

市報うんなん Unnan

10

2023 No.227



Instagram
はじめました！

特集

中学3年生の『夢』発見ウィーク (2ページ)

今月の表紙：かっただひと勝田秀斗消防士 (雲南消防本部)

第51回全国消防救助技術大会 (陸上の部) はしご登はん 全国第2位！

木次中学校区

㈱今井書店 木次マルシェリーズ店	㈱ウシオ グッディー 木次店	雲南消防本部
認定こども園 木次こども園	木次小学校	木次図書館
寺領小学校	認定こども園 斐伊こども園	斐伊小学校
斐伊保育所	西日登小学校	雲南夢ネット
㈱Aコープ西日本 Aコープさすき店	㈱奥出雲葡萄園	木次健康温泉センター おろち湯ったり館
介護老人保健施設ケアセンターさすき	柿木木工所	㈱エヌウェーブ オートオアシス里方SS
木次子育て支援センター	㈱キラキラ雲南 木次経済文化会館チェリヴァホール	道の駅 さくらの里さすき
㈱ジェイハウス BRM 事業部	下熊谷ふれあい会	デイリーファッション パレット木次店
(特養) さくら苑	西日本旅客鉄道㈱木次鉄道部	日本郵便㈱ 木次郵便局
ネットヨタ島根㈱ 雲南店	㈱籬上堂	NPO 法人ふれんど 木次事業所 さくらんぼ
ホームプラザナフコ 雲南店	グループホームやわらぎ	デイサービスやわらぎ
四ツ葉学園保育所	(福)雲南ひまわり福祉会	雲南市役所政策企画部
㈱ケイツウ	ファミリーマート 雲南木次店	ニチキッズ雲南さすき保育園
島根県農業協同組合 雲南地区本部	新市いきいき会	三新塔あきば協議会
島根県東部県民センター雲南事務所	島根県中山間地域・離島振興課	島根県東部農林水産振興センター雲南事務所
フーズマーケットホック雲南店	㈱陶山建設	島根県雲南県土整備事務所
HMG	(有)リョウワ	㈱原商
木次運送(有)	雲南市役所 建設部	(有)サンコープ雲南木次給油所
八日市地域づくりの会	ヤンマーアグリジャパン㈱中四国支社 雲南支店	島根ダイハツ販売㈱ 雲南店
サンセイ電機㈱	華羅㈱	放課後デイサービス事業所ひなたぼっこさすき
㈱給食雲南 (中央学校給食センター)	雲南市教育委員会	

三刀屋中学校区

雲南警察署	三刀屋総合センター	鍋山小学校
三刀屋小学校	三刀屋保育所	(有)紅梅しょうゆ
就労支援事業所 しゃぼん玉工房	雲南市社会福祉協議会 デイサービスセンター みとや	デイサービスセンター 陽だまりの家
(医)陶朋会 介護老人保健施設 平成苑	(特養)梅里苑	(特養)みとやの郷
㈱エヌウィーブDr. Drive 三刀屋店	日本料理 花ぶさ	(有)堀江クレーン
㈱みしまや雲南三刀屋店	三刀屋地区まちづくり協議会	㈱キラキラ雲南 三刀屋文化体育館 アスパル
日本郵便㈱ 三刀屋郵便局	躍動と安らぎの里づくり鍋山	(有)木村有機農園 レストラン旬香
(有)ミーツ ティー・コパン・アン	三刀屋自動車工業㈱	hair room huit
㈱セリア みしまや雲南三刀屋店	梅木建設㈱	ホンダカーズ島根東 雲南店
永井隆記念館	光栄刺繍	トードットコム㈱雲南支店
さくら通り動物病院	(一社)雲南市観光協会	訪問看護ステーション コミケア
パティスリーフルール三刀屋店		

吉田中学校区

認定こども園 田井保育所	認定こども園 吉田保育所	㈱Aコープ西日本 Aコープよしだ店
とちのみ	田井地区振興協議会	農事組合法人すがや
吉田グリーンシャワーの森	吉田地区振興協議会	㈱吉田ふるさと村
(福)よしだ福祉会	㈱木村有機農園 出雲そばレストランむらげ・産直市よってごしな菜	国民宿舎 清嵐荘 (㈱吉田ふるさと村)

掛合中学校区

雲南警察署 掛合広域交番	(福)雲南市社会福祉協議会 (特養)えがおの里	掛合小学校
認定こども園 掛合保育所	(有)香川建設	掛合マツダ(有)
協栄金属工業㈱	(福)雲南市社会福祉協議会掛合支所 掛合事務所	島根イーグル㈱
(有)だんだんファーム掛合	㈱中澤建設	道の駅「掛合の里」
ローソン雲南掛合店	雲南市立病院附属掛合診療所	(福)仁寿会
飯石森林組合	NPO 法人ふれんど せせらぎの家	

