

# 市報うんなん Unnan

7  
2023 No.224

特集

みんなのでつくろう、

雲南市の「ミライチズ」!

〜第3次雲南市総合計画〜(2ページ)



Instagram  
はじめました!

今月の表紙：チャレンジデー 2023 ～全国共通イベント「バスケットボール入れ」に挑む参加者たち～

## 策定の進め方

### 策定の視点

3つの視点をもって策定に取り組みます。

#### ①市民とともに作る計画

将来を担う若い世代をはじめ、多くの市民や事業者等の参画機会を設けるとともに、ウェブサイト等を活用しながら策定過程を公開し、機運醸成に努めます。

#### ②誰もがわかりやすい計画

市民目線で、まちづくりの目標やめざす姿をわかりやすく表現し、市民とともに目標の実現に取り組める計画づくりに努めます。

#### ③実現性・実効性を確保した計画

将来の人口動向や財政状況を十分に想定し、施策の実現性や事業の実効性を確保した計画づくりに努めます。

### 雲南市総合計画策定委員会の設置

地域推薦や公募、各分野から20人の委員を選出し、策定に関する審議をしていただきます。

委員の内訳：男性11人、女性9人／20代～40代12人、50代4人、60～70代4人

### 市民意見の反映

市民の皆さんにご意見をいただく場を以下のとおり計画しています。

7月15日(土)	第1回まちづくりワークショップ	令和6年1月	タウンミーティング (6町単位での意見交換会)
10月21日(土)	第2回まちづくりワークショップ	4月	パブリックコメント (基本構想案に対する意見募集)
～12月	市長との意見交換会(総合計画関連)		

※基本構想案は令和6年度雲南市議会6月定例会に上程します。

### 5/28 総合計画策定キックオフフォーラム「みんなでつくろう！雲南の“ミライチズ”」

第3次雲南市総合計画の策定の始まりとなるキックオフフォーラム「みんなでつくろう！雲南の“ミライチズ”」を開催し、約90人が参加しました。

基調講演では、龍谷大学 深尾昌峰副学長より、従来の価値観が変わりつつある中で「豊かな環境がある雲南市にとってはチャンス」、「変人（地域や社会を変える人）を称えよう」、「農業の可能性」、「エネルギーの地域循環」などをキーワードに、市民目線でどんな未来をつくりたいかを描き、どうしたら実現できるかをみんなでかたちにしてほしいと、これからのまちづくりを考える上で多くの示唆をいただきました。

その後、まちづくり実践者によるトークセッションや会場全体で感想共有、意見交換を行いました。

当日の様子を市公式YouTubeチャンネルで視聴できます。

右記二次元コードを読み取ってご覧ください。

YouTube▶  
市公式チャンネル



トークセッションの様子



### 7/15 第1回まちづくりワークショップを開催します。

どなたでも気軽に参加ください。

**とき** 7月15日(土) 13:30～16:30

**ところ** 雲南市役所5階全員協議会室

**申し込み** 参加を希望される方は政策推進課まで申し込みください。

この他に開催するタウンミーティング、市長との意見交換会などを通して、皆さんの思い描く“ミライチズ”をぜひ教えてください。(市長との意見交換会については4ページに掲載)

# みんなでつくろう、雲南市の“ミライチズ”！

## - 第3次雲南市総合計画 -

【問】政策推進課 ☎0854-40-1011



5月28日に開催したキックオフフォーラムの様子

雲南市では、今後10年間のまちづくりの目標や方針を定める第3次雲南市総合計画の策定をすすめています。

この総合計画は、雲南市のめざす姿を描く、まさに“ミライチズ(未来地図)”です。どんな未来をつくりたいか、どうしたら実現できるかをみんなで考え、一緒につくっていきましょう。

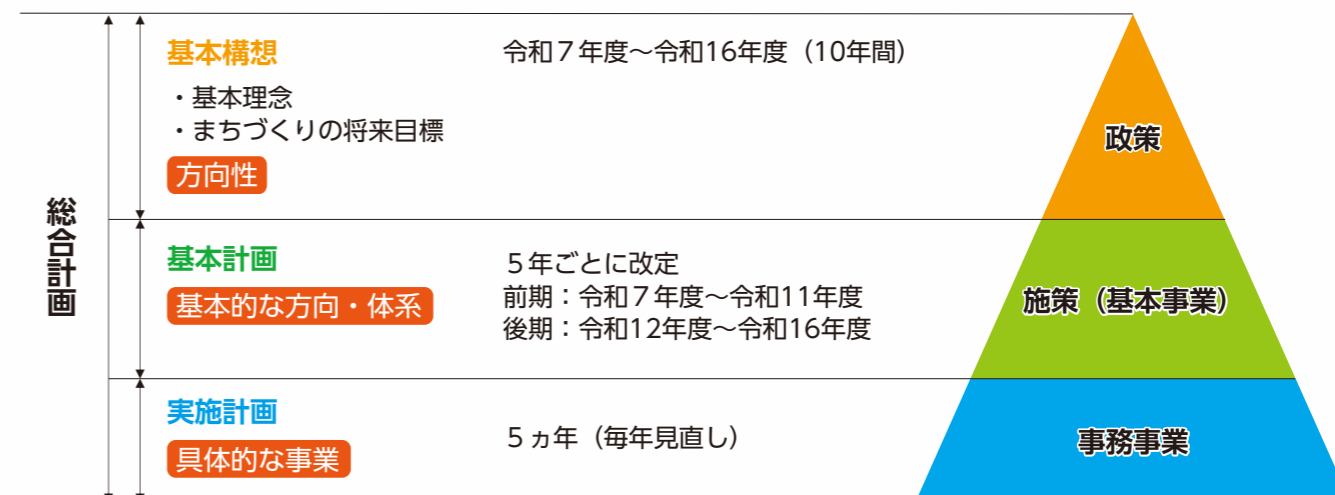
## なぜ新たな総合計画を策定するのか？

これまで、市民との協働によるまちづくりを進め、地域自主組織をはじめとした多様な主体による地域づくりが行われています。一方で、人口減少が進み、自然災害や感染症の流行、デジタル化の急速な進歩や価値観の多様化などにより新たな課題も生まれています。

こうした社会環境の変化を踏まえ、今後めざすべき姿を市民の皆さんとともに考え、策定していく必要があります。

## 総合計画とは？

市のすべての分野における最上位計画で、雲南市のまちづくりの基本方向を示すものです。総合計画は基本構想、基本計画、実施計画から構成されます。



# 市政に対する皆さんの「思い」を聞かせてください！

【問】広報広聴課 ☎0854-40-1015

市では、市民の皆さんからの市政に関する思いや意見を市政運営へ反映させる取り組み（広聴）の充実を図っています。  
皆さんのご意見・ご提案をお待ちしています。

## 1 まちづくり懇談会

市内まちづくり団体（10人以上20人程度まで）と市長とまちづくりに関するテーマについて意見交換を行います（※陳情・要望を目的としたものを除く）。

【問い合わせ先】広報広聴課 / 【申し込み先】総合センター自治振興課・市民サポート課

## 2 市政懇談会（市長との意見交換会）

市政懇談会として、学生、子育て世代などのさまざまな立場のグループ・団体（10人以上20人程度まで）との意見交換会を行います。少人数単位でふれあいながら意見交換を行います。

【問い合わせ・申し込み先】広報広聴課

## 3 市政への提案箱

市民の皆さんの市政に対するご意見を聞き、時代や社会の変化に適切に対応し、市民の皆さんに親しまれる行政サービスを提供するため、市政に関する提案を募集する「市政への提案箱」を設置しています。いただいた提案は、今後の市政の参考にさせていただきますので、次の留意事項を確認していただき、皆さんのご提案をお寄せください。

### 留意事項

- ① 市政に関する建設的なご提案をお聞かせください。
- ② 回答を希望される方は、**氏名、住所、電話番号を必ず明記**してください。また、回答した提案は個人が特定されないよう配慮（内容を要約など）したうえで市公式ホームページ（右記二次元コード）に公開します。
- ③ **1回の提案につき1テーマ**としてください（様式は任意様式）。
- ④ 次に該当するものについては、回答しませんのでご了承ください。
  - ・氏名、住所、電話番号がないものや匿名のもの
  - ・個人や団体などを誹謗中傷するもの
  - ・市政に関係のないもの
  - ・回答を希望しないもの
  - ・営業目的のもの
  - ・その他市長が回答をする必要がないと認めるもの
- ⑤ 回答は原則1ヵ月以内に行いますが、内容によって日数を要する場合があります。
- ⑥ 提案に記載された氏名、住所などの個人情報は提案内容の確認などに使い、他の目的には使用しません。



これまでにいただいた提案内容

### 提案方法

- ① しまね電子申請サービス：右の二次元コードから送信してください。
- ② Eメール：広報広聴課に送信してください。  
✉ unnan-teianbako@city.unnan.shimane.jp
- ③ 郵送：〒699-1392 雲南市木次町里方521-1 雲南市役所 広報広聴課「市政への提案箱」宛て
- ④ 持参：市役所本庁舎または各総合センターに設置している「市政への提案箱」ポストに投函ください。
- ⑤ FAX：0854-40-1029



