



ごはんのじかんin多文化カフェ ^{ソバン}Soban (1月11日開催 27ページ)

- 2ページ 地域経営カレッジ
- 4ページ うんなん日和
- 9ページ わが家のHOPE
- 10ページ 雲南病院だより
- 16ページ 市役所からのお知らせ ほか
- 28ページ イベント情報 ほか



雲南市消防出初式 (8ページに記事掲載)



全体報告会の様子（飯石地区グループ）

全体報告会を春殖交流センターで行い、約50人が参加しました。

第1部では山形県のNPO法人きらりよしじまネットワーク事務局長 高橋由和さんを講師に迎え、「創生と共生の地域の担い手をどうつくるか その仕組みと実践」と題した講演を行いました。地域での取り組み事例を交え、人材育成は地域課題であること、地域としてのあり方、環境づくり等について話されました。

第2部では地域経営カレッジの受講生がこれまでの取り組みや今後の展望について報告しました。



▲全体報告会の会場の様子

受講生を選出した地区の方からの感想

- 地域全体で支援する体制が必要である。自治会単位だけでなく地域自主組織全体で仕組みを考えていかなければいけない。
- 受講生が設定したテーマや方策は的確であった。今後、地域へ提案された方策の具体案を検討していきたい。
- これまでは若手との交流が希薄であった。今後はいろいろな活動を一緒に取り組んでいきたい。

受講生からの感想

- この取り組みを通して、これまでつながりのなかった地域自主組織の方々となることができた。
- グループで議論していくうちに取り組みへの責任感が生まれた。今回、地域の課題・現状を地域の皆さんに話せたことが非常に大きな成果であると思う。
- 最初は良いテーマを選んだと思えたが、課題の現状を知るうちに大変な課題であることに気付けた。
- 地域の皆さんから意見をいただいて、考えさせられることが非常に多かった。
- この取り組みにより、課題への理解を深めることができたので、今後は活動しやすくなると思う。
- この取り組みを進めるうちに、地域の皆さんに活動する若手を応援する意識が少しずつ芽生えたという実感があった。この実感は若手の地域づくりへの参画につながると思う。次世代が生き生きと活動するきっかけにつながっていく取り組みであったと思う。



▲全体報告会を終えた受講生



地域の担い手育成に向けた取り組み
～地域経営カレッジ～

【問い合わせ先】
地域振興課 ☎0854-40-1013



地域経営カレッジとは

昨年度に、地域および行政から選出されたの方々により構成された「地域と行政の今後のあり方合同検討プロジェクトチーム」がとりまとめ、地域と行政に提出した「地域と行政の今後のあり方報告書」において「人材育成・確保」の対策として提案された取り組みです。

今年度から開講し、受講生として地域から推薦されたの方々や市役所の有志職員が参加し、6月から12月の間で地域の課題から地域と相談の上、テーマを設定し、テーマに対する方策を検討して地域へ提案するものです。



▲報告書提出の様子

グループ名	参加者氏名	テーマ
吉田地区	ほんだしんじ 本田真次さん、ひくろひでと 白倉秀人さん	吉田地区の若者、次世代が思う課題、不安に思うこと、取り組みについて意見を聞き、共有したい
田井地区	ほりまけいじ 堀江敬二さん、やまだゆうこ 山田祐子さん、いずみだいすけ 和泉大輔さん	田井地区の新たなネットワークの構築
三新塔地区	しょうかくたつや 城角達也さん、ほりうちゆうこ 堀内結子さん、ふなきともかず 舟木友一さん、あたしみちお 新三千雄さん	空き家を活用して定住人口を増やす（子育て世代の定住）
幡屋地区	やまさきつとむ 山崎 勉さん、やまさきたつお 山崎達夫さん	消防団の欠員補充
飯石地区	かねつきりな 金築莉那さん、こばやしまさかず 小林雅和さん、くろたにふみ 黒谷 文さん	地区計画をどのように地域へ届けるか
市職員有志	たかたこうじ 高田浩二さん、ののむらかずひこ 野々村一彦さん、やましたみのり 山下美里さん	市職員の地域参画

地域への最終報告の様子



12/7(土)
12/8(日)

雲南コミュニティキャンパス スタートアップ合宿



雲南コミュニティキャンパスのスタートアップ合宿を清流の館（大東町上久野）で開催し、全国6大学1専門学校から15人の学生が参加しました。

これは雲南市を大学生の学びのフィールドとし、インターンシップや現地調査等を通して、大学生の地域貢献力や地域課題解決力の向上と、U1ターンのきっかけをつくることを目的に平成28年度から実施しています。

合宿の初日には、雲南市を知るツアーや地域での体験のほか、市内のチャレンジの実践者との交流会を行い、最終日に学生たちは今春の実践型インターンシップ等を想定した取り組みを考え、発表を行いました。

この合宿を機にやりたいことを見つけた学生のほか、春に市内で行われる実践型インターンシップ等

へ参加を宣言した学生もいました。今後も学生の主体的な学びや実践に皆さんからのご声援をお願いします。



▲各々のチャレンジについて考える学生たち

うんなん日和



雲子ちゃん

11/30(土)

子どもギカイ

中学生による議会「子どもギカイ」が雲南ラーニングセンター「みんなの家」*で開催され、市内中学生6人が「執行部」として地域づくりについて話し合い、今後の取り組みについて発表しました。

この企画は地域づくり団体「サンカクカフェ」と「うんなんシー」の主催により行われ、中高生の幸雲南塾と協力し実施され、10月9日に開催された応援ゴルフコンペでの参加費および趣旨に賛同した方々の寄附金を予算にし、中学生が考えた施策を中学生たちが実現する取り組みです。

中学生たちはまちの課題解決に対する個人の考えをもとに、執行部としての意見をまとめ、議員役である主催者らの質疑に対して施策を説明しました。その後、中学生たちは議員役からの指摘をもとに自分たちの考えを再検討し、実際に執行する施策について決定し、最終発表を行いました。

閉会后、中学生は「お金を人のため、まちのために使うことの難しさを感じた」と振り返りました。

今後、子どもギカイの中学生たちはこの決定をもとに、施策を実現していきます。



▲施策を説明する中学生

雲南ラーニングセンター「みんなの家」：地域の方の憩いの場として、または貸し事務所等としても使用できる施設（木次町里方）

12/7(土)

鉄の歴史村フォーラム2019 「たたら製鉄のゆくえ」



鉄の歴史村フォーラム2019「たたら製鉄のゆくえ」が、公益財団法人鉄の歴史村地域振興事業団の主催により行われました。

第1部では、県内外から集まった18人の参加者が菅谷たたら山内で現地調査を行い、日本遺産である「出雲國たたら風土記～鉄づくり千年が生んだ物語～」の構成文化財である菅谷たたら山内 米倉、萱ノ鉄穴場跡を訪れ、在りし日の光景に思いを馳せました。

第2部では講演会等が吉田健康福祉センターで開催され、約50人が参加しました。島根県鐵工会理事長児玉泰州さんを講師として招き、「鐵の國・島根」と

題して講演され、島根県の鉄鋼業の歴史や現況のほか、自動化による働きやすさの向上や男女共に働ける環境の整備の重要性について話されました。

続いて、武蔵大学教授 水口拓寿さんより「たたら製鉄の未来のために」と題して講演が行われ、24年前の旧吉田村での研究を踏まえて、玉鋼の今後の商品開発や販路の方針等について話されました。

その後、市内の有志グループ「いいね！TATARA部」から「令和時代に望まれた鉄の歴史村へ TATARA部の取り組み」が報告されたほか、「たたら製鉄のゆくえ」をテーマに討論会が開催されました。



▲現地調査の様子



▲講演する児玉理事長

12/5(木)

加茂町人権セミナー



第2回加茂町人権セミナーが加茂健康福祉センターでもてらる雲南市人権・同和教育推進協議会加茂支部の主催（共催：加茂まちづくり協議会）により行われ、約50人が参加しました。

講師に元中学校長で視覚障がいがある岩崎巖さんを迎え、「わくわくどきどき心地よく～出逢いに感謝～」と題して講演されました。

講演では、目が不自由になったことがきっかけで始められたハーモニカ演奏を交え、自身の体験を話されました。

参加者の中からは、「どういう状況になっても前向きに生きること、そこには必ず支え、見守る人がいる。日々暮らしていくことの幸せをかみしめたい」、「視力を失われるという逆境にも関わらず、次の目標を持つ

て生活される姿に感動した」、「演奏を交えた今までにないような講演で時間を忘れて聞くことができた」等の感想が寄せられました。



▲講演される岩崎さん

12/18 (木) 「ながら見守り」で
市内の防犯活動に貢献します!



