



広報

とくしま

トピックス

新たな「まちづくり総合ビジョン」策定に関するアンケート(2画)

- この夏は感染症対策と省エネ対策の両立に取り組もう!(3画)
- インフォメーション(4~7画) おしらせ、イベント情報など

令和2年7月1日現在(前月比) 人口/252,448人(-21) 男/119,880人(-6) 女/132,568人(-15) 世帯数/120,788世帯(+76) 面積/191.39km²

とくしま動物園
北島建設の森

ホッキョクグマ イワン が仲間入り!



▲公開目の様子



▲「イワン」



▲「ポロロ」

7月4日(土)、ホッキョクグマ「イワン」がとくしま動物園北島建設の森で一般公開されました。公開を心待ちにしていた来園者たちは、「イワン」の愛らしい姿を次々に写真に収めていました。

■来園の経緯

ホッキョクグマは、地球温暖化の影響で、個体数が減少しており、レッドリスト(絶滅の恐れのある野生生物のリスト)に掲載されています。

日本国内では、21施設38頭が飼育されています(令和元年12月末時点)が、そのうちの1頭である雄の「イワン」が、とくしま動物園の人気者「ポロロ」のお婿さん候補として、ブリーディングローン(※)で、北海道の旭山動物園からやってきました。

(※)希少な動物を絶やさず増やしていくため、

動物園や水族館同士で動物を貸し借りする制度

■繁殖に期待

ホッキョクグマは飼育下での繁殖が難しく、日本国内では、過去20年間で、5施設14頭しか誕生していませんが、今後、関係機関の協力を得て、同園での2世誕生に向け、飼育員が一丸となって取り組んでいきます。

■展示方法

ホッキョクグマは単独で暮らす習性があるため、午前「イワン」、午後「ポロロ」の交代展示を行います。繁殖シーズンには、同時に2頭をお見せできるかもしれません。

※体調により展示時間の変更があります。

■動物たちの様子を動画で配信

「イワン」をはじめ動物たちの様子を自宅でも楽しんでいただけるよう、「YouTube徳島市公式チャンネル」で動画を配信しています。ぜひご覧



❄️「イワン」のプロフィール❄️

[生年月日]2000年12月20日
(19歳6カ月)
[出身地]ロシア
[大きさ]体長220㍓、
体重390㍏(推定値)
[性格]おっとりして
いて、紳士的



ください。



皆さんも、新たに仲間入りした「イワン」に、ぜひ会いに来てくださいね。

※新型コロナウイルス感染症対策として、一度に見学できる人数を制限する場合がありますので、ご協力をお願いします。

[問い合わせ先] とくしま動物園北島建設の森
(☎636-3215 ☎636-3218)

City Event Topics 6月

1 [月] 思いやりマスクポストを設置



市役所総合案内横などに、家庭で使用しないマスクの寄付を募るポストを設置。ご寄付いただいたマスクは、市内の介護認定を受けていない後期高齢者に配布します。

1 [月] 観光復興に向けひょうたん島周遊船を再開



4月18日から運休していたひょうたん島周遊船の運行を再開。乗船客たちは、梅雨の晴れ間に自然の風を浴びながら、船上から眺める景色を満喫しました。

2 [月] 医療従事者に食事券を贈呈



株式会社サンフォートから、新型コロナウイルス感染症対策に尽力されている医療従事者に感謝とエールを届けたいと、食事券が贈呈されました。

15 [月] 徳島市内のホテルをお得に利用



徳島県民を対象に、市内宿泊施設の利用料金を割引する「地元de宿泊応援キャンペーン」をスタート。さっそく利用者がホテルにチェックインしました。

新たな「まちづくり総合ビジョン」 策定に関するアンケートを実施

徳島市の将来像や今後重点的に取り組む施策を定める「まちづくり総合ビジョン」を新たに策定します。

同ビジョンの策定にあたり、市民の皆さんのご意見を参考にするため、アンケートを実施します。今後の本市のまちづくりの指針を定めるための重要なアンケートですので、ご協力をお願いします。

【内容】 ▶本市が力を入れるべき分野や事業 ▶徳島らしさ、徳島の魅力 ▶本市の将来像——など

【対象者】 市内在住・在勤・在学の15歳以上の人

【実施期間】 7月31日(金)まで

【回答方法】 回答方法は次のとおり

▶インターネットで回答

市ホームページ「徳島市インターネットアンケート」回答フォームから回答してください。インターネットアンケートの回答後に表示されるキーワードを添えて応募いただいた人の中から、抽選で10人に500円分の図書カードを進呈します。



▶アンケート回収箱に投函

備え付けのアンケート用紙に記入し、アンケート回収箱へ投函してください。回収箱は、市役所1階総合案内、各支所、はこらいひ図書館(市立図書館)窓口、保健センター受付、ふれあい健康館総合案内に設置しています。※回収箱への投函は、図書カードの抽選対象外となりますので、ご了承ください。

【問い合わせ先】 企画政策課(☎621-5085 FAX624-0164)

産業支援交流センターをご利用ください

徳島市の木工や藍染めなどの地場産業の魅力を発信するとともに、産業を担う事業者などを支援する「徳島市産業支援交流センター」がアミコビルにオープンしました。ぜひ、ご利用ください。

◆地場産品のショールーム(1階フロア)

木工や藍染めなどの地場産品を展示、委託販売しています。徳島の職人の技をご覧いただき、その魅力を感じてください。

また、企画展などのイベントスペースとしてご利用いただくこともできます。

【開館時間】 10:00～19:30※当面の間は19:00まで(1月1日は休館)

◆産業支援と交流のエリア(9階フロア)

