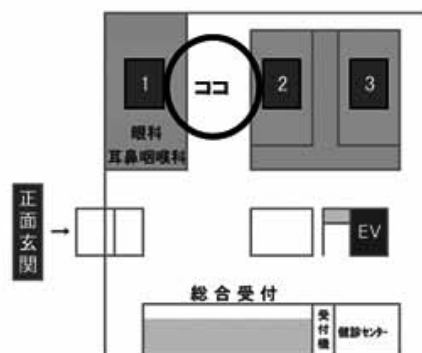
◎時間 午前10時00分～11時00分

◎場所 済生会江津総合病院 1階

※外来1ブロックと2、3ブロックの間

◎講師 済生会江津総合病院

外科医長 野村 肇



※お申し込みは不要で、受講は無料です。

■ 済生会江津総合病院総務課

TEL (54)0101

子育てサポート 9月のイベント一覧

子育てサポートセンター及び子育て支援課の実施する今月のイベントや各種の取り組みなどをお知らせします。

各イベントなどへのお申し込みやお問い合わせは下記の各施設等までお問い合わせください。

■ 子育てサポートセンター NPO法人ちやいるどりーむ TEL (52)0569
 子育て支援課子育て支援係 TEL (52)7487 谷住郷子育て支援センター TEL (92)0338
 あさり子育て支援センター TEL (55)1024 のぞみ子育て支援センター TEL (52)7888

開催日	内 容	備 考
1日(土)	㊟「子どもの食の基本」が学べる講演会 ◎時間 午前9時30分～11時00分	要予約
5日(水)	㊤乳幼児健康相談・離乳食教室・絵本の読み聞かせ ◎時間 午前9時30分～11時30分	
7日(金)	㊤おしゃべりひろば「じゃがもちくん作り」 ◎時間 午前10時～ ◎参加費 100円 ㊟おたのしみの日「食育講座②」 ◎時間 午前10時～11時	要予約(10組)
9日(日)	㊟ファミサポ交流会「3B体操」 ◎時間 午前10時～正午	要予約(締切9/8)
11日(火)	㊟さくらこども園の日「バランスボール体験」 ◎時間 午前9時30分～11時 ◎持ち物 飲み物、動きやすい服装で ㊤あそぼうクラブ(0歳・1歳児)「食事体験」 ◎時間 午前10時～ ㊟乳児健康診査 ◎時間 午後1時～ 対象 H30年4月19日～6月10日生	要予約(10組) (締切9/4 10組) 要予約(7組)
12日(水)	㊤すくすくランド「ふれあいあそび」 ◎時間 午前9時30分～11時 ◎持ち物 タオル、着替え、お茶 ㊟1歳6か月児健康診査 ◎時間 午後1時～ ◎対象 H29年2月～3月生	
13日(木)	㊤わくわく誕生会「8・9月生まれのお友達」※スクラップ作りとカレーの会食 ◎時間 午前10時～正午 ◎参加費 こども100円大人200円 ◎持ち物 お茶、スプーン、皿、写真	要予約(締切9/6)
14日(金)	㊤バースデーカフェ ◎時間 午前10時～ ◎参加費 100円 ㊟おたのしみの日「お月見飾り作り」 ◎時間 午前10時～11時 ◎持ち物 飲み物、タオル、着替え	要予約
15日(土)	㊟絵本のよみかたりの日(しまね子ども読書等推進の会江津支部) ◎時間 午前10時～11時	
19日(水)	㊤すくすくランド「お月見団子作り」 ◎時間 午前9時30分～11時 ◎持ち物 エプロン、三角巾、お茶 ㊟乳幼児健康相談・おっぱい相談 ◎時間 午前9時30分～11時30分	
20日(木)	㊤わくわくランチ ※こども園で子どもたちが食べている食事を食べます ◎時間 午前11時～正午 ◎参加費 こども150円、大人250円 ◎持ち物 お箸、スプーン、フォーク、お茶 ㊤マザーズひろば「ベビーマッサージ」 ◎時間 午前10時～ ◎持ち物 バスタオル	要予約 (締切9/13 5組) 要予約(7組)
21日(金)	㊤お月見会「とうふ団子作り」 ◎時間 午前9時30分～ ◎参加費 100円 ㊟おたのしみの日「お月見会」 ◎時間 午前10時～11時	要予約
26日(水)	㊤あそぼうクラブ(2～3歳)「食事体験」 ◎時間 午前10時～ ㊟離乳食教室 ◎時間 午前10時～11時30分 ◎対象 後期・完了期9か月～1歳6か月児	要予約(7組)
27日(木)	㊤スマイルデー「おでかけ図書館」※気に入った本は借りて帰られます ◎時間 午前9時30分～11時 ◎持ち物 お茶	
28日(金)	㊟おたのしみの日「3B体操」 ◎時間 午前10時～11時	

(注1) ㊟子育てサポートセンター ㊤のぞみ子育て支援センター ㊤谷住郷子育て支援センター ㊤あさり子育て支援センター ㊤さくらこども園

(注2) 表中に記載がない場合、予約不要・参加費などは無料
 ※ただし、本号発行後に変更される場合があります。

新1年生に「就学时健康診断」を実施します

■学校教育課学事係 TEL (52) 7495

来年4月に市内小学校に入学予定のお子さんを対象に、それぞれの就学先の小学校にて、就学时健康診断を行います。

◎対象

平成24年4月2日から平成25年4月1日生まれのお子さん

◎注意事項

当日は、保護者または代理の人が必ず付き添ってください。

健康診断の時間などの詳細は、別途保護者宛にお知らせします。就学小学校の健診日2週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。

◎各小学校の健康診断日程

【10月】

・高角小学校	10月23日(火)
・川波小学校	10月26日(金)
・津宮小学校	10月29日(月)
・渡津小学校	10月30日(火)

【11月】

・桜江小学校	11月7日(水)
・江津東小学校	11月14日(水)
・郷田小学校	11月22日(木)

健康フェスタ2018開催！

■健康医療対策課健康増進係 TEL (52) 7935

今年もさまざまな体験を通し、健康・予防について楽しみながら学べるイベントを多数準備しています。

運動体験コーナーでは、事前予約を受け付けます。ぜひこの機会に

体験してみてください！

済生会江津総合病院内と外でぜひお楽しみください！

◎日時

10月21日(日)
午前10時～午後3時

◎場所

済生会江津総合病院

◎内容

- ・運動体験コーナー「エアロビクス」
- ・講師 善田睦美先生
- ・日程

- ①午前10時30分～
- ②午前11時15分～

※1回につき30分

・定員 各回5、6人

◎参加費 無料

◎申込方法

電話にてお申し込みください。
(当日参加も可能です)

65歳以上の人は入館料が無料になります

■健康医療対策課高齢者福祉係 TEL (52) 7480

県内8つの施設で入館料が無料となります。

◎期間 9月15日(土)～21日(金)

◎対象者

年内に満65歳以上になる高齢者(昭和28年12月31日以前に生まれた人)

※県内・県外在住を問いません。

◎対象施設

- ①県立美術館(松江市)
- ②県立八雲立つ風土記の丘展示学習館(松江市)
- ③花ふれあい公園「しまね花の郷」(出雲市)
- ④県立古代出雲歴史博物館(出雲市)
- ⑤県立宍道湖自然館「ゴビウス(出雲市)」

◎手続き

健康保険証や運転免許証の提示などにより、年齢を確認させていただきます。詳しくは各施設までお問い合わせください。

◎注意事項

・9月18日(火)は、「③しまね花の郷」「④島根県立古代出雲歴史博物館」「⑥三瓶小豆原埋没林公園」以外は休館します。
・県立石見美術館では、期間終了後の9月22日(土)～24日(月)も延長して無料開放を実施します。