雲南市社会福祉法人連絡会（会長 竹下三郎さん）では、地域公益活動の一環としてドライブレコーダーを装着した各福祉事業所の送迎用車両を運行し「ながら見守り」による防犯活動を行う「うなんん福祉・安全サポーター」事業を雲南警察署等と連携して実施されます。

これに併せ、「送迎用車両を活用した防犯・交通安全に関する協定書調印式及びマグネットステッカー贈呈式」が行われ、関係者ら約40人が出席しました。



▲協定書調印式の様子

贈呈式では「うなんん福祉・安全サポーター」の全車両に装着されるマグネットステッカーのデザインを考案した三刀屋高校美術部 松浦千夏部長、上原理香子さん、梨岡華さんから竹下会長へマグネットステッカーが贈呈されました。

続いて、竹下会長と青木厚雲南警察署長とで協定書への調印が行われた後、「うなんん福祉・安全サポーター」は「ながら見守り」に出発しました。



▲マグネットステッカーを装着する三刀屋高校美術部員たち

1/1 (木) 第44回掛合町元旦マラソン



毎年恒例の掛合町元旦マラソンが行われ、今年で44回目の開催となりました。

このマラソンは雲南市体育協会掛合支部（支部長 渡辺重光さん）の主催で、掛合体育館前をスタートしてゴールの挟長神社までを3km・1kmのコースを選択して走ります。

参加者は掛合町内在住の方が中心ですが、帰省され



▲完走をめざしてスタートする参加者たち

ている方等の参加も多くみられ、約100人の参加がありました。

当日は降雪雨なく素晴らしい天候のなか、全員が完走を果たしました。

最後は挟長神社で揃って参拝し、それぞれが新しい年に向けて祈願を行いました。



▲挟長神社を参拝する参加者たち

12/15 (日) 開催20周年を迎えた「おはなしレストラン」



“おはなしシェフ” こと小田川美由紀さん（加茂町）の「おはなしレストラン」が木次図書館で開催され、約90人が参加しました。

毎年夏と冬の2回開催される「おはなしレストラン」は平成12年に始まり、これまでもたくさんの楽しいおはなしを小田川シェフから子どもたちへ届けて来られ、今年で20周年、40回を迎えました。

第1部を「0.1.2さいレストラン」、第2部を「大きい子向けレストラン」としてわらべうたや手遊び、ブラックパネルシアター*等が披露され、子どもから大人まで笑顔あふれる時間を過ごしました。

最後に、開催20周年を記念して木次図書館の星野淳館長から小田川シェフへ感謝状と記念品が贈呈さ

れ、小田川シェフは「これからも頑張っておはなしレストラン」を続けていきたい」と話されました。



▲楽しいお話を届ける小田川シェフ

ブラックパネルシアター：暗くした部屋で、布を貼ったパネルに蛍光絵の具などで描いた絵を貼ったりしてお話を展開させる表現方法

12/16 (月) 雲南市ブランド米振興大会



令和元年度雲南市ブランド米振興大会が雲南市水田農業担い手協議会（会長 錦織 満さん）の主催により三刀屋交流センターで開催され、生産者や関係者ら約60人が参加しました。

市では、平成28年度よりつや姫によるブランド米の取り組みを開始し、4年目を迎えた令和元年産は、田植え時期の水不足やお盆過ぎの長雨等水稻栽培には非常に厳しい1年となり、ブランド米のたたら焔米認定率は約13%となりました。

大会では、令和元年産優良生産者の表彰を行い、田

中政明さん（大東町）、農事組合法人みなみ村（代表理事 新田秀雄さん：大東町）が受賞されました。

さらに最も優れたタンパク値と品質のたたら焔米を出荷された生産者に贈られる雲南市長杯は田中さんが、また出荷量を重視して総合的にたたら焔米の振興に貢献された生産者に贈られるJAしまね雲南地区本部長杯は農事組合法人みなみ村がそれぞれ受賞されました。

最後に、令和2年に向けてさらなる振興を図ることを誓い合いました。



▲あいさつをする錦織会長



▲雲南市長杯とJAしまね雲南地区本部長杯の受賞者たち



狩野佑宜さん・梨奈さんのお子さん

けいしょう
圭奨ちゃん (大東町新庄)
平成31年2月7日生まれ
1歳のお誕生日おめでとう♪
これからも元気でたくさんご飯食べて大きくなってね♪



3月で満1歳(平成31年3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ご両親の名前(ふりがな)、④住所、⑤電話番号、⑥コメント(40字程度)を添え、郵便またはE-Mailで2月7日(金)までに情報政策課へ送付ください。

郵送される場合のあて先
〒699-1392 雲南市木次町里方 521-1
雲南市役所情報政策課「わが家のHOPE」係

E-Mailで送付される場合のあて先
jyouhouseisaku@city.unnan.shimane.jp
(タイトルは「わが家のHOPE」としてください。)

【問】情報政策課 ☎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、情報政策課から「到着確認」の電話をかけます。投稿後、当課から電話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



日本一短い 感謝の手紙

今月は市内県立高校の生徒さんの感謝の手紙です。

vol. 92 雲南市青少年健全育成協議会 (教育委員会社会教育課)
☎0854-40-1073

お母さんへ
お母さんはいつでも私の味方でいてくれて、自慢のお母さんです。これからもいっぱい一緒に笑おうね。
娘へ
こちらこそ思いやりのある娘に育ってくれてありがとう。一緒にたくさん笑っていいからね。

おばあさんへ

「ありがとう。」毎日早く起きて学校に送り出してくれてありがとう。これからも元気で長生きしてね。

大好きな友人たちへ

私のわがままやぐちをいつも聞いてくれてありがとう!! 出身地もバラバラだけど、たくさん遊びに行こうね。

お父さんへ

いつも夜遅くまでお仕事お疲れさまです。いつも家族の支えになってくれるのがとてもありがたいです。

親へ

毎日の送りむかえ、ありがとう。小さな気づかいありがとう。愛してくれて、ありがとう。感謝してます。

部活の友達へ

部活で仲良くしてくれてありがとう。きつい練習も一緒に乗り越えてきたね。これからも一緒に頑張ろうね。

母へ

朝一番に起きて一生懸命弁当を作ってくれる母の背中を見て今日も一日頑張ろうって思える。毎日ありがとう。

先生へ

いつも数Aの授業をしてくださってありがとうごさいます。とても楽しい先生です。これからもお願いします。

お母さんへ

いつも支えてくれてありがとう。おかあさんのような人になりたいです。これからもよろしくね。

1/12 新春を飾る消防出初式



雲南市消防出初式を三刀屋文化体育館アスパルで開催し、多数の来賓を迎え朝山 猛団長以下1,163人の消防団員が参加しました。

式典では、速水市長が「普段団員の皆様には生業の傍ら消防団の任務に就いていただいておりますことに改めて敬意を表しますとともに、感謝を申し上げます。市としても、消防団員の皆様が活動しやすい環境づくりに取り組んでいく」と式辞を述べ、消防庁長官表彰等の表彰が行われました。

最後に朝山団長が「特に、近年、全国各地で発生している災害からも、災害時における消防団の果たす役割の重要性が再確認されている。今後も、地域の皆様の安全・安心を支える消防団員として、誇りをもって真摯に消防団活動に取り組まれることを期待する。我々団員は今年も住民の皆様の激励、各事業所の協力もいただき、『安全で安心なまちづくり』、『無火災の

まちづくり』を目標に心をつにし、汗を流していきたい」と訓示しました。

式典後には、三刀屋川河川敷で「放水はじめ」の合図で一斉放水を行いました。



▲訓示する朝山団長



情報通信環境の向上により

「まちの「にぎわい」」、「働く場」、「教育の機会」の創出

今年も定住基盤の整備、人材の育成確保を積極的に進め、人口の社会増をめざしたまちづくりを進めてまいります。国は地方創生推進の切り札として全国を網羅する情報通信環境の整備に取り組もうとしています。

それに併せて小中学校の児童生徒に一人一台のタブレットを用意するとしています。これが実現すれば、子育て、仕事、教育等で都市と地方の格差縮小が大いに期待できます。

それだけに、雲南市には7つの中学校、15の小学校がありますので、ぜひともそうした環境のもとで、教師と子どもの身近な距離での教育が行われることを願うものです。

今後、第5世代移動通信システム(5G)等の通信技術がますます発展し、場所と時間に縛られない暮らし方、働き方が実現できる社会になっていくことは間違いありません。

先月号で雲南ソーシャルチャレンジについて述べましたが、昨年4月の雲南ソーシャルチャレンジのスタート以来、10ヶ月が経ちました。

以来、30社の企業が雲南市に生まれ、10社以上の企業が雲南市のチャレンジに共感され、一緒にチャレンジすることを検討いただいています。その実現によって、「まちのにぎわ

い」、「働く場」、「教育の機会」の創出をぜひとも期待したいと存じます。

「まちのにぎわい」は、企業と地域が連携し、空き家を活用して地域の方や企業の社員が集まり、お互いに語り合う場の創造につながります。

「働く場」は、育児等により働く時間が限られている女性が活躍できるテレワーク※1社会の実現を可能にします。

「教育の機会」は、これまで距離の問題で教育の機会にハンディキャップがあった中山間地域で、ICT※2ツールを活用してそうしたハンディキャップをなくすことにつながります。