テレワークのためのワークスペース(日単位)や創業者などのためのレンタルルーム・レンタルブース(月単位)を有料で利用できます。

また、コワーキングスペースを異業種事業者や同じ志を持った他の起業家との交流の場などとして無料で利用できます。

なお、本施設内では、無線LAN(Wi-Fi)を完備しています。

【開館時間】 10:00～21:00(毎週火曜日、年末年始は休館)



委託販売の申し込みおよび施設の利用申請は、所定の様式(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、直接、産業支援交流センター(〒770-0834 元町1丁目24番地1階・9階)へ。

施設の利用料金など、詳しくは市ホームページをご覧ください。同センターにお問い合わせください。

【問い合わせ先】 産業支援交流センター(▶1階=☎FAX661-7124 ▶9階=☎661-7770 FAX661-7834)



家屋の固定資産税を減額

耐震やバリアフリー、省エネのための改修など、一定の要件を満たす既存住宅の改修を行った場合は、申告により固定資産税が減額されます。

減額措置を受けるためには、改修後3カ月以内の申告が必要です。

【申請方法】 申請書(市役所2階資産税課で配布)に必要書類を添えて、同課へ

詳しくは市ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】 資産税課(☎621-5072・5073 FAX623-8115)



国民年金保険料 免除・猶予制度のご活用を

◆申請免除制度

被保険者とその配偶者および世帯主の所得が一定額以下である場合などに免除されます。免除が承認されると、その期間は年金の受給資格期間として計算されますが、免除を受けた期間の年金額は、全額納付したときの2分の1～8分の7として計算されます。

◆納付猶予制度

50歳未満の被保険者とその配偶者の所得が一定額以下の場合は、被保険者が50歳に到達する日の前月までの保険料納付が猶予されます。



【申請方法】 年金手帳、印鑑(朱肉使用)などを持って、市役所1階保険年金課11番窓口へ。代理申請の場合は委任状と代理人の本人確認書類が必要。失業により申請される場合は、失業が確認できる雇用保険被保険者離職票または雇用保険受給資格者証などが必要

【問い合わせ先】 保険年金課(☎621-5162 FAX655-9286)

大腸がん検診を受けましょう

大腸がんは、初期の段階ではほとんど自覚症状がありませんが、早期発見し適切な治療を受けると、治る可能性が高い病気です。

大腸がん検診は、検便による簡単な検査ですので、自覚症状がなくても、年に1回大腸がん検診を受けましょう。

【対象者】 本市に住居登録している40歳以上の人(受診券は送付済み)

【費用】 500円(免除制度あり)



本市では、胃・肺・乳・子宮頸(けい)がんなどの各種がん検診も実施しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】 保健センター(☎656-0530 FAX656-0514)



「すだちパッケージ」を配布

出張など、県外への贈り物としてご利用いただけるすだちパッケージ(2個用・3個用・5個用)を市内在住・在勤・在学の人に配布しています。

また、今年度に限り、新型コロナウイルスの影響を受けているすだち生産者支援に賛同いただける事業者に対し、右写真のパッケージ(3個用・5個用各6,000箱)を、市長のメッセージカードを添えて配布しています。



希望者は市役所3階農林水産課へお越しください。なお、すだち果実は配布対象外です。

【問い合わせ先】 農林水産課(☎621-5252 FAX621-5196)



この夏は感染症対策と省エネ対策の両立に取り組もう！

いよいよ夏本番です。ことしは新型コロナウイルスの影響で、自宅で過ごす時間が長くなり、電気の使用量が増えたという人も多いのではないでしょうか。そこで、コロナ対策を踏まえた省エネ方法をご紹介します。

◆空調時の換気をしよう

ことしの夏は人が集まって過ごす部屋の換気に気を付けなければなりません。ほとんどのエアコンには換気機能がないため、最低でも1時間に5～10分程度、換気しましょう。

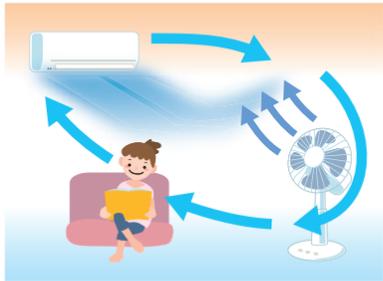


エアコンで消費電力が多くなるのは電源を入れた直後です。使用中のエアコンは電源を切らず、つけたままの状態です窓を開けましょう。

窓を開ける際は、1カ所より2カ所で、対角線で通風するなど、風の通り道を意識して換気しましょう。また、台所の換気扇は排気量が大きいいため、換気扇を回しながら窓を開けるとより効果的です。

◆エアコンと扇風機を併用し、節電しよう

エアコンと向かい合うように扇風機を置き、エアコンの風は水平、扇風機は天井に向けます。そうすることで、部屋の中の空気が循環して温度が均等化し、体感温度も下がります。



また、扇風機の電気代はエアコンの10分の1以下であり、冷房の設定温度は1℃上げると電気代を10%節約できるといわれています。

エアコンだけでなく、扇風機も併用することによって効果的な冷却効果と節電効果が見込めます。

【問い合わせ先】 環境保全課(☎621-5213 ☎621-5210)

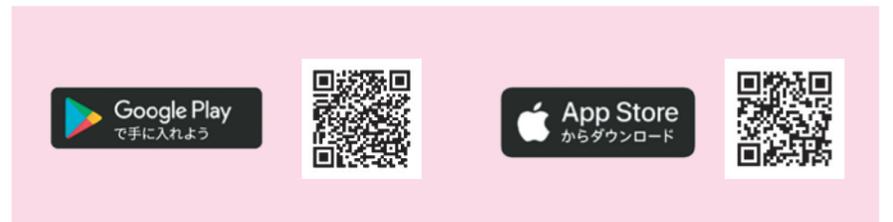
新型コロナウイルス感染症拡大防止のために接触確認アプリ「COCOA」をインストールしよう