しまね電子申請サービス



▲二林鎮にて確認書を取り交わす石飛市長と蔡市長

5月18日から20日の3日間、石飛市長が台湾の彰化県二林鎮や台北市などを訪れました。

【問】広域観光・インバウンド推進室  
☎0854-40-1054

### 友好協力の確認書を交わす

今年4月には、彰化県二林鎮の蔡詩傑市長や同市を中心活動する樂林フードバンクの洪毓雯理事長をはじめとする皆さんが雲南市を訪問されています。

彰化県二林鎮では、石飛市長と二林鎮の蔡詩傑市長が両地域の文化交流・経済交流などにおける友好協力に関する確認書を交わしました。

石飛市長は「二林鎮と雲南市は農業などの面で共通点が多く交流の発展性を感じた。雲南産品の輸出や高校生の交流などの取り組みを進めていきたい」と話し、二林鎮の蔡市長からは「この確認により自治体同士の国境を越えた交流が可能になった。1+1が2よりも大きな相乗効果を得得することとを期待する」と今後の取り組みに対して前向きな発言がありました。

## 雲南市と台湾 彰化県二林鎮のさらなる友好協力に向けて

### 交流の深化・再開をめざして

雲南市は平成23年から雲南市産の「うやま米」、「プレミアムつや姫たたら焙米」を台湾へ輸出し販売しており、台湾での新米フェアにも参加しています。今回、雲南市産米の販売店舗への訪問や三刀屋高校掛合分校が検討している米の販売予定場所などの確認も

行いました。また、雲南市は令和元年に真理大学と文化交流などに関する覚書を締結しています。新型コロナウイルスの影響で交流が一時中断していましたが、改めて取り組みを進めることを確認しました。その他にも、高校の研修旅行先の候補地の訪問や、台湾の旅行事業者に向けた市内観光施設の紹介や商談などを行いました。



▲高校の授業を視察する様子



▲真理大学との意見交換の様子

今回の訪問をきっかけとして、高校の研修旅行を通じた文化交流や雲南市の米の販売拡大や特産品などの取引の拡大、観光面の連携など台湾との交流をさらに深めていく予定です。

5/15月

## 交通事故ゼロをめざして！ 交通安全テント村



「交通安全テント村」が、春の全国交通安全運動（5月11日～20日）に合わせ、雲南市交通安全対策協議会掛合支部の主催により道の駅掛合の里駅鈴前駐車場で開設され、掛合保育所の園児や関係者など約40人が参加しました。

今年の春の全国交通安全運動の重点は「こどもを

始めとする歩行者の安全確保」、「横断歩行者事故等の防止と安全運転意識の向上」、「自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底」で、この日は掛合保育所の園児と一緒にドライバーに啓発グッズを配布し、交通安全の徹底や安全運転を呼び掛けました。



▲ドライバーに安全運転を呼び掛ける園児



▲参加された皆さん

5/25木

## 加茂小3年生が地域のお宝 「お茶」について学びました！



加茂小学校3年生は、総合的な学習の時間で加茂町の「地域のお宝」の学習に取り組んでおり、加茂町の特産品である「お茶」について学ぶため加茂町砂子原にある砂子原茶業組合の茶畑で校外学習を行いました。

現在、砂子原茶業組合では、約4haの面積でお茶を栽培しており、この面積は加茂小学校の校庭に換算するとおよそ4つ分になるそうです。

その茶畑で、砂子原茶業組合の坂本英治さん（加

茂町砂子原）から砂子原のお茶の歴史や栽培などについて説明を聞き、お茶を摘む際に新芽とその下の葉3つを摘む「一芯三葉」について教わりました。3年生たちは茶畑で新芽を探しては“一芯三葉”になるようにお茶を摘みました。

その後、製茶工場を見学し、加藤秀一組合長（加茂町砂子原）から、収穫した茶葉の加工工程を教わりました。



▲茶摘みする児童たち



▲製茶工場で説明する加藤さん

# うんなん日和



まちの話題を  
紹介します

雲子ちゃん



5/10水

## 三刀屋高校掛合分校 「つや姫」の田植え体験学習

三刀屋高校掛合分校2年生22人が吉田町民谷で田植え体験学習を行いました。

掛合分校では、毎年2年生が「総合的な探究の時間」で農業体験に取り組んでおり、宇山営農組合やさまざまな専門家の協力のもと、田植えから稲刈りに至る農作業の一部を体験学習し、収穫したお米の販売について高校生の目線で新たな提案をする学習

活動を行っています。

午前には宇山地区のことやお米、農業を取り巻く環境について学び、午後から田植えを体験しました。田植えでは、生徒たちは体操服や体を泥だらけにしながら、植えた苗がまっすぐな列になるよう頑張って手植えました。



▲田植えの様子



▲専門家から説明を聞く生徒たち

5/14日

## 春季開催は4年ぶり！ 第11回さくらおろち湖お花見レガッタ



「さくらおろち湖お花見レガッタ」が斐伊川ローイング協会（会長 佐藤敏晴さん）の主催によりさくらおろち湖で開催されました。

大会は、漕ぎ手4人と舵手でクルーを編成する種目「ナックルフォア」で行われ、5部門30クルー、約150人の選手が参加しました。

スタートの号令と同時に、舵手の掛け声に合わせて漕ぎ手が懸命にオールを漕ぎ、タイムを競い合いました。



▲レースの様子

## 5/28日 入間花田植え



入間花田植えが入間花田植え実行委員会（会長 小豆澤政廣さん）の主催により、入間交流センター裏の水田で行われました。

入間花田植えは、戦後一度途絶えていましたが平成14年から毎年開催されてきました。新型コロナウイルス流行以降、中止もしくは地域の方のみで開催されてきましたが、今年は4年ぶりに一般の方にも公開され、地域の方だけでなく市内外より多くの



▲パレードの様子

写真愛好家が詰め掛けました。

早乙女には、地元の方や三刀屋高校掛合分校の生徒、市内のALT（外国語指導助手）など28人が参加し、紺色の衣装に赤色の帯の衣装を纏いました。

入間天満宮から水田までパレードが行われた後、はやしこが奏でる田植えばやしに合わせて、横一列に並んだ早乙女たちが苗を植えました。



▲はやしこのリズムに合わせて苗を植える早乙女

6/6日

## 脱炭素化をめざして！ 脱炭素経営セミナー



中小企業向け脱炭素経営セミナーをアスエネ株式会社（東京都港区）、株式会社島根銀行との共催により加茂文化ホールラメールで行い、60人が参加しました。

吉山副市長は「市では脱炭素社会の実現に向けてさまざまな取り組みを進めている。本日のセミナーを通して脱炭素に向けた取り組みが皆さんにとって身近なものとなり、脱炭素経営の基盤の強化につながることに期待したい」とあいさつしました。

セミナーでは、アスエネ株式会社 岩田圭弘COO（最高執行責任者）より脱炭素経営と求められる理由などについて説明いただきました。

続けて、市より雲南市脱炭素社会実現に向けた取り組みについて説明したほか、神楽電力株式会社 矢口伸二代表取締役よりオンサイトPPA※1事業

の取り組み、須山木材株式会社 須山政樹代表取締役社長より「ークレジット制度※2の取り組みについて事例紹介されました。

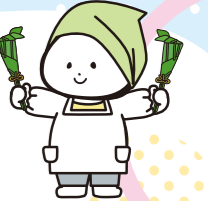
参加者からは「自社には関係ない話だと思っていたが、そのようなことはなく、何事も勉強が大切だと感じました」といった感想がありました。



▲説明する岩田COO

- ※1 発電事業者から発電事業者の自社敷地内で発電された再生可能エネルギーを長期購入契約する仕組み。
- ※2 省エネ設備の導入や森林管理などによる温室効果ガスの排出削減・吸収量を「クレジット」として国が認証する制度。

## 5/27日 笹巻きづくり



笹巻きづくりが一宮交流センターで行われ、三刀屋小学校3年生以上の児童19人が参加しました。

この取り組みは地域自主組織一宮自主連合会の主催によるもので、この時期に食べられる“笹巻き”の食文化の伝承を目的に開催されました。

児童たちは、地域の方から巻き方を教わりながら、捏ねた団子に笹を巻き付けました。その後出来上がった笹巻きは茹でられ、参加者全員で食べました。

参加した児童からは「笹巻きづくりは初めて。笹を破かずに巻くのが難しかった。体験できてよかった」、「家ではあまり作らないので、いい体験になった」といった感想がありました。



▲熱心に笹を巻く児童たち

5/28日

## 生ごみを減らして、脱炭素化へ！ 雲南市環境会議ごみゼロ編



SPOBYアプリの  
詳細はこちら



「雲南市環境会議ごみゼロ編」を公益財団法人うんなんコミュニティ財団との共催により雲南市役所で開催し、市民や関係者約70人が参加しました。

生ごみは水分を多く含み燃えにくく、処分の際に発生する二酸化炭素やダイオキシンが懸念されていることから、市では太陽の光と土壌微生物を利用して生ごみを分解する“キエーロコンポスト”を活用した生ごみの減量化を推進しています。

当日はキエーロコンポストでの生ごみの減量化の

取り組みやキエーロコンポストで削減した脱炭素量を測定アプリ「SPOBY」で測定する実証事業について説明しました。その後、キエーロコンポスト制作や「SPOBY」の活用体験会を行いました。

キエーロコンポストを制作した参加者からは「普通の土が使えて、においが無いのが不思議」、「食用油も直接入れられることに驚いた。早速活用したい」といった感想がありました。



▲SPOBYを説明する様子



▲キエーロコンポスト制作の様子

# 31年間ありがとうございました！

～チャレンジデーは今年で終了します～ 【問】社会教育課 ☎0854-40-1073

15分以上継続して何らかの運動やスポーツをした住民の参加率を競うイベント「チャレンジデー」。平成5年に日本で初めて開催された際に、参加したのが旧加茂町です。その後、雲南市に合併してからも18回参加し、さまざまな自治体と競い合いながら交流を深めてきました。