上記の会社種別や事業名称は略号により記載しています。
 株式会社→(株) / 有限会社→(有) / 医療法人→(医) / 一般社団法人→(一社) / 社会福祉法人→(福) / 特別養護老人ホーム→(特養)
 ※ 上記事業所一覧は、生徒の受け入れを承諾いただいた事業所です(生徒が活動しない事業所も含まれています)。
 ※ 『夢』発見ウィークは、来年度以降も継続します。新規事業所も募集していきますので、ご協力をお願いします。

令和5年度



小学校で英語の授業にチャレンジする生徒

中学3年生の『夢』発見ウィーク
 雲南市で生き生きと働く大人の姿から学ぶ
 【問】キャリア教育政策課 TEL 0854-40-1074

『夢』発見ウィークは、職場体験を通し、雲南市で生き生きと働く大人の姿に触れることで「働くとはどういうことか」を探究し、自分自身の生き方について考える学習です。

市では毎年、すべての中学校で『夢』発見ウィークを実施しています。今年度も多くの事業者の方々に協力いただき『夢』発見ウィークを実施できること、感謝申し上げます。このコーナーでは協力をいただいた事業所を掲載するとともに、各中学校の取り組みを紹介します。

今年度は10月4日(水)～6日(金)の3日間の日程で行います。地域で職場体験学習をする中学生を見掛けられた際は、温かく見守ってください。
 雲南市教育委員会

令和5年度『夢』発見ウィークに協力いただいている事業所

大東中学校区

(会社種別、敬称略)

(福)あおぞら福祉会 あおぞら保育園	(有)板持石油	阿用小学校
かもめ保育園	佐世小学校	大東小学校
大東図書館	大東保育園	西小学校
雲南市立病院	㈱Aコープ西日本 Aコープだいとう店	大原森林組合
(有)オダクリーニング	㈱キラキラ雲南 大東公園市民体育館	㈱ジュンテンドー 大東店
大東駅前薬局	大東税務署	通所介護事業所おおぎ
㈱TFCメディアラボ	㈱藤原茶問屋	NPO 法人ふれんど ほたるハウス
特定非営利活動法人 ほっと大東	ニチキケアセンターあかがわ	(福)あおぞら福祉会 老人デイサービスセンター
ローソン 島根大東店	(有)オートポデー・ケイ	さくら薬局
デイケアはまもと	つむぎ・いとやど	(有)大東自動車整備工場
造園ファーム セノオ	カットスペース まねぎ	日本郵便㈱ 出雲大東郵便局
石原通信システム㈱	GRÖW	㈱植田建設
幡屋便利軒	㈱如水舎	(有)三ツ和
カフェ蘭	珈琲と麺の店ふあ〜すと	㈱熟豊ファーム

海潮中学校区

大東ゆりさわ	海潮小学校	認定こども園 海潮こども園
(有)建人	海潮温泉 桂荘	(特養)籬の上園

加茂中学校区

㈱出雲たかはし	㈱キラキラ雲南 加茂文化ホール ラメール	(福)雲南市社会福祉協議会 加茂支所
加茂小学校	加茂図書館	認定こども園 加茂こども園
㈱Aコープ西日本 Aコープかも店	㈱加茂遊学ファーム	身体教育医学研究所うなん
(福)たんぼぼ たちばら保育園	㈱常松土建	かも福祉会 デイサービスセンターほほえみ
(福)かも福祉会 (特養)笑寿苑	日本コルマー㈱ 出雲工場	㈱ネスター 島根工場
(福)かも福祉会 加茂デイサービスセンター	(福)愛耕福祉会 みなみかも保育園	㈱山光
㈱たなべたたら里 ままたまごLab.	(福)たんぼぼ 加茂子育て支援センター	日本郵便㈱ 加茂郵便局
ピストロ オープ	㈱アルプロン	基常造園
㈱キラキラ雲南 加茂B & G 海洋センター ラソント	養護老人ホーム宇寿荘	加茂まちづくり協議会
農事組合法人三代原ファーム		



クラさん
(雲南市のキャリア教育の
マスコットキャラクター)

『夢』発見ウィーク 各校の取り組み

『夢』発見ウィーク以外にも、各中学校では特色のあるキャリア教育が実施されており、それぞれの学習を通して、生徒のコミュニケーション能力や自己理解、課題解決能力などの育成をめざしています。ここでは、各校の取り組みの一部を紹介します。

木次中学校



集団面接の練習をする生徒

木次中学校 3年部

『未来を創ろう』

木次中学校の取り組み

木次中学校では62の事業所に協力をいただき、職場体験学習の準備を進めています。

一学期に適性テストを行い、職業への適性を知るとともに、自己理解を深め、その後、地域の方々を面接官に迎えて、集団面接練習を実施しました。自分自身を振り返り、想定外の質問にも丁寧に答える姿が印象的でした。生徒たちは二学期の職場体験学習に向けて、少しずつ緊張感を高めながら前向きに取り組んでいます。