こうしたまちづくりは、情報通信環境の進展によって世界との距離が縮まり、地球の反対側の地域とお隣同士が付き合える進みつつある中、それに適するまちづくりにつながると思えます。



▲企業チャレンジ推進連絡会であいさつをする速水市長

※1 テレワーク…情報通信技術を活用し時間や場所の制約を受けずに働く労働形態
※2 ICT…情報伝達技術

雲南病院だより

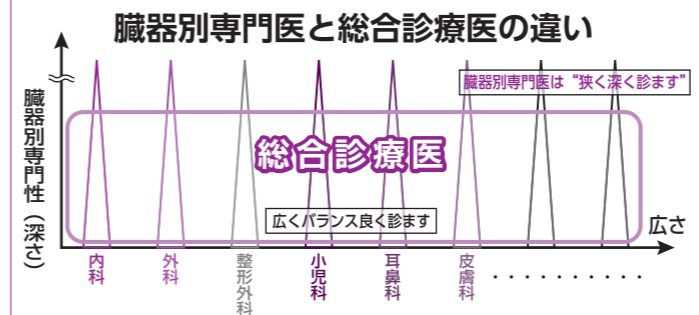
総合診療医をご存知ですか？

皆さんは、総合診療医をご存知でしょうか？
 総合診療医は平成30年に正式に医師の専門分野として認められた専門医です。どのような専門医かはまだまだ知られていません。私自身、総合診療医として日々働かせていただいています。これから地域医療にとって必要な存在だと思いますので、総合診療医について紹介させていただきます！
 (地域ケア科 太田龍一)

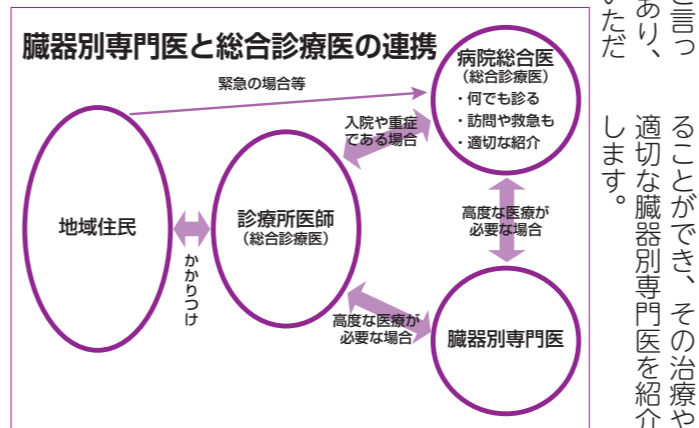
専門診療科と円滑に連携します！

「何でも診ます！」と言っても、もちろん限界もあり、臓器別専門医に診ていただく必要がある疾患や状態もあります。例えば、がんや心臓の疾患等で手術が必要な方は適切に専門医に紹介します。いかに総合診療医と臓器別専門医が円滑に連携することができると、今後の地域医療では重要になってきます。総合診療医は患者さんの全身を診ることができ、予防医療を行いながら、早期に治療可能な病気を発見することができ、その治療や適切な臓器別専門医を紹介することができます。

多くの方がご存知の〇〇専門医とは各臓器に特化しており、各臓器に特徴的な疾患の治療が得意です。例えば、整形外科医は骨や筋肉の手術をすることが得意であり、眼科医は眼の中を診ることが得意です。それに対して総合診療医は臓器にとらわれず、それぞれの患者さんの持ついくつかの疾患を同時にバランス良く診ることを得意としています。例えば、最近では多疾患併存(一人の患者さんが多数の疾患を抱えていること)とそれによる多剤併用(複数の薬剤を飲むこと)による副作用が問題となっています。高齢化が進むに従ってこれらの問題は大きくなっていきます。総合診療医は多くの疾患に対して幅広い知識を持って対応します。今まで複数の専門医に掛かる必要があった患者さんを総合診療医一人で診ることができるようになっています。



「何でも診ます！」と言っても、もちろん限界もあり、臓器別専門医に診ていただく必要がある疾患や状態もあります。例えば、がんや心臓の疾患等で手術が必要な方は適切に専門医に紹介します。いかに総合診療医と臓器別専門医が円滑に連携することができると、今後の地域医療では重要になってきます。総合診療医は患者さんの全身を診ることができ、予防医療を行いながら、早期に治療可能な病気を発見することができ、その治療や適切な臓器別専門医を紹介することができます。



地域ケア科の医師は全員総合診療を志していますので、興味ある方はいつでもお声を掛けてください。

病院で働く医療のプロフェッショナル

病院では、治療を行う医師や看護師をはじめ、さまざまな職種スタッフが働いています。その多くは専門性の高いスキルや知識が必要で、国が認める国家資格を有していなければ就けない職種がほとんどです。日進月歩の現代医療に携わる仕事であるために、常に専門知識を磨く努力をする必要があります。また、一人の患者さんに複数の医療スタッフが連携して、治療やケアを行う「チーム医療」にも取り組んでいます。

作業療法士の仕事について

Interview 作業療法士・南波 真愛 (4年目) ~



FILE:11

作業療法士という職業を選んだきっかけは？

幼い頃から母が看護師をしており、働く姿を見て医療職に興味を持ち始めました。その中でもリハビリテーションの仕事は医療や福祉の現場、さまざまな分野で多くの仕事に関わることができるやりがいのある仕事だと教わりました。専門学校の見学会で、作業療法士は身体機能以外に「日常生活を送るための応用的動作のリハビリテーション」を行うことと知り、人の生活の役に立てることに魅力を感じ、作業療法士になりたいと思いました。

市立病院で働こうと思った理由は？

専門学校2年のときに、当院で短期実習をしました。学生としては初めての実習先でもあり、緊張していましたが、リハビリテーション科のスタッフや他職種の方が優しく、病院内の温かさを感じたことが一番印象に残っています。私もここでスタッフの一員となり、患者さんやご家族が安心する医療を提供していきたいと思志望しました。

どんな仕事をしていますか？

現在は地域包括ケア病棟を担当しています。主に急性期治療後、病状が安定した患者さんに対して在宅や介護施設への復帰支援に向けて医療・支援を行っています。作業療法士は日常生活の中で必要となる日常生活動作(食事やトイレ、着替え等の身の回りのこと、学校、遊び、家事、仕事等)が行えるようにプログラムを作成して関わっていきます。

市立病院で働いてみての感想は？

他職種との連携を図る会議でチーム医療を目の当たりにし、治療を提供する上でどの職種のスタッフも必要であることを再確認でき、また、その協力し合う姿に専門職として知識・技術をさらに高めていきたいという気持ちが強くなりました。また、患者さんと雲南市ならではの出雲弁で会話しつつ過ごせる雰囲気心地良く思いながら仕事に取り組んでいます。

将来どのような作業療法士になりたいと思っていますか？

自身の知識や技術を高めるための努力を行うことはもちろんですが、患者さんにご家族の話に対して真剣に耳を傾けて、退院後の生活や人生に寄り添える作業療法士をめざしたいと思っています。

作業療法士の仕事のやりがいを教えてください。

患者さんの生活を中心に医療を提供できることから、自分自身が生活の中で経験したことや興味のあることを活かせるのも大きなやりがいを感じています。

作業療法士をめざす学生に向けてひとことメッセージを！

学業以外に、臨床実習で厳しい場面に立ち向かわなければならないことがあると思います。そのときは自分のことではなく「患者さん」を一番に考えて、学生なりに精一杯諦めず答えを出すことが大切だと思います。頑張ってください。



肩の練習の様子



手首の練習の様子



講演の様子

大東町久野地区で「男の健康道場」を開催しました。
 今回で第6回を迎えた「男の健康道場」は、女性に比べ健康に関心の薄い男性を対象とした健康講座です。
 年々参加者が増加し、今回は約60人の参加があり、この6年間で定着してきました。
 はじめに、大谷 順^{おおたに じゅん} 事業管理者から「健康寿命を延ばすために」健康長寿の秘訣」と題し、健康寿命延伸の必要性のほか、生活習慣を本気で考えて病気の予防や重症化を防ぎ、栄養による筋肉量を増やす取り組みの重要性を話しました。
 また、保健師からは「健診を受けよう」と雲南市の現状から」として、

男の健康道場



地元の手作り料理

久野地区の健診受診率等を話し、最後に、この「男の健康道場」の継続した取り組みの結果を報告しました。
 講演後は、恒例の懇親会があり、地元産手作りのごちそうで笑顔と会話が弾みました。健康長寿のためには支え合う環境も必要不可欠で、久野地区の健康意識と人と人のつながりを継続していく必要があると感じました。