土砂災害特別警戒区域の指定

国土総務課防災係 Tel (52) 7927
土木建設課国県事業推進室 Tel (52) 7954

土砂災害特別警戒区域に係る 地元説明会

平成27年7月に、桜江町地域ではレッドゾーンの指定に係る基礎調査結果について地元説明会を開催しました。

このたび、レッドゾーンの指定にあたり、改めて次のとおり説明会を開催します。

- ◎日程および開催場所
- ①【谷住郷地区】
10月2日(火) 午後7時～
谷住郷地域コミュニティ交流センター
 - ②【川越地区】
10月3日(水)
※時間及び開催場所については後日お知らせします。
 - ③【川戸地区】
10月5日(金) 午後7時～
 - ④【市山地区】
10月9日(火) 午後7時～
市山地域コミュニティ交流センター
 - ⑤【長谷地区】
10月10日(水) 午後7時～
長谷生活改善センター
- 桜江総合センター3階多目的ホール
- 土砂災害特別警戒区域(レッドゾーン)とは
- 急傾斜地の崩壊などが発生した場合に、建築物に損壊が生じ、住民などの生命または身体に著しい危害があると認められる区域です。開発行為や建築物の構造などに規制が伴います。

ごうつ秋まつりの出店者・出演者を募集!

国土観光課商工振興係 Tel (52) 7494

ごうつ秋まつりの出店(展)者とステージ出演者を募集します。

◎開催日 11月18日(日)

◎場所 パレットごうつ

◎募集期間

9月17日(月)～10月8日(月)

※募集出店数になり次第締め切ります。

◎申込方法

申込書に必要事項を記入のうえ、お申し込みください。申込書は、商工観光課で請求するか、江津市のホームページからダウンロード

してください。

詳細は、9月中旬に市ホームページに公開予定です。

◎出店の申込先

①江津商工会議所、桜江町商工会の会員の場合

江津商工会議所

Tel (52) 2268

②その他江津市民や江津市民団体などの場合

江津市商工観光課

Tel (52) 7494

◎ステージ出演の申込先

JAしまね江津支店

Tel (52) 2061



↑昨年のごうつ秋まつりには、約8000人の来場者が訪れ、テント村やステージイベントを楽しみました。

精神保健家族会講演会の開催

■ 申 岡健康医療対策課障がい者福祉係 TEL (52) 7934

浜田地域精神保健家族会では、家族同士が親睦を深め、交流する中で、安心して生活ができるよう医療、保健、福祉の社会資源の充実に向けて活動しています。

今回、精神障がいのある人が、

地域で安心して暮らせるための支援について講演会を開催します。

会員以外の人の参加も大歓迎です。ぜひご参加ください。

◎日時 9月26日(水)

午後1時30分～3時10分

◎会場

浜田保健所多目的室(3階)

◎内容

・講演「親亡き後の備えを考える」
・成年後見制度 など

・講演「精神科病院のない国『イタ

リア』から見えてきた地域での暮らし」

◎申込方法 事前に電話で申し込みをしてください。

介護保険

交通事故などで

介護保険サービスを利用する
ときには届出が必要です

介護保険の被保険者は、交通事故や傷害などの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

ことができます。

ただし、その介護保険サービス利用にかかった費用は加害者が負担することが原則です。その保険給付分は、浜田地区広域行政組合が一時的に立て替えます。その後、加害者に請求することになります。

◎手続き

保険給付が、第三者による不法行為を原因とするものであるかを確認するため、第1号被保険者が交通事故や傷害など第三者による不法行為を原因として、介護保険サービスを利用する場合には届出が必要です。

該当がある場合には、浜田地区広域行政組合にご連絡ください。

■ 岡 浜田地区広域行政組合介護保険課
TEL 0855(25)1520

住宅・土地統計調査

総務省統計局では、住宅・土地統計調査を実施します。

統計調査員が調査対象世帯へ調査票の記入をお願いに伺った際には、回答をお願いします。

◎調査の目的

住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約370万世帯を対象とした大規模なものです。

調査の結果は、国や地方公共団体における「住生活基本計画」の成果

■ 岡 総務課情報統計室 TEL (52) 7928

◎回答方法

・調査票へ記入
・インターネットでの回答

指標の設定、耐震や防災を中心とした都市計画の策定、空き家対策条例の制定などに幅広く利用されます。

◎調査の基準日 10月1日

浜田圏域7024よい歯のコンクール

岡浜田保健所健康推進課 Tel 0855 (29) 5552

浜田圏域では、歯科保健に対する関心を高めるため、70歳で自分の歯を24本以上保っている人を「7024よい歯のコンクール」として表彰します。

たくさんのご応募お待ちしております。

◎募集・審査期間

9月1日(土)～10月31日(水)

◎対象者

次の①～④をすべて満たす人

- ① 浜田市、江津市在住
- ② 今年満70～79歳になる(昭和14年～23年生まれ)
- ③ 十分機能している自分の歯が24本以上ある
- ④ 歯科医院で歯科健診を受けることが可能

◎申込方法

かかりつけの歯科医院や最寄りの歯科医院(浜田江津歯科医師会会員の歯科医院に限る)へ歯科健診を申し込んでください。

※歯科健診を受けるには予約が必要です。歯科医院が浜田江津歯科医師会会員に該当するかは、受診する歯科医院または浜田保健所に

お問い合わせください。

◎費用 無料

◎表彰

審査の結果、優秀者の場合は表彰式へご案内します。優良賞には賞状を送付します。

熱中症に注意しましょう

岡健康医療対策課健康増進係 Tel (52) 7935

残暑も引き続き熱中症に注意が必要です

熱中症は、気温などの環境条件だけではなく、体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。症状が重くなると生命へ危険が及びます。

一人一人が正しい知識を持って予防を心掛けましょう。

熱中症を防ぐために

◎水分補給が予防の基本

- ・のどが渇く前に水分補給
- ・起床時、入浴前後にも水分補給
- ・アルコール飲料での水分補給は逆

効果 (尿量が増えて体内の水分を排泄してしまう)

- ・大量に汗をかいた時は、スポーツ飲料や経口補水液が効果的
- ◎暑さに負けないからだづくり
- ・しっかりと睡眠をとる
- ・日頃から適度な運動で汗をかく習慣をつける

◎みんなで気にかけて、声かけを

- ・休憩場所の確保
- ・冷たい飲料の準備
- ・お互いに体調を気にかけて、水分補給を呼び掛ける

◎暮らしの工夫

- ・暑い日は決して無理しない
- ・涼しい衣服にする
- ・日傘や帽子で日差しを避ける

熱中症と思ったら

- ・日陰や涼しい場所を選んで歩く
- ・風通しをよくする
- ・エアコンや扇風機などを利用する
- ・ブラインドやすだれ、緑のカーテンなどで日射を遮る
- ◎こんな日は特に注意!
- ・気温が高い、湿度が高い、風が弱い、急に暑くなった

◎主な症状と対処法

- ・軽い症状のとき
- めまいや立ちくらみ、大量の発汗、筋肉痛、筋肉の硬直(こむら返り)、手足のしびれ、気分不快
- ・やや重い症状のとき

頭痛、倦怠感、吐き気、嘔吐
・重い症状のとき

意識障害、言動がおかしい、ふらふらしている、まっすぐ走れない、歩けない、体温が高い、ひきつけ

◎対処法

- ・冷たい水を自分で飲んでもらう。
- ・風通しのよい日陰や涼しい場所へ避難させる。
- ・衣類をゆるめて風通しを良くし、体を冷やす。

※自力で水が飲めない、意識がない、反応がおかしい場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

石見神楽定期公演

関商工観光課商工振興係 TEL (52) 7494

毎月、市内3カ所で催される
石見神楽は必見。ぜひご来場く
ださい。

舞乃市 舞乃座

◎日時 9月16日(日) 午後5時～

◎出演団体 大都神楽団

◎料金 500円(中学生以下無料)