この取り組みを主催してきた笹川スポーツ財団が社会環境の変化を受けて全国一斉開催という取り組み方を見直すことから、31年間続いてきたチャレンジデーは今年で最後となりました。

## 5/31 岡山県赤磐市と対決！

最後となる「チャレンジデー2023」が開催され、岡山県赤磐市と対戦しました。

市内各地でさまざまなスポーツイベントや体験会などを行い、多くの市民の皆さんに参加していただき、地域や自治会、団体でも体操やウォーキングなどに取り組んでいただきました。

### チャレンジデー2023の結果

	参加人数/人口	参加率
雲南市	18,008人/35,738人	50.4% (銀メダル獲得！)
赤磐市	13,118人/43,392人	30.2%

※令和5年1月の住民基本台帳人口による参加率

上記のとおり、50%を超える皆さんに参加していただきました。この結果、見事**銀メダル**を獲得し、また対戦に勝利することができました。



市の通算成績 9勝8敗（中止1回）

今や有名人!?  
チャレンジマン



この取り組みで生まれたキャラクター「チャレンジマン」も今年で6代目となりました。その間、チャレンジデーでの参加者への応援はもちろん、テレビ番組にも出演し、認知度も向上してきました。

チャレンジデーは終わりますが、雲南市のスポーツ振興のため、チャレンジマンは市民の皆さんを応援していきます。今後のチャレンジマンの活躍にご期待ください！



6代目チャレンジマン

チャレンジデーは今年で終了となりましたが、今後も子どもから大人までスポーツに触れる機会を創出し、人生の「豊かさ」を感じることができるまちづくりをめざしていきます。これまで参加・協力いただき、ありがとうございました。

6/7水

## 大東町に新たな分譲地が誕生します！ 新庄住宅団地造成工事竣工式



新庄住宅団地造成工事竣工式を雲南市および雲南市土地開発公社の主催により行い、関係者27人が出席しました。

雲南市土地開発公社吉山 治理事長は、「市の人口減少に歯止めがかからない中で、子育て世代を中心に呼び込むことが重要となる。そんな中で、この住

宅団地は学校などが近く、また松江市への通勤が容易であるなど、子育て世代や若い世代に魅力に感じてもらえると考えている。今後も魅力ある住宅団地整備を進め、人口減少問題が解決するようしっかりと取り組んでいく」とあいさつしました。

### 住宅団地造成工事竣工式



▲あいさつする吉山理事長



▲新庄住宅団地

6/7水

## ホタル舞う大東！ 赤川ほたる保存会結成40周年記念式典



赤川ほたる保存会結成40周年記念式典が赤川ほたる保存会（会長 松田 勉さん）の主催により大東地域交流センターで開催され、関係者が出席しました。

開会のあいさつで松田会長は「私たちの活動はホタルをはじめとした生態系の保護であり、ホタルが多くなったら終了という訳ではありません。この重要な取り組みを、今後も輪を広げ、後世へ末永くつなげ、豊かな自然が守られていくようにすることが私たち

の使命であると考えています」と話されました。

その後、40年にわたるホタル保護と養殖に努められ、自然保護と観光事業発展に尽くされた功績に対して、恩田哲男さん（大東町大東）に吉山副市長より感謝状を贈呈しました。

恩田さんは「来ていただいたお客さんの『あっホタルだ！』という声、これを聞くと喜んでくれるんだと思うと同時に、これまで続けてきてよかったなと感じます」と話されました。



▲あいさつする松田会長



▲感謝状を受け取る恩田さん



# 「子どもの近視を予防しよう!!」

医療技術部検査技術科 視能訓練士 **小野悦盛**



近年、日本や韓国、シンガポールなどの東アジア・東南アジア諸国において、近視人口は爆発的に増加しており、高校卒業までに80~90%の人が近視になるといわれています。また米国やヨーロッパ諸国においても、近視の人口は増加の一途を辿っており、世界的な問題となっています。そこで、今回は「小児の近視予防」についてお話しします。

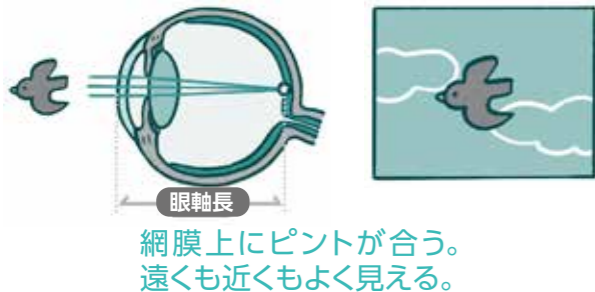
## 目の発達

心や体が成長し発達していくように、目も生まれたばかりの新生児では明暗がわかる程度の視力しかなく、目の大きさ（眼軸長）は約17mmです。その後急激に成長・発達し、3歳ごろになると視力は1.0に、眼軸長は22mmほどの大きさになります。それからは緩やかに、視力は9歳ごろまでに完成し、眼軸長は成人で24mm程度になります。

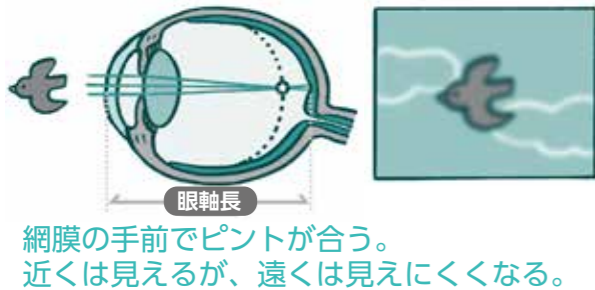
## 近視とは

目が良い状態（正視といいます）の方は、遠く離れた物体や景色などが目の奥の網膜上に結像するため、遠くのもののはっきりと見えます。そしてピント調節をする（できにくくなる状態が老眼です）ことによって近くのものもよく見えます。これに対して、近視の方は、近くのもののはっきりと見えますが、遠くのもののはぼやけて見えにくい状態になります。近視の方のほとんどは眼軸長が伸びて長くなることで発症します。

### 正視



### 近視（軸性）



## 近視発症の原因

遺伝と環境要因の両方が原因と考えられています。環境要因としては勉強や読書、タブレットやスマートフォンの画面を見る時などに、長時間であるほど、見る距離が近いほど（30cm以上で離して見ることを推奨）近視になりやすく、進行もしやすいと考えられています。屋外活動が少ないことも要因となります。

## 近視が進むとどうなる？

近視が進行することにより、眼軸長が伸びて眼球組織が薄くなります。近視の中でも「病的近視」という状態になると、網膜剥離や黄斑変性、緑内障などさまざまな眼疾患を引き起こし失明することがあります。令和元年度の全国調査では、中途失明（視覚障害1級）の原因疾患として5番目に多い疾患になっています。

## 生活の中で近視を予防するには？

日常生活習慣を見直すことで近視の進行はある程度予防することができます。

個人差もありますが8歳前後をピークとして5~15歳くらいまでが最も近視が進行しやすい時期になりますので、この時期は特に近視が進行しないような生活習慣を身に付けることが大切です。

- 1 勉強・読書・ゲームなどのように近くで物を見る作業を20~30分したら20秒以上は外の景色など遠くを眺めて休憩する。
- 2 暗いところで読み書きをしない。
- 3 必要以上に眼を近づけてものを見ない。（少なくとも30cm以上は離す）
- 4 1日にできれば2時間は外で遊ぶようにする。（日光を浴びる）
- 5 良質な睡眠をとる。（早寝早起き）

※米国眼科学会議は、「20-20-20」ルールといって20分に1回、20秒間、20フィート（約6m）離れたところを眺めることを推奨しています。

## あとがき

軽い近視は、現代の近くを見るが多くなった環境に対する適応であるとするならば仕方ないことかもしれませんが、近視になる年齢が早ければ早いほど、強い近視（病的近視）になりやすいので注意が必要です。近視を予防する方法が世界中で研究されていますが、まだ有用には至っていません。近視にならない、進ませないような生活をするのが大切です。

# 雲南病院だより

## 「かすり傷の処置」



外科診療科部長 **成田 公昌**



夏を迎えるにあたり外出の機会も増え、かすり傷などのごく軽いけがをする機会も増えてきます。皆さんはかすり傷を負ったときどのように対処していますか。皆さんはかすり傷を負った病院で、実際にやっている「ミツ」のやり方を教えますので、ぜひ実践してみてください。

**①傷を洗う**  
ポイント①傷を洗う、ポイント②きれいにした状態で傷を覆うの2つです。

かすり傷はまず水道水でよく洗うことです。ココが一番大事なポイントです。痛いし、しみるので病院に行けばもっといいやり方があるかなと思われれるかもしれませんが、病院に来ていただいても、実は同じで、自分で病院の水道で傷を洗っていただくのです。



繰り返すにありますが、コツはよく洗うことです。ちよつと水をつける程度でなく、水を流しながら手などでこすって洗います。せっけんはつけなくていいです。泥で汚れているときはガーゼなどの布で軽くこすりながら流すと汚れが取れやすいです。洗い終わったらきれいな布（ガーゼなど）でそつと水気を取ります。