厚生労働省が開発した同アプリは、スマートフォンのBluetooth(近接通信機能)を利用して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性を通知するものです。



利用者は、陽性者と接触した可能性が分かるとともに、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。

同アプリの利用者が増えることで、感染拡大の防止につながる事が期待されます。皆さんもインストールをお願いします。



◆陽性者との接触はどうやって分かるの？

利用登録している人同士が半径1.5m以内の至近距離に15分以上いると、相手の情報が暗号化され、14日間記録されます。その間に、記録された相手の陽性が判明し、情報が登録されると、接触による感染の可能性をお知らせする通知がスマートフォンに届きます。

◆個人情報保護されています

同アプリで使用する情報は、接触した日、接触した時間の長さ、Bluetooth信号の強さ(接触したときの距離)だけです。名前や住所といった個人情報、GPSなどの位置情報は使用しません。情報は暗号化され、14日経過後に自動的に削除されます。そのため、個人が特定されることはありません。



詳しくは、市ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】 危機管理課(☎621-5529 ☎625-2820)



ピックアップ

イベント情報

考古資料館

◆ミニチュア銅鐸と銅鐸プラ板キーホルダーをつくろう

低熔点合金を用いた鋳造体験とプラ板を使った銅鐸キーホルダー作り。

【とき】 8月2日(日)13:00～16:00



◆とくしま好古楽倶楽部

「染色(貝紫・草木染め)をしてみよう」

動植物を利用した染色の歴史を、実際に貝や植物を使って布を染めながら学ぶ。

【とき】 8月9日(日)13:00～16:00



◆ガラス勾玉をつくろう

自分で彫った鋳型でオリジナルのガラス勾玉作り。

【とき】 8月13日(木)10:00～16:00



◆滑石で勾玉をつくろう

やわらかい滑石を使った勾玉作り。

【とき】 8月16日(日)13:00～16:00

◆古墳時代のカブトをつくろう

厚紙と紙紐を使った古墳時代のカブト作り。

【とき】 8月23日(日)10:00～16:00



◆人形代(ヒトカタシロ)をつくろう

薄く割った木の板を使った祭りの道具である人形代作り。

【とき】 8月30日(日)13:00～16:00



◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【対象】 小学生以上 【定員】 20人(先着) 【参加費】 無料

【申し込み方法】 電話で考古資料館(☎637-2526 ☎642-6916)へ

徳島ガラススタジオ

◆徳島ガラスワークショップ展

受講生が制作したガラスの器、オブジェなどの作品の展示・販売やサンドブラスト、デコレーションミラーなどの制作体験。

【とき】 7月24日(祝)～26日(日)各日10:00～19:30(最終日は17:00まで)

※体験の受け付けは、10:00～18:00(最終日は16:00まで)

【ところ】 シビックセンター3階ギャラリー

【問い合わせ先】 徳島ガラススタジオ(☎669-1195 ☎669-1221)



掲示板

INFORMATION

お知らせ

特別定額給付金の申請をお忘れなく

特別定額給付金の申請受け付けは8月31日(月)までです。申請がお済みでない人は、お忘れのないよう手続きをお願いします。

なお、申請書類が届いていない、または紛失したなどの場合はお問い合わせください。

詳しくは市HPをご覧ください。



問 新型コロナウイルス感染症対策推進室コールセンター (☎624-9670 FAX624-8024)

マイナンバーカードなど関連サービスの休止

システムメンテナンスのため、7月23日(祝)～26日(日)まで、マイナンバーカード、住民基本台帳カード、電子証明書に関する手続きはできません。



また、各種証明書のコンビニ交付サービスも休止します。

ご不便、ご迷惑をお掛けしますがよろしくお祈りします。

問 住民課 (☎621-5134 FAX655-8246)

国民健康保険の保険料率が決定

令和2年度国民健康保険の保険料率が決定しましたので、保険料納入通知書(確定賦課)を7月中旬

に送付します。納め忘れにご注意ください。

[医療給付費分] ▶均等割2万9,400円▶平等割2万200円▶所得割8.30%▶資産割29.00% (賦課限度額63万円)

[後期高齢者支援金分] ▶均等割9,000円▶平等割6,300円▶所得割3.20% (賦課限度額19万円)

[介護納付金分(40～64歳の加入者のみ)] ▶均等割1万900円▶平等割5,400円▶所得割2.50%▶資産割11.0% (賦課限度額17万円)

問 保険年金課 (☎621-5157・5164 FAX655-9286)

国民健康保険 高齢受給者証を送付

国民健康保険に加入している70～74歳(昭和20年8月2日から昭和25年8月1日生まれ)の人に、8月1日からの高齢受給者証(レモン色)を7月末に送付します。

なお、昭和25年8月2日以降生まれの人は、70歳になる誕生月の翌月1日まで(1日生まれの人は誕生日まで)に送付します。

問 保険年金課 (☎621-5159 FAX655-9286)

後期高齢者医療制度 被保険者証を送付

75歳(一定の障害がある人は65歳)以上の人に、8月1日からの被保険者証(オレンジ色)を7月末に送付します。

8月1日以降の受診時には、新しい被保険者証を提出してください。

問 保険年金課 (☎621-5157 FAX655-9286)