パレットこうつ

◎日時 9月9日(日)

(午前の部) 午前10時30分～

(午後の部) 午後1時～

◎出演団体

嘉戸神楽社中、谷住郷神楽社中

◎料金 500円(中学生以下無料)

国土交通功労者を表彰

国土木建設課施設管理係 TEL (52) 7491

7月27日、国土交通功労者中国
地方整備局長表彰(樋門操作員)・
浜田河川国道事務所長感謝状(陸
門操作員)の伝達式が江津市役
所職員会館で開催されました。

当日は、江津市副市長から表彰
状および感謝状が授与され、長年
にわたる活動に対し、労いの謝辞
がありました。

表彰された皆さん

◎樋門操作員(功労者10年表彰)

丸山伸司さん

島田秀二さん

◎陸門操作員(功労者感謝状)

山崎宏明さん



佐々木良造さん

門田順一さん

坂根芳樹さん

酒井力さん

緑のカーテン写真募集

関商工観光課生活環境係 TEL (52) 7936

今年の夏に皆さんが育てた自慢
の緑のカーテンの写真を集しま
す。応募いただいた写真はホーム
ページ掲載など、環境啓発に活用
します。

◎応募締切 9月28日(金)

◎対象者

今年、江津市内の家庭、事業所
および学校で「緑のカーテン」を
設置された個人または団体

◎応募特典

応募者全員に粗品を進呈

◎応募方法

・写真を市民生活課まで持参
・郵送またはメールなどで提出

◎問い合わせ先

・舞乃市での公演

神楽の里舞乃市

TEL 0120 (522) 235

・パレットこうつ、有福温泉での公演

江津市観光情報センター

TEL (52) 0534

◎応募先

江津市地球温暖化対策推進協
議会(市民生活課内事務局)

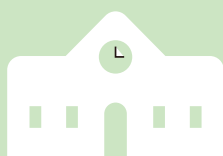
◎注意事項

・写真は原則として返却しません。

・応募に要する経費は応募者の負
担とします。

・応募作品の諸権利は江津市地球
温暖化対策推進協議会に帰属する
ものとします。

・作品について人物が一緒に写っ
ている場合は、必ず本人や保護者
などに同意を得たうえで応募く
ださい。



江津市の県立高校で 今、何が起きているのか？

読んで納得！

創造性とは何か？ (統括プロデューサー 江上尚)

『『ふるさと』とは、子供から大人になる途中で、子供ながらに全力傾注して創造的行為を行ない、それをいくつか達成した、そういう達成体験が累積した場所だから、『ふるさと』になったのだということである。』と、川喜田二郎氏は著書「創造性とは何か？」の中で書かれています。

江津を「ふるさと」だと感じるオトナの皆さんは、青春時代にどのような全力傾注をされましたか？そして創造的行為をされましたか？

まちづくりのスローガン「GO▶GOTSU!『山陰の創造力特区』へ」。これが江津市における高校魅力化プロジェクトの軸です。

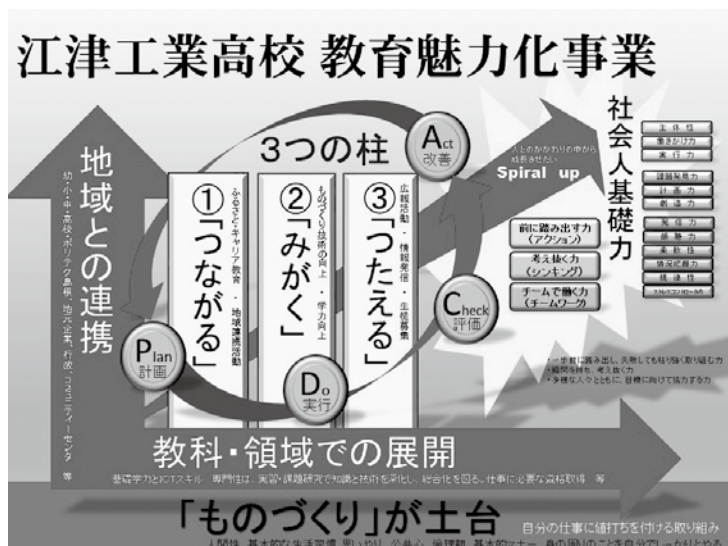
私なりの解釈では、全力傾注して創造的行為を行うには、「わくわく感」が最も大切な要素と考えます。それを考えるきっかけとして、8月31日に江津キャリア教育講演会「普通の主婦が見つけたやる気エンジンのかけ方」を開催しました。講演会の詳細は次回紹介します。

江津工業高校 教頭のレポート

江津工業高校における「教育魅力化推進事業」の取り組みは、図のように「ものづくり」の土台の上に目標となる3つの柱「つながる」「みがく」「つたえる」事業を立てています。特に、地域との連携や教科・領域の横断的な取組の中で、主体性を持ち自ら考え行動する活動を通して、生徒の社会人基礎力や自己有用感を醸成しています。

今回は、3つの柱の具体的な取り組みを紹介します。

■ 島根県立江津工業高等学校 TEL (52)2120



江津高校 教頭のレポート



「江津今昔物語 ～60年の歴史を振り返る～」生徒の取材より
有福温泉の昔(左の写真)と今(右の写真)

江津高校では、自分や社会を知るための体験学習活動を行っています。

1年生は「江津今昔物語 ～60年の歴史を振り返る～」とし、昔の写真から今の市内各地を取材しました。2年生は「私たちの手で地域をよくする～人・もの・こと・状況を～」とし、地域・社会の課題解決につながるビジネスプランを実践中です。

市内の方々に散らばった江津高校生に対し、地域の皆さんの温かい言葉と励ましがどんなに支えとなったでしょう。本当にありがとうございました。

創立60周年記念式典の翌日10月14日(日)に、江津高校体育館で開催する「きらめきフェスタ」で成果を発表します。どうぞご期待ください。

■ 島根県立江津高等学校 TEL (53)0553

※統括プロデューサーとは、「江津高校・江津工業高校魅力化統括プロデューサー」の略。今年度から、県立高校で「教育の魅力化事業」を実施しています。



まちづくり 回覧板

市内各地の地域コミュニティ組織による
特色のある取り組みをご紹介します！



波積地区
まちづくり協議会

波積サロン「はしまのぼ」

毎週月曜日の午後、波積地域コミュニティ交流センターでは地域の人が集まるサロンを開催しています。サロンでは、世間話や情報交換など住民同士がお菓子をつまみながらお茶を飲み、話に花を咲かせます。地元の野菜、地元の商店のお菓子などが並ぶ売り場もあり、「地元の野菜がお安く手に入る」と売り場目当てで来るお客さんもいます。

サロンが始まったのは昨年。高齢化が進む地域で、住民が集まる場になって楽しく過ごしてもらえれば、という思いで地元の有志がまちづくり協議会の事業として、取り組んでいます。ひとり暮らしの地域住民がいろいろな人と交流しながら、元気の確認ができる場にもなっており、好評のため今年4月からは本格的に取り組みが始まりました。

一方で、「センターから遠い人は車がないと参加しづらいのが課題です」と語るのは、サロンの仕掛け人である堂森悦子さん。花田医院波積診療所の診療日である月曜日にサロンを開催し、病院の利用者が診察後に来



やすいように工夫しています。このほかにも、サロンの開催日に合わせて保健師に出前講座をしてもらうなど、参加しやすい居場所づくりを目指します。

スタッフは、地元の人たちによるボランティアです。話をして交流できるのが楽しく、やりがいを感じてサロンで手伝いをしています。ボランティアの中には、茶道をたしなむ人もおり、サロンで点てたばかりの抹茶と茶菓子をいただくこともできます。この日は7人のスタッフと、地元住民9人が訪れました。

