

# 市報うんなん Unnan

7

2022 No.212



特集

市政に対する皆さんの声をお寄せください! (2ページ)

新型コロナウイルス

ワクチン4回目接種 (4ページ)

今月の表紙：令和4年いるま花田植え

### ③ 市政への提案箱

市民の皆さんの声を聞き、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、皆さんの思いをお寄せください。

#### 留意事項

令和3年度にいただいた提案内容



- 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
- ・ 回答を希望しないもの
- ・ 個人や団体などを誹謗中傷するもの
- ・ 営業目的のもの
- ・ 市政に関係のないもの
- ・ 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提案内容の確認などに使い、他の目的には使用しません。

#### 【様式例】

氏名		電話番号	-	-
住所	〒 -		雲南市	町
回答方法などを○で囲んでください。		1. 文書    2. メール    3. 回答の必要なし		
回答がメールの場合、アドレスを記入してください。				
-----				
-----				
-----				

#### 提案方法

- ① 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
- ② 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。
- ③ Eメール：  
unnan-teianbako@city.unnan.shimane.jp



しまね電子申請サービス

- 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



▼ポスト

## 市政に対する 皆さんの声をお寄せください！

【問】広報広聴課 ☎0854-40-1015



市では、市民の皆さんからの意見・要望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。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策に努め、市民の皆さんとの対話を重視するため、町単位で開催してきた市政懇談会は下記のとおり取り組み内容を変えて、広聴を行っていきます。

#### 広聴事業の変更点

新型コロナウイルス流行前	令和4年度
まちづくり懇談会	①まちづくり懇談会
市政懇談会	市政懇談会 ②市長との意見交換会
	③市政への提案箱

(※①～③について陳情・要望を目的としたものを除く)

### 1) まちづくり懇談会

市内まちづくり団体と市長とで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。昨年度は、地域自主組織、自治会から申し込みいただき、実施しました。皆さんからの申し込みをお待ちしています。

【問い合わせ先】 広報広聴課 / 【申し込み先】 各総合センター自治振興課

### 2) 市長との意見交換会

学生、子育て世代などのさまざまな立場のグループ・団体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たいと思っていますので、意見交換会の開催を希望される団体は広報広聴課に問い合わせください。

【問い合わせ・申し込み先】 広報広聴課

# 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に関するお知らせ vol.19



※掲載している情報は6月16日現在の情報です。最新の情報は市ホームページや問い合わせ先で確認してください。

## ワクチン 新型コロナワクチン4回目接種

問 วัคซีน接種対策室（ワクチン接種コールセンター） ☎050-3819-6533

国の計画に基づく、新型コロナワクチン4回目接種を行います。

### 接種の目的

#### これまでの接種の目的

- ①初回接種 ⇒ 感染予防効果や発症予防効果により感染の予防を図るため
- ②3回目接種 ⇒ 入院予防効果、重症化予防効果、死亡予防効果により感染のまん延を抑え、医療ひっ迫などの社会生活への影響の低減を図るため

#### 今回の接種の目的

- ③4回目接種 ⇒ **感染した場合に重症化しやすい方のリスクを引き下げるため**

### 4回目接種の対象者

感染した場合に重症化しやすい方のリスクを下げるために、次の方が対象となります。

- (1) 60歳以上の市民
- (2) 基礎疾患<sup>\*1</sup>を有する18歳以上60歳未満の市民

### 接種の概要

- ①接種間隔 3回目接種から5ヵ月後
- ②接種回数 1回
- ③接種費用 無料（国が負担）
- ④接種期間 7月下旬から9月末（国の計画期限）まで

### 接種場所等

接種場所、接種日、使用するワクチンは、次のとおりの予定です。

なお、国のワクチン供給量や、予約数などで急きょ変更することがあります。

#### (1) 集団接種

①雲南市立病院第三駐車場特設会場	毎週木、金、土曜日	武田／モデルナ、ファイザー
②平成記念病院	水、金または木、土曜日	武田／モデルナ
③掛合診療所	毎週火、水曜日	武田／モデルナ

#### (2) 個別接種

市内医療機関の一部

（実施の有無や使用するワクチンについては、かかりつけの医療機関に確認ください）

### 接種までの流れ(60歳以上の市民の方)

- ①3回目接種から5ヵ月を経過した方へ、**市から4回目接種の接種券を郵送**します。
- ②4回目接種を予約します。
- ③予約日に4回目接種を受けます。

### 接種までの流れ(基礎疾患を有する等の18歳以上60歳未満の市民の方)

- ①3回目接種から5ヵ月を経過した方へ、市から4回目接種の案内を郵送します。
- ②案内を確認していただき、接種対象者に該当し、接種を希望される方は、**4回目接種の接種券の発行を市へ申請**します。申請には、案内に記載している**申請番号が必要**です。
  - ア) しまね電子申請サービスを通じての電子申請
  - イ) 雲南市ワクチン接種コールセンターへの電話による申請
  - ウ) お近くのうなんワクチン予約お助け隊による予約申請サポート
- ③3回目接種から5ヵ月経過した後に、申請に基づき、市から4回目接種の接種券を郵送します。
- ④接種券到着後、4回目接種を予約します。
- ⑤予約日に4回目接種を受けます。

### 集団接種の予約

集団接種の予約方法は、次のとおりです。

なお、毎週月曜日午前は、予約システムのメンテナンスを行うため、いずれの方法でも予約することができません。

個別接種については、かかりつけの医療機関へご確認ください。

#### (1) 市特設サイトでのインターネット予約

インターネットに接続できるパソコン等で、市ホームページにアクセスし、手続きください。

#### (2) 雲南市ワクチン接種コールセンターでの電話予約

☎ 050-3819-6533（日祝除く午前8時30分から午後5時15分まで）

#### (3) 「うなんワクチン予約お助け隊」の予約サポートによる予約

接種券に同封のチラシに掲載されたメンバーのところへ、接種券をもってお尋ねください。

### 基礎疾患<sup>\*1</sup>

基礎疾患を有するとは、次のいずれかに該当する場合をいいます。

#### (1) 以下の病気や状態の方で、通院／入院している方

- 1. 慢性の呼吸器の病気
- 2. 慢性の心臓病（高血圧を含む）
- 3. 慢性の腎臓病
- 4. 慢性の肝臓病（肝硬変など）
- 5. インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病または他の病気を併発している糖尿病
- 6. 血液の病気（ただし、鉄欠乏性貧血を除く）
- 7. 免疫の機能が低下する病気（治療中の悪性腫瘍を含む）
- 8. ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
- 9. 免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
- 10. 神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態（呼吸障害など）
- 11. 染色体異常
- 12. 重症心身障害（重度の肢体不自由と重度の知的障害が重複した状態）
- 13. 睡眠時無呼吸症候群
- 14. 重い精神疾患（精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、または自立支援医療（精神通院医療）で「重度かつ継続」に該当する場合）や知的障害（療育手帳を所持している場合）

#### (2) 基準（BMI30以上）を満たす肥満の方

\* BMI30の目安：身長170cmで体重約87kg、身長160cmで体重約77kg

### その他

- (1) 4回目接種の実施に伴い8月からは、初回接種、3回目接種、12～17歳の3回目接種、小児接種の体制を見直し、月1回程度の接種会場を設けるように変更します。
- (2) 海外でワクチン接種をされた帰国者や市外でワクチン接種をされた転入者については、市ではワクチン接種の情報が把握できませんので、必ず市の窓口で手続きが必要です。
- (3) 接種券を紛失された場合や、予診のみとなった場合は、窓口で再発行の手続きが必要です。

# 災害に備えた取り組み



雲南市に甚大な被害をもたらした「令和3年7月豪雨災害」。  
今月で発災から1年が経ちます。市そして関係団体では、災害への対応力の向上や支援体制の強化などをめざし取り組みを進めています。そんな取り組みの一部を紹介します。

## 中国地方の市町村では初！

### 雲南市気象防災アドバイザーを設置します！

近年全国的に多発化・激甚化する風水害などに迅速に対応するため、松江地方気象台で防災業務課長、技術課長を歴任された堀江安男さん（三刀屋町）に雲南市気象防災アドバイザーを委嘱しました（任期：令和6年3月31日まで）。

委嘱状交付式で堀江さんは「責任の重さを感じています。退職後、地域で防災啓発を行ってききました。市の防災に寄与していきたい」と話されました。

雲南市気象防災アドバイザーは、業務として平時は気象に関する市職員等の研修を行い、災害時には雲南市災害対策本部などで気象の見通し、気象状況を読み解き、市対策本部への助言、状況説明を行います。