**②きれいにした状態で傷を覆う**  
昔は傷は乾燥させる方がいいと言われていました。確かにかさぶたができるとその下で傷が治るので乾いた方がいいと思われがちですが、数十年前から傷は湿った環境の方が治りがいいということが常識になってきました。一番いいのはモイストヒーリングパッド（ハイドロコロイド）など皮膚の湿度を保つことができる専用の素材で傷を覆うことです（キズ○○○パッドなどの、肌色でゴムのような手触りのものです）。昔のようにガーゼだけで直接傷を覆うと、傷が乾燥し、ガーゼが傷にくっつきまますのでこのやり方はあまり行われていません。

## ③傷が化膿したら

以上でほとんどの方のかすり傷は治っていきませんが、洗いが不十分で傷にたくさんばい菌が残ってしまったり、体の抵抗力が落ちていたり、場合などは、傷が化膿することがあります。そのような場合は病院の外で見てもらうのが良いでしょう。傷が化膿したときは、治るのに時間がかかったり、ばい菌をやっつけるお薬を飲んだりする必要があります。

医療保険制度ではガーゼなど傷を覆うもの（創傷被覆材）とい



## 職員採用試験案内

令和6年4月1日採用予定の職員採用試験を行います。受験希望の方は受付期間内に申込書を提出してください。詳細は雲南市立病院ホームページ (<https://unnan-hp.jp/>) に掲載しています。

### 1. 試験区分、採用予定人数および受験資格

試験区分	採用予定人数	受験資格
看護師	10人程度	昭和58年4月2日以降に生まれた方で、看護師の免許を有する方（免許取得見込みの方を含む）
保健師	1人	平成5年4月2日以降に生まれた方で、保健師の免許を有する方（免許取得見込みの方を含む）
理学療法士	1人	平成5年4月2日以降に生まれた方で、理学療法士の免許を有する方（免許取得見込みの方を含む）
臨床検査技師	1人	平成5年4月2日以降に生まれた方で、臨床検査技師の免許を有する方（免許取得見込みの方を含む）
診療放射線技師	2人	平成5年4月2日以降に生まれた方で、診療放射線技師の免許を有する方（免許取得見込みの方を含む）
臨床工学技士	1人	平成5年4月2日以降に生まれた方で、臨床工学技士の免許を有する方（免許取得見込みの方を含む）
相談員	1人	平成5年4月2日以降に生まれた方で、社会福祉士の免許を有する方（免許取得見込みの方を含む）
一般事務職（行政職）	若干名	平成5年4月2日以降に生まれた方で、高校卒業程度の学歴を有する方

### 2. 受付期間

- 受付期間 7月19日(水)まで
- 受付時間 9時～16時まで（土・日・祝日を除く）
- 郵送の場合 7月19日(水)までに到着したものを受け付けます。



### 3. 試験日時および試験会場

#### 【看護師・保健師】

試験日時	8月2日(水) 受け付け：13時～13時15分 ・試験開始：13時30分
試験会場	雲南市立病院

#### 【理学療法士・臨床検査技師・診療放射線技師・臨床工学技士・相談員】

試験日時	8月9日(水) 受け付け：13時～13時15分 ・試験開始：13時30分
試験会場	雲南市立病院

#### 【一般事務職（行政職）】

試験日時	第1次試験 8月6日(日) 受け付け：9時～9時15分 ・試験開始：9時30分 第2次試験 8月30日(水) ※第1次試験合格者のみ実施します。また、日程などの詳細は第1次試験合格通知の際にお知らせします。
試験会場	雲南市立病院

※職員採用試験を通じて収集した受験者の個人情報は、職員採用試験および職員として採用された後の人事管理にかかわる事務に利用することを目的とし、それ以外の目的のために使用することはありません。

**【随時募集】 正規職員の薬剤師を募集しています。**

【問い合わせ先】 雲南市立病院 総務課人事係 ☎0854-47-7532（直通）

## 運動と睡眠の関係 ～運動と睡眠は助け合い～

先日開催された「2023 WORLD BASEBALL CLASSIC」で、見事3度目の優勝を飾った日本代表は記憶に新しいです。日本代表の活躍を観るためテレビの前で釘付けになった方も多いのではないのでしょうか。中でも大谷翔平選手おおたにしゅうへいの活躍は素晴らしかったですね。

その大谷選手ですが普段の練習もさることながら「睡眠」も大切にしているようです。睡眠と身体の活動には深い関係があります。今回は「睡眠と運動の関係性」についてお話しします。

### 睡眠って

睡眠とは「ねむる」ことです。睡眠のメリットの代表的なものは疲労回復といわれています。その他にもたくさん効果があります。



- 疲労回復…  
睡眠中は「副交感神経」が働き、日中に活動した分の疲労を回復させる効果があります。
- 脳の創造と修復…  
レム睡眠で脳の「創造」、ノンレム睡眠で脳の「修復」をし、脳に成長と適度な休息を与えます。
- メンテナンス効果…  
体の管理に大きく関わっているのが、主に睡眠中に脳下垂体から分泌される成長ホルモン。体のあらゆる細胞を再生させる重要なホルモンです。筋肉の再生や成長、肌細胞の再生を促し美容効果も期待できます。良質な睡眠をとることでより多くの成長ホルモンが分泌されますので、美容のためにも有用です。
- 生活習慣病の予防…  
睡眠を含めた生活リズムを整えることで生活習慣病の予防にもつながります。
- 肥満防止と食欲の管理…  
睡眠不足だと食欲促進ホルモンが過剰分泌となり、食欲過剰で肥満につながります。
- ストレス予防…  
睡眠不足は自律神経の乱れにつながり、精神面へ悪影響を与えてしまいます。
- 認知症の予防…  
良質な睡眠をとることで脳内の老廃物を排出する役割を持つ「グリア細胞」を活性化することができます。

### 良質な睡眠をとるための運動

体を動かすことは、日中の活動が促進され眠りの質を高めるメリットがあります。一方、質の良い睡眠があることで、疲労の回復、仕事の作業効率の向上を期待することができ、お互いの相乗効果が期待できます。左記に挙げたメリットを生かすことができる運動を少しですが紹介します。

### 運動の種類（例えば、どんな運動がいいの？）

#### 有酸素運動…

ジョギング、早歩き、水泳など、長い時間、続けることができる運動です。会話が出来る程度の運動強度にすることがポイントです。眠りを改善し、不眠の症状を軽減する効果があります。30分～1時間程度を目安としてください。



#### ヨガ…



腹式呼吸、瞑想、ストレッチなど、決められたポーズを行うことで、心身をリラックスさせ、眠りに入ることを助けます。不眠の改善にも利用されます。

### 運動のタイミング

毎日ではなく、まずは週3回程度から始めてみてください。

有酸素運動をするときは、夕方～就寝時間の2、3時間前までに終了してください。

運動することで体温が上昇し、30～90分経つと徐々に体温が下がってきます。このときの体温の下がり、入眠を促進するといわれています。

今回は睡眠と運動の関連について話しました。

これから暑い時期となります。寝苦しく睡眠不足になりがちになりますが、適度な運動と良質な睡眠をとることで「めざせ健康長寿日本一！健康都市うんなん」をめざしましょう。

加えて、栄養と水分摂取を忘れず、睡眠のとり過ぎ（寝過ぎ）には注意しましょうね。



## 屋内は原則禁煙です。 受動喫煙防止のルールを守りましょう！



喫煙は、肺がんをはじめとする多くのがん、心臓病や脳卒中などの循環器疾患、ぜんそくや慢性閉塞性肺疾患（COPD）等の呼吸器疾患などにかかるリスクを高めます。また、そのリスクは、たばこを吸わない方に及ぶこともあります。喫煙者が吸い込む煙（主流煙）だけでなく、たばこから立ち昇る煙（副流煙）や喫煙者が吐き出す煙（呼出煙）にも、ニコチンやタールはもちろん、多くの有害物質や発がん性物質が含まれます。

本人は喫煙しなくても身の回りのたばこの煙を吸い込んでしまうことを「受動喫煙」といいます。たばこの有害物質は、主流煙よりも副流煙に多く含まれているため、家族に喫煙者がいたり、喫煙可能なお店で働いたりするなど、受動喫煙にさらされる機会が多い方は、肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群等のリスクが高まるなど、健康への悪影響を受けることが分かっています。

屋外や家庭などで喫煙する際にも、望まない受動喫煙を防ぐために、周囲への配慮をお願いします。

平成30年7月、健康増進法の一部を改正する法律（改正法）が成立し、受動喫煙を防ぐための取り組みが「マナー」から「ルール」へと変わりました。

### 受動喫煙対策ルールの主なポイント

#### 1. さまざまな施設において、原則屋内禁煙

多くの利用者がある施設、飲食店などの施設においては、屋内原則禁煙です。学校・病院・児童施設等、行政機関などについては、敷地内禁煙となり、屋内に喫煙室等の設備を設けることができません。

※こうした施設の屋外には、必要な措置が取られた場所に限り、喫煙場所の設置ができます。

#### 2. 20歳未満の方は喫煙エリアへの立ち入りが禁止

20歳未満の方については、たとえ喫煙を目的としない場合であっても、喫煙エリアへの立ち入りは禁止です。

#### 3. 喫煙室がある場合には標識を掲示

各種喫煙室には設備に応じて標識の掲示が必要です。

ルールを守って、望まない受動喫煙をなくす取り組みへの協力をお願いします。

内容は、健康づくりや介護予防に役立つ運動の理論を中心に、日常生活で身体活動を高める方法や、正しく効果的な運動（有酸素運動・筋力トレーニング・柔軟運動）の実践とその指導方法などについて、座学と実技を交えて詳しく学びます。