はしまのぼというサロンの名前の由来は、「はしま（もしくは、はすま）」という方言から来ています。「間食、おやつ」という意味で、畑仕事中に「はすまにしようや」と言って休憩するときなどに使うことばです。「地域住民の皆さんがちょっと休憩するくらいの気軽さで立ち寄れるような場にしたい」と毎週活動しています。



地元の人は自宅から持ってきた茶器でおいしいお茶を点てていました（写真左）、地元野菜を買いに診療所の職員も訪れます（写真右上）、ミラノ亭の揚げたてコロッケ・メンチカツ、サンドイッチも販売しています（写真右下）



波積地区まちづくり協議会
（波積地域コミュニティ交流センター内）
TEL (55)0001

情報ポケット

9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その他 ⑫問い合わせ先 ⑬申請先



不燃物処理場の 休日開場日

① 9月23日(日)
午前9時～正午
※一般家庭の燃やせないごみのみ
※事業系のごみは、持ち込み
不可。
② 有料
③ 金物類と有害ごみとガラス・
陶器類に分別が必要です。事前
連絡をお願いします。
④ 岡島の星クリーンセンター
TEL (52) 5321

燃やせるごみの 特別収集・休日開場日

燃やせるごみの収集日が、月
曜日・木曜日の地区で特別収集
をします。

エコクリーンセンター(可燃
物処理場)への持ち込みも可能
です。

① 9月17日(月)、24日(月)
午前9時～午後4時30分
② エコクリーンセンター
TEL (53) 5081

ダンボールコンポスト 始めませんか?

ダンボールコンポストとは、
生ごみを利用して堆肥を作り、
ごみを減量化するものです。
できた堆肥は家庭菜園などで
活用もできます。

出前講座を随時受け付けてい
ます。参加者には、ダンボールコ
ンポスト資材一式をプレゼント
しています!

環境にやさしく安価で、手軽
に取り組めます。ぜひお試しし
てください。

① 岡市民生活課生活環境係
TEL (52) 7936

お知らせ

消費者問題で悩んだら

消費者庁では、消費者保護な
どのために、消費者問題に関し
てさまざまなツールで情報発信
しています。

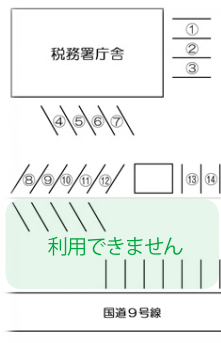
◎ ツール 消費者庁公式ツイッ
ター、フェイスブック、メールマ
ガジン「子ども安全メールf r
om 消費者庁」など

※詳しくは消費者庁ウェブサイ
トをご確認ください。

① 総務課行政係
TEL (52) 7927

浜田税務署の 駐車場変更のお知らせ

7月1日から、図のとおり駐
車区画の一部がご利用できなく
なりました。来署される際はご
注意ください。



① 浜田税務署総務課
TEL 0855 (22) 0360

相談

9月補聴器修理相談会

「福祉事務所分室」会場
(選管事務局隣り)

☆ 3日(月) [中国補聴器]
午後1時30分～4時

☆ 4日(火) [深野時計店]
午前10時～正午

☆ 10日(月) [東神実業]
午後1時30分～3時

☆ 26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
☆ 13日(木) [深野時計店]
午前10時～正午

☆ 19日(水) [中国補聴器]
午前10時～11時30分

☆ 26日(水) [西日本補聴器]
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。

① 健康医療対策課障がい者福祉係
TEL (52) 7934

ひとり親家庭の法律相談

① 9月26日(水)
午後1時30分～3時30分
(二人30分)
場いわる

※電話での申込が必要です。

① 財)島根県母子寡婦福祉連合会
TEL 0852 (32) 5920

木原司法書士事務所

司法書士・行政書士 木原 聖
(登記以外に下記など)

● 相続手続・遺産承継業務等 (預金、土地建物、その他)

【各種申立書・関連書類の作成】

・遺産分割調停(協議不調)、相続放棄、後見、失踪、遺言、
相続財産管理人、不在者財産管理人選任(不明等)ほか

● 債権回収 (制限あり) ● 企業法務 (会社登記ほか)

● 法律相談 簡裁事案など。(初回無料・要予約)

江津市都津町1891 (旧農協) ☎ 53-4191



一般・産業廃棄物収集運搬(家庭・事業所)
排水管路清掃・管路つまり通し・貯水槽清掃

有限会社 島根環境保全センター

江津市和木町1148-65 TEL.0855-52-3991
FAX.0855-52-3973

有料広告

市税などの納付は便利な口座振替をご利用ください。
お手続きは市内金融機関にてお願いします。

食事相談

◎ 9月28日(金)

午前9時～午後3時

◎ 江津市役所

◎ 糖尿病・境界型糖尿病・その他
希望する人

※事前に電話予約が必要です

◎ 健康医療対策課健康増進係

TEL (052) 79335

移動ナースバンク (就業相談会)開催

◎ 9月19日(水) 午後1時～4時

※毎月第3水曜日

◎ 済生会江津総合病院

◎ 求人・求職相談、
看護情報の提供など

◎ 島根県ナースセンター

TEL 0852 (27) 8510

オレンジカフェごうつ (認知症カフェ)開設

◎ 認知症の人とその家族、認知
症に不安のある人、誰もが気軽
に集える場です。専門スタッフ
もいます。ゆっくりコーヒーで
も飲みながら、認知症のことや
医療・介護のこと、心配事など
お気軽にご相談ください。

◎ 9月8日(土)、22日(土)

※毎月第2・第4土曜日

午後1時30分～3時30分

◎ ワークわの木江津事業所

◎ 認知症の人とその家族、専門
職などなたでも

◎ 申込不要

◎ 100円(お茶代)

◎ 青山介護支援事業所

TEL (054) 3123

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。

◎ 9月15日(土)

午前9時30分～11時30分

◎ 江津保健センター

◎ がん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
歓迎します。

◎ 申込不要

◎ 100円(お茶代)

◎ 世話人代表 松浦真理子

TEL 090 (8068) 7920

社会保険労務士による 難病患者就労相談会

「病気と付き合いながら仕事
がしたい」「病気で退職し家計
のことで悩んでいる」「会社
に勤務時間などのことで配慮し
てもらいたい」「傷病手当金の支
給を受けたい」などお悩みの人

は、お気軽にご相談ください。

◎ 9月18日(火) 午後2時～4時

◎ 浜田保健所 相談室2

◎ 無料

◎ 事前予約が必要です。希望さ
れる人はご連絡ください。

◎ 浜田保健所医事・難病支援課

TEL 0855 (29) 5549

石見法律相談センター 一斉法律相談会(無料)

弁護士による法律相談会を開
催します。お気軽にご利用くだ
さい。

◎ 9月28日(金)

午前10時～正午

午後1時～午後4時

◎ 市役所市民相談室

◎ 相談時間 1回40分以内

◎ 原則無料

◎ 3回目の継続相談から有料
(1回5000円)

◎ 相談には電話予約が必要で
す。

◎ 石見法律相談センター

TEL 0855 (22) 4514

無料調停相談所の開設

調停委員による金銭・夫婦・
親子、その他親族間でのめんど
りや、相続、土地建物、交通事故
等での争いごとに関する無料調
停相談会が開催されます。お気
軽にお出かけください。

◎ 自衛官募集

◎ 自衛官候補生

◎ 陸上・海上・航空自衛隊

採用と同時に自衛官候補生に
任命。3ヶ月間の教育訓練を修
了した後、1年9ヶ月から2年
9ヶ月を任用期間とする2等
陸・海・空士に任用されます。
◎ 18歳以上27歳未満の人