多くの男性が参加

病院紹介

作業療法士

地域医療 日本一をめざし 頑張ります！

作業療法は、リハビリテーションの一つです。
 病気やけがをされた方や生まれながらに身体や心の調子の悪い方に対して、自分で再び、または初めていろいろな「作業」をうまくできるようにさまざまな能力を伸ばす生活の仕方を提案する仕事です。

仕事の内容としては、例えば、力の弱い方には徐々に力が付いていくように練習を行います。あるいは、少ない力でも「作業」ができる方法をお伝えするほか、できない理由を分析して、いろいろな解決方法を提案します。身体や心の調子が悪くなったときに、練習や支援と一緒にいきます。子どもからお年寄りまで、その方らしい生活が送れるようにお手伝いします。

当院では、リハビリ室と病棟を中心に作業療法を行っています。訪問リハビリテーションの担当は、利用者さんの自宅に伺いながら行っています。

場所は、一般病棟の入院患者さんと外来の方は中央棟2階にある作業療法室、回復期病棟の入院患者さんは新本館棟4階にあるリハビリ室で行っています。

作業療法では、病気やけがにより生活上で困難となっていることを再び行えるように、やり方や道具の工夫も含めて時期に合わせた練習や支援*を行っています。

例えば、手首を骨折された方であれば、回復の状態を見ながら、関節の動きや筋力が戻るよう、また細かい作業が行える等手首を使用しやすくなるように練習します。

また、日常生活で難しくなっていることが、身の回りの用事であれば、トイレや着替え、入浴等の練習をします。トイレは、ズボンや下着が上げ下げできるような練習も行います。練習は、実際にトイレや浴室等で行うこともあります。

他にも、再び家事を行う予定のある方には、皿洗いや調理、掃除機を掛ける等の練習を行うこともあります。その方の状態に合わせて練習を行っています。

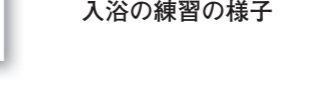
病気やけがをされた後も、住み慣れた雲南地域で再び生活がしやすくなる一助となるように作業療法士のみならず理学療法士、言語聴覚士のスタッフ一同で協力しながら、リハビリテーションを引き続き提供できればと思っています。



作業療法士スタッフ



着替えの練習の様子

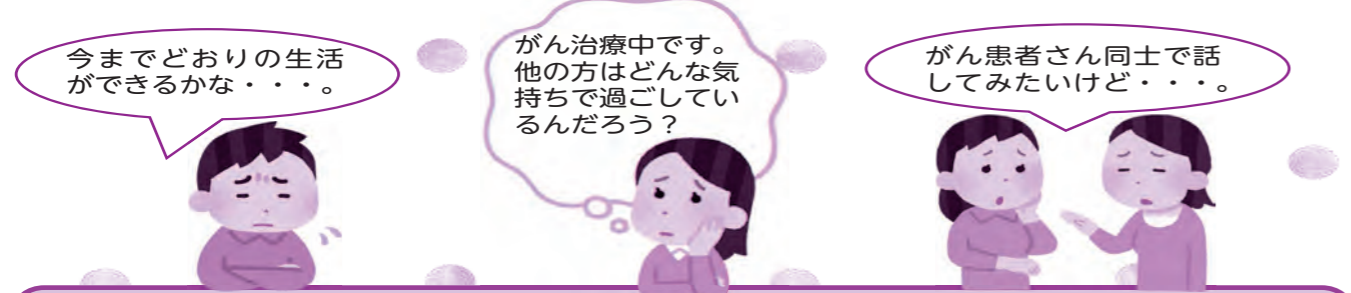


入浴の練習の様子



調理の練習の様子

令和元年度 島根県がんピアサポーター相談会 がん治療経験者と話してみませんか？



相談会ではがんピアサポーターが二人一組でお話を伺います。
 ぜひ気軽に参加ください。
がんピアサポーターとは？... 「がんピアサポーター」は所定の研修を修了したがん治療経験者です

日時 2月18日 (火) 9時30分～11時30分

会場 雲南市立病院 1階 相談室 (総合受付横)

対象者：がん患者さん・ご家族等

- ★ 受診されている医療機関に関わらず相談会に参加できます。
- ★ 事前に相談会参加予約もできます。まずは電話で連絡ください。
- ★ 相談無料・秘密厳守

問い合わせ先 雲南市立病院 地域連携室 ☎0854-47-7520
 島根大学医学部附属病院 がん患者・家族サポートセンター ☎0853-20-2545

主催：雲南市立病院 / 島根大学医学部附属病院

* 「時期に合わせた練習や支援」とは

- 急性期-病気やけがの直後をさします。基本的な機能が改善する練習を行います。新たな機能の低下を予防します。
- 回復期-病気やけがの状態が安定し、より具体的な生活を想定して機能や能力が改善できるように練習を行います。
- 生活期-住み慣れた場所で、その方らしい生活が送れる支援を行います。状態に合わせた方法や道具の選定、環境調整の提案等も行います。

雲南市内のチャレンジを応援してください!!

～中高生の！幸雲南塾～

●「中高生の！幸雲南塾 Challenge junior」

＜月1回 講座型、中学生対象＞

ESD（持続可能な開発目標）に関連する月1回のプログラムを通して、体験から“社会のリアル”を知り学ぶことで自らの考えを持つことを目的に開催しています。

10月は異文化理解や多文化共生をテーマに外国出身の皆さんと一緒にネパールカレーを食べながら「やさしい日本語」についての体験講座を通じコミュニケーションについて考えました。

【今後の予定】2月は開発途上国と児童労働をテーマに開催を予定しています。



▲ネパールカレーを食べながらコミュニケーション



▲体験講座の様子

【参加者の声】

- ・人それぞれの性格や物事へのイメージを尊重し合える社会が「多文化共生社会」だと感じた。
- ・「やさしい日本語」でも外国の方に通じることが分かったので、相手を思った「やさしい日本語」を使っていると思う。

●「中高生の！幸雲南塾 Action」＜週1回 放課後型 高校生対象＞

「学校や地域を盛り上げたい」、「新しい出会いや刺激が欲しい」等自分自身の中にある想いを行動に移したいといった生徒が主体的に学び合いながらプロジェクトを実践することを目的に、市内高校の放課後スペース（チャレンジラボ）を中心に活動しています。



▲三刀屋チャレンジラボの様子

三刀屋チャレンジラボでは、雲南スペシャルチャレンジ第2期生による報告会が開催され、参加者全員で自分自身の次のチャレンジについて考えました。また、大東チャレンジラボでは、「乗って写そう！小さな沿線のフォトコンテスト」(主催：サンカクカフェ KMS プロジェクト)の企画立案に高校生として参画させてい

ただく等、地域の方と一緒に活動も生まれつつあります。

【参加者の声】

- ・自分自身の今後のプロジェクトをさらに良くしていくためのヒントを得ることができた。
- ・先輩のチャレンジを聞いて、自分たちも何か具体的な行動を起こしたいという意欲が湧いた。

【今後の予定】

テスト期間等を除き、週1回を基本に開催を予定しています。



▲乗って写そう！小さな沿線のフォトコンテスト

令和元年度「よい歯のコンクール」各賞受賞おめでとうございます!

「親と子のよい歯のコンクール」雲南地区代表、県大会優秀賞受賞

加納 郁美さん、功大さん親子 【大東町】



昨年度市町村で実施された3歳児健診を受けた親子5,251組のうち、むし歯ゼロ等歯の健康状態や歯並び等の口腔状況が特に良かった各地区代表の親子6組が参加した県大会において加納さん親子が優秀賞を受賞されました。

功大さんのお兄さんも「親と子のよい歯のコンクール」の県大会に出場されており、兄弟で続いて受賞されました。

「夜の仕上げ磨きは丁寧に」、「チョコやジュース等おやつ後は番茶を飲ませる」等兄弟そろった良い習慣が良い歯をつくることにつながっていました。

「8020よい歯のコンクール」優良賞受賞

石田 人士さん 84歳 【木次町】
塩野 紀富さん 81歳 【大東町】

県では、80歳で20本以上の歯を保つ「8020運動」の重要性を啓発するために、8020よい歯のコンクールを実施しています。対象は、満80歳以上で十分に機能している自分の歯が20本以上残っている方であり、今年は県内で総勢98人の応募がありました。

☆受賞されたお二人のお話☆

- ・若いときから定期受診をしています。歯科衛生士さんに褒めてもらうことが励みになり、検査で良い結果がでるよう日頃から頑張っています。
- ・若いときからむし歯はあまりなく、親からもらったものと感謝しています。
- ・現在、地域に貢献し、忙しい日々を送り、生涯現役の日々を送っています。

歯や口には、食事・会話・表情・呼吸等のようにとても大事な役割があり、“お口は健康の入り口”とも言われ、口の健康を保つことが全身の健康につながります。そんな大事な歯や口を健康に保ちましょう。

うんなんの食育

食は生命～学び・伝え・創造する雲南の食育～

考えてみましょう “食育”