#### 養成講座の具体的な内容と地域実践までの流れ

内容は、健康づくりや介護予防に役立つ運動の理論を中心に、日常生活で身体活動を高める方法や、正しく効果的な運動（有酸素運動・筋力トレーニング・柔軟運動）の実践とその指導方法などについて、座学と実技を交えて詳しく学びます。

#### 受講生募集中！ 「地域運動指導員養成講座」

こげなここと  
しとーます！

## 研究所 うんなん

健康づくりに役立つ情報や、研究所うんなんの活動を紹介します！  
身体教育医学研究所うんなん（☎0854-49-9050）

※この二次元コードをスマートフォンなどで読み取ると研究所ホームページが閲覧できます。

あなたは自分や家族、身近な方の健康づくりを「運動の力」でサポートしてみませんか。養成講座の申し込みや問い合わせは研究所うんなんに連絡してください。



これまでの養成講座の様子



終了後は先輩指導員の支援を受けながら、高齢者いきいきサロンでの運動遊びの紹介などの見学や体験を経て、市民の健康づくり・介護予防のための運動普及・啓発を実践していきます。

こんにちは、  
**保健師**  
です。  
215

# わが家のHOPE

7月で満1歳おめでとう



あべ こうへい  
**安部 航平**ちゃん（大東町）  
まさかず たへし  
正一さん・多栄さんのお子さん  
こうちゃん1歳おめでとう🎂  
元気一杯笑顔一杯大きくなってね🥰  
生まれてきてくれてありがとう❤️



とが ひまり  
**梅 陽葵**ちゃん（加茂町）  
しんじ あゆみ  
慎二さん・亜由美さんのお子さん  
ひまちゃん1歳おめでとう❤️ いつも  
にこにこ笑顔が癒したよ～🥰 これか  
らもゆっくり大きくなってね～❤️❤️



ふじた かほ  
**藤田 夏帆**ちゃん（加茂町）  
こういち ちあき  
孝一さん・千晶さんのお子さん  
夏帆ちゃんお誕生日おめでとう🎂  
かわいい夏帆ちゃんが大好きだよ！  
元気に大きくなってね！



まつむら いなつ  
**松村 伊夏**ちゃん（掛合町）  
たつき ともよ  
樹さん・知世さんのお子さん  
いなっちゃん1歳おめでとう🎂🌟 お姉ちゃんに鍛えられる毎日！ 仲良し姉妹で元気いっぱい笑顔いっぱい大きくなってね🥰❤️



やまね いっせい  
**山根 一晴**ちゃん（大東町）  
たかはる ちかこ  
隆晴さん・千花子さんのお子さん  
いっくん1歳のお誕生日おめでとう🎂  
癒しのいっくん🥰  
ゆっくり大きくなってね❤️



ゆむら みなみ  
**湯村 美波**ちゃん（掛合町）  
お誕生日おめでとう🎂  
可愛くて我が家の癒しの美波ちゃん❤️  
産まれてきてくれてありがとう🥰

### 8月で満1歳（令和4年8月生まれ）のお子さんを募集！

写真に①お子さんの名前（ふりがな）、②お子さんの誕生日、③保護者の名前（ふりがな）、④保護者の名前の掲載希望の有無、⑤住所、⑥電話番号、⑦コメント（40字程度）を添え、郵便またはE-Mailで**7月6日(木)**までに広報広聴課へ送付ください。

郵送される場合の宛て先  
〒699-1392 雲南市木次町里方 521-1  
雲南市役所広報広聴課「わが家のHOPE」係

E-Mailを送られる場合の宛て先  
kouhoukouchou@city.unnan.shimane.jp  
(タイトルは「わが家のHOPE」としてください。)

【問】 広報広聴課 ☎0854-40-1015

※携帯電話で撮影される場合、顔のアップを撮影されると卒にきれいにおさまらないことがありますのでご注意ください。  
※市ホームページおよび子育てポータルサイトにも「わが家のHOPE」を掲載します。  
※お送りいただく個人情報は「わが家のHOPE」以外の目的には使用しません。  
※郵便物またはメールが届きましたら、広報広聴課から「到着確認」の連絡をします。投稿後、当課から連絡がないときは問い合わせください。

子育てポータルサイト  
ゆっくり、子育て。雲南市

子育て情報をひとまとめにしたサイトです。ぜひ、活用ください。  
<http://kosodate-unnan.jp> または、右記の二次元コードから



国際交流員(CIR)スーキ・パチェコ・ジャン・ポールの異文化交流コーナー

# マイストーリーズ My Stories

## 第19話「青春、夏かしいね」



夏休み、楽しんでますか。ゆっくり休んでますか。暑がりな僕は、冷房をつけたまま寝ています。

夏ごろはいつも青春を懐かしく思います。5月下旬に学年最後の期末試験を終わらせ、学校のことをすっかり忘れる3ヵ月間の夏休みは、まさにアメリカの青春の象徴です。

3ヵ月間。恋愛を告白からお別れまで体験できるほど長い休みは確かに懐かしいです。一方で、大人になって過去の自分を振り返れば「3ヵ月間もいったい何をしていたんだろう」とも思います。雲南市内の学校訪問でアメリカの夏休みを紹介するたびに、子ども達が

日本の夏休みの方が短いことを知ると「アメリカへ行きたい」とびっくりしてくれます。今の僕だったら、3ヵ月どころか1週間のお休みだけでも、「何をしたらいいんだろう」とソワソワしてくるかもしれません。やはり、そんな「今を生きる」能力もやがて時間が経つと風化してしまうようですね。

それにしても、夏が終わるまでに海に行く時間をぜひ作ってみます。大人の自由を満喫しようと思います。



▲インディアナポリスの街並み



▲ガゼボ(東屋)



▲サイロ

引用(画像): (左) By Gnelson28 - Own work, CC BY-SA 4.0, https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=74871853 (右) By Corey Coyle, CC BY 3.0, https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=59110472



## 市役所からの お知らせ

### お知らせ

ありがとうございます

次のご寄附をいただきまして、厚くお礼申し上げます。

### 雲南市 現金

島根水道株式会社雲南支店 (木次町)

加茂図書館  
速水 弘子さん(加茂町)  
井田 員子さん(加茂町)

## 今月の税金

- 固定資産税 (第2期)
  - 国民健康保険料 (第1期)
  - 後期高齢者医療保険料 (第1期)
- 納期限は7月31日(月)です。

口座振替の方は、前日までに残高を確認してください。

### ダムの放流にご注意!

#### 防災安全課

☎0854-40-1027

今年も出水期に入りました。

川での作業、釣り、子どもの水遊びなどには十分気を付けてください。

ダムの放流を知らせるサイレンが鳴ったときには、川の水が増えますので、すぐに川の土手(堤防)から外へ出てください。

#### 【問い合わせ先】

##### 尾原ダム

国土交通省出雲河川事務所尾原ダム管理支所  
☎0854-48-0780

##### 阿井川ダム

中国電力株式会社東部水力センター出雲土木課  
☎0853-21-6157

### 第73回「社会を明るくする運動」

#### 人権センター

☎0854-42-1767

7月は「社会を明るくする運動」(犯罪や非行を防止

し、立ち直りを支える地域の「チカラ」の強調月間です。この運動は、「犯罪や非行を防止し、安全で安心して暮らすことのできる明るい地域社会を築くこと」、「犯罪や非行をした方が再び犯罪や非行をしないように、その立ち直りを支えること」をめざしています。

犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした方たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築いていきましょう。

### 家計調査にご協力を

お願いします

#### 広報広聴課

☎0854-40-1015

総務省統計局、島根県では、市内で家計調査を実施しています。調査票(家計簿など)の記入により、国民生活の事態を家計収支の面から明らかにする統計調査です。

9月からは三刀屋町古城で調査が実施されます。

調査員が世帯の名簿の作成や、家計簿の記入の依頼に伺いましたら、調査の趣旨をご理解いただき回答をお願いします。



vol.14

大東高校と三刀屋高校では、都市部で暮らす高校2年生が地方の高校で1年間を過ごす「地域みらい留学365」の留学生を受け入れています。今年度4月に、東京都の在籍校から大東高校へ留学しに来てくれた高地麻央さんを紹介しします。高地さん▶



### Q. 雲南市の高校を留学先に選んだ理由は?

自然が好きなので、雲南市のきれいな田んぼの風景が心に残りました。学校説明会の時にスペシャルチャレンジジュニアプログラムの話を聞いて自分のやりたいこと(チャレンジ)を応援してもらえる環境に魅力を感じました。



▲地域の活動(田植え)に参加する様子

### Q. 雲南市の印象は?

「自分たちのまちを良くしたい」という思いがすごく強いところだなと思います。多様な人の意見を取り入れようとする姿勢があって、とても素敵だなと感じています。

### Q. 1年間でやってみたいこと

1番はスペシャルチャレンジジュニアプログラムを頑張りたいです。また、都会ではできない、自然豊かな雲南市ならではの経験をたくさんしたいと思います。



▲総合計画策定キックオフフォーラムで感想を話す高地さん

### Q. 最後に意気込みをどうぞ!

多くの人と出会い、お話をして、さまざまな価値観に触れたいと思っています。1年間どうぞよろしくをお願いします。

# 広告枠

私たちは、雲南市のまちづくりを応援しています。

## 令和5年度地方税等の改正

令和5年度地方税法等の改正により市税条例の一部を改正しました（令和5年3月31日）。

### 1. 軽自動車税関連

#### ①環境性能割の税率区分の見直し

新型コロナウイルス感染症等を背景とした半導体不足などの状況を踏まえ、異例の措置として、現行の税率区分を令和5年12月末まで据え置く。

令和17年電動車100%（乗用車新車販売）とする政府目標と整合させ、電動車の一層の普及促進を図る観点から、各税率区分における燃料基準達成度を3年間で段階的に引き上げる。