◎ 応募期間
10月1日(月)～20日(土)

◎ 採用試験
10月21日(日)

◎ 試験会場
陸上自衛隊出雲駐屯地

◎ 試験科目
筆記試験・口述試験・適正検
査・作文・身体検査

◎ 9月25日(火)
午前10時～午後3時

◎ 浜田公民館

◎ 島根県調停協会浜田支部

TEL 0855 (22) 4895

募集

自衛官募集

◎ 自衛官候補生

◎ 陸上・海上・航空自衛隊

採用と同時に自衛官候補生に
任命。3ヶ月間の教育訓練を修
了した後、1年9ヶ月から2年
9ヶ月を任用期間とする2等
陸・海・空士に任用されます。
◎ 18歳以上27歳未満の人

◎ 応募期間
10月1日(月)～20日(土)

◎ 採用試験
10月21日(日)

◎ 試験会場
陸上自衛隊出雲駐屯地

◎ 試験科目
筆記試験・口述試験・適正検
査・作文・身体検査

◎ 自衛隊島根地方協力本部

TEL 0852 (21) 0015



ふるさと文化、
福祉の向上に寄与します。

一般財団法人

いわみ文化振興会

理事長 小川 憲治

(株)第一ホーム社長

事務局 〒697-0024 浜田市黒川町108-1 (株式会社第一ホーム内)

TEL: 0855-23-1520 (呼出)

FAX: 0855-23-1330



Ziebart®

◎車のサビ止め
◎塗装表面処理(ノーワックス)
◎ルームクリーニング

ジーバート江津

江津市敬川町2306 (産業道路沿)

TEL (0855) 53-3782

空き家・空き地の
管理・売買・賃貸のことなら
お任せ下さい!

(同)三和コミッション

電話 0855-53-0711

FAX 0855-53-0842

有
料
広
告

しまねWebモニター募集

島根県では、県民の皆さんのご意見を今後の県政に生かしていくため、「しまねWebモニター」を募集しています。

④年に10回程度、県政の課題などから選定したテーマに関するアンケートにパソコンなどで回答
⑤県内在住の満15歳以上で、インターネットを使ってメールにより日本語で回答できる人

◎応募方法

県のホームページから応募してください。随時、募集を受け付けています。

⑥年間の回答数に応じて記念品をお贈りします。

⑦島根県県民対話室

TEL0852(22)6501

江津市シルバー人材センター会員募集

あなたの豊かな知識と経験を社会のために生かしませんか。

◎業務内容 屋内・屋外清掃、窓ふきや水まわりの掃除、家庭の定期的なごみ出し、障子の貼り替え、草刈りやせん定

◎入会条件 市内在住の60歳以上の健康で、働く意欲のある人
入会説明会

⑧9月20日(木) 午後1時30分

⑨江津市シルバー人材センター

⑩筆記用具持参

※空き家やお墓の掃除も行っています。ご相談ください！

⑪江津市シルバー人材センター

TEL(52)1616

2018愛の救済衣料 家庭に眠っている衣類を 海外支援に活かそう

家庭のタンスなどに眠っている衣類を、アジア・アフリカの人たちに送るキャンペーンを実施します。

⑫9月29日(土)、30日(日)

午前10時～午後5時

⑬(株)キヌヤ二宮店

⑭衣料品の海外輸送費に充てるため、チャリティ募金も受け付けます。

受け入れできるもの

・新品(下着や靴下、シャツなど)
・洗濯済みでシミ・傷のないもの
(ズボン、Tシャツ、セーター、ジャンパー、毛布など)

受け入れできないもの

スーツのジャケット、プレザージャケット、スカート、ワンピース、和服、ベビー服、布団、小物類(ネクタイ、ベルト、帽子、手袋、マフラー)、衣類以外のもの(靴、かばん、文具、雑貨など)

⑮日本救済衣料センター

TEL06(6271)4021

石見海浜公園 ノルディックウォーキング

有酸素運動として人気のウォーキングにエクササイズを取り入れたフィンランド発祥の新しいスポーツです。ポールと呼ばれるスキーストックに似た棒を使ってウォーキングするだけでとても気軽にできます。

⑯9月16日(日) 午前10時～正午

⑰集合場所 石見海浜公園予約センター

⑱無料(別途ボールレンタル代500円必要)

⑲申込 事前予約または当日参加可

⑳石見海浜公園予約センター

TEL0855(28)2231

講座・研修

少年の主張江津市大会

江津市青少年健全育成協議会・江津市中学校長会が主催する「少年の主張江津市大会」が開催されます。

市内4つの中学校の代表が、家庭、学校、地域でのかかわりの中で、日頃考えていることや体験を発表します。皆さんの応援と応援をお待ちしています。

⑳9月14日(金)

午後1時30分～4時

㉑青陵中学校体育館
㉒社会教育課社会教育係

TEL(52)7496

島根県子ども・若者支援 講演会

変化する社会に生きるさまざまな青少年の支援について、教育社会学的な調査の結果から一緒に考えてみませんか。

㉓9月19日(水) 午後2時～4時

(午後1時30分開場)

㉔パレットことう2階ホール

㉕150人

◎内容

・演題「青少年問題の変質と教育的な支援の必要性」

・講師 古賀正義氏(中央大学文学部教授)

◎申込方法 電話またはFAXでお申し込みください。申込用紙は社会教育課にあります。

㉖島根県健康福祉部青少年家庭課

TEL0852(22)6524

Fax0852(22)6045

島根県消費者リーダー 育成講座

地域で活躍する消費者リーダーの育成のために、入門編の講座を開催します。消費生活に関する知識を深めるために、あなたも学んでみませんか。

あなたも学んでみませんか。

各病院の処方せんを受け付けます！ 各種クレジットが手数料なしでOK！！

くすりのファミリア 浜田駅薬局

■営業時間 月～金 午前8:30～午後6:00
定休日:土曜日、日曜日、祝日

TEL(0855) 22-1516 浜田市浅井町
FAX(0855) 22-1517 浜田駅2階

浜田医療センター2階から、連絡通路を渡ってすぐ！

浜田駅南口

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
<定休日> 第2土曜日、日曜日、祝日

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

国道9号線沿い 井廻医院すぐ横

井廻医院

至:市街
ゆめ・タウン

⑩ 10月12日(金)、27日(土)
午後1時10分～午後4時50分
⑪ パレットごうつ
⑫ 無料
⑬ 30人
⑭ 9月10日(月)
(定員になり次第締め切り)
⑮ 島根県消費とくらしの安全室
TEL 08552(22) 5103

**島根県福祉人材センター
研修・セミナー受講者募集**

保育士就職支援セミナー
⑭ 保育士の資格をお持ちで現在
保育士として勤めていない人、保
育士資格見込の卒業年度の学生
⑩ 10月30日(火)、31日(水)
午前10時～午後3時45分
(両日とも同じ時間)
⑪ いきいきプラザ島根
⑫ 20人
⑬ 10月26日(金)
⑭ 無料

介護の入門的研修(江津会場)
介護の基本を楽しく学び、知識
を日常や大切な人に活かしてみ
ませんか。
講座修了者には、修了証明書
(県知事認定)を発行します。
⑭ 介護に関心のある人、介護の
仕事をしてみたい人
⑩ 9月26日(水)～28日(金)の3日間
⑪ ポリテクカレッジ島根
⑫ 20人