雲南市の食育は、家庭・学校・地域・職場等で多くの取り組みが行われ、着実に推進されてきています。

しかし、食を取り巻く社会環境は変化しており、その変化に対応しながら充実した食育活動を展開していく必要があります。

○食品ロスの視点

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられた食品のことです。日本におけるその量を一人当たりに換算すると、1年間で約51kgに相当するとされています。食品ロスを削減し環境に配慮するためにも、食を支える方や、食環境への感謝の気持ちを養うことが大切です。



○低栄養予防の視点

超高齢社会における栄養の課題として、健康寿命の延伸や介護予防の視点から「低栄養予防」の重要性が高まっています。栄養バランスに配慮した食事を摂るなど、日頃からの食への意識が、生涯の健康につながるためにも極めて重要です。



○自然に健康になれる食環境づくりの視点

国の資料で、健康寿命延伸のために、今後本人が無理なく健康な行動をとれるような環境・仕掛けが重要だと示されています。食育ネット会議でも、安全・安心な雲南市の農産品や栄養に配慮した食品が常に手に入ることが結果的に健康づくりにつながるという意見もあり、そのような食環境づくりを進めていく必要があります。

今回は、皆さんと一緒に今後考えたい、新たな食育の視点について紹介します。

なお、これらの視点については、現在策定中の次期食育推進計画に盛り込む予定です。

わくわくうんなんピック8年目



このコーナーでは、健康づくりに役立つ情報や身体教育医学研究所うんなんの活動についてお知らせします!

今年度で8年目を迎えた幼児の体力・運動能力調査「わくわくうんなんピック」。今回は10月から11月にわたり市内21園・所で実施しました。当日、見慣れない測定スタッフが待ち受ける中、子どもたちは少し落ち着かない様子で会場に入ってきました。会場内の測定用具に気が付くと、「これはなに?」「これで遊びたい!」等の声が聞こえ出し、すぐにでもやりたそうに生き生きとします。測定の動きを取り入れた準備運動をしていよいよ測定です。子どもたちは、25m走、ボール投げ、立ち幅跳び、バランス歩行の4種類の測定を色別のグループに分かれて挑戦します。まずは年長・年中児がお

結果の活用と健全な育ちの見守り! 毎年この結果を各家庭に配布していますが、子どもたちは、結果の用紙には表れないたくさんの経験をしています。研究所では、測定結果の活用はもとより、こうしたさまざまな経験も園や家庭の皆さんと共有しながら、子どもたちの健やかな育ちを見守っていきたくと考えています。身体教育医学研究所うんなん ☎0854-499050

手本を示します。その様子に年少児は興味津々の顔付きです。みんなが順番に自分の名前が呼ばれるのをドキドキしながら待っています。すべての測定を終えたと子どもたちは口々に「楽しかった」と言って笑顔で帰っていきます。



鳥みたいに高く飛べるかな?? (準備運動の様子)

【問】健康づくり政策課 ☎40-1040



市役所からの

お知らせ

おめでとうございます

◎厚生労働大臣表彰

戦傷病者および戦没者遺族の厚生援護等に尽力された功績により

◎雲南市功労表彰

掛合太鼓保存会会長として永きにわたり尽力された功績により

景山俊太郎さん(掛合町)

雲南市スポーツ少年団の代表として永きにわたり尽力された功績により

亀山 幹生さん(木次町)

掛合太鼓保存会の指導者として文化の振興に永きにわたり尽力された功績により

松下 周二さん(掛合町)

伝統芸能の継承を通じて文化の振興に永きにわたり尽力された功績により

松笠 歌舞伎(掛合町)

農業用樋門の管理を通じて産業の振興に永きにわたり尽力された功績により

大坂 運藏さん(木次町)

学校薬剤師として永きにわたり尽力された功績により

武田 宣廣さん(大東町) 筒井 幸雄さん(大東町)

樋門操作による火災の防護に永きにわたり尽力された功績により

布野 良男さん(木次町)

社会福祉の向上に永きにわたり尽力された功績により

山本 重明さん(吉田町)

◎雲南市自治功労表彰

固定資産評価審査委員会委員として永きにわたり尽力された功績により

小村 芳治さん(木次町)

農業委員会委員として永きにわたり尽力された功績により

陶山 直利さん(木次町)

身体教育医学研究所うんなん運営委員として永きにわたり尽力された功績により

故西村 昌幸さん(木次町)

雲南市立病院事業管理者をはじめ地域医療に永きにわたり尽力された功績により

松井 譲さん(出雲市)

ありがとうございました

雲南市および関係施設に次のご寄附をいただきました。厚くお礼申し上げます。

◎雲南市

ふるさと納税

- 猪鼻 靖之さん(東京都大田区) 三井 直弥さん(山形県鶴岡市) 森村 謹賢さん(大阪府高槻市) 高橋 良太さん(兵庫県明石市) 坂齋 信彦さん(東京都練馬区) 増田 昭さん(京都府京田辺市) 光延 直子さん(福岡県糟屋郡新高町) 野尻 英生さん(和歌山県歌出市) 岸本美和子さん(浜松市) 楠谷 里美さん(千葉県市川市) 小林 博人さん(東京都中央区) 田邊 従康さん(東京都西東京市) 今津 誠さん(愛知県東海市) 柴田 卓也さん(京都市)

- 草場 正和さん(東京都品川区) 坂口 勝利さん(広島県呉市) 上田 豊成さん(滋賀県彦根市) 清宮 佳子さん(千葉県市) 上田 晃さん(大阪府吹田市) 山本 隼佑さん(横浜市) 佐々木 健雄さん(東京都葛飾区) 小宮 賢太さん(東京都江戸川区) 富永 純子さん(兵庫県加古川市) 岩佐 純さん(群馬県邑楽郡邑楽町)

- 石井 祥太さん(埼玉県川越市) 斎藤ルリ子さん(千葉県市) 渡邊 雄人さん(愛知県豊田) 塔村 通孝さん(横浜市) 平野 裕司さん(愛知県豊明市) 熱田 瑛行さん(埼玉県川口市) 森脇 直子さん(和歌山県和歌山市) 岡山 祐太さん(栃木県塩谷郡高根沢町) 田邊誠一郎さん(岡山市) 遠藤 顕史さん(東京都葛飾区) 中沖 篤志さん(東京都新宿区) 清田 侑さん(東京都大田区) 内山 興さん(神戸市) 岩本 達哉さん(埼玉県川口市) 細川 裕樹さん(岩手県紫波郡中町)

- 鈴木 康介さん(大阪府池田市) 錦織 克美さん(横浜市) 押切真千亜さん(川崎市) 滝山 泰貴さん(埼玉県川口市) 加納 稔さん(名古屋市中区) 堀江 徹さん(東京都文京区) 阪口 学さん(兵庫県西宮市) 谷口 敦さん(東京都文京区) 竹部 友久さん(東京都板橋区) 須田 篤さん(仙台市) 沖野 宗尚さん(東京都品川区) 長井 雅仁さん(川崎市) 片山 英明さん(広島県東広島市) 坂本 耕一さん(東京都中野区) 植木 琴音さん(東京都中野区) 杉田 佳輝さん(堺市) 竹下 斉史さん(東京都三鷹市) 北山 昌義さん(京都市) 日野 政人さん(愛知県豊明市) 増田 昇平さん(富山県高岡市) 稲見 和也さん(富山県富山市) 西依 暁さん(松江市) 今井 朗さん(愛知県安城市) 紺野 馨さん(東京都港区) 渡辺 駿介さん(大分県大分市) 加々美和義さん(山梨県富士吉田市)

- 志字 剛太さん(愛知県稲沢市) 佐藤 博芳さん(東京都葛飾区) 諏訪 芳秀さん(大阪府茨木市) 三穂 乙哉さん(東京都大田区) 長妻 宏郁さん(神戸市) 波多野 秀行さん(東京都目黒区) 永田 賢一さん(東京都台東区) 陳 祐晟さん(神戸市) 丹羽 新吾さん(長崎県長崎市) 遠藤 祥子さん(横浜市) 大島 秀和さん(大阪市) 中村 孝貴さん(東京都豊島区) 中野 節夫さん(岡山県倉敷市) 中野 慎二さん(東京都杉並区) 渡部 慎二さん(東京都杉並区) 猪股 和希子さん(大阪市) 中澤 利治さん(神奈川県横浜市) 森田 早智さん(さいたま市) 平見 映介さん(富崎県宮崎市) 吉崎 和子さん(東京都台東区) 八村 勇希さん(神戸市) 内田 孝明さん(神戸市) 峯浦 孝雄さん(東京都小平市) 景山 陽さん(大阪府守口市) 真鍋 磨央さん(静岡県御殿場市) 中村雄一郎さん(埼玉県蓮田市) 山下 悦子さん(東京都中野区) 白石 達典さん(東京都豊島区) 児玉 良平さん(福島県いわき市) 近 宙太郎さん(埼玉県北葛飾郡杉戸町)