令和5年4月～令和5年12月末：現行の税率区分を据え置き

令和6年1月～令和7年3月末：1段階目の引き上げ

令和7年4月～：2段階目の引き上げ

注）次の税率区分の見直しは3年後（令和8年度）

#### ②種別割のグリーン化特例の見直し

電気自動車を取得した場合における現行の軽減措置（翌年度の種別割▲75%軽減）などについて適用期限を3年延長する。

### 2. 固定資産税関係

#### 固定資産税の特例措置

物価上昇等の現下の経済情勢を踏まえた2年間の時限的な措置として、中小事業者等の生産性の向上や賃上げの促進を図るため、中小事業者等が中小企業等経営強化法に規定する先端設備等導入計画に基づき、生産性向上に資する一定の機械・装置などを取得した場合に当該機械・装置等に係る固定資産税を軽減する。

【問】 税務課 ☎ 0854-40-1034

## 国民健康保険に加入の皆さんへ

### ■ 国民健康保険被保険者証の更新（全員対象）

8月1日に「国民健康保険被保険者証」を更新します。保険証は7月中旬に世帯主宛てに**特定記録郵便**により送付します。70～74歳の被保険者の方には、一部負担金の割合を記載した「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」を送付します。

新しい保険証は交付年月日が「令和5年8月1日」となっています。8月1日以降医療機関を受診される際は、新しい保険証を使用してください。

#### ※「勤務先の健康保険に加入している方」もしくは「扶養認定により、健康保険の扶養になっている方へ」

国民健康保険被保険者証が届いた場合は国民健康保険をやめる手続きが必要です。市民生活課または総合センター市民福祉課・市民サポート課で手続きをしてください。

#### 【必要な書類】

国民健康保険被保険者証、健康保険証、個人番号が確認できる書類、本人確認ができる書類

### ■ 限度額適用・標準負担額減額認定証の更新（対象者のみ）

現在交付している「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は7月31日までとなっています。この認定証をお持ちの方には更新の申請書を送付しますので、8月以降も引き続き交付を希望される場合は、市民生活課または総合センター市民福祉課・市民サポート課で申請してください。

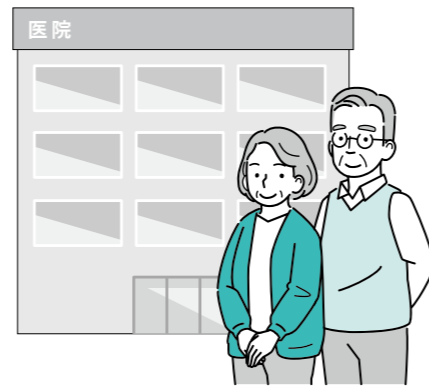
### ■ 国民健康保険料決定通知書を7月中旬に世帯主宛てに送付します

国民健康保険料は国民健康保険加入者がいる世帯の世帯主に対して賦課されます。

令和5年度の国民健康保険料の年額を7月に賦課決定し、決定通知書を7月中旬に世帯主宛てに送付します。

保険料は7月から令和6年3月までの9期に分けて納付していただきます。納付書払いの方は、決定通知書に9枚（9期分）全ての納付書を同封して送付します。

各納期限に注意の上、納付をお願いします。



【問】 保険証・認定証のこと 市民生活課 ☎ 0854-40-1031  
保険料のこと 税務課 ☎ 0854-40-1034

### 暮らしの手続き

#### 環境保全型農業交付金

#### 「江」の設置

農業総務課  
☎ 0854-40-1051

令和5年度より環境保全型農業直接支払交付金事業の取り組みとして「江」の設置が認められました。

「江」の設置とは、水田内に江（小型ビオトープ）のよう

### 毎月19日は 食育の日

うんなんの“食育あいうえお”

雲南市産の食材を使おう

新鮮な地元食材を使い、ご家庭でふるさとの味をご賞味ください

健康づくり政策課 ☎ 0854-40-1040

## 広告枠

私たちは、雲南市のまちづくりを応援しています。

**令和6年度ワイヤーメッシュ設置事業 設置団体の募集**  
林業振興課  
☎ 0854-40-1056

農作物をイノシシなどの有害獣による被害から守るため、国の鳥獣被害防止総合対策交付金を活用し、ワイヤーメッシュ設置事業を実施します。

【事業内容】  
雲南市鳥獣被害対策協議会で一括購入したワイヤーメッシュを、希望される団体（集落・営農組織など）が自力で設置し、長期にわたり維持・管理をしていく事業です。

【事業実施の前提条件】  
・受益農家が3戸以上の団体  
・原則、新規整備が対象  
・受益農家が営農できなくなった場合は、必ず団体内で農作物の作付けを継続すること  
・ワイヤーメッシュで囲んだ農地の周りに捕獲機材（箱わななど）を設置すること  
・令和5年度に受けた被害状況の分かる写真を準備のうえ応募ください。

【設置団体の選定方法】  
申し込みが多数の場合は、被害状況などを勘案し、設置

なもので、市内では「よけじ」ともいいます）を設置することにより、中干し期間中の水生生物の生息環境を確保することで、コウノトリなどの餌場環境の維持にもつながり、生物多様性を保全する取り組みです。  
交付単価、取り組み要件などの詳細は農業総務課まで問い合わせください。

団体を选定します。

【申し込み方法】

申込書を林業振興課に提出してください。

申込書は、市ホームページに掲載しているほか、希望される方には郵送しますので、林業振興課まで連絡してください。

【申込期間】 9月29日(金)まで

農作物鳥獣被害

防止対策事業補助金

林業振興課

☎0854-40-1056

農作物をイノシシなどの鳥獣による被害から守るための、防護柵等の購入・設置に対し、その経費の一部を助成します。

【補助対象者】

市内で農作物の栽培・収穫を行う方

【補助対象物】

今年度購入予定の電気柵、ワイヤーメッシュ、ガルバリウム鋼板、トタン、防鳥ネット、鹿ネット

【補助率など】

・資材購入費の3分の1以内  
・事業費2万円未満は対象外  
【事業費上限額】  
・個人 10万円  
・共同3戸以上・法人 40万円

・クマ対策用の電気柵 50万円  
【その他】  
・既設の防護柵を更新される場合は対象外です(令和3年7月豪雨災害で流出した資材の復旧については対象とします)。

既に防護柵などを設置してある場所であっても、これまでとは異なる有害鳥獣を排除する場合、資材の追加が可能です。

【例1】 既設イノシシ対策用ワイヤーメッシュにサル対策用電気柵を追加設置する場合。

【例2】 既設イノシシ対策用ワイヤーメッシュにシカ対策用電気柵を追加設置する場合。

・今年度内に事業を実施されるものに限る。  
・左記提出書類は購入前に提出してください。

【提出書類】

申請書・計画図・見積書

【申請期限】

令和6年1月31日(水)まで



後期高齢者医療に加入の皆さんへ

☆後期高齢者医療被保険者証の更新(全員対象)

75歳以上の方(65歳以上で島根県後期高齢者医療広域連合が障がい認定した方を含む)が現在お持ちの後期高齢者医療被保険者証「薄緑色」(以下「被保険者証」という)の有効期限は、7月31日までです。

- ①8月1日から令和6年7月31日まで使用できる被保険者証「オレンジ色」は、7月末までに**特定記録郵便**で送付します。
②令和4年中の所得の状況などにより、医療機関で負担いただく割合が8月から変更になることがあります。被保険者証に記載されている自己負担割合(「1割」、「2割」、「3割」のいずれか)を確認してください。

☆「限度額適用・標準負担額減額認定証」、「限度額適用認定証」の更新(対象者のみ)

住民税非課税世帯の方は、医療機関の窓口で「被保険者証」と「限度額適用・標準負担額減額認定証(以下「減額認定証」という)」を提示されると、医療費や入院時の食事代などが減額されます。また、「現役並み所得者(3割負担)」で住民税課税所得が690万円未満の方は、医療機関の窓口で「被保険者証」と「限度額適用認定証(以下「限度額認定証」)」を提示されると、医療費の窓口負担は自己負担限度額までとなります。

「減額認定証」、「限度額認定証」の有効期限は7月31日までとなっております。8月以降の更新方法は以下のとおりです。

- 現在、「減額認定証」、「限度額認定証」を持っている方で、新年度も引き続き該当となる方
⇒7月中に新しい認定証を送付します(更新手続き不要)。
●現在、「減額認定証」、「限度額認定証」を持っていなかった方で、新年度該当となる方
⇒申請手続きが必要です。市民生活課または総合センター市民福祉課、市民サポート課で手続きをしてください。

☆「後期高齢者医療保険料額決定通知書」の送付(全員対象)

7月中旬に「後期高齢者医療保険料額決定通知書」を送付します。令和5年度に納めていただく後期高齢者医療の保険料額や納付方法が記載してありますので確認してください。

☆後期高齢者医療保険料の支払方法(希望者のみ)

年金天引きの方は申し出により口座振替に変更できます。

- (1)「口座振替」の手続きを金融機関窓口で行ってください。
(2)納付方法変更の手続きを債権管理対策課または総合センター市民福祉課、市民サポート課で行ってください。その際、口座振替依頼書本人控え用を持参ください。
※7月31日までに申し出いただきますと、10月分以降の年金からの天引きを中止する手続きを行います。後日、納期などを通知書でお知らせしますので確認ください。