⑭ 9月11日(火)
⑮ 無料

介護職員初任者研修
約2ヵ月で介護の基礎資格で
ある介護職員初任者研修を修了
できます。
⑮ 県内に在住で、これから県内
の福祉・介護の分野で働いてみ
たいと思う人のうち、介護分野
の資格をお持ちでない人
⑯ 介護職員初任者研修、介護職
場への就職支援(求人紹介や個
別就職相談など)
☆松江会場
⑩ 10月3日(水)～11月30日(金)
⑪ 松江市総合福祉センター
⑫ 20人
⑬ 無料(ただし、テキスト代
7500円は自己負担)
⑭ 9月20日(木)
☆浜田会場
⑩ 10月12日(金)～11月30日(金)
⑪ いわみーる
⑫ 20人
⑬ 無料(ただし、テキスト代
6048円は自己負担)
⑭ 9月28日(金)
⑮ 県社会福祉法人島根県社会福
祉協議会
(松江会場)島根県福祉人材
センター
TEL 08552(32)5957
(浜田・江津会場)島根県福
祉人材センター石見分室
TEL 08555(24)9340

**人生100年を
生きるフォーラム**

⑩ 9月30日(日)
午後1時30分～4時
⑪ 総合市民センター大ホール
⑫ 内容
・基調講演「介護する人も、され
る人も幸せに！人生100年時
代の健康学」在宅ケアと看取り
から学んだこと」
講師 中村伸一氏(福井県お
おい町国保名田庄診療所所長)
・活動発表と座談会
⑬ 無料
⑭ 浜田保健所地域包括ケア推進
スタッフ
TEL 0855(29)5650

浜田法人会特別講演会

公益社団法人浜田法人会では、
今年度も特別講演会を開催しま
す。ぜひお申し込みください。
⑩ 10月16日(火)
午後2時30分～4時
⑪ 浜田ニューキャッスルホテル
⑫ 内容
・演題 「地域経済の活性化が日
本の元気を取り戻す鍵」
・講師 事業創造大学院大学客
員教授、フリーキャスター
伊藤聡子氏
(「ひるおび」「ウェークアップ
ふらす」でコメンテーターとし

て活躍中)
⑮ 150人
⑯ 入場無料
⑰ 申込 FAXによる事前申し
込みが必要です。申込書は浜田
法人会のホームペ
ージからダウンロ
ードできます。
※定員になり次第
締め切り。

⑮ 島根いのちの電話
公開講座
⑩ 9月15日(土)
午後2時～4時
⑪ 浜田市総合福祉センター会議室
⑫ 内容
・講演 「奇蹟の『いのち』を守
るために」
・講師 長坂ゆきひろ氏(大田
市池田診療所所長、長坂玲子氏
◎申込 氏名、住所、連絡先を記
入してFAXにて申し込み
※当日参加もできます。
⑮ 島根いのちの電話事務局
TEL 08552(32)5985
Fax 08552(32)5986



▲HPはこちら

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

JR 浜田駅
法テラス浜田(6階)
日本海側 1Fは1F(もろぎ)
石炭文化ホール 浜田
ワシントン
ホテル 市営
立休駐車場

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
江津市都野津町 江津会館 TEL(0855) 54-3225
江津市渡津町(9号線沿い) 江の川ホール TEL(0855) 54-1004

《約200席》 《約120席》

イベント

渡部陽一講演会 「世界からのメッセージ 命と愛と絆」

平成30年7月豪雨により中止となりました「渡部陽一講演会」について、振替講演会を開催することになりました。
写真展もあわせて開催します。ぜひご来場ください。

㊤9月16日(日)
㊤講演会 午後1時～3時
写真展 午前10時～午後2時
㊤総合市民センター
㊤講演会・写真展いずれも無料
㊤講演会先着600名
㊤今井美術館

Tel (92) 1839



→6月24日、今井美術館で開催した「ギャラリートーク」で来場者に語りかける渡部陽一さん。

第16回福祉講演会

「だれもが住み慣れた町住み慣れた家でいつまでも、こころ豊かに暮らせる地域社会実現をめざして」をテーマに講演会を開催します。

㊤内容
・演題 「老後は楽しく冒険しよう」
・講師 沖藤典子氏(ノンフィクション作家、日本文芸家協会会員)

㊤9月23日(日)
午後1時30分～3時30分
(午後1時から受付)
㊤場いわみえる
㊤定200人
㊤入場無料
㊤NPO法人ほととぎす

Tel 0855 (25) 0160

キリスト教愛真高等学校 文化祭

今年も生徒たちの総力を結集した文化祭「愛真アートフェスティバル」を開催します。ご来校を心よりお待ちしております。

㊤9月22日(土) 午前9時30分～
9月23日(日) 午前8時40分～
※両日とも昼食は校内でお求めいただけます。
㊤主なプログラム
・1日目 1・2年生クラス劇、

模擬店、舞台発表

・2日目 舞台発表(ハンドベル・合唱など)、3年生クラス劇
㊤キリスト教愛真高等学校

Tel (52) 5795

島根県指定無形民俗文化財 益田糸操り人形 都野津八公演

赤い羽根共同募金還元事業の一環で、益田糸操り人形保持社会が公演を開催します。

子ども向けの演目もあり、大人から子どもまで伝統文化に触れる良い機会です。有志による出店、カラオケなどもあります。ぜひご来場ください。

㊤9月30日(日)
午前10時30分開場
㊤都野津地域コミュニティ交流センター

㊤内容
・益田糸操り人形
開演午前10時45分～正午
・公演終了後 カラオケなど

㊤無料
㊤江津市社会福祉協議会都野津支会(森口)
Tel 080 (1942) 8111

ピンクリボン ウォークin江津

乳がんの正しい知識と検診の大切さを学び、伝えるため、ピンクリボンアドバイザーと一緒に、江津本町薨街道を歩きませんか。

㊤9月29日(土)

午前9時～午後1時

※小雨決行

㊤バレットごうつ

㊤対ウォーキングで
きる人ならどなた
でも参加可能
㊤講演とウォーキング

㊤500円(イベント保険料を含む)

㊤申込 詳しくはホームページをご確認ください。当日参加も可能ですが、準備のため早めの申込をお願いします。

㊤㊤益田地域医療センター医師
会病院放射線技術科(山田)

Tel 0856 (22) 3611
Fax 0856 (22) 0407



▲HPはこちら

葬葬葬
寺院
集会所

JA江津葬祭会館

0120-52-2354

Tel 0855-52-2234

Fax 0855-52-2236

江津市和木町1136番地35

龍環花
盛花生

有料広告

マンガで学ぶ 賢い消費生活

作 柏屋コッコ



消費者生活に関するご相談は、

消費者ホットライン

188 (局番無し)

※お近くの消費者相談センターにつながります。

9月の無料相談

人権相談 (登記相談含む)

日時 11日 (火) 9:00～12:00

会場 桜江総合センター 研修室

行政相談

江津 26日 (水) 14:00～17:00

市役所1階 市民相談室

桜江 12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 開催なし

会場 開催なし

交通事故相談

日時 毎週水曜日 (祝休日を除く)

会場 浜田合同庁舎1階

備考 島根県交通事故相談所浜田相談室
要予約 Tel 0855 (29) 5563

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

備考 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)
要予約 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) 13日 (木) 13:00～15:00

市社会福祉協議会 ※要予約

一般相談 (江津) 28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 Tel (52) 6710

9月の断酒会

江津保健センター

開催日 6日・13日・27日 (いずれも木)

時間 19:00～21:00

桜江保健センター

開催日 20日 (木)

時間 19:00～21:00

岡 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

(7月末現在・江津警察署)

	年別	件数	死者	傷者
市内	H 30 年	13	0	13
	前年比	-13	-2	-14
県内	H 30 年	575	10	700
	前年比	-108	-3	-94

火災・救急・救助の件数

(7月末現在・江津消防署管内)

種別	火災	救助	救急
月の件数	4	3	121
年間合計	19	18	696

※2月と6月の件数に誤りがあったため、年間合計数を訂正しています。

人の動き

(7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 23,508 人 (-43)