▲堀江気象防災アドバイザー(右)

【問】防災安全課 ☎0854-40-1027

## 災害等発生時における調査業務等の応援に関する協定書調印式



▲調印式に参加された皆さん

雲南地区測量設計協会、大原森林組合および飯石森林組合と雲南市とで「災害等発生時における調査業務等の応援に関する協定書」締結の調印式を開催しました。

市は令和3年7月豪雨災害における災害対応の課題などを点検し、今後の対応方針を検証レポートにまとめています。

昨年の災害では、災害箇所現場確認において通行できない道路が多く、状況把握が円滑に行えなかったことが課題でした。この協定により、各団体からの応援業務として保有されているドローンを活用した災害初期調査を行うことで、災害時の迅速な情報収集につながることを期待されます。

### 市民の皆さんへ

災害時には、建物や道路、河川、農地などの被災箇所周辺をドローンが飛行する場合があります。

【問】建設工務課 ☎0854-40-1064

## ライオンズクラブと社会福祉協議会との災害時におけるボランティア支援に関する協定調印式

市内5つのライオンズクラブ（大東・木次・三刀屋・加茂島根・掛合）と雲南市社会福祉協議会による「災害時におけるボランティア支援に関する協定書」の調印式が三刀屋健康福祉センターで行われました。

調印式で、ライオンズクラブを代表して木次ライオンズクラブの足野隆二会長は、「災害が発生した時に被災者が一日も早く日常を取り戻せるように、少しでも力になりたいという思いから協定を結ぶこととした。社会福祉協議会と連携しながら支援体制を構築していきたい」と思いを述べられました。

雲南市社会福祉協議会の秦和夫会長は、「本日を契機に市内5つのライオンズクラブと社会福祉協議会が一層連携を密に、一致団結して市民の皆様の福祉向上に向けて邁進することを誓う」と決意を述べられました。

この協定には、災害時に雲南市社会福祉協議会が災害ボランティアセンターを開設した場合に、ライオンズクラブが災害ボランティアセンターの運営を支援することなどが盛り込まれています。



▲調印式に参加された皆さん

【問】健康福祉総務課 ☎0854-40-1041

## 給付金 低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、低所得の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

### 給付額

児童一人当たり一律5万円（対象となる児童の範囲は、18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある児童。障がいのある児童については20歳未満）

### 問い合わせ先

各課または国のコールセンター ☎0120-400-903 平日9:00~18:00

## 1 ひとり親世帯分

問 子ども家庭支援課 ☎0854-40-1067

### 支給対象者

- ①令和4年4月分の児童扶養手当受給者
- ②公的年金等を受給していることにより、令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない方（児童扶養手当の申請をしていれば、令和4年4月分の児童扶養手当の支給が全額または一部停止されたと推測される方も含む）
- ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方（児童扶養手当の申請を行っていない方も含む）

### 給付方法

支給対象者①の方については申請不要です。6月20日(月)に児童扶養手当の振込口座へ振り込んでいます。支給対象者②、③の方については申請が必要です。申請書は各総合センター市民福祉課または子ども家庭支援課の窓口を設置する他、市ホームページにも掲載しています。

※申請期限は、令和5年2月28日まで

## 2 ひとり親世帯以外分

問 市民生活課 ☎0854-40-1031

### 支給対象者（ひとり親世帯分の給付金を受け取った方を除く）

- 次のA、Bに当てはまる方
- A平成16年4月2日（特別児童扶養手当の対象となっている児童の場合は平成14年4月2日）から令和5年2月28日までの間に出生した児童を養育する父母など
  - B令和4年度住民税（均等割）が非課税の方または令和4年1月1日以降の収入が新型コロナウイルス感染症の影響を受けて急変し、住民税（均等割）が非課税相当の収入となった方

### 給付方法

要件によって申請が不要な方と申請が必要な方に区分されます。

#### (1) 【申請が不要な方】

令和4年度住民税（均等割）が非課税で、次のいずれかの要件に該当する方

- ①令和4年4月分の児童手当受給者（公務員を除く）
- ②令和4年4月分の特別児童扶養手当受給者（障がいのある児童を養育している方）
- ③令和4年5月から令和5年3月までのいずれかの月分の児童手当（出生児童含む）または特別児童扶養手当認定者（転入などにより他市町村で支給された場合を除く）

※①、②の方には支給のお知らせを郵送し、7月中に児童手当または特別児童扶養手当の支給口座に支給予定です。支給を拒否する場合には、期日までに拒否届の提出が必要です。詳しくは送付したお知らせを確認してください。

※③の方は支給要件の確認ができ次第、お知らせを郵送し、支給します（未申告や転入などにより雲南市で令和4年度の課税状況が把握できない方は、確認ができ次第支給します）。

#### (2) 【申請が必要な方】

上記以外の方（公務員・高校生のみ養育した方・家計が急変した方など）

#### 《申請方法》

必要な申請書、添付書類を令和5年2月28日（令和5年2月後半に出生された方を除く）までに市民生活課に申請してください。申請書は市民生活課または各総合センター市民福祉課の窓口を設置するほか、市ホームページにも掲載しています。

5/21(±)

## 雲南市環境フォーラム ～脱炭素宣言に向けて～

持続可能な雲南市をめざし、2050年までの脱炭素社会の実現に向け、地域の脱炭素化に理解を深めることを目的とした「雲南市環境フォーラム～脱炭素宣言に向けて～」を木次経済文化会館チェリヴァホールで開催し、市民や市内事業者など、およそ90人が参加しました。

会議では、「脱炭素から始まる地方創生」と題し、環境省中国四国地方環境事務所 上田健二所長に、地域温暖化対策に向けた国内の動きや、地域脱炭素は地域課題の解決に貢献するとした将来の展望について話していただいたほか、吉山副市長が「脱炭素宣言（案）」について説明を行い、参加者から意見を伺いました。

基調講演では、アマタホールディングス株式会社

岡田健一取締役より「脱炭素社会に向けたまちづくり」と題して、化石燃料への依存度を下げ、地域内で炭素循環をすることの重要性や、低炭素・カーボンニュートラル<sup>※1</sup>な暮らし方について話していただきました。



▲講演される岡田取締役

- 7月に「計画策定キックオフフォーラム」（詳細は28ページ掲載）を開催し、具体的な行動に移していくための計画づくりに取り組みます。
- このフォーラムは雲南夢ネットで7月に放送予定です。



※1. 温室効果ガスの排出を全体としてゼロにすることを、カーボンニュートラルと表現します。二酸化炭素をはじめとする温室効果ガスの「排出量」から、植林、森林管理などによる「吸収量」を差し引いた合計が、実質的にゼロになるよう社会全体での取り組みが求められています。

5/22(日)

## 3年ぶりの開催！いるま花田植え

令和4年いるま花田植えが入間交流センター裏の水田で入間花田植え実行委員会（会長 小豆澤政廣さん）の主催により行われました。

いるま花田植えは戦後一度は途絶えたものの、地元の有志により平成14年から毎年開催されてきました。令和元年の開催以降、新型コロナウイルスの流行により中止されていましたが、この度、参加者を地域の方々に絞るなど感染症対策を行った上で取り組まれました。

華やかな衣装を身に着けた早乙女とはやしこは入間天満宮から水田までの道をにぎやかにパレードしました。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田植えを行い、石飛市長も早乙女たちと一緒に苗を植えました。



▲田植えをする早乙女と石飛市長

# うんなん日和



5/12(木)

## 島根県立大学と 包括連携協定を締結！

雲南市は、公立大学法人島根県立大学と、人材育成や共同研究などの諸分野において協力関係を深め、地域社会の発展に寄与することを目的に包括連携協定を締結しました。

島根県立大学の清原正義理事長は「雲南市と県立大学は、これまで広い範囲で連携してきた。この連携協定により、連携をさらに強化したいと思っている。また、県立大学で進めているプロジェクトをぜひ雲南市でも取り組んでいきたい」と話されました。



▲調印する清原理事長と石飛市長

5/14(±)  
5/15(日)

## たたら文化の魅力を映画で 世界に発信！

和鋼生産たたら体験交流施設（吉田町吉田）で、更新した炉の試験操業に併せて短編映画「たたら」の映画撮影が行われました。

この映画は、ストラテジックパートナーズ株式会社が取り組んでいる社会貢献などを目的とした映画プロジェクトの一環で、「誰にでも自分自身の行動を変える力がある」ということを「自然と産業の共存をめざす『たたら』の考え方を通して世界に発信すること」を目的に制作されています。