国民年金基金のご案内

国民年金基金は、自営業者やフ

リーランスなど国民年金第1号被保険者の方々が安心して老後を過ごせるように、老齢基礎年金にゆとりをプラスする公的な年金制度です。掛金が全額社会保険料控除の対象になるなど税制上の優遇措置があります。

また、60歳以上65歳未満の人や海外に居住されている人で国民年金に任意加入している人も加入できます。

詳しくは、全国国民年金基金徳島支部へお問い合わせください。
問 同基金徳島支部 (☎0120-65-4192)

65歳から介護保険料の納付方法が変更

65歳になると介護保険料の納付方法が、健康保険料との一括納付から個別納付に変わりますので、それぞれの納付書を送付します。納め忘れにご注意ください。



また、65歳になった翌年度から特別徴収(年金から天引き)の対象となる人は、順次特別徴収に切り替わります。対象とならない人は引き続き、納付書か口座振替で納めてください。なお、市役所南館1階介護保険課では、キャッシュカードで口座振替の受け付けができますので、ご利用ください。

問 同課 (☎621-5582 FAX624-0961)

夜間休日急病診療所の利用

夜間休日急病診療所では、夜間と休日に小児科・内科の応急的な診療を行っています。

現在、待合室の混雑緩和や診療

所内での感染防止のため、車でお越しの場合、診察開始までの間車内での待機にご協力いただいています。待合状況確認サービスにて、スマートフォンなどで診察待ちの人数や待ち時間、呼び出し番号をリアルタイムで確認いただけますのでご利用ください。



詳しくは市HPをご覧ください。お問い合わせください。



問 保健センター (☎656-0529 FAX656-0514)

狂犬病予防注射済票の交付

狂犬病予防法により、飼い犬の登録と、毎年1回の狂犬病予防注射が飼い主に義務付けられています。



徳島県獣医師会が指定する動物病院以外の動物病院で注射を受けた場合は、病院が発行する「狂犬病予防注射済証」を直接、市役所10階市民環境政策課にお持ちになり、「狂犬病予防注射済票(1.5号×3号。アルミ製のプレート)」の交付を必ず受けてください。

¥1頭550円
問 同課 (☎621-5206 FAX621-5210)

飼い主のいない猫の不妊・去勢手術費用の一部を助成

市内在住の人が飼い主のいない猫に不妊・去勢手術および耳にVカット手術を受けさせる場合、1頭につき上限1万円を助成します(先着80頭)。

限度額適用認定証の申請を受け付け

国民健康保険や後期高齢者医療制度の被保険者が、高額な医療費(保険外診療を除く)を支払う場合、事前に「限度額適用認定証」を医療機関の窓口にて提示をすると、1カ月の窓口負担額が自己負担限度額以内(年齢や所得により異なる)となります。

認定証の交付を希望する場合は、市役所1階保険年金課(国民健康保険=7番窓口、後期高齢者医療制度=8番窓口)に申請してください。申請日の属する月の1日から適用となる認定証を交付します。なお、後期高齢者医療制度の被保険者で7月末までに新しい認定証が郵送された人など一部申請不要な人がいます。

●対象者の被保険者証およびマイナンバーが分かるもの、印鑑(シャチハタ不可)、来庁者の本人確認書類、国民健康保険の場合は世帯主のマイナンバーが分かるもの

なお、8月上旬は申請で窓口が大変混雑します。お急ぎでない場合は、中旬以降(お盆期間の8月11日(火)～14日(金)も開庁)の申請をお勧めします。
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年度は郵送での申請を受け付けます。3密を避けるため郵送申請へのご理解とご協力をお願いします。

問 同課 ▶国民健康保険=(☎621-5159 FAX655-9286) ▶後期高齢者医療制度=(☎621-5278 FAX655-9286)

ごみ処理施設建設に関する市長との意見交換会を開催

徳島市および周辺5市町で整備を計画している新しい一般廃棄物中間処理施設(ごみ焼却施設・リサイクルセンター)について、市長との意見交換会を、次のとおり開催します。

開催日	時間	場所	対象者
7月23日(祝)	19:00～20:30	飯谷小学校体育館 定員:90人	飯谷町在住の人
7月24日(祝)	①17:30～19:00 ②19:30～21:00	宮井小学校体育館 定員:各120人	①多家良町在住の人 ②八多町在住の人
7月25日(土)	①17:30～19:00 ②19:30～21:00	丈六コミュニティセンター体育館 定員:各120人	①丈六町在住の人 ②芝野町在住の人

※多家良地区以外の方は参加できません。
※駐車場に限りがあるため、できるだけ自家用車以外の交通手段を利用してお越しください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次のことにご協力ください。
▶参加者が定員を超える場合には入場をお断りします
▶熱がないことを自宅で確認してから、マスクを必ず着用してお越しください



詳しくは市HPをご覧ください。
問 環境施設整備室 (☎621-5220 FAX621-5210)

※助成金の交付決定日の翌日から60日後までに手術を受けさせる必要あり。



● 8月3日(月)～12月25日(金)(消印有効)に申請書(市HPからダウンロード可。市役所10階市民環境政策課でも配布)に必要事項を書いて、郵送または直接、市民環境政策課(〒770-8571 幸町2-5)へ

● 同課(☎621-5206 ☎621-5210)



密閉式(E M)生ごみ処理容器を無料交付

市内在住で庭や菜園があり、生ごみたい肥を活用できる人に1世帯につき容器1個、EMボカシ半月分を交付します。



【交付数】200個(抽選)
【交付場所】市役所または徳島市エコステーション(城東町二)