- 大田 幸正さん(神戸市) 岩田 篤さん(京都市) 豊田 史朗さん(東京都葛飾区) 中南 郁弥さん(札幌市) 駒沢 登さん(東京都港区) 黄 志奇さん(京都市) 長嶋奈美子さん(静岡市) 木崎甲子郎さん(千葉県八千代市) 山田 健介さん(横浜市) 木倉 正道さん(福井県越前市) 五島 義久さん(名古屋市中区) 大橋 進さん(神奈川県鎌倉市) 林 哲弥さん(大阪市) 高橋 克嘉さん(東京都江戸川区) 田中 宏紀さん(大阪市) 小瀧 烈さん(東京都葛飾区) 介助用フルクリライング式 車椅子 須山 篤志さん(京都市) 寄附金 山本 國雄さん(加茂町) ◎加茂こども園、加茂小学校 ◎加茂中学校 ◎海潮中学校、木次中学校、掛合中学校 Sライオンコンロ (一社) 島根県LPガス協会 寄附金 ◎三刀屋永井隆記念館図書室 みとやこどもふろしき市 参加児童一同

人権擁護委員の紹介

人権センター

☎0854-42-1767

1月1日付けで、次の方が法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。任期は3年です。

【大東町】蓮岡 徹さん

【木次町】安部 武良さん

藤原 一明さん

【三万屋町】崎山 隆子さん

麻しん風しん2期 予防接種

健康推進課

☎0854-40-1045

麻しん・風しん（MR混合）2期予防接種を実施しています。

4月・10月・12月に対象者へ通知しています。まだ接種をされていない方は早めに接種しましょう。

【対象者】

小学校就学前1年間の方（平成25年4月2日から平成26年4月1日生まれ）

【接種期限】 3月31日（火）

【費用】 無料

ただし、定められた期間を過ぎたり、対象年齢以外の年

齢で接種すると定期接種対象外となり全額自己負担となります。

【接種方法】

市内医療機関に各自で予約後、接種をしてください。

【当日の持参品】

母子健康手帳、麻しん・風しん（MR混合）2期予防接種票
お子さんが麻しんや風しんにかからないために、麻しん・風しんの予防接種は1歳時に1回、小学校就学前に1回の計2回接種しましょう。確実に免疫をつけるために、推奨された期間で接種しましょう。

※予防接種を紛失された方は、問い合わせください。

今月の税金

- 固定資産税（第4期）
 - 国民健康保険料（第8期）
 - 後期高齢者医療保険料（第8期）
- 納期限は3月2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。

雲南市プレミアム付商品券の購入・使用期限

市では、消費税率の引上げが住民税非課税者や小さな乳幼児のいる子育て世帯の家計に与える影響を緩和するとともに、地域消費の下支えを目的として、プレミアム付商品券を発行しています。この商品券の購入・使用については、それぞれ期限がありますので確認ください。

【購入対象者】

市が送付した「雲南市プレミアム付商品券購入引換券」をお持ちの方

【購入期限】 2月28日（金）

市内18郵便局で商品券の購入が可能です。

【使用期限】 3月31日（火）

商品券は、市内417店舗の取扱加盟店で使用できます。

※購入引換券は、再発行ができませんので、商品券を購入するまでは大切に保管してください。

【問】 商工振興課 ☎0854-40-1052

ハンセン病元患者の「ご家族の皆さんへ」補償金の支給制度

健康推進課

☎0854-40-1045

「ハンセン病元患者家族に対する補償金の支給等に関する法律」が令和元年11月22日に公布され、対象となるハンセン病元患者のご家族の方々へ国から補償金が支給されることになりました。

詳細は、左記へ問い合わせください。

【問い合わせ先】

厚生労働省健康局補償金担当 ☎03-3595-2262

✉ hoshoukin@nh1w.go.jp

※受付時間は10時から16時まで（土・日・祝日・年末年始を除く）。

毎月第3日曜日は うなん家庭の日

雲（うん）と遊ぼう!! 南（なん）でも話そう!!

2月16日（日）

社会教育課 ☎0854-40-1073

「食品ロス」を減らしましょう

消費生活センター

☎0854-40-1123

日本では、本来食べられるのに捨てられる食品、いわゆる「食品ロス」が年間643万t発生しています。このうち約291万tは家庭から発生しています。

国民一人当たり換算すると年間約51kgとなり、1日当たりお茶碗1杯分（約140g）の食べ物を捨てている計算になります。

食品ロス削減のためには家庭での取り組みが重要です。

■捨てられやすい食材

- 1位 主食
（ごはん、パン、麺類）
 - 2位 野菜
 - 3位 おかず
- 捨ててしまう理由
- 1位 食べきれなかった
 - 2位 傷ませてしまった
 - 3位 賞味期限・消費期限が切れていた

★今日から実践！食品ロス削減
・買い物は事前に冷蔵庫内等を確認し、使う分だけ購入しましょう。

・保存方法に従って最適な保存場所に保存しましょう。



フォークリフト・トラクター等のナンバー登録はお済みですか？

税務課

☎0854-40-1034

小型特殊自動車（フォークリフト、シヨベルローダー等）や農耕作業用車（トラクター、コンバイン、田植え機等）の所有者は、公道を走行する、しないに関わらず、軽自動車税種別割の申告と納税の義務があります。（地方税法442条、同443条、雲南市条例第80条）

新規で購入された方、既に所有しているナンバープレートの付いていない車両をお持ちの方は、車両情報（メーカー、車台番号、型式、年式等）を分かるようにして、速やかに税務課または各総合センター市民福祉課へ申告をお願いします。ナンバープレートは即日交付します。

【課税対象となる小型特殊自動車】
最高速度が時速15km以下のもので、かつ車両の長さ4m70cm以下×幅1m70cm以下×高さ2m80cm以下のもの
【課税対象となる農耕作業用自動車】
最高速度が時速35km未満の

【課税対象となる農耕作業用自動車】
最高速度が時速35km未満の

もので、かつ運転席があるもの（運転席のない手押し式のもの是对象外）

【登録に必要なもの】

- ・印鑑
- ・販売証明書

※事務所や集落、農業法人等が所有する車両も対象になります。

※所有者となった日から15日以内に市へ申告することが義務付けられています。正当な理由なく申告をしなかった場合、10万円以下の過料が科せられます。

【廃車時も届出が必要です】

軽自動車税種別割は、4月1日現在の所有者にその年度分が課税されます。

廃車の届出がない場合は、登録されたままとなり課税されることとなりますので、印鑑とナンバープレートを持参のうえ、必ず手続きをしてください。（廃品回収業者等へ引き取ってもらう場合にも、必ずナンバープレートを外して廃車手続きをしてください。）

ハローワークのサービスが充実

商工振興課

☎0854-40-1052

1月からハローワークイン

市営・県営住宅の入居者募集

建築住宅課

☎0854-40-1065

◆市営住宅入居者募集期間

2月5日（水）から2月13日（木）17時締切

【募集団地】

2月1日（出）に市ホームページ、2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。

【選考方法】

選考により入居者を決定します。

【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・祝日は除く）
☎0854-47-7151

地域ぐるみで受動喫煙防止に努めよう

たばこの煙は、がんや心臓病、脳卒中、歯周病、乳幼児突然死症候群等のリスクを高め、周りの人の健康にも影響を与えます。

平成30年7月25日に「健康増進法の一部を改正する法律」が公布され、段階的に施行されており、令和2年4月1日に全面施行されます。

法改正のポイント

- 1 望まない受動喫煙をなくす（屋内施設は原則禁煙）
- 2 受動喫煙による健康影響が大きい子どもや病気の方等に特に配慮する
- 3 施設の類型・場所ごとに対策を実施する



主なルール

○第一種施設 原則敷地内禁煙（令和元年7月1日施行）

学校、病院、児童福祉施設等、行政機関、旅客運送事業自動車、航空機

※ただし、必要な措置が取られた場合に限り、屋外へ喫煙場所の設置ができます。

○第二種施設 原則屋内禁煙が義務化されます！（令和2年4月1日から施行）

第一種施設以外の多くの方が利用する施設（自治会の集会所、飲食店、事業所、工場等）、旅客運送事業船舶、鉄道で、原則屋内禁煙となります。 ※所定の要件に適合すれば、喫煙室の設置ができます。

地域の方が集まる場所は屋内禁煙としていただき、
たばこの煙から地域の皆さんの健康に配慮するよう、お互いが協力しましょう。

「禁煙しようかな」と思ったら、薬局、医療機関、健康づくり政策課へ相談ください。

詳しくは、以下をご覧ください。

厚生労働省「なくそう！望まない受動喫煙」[特設サイト](https://jyudokitsuen.mhlw.go.jp/) <https://jyudokitsuen.mhlw.go.jp/>