プロジェクト全体統括 芦田 博さんは、「『たたら』について調べていく中で、自然との共存という面や地域性に感銘を受けました。この映画を通して、壊すだけではない文化があるということ、そして島根を世界に伝えたいです。また、長い歴史の中で時間をかけて考えてこられた、「自然を大切にしながら良いものを作る」という考え方に未来へのヒントがあるように思っています」と話してくれました。

今後、市内で映画の撮影が進められ、完成は今夏の予定です。



▲鉞出しを撮影する様子



▲映像を確認する野澤クニオ監督

6/6月

# 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、総合学習の時間で加茂町の「地域のお宝」の調査に取り組んでおり、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）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年生からは、「これから新しく苗を植えますか？」「茶畑の上にあるせんぷうぎは何ですか？」など多くの質問がありました。

その後、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、組合員の加藤秀一さん（加茂町）から、収穫した茶葉の加工の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

5/22日

# ラメール弦楽合奏団 第2回演奏会



ラメール弦楽合奏団第2回演奏会が加茂文化ホールラメールで（株）キラキラ雲南の主催により開催されました。

加茂文化ホールラメールでは、音楽が好きな子どもから大人までが管弦打楽器を学び、探究することを目的としたプロジェクト「ラメールマスターズプロジェクト（以下、LMP）」を昨年から開講しています。LMPでは、山陰でも珍しい弦楽合奏に特化したコースもあり、初級から上級、一般愛好家向けのクラスに市内外から受講されています。

演奏会では、その弦楽合奏の受講生たちで構成されたラメール弦楽合奏団とプロのゲスト演奏家に

よって「カノン」やチャイコフスキー「弦楽セレナーデ」などの名曲、協奏曲などが披露され、来場者は弦楽合奏の魅力を楽しみました。



▲演奏会の様子

5/25水

# チャレンジデー2022を開催しました

今年から5代目チャレンジマンひろき登場！



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スポーツイベント「チャレンジデー」を開催し、今年は愛知県みよし市と対戦しました。

当日は感染症対策に配慮をしながら、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。

住民参加率が40%を超えたため、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。来年も皆さんの参加をお待ちしています。

## チャレンジデー2022の結果

	参加人数	参加率
雲南市	15,029人/36,734人	40.9%
みよし市	12,412人/61,245人	20.3%

※令和4年2月の住民基本台帳人口による参加率

UCH! 高校生ニュース

vol.2

このコーナーでは、日本一チャレンジに優しい教育環境で学ぶ市内高校生の姿を伝えていきます。

三刀屋高校掛合分校2年生が農事組合法人宇山営農組合（吉田町民谷地区）や関係諸機関と協働しながら行う雲南式探究学習が今年度もスタートしました。今回は5月9日に実施した田植えの様子を紹介します！



この日は、2年生が宇山地区の水田を訪れ、およそ10aの水田に「つや姫」の苗を手植えました。初めて水田に入る生徒もあり、泥まみれで悪戦苦闘しながらも予定されていた作業を無事に終わることができました。



らしい新しいカタチで、宇山で作られるお米の魅力を発信したいです。

今後は、専門家をゲストティーチャーとして招きながら、販売促進グッズの作成や広報戦略の提案活動を行います。また、秋には稲刈り体験学習を行い、生産された雲南市プレミアムつや姫「たたら焔米」、「うやま米」の販売促進活動を文化祭などで行う予定です。

生徒の声（上代侑芽さん）

宇山の皆さんが優しく教えてくださり、地域と高校生の一体感ある雰囲気溢れていました。高校生

UCHとは「雲南コミュニティハイスクール」雲南市内の高校生世代が過ごす全ての時間と空間が学び舎という考え方

【問】キャリア教育政策課 ☎ 0854-40-1074



大東町ポッチャ



加茂町グラウンドゴルフ



木次町スカットボール



三刀屋町ペガールボール



吉田町体操



掛合町ウォーキング

# 雲南病院だより

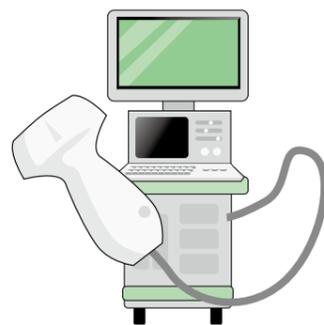
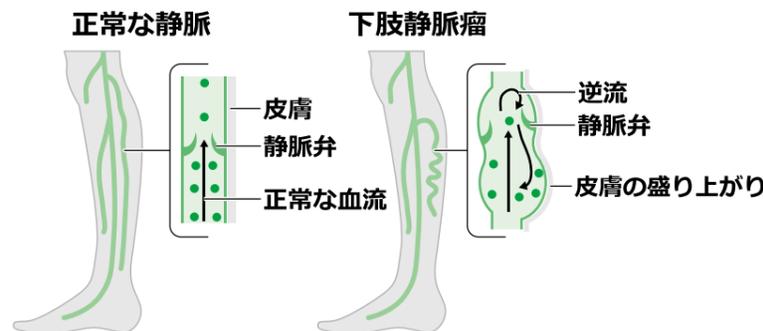
## もしかしたら自分も下肢静脈瘤かもしれない??



雲南市立病院 外科 医長 安田 幸司

初夏に入り、足の露出が増え、屋外で作業を行うこと、家族で外出する機会も多くなってきたのではないだろうか。しかし最近定がむくむ、夕方になると重だるい、足の血管がポコポコしているのが気になる。こういった経験をされている方も多いと思います。それは下肢静脈瘤が原因かもしれません。今回は下肢静脈瘤に関して紹介させていただきます。本年度より雲南市立病院で行えるようになった下肢静脈瘤治療について皆さんに知っていただけたらと思います。

初夏に入り、足の露出が増え、屋外で作業を行うこと、家族で外出する機会も多くなってきたのではないだろうか。しかし最近定がむくむ、夕方になると重だるい、足の血管がポコポコしているのが気になる。こういった経験をされている方も多いと思います。それは下肢静脈瘤が原因かもしれません。今回は下肢静脈瘤に関して紹介させていただきます。本年度より雲南市立病院で行えるようになった下肢静脈瘤治療について皆さんに知っていただけたらと思います。



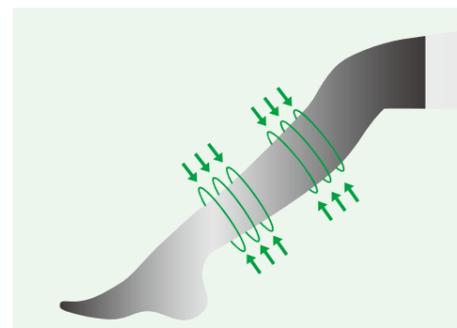
実際に下肢静脈瘤かどうかを調べるには下肢血管エコー検査を行います。足の血管にエコーを当てて、どの静脈がどのように逆流しているかを確認します。検査時間は約10〜20分程度で、医師が直接行います。自分に関係ないと思っても、むくみの原因が実は下肢静脈瘤であったという事はよくあります。少しでも疑ったら検査目的だけでも受診を考えていただけたらと思います。



左下肢の静脈瘤

### ① 圧迫療法

弾性ストッキングや弾性包帯を用いて血流を心臓へ返す力を補うものです。低下した下肢筋力の代わりに圧迫で血流を絞り上げるイメージです。表在性の静脈瘤や手術が行えない方、術後に補助療法として行います。圧迫療法は体への負担は少ないですが、適切な症例の方に使用することが求められます。



### ② 硬化療法

静脈瘤に固める薬（硬化剤）を注射した後、弾性包帯で圧迫して血管を固め、静脈瘤をつぶしてしまおうという治療法で、外来にて日帰りで行う事が可能です。固まった血管は時間経過で次第に萎縮して消えていきます。