変更方法

【問】市民生活課 ☎0854-40-1031

子育て・保健・福祉

ハンセン病元患者の

ご家族へ

健康づくり政策課

☎0854-40-1040

対象となる方々に

「補償金」を支給します

この補償金は、国が誤った隔離政策により、元患者のご家族の皆さんに多大な苦痛と苦難を強いてきたことを心からお詫びし、その精神的苦痛を慰謝するためのものです。請求に関する情報が、請求から受給まで、請求者およびその指定する者以外に知られることがないように配慮しています。

秘密は守られますので、まずは電話で相談してください。不安な気持ちや質問にも丁寧にご答えます。

【補償金額】

180万円または130万円

※一部同居などの要件あり

【請求期限】

令和6年11月21日(水)まで

【問い合わせ先】

厚生労働省補償金担当窓口

☎03-3595-2262

相談

女性弁護士相談

男女共同参画センター

☎0854-42-1767

法律などに関する相談を希望される女性を対象に、女性弁護士による相談を実施します。相談は無料で秘密は厳守されます。

希望の方は相談日の前日までに電話予約してください。

【日時】8月4日(金)

13時30分から15時40分まで(4枠先着順)

【相談の事例】

結婚、離婚、養育費、慰謝料、養子縁組、パートナー等からの暴力、財産の相続、借金返済、セクハラ、パワハラ、ストーカーなどでお悩みの方は相談してください。

☎0854-42-3838

【今後の実施予定】

12月1日(金)

しまねの福祉・保育

合同相談会開催

健康福祉総務課

☎0854-40-1041

福祉職場に就職を希望する方、令和6年3月卒業見込みの学生への支援を目的に開催されます。

【期日・会場】

◆松江会場

【日時】8月5日(土)12時20分から16時まで

◆島根県立産業交流会館

【日時】8月9日(水)12時20分から16時まで

◆出雲会場

【日時】8月17日(木)12時50分から15時30分まで

◆浜田会場

【日時】8月19日(土)12時20分から16時まで

◆雲南会場

【日時】8月19日(土)12時20分から16時まで

【内容】

・事業所PR(動画上映)

・事業所による就職面談

・就職応援ミニセミナー



二次元コード

【問い合わせ先】

(福)島根県社会福祉協議会

☎0852-32-5957

毎月第3日曜日は うなん家庭の日

家族で取り組める活動を 市公式のfacebook、LINEアカウントで配信中!

7月16日(日)

社会教育課 ☎0854-40-1073



### 募集

**市営・県営住宅の入居者募集**

建築住宅課  
☎0854・40・1065

■市営住宅など入居者

【募集期間】

7月5日(水)から7月12日(水) 17時締切

【募集団地】

7月1日(土)に市ホームページ、7月3日(月)に島根県住宅供給公社ホームページへ掲載します。



(二次元コード)

【決定方法】

選考により入居者を決定します。

■県営住宅、公社定住促進賃貸住宅

【問い合わせ・申し込み先】

雲南住宅管理事務所  
8時30分から18時まで  
(土・日・祝日を除く)

☎0854・47・7151

### 市民農園の利用者募集

農業総務課

☎0854・40・1051

市では市民の方が利用できる市民農園を運営しており、現在区画に空きがあるため、利用者を募集しています。

年間利用料、各区画の面積などの詳細は農業総務課に問い合わせいただくか、市ホームページに掲載しています。

【市民農園所在地】

大東町飯田146番地3、148番地2(雲南市立病院近く)

【全区画数】36区画

【利用できる方】

令和5年度島根「ふるさと」看護奨学金貸与生の募集を行います。

健康づくり政策課

☎0854・40・1040

令和5年度島根「ふるさと」看護奨学金貸与生の募集を行います。

◆U-ターン枠

県外の看護師養成施設(准看・通信制を除く)に在学し、将来、島根県内で看護師の業務に従事しようとする方

### 自衛官等募集

自衛隊島根地方協力本部  
☎0852・21・0015

■自衛官候補生(陸上・海上・航空自衛隊)

採用の日をもって陸上・海上・航空自衛官候補生に任命されます。

自衛官候補生として3カ月間の教育訓練を修了した後、それぞれ2等陸・海・空士に任用されます。

任用期間は、陸上自衛官は1年9カ月、海上・航空自衛官は2年9カ月を1任期として任用されます。引き続き自衛官として勤務を希望する場合は、選考により2年を任期として継続任用されます。

【募集種目】

自衛官候補生(第2回)

【応募資格】

日本国籍を有し、採用予定月の1日現在18歳以上33歳未満の方

【採用予定日】

採用予定通知書でお知らせします。

【試験種目】

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

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

【試験期日】  
7月1日(土)から9月5日(火)まで

【試験方式】  
筆記試験・適性検査(WEB試験方式)

9月13日(水)から18日(月・祝)までのうち指定する1日

【試験会場】  
9月23日(土・祝)から25日(月)までのうち指定する1日

【試験会場】  
筆記試験・適性検査  
受付時にお知らせします。

【試験会場】  
陸上自衛隊出雲駐屯地

【試験会場】  
陸上・海上・航空自衛隊の各教育隊において、自衛官として必要な基礎的事項について教育訓練を受けることとなります。教育訓練終了後、各人の希望と適性などにより、将来の進むべき職種(技術系を含む)が決定され、続けてその職域に必要な基礎的知識、技能修得のための教育訓練が行われます。

【募集種目】  
一般曹候補生(第2回)

【応募資格】  
日本国籍を有し、採用予定月の1日現在18歳以上33歳未満の方

【試験種目】  
1次  
筆記試験および適性検査(紙による試験またはWEB試験方式)

【試験期日】  
7月1日(土)から9月5日(火)まで

【試験期日】  
9月15日(金)から17日(日)までのうち指定する1日

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

【試験会場】  
松江・出雲・浜田市および隠岐の島町内(受付時にお知らせします)

## 瑞風バスに手をふるろう!

JR西日本の「TWILIGHT EXPRESS 瑞風」の雲南市への立ち寄り観光は、「たたら製鉄の遺構と茶の湯文化・松江の探訪」と題し、2泊3日の山陽・山陰コース(周遊)の2日目になります。市民の皆さんには、沿道から小旗を振っていただくなど歓迎いただきありがとうございます。行程は次のとおりです。  
※瑞風バスによる市内の立ち寄り観光は、道路や気象、感染症などの拡大状況により行程・時間が変更される場合があります。

7~9月の立ち寄り観光の予定日(いずれも木曜日) 7月13日、8月3日、24日、9月7日、21日、28日

### 立ち寄り観光の行程

- 「TWILIGHT EXPRESS瑞風」(宍道駅7:54着)
- 8:10頃 瑞風バス宍道駅発
- ↓ ~ 宍道 ~ 国道54号(市役所前8:30頃) ~ 三刀屋木次IC(インターチェンジ) ~ 吉田掛合IC
- 9:00頃
- 「菅谷たたら山内」見学(～9:40頃まで) ●「田部家邸内、土蔵群」見学(～11:05頃まで)
- 11:05頃
- ↓ ~ 吉田掛合IC ~ 三刀屋木次IC ~ 木次大橋(11:25頃 通過) ~ 木次駅 ~ 木次神社前 ~ 日登
- 11:40頃
- 「食の杜 かやぶきの家」昼食
- 12:50頃
- ↓ ~ 飯石広域農道 ~ 県道松江木次線
- 13:20頃
- 「神楽の宿」出雲神楽鑑賞
- 14:20頃
- ↓ ~ 県道松江木次線 ~ 広域農道 ~ 三刀屋木次IC
- 14:50頃 明々庵(松江市)
- 17:15頃 「TWILIGHT EXPRESS瑞風」乗車(松江駅)



【問】観光振興課 ☎0854-40-1054

◆海上自衛隊  
令和6年4月1日現在18歳以上23歳未満の方

◆航空自衛隊  
令和6年4月1日現在18歳以上21歳未満の方

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

【応募期間】  
7月1日(土)から9月7日(木)まで

【試験期日】  
9月18日(月・祝)

【試験会場】  
松江地方合同庁舎・浜田市

※試験期日、会場を変更する場合があります。

内



# 木次線に乗ってみよう♪

シリーズ 34



木次線利活用推進協議会では、木次線を利用した移動、団体が行う利用促進イベントについて、必要な経費の一部を助成します。ぜひ活用ください。

## 継続事業① 「木次線でGO!!」二次交通を含めた木次線乗車を伴う移動に要する経費の半額補助を行います!

3人以上がJR木次線を2区間以上乗車する行程を含む旅行などの移動をした場合、JR運賃および貸し切りバス・タクシー・レンタカー・レンタサイクルなどに要する経費に対して1/2(上限10万円)を補助します。

※トロッコ列車「奥出雲おろち号」は対象外です。補助対象外となる運賃や経費がありますので、詳細は問い合わせください。

## 継続事業② 遠足などの利用助成額を拡充!(幼保園、小・中・高校対象)

遠足や学校行事などでJR木次線を利用した沿線(松江市、雲南市、奥出雲町、広島県庄原市)の幼保園、小・中・高等学校の児童生徒および教員、職員に対し、JR運賃(木次線の区間のみ。奥出雲おろち号の指定席料金は除く)を全額助成します。

## 継続事業③ JR木次線利用促進イベントを支援!(市民対象)

団体が行うJR木次線の利用促進を図るためのイベントや、地域イベントとコラボすることで利用者増加が見込まれるものに対し、必要な経費の一部を助成します。助成額は1申請につき上限50,000円。