● 8月7日(金)(消印有効)までに、電子申請でお申し込みいただくか、はがきに「EM容器希望」と明記し(住所/世帯主の名前(ふりがな)/電話番号/希望の交付場所)を書いて、市民環境政策課(〒770-8571 幸町2-5)へ

詳しくは市HPをご覧ください。

● 同課(☎621-5202 ☎621-5210)



障害者福祉に関するアンケート調査にご協力を

「徳島市障害福祉計画」を策定するにあたり、市民の皆さんからご意見をいただくため、障害者福祉に関するアンケートを実施します。

手帳所持者(身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳)または障害児通所支援利用者、その他市内在住の3,000人(無作為抽出)に調査票を郵送しますので、回答にご協力をお願いします。

【回答期限】8月24日(月)まで
● 障害福祉課(☎621-5171 ☎621-5300)

下水道事業に関するアンケート調査にご協力を

公共下水道事業の中長期的な経営の基本計画である「徳島市公共下水道事業経営戦略」を策定するにあたり、市民の皆さんからご意見をいただくため、アンケートを実施します。



下水道事業全体計画区域在住の3,000人(無作為抽出)に調査票を郵送しますので、回答にご協力をお願いします。

【回答期限】7月29日(水)まで
● 上下水道局経営企画課(☎623-2419 ☎623-1175)

物品などの納入業者の追加登録申請を受け付け

10月1日～令和3年9月30日に発注する物品などの指名競争入札参加資格審査申請を追加で受け

付けます。
● 8月1日(土)～31日(月)(消印有効)に所定の用紙(市HPからダウンロード可。市役所12階管財課でも配布)を郵送または直接、管財課(〒770-8571 幸町2-5)へ

詳しくは市HPをご覧ください。

● 同課(☎621-5055 ☎623-1008)



中小企業退職金共済制度の活用を

同制度は、中小企業のための外部積立型の退職金制度です。掛け金は全額非課税で一部を国が助成し、パートや家族従業員も加入できます。

詳しくはお問い合わせください。
● 中小企業退職金共済事業本部(☎03-6907-1234 ☎03-5955-8220)

職業訓練説明会を開催

早期就職を支援する職業訓練の受講に関する説明会を実施します。



● 徳島公共職業安定所(出来島本町1)

日程など、詳しくは徳島労働局HPをご覧ください。

● 同所(☎622-6374 ☎625-9081)



「広報とくしま」の点字版・音訳版をお届けします

徳島市では、市内在住の視覚障

害者(視覚障害を含む身体障害者手帳所持者)を対象に、「広報とくしま」の点字版と音訳版(カセットテープ版とデイジー版の2種類)を発行しています。

点字版は月に2回、音訳版は月に1回、視覚障害のある人が住んでいる世帯に送付します。

● 電話、ファクス、メールまたは直接、(住所/名前/電話番号)を市役所9階広報広聴課へ※郵送に必要な個人情報(住所・名前)を社会福祉事業団に提供しますが、郵送以外の目的で使用することはありません。

● 同課(☎621-5091 ☎655-9990)

祝日のごみ収集

7月23日(木)・24日(金)は平常どおり収集します。

7月は固定資産税の第2期分の納期月です 納期限は7月31日(金)

譲ります・譲ってください

【譲ります】品名(保有年数)▶学習机と椅子(20年)▶木製ついたて(20年)▶畳ベッド(ダブル)(20年)▶電気炊飯器5.5合炊き(1年)

【譲ってください】▶コンパクトシン▶大人用自転車▶食卓テーブルと椅子(4人用)▶3人掛けソファー

● 7月20日(月)(消印有効)までに、はがきに(希望の品(1人1枚)/住所/名前/電話番号)を書いて、消費生活センター(〒770-0834 元町1-24 アミコビル3階 ☎625-2326 ☎625-2365)へ

7月22日(水)に抽選を行い、当選者だけにご連絡します。

シビックセンター 文化活動団体は初回施設利用料が無料

文化活動を行う団体などを対象に、12月1日～令和3年7月31日に、同センターのさくらホールやギャラリーを初めて利用する時の施設利用料などを無料にします。

※審査あり。また、入場料を徴収する場合や市外の方が利用する場合などは対象外になることがあります。

● 8月15日(土)(必着)までに、所定の申込書(同センターHPからダウンロード可。同センターでも配布)に必要事項を書いて、郵送、ファクスまたは直接、シビックセンター(〒770-0834 元町1-24)へ

詳しくは同センターHPをご覧ください。

● 同センター(☎626-0408 ☎626-0833)



▲さくらホール



▲ギャラリー



徳島ファミリー・サポート・センターの 会員を募集

「子育ての応援を依頼したい人(依頼会員)」と「子育ての応援ができる人(提供会員)」の橋渡しをし、子どものお世話を一時的、臨時的に有償で行う同センターの会員を募集します。

※会員になるには事前登録が必要です。

● 依頼会員 = 0歳～小学校6年生までの子どもの子育ての応援を受けたい人

● 提供会員 = 子どもが好きで、子育ての応援ができる人(会員講習会の受講が必要)

● 直接、同センター(昭和町3 わーくぴあ4階)へ

◆出張説明登録会

● 7月22日(水)11:00～12:00

● 場 子育て安心ステーション(元町1 アミコビル5階)

● 員 若干名(先着)

● 準 印鑑、本人確認ができるもの

● 申 事前に電話で同ステーションへ

※病児・病後児預かりサポートの登録希望者は2日前までに要予約。

詳しくは市HPをご覧ください。

● 同ステーション(☎654-4460 ☎654-4459)、同センター(☎611-1551 ☎611-3323)



募集

市民病院看護師
(会計年度任用職員)