男 11,009 人 (-22)

女 12,499 人 (-21)

世帯数 11,376 世帯 (-18)

赤ちゃんの誕生

男の子 5 人 / 女の子 7 人

ありがとうございます

(7月31日受付分まで)

社会福祉事業へ寄付

香典返し寄付

▽広島県福山市 (黒松)・嶋田正美さん (故正信さん)▽渡津・野田由里子さん (故山本千賀子さん)▽黒松・市富洋治さん (故準治さん)▽嘉久志・本田勉さん (故照子さん)▽跡市・河村雅信さん (故貞子さん)▽渡津・川瀬加代子さん (故政章さん)▽渡津・佐々木和博さん (故照恵さん)▽松川・石原実さん (故宗男さん)▽二宮・横路恵津子 (故弘嗣さん)▽浜田市 (波子)・野海邦友さん (故實穂さん)▽渡津・高原弘樹さん (故澄子さん)▽桜江・河崎正枝さん (故政富さん)▽敬川・富金原昭久さん (故佐吉さん)▽浅利 (松川)・鎌田一さん (故スエ子さん)▽江津・佐々木克さん (故浪子さん)▽和木・布施恵祥さん (故政司さん)

一般寄付

▽浜田市・藤間流藤恵会

会主 藤間晃正恵さん

※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 52-2474)

電話法律相談常時受付! (無料)

佐和法律事務所 TEL.0855 24-1366

所長弁護士 佐和洋亮は、浜田高校S36年卒業、弁護士歴43年です。

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



誠心誠意をモットーに

管 理

土 地

建 物

ア パ ー ト

貸 家

仲介・売買

不動産のコンサルタント 知事免許(14)第112号

立川不動産 江津市嘉久志町 (ゆめタウン 200m西)

<http://www.51.tiki.ne.jp/~tatsukawa/>

☎(0855) 52-2379 FAX(0855) 52-2643



野菜料理を1日5皿食べよう！
野菜の一日の目標摂取量は350g。野菜料理にすると、
小鉢（小皿）1皿70g×5皿が目安です。

Cooking

ごうつの味 四季めぐり

江津食彩

簡単♪さっぱり！

なすの香味野菜添え

夏 野菜の代表格のひとつ「なす」と、暑い夏の食卓には欠かせない香味野菜を組み合わせたレシピです。

なす独特の紫紺色は、アントシアニン系の色素であるナスニンで、抗酸化作用が注目されているポリフェノール類です。水分をたっぷり含むため、暑い夏に積極的に取り入れた野菜のひとつです。

材料（2人分）

- ・なす 大1本
- ・ごま油 大さじ1
- ・みょうが 2本
- ・大葉 4枚
- ・しょうがすりおろし 小さじ1
- ・ポン酢しょうゆ 大さじ1

1人分の野菜使用量 75g

作り方

- ①なすはへたを取って、斜めにうす切りにし、水にさらす。
- ②フライパンにごま油を熱し、水気をふいたなすをじっくりと焼く。
- ③みょうが、大葉はせん切りにする。みょうがはサッと水にさらして、水気を絞る。しょうがはすりおろす。
- ④器に、なすを盛りつけ、上にみょうがと大葉を飾る。
- ⑤ポン酢しょうゆにすりおろししょうがを混ぜ合わせ、食べる直前に④にかける。

Books

図書館においでよ！

読書×スポーツの秋！

秋も深まるにつれいろいろな活動がしやすくなることを、「○○の秋」と称します。

運動会シーズンの9月は「スポーツの秋」です。実際に体を動かして楽しむのはもちろんのこと、「読書の秋」としてスポーツを読ん

で楽しむことができます。

単行本でスポーツを味わってみるのも面白いですよ。新たな発見があり、スポーツに対する見方も深まります。

オススメの本

「素顔の勇者たち はばたけ車いすアスリート
松江美季」(旺文社)

「こどもチャレンジシリーズ できたよなわとび」
(ベースボール・マガジン社)

「打てるもんなら打ってみろ！ダルビッシュ、田中、藤浪（ふじなみ）、松井、安楽（あんらく） 速球王たちの甲子園伝説」(講談社)

「オリンピック ヒーローたちの物語」
(ポプラ社)

☆リサイクル本&CD募集しています。図書館までお持ちください。



今月の休館日

◎毎週火曜日、月末休館日 30日（日）

◎特別休館日 10月1日（月）～10月6日（土）

江津市図書館 TEL (52) 0551

桜江分館 TEL (92) 0300



波子でお仕事体験

毎月最後の水曜日に、「ゲストハウス波の音」と「c-space 虎の穴」で開催されている「虎の市」。パンやお菓子、地元野菜などを販売したり、コーヒーを飲んで話をしたり、地域の皆さんの交流の場にもなっています。

7月は、夏休み中の地元の子どもたちが会計や接客をお手伝い。最初はおぼつかない手つきでしたが、だんだんと慣れて子どもたちの表情もほころびます。電卓も使いこなせるようになり、「1万円も売りさばいたよ」と誇らしげにお金を数えていました。ウェイターを体験した大屋あかりさんも「コーヒーを運ぶところが楽しかった」と話していました。

生き生きシニアライフ

江津市老人クラブ連合会による演芸大会が7月25日に行われました。参加したのは14団体94人の市内各地の老人クラブに加入する皆さん。日頃から老人クラブで取り組んでいる大正琴やダンス、得意の舞踊や歌声を披露しました。

出演者は「この歳になってライトを浴びるとは思ってなかった。楽しい、幸せ」と笑顔。会場は終始和やかな雰囲気、演目が終わるたびに温かい拍手が送られていました。来場者は400人ほどで、「初めて来たけどすばらしくて感動した。また来たい」と話していました。



平成最後の夏、平和への祈り

8月6日の広島原爆忌に、有福温泉の湯町サロンで追悼式が開催されました。折鶴献納と献花を行った後、ラジオ放送に合わせて全員で黙とうをささげました。

この追悼式は「原爆被爆者有福温泉療養所がなくなると記憶も薄れてしまう。原爆の記憶や有福温泉と広島とのつながりを受け継ぎたい」という思いで湯町自治会が毎年開催しています。



心に残るハーモニー

7月1日、江津市民混声合唱団第5回定期演奏会がありました。合唱団は今年結成10周年を迎えます。テーマは「歌の絆 これまでも、これからも」。約750人の来場者が詰めかけ、立ち見が出るほどの人気ぶりでした。

演奏会には広島交響楽団カルテットがゲスト出演。共演した楽曲「故郷」は、観客も一緒に歌い、すてきな音色が会場に響きました。

広報紙「かわらばん」をリニューアルしました

紙面デザインの変更

より見やすい・わかりやすい広報紙を目指して次の箇所を変更しました。

- ・表紙の「かわらばん」ロゴ
- ・情報ポケットのデザイン
- ・「江津食彩」、「図書館においでよ!」のデザインなど

ユニバーサルデザインに配慮

①カラーユニバーサルデザイン

色覚障がいや緑内障など一部の色の組み合わせを区別しにくい人に配慮して、カラーページのロゴや図表などを配色します。

②ユニバーサルデザインフォント

「見やすく、誤読しにくい」ようにデザインされた文字に変更します（10月号から導入予定）

広報紙をアプリとインターネットで配信開始！

いつでもどこでも手軽に江津市広報紙「かわらばん」を読んでもらうため、スマートフォンやタブレット端末、パソコンなどでも広報紙が見れるようにデジタル配信を始めました。