対象となる団体や対象経費、申請期限など詳しくは問い合わせください。

全国から応募いただいた387点の中から、木次線利活用推進協議会 観光誘客プロジェクトチームで選考基準をもとに最終候補5点を選定。その5点について、沿線にお住まいの方や木次線を利用される方などから広く意見を伺うため投票を実施しました。その投票結果を参考に、同協議会でラッピング列車の愛称を決定しました。

【問】観光誘客プロジェクトチーム(事務局:観光振興課) ☎0854-40-1054

# ラッピング列車 愛称決定!

## 次へのバトン、木次線。 RAIL is BATON.



さくら

しんわ

たなだ

たたら

【問】木次線利活用推進協議会事務局(うんなん暮らし推進課) ☎0854-40-1014

# 図書館だより

## 市立図書館の利用案内

三刀屋図書館(永井隆記念館内)  
電話:0854-45-2239  
開館時間:9:00~17:00  
休館日:毎週月曜日、祝日の翌日

吉田図書館(吉田交流センター内)  
電話:0854-74-0219  
開館時間:8:30~17:00  
休館日:毎週土・日曜日、祝日

掛合図書館センター「陽だまり館」  
(掛合交流センター内)  
電話:0854-62-0189  
開館時間:8:30~17:00  
休館日:毎週日・月曜日、祝日

## 市立図書館の利用案内

木次図書館 ☎0854-42-1021 開館時間:10:00~18:00  
7月の休館日 毎週月曜日 振替休館日:18日(火)、図書整理日:8月1日(火)  
イベント情報 ☆おはなしレストラン 29日(土)  
0.1.2レストラン 10:15~ おおきい子レストラン 11:00~  
☆よみかたりのじかん 20日(木) 14:30~



大東図書館 ☎0854-43-6131 開館時間:10:00~18:00  
7月の休館日 毎週金曜日、17日(月・祝) 図書整理日:31日(月)

加茂図書館 ☎0854-49-8739 開館時間:10:00~18:00  
7月の休館日 毎週木曜日、17日(月・祝) 図書整理日:31日(月)



市立図書館 ホームページ 市立図書館 Facebook

新着の本(抄) 市内図書館どこでも借りることができます。貸し出し中の場合は予約(取り寄せ含む)ができます。各館へ問い合わせください。

▼西加奈子「くもをさがす」▼柗サナカ「天国からの宅配便②」▼あさのあつこ「闇医者おるん秘録帖③」▼柚木麻子「オール・ノット」▼大崎梢「27000冊ガーデン」▼海堂尊「コロナ漂流録」▼今野敏「署長シンドローム」▼坂井希久子「華ざかりの三重奏」▼千早茜「赤い月の香り」▼町田康「口説古事記」▼桜木紫乃「妄想radio」▼サンダー・コラールト「ある犬の飼主の一日」▼真紀涼介「勿忘草をさがして」▼梅沢富美男「一人十色」▼原田マハ「原田マハ、アートの達人に会いにいこう」▼白石昌則「帰ってきた生協の白石さん」▼上野千鶴子「おひとりさまの逆襲」▼齋藤孝「齋藤孝の大人の教養図鑑」▼坂本龍一「音楽と生命」▼円居編「発酵あんこのお菓子」▼まるみキッチン「やる気1%ごはん」▼藤井寛「甘酒のほん」▼本間朝子「60歳からの疲れない家事」▼日本貝類学会編「貝の疑問50」▼泉賢太郎「化石のきほん」▼氏岡真弓「先生が足りない」▼村瀬幸浩他「50歳からの性教育」▼湊晶子「現代を生かす新渡戸稲造の人格教育」▼木村セツ ちぎり絵「94歳セツの新聞ちぎり絵日記」▼三木智隆「クイズ用語辞典」▼武田康男文・写真「天気と気象の事典」▼古和久朋「80歳からでも間に合う認知症がみるみる遠ざかる食べ方大全」▼鈴木英司「中国拘束2279日」▼齋藤智子「香りの作法」▼川本伸一 編集代表「生食のはなし」▼たかぎなおこ「おかあさんライフ。今日も快走!ママチャリ編」▼塩田雄大「変わる日本語、それでも変わらない日本語」

## 図書館 夏のイベントお知らせ

### 夏休みは図書館へいこう!!

### 奥出雲多根自然博物館×図書館コラボ企画 第3弾

7月26日(水)~8月27日(日)「貝、みつけた!」木次・加茂・大東図書館  
図書館に行って、貝を見つけよう♪

- 読書感想文課題図書 7月18日(火) 加茂・大東、19日(水) 木次 ~貸出期間1週間スタート!
- 自由研究・工作の本 夏休み期間中 展示・貸し出し 準備はお早めに♪

【申し込み・問い合わせ先】(会場の各図書館へお願いします)  
木次図書館 ☎0854-42-1021 Fax. 0854-42-2274  
大東図書館 ☎・Fax. 0854-43-6131  
加茂図書館 ☎0854-49-8739 Fax. 0854-49-8696

## コトリエット家族イベント

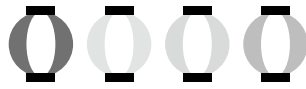
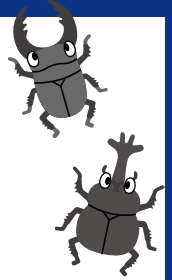
コトリエットでは今年も地域のにぎわいを創造するため、イベントを開催します。  
7月はカブト虫、クワガタを無料配布します。その他にもめだかすくい（有料）も開催します。

**とき** **7月16日(日)**  
めだかすくい 10:00～ 開始  
昆虫無料配布 11:00～ 整理券配布  
13:00～ 交換開始

**ところ** 中心市街地商業施設コトリエット内  
オクニワ広場

※用意したものが無くなり次第、終了します。

【問】雲南市中心市街地活性化協議会 ☎0854-45-0008



## 市内の夏祭り



### きすき夏祭り

4年ぶり各種イベントを実施します。

**とき** **7月20日(木)**  
18:00～ 歩行者天国  
20:10～ 打ち上げ花火  
(予定)

**ところ** 木次町商店街、  
斐伊川河川敷など

【問】きすき夏祭り実行委員会  
(雲南市商工会木次支所内)  
☎0854-42-1025

### 三十三夜祭

4年ぶりに8号玉を含めた2000発の花火を打ち上げます！

**とき** **7月23日(日) 18:00～**  
18:00～ 神輿・左義長行列、三刀屋高校生などのダンス、キッチンカー、ビアガーデンなど

20:10～ 打ち上げ花火  
21:00～ 仁多乃炎太鼓

**ところ** 加茂町連担地内  
【問】二十三夜祭実行委員会  
(加茂交流センター内)

☎0854-49-8380

### 三刀屋花火大会

**とき** **7月25日(火) 20:00～**

**ところ** 三刀屋高校野球場  
(三刀屋高校敷地内は立ち入り禁止)

【問】三刀屋地区夏まつり実行委員会  
☎0854-45-5531



## くらしの消費生活窓口



島根県消費者センター  
マスコットキャラクター  
だまされないソウくん

### 「お得にお試しだけ」のつもりが「定期購入」に!?

— 「詐欺的な定期購入商法」の規制が強化された改正特定商取引法が施行されました! —

#### 相談事例

##### 【事例1】

「初回 550円」という表示を見て化粧品を注文したところ、2回目以降が高額な定期購入契約だった。

##### 【事例2】

「いつでも解約可能」という表示を見て、定期購入のダイエットサプリメントを注文したところ、初回のみで解約するには条件が付いていた。

#### 消費者へのアドバイス (インターネット通販中心)

- 低価格を強調する広告の場合は、注文する前に販売サイトや「最終確認画面」の表示をよく確認しましょう。
- 必ず「最終確認画面」で、定期購入が条件となっていないか、2回目以降の分量や代金などの販売条件、解約条件などを確認しましょう。
- 改正特定商取引法では、販売業者などは、販売サイトの「最終確認画面」において、顧客が「注文確定」の直前段階で、分量、販売価格・対価、支払いの時期・方法、引渡し・提供時期、申込期間(期限のある場合)、申し込みの撤回、解約に関する事などの契約の申し込みの内容を簡単に最終確認できるように表示することを義務付けています。また、販売業者などがこれらの契約の申し込みの内容について、表示しなかったり、不実の表示や消費者を誤認させるような表示を行ったりした場合、これにより誤認して申し込みをした消費者は、申し込みの意思表示を取り消すことができます。
- 少しでも疑問や不安を感じた場合や、トラブルにあった場合は、一人で悩まずに、すぐに雲南市消費生活センターなど(消費者ホットラインは局番なしの188)に相談してください。

相談・問い合わせ・出前講座依頼先

雲南市消費生活センター

☎0854-40-1123 FAX0854-40-1039

●市報うんなん No.224 2023年7月発行  
発行・編集/雲南市役所 政策企画部 広報広聴課  
〒699-1392 雲南市木次町里方521-1  
☎0854-40-1015 FAX 0854-40-1029  
✉unnan-city@city.unnan.shimane.jp

市報うんなんに対するご意見、ご感想をお寄せください。

人口 35,403人 (-12人)

男性 17,098人 (-5人)

女性 18,305人 (-7人)

世帯数 13,609世帯 (+15世帯)

令和5年6月1日現在(先月比)



この印刷物は環境に配慮し、大豆油に代わり米ぬか油を使用したライスインキで印刷しています。