【問】健康づくり政策課 ☎0854-40-1040

令和2年度合併浄化槽設置受付開始

水道局下水道課

☎0854-42-3471

令和2年度の合併処理浄化槽設置の募集を開始します。受付は水道局下水道課で行います。

【募集期間】

2月3日(月)から10月30日(金)まで

【募集条件】

4月以降に宅内工事と合併浄化槽工事を同時に施工する場合は対象です。

市民バス・タクシーで利用できる 優待乗車券有効期限

令和2年 **3月31日**まで

※有効期限を過ぎると使用できなくなります。期限内にお使いください。

長寿障がい福祉課 ☎0854-40-1042

道や川の異状を発見したら「パトレポしまね」で通報を！

道や川の異状を発見したらスマートフォン用アプリ「パトレポしまね」で通報してください。

あなたからの通報が道と川の安全につながります！

■こんなときに通報してください。

- ・道路に落石、舗装の陥没がある 等
- ・川の護岸が決壊している 等

■操作は簡単

- ①スマートフォンへアプリ「パトレポしまね」をダウンロード
- ②異状を発見したら「パトレポしまね」を起動し写真を撮影・送信
⇒県土整備事務所等の職員が通報内容を確認し現地を確認します。



アプリ「パトレポしまね」のダウンロード（無料）はこちら

【問】島根県土木部道路維持課 ☎0852-22-6098・都市計画課 ☎0854-40-1064

島根いのちの電話 相談員養成講座

健康づくり政策課

☎0854-40-1040

■第一課程（公開講座15回）

【募集人員】 25人程度

【募集期間】 1月から3月末まで

【応募資格】 どなたでも参加できます。

【受講費用】 1万円

【受講期間】 4月4日から7月4日の予定

第1・3土曜日13時15分から16時30分（1日2コマ）

【会場】

いきいきプラザ島根（松江市）

【申込方法】

メール、FAX等で申し込みください。

■第二課程（養成講座）

【応募資格】 20歳から75歳まで

【受講費用】 1万円

【受講期間】

7月から 毎週土曜日（第4土曜日を除く）

【申込方法】

第一課程終了後、面接を経て受講の可否が決まります。

【申し込み・問い合わせ先】

島根いのちの電話事務局

☎0852-325985

✉s-inochi@smle.ocn.ne.jp

福祉・保育のお仕事 相談会・面談会 in 雲南

商工振興課

☎0854-40-1052

雲南圏域の福祉事業所に就職を希望する方への就職支援を目的に開催します。

福祉の仕事がはじめての方、資格のない方等、どなたでも参加いただけます。

※当相談会・面談会は、ハローワークでの失業認定に係る求職活動に該当します。

【日時】

3月3日(火)11時から13時まで

【会場】

ハローワーク雲南2階

【内容】

- ・個別就職面談コーナー
- ・福祉の仕事説明コーナー
- ・資料情報提供コーナー
- ・相談コーナー（人材センター）

※参加無料、申込不要、入退

場自由、服装自由。

※年齢制限なし、お子さん連れでの参加も可。

【問い合わせ先】

社会福祉法人島根県社会福祉協議会（島根県福祉人材センター）

☎0852-325957

地域プロモーション 大賞入賞

観光振興課

☎0854-40-1054

雲南市観光協会の制作した市の観光プロモーションビデオが、「第1回地域プロモーション大賞」のふるさと動画部門において選考委員特別賞（及川卓也賞）を受賞しました。

プロモーション大賞は、（一財）地域活性化センターが地域の魅力を国内外に発信する広報PR活動の一環として募集したもので、全国の自治体から156点の作品応募がありました。

観光プロモーションビデオでは、市内の観光地や地域芸能を紹介しており、市の公式YouTubeチャンネルにも掲載していますのでぜひご覧ください。

入賞作品「雲南市観光PV」

<https://www.youtube.com/watch?v=7Xlrr5q3p3Y>



広告 募集中

市報うんなんに広告を掲載しませんか。

1枠 12,570円です。

ご希望の方は市役所情報政策課へ連絡ください。

掲載内容は「雲南市市報うんなん広告掲載基準」に基づきます。

雲南市役所情報政策課 ☎0854-40-1015



寒い冬におススメ!

あったかい雲南市内の温泉情報

寒い時期に楽しみたいのが温泉。雲南市内には多くの温泉があります。今回はその中から3カ所の温泉を紹介します。



① 出雲湯村温泉

昨年11月19日に国民宿舎清風荘がオープンして注目度が高まっている温泉です。出雲湯村温泉は、泉質がアルカリ性単純温泉で、「家族みんなにやさしい美肌の湯」です。

出雲湯村温泉内の各施設には家族風呂がありますのでご家族でもお楽しみいただけます。

② 海潮温泉

泉質は塩化物泉で「塩でお肌をコーティングする、体がいつまでもポカポカする温まりの湯」と言えます。「海潮荘」と「桂荘」で入浴できます。

③ 東日登温泉「おろち湯ったり館」

市民の憩いの場としても親しまれているこのお湯は、「傷の湯」として切り傷ややけど等肌の蘇生効果が期待できると言われています。

同じ市内でもさまざまな泉質を楽しむことができます。

この冬は市内の温泉巡りを楽しんでみてはいかがでしょうか。



公衆浴場 元湯 漆仁の湯 (出雲湯村温泉)

【問】雲南市観光協会 ☎ 0854-42-9770 ・ 観光振興課 ☎ 0854-40-1054

水道局 営業課
☎ 0854-42-5322

気温がマイナス4℃以下になると水道が凍結し、水が出なくなったり水道管が破裂する恐れがあります。家周りの水道を点検し、防寒対策をしましょう。

【凍結防止対策】

- ① 外壁露出水道管は、発泡スチロール製の保温材や凍結防止ヒーター等を巻いて、保温・防護しましょう。
- ② 長らく留守にされるときは、止水栓を閉めるか、水道局へ中止届を提出ください。
- ③ 庭先の水栓柱には、布を巻き、その上にビニール袋等をかぶせ保温しましょう。水抜き栓の取り付けも有効です。
- ④ 水道管が凍ってしまったり、タオルや布を当て、その上からゆっくりぬるま湯をかけて溶かします。
- ⑤ 離れ、車庫、倉庫等、普段使わない水道には、バルブを設置して閉めておくことも有効です。

※水道管の凍結等による破裂・故障修理は、雲南市指定給水装置工事業者に依頼しましょう。

水道管凍結に「注意を！」

水道局 下水道課
☎ 0854-42-3471

下水道が利用可能な区域(供用開始区域)内にある敷地内の浴室、洗濯、トイレ等の排水は、下水道法の定めにより遅滞なく下水道に接続しなければなりません。

下水道へ接続することで、悪臭や害虫の発生を抑えると共に生活環境や河川、側溝の水質の向上につながりますので、単独浄化槽や汲み取り式便所を利用していらっしゃる場合は、早めに下水道に接続をお願いします。

下水道の整備区域外の皆さんは、合併浄化槽へ接続をお願いします。

お詫びと訂正

1月号の掲載内容に誤りがありました。お詫びして訂正します。

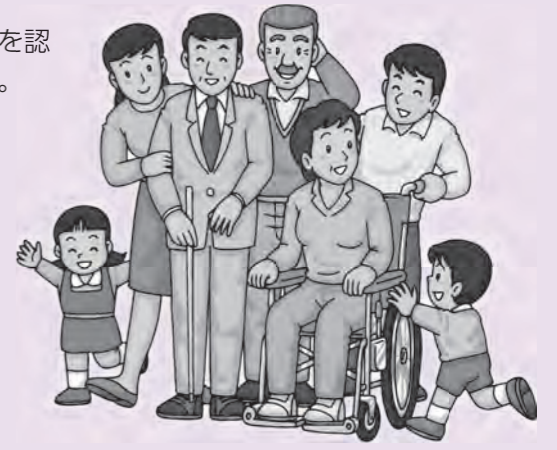
● 市役所からのお知らせ 23ページ

◎ 島根県各種功労者表彰 (誤) 蓮岡 法障さん (三刀屋町) ← (正) 蓮岡 法障さん (大東町)

下水道への接続を！

障害者差別解消法

この法律は、障がいのある方もない方も互いにその人らしさを認め合いながら、共に生きる社会をつくることをめざしています。



障害者差別解消法とは？

この法律では、「不当な差別的取扱い」を禁止し、「合理的配慮の提供」を求める事によって、障がいのある方もない方も共に暮らせる社会をめざしています。

● 「不当な差別的取扱い」とは？

障がいのある方に対して、正当な理由なく、障がいを理由として、サービスの提供を拒否することや、サービスの提供に当たって場所や時間帯等を制限すること、障がいのない方には付けられない条件を付けること等が禁止されています。

● 「合理的配慮」とは？

合理的配慮とは、障がい者からの助けを求める意思の表明があった場合、事業所は過度な負担になり過ぎない範囲で対応することです。理由を説明し、別のやり方を提案することも含め、理解を得るよう努めることが大切です。