広報紙配信アプリ「マチイロ」

広報紙やホームページ新着情報の配信を、自治体の費用負担なしで行うスマートフォン・タブレット向けのアプリケーションです。

スマートフォンやタブレット専用のアプリで、あらかじめ登録しておくと、江津市広報紙「かわらばん」が発行された際に通知します。

◎主な機能

- ・アプリでいつでもどこでも江津市広報紙「かわらばん」を見ることができます。
- ・最新号の発行日にはプッシュ通知でお知らせが届きます。
- ・気になる記事を切り抜いて Facebook や Twitter などの SNS で気軽に共有することもできます。

◎ダウンロード方法

① AppStore (iPhone)、GooglePlay (Android) から「マチイロ」と検索してダウンロードインストール→簡単な個人設定→使用開始、と進んでください。
※お住まいの地域が江津市以外の方は、「その他」の中の「個人設定」の「気になる地域」から江津市広報紙「かわらばん」を選択

② QR コードからもダウンロードができます。



広報紙デジタル配信サービス「マイ広報紙」

広報記事をデータ化し、インターネットで無料配信するサービスです。

パソコンやスマートフォンで誰でもいつでも利用することができます。

◎主な機能

- ・勤務先や旅先、両親の住む地域の広報紙も、パソコンやスマホでいつでも読むことができます。
- ・気になる記事のキーワードを入れて検索すると、掲載された広報紙の中から記事を検索して一覧表示します。

・読みたい広報紙、カテゴリーを事前に登録しておくと、その記事を自分専用のマイページに表示してくれます。マイページを登録しておけば、たくさんの広報紙、記事から必要な情報だけを効果的に探すことができます。

◎利用方法

下記サイトより閲覧することができます。

(登録不要)

<https://mykoho.jp>



※どちらも民間企業が運営しており、広告などが表示されますが、その内容に江津市は一切関係がありません。



ごうつかレンダー

9月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

9月20日～26日は動物愛護週間です

動物の愛護と適切な飼育について理解と関心を深めましょう



2 ●総石見地域交流歌謡祭 ●山陰考古学研究会 ●中西日本ジュニアソフトテニス選手権大会 ●県壮年野球選手権大会	3 ●子宮頸がん検診	4 ●子宮頸がん検診 ●乳がん検診 ◆赤ちゃん登校日 (13)	5 ●子宮頸がん検診 ◆赤ちゃん登校日 (13)	6 ●休館日 ●定休日 ●子宮頸がん検診 ●乳がん検診 ◆胃がん検診 (本町第一自治会集会所・嘉久志・和木地域コミュニティ交流センター・市役所) ●保断酒会 (27)	7 ●子宮頸がん検診	1 ●山陰考古学研究会 ●県学童軟式野球大会
9 ●中国五県都市対抗軟式野球大会 ●バドミントン連盟秋季大会 ●江津オープンミックスダブルス大会 ●石見神楽定期公演 (19)	10 ●子宮頸がん検診	11 ●子宮頸がん検診 ●乳がん検診 ●ササポステ浜田就労相談 (27) ●桜人權相談 (27)	12 ●子宮頸がん検診 ●桜行政相談 (27)	13 ●休館日 ●定休日 ●子宮頸がん検診 ●乳がん検診 ●保断酒会 (27) ●法律相談 (27)	14 ●子宮頸がん検診 ●県高等学校野球秋季大会 ◆少年の主張江津市大会 (24)	15 ●秋の彼岸市 ●県高等学校野球秋季大会 ●保がんケアサロン江津 (23)
16 ●秋の彼岸市 ●総渡部陽一講演会 (26) ●県高等学校野球秋季大会 ●市民ソフトテニス秋季大会 ◆石見神楽定期公演 (19)	17 ●休館日 ●特別収集・休日 ●秋の彼岸市 敬老の日	18 ●子宮頸がん検診	19 ●サンピコの日 ●子宮頸がん検診 ●移動ナースバンク (23) ●子ども・若者支援講演会 (24) ごうつ食育の日	20 ●休館日 ●定休日 ●子宮頸がん検診 ●乳がん検診 ●保断酒会 (27) ◆シルバー人材センター説明会 (24)	21 ●子宮頸がん検診	22 ◆石見神楽定期公演 (19) ◆オレンジカフェごうつ (23) ◆愛真高校文化祭 (26)
23 ●休館日 ●休日開場日 (22) ◆愛真高校文化祭 (26) 秋分の日	24 ●特別収集・休日 ●開場日 (22) ●ドリーム・ベースボール 振替休日	25 ●子宮頸がん検診	26 ●子宮頸がん検診 ●桜行政相談 (27) ●グラウンドゴルフ協会ふれあい大会 ●市民公開講座 (13)	27 ●休館日 ●定休日 ●子宮頸がん検診 ●乳がん検診 ●保断酒会 (27) ●老人クラブ連合会交流スポーツ大会 ●中学校駅伝競走大会	28 ●子宮頸がん検診 ●役食事相談 (23) ●一般相談 (27) ●役一斉法律相談会 (23)	29 ◆乳がん・胃がん検診 (B & G海洋センター) ●総保育者研修会 ●防犯剣道大会 ◆ピンクリボンウォーク (26)
30 ◆子宮頸がん・乳がん・胃がん検診 (B & G海洋センター) ●ソフトバレー日本海フェスティバル ●中国五県都市対抗軟式野球大会 ●総100年を生きるフォーラム (25) ◆糸織り人形公演 (26)	◎各記号の意味 ●役市役所 ●人人権啓発センター ●島の星クリーンセンター ●エコクリーンセンター ●保江津保健センター ●桜江総合センター (●桜江保健センター●桜江コミュニティセンター ●川戸地域コミュニティ交流センター) ●中央公園 ●総総合市民センター ●江津市図書館 ●パレットごうつ ●ササンピコごうつ ●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。					

◎各記号の意味

●役市役所 ●人人権啓発センター ●島の星クリーンセンター ●エコクリーンセンター
●保江津保健センター ●桜江総合センター (●桜江保健センター●桜江コミュニティセンター
●川戸地域コミュニティ交流センター) ●中央公園 ●総総合市民センター ●江津市図書館
●パレットごうつ ●ササンピコごうつ ●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。

菰沢公園リニューアル！

ときめきの国の遊具が 新しくなりました

◎遊具の特徴

- ・チューブ式のすべり台、ワイドウェーブスライダーなど多種類のすべり台
- ・大型遊具に隣接してターザンロープを設置
- ・幼児向けの「パネル遊具」
(遊具には、地元の保育所や幼稚園の保護者・園児たちのアンケートの結果を取り入れています。)



(写真は8月9日のオープニングセレモニー後に、さっそく遊具を楽しむあさりこども園の園児たち)

江津市の情報発信

ホームページやFacebookなどで市の情報をお届けしています！

アプリ「マチイロ」やインターネットサービスの「マイ広報紙」で広報紙面情報の配信を開始しました。(詳しくは30ページをチェック)



こうつ防災



編集部だより

7月8日朝、国道261号を通り被災地へ向かいました。目にしたのは、いつもとちがう街並み。30センチ以上の深い泥、水と泥に塗れた道路や住宅、なぎ倒された植物…。その光景を見て、心がぎゅっと痛みました。

酷暑の中、災害ボランティアとして活動していただいた皆さんに深く感謝いたします。このたびの災害支援で、改めて人の温かさや思いやりを実感しました。

今月号で取材させていただいた皆さんにもこの場をお借りしてお礼申し上げます。被災された生活再建の最中にもかかわらず快くインタビューを受けてくださいました。ありがとうございました(佐々木)



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

ホームページ：http://www.city.gotsu.lg.jp/
facebook：http://www.facebook.com/gotsucity

発行・江津市 〒695-8501 島根県江津市江津町1525番地
TEL0855(52)2501 FAX0855(52)1380 E-mail: seisakukakuk@city.gotsu.lg.jp
編集・政策企画課広聴広報係 印刷・柏村印刷