徳島市民病院で、看護業務、診療補助業務などに従事する会計年度任用職員を募集します。



[任用期間]令和3年3月31日まで(更新あり)

[給与]月額20万355円～29万7,155円(時間外勤務手当や夜勤手当などあり)

[募集人数]10人程度

①所定の申込書に必要事項を記入し、原則郵送で、徳島市民病院総務管理課(〒770-0812 北常三島町2-34)へ※持参可。

詳しくは市民病院HP  をご覧いただくかお問い合わせください。

②市民病院総務管理課(☎622-9323 ☎622-5313)

給与支給明細書と
給与袋への広告掲載

徳島市職員に配布する給与支給明細書と給与袋に広告を掲載する事業者を募集します。

[広告媒体と費用]

▶給与支給明細書(カット紙、A5サイズ、裏面に広告掲載)＝広告掲載料と給与支給明細書の作成に係

る一切の費用

▶給与袋(縦10.7㍍×横23.5㍍、裏面2枠に広告掲載、1枠の広告サイズは縦8.5㍍×横9.0㍍)＝広告掲載料

[広告掲載期間]10月～令和3年9月まで(計15回)

[配布枚数]1回当たり約2,800枚

③7月31日(金)までに、所定の申込書(市HPからダウンロード可)に必要事項を書いて直接、市役所7階人事課へ



詳しくは市HPをご覧ください
かお問い合わせください。

④同課(☎621-5027 ☎624-3125)

とくしまファミリーバンド
フェス2020の出場者



⑤10月25日(日)11:00～(小雨決行)⑥両国橋西公園ステージ⑦メンバーの中に家族が含まれているバンド。年齢や音楽ジャンルは問いません。重複出場は不可⑧20組
[審査基準]1曲5分以内で、音楽を通して家族の絆や魅力が感じられること。詳しくはお問い合わせください。

⑨9月30日(水)(必着)までに、所定

イベントニュース55 ひょうたん島川の駅連絡会

イベント名	とき	ところ	内容・参加費など	申し込み・問い合わせ先
SunSunマーケット	7月18日(土) 17:00～21:00	新町川・阿波製紙水際公園	農産物や海産物、特産加工品、そう菜などを販売。	チャレンジサポーターズ (☎070-5350-9033)
とくしまマルシェ	7月26日(日) 9:00～14:00	しんまちボードウォーク周辺	テーマは「かき氷&藍フェア!」。藍染体験を開催します(要予約)。	とくしまマルシェ事務局 (☎678-2117)
水際コンサート	7月31日(金) 18:00～	新町川・阿波製紙水際公園ポートハウス前	音楽演奏とともに川を楽しみましょう。	新町川を守る会 (☎090-3783-2084)

の申込書(市役所9階文化振興課、シビックセンター3階事務所などで配布)に必要事項を書いて、郵送で徳島ミュージックユニオン事務局(〒770-0902 西新町1-25)へ

⑩同事務局(☎652-2219)

⑪7月19日(日)10:00～10:50
⑫とくぎんトモニプラザ2階小体育室⑬小学生以下(幼児は保護者同伴)

⑭徳島市国際交流協会(☎622-6066 ☎624-3169)

はこらいふ図書館イベント

◆夏のYA講座 図書館スタッフになろう! ※要申し込み

図書館の書庫の見学や本の修理などを通して、図書館の仕事を体験。

⑮8月2日(日)・9日(日)各日10:00～11:00⑯中学生・高校生⑰各日5人

◆えほんのよみかせ

⑱8月8日(土)14:00～14:15
⑲3歳以上

催し

エンジョイ・イングリッシュ



外国人の先生による英語の絵本の読み聞かせや歌、ゲームなど。

ふれあい健康館 コミカレ短期講座の受講生を募集

同館で次の各講座を開催。日程などは下表のとおり。

講座名	日程	受講料	定員(対象)
大人のポーセラーツ	8/5(水) 10:00～12:00	1,900円	20人
男の子のためのベビースキンケア	8/18(火) 13:30～15:00	1,100円	15組 ・生後1カ月～1歳3カ月の子ども(男の子)とその保護者
キッズとママヨガ	8/21(金) 13:30～14:30	1,100円	15組 ・3歳～就学前の幼児親子
Tiny Teeth (ティニー ティース)のファーストイ作り	8/21(金) 13:30～15:00	3,100円	15人
大人のコーヒー講座 基本編	8/30(日) ①10:00～11:30 ②13:30～15:00	1,600円	各10人

※受講料は材料費込み。

①講座開始前の10日前までに、電子申請でお申し込みいただくか、はがき(1枚1講座)に〈住所/名前/性別/年齢/電話番号/希望の講座名〉を記入し、ふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16)へ

応募多数の場合は抽選となります。また、受講希望者が少ない講座は中止する場合があります。

詳しくは同館HPをご覧ください。

②同館(☎657-0194 ☎657-0189)



フィットネス教室～筋肉若返りボディケア～

姿勢や冷え、こり、むくみなどを改善する筋肉とリンパのコンディショニングを行います。筋肉の弾力を取り戻すことで、からだ動きやすく、疲れにくくなる効果が期待できます。運動不足の人、体力に自信のない人におすすめです。



※参加者はマスクの着用にご協力ください。

③▶火曜日コース＝8月4日・18日▶水曜日コース＝8月5日・19日▶木曜日コース＝8月6日・20日▶金曜日コース＝8月7日・21日※各日10:00～11:00。いずれか1コースのみを選択してください。

④ふれあい健康館2階元気回復室

⑤医師から運動制限、介護認定を受けていない20歳以上の市民※両日程参加できる人に限る。

⑥各コース10人(先着)