### ③ 手術（結紮・剥去・焼灼）療法

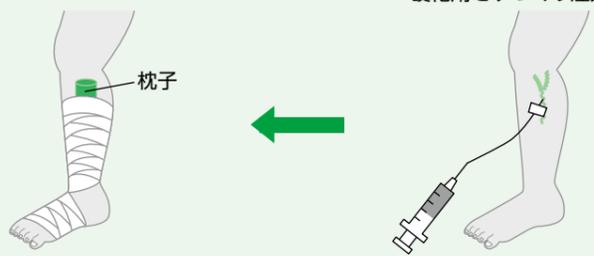
手術室で行う治療です。近年は血管内治療である焼灼療法が主流となっており、血管内へカテーテルを挿入し高周波やレーザーで血管を焼いて潰す方法となります。手術室で行いますが、希望に応じて日帰りや1〜2泊の入院での治療も可能です。術後は大きな制限もなく、日常生活も直ぐに過ごせます。もちろん費用は保険診療であり、適応のある下肢静脈瘤に焼灼手術の有資格者が行っています。



血管内焼灼治療機器

枕子(やわらかい棒状の枕)をあてて包帯を巻き固定する

針を刺入・固定し硬化剤をゆっくり注入する



### 【拡大図】



### 【下肢静脈瘤のリスクの考え方】

$$\text{下肢静脈瘤の程度} \times \text{脚への負担(仕事)} = \text{下肢静脈瘤の症状や進行速度}$$

次に予防について説明します。予防は患者個人の状態や生活環境に合わせて行わなければなりません。下肢の筋力が衰えない様に体を動かすことはもちろんですが、例えば治療を行った方でも立ち仕事を継続していくことで静脈瘤が再発することもあります。そういったリスクがある方は治療後も生活に合わせて弾性ストッキングを利用するなどの対応が必要になります。そういった相談も来院していただければ対応します。

最後になりますが、下肢静脈瘤は自然豊かで畑仕事もたくさんしてこられた雲南市の方々には身近な疾患ではないかと思われる。地域の病院でいつでも治せる環境を皆さんに提供できたらと考えています。毎週火曜日外来をしていますので、お気軽に受診いただけたら幸いです。スタッフ一同お待ちしております。



手術室のスタッフ



総合診療医が答える

# 「こんな症状や疑問 持っていませんか?」

## 第26回：「最近、身体がだるいんですが?」

このシリーズでは総合診療医が患者さんからいただいた質問をもとに市民の皆さんが困っている症状や疑問について解説します。



先日いただいた質問はこれです。

### 「最近、身体がだるいんですが?」

この時期になると、若い方々からこのような質問を受けることが多くなります。特に5月から6月にかけて多い印象です。巷では「5月病」などと言われているようですが、医学的にはさまざまな原因が考えられています。

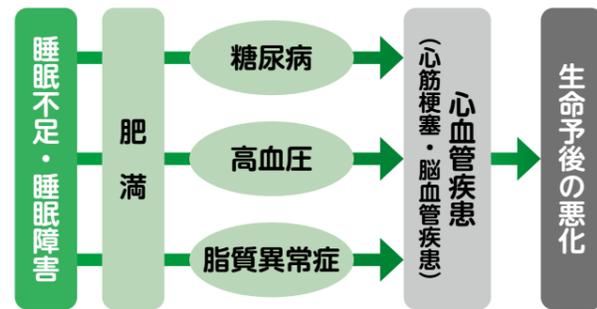
4月は始まりの季節で、多くの方々が新しい生活を始め、新しい方々を職場に向かえ入れることが多く、精神的なストレスが大きくなると言われています。新しい環境に対して対応しようとする中で、徐々にストレスの蓄積が起こり、5月ごろになり、ゴールデンウィークを経ると、今までの緊張状態が緩和され、疲労を感じるようになります。

さらに、新しい環境によって、いつもの生活習慣が乱れることによって身体的ならびに精神的疲労が起こることも、5月ごろに疲れを感じる大きな原因だと思えます。特に、「睡眠」の量が重要です。多くの方々が新しい環境になると、長時間労働が増え、就寝時間が遅くなる傾向にあります。また新しいことに取り組む中で、精神的な高揚によって、いつもよりも、スマートフォンやパソコンを使って夜遅くまでインターネットを使ってしまうことがあり、睡眠障害になっている

可能性があります。

5月や6月に疲労を根本的に解決するためには、忙しくても、いつもどおりの生活習慣を保つことだと考えます。特に、睡眠時間の確保が重要です。最低7時間の睡眠をとることが、人間の身体的ならびに身体的健康には非常に重要とされており、これを下回ると、肥満、抑うつ、高血圧や糖尿病などの生活習慣病やそれによる心臓病や脳疾患、がん、認知症のリスクが上がるとされています。結果として死亡率が上がります。

新しい生活が始まり、今までの生活習慣が保てない方も多いかもしれませんが、疲労を感じ始めたら、一度生活習慣を見直し、「睡眠」から立て直す事をお勧めします。



睡眠障害から起こる障がい

## 職員採用試験案内

令和5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 (<http://unnan-hp/>) 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	平成4年4月2日以降に生まれた人で、看護師の免許を有する人(免許取得見込みの方を含む)
薬剤師	1人	平成4年4月2日以降に生まれた人で、薬剤師の免許を有する人(免許取得見込みの方を含む)
調理師(員)	1人	平成9年4月2日以降に生まれた人で、高校卒業程度の学歴を有する人

### 2. 受付期間

- ・受付期間 7月22日(金)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22日(金)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

試験日時	8月3日(水) 受け付け：12時30分～12時45分 ・試験開始：13時00分	
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、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。

【問い合わせ先】雲南市立病院 総務課 ☎0854-47-7532 (直通)



## 足の健康アップのポイント

島根県では「人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根」の実現をめざし、令和2年度から「しまね健康寿命延伸プロジェクト」を開始しました。このプロジェクトでは「健康長寿しまね県民運動」として展開を強化し、健康寿命の延伸を図っています。雲南市でも令和2年、「第4次雲南市健康増進実施計画」を策定し「めざせ健康長寿日本一! 健康都市うんなん」を基本理念に、地域全体で健康を育む環境づくりを展開し、健康都市うんなんの実現をめざしています。

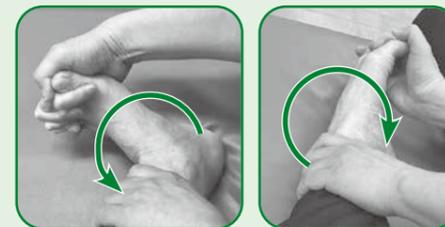
しまね健康寿命延伸プロジェクトでは重点的に取り組むためのキャッチコピーとして「運動促進 あと10分! あと1,000歩! すきま時間に“ちょいトレ”チャレンジ」を掲げています。

今回はちょっとでも健康的に歩けるよう「足の健康と靴の選び方」を紹介したいと思います。

### ○足の構造

私たちが普段行っている「立つ」、「歩く」といった動作は実はとても複雑な足の構造によって支えられているのです。足は成長に合わせて時間をかけてしっかりとした骨格が形成されます。このことから、足が健全に発育するための靴選びの大切さがわかります。また、足にはその役割として「立つ」、「歩く」の他に大切なことがあります。足は歩く時に血を押し上げるポンプの役割を果たします。地面を踏む、足を上げる時の筋肉の収縮弛緩によりポンプ作用が起きるのです。これが“足は第2の心臓”と言われる理由です。ポンプ機能を維持するためのちょっとした体操を紹介いたします。

### あしゆび 足趾、足ストレッチ、足じゃんけん



- ①足指の間に反対側の手の指を入れ、優しく握る。
- ②足裏を優しく伸ばし、5秒保持する。
- ③足の甲側を優しく伸ばし、5秒保持する。
- ④この動きを交互に両足行って、合計3分。  
※痛みなどある方は控えてください。



足の指で「グー・チョキ・パー」をします。だいたい10回くらい行ってみてください。両足一緒に行くと体操しやすいですよ。

### 靴の選び方



- ①甲の幅・周り：靴の一番幅の広いところが足の幅と一致しているか。甲周りはきつすぎないか、余裕がありすぎないか。
- ②つま先：つま先に余裕があるか。つま先に余裕がないと足を痛めます。つま先にゆとりがあり、指が自由に動くかどうか。先端に5～10mm程度の余裕があるか。
- ③土踏まず：土踏まずが靴のアーチラインに合っているか。下からの突き上げが無いか。
- ④かかと：かかとのカーブが靴のカーブと一致しているか。かかと全体が靴で軽く押さえられて安定しているか。
- ⑤外くるぶし：くるぶしが履き口にあたっていないか。外くるぶしにあたらず、ぴったりフィットしているか。