対象となる「障がい者」は？

この法律に書いてある「障がい者」とは障害者手帳を持っている方のことではありません。身体障がい、知的障がい、精神障がいのある方等、障がいや社会生活に相当な制限を受けている方すべて(障がい児も含まれます)が対象です。

対象となる「事業所」は？

会社やお店はもちろんのこと、同じサービス等を繰り返し継続する意思を持って行う方々を言い、ボランティア活動をするグループ等も入ります。

困ったときは・・・

障がいのある方が、不当な差別的取扱いを受けていた、合理的配慮を提供してもらえていない等ありましたら、下記へ相談ください。

【問】長寿障がい福祉課(地域協議会事務局) ☎ 0854-40-1042
※地域協議会…障がいを理由とする差別の解消に向けた取り組みを推進するため、地域の関係機関により構成された組織



雲南コミュニティキャンパス 実践型インターンシップ 参加者募集

課題解決先進地「雲南市」は、次世代を担う若者たちのチャレンジのフィールドでもあります。多様な価値観の中で社会実践を積むことで、あなたの「らしさ」を発掘しませんか？

開催期間
2/17~3/19
(月) (木)

大学生対象

株式会社山光



チームワーク抜群！地方で働くからこそ出える「個性を生かせる会社」の強みを徹底的に掘り起こし、採用PRにつなげよ！

テーマ 企業ブランディング／取材／採用

募集 1人（既決の1人と共に活動）

活動内容等の詳細は下記アドレスもしくは右の二次元コードから
http://www.co-unnan.jp/sp-ucc_page.php?logid=2000



掛合マツダ有限会社



「まちのディーラー」の生き残り大作戦！新規顧客獲得&維持のためのコミュニケーションデザインプロジェクト！

テーマ 顧客開拓／イベント企画／デザイン

募集 1人

活動内容等の詳細は下記アドレスもしくは右の二次元コードから
http://www.co-unnan.jp/sp-ucc_page.php?logid=2001



株式会社吉田ふるさと村



薬湯×美肌 20代~30代の女性向け新宿泊プランを開発せよ！

テーマ 観光・旅行／販売促進／まちづくり

募集 2人

活動内容等の詳細は下記アドレスもしくは右の二次元コードから
http://www.co-unnan.jp/sp-ucc_page.php?logid=2002



株式会社中澤建設



脱 土建屋イメージ！
中澤建設の新たな道をPR動画から拓く

テーマ 動画制作／イメージ戦略／広報・PR／採用

募集 1人

活動内容等の詳細は下記アドレスもしくは右の二次元コードから
http://www.co-unnan.jp/sp-ucc_page.php?logid=2003



インターン期間中のサポート体制



定期的な研修機会や日報等の学びの環境整備



雲南コミュニティキャンパス共同生活寮への入居可能



面談の設定や個々のチャレンジの個別相談



期間中のインターン先への交通費等の活動支援金あり

【申込方法】

雲南市チャレンジサイトもしくは右の二次元コードから申し込んでください。

<http://www.co-unnan.jp/sp-ucc.php>



【問い合わせ先】

雲南コミュニティキャンパス事務局(政策推進課内)
☎0854-40-1011

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ゾウくん

代引きで身に覚えのない荷物が送られてきた

代引き（代金引換）とは、ネット通販等で購入した商品の代金を、商品到着と同時に配送業者に支払い、引き換えに商品を受け取るサービスのことで、商品の到着を確認してから代金を支払うことができる便利なサービスですが、トラブルも起こっています。

相談事例

1. 代引きで連続して4回、身に覚えのない荷物が届いた。
2. 何者かが私の名前を使って注文したと思われる商品が、代引きで届いた。
3. 家族宛ての代引き商品を受け取り、開封確認したら購入した覚えのないものだった。

消費者へのアドバイス

1. 心当たりのない商品が代引きで届いた場合は
 - ・商品の受け取りや支払いをしない。
 - ・家族宛て等、受け取るべきかその場で判断できないときは、すぐに支払いをせず配送業者（ドライバー）に事情を説明して、一旦持ち帰ってもらう。
2. 心当たりのない商品を代引きで受け取ってしまった場合
 - ・荷物の発送元に身に覚えのない商品であることを伝え、返品や返金を依頼する。
 - ・普段からの備えとして、通販を利用した場合は、代引き等の支払い方法も含め家族に伝える等、家族間でのルールを決めておきましょう。
3. 困ったときは消費者ホットライン「局番なしの188（いやや）」に相談ください。

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

コウノトリ観察

コウノトリは、毎年2月頃から繁殖期を迎えます。この時期に、人が巣に近づくと、巣づくりや子育てに大きな影響を与えます。巣の近くを通行される際は、長時間立ち止まったり、むやみに近づいたりしないでください。また、市では「コウノトリ観察ルール」を設けています。観察時には、このルールを守っていただきますようお願いします。

【コウノトリ観察ルール】

- ①コウノトリから150m以上離れた場所から観察してください。
- ②大きな音を立てたり、大声を出して脅かさないでください。
- ③追いかけて回さないでください。
- ④餌を与えないでください。
- ⑤写真撮影時に、フラッシュを使用しないでください。
- ⑥私有地や進入禁止地等には、絶対に立ち入らないでください。
- ⑦駐車トラブル等に十分注意し、地域住民に迷惑を掛けないようにしてください。



子育て中のげんきくん
©雲南市教育委員会

【問】文化財課 ☎0854-40-1104

INFORMATION



第15回 雲南神楽フェスティバル

と き 2月23日(日) 9:30開場 10:00開演
と ころ 木次経済文化会館チェリヴァホール
入 場 料 前売券1,000円、当日券1,300円
 (全席自由・税込)

※高校生以下無料
 障がい者割引:100円(本人および介添人1人まで)

【問】観光振興課 ☎0854-40-1054

ラメールミュージカルスクール公演 みやざわけんじ 宮澤賢治物語2020 「KENJI ROBOT」

原作・作詞・作曲・演出・音楽：モンデンモモ
トリビュート
 Tribute to 宮澤賢治

スクールに通う子どもたち(幼児～高校生)約50人が出演する、創作ミュージカル公演！
 今年は、宮澤賢治をテーマにした新作にチャレンジします。子どもたちの清々しい歌声と元気いっぱいダンスにご声援をお願いします♪

と き 2月29日(土) 15:30開場 16:00開演
 3月1日(日) 13:30開場 14:00開演
と ころ 加茂文化ホールラメール(大ホール)
入 場 料 【1階/指定席】
 一般1,000円、高校生以下500円
 【2階/自由席】前売500円、当日800円
 【問】ラメール ☎0854-49-8500

出雲神楽の夕べ

出演：西日登神楽社中

市内13の神楽社中が月がわりで登場！

と き 2月8日(土) 18:30開場 19:00開演
 ※1月・2月は開演時間が1時間早くなります。

と ころ 古代鉄歌謡館
入 場 料 高校生以上500円、小中学生200円
 【問】古代鉄歌謡館 ☎0854-43-6568

トレーニングルーム「冬の体力測定会」

5種目の測定で体力レベルが分かります。(所要時間約30分)

と き 2月21日(金) 10:00～16:00

と ころ サンワーク木次トレーニングルーム

料 金 260円(施設利用料)

【問】サンワーク木次 ☎0854-42-9090



UNNANアートスタート presents チェリヴァシアター UNNANアートスタートのサーカス小屋

～遊びと映画とマルシェ～

と き 2月29日(土) 10:00～15:30

と ころ 木次経済文化会館チェリヴァホール

- 映画上映
 チェリヴァシアターディズニー映画「ダンボ」
 日本語吹替版 (1941年/アメリカ/64分)
 ①10:30～ ②14:00～ (2回上映)
入 場 料 前売500円(当日700円)
 ※未就学児無料 ※無料託児有 (要申込・メ切2月20日(木))
- 体験エリア「ミライ☆サーカス」11:00～15:30
 テクノロジー×アートを体験！
 描いた絵が動き出すよ！
- マルシェ 11:00～15:30
 “サーカス”にちなんだフードやドリンクが大集合♪
 【問】チェリヴァホール ☎0854-42-1155

●市報うなん No.183 2020年2月発行
 発行・編集／雲南市役所 政策企画部 情報政策課
 〒699-1392 雲南市木次町里方521-1
 ☎0854-40-1015 FAX 0854-40-1019
 ☐ unnan-city@city.unnan.shimane.jp

市報うなんに対するご意見、ご感想をお寄せください。

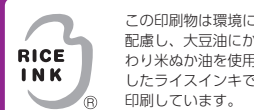
人 口・・・37,720人 (-100人)

男 性・・・18,192人 (-38人)

女 性・・・19,528人 (-62人)

世帯数・・・13,748世帯 (-39世帯)

令和2年1月1日現在(先月比)



この印刷物は環境に配慮し、大豆油にか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。