⑦動きやすい服装、室内用運動シューズ、バスタオル2枚、ヨガマット(レジャーシートも可)、水分補給用飲料

⑧電話で保健センターへ

⑨同センター(☎656-0534 ☎656-0514)

◆赤ちゃんプチおはなし会



親子で絵本を楽しむおはなし会。

日 8月11日(火)・18日(火)・25日(火)
各日①10:30～10:45②14:00～14:15 対 赤ちゃんとその保護者

◆笑顔がひろがる♪アニメーション
絵本や読書の世界が広がる、参加型のおはなし会。

日 8月15日(土)10:30～10:45

◆こどもえいが会「若おかみは小学生！」

小学6年生の女の子が、祖母の旅館で若おかみとして奮闘する物語。

日 8月16日(日)10:30～11:20



場 同館5階おはなしのへや

上記以外にもイベントを開催しています。※イベントの日時、内容などを変更する場合があります。

詳しくは同館HPをご覧ください。
閲覧いただくかお問い合わせ



同館(☎654-4421 FAX654-4423)

健康

「のぼそう!! 健康寿命教室」を開催

「認知症予防の鍵は血管! あなたの血管大丈夫?」をテーマに、介護の必要がなく生活できる健康寿命を延ばすため、認知症の予防について学びます。

日 8月7日(金)10:00～11:00 (受け付けは9:40～) 場 ふれあい健康館1階ホール 対 介護保険認定を受けていない65歳以上の市民

員20人(先着) 準 水分補給用飲料 申 電話で保健センターへ

詳しくは市HPをご覧ください。
閲覧いただくかお問い合わせ



同センター(☎656-0534 FAX656-0514)

「若い世代の血糖測定」を開催

自己血糖測定、健康相談、栄養相談などを実施します。

日 8月11日(火)・24日(月)
各日12:30～14:00※
いずれか1日のみで1人



30分程度。場 ふれあい健康館2階健康相談室 対 健診を受ける機会のない20～39歳の市民 準 過去の健診結果(出産経験がある人は母子健康手帳)

問 保健センター(☎656-0534 FAX656-0514)

麻しん(はしか)・風しん 予防接種を実施

麻しん・風しん混合予防接種は1期(1歳から2歳の誕生日の前日まで)と2期(小学校入学前の1年間)の2回です。

本年度の2期の対象は、平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの人で、接種期限は令和3年3月31日(水)までです。※麻しん・風しんの両方にかかったことがある人は対象にはなりません。

詳しくは市HPをご覧ください。
閲覧いただくかお問い合わせ



問 保健センター(☎656-0540 FAX656-0514)



8月の講座やイベントについては、市HPをご覧ください。相談業務については、各施設(「すきっぷ」を除く)で随時受け付けていますのでご利用ください。

詳しくは各担当課までお問い合わせください。

■親子ふれあいプラザ、子育て安心ステーション

問 子育て支援課(☎621-5192 FAX655-0380)

■商店街子育てほっとスペース「すきっぷ」

問 経済政策課(☎621-5225 FAX621-5196)

■在宅育児家庭相談室

問 子ども施設課(☎621-5195 FAX621-5036)

8月の 無料相談

市内在住の人などを対象に、さまざまなお悩みや疑問にお答えする無料の相談窓口があります。新型コロナウイルス感染症の影響で、相談が中止になる場合があります。事前にお問い合わせください。また、ご相談の際には、マスクの着用や咳エチケットの徹底などへのご協力をお願いします。

■生活の相談 ■こころの相談 ■からだの相談 ()内は対象

暮らしの相談 (市内在住の人)

◆さわやか窓口相談室(市役所1階) ☎621-5200-5129 FAX621-5128

弁護士相談 (注1)	毎週水曜 (予約制)	13:00～16:00
公証人相談 (相続・遺言など)	18日(火)	13:00～16:00
司法書士相談 (注2)	毎週月・水・金曜	10:00～12:00
行政書士相談	毎週火曜	10:00～12:00
社会保険労務士相談 (年金相談)	6日(休)	13:00～16:00
土地家屋調査士相談	6日・20日(休)	10:00～12:00
不動産相談	13日(休)	10:00～12:00
	25日(火)	13:00～16:00
住まいづくり相談	27日(休)	10:00～13:00
行政相談委員相談 (注3)	3日(月)	13:00～15:00
交通事故相談	毎週月・水・金曜	9:00～15:30
心配ごと相談 (家庭の悩みなど)	毎週月～金曜	8:30～17:00

※いずれの相談も祝日は休みます。
(注1)弁護士相談は予約制で8月5日(水)8:30から電話で予約を受け付けます(先着)。弁護士相談実施日は8月19日・26日、9月2日(各日6人で1人30分以内)です。
(注2)司法書士相談は8月12日(水)・14日(金)は休みます。
(注3)行政相談委員相談は、8月19日(水)13:00～15:00、ふれあい健康館1階相談室でも実施します。

女と男生き方相談 (市内在住・在勤・在学の人)

◆女性センター(アミコビル4階) ☎624-2613 FAX624-2612

一般相談・カウンセリング [電話・面談 (要予約)]	10:00～12:00、12:45～18:00 (受け付けは17:00まで) [休]日曜、火曜、木曜、年末年始
夜間相談 [電話、面談ともに要予約]	5・12・19日(水) 7・14・21日(金) 18:00～20:00

※無料託児あり(1歳～就学前)。3日前までに要予約

人権相談 (市内在住の人)