◎試し履き・購入時間帯：足は、朝と夕方ではおおよそ5～10mm大きさに差があると言われています。これは、体重がかかりアーチ部がたるんできて、広がってしまうことと、立っていると血液が足へと下りてきてうっ血してしまうためです。足の大きな状態である午後に購入するのがおすすめです。

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、下記の二次元コードから



やじま すい  
**矢島 翠ちゃん** (木次町)  
貴史さん・あきさんのお子さん  
いつも全力なスイに、  
たくさん元気をもらってるよ😊  
これからも楽しんでいこう🌈



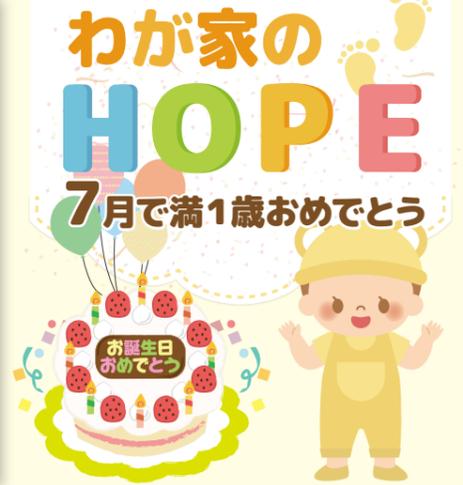
ながた すずか  
**永田 涼華ちゃん** (三刀屋町)  
純也さん・絵美さんのお子さん  
お誕生日おめでとう🎂  
すくすく元気で大きくなってね😊  
毎日笑顔をお願い🌈



あだち こはる  
**安達 心美ちゃん** (大東町)  
友二郎さん・弓恵さんのお子さん  
音楽に合わせておしりふりふりする姿  
がとってもかわいいこはちゃん🌈  
いつも癒しをありがとう🌈



あさお しょうへい  
**浅尾 祥平ちゃん** (木次町)  
要治さん・乃梨子さんのお子さん  
誕生日おめでとう🎂  
いっぱい食べて、いっぱい遊んで  
元気に大きく育ってね🌈



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2弾

7月26日(火)～8月30日(火)「自分だけの鉱物図鑑をつくろう!」木次・加茂・大東図書館

○読書感想文課題図書

7月19日(火) 加茂・大東、20日(水) 木次 ～貸出期間2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♪

【問】雲南市立木次図書館 ☎0854-42-1021 ☎0854-42-2274  
雲南市立大東図書館 ☎・☎0854-43-6131  
雲南市立加茂図書館 ☎0854-49-8739 ☎0854-49-8696



かわせ なお  
**川瀬 七緒ちゃん** (木次町)  
なおの可愛い笑顔にいつもみんな癒されてるよ🌈  
これからもお兄ちゃんと仲良くいっぱい遊んで  
大きくなってね🌈 お誕生日おめでとう🌈



かたよせ そうま  
**片寄 蒼麻ちゃん** (三刀屋町)  
皓也さん・美沙さんのお子さん  
お誕生日おめでとう🎂  
お兄ちゃんと仲良く、元気いっぱい  
大きくなってね😊🌈



かたよせ そうた  
**片寄 蒼大ちゃん** (三刀屋町)  
英明さん・早紀さんのお子さん  
お誕生日おめでとう🌈 いつもニコニコ  
笑顔で癒やしてくれてありがとう🌈  
元気いっぱい大きくなってね😊



しらつき えんじゅ  
**白築 縁樹ちゃん** (大東町)  
康平さん・美咲さんのお子さん  
1才おめでとう🎂 表情豊かな縁樹に  
いつも癒されているよ🌈  
元気いっぱい大きくなってね🌈



くろだ いちか  
**黒田 壱花ちゃん** (木次町)  
笑顔も可愛いいちかちゃん🌈  
お誕生日おめでとう🎂  
大好きなお兄ちゃんと大きくなあれ🌈



きゅうした ぜん  
**給下 善ちゃん** (木次町)  
寛太さん・里菜さんのお子さん  
ゼンくん1歳おめでとう🌈  
幸せいっぱいの毎日をありがとう🌈  
元気いっぱい育ってね🌈

8月で満1歳(令和3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(水)までに広報広聴課へ送付ください。

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

E-Mailを送られる場合のあて先  
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控にきれいに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」の電話をかけます。投稿後、当該から電話がないときは問い合わせください。



日本一短い 感謝の手紙

vol. 107 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

おかあさんへ  
今日はおたんじょうびおめでとう。いつも  
りょうりくつくつてくれてありがとう。またあ  
そぼうね。  
息子へ  
お手紙ありがとう。いつも、モリモリ食べて  
くれてうれしいよ。またドッチボールたいけ  
つしようね。

おばあちゃんへ  
おばあちゃん、いつもごはんを作ってくれて  
ありがとう。一番おいしいオムライスが大す  
きです。  
孫へ  
ほうちょうを使って少しあぶなっかしいけ  
ど、手伝ってくれてとてもうれしいよ。また  
いっしょに作ろうね。

お母さん、お父さんへ  
今までバスケの送りむかえの時、「今日もが  
んばってね」と言ってくれてありがとう。お  
かげでがんばれたよ。  
娘へ  
学校の勉強もバスケもよくがんばったね。バ  
スケをしている姿がかっこよかったよ。おつ  
かれさまでした。

かあちゃんへ  
いつもごはんをつくってくれてありがとう。  
かあちゃんがつくるごはんはすごくおいしい  
よ。いつもありがとう。  
おかあさんへ  
おかあさんいつもおせわありがとう。だいた  
いだいすきだよ。おかあさんはいつもわたし  
がまもってあげるから。

雲南市内の  
チャレンジを  
応援して  
ください!!

幸雲南塾卒業生が海外の賞で表彰されました!

幸雲南塾の卒業生が提案・実践し、その活動が全国的に広がっている「コミュニティナース」が、第10回アジア太平洋高齢者ケア・イノベーションアワードで最優秀賞を受賞されました。



▲受賞式の様子

この表彰は、アジア各国で高齢者ケアに貢献する団体や企業、革新的なサービスなどの卓越性を称えるもので、今年度は「高齢者のケアのあり方を問い直す」をテーマに選出されました。

日々の暮らしの身近な存在として毎日の嬉しいや楽しいを一緒に作り、心と身体の健康と安心をつくるコミュニティナースの取り組みは、雲南市で始まり、5年を経て全国へと広がりました。介護保険などの制度を活用することや、病院・医療者を増やすことだけに依存せず、コミュニティナースを介して「地域でケアをする」独特な方法が高く評価されました。

社会課題解決に挑戦する幸雲南塾卒業生たちの取り組みを引き続き応援いただきますよう、よろしくお願ひします。

【問い合わせ先】政策推進課 ☎0854-40-1011

なくそう! 望まない受動喫煙

～マナーからルールへ～

たばこの先から立ち上る煙(副流煙)には、直接吸い込む煙(主流煙)より多くの有害物質が含まれています。この煙を吸い込んでしまうことを受動喫煙といいます。またこの有害物質は目に見えなくなっても空気中に残っています。たばこの煙から自分自身を守るとともに、健康に影響を受けやすい子どもや妊婦さん、患者さんには特に配慮が必要です。



～たばこの煙には危険がたくさん!～

副流煙の有害物質(主流煙の有害物質を1とした場合)  
一酸化炭素4.7倍 ニコチン2.8倍 タール3.4倍



平成30年に健康増進法が一部改正され、多くの方が利用するさまざまな施設において、施設の種類や場所ごとに対策が講じられました。令和元年7月からは、行政や学校など公的機関、医療機関、薬局など(第1種施設)は敷地内禁煙(※)となりました。(※例外的に屋外に条件を満たす特定屋外喫煙場所の設置は可能)令和2年4月からは、さらに飲食店を除く事業所や交通機関などすべての施設(第2種施設)も原則屋内禁煙となり、喫煙可能な部分には掲示の義務付けや20歳未満は立ち入らないなどの対策が行われています。

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。



受動喫煙防止マスコット けむいモン

【問】健康づくり政策課 ☎0854-40-1040

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

アイストories  
第7話 アメリカ事変、その3 「自由の起伏」



Hello Unnan!