◆人権推進課相談室(市役所2階) ☎621-5040-5169 FAX655-7758

人権擁護委員による人権相談	4・18日(火)	13:30～16:00
---------------	----------	-------------

消費生活相談 (徳島市、石井町、神山町、佐那河内村内在住の人)

◆消費生活センター(アミコビル3階) ☎625-2326 FAX625-2365

商品購入やサービス利用に伴うトラブル相談	10:00～17:00 [休]火曜、祝日、年末年始
----------------------	---------------------------

からだの相談 (市内在住の人)

◆保健センター(ふれあい健康館内)☎656-0534 FAX656-0514

[要予約] ※母子相談のみ ☎656-0532

健康相談・COPD予防相談・禁煙支援相談	11日(火)	13:00～15:00
もの忘れ予防相談	19日(水)	9:30～11:30
歯科医師相談	20日(木)	13:00～15:00
糖尿病予防相談	26日(水)	14:30～16:30

※相談時間は1人30分程度。

■保健師による相談

健康相談 (成人相談・母子相談)	毎週月～金 [休]祝日、年末年始	9:00～12:00 13:00～16:00
------------------	------------------	------------------------

■管理栄養士による相談

栄養相談	毎週月～金 [休]祝日、年末年始	9:00～12:00 13:00～16:00
------	------------------	------------------------

■健康運動指導士による相談

運動相談	毎週月～金 [休]祝日、年末年始	9:00～12:00 13:00～15:00
------	------------------	------------------------



暮らしの中での違和感を感じていませんか

認知症かな？と思ったらまず相談を

「もし、家族や大切な人、自分自身が認知症になってしまったらどうしよう」そんな不安を抱いたことはありませんか。認知症は誰もがなりうるものです。認知症になっても住み慣れた地域で、安心して暮らし続けるために、「いきいきシニアライフ通信」では、認知症について3回に分けてご紹介します。

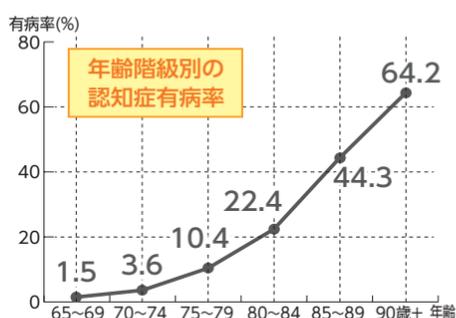
認知症は身近なもの

認知症とは、さまざまな原因で、記憶力や判断力が正常に働かなくなり、日常生活への支障がおよそ6カ月以上続いている状態を指し、年齢を重ねるとともに、認知症になる人は増えていきます(右上参照)。誰でも認知症の当事者や家族になる可能性はあります。

もし、認知症と診断されても、いきなり何もできなくなるわけではありません。家族や周囲の人、地域でのサポートを受けながら生きがいの場所を見つけ、自分らしく暮らしている人もたくさんいます。

認知症の初期症状

「もの忘れ」は加齢とともに



出典：厚生労働科学研究 都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応

増加しますが、認知症でも記憶の問題が見られます。体験したこと自体を忘れて、忘れた自覚がなかったりといった症状がある場合は、認知症が始まっているかもしれません(その他の症状は下参照)。

認知症は予防できる？

「認知症にならない」方法はありませんが、「どうすれば認

専門医に聞きました

認知症の治療は、お薬だけでなく、周囲の接し方や社会参加で進行を遅らせることができます。

認知症が進行しても、編み物や料理、歌など、体で覚えたことは記憶に残っているものです。編み物が好きなら、何かを作ってもらってはいかがでしょうか。一方で、できないことを責められると、無気力になったり、怒鳴ったりすることもあります。周囲のちょっとしたサポートで、認知症の人や家族が暮らしやすくなることがあります。例えば、認知症の人が、ごみを出し忘れていたら、近所の人が声を掛けることで解決するかもしれません。子どもから大人まで、認知症のことを知っていただく機会を関係機関とともににつくっていきたくと考えています。



徳島市医師会認知症対策委員長 笠松哲司さん

知症になりにくい」ということは分かってきています。

脳の状態を良好に保つため、「運動」「食事」「社会参加」に気を配り、健康な生活を心掛けることが大切です。

また、症状の軽い段階で、薬を飲むことや、周囲が適切な関わりを持つことで、進行を遅らせることができます。

早めの相談が大事！

早めの相談は、早期診断によ

る治療のメリットのほか、認知症を理解して、今後のより良い生活を考える準備につながります。不安や苦しさを一人で抱え込まないことが大切です。思い切って相談することで、自分を理解してくれる人や憩える場所に出会うことができます。



次号は、地域での支援などを紹介します。暮らしやすいまちを一緒に考えていきましょう。

家族がつくった「認知症」早期発見のめやす

◆もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う



◆時間・場所がわからない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある



日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。いくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医などに相談してみたいかがでしょう。

◆意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる



◆判断力・推理力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった

◆人柄が変わる

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

◆不安感が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える



相談窓口

徳島市地域包括支援センター ☎0120-24-6423 ☎624-6675(平日9:00~17:15)
 徳島県認知症コールセンター(徳島県委託・認知症の人と家族の会徳島県支部) ☎678-4707 ☎678-8110(平日10:00~16:00)
 徳島県認知症疾患医療センター ☎631-7172 ☎631-7130 (平日10:00~12:00, 13:00~16:00)
 ※その他の相談窓口や医療機関の一覧は、認知症支援ガイドブック(市ホームページに掲載、市役所南館1階高齢福祉課で配布)をご覧ください。



出典：公益社団法人認知症の人と家族の会作成

【問い合わせ先】 高齢福祉課 (☎621-5574 ☎624-0961)