シリーズ最後は、「束縛と自由の悪循環」について考えます。

私の母国ベネズエラは1821年に起こった「カラボボの会戦」において、スペインから独立を勝ち取りました。

ベネズエラ軍隊の指導者の一人シモン・ボリバルは、米国のリンカーン大統領のように、「ラテンアメリカの解放者」として知られています。その会戦から201年後、ベネズエラはしばらく民主主義で栄えていましたが、今では独裁主義者の政権に取まっています。

先日、母国が懐かしくて、YouTubeでベネズエラの旅行記動画を見ていました。この投稿者は、何本かの動画を通して、ベネズエラの良し悪しを詳細に語っていました。



▲カラボボの会戦でベネズエラがスペインから自由を得た。

「綺麗な自然」と「街中の不安性」、「政府の不正」「温かな国民」と「何百万人も国民が去った大移住」私は国際交流員、および母国を去ったベネズエラ人として、そのコントラスト(対照)についてよく考えることがあります。

「アメリカ事変」シリーズ最後でお伝えしたいのは、異文化の紹介には歴史は大事であるということです。世界中で有名な文化にも由来があり、詳しく見ればその文化を生んだ人々についての理解が深まるでしょう。例えば、「カラボボの会戦は独立への進撃として絵になるかもしれないが、結局、スペインの制圧から解放されても独裁者により自由が制御されるという悪循環になってしまった」と。しかし、そのコントラストから「ベネズエラ人は、どんな苦勞を背負っていても、幸せを守るために何でもして、非常に強い国民」とも読み取ることができます。

その解釈だと、我が母国はなかなか誇らしいと思うのです。

4月26日に今年度第1回雲南地域運動指導員連絡協議会を開催しました。地域運動指導員は、平成18年から地域で活躍している運動普及ボランティアで、現在109人が活躍しています。主な活動は、自分や家族、地域への健康づくりの輪を広めることです。具体的には、高齢者いきいきサロンなど、地域で運動遊びを紹介したり、健康に関することについてのロコミ(まめな会話)をしたり、市の健康づくり・介護予防事業に協力するなどの運動普及・啓発を

地域運動指導員連絡協議会開催  
運動普及ボランティアの会



地域運動指導員各町代表・副代表の皆さん

行っています。今回の連絡協議会は、各町の代表者12人が集まり、今までの活動を振り返りながら、今後の活動をどのように進めていくかを話し合いました。会議では、活発な意見が出され、指導員の活動の場を増やしていくためにすべきことなどが話し合われました。その中で、まずは自分たちの活動を積極的に周知し、地域自主組織の皆さんと一緒に健康づくりをすすめていきたいという意見が出されました。地域運動指導員は、いきいきサロンなどの集いの場はもちろんな、地域自主組織や自治会の会合の場での体操の普及等を通して市民の皆さんの健康づくりのお役に立ちたいと考えています。希望の方は気軽に研究所に連絡してください。

こげなことをします!  
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!  
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。

# 市役所からのお知らせ

## お知らせ

### おめでとうございます

- 特別叙勲  
旭日単光章  
地方自治功労により  
大島 啓義さん(吉田町)
- 旭日単光章  
地方自治功労により  
故宮川 昇さん(大東町)
- 令和4年河川功労者表彰  
NPO法人さくらおろち  
(木次町)

### ありがとうございました

- 雲南市  
現金  
有限会社島根技建(木次町)
- 市内小中学校  
消毒ハンドスプレーおよび  
消毒液  
株式会社日進産業(東京都)

一般社団法人心の駅陽だまりの丘(大東町)  
雲南市商工会

●市内小学校  
学校図書  
株式会社ウシオ(出雲市)

### 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

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  
から上がってください。

### 【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(出雲地区担当)  
☎0853・21・6157

### 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  
の実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、木次町里方に  
おいて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。

### 【問い合わせ先】

島根県統計調査課  
☎0852・22・5072

## 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8月1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。

### 特定外来生物「オオキ ンケイギク」の駆除

環境政策課  
☎0854・40・1033

5月から7月にかけて道路  
沿い、畔道、庭先などに50セ  
ンチメートルから70センチ  
メートルになるコスモスに似  
た黄色い花が咲いています。  
か。もしかしたらそれは特定  
外来生物「オオキンケイギク」  
かもしれません。

オオキンケイギクは、在来  
種よりも早く大きくなるため  
在来種の環境を阻害してしま  
うほか、生命力が強く荒地地  
や山林などでも繁殖します。  
駆除は、根ごと抜き、日なた  
で干して枯らすと効果的です。

きれいな花なのでかわいそ  
うですが、日本の自然を守る  
ために希少種のある地域を中  
心に国などで駆除が進められ  
ています。自宅の庭などで見  
つけた場合は、駆除してい  
だきますようご理解とご協力  
をお願いします。



## 暮らし・手続き

### マイナンバーカード未 取得者の方へ交付申請 書が送付されます

☎0854・40・1031  
地方公共団体情報システム  
機構(J-LIS)より、マ  
イナンバーカードをお持ちで  
ない方へ交付申請書が7月か  
ら8月ごろに再々送付されま  
す。

### 【送付対象者】

左記の方を除いたマイナン  
バーカードをお持ちでない方  
○令和3年10月31日時点で75  
歳以上の方(令和3年度に  
後期高齢者広域連合より、  
交付申請書送付が行われて  
いるため)

○令和4年中に出生、国外転  
入などにより交付申請書が  
添付された個人番号通知書  
の送付を受けた方

○在留期間の定めのある外国  
人住民など、地方出入国在  
留管理局において、交付申  
請などについての周知が行  
われている方

○施設入所などにより居所情  
報を登録されている方

### ◆申請方法

#### ①郵送による申請

#### ②スマートフォンやパソコン などによるオンライン申請

市民生活課または総合セン  
ター市民福祉課では、タブ  
レットによるオンライン申請  
をお手伝いします。交付申請  
書をお持ちの方は持参くださ  
い。申請には一人20分程度か  
かります。

### ◆受け取り方法

申請から約1カ月後、住所  
あてに交付案内(はがき)を  
郵送します。

住所地の総合センターへ必  
要書類をもって本人が来庁く  
ださい。要介護認定や身体障  
がい認定を受けている方な  
ど、来庁が困難な方について  
は条件付きで代理人の受領が  
認められています。詳しくは  
市民生活課または各総合セン  
ター市民福祉課へ問い合わせ  
ください。

### 【平日に来庁が困難な方へ】

休日交付窓口を開設してい  
ます。

開設日: 毎月第2日曜日9  
時から12時まで

交付窓口: 雲南市役所1階市  
民生活課

※混雑緩和のために事前予約  
が必要です。開設日前の水  
曜日までに市民生活課に電  
話で申し込みください。

### ワイヤーメッシュ設置 事業 設置団体の募集

#### 林業畜産課

☎0854・40・1050

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・  
管理をしていただく事業です。

### 【事業実施の前提条件】

- ・受益農家が3戸以上の団体
- ・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

### 【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  
団体を選定します。

### 【申し込み方法】

電話で団体名、代表者氏名、  
連絡先を連絡してください。  
後日、事業説明会を行います。  
【申し込み期限】7月20日(水)

### 農作物鳥獣被害防止対 策事業補助金

#### 林業畜産課

☎0854・40・1050

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、防護柵などの購入・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

### 【補助率等】

- ・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
- ・クマ対策用の電柵 50万円

### 【その他】

既設の防護柵を更新される  
場合は不可。ただし令和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  
防除する場合、資材の追加  
が可能です。

# 広告枠

私たちは、雲南市のまちづくりを応援しています。

# 広告枠

私たちは、雲南市のまちづくりを応援しています。

【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  
出すること

### 【提出書類】

申請書・計画図・見積書  
【申請期限】令和5年1月31日

## 後期高齢者医療に加入の皆さんへ

### 負担割合の見直し（2割負担導入）

島根県後期高齢者医療広域連合では、10月1日より、現役並み所得者を除いた一定以上の所得がある方について、負担割合を2割とする改正が行われます。

○負担割合が変わる方は、負担区分が「一般」（1割）の方のうち、

・世帯の被保険者が1人の場合

課税所得が28万円以上であり、年金収入と年金以外の所得の合計額が200万円以上の被保険者

・世帯の被保険者が2人以上の場合

世帯の被保険者の最大の課税所得が28万円以上であり、全員の年金収入と年金以外の所得の合計額が320万円以上の被保険者

（負担割合が3割の方、住民税が非課税の方は負担割合が変わることはありません）

### 証の更新

#### ■ 後期高齢者医療被保険者証（以下、被保険者証）の更新（全員対象）

制度改正に伴い、令和4年度は被保険者証の更新を7月と9月に行います。

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）が現在お持ちの被保険者証「紫色」の有効期限は、令和4年7月31日までです。

①令和4年8月1日からお使いいただく被保険者証（黄色）は、7月末までに**特定記録郵便**で送付します。

②令和4年10月1日からお使いいただく被保険者証（うぐいす色）は、9月中旬に**特定記録郵便**で送付します。

※令和3年中の所得の状況等により、医療機関でご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」または「3割」）を確認してください。

#### ■ 「限度額適用・標準負担額減額認定証（以下、減額認定証）」、「限度額適用認定証（以下、限度額認定証）」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「減額認定証」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、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月中旬に新しい認定証を送付しますので、更新手続きは不要です。

●現在「減額認定証」、「限度額認定証」を持っていない方で、新年度該当となる方

⇒市民生活課または各総合センター市民福祉課で申請手続きが必要です。

### 保険料

#### ■ 「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4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。

（変更方法）

(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各総合センター市民福祉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ご確認ください。

#### ■ 保険料率の改定

後期高齢者医療制度では、保険料率は2年ごとに改定されます。

令和4・5年度分の保険料率は以下のとおり決定されました。

	令和2・3年度	令和4・5年度	比較
所得割額	50,640円	50,880円	+240円
均等割額	9.55%	9.35%	△0.2%

【問】市民生活課 ☎ 0854-40-1031

## 令和5年4月から燃やせるごみ指定袋が変わります

～雲南市・飯南町共通となり、容量の種類が増え、料金が変わります～

令和5年4月1日から燃やせるごみの指定袋を変更します。現在の袋の販売は、令和5年3月31日で終了し、翌4月1日から新袋を購入いただけます。

変更後に手元に残った旧袋は、令和5年9月末まで利用できます。また、事業所からの直接持ち込み手数料も変更します。

\*資源ごみ用、不燃ごみ用の袋は、サイズ、金額とも今までどおりで変更ありません。（税込み）

	現在			新（令和5年4月1日から）			
	市町	サイズ	販売額（10枚）	雲南市・飯南町共通	サイズ	販売額（10枚）	
燃やせるごみ指定袋	雲南市	40 L	460円	雲南市・飯南町共通	45 L	500円	
		20 L	310円		30 L	400円	
	飯南町	45 L	660円		飯南町共通	20 L	300円
		30 L	440円				
直接持ち込みごみ	①家庭 44円/10kg ②事業所 88円/10kg			①家庭 変更なし ②事業所 100円/10kg			

【問い合わせ先】雲南市・飯南町事務組合 環境事業部 ☎0854-62-9550

○大東町・加茂町・木次町・三刀屋町の皆さん

（可燃ごみ）雲南エネルギーセンター ☎0854-49-6332

（不燃ごみ）リサイクルプラザ ☎0854-42-3391

○吉田町・掛合町の皆さん

（可燃ごみ・不燃ごみ）いいしクリーンセンター ☎0854-72-9217

【問】環境政策課 ☎0854-40-1033

## 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

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4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。市民生活課または各総合センター市民福祉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

現在お使いの「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月以降も引き続き使用される場合は、市民生活課または各総合センター市民福祉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4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5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：市民生活課 ☎0854-40-1031 / 保険料：税務課 ☎0854-40-1034

# 令和4年度税制の改正

令和4年度地方税法などの改正により市税条例の一部を改正しました（令和4年3月31日）。

- 1. 市民税関係** … 住宅ローン控除の期間延長など  
 所得税の住宅ローン控除の適用者<sup>(※)</sup>について、所得税額から控除し切れなかった額を、所得税の課税総所得金額などの5%（最高9.75万円）の範囲内で個人住民税額から控除します。  
 また、控除率を1%から0.7%に引き下げ、控除期間を13年とし、省エネ住宅の場合の借入限度額を上乗せすることとなりました。  
 ※住宅を取得などして令和4年から令和7年までの間に居住された方

## 住宅の種類による借入限度額

住宅の種類	居住年	借入限度額	控除率	控除期間
認定住宅	令和4年・令和5年	5,000万円	0.7%	13年
	令和6年・令和7年	4,500万円		
ZEH*水準省エネ住宅	令和4年・令和5年	4,500万円		
	令和6年・令和7年	3,500万円		
省エネ基準適合住宅	令和4年・令和5年	4,000万円		
	令和6年・令和7年	3,000万円		
一般住宅	令和4年・令和5年	3,000万円		10年
	令和6年・令和7年	2,000万円		

\* net Zero Energy House の略で、「エネルギー収支をゼロ以下にする家」の意味。

- 2. 固定資産税関係** … 土地に係る固定資産税の軽減措置  
 土地に係る固定資産税の負担調整措置<sup>(※)</sup>について令和4年度に限り、商業地などで固定資産税課税標準額の上昇幅の上限を現行5%から2.5%とすることとなりました。  
 ※土地の評価額が上昇した場合などにそのまま税額が上がると負担感が大きくなることから、毎年徐々に本来の税負担額に近づけていく措置

【問】 税務課 ☎0854-40-1034

## 子育て・保健・福祉

### 障がいのある方の暮らしを支えます

長寿障がい福祉課

☎0854401042

市では、障がいのある方の重度化、高齢化や家族などの死亡による社会的な孤立化を見据え、地域の福祉事業所などと連携し、障がいのある方の生活を地域全体で支える体制づくりを行います。

家族の病気や事故など「も

**毎月19日は 食育の日**

うんなんの“食育あいうえお”

**え 栄養バランスを考えた食事をしよう**

健康づくり政策課 ☎0854-40-1040



しも」の時に一時的な受け入れ施設の調整など適切な支援を受けることができるよう、対象となる方の相談や事前登録を受け付けます。詳細は総合センターや交流センターに置いてあるチラシに掲載しています。

- 【対象の方】  
 自宅で生活をしている方で  
 ・ 障害者手帳など（身体、療育、精神）をお持ちの方  
 ・ 自立支援医療受給者証（精神通院）をお持ちの方  
 ・ 指定難病にり患している方

【問い合わせ先】  
**障害福祉サービスを利用されている方**  
 担当相談支援専門員

◆利用されていない方  
 雲南市基幹相談支援センター（きすき相談支援センターおれんじ）  
 ☎0854477101



## 相談

### 女性弁護士相談

男女共同参画センター  
 ☎0854421767

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。

希望される方は、相談日の前日までに電話予約してください。

【日時】 8月5日(金)  
 13時30分から15時40分まで  
 （4枠・先着順）

【相談の一例】  
 結婚、離婚、養育費、慰謝料、養子縁組、パートナーなどからの暴力、財産の相続、借金の返済、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。

☎0854423388  
 （女性相談専用ダイヤル）

【今後の実施予定】  
 12月2日(金)  
 13時30分から15時40分まで

## 募集

### 自衛官等募集

自衛隊島根地方協力本部  
 ☎0852210015

◆自衛官候補生  
 （陸上・海上・航空自衛隊）  
 採用と同時に陸・海・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、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が、引き続き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回目）  
 【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。

【応募期間】 9月7日(木)まで

【試験期日】  
 （筆記試験・適性検査）  
 ウェブ試験方式  
 9月15日(木)から25日(日)のうち1日  
 （口述試験・身体検査）  
 10月8日(土)から23日(日)のうち指定する1日

【試験会場】  
 （筆記試験・適性検査）  
 受け付け時にお知らせします。  
 （口述試験・身体検査）  
 陸上自衛隊出雲駐屯地

◆一般曹候補生  
 （陸上・海上・航空自衛隊）  
 部隊の中核である曹を育成するコース。陸・海・空の各部隊で経験を積み、入隊後、2年9カ月以降、選考により曹へと昇任します。3曹昇任後4年で幹部への受験資格が

【募集種目】  
 できます。

## 子育て・保健・福祉

### 障がいのある方の暮らしを支えます

長寿障がい福祉課

☎0854401042

市では、障がいのある方の重度化、高齢化や家族などの死亡による社会的な孤立化を見据え、地域の福祉事業所などと連携し、障がいのある方の生活を地域全体で支える体制づくりを行います。

家族の病気や事故など「も

**毎月19日は 食育の日**

うんなんの“食育あいうえお”

**え 栄養バランスを考えた食事をしよう**

健康づくり政策課 ☎0854-40-1040



しも」の時に一時的な受け入れ施設の調整など適切な支援を受けることができるよう、対象となる方の相談や事前登録を受け付けます。詳細は総合センターや交流センターに置いてあるチラシに掲載しています。

- 【対象の方】  
 自宅で生活をしている方で  
 ・ 障害者手帳など（身体、療育、精神）をお持ちの方  
 ・ 自立支援医療受給者証（精神通院）をお持ちの方  
 ・ 指定難病にり患している方

【問い合わせ先】  
**障害福祉サービスを利用されている方**  
 担当相談支援専門員

◆利用されていない方  
 雲南市基幹相談支援センター（きすき相談支援センターおれんじ）  
 ☎0854477101



【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(金)から9月8日(木)まで

【試験期日】 9月19日(祝日)

【試験会場】  
 松江地方合同庁舎・浜田市  
 ※今後、試験期日、場所などについて、変更・中止される場合があります。

【問い合わせ先】  
 自衛隊島根地方協力本部  
 ☎0852210015

自衛隊島根地方協力本部・防衛省

🔍 検索



（インターネット応募サイトはこちらから）

### 市営・県営住宅の入居者募集

#### 建築住宅課

☎0854401065

#### ◆市営住宅など入居者募集期間

7月5日(火)から7月12日(火)17時締切

#### 【募集団地】

7月1日(金)市ホームページ、島根県住宅供給公社ホームページへ掲載します。

#### 【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

随時募集しています。

#### 【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)  
☎0854477151

#### 雲南市市民農園の利用者募集

☎0854401051

雲南市では市民の方が利用できる市民農園を運営しています。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

## 図書館だより

### 市立図書室の利用案内

**三刀屋図書室 (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

**吉田図書室 (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：19日(火)、図書整理日：31日(日)  
イベント案内 ☆よみかたりのじかん 21日(木) 14:30~  
※事前に予約が必要です。詳しくは問い合わせください。

**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、18日(月・祝)、図書整理日：31日(日)

**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、18日(月・祝)、図書整理日：1日(金)、31日(日)

**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。本の検索には、右記二次元コードの雲南市立図書館ホームページ(蔵書検索)を利用してください。



市立図書館ホームページ

- ▼瀬尾まいこ「夏の体温」 ▼東野圭吾「マスカレード・ゲーム」 ▼小路幸也「東京バンドワゴン⑦」 ▼伊坂幸太郎「マイク」
- ▼ロスパイ・アンサンブル」 ▼笹本稜平「越境捜査⑨」 ▼東川篤哉「スクイッド荘の殺人」 ▼帚木蓬生「花散る里の病棟」 ▼樋口恵子「老〜い、どん!②」 ▼富山健二「本所おけら長屋⑩」 ▼坂井希久子「花暦居酒屋ぜんや②」 ▼柚木麻子「ついでにジェントルメン」 ▼樹林 伸「ドクター・ホワイト」 ▼春暮康一「オーラリメイカー」 ▼五十嵐律人「六法推理」 ▼永井みみ「ミシンと金魚」 ▼永原 皓「コーリング・ユー」 ▼ジャネット・スケスリン・チャールズ「あの図書館の彼女たち」 ▼坂上 泉「渚の螢火」 ▼長田 弘「長田弘詩集」 ▼東 直子編著「短歌の時間」 ▼ヒロシ「大人のソロキャンプ入門」

### 寄贈いただいた図書を紹介します

### 「いつかまた、きっと会える！」

白 築 純

白築純さん(令和元年6月逝去、享年49歳)は、平成17年に掛合町に移住し、音楽を軸にした文化の発信や交流活動などを展開されてきたミュージシャンです。純さんが生前に残されたエッセーをまとめた「いつかまた、きっと会える!」を、市内小中学校、各交流センター、そして市内図書館・図書室に寄贈いただきました。

先日、図書館にご寄贈いただいた白築純さんの「いつかまた、きっと会える!」を読みました。

生前の純さんには、私が所属しているよさこいチームの曲を作ってくださいました。本を読んでいると、「この景色、あの歌詞にでてくるな」、「このときの純さんの気持ちを言っているのかな」と、本と歌詞がリンクする場面があるように感じられました。純さんをぎゅっと詰め込んだような温かく元気の出る言葉であふれたこの曲が、よりいっそう輝いて聞こえてきます。ぜひ、たくさんの方に白築純さんの感性に、言葉に触れていただきたいです。(雲南市立加茂図書館 司書)

※「いつかまた、きっと会える!」は、市立図書館・図書室で貸し出しをしています。

毎月第3日曜日は

## うなんん家庭の日

雲(うん)と遊ぼう!! 南(なん)でも話そう!!

# 7月17日(日)

社会教育課 ☎0854-40-1073



積などの詳細は、農政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、14番地2 (雲南市立病院近)

【全区画数】36区画

【利用できる方】市内在住の方

### その他

## 瑞風バスに手をふるう!

JR西日本の「TWILIGHT EXPRESS 瑞風」の雲南市への立ち寄り観光では、市民の皆さんに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。今後の運行についても引き続きご協力をお願いいたします。道路や気象、新型コロナウイルス感染症の状況により行程や通過時間が変わる場合がありますので注意してください。

### 7~9月の立ち寄り観光の予定日 (いずれも木曜日)

7月28日、8月運行なし  
9月1日、8日、15日、22日、29日

### 立ち寄り観光の行程

立ち寄り観光の行程はこちらから



(二次元コード)



【問】観光振興課 ☎0854-40-1054

### 第72回「社会を明るくする運動」

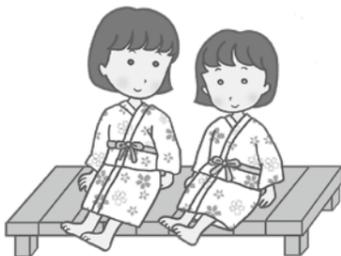
#### 人権センター

☎0854421767

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」、「犯罪や非行をした人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人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。



# INFORMATION

掲載している各種イベント・教室などについて、新型コロナウイルスの感染拡大防止、感染予防のため中止・延期となる可能性があります。開催などの詳細は各問い合わせ先に確認ください。

## 2050年脱炭素社会の実現に向けて

## 計画策定キックオフフォーラム

市民・事業者・行政で計画策定を進めるために開催します。

**と き** 7月14日(木) 14:00~16:00

**と ころ** 雲南市役所5階全員協議会室

**定 員** 50人 (要事前申し込み)

### ◎申し込み方法

環境政策課に、電話またはメール (kankyouseisaku@city.unnan.shimane.jp) により申し込みください

**【問】** 環境政策課 ☎0854-40-1033

## 地域のイベント

### きすき夏祭り

打ち上げ花火を開催します。

**と き** 7月20日(水)

20:10~20:30

**と ころ** 斐伊川河川敷

**【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

### 二十三夜祭

打ち上げ花火 (1000発)、神輿・左義長行列、仁多乃炎太鼓、キッチンカーが出店します。

**と き** 7月23日(土) 18:00~

**と ころ** 加茂町連坦地内

**【問】** 二十三夜祭実行委員会  
☎090-4693-4266

### 三刀屋花火大会

**と き** 7月25日(月) 20:00~

**打ち上げ場所** 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

## 雲南市健康づくり講演会

**と き** 7月16日(土) 10:00~11:45

**と ころ** 古代鉄歌謡館 1階ホール

**演 題** 「健やかで実りある日々を  
~動く喜び 動ける幸せ~」

**講 師** 武藤 芳照さん

(雲南市名誉顧問、東京健康リハビリテーション総合研究所所長)

**定 員** 120人 (要事前申し込み、定員になり次第、締め切ります)  
健康づくり政策課に電話もしくはFAX (0854-40-1049) により申し込みください。

**参加料** 無料

**【問】** 健康づくり政策課 ☎0854-40-1040



## コトリエット3周年記念イベント

三刀屋町の商業地域にコトリエットが誕生して3周年を迎えます。

新型コロナウイルス感染症が拡大する中でも、お客さんのため、頑張っています！

**と き** 7月16日(土) 11:00~12:00 (予定)

※雨天の場合、17日(日)に延期します。

**と ころ** 三刀屋公園「第1広場」コトリパーク

**内 容** 雲南吹奏楽団の演奏のほか、市内外ダンスチームの演技を披露するステージイベントを行います。

**【問】** 雲南市中心市街地活性化協議会  
☎0854-45-0008

●市報うんなん No.212 2022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・・・36,059人 (-44人)

♂ 男 性・・・17,396人 (-22人)

♀ 女 性・・・18,663人 (-22人)

🏠 世帯数・・・13,620世帯 (+10世帯)

令和4年6月1日現在 (先月比)