今後は、生徒が個々に事業所への事前訪問を実施し、二学期には接遇・マナー研修を経て三日間の職場体験学習を実施し、まとめへと進んでいきます。地域の事業所の皆さんには、生徒たちを快く受け入れていただき、心から感謝申し上げます。地域の皆さんからの温かい眼差しの中で、生徒一人ひとりの「勤労観」、「職業観」および「人観」がさらにステップアップして、成長することを願っています。

大東中学校



面接指導の様子

大東中学校 3年部

自分と人と地域を愛し、 しなやかに挑戦する「職場体験学習」

見出しに記載した学校教育目標の実現のための絶好の機会となる「職場体験学習」の準備を進めています。

地域の方を面接官に迎えて、「面接指導」を行いました。自分自身を振り返り、質問にも丁寧に答える姿が印象的でした。また、態度、話し方、応答の内容など立派だったと褒めていただきました。夏休み中に、生徒が各事業所への事前訪問を行い、少しずつ緊張感を高めながら、職場体験学習の実施、まとめへと取り組んでいます。

今後、自分を見つめ、地域を理解し、自分の生き方につなげていくために、それぞれが「探究テーマ」を定め、調査、考察、まとめ、発信をすることにしています。受け入れていただく50の事業所の皆さんの思いに込められるように、充実した職場体験学習にしたいと思います。お世話になる皆さん、よろしく申し上げます。

三刀屋中学校



農産物の点検、箱詰めをする生徒(昨年度の様子)

職場体験をふるさとの 課題探求学習につなげて

本校では、ふるさとに対する愛情を育み、貢献しようとする意欲を育てることをねらいとして、地域の事業所の協力を得て職場体験学習を計画しています。

「働くこと」を通じて、地域の様子や自己の将来の姿を考えることの学びに加え、地域の事業所がどんな特色を持ち、どんな課題を抱えているのか、そして課題の克服のためにどんな取り組みをとってきたのかなどについて聞き取ることも考えています。体験後は校内において情報を交流させながら「地域の課題解決への提言」や「自分が将来地域に貢献できること」などを考える力も育み、この体験を「地域の課題探求学習」の場としても捉えたいと考えています。

三刀屋中学校 3年部

地域で学ぶ「職場体験」

4人の生徒たちは、適性テストや職業調べ、地域の6事業所から寄せられた求人票確認、外部の面接官による模擬面接を経て、事業所を決定したところから意識が高まり、少しずつ「社会に出て働く」ことに焦点が合ってきました。「採用通知授与式」で事業所の担当者とお会いすることができた安心感もあり、事前訪問も無事終了。体験後は学習の成果を掲示物にまとめ、11月の文化祭で発表する予定です。

地域の方々の温かな眼差しのもとで育ってきた生徒たちは、「ふるさと海潮で働く人々の思いや生き方を知り、地域で暮らし育まれてきたことを実感する」というねらいに迫ることを実感しています。生徒にはこれまでのさまざまな学びや地域の皆さんへの感謝の気持ち、それぞれがそれぞれの将来につなげてほしいと思います。本校は本年度を最後に統合となりますが、引き続き海潮の子どもたちへのご支援をよろしく申し上げます。

海潮中学校 3年部

海潮中学校



夏休みに事前訪問をする生徒

地域で働く人々から学ぶ 自分の将来の生き方や働き方について

吉田中学校では、吉田町内の事業所の協力を得て、3年生10人が一人一事業所での職場体験を行います。学校とは違い、相談する友達もいない状況の中、自分で考えて行動することが成長につながると考えています。

5月にガイダンスを行い自分の職業適性について考え、求人票をもとに、希望する職場について考えました。

6月には、講師を招いて接遇研修を行い、面接や職場での対応の仕方や電話のかけ方を学びました。その後、面接練習を重ね、校内の先生4人が面接官となり採用面接を行い、それぞれの職場が決定しました。

7月には、各自が電話連絡し、事前訪問の日時を相談しました。

夏休みには、各職場に事前訪問に出掛け、職場体験に向けての事前打ち合わせを行いました。

今後、打ち合わせたことをもとに、体験に向けて準備をし、10月の職場体験に臨みます。さまざまな経験を、今後の自分の生き方につなげていってほしいと思います。

吉田中学校 3年部

吉田中学校



事業所へ電話連絡をする生徒

加茂中学校



緊張して面接の順番を待つ生徒たち

地域の方々に支えられて

加茂中学校では、加茂町内を中心に事業所28カ所に協力を得て、貴重な学習の場を提供いただきます。夏休みが始まる前に、生徒自ら各事業所に電話をし、事前訪問をさせていただいたための日程調整をしました。そして、夏休み期間に事前訪問を行い、職場体験本番にどのような心構えで仕事をすべきかなどを教えてもらい、心が引き締められました。

さて、本校では、7月5日に『夢』発見ウィークに関連する活動の一つとして、地域の方を面接官に迎えて、模擬面接を行いました。生徒は面接に向けて、さまざまな質問にどう答えるのかを一生懸命考え、面接室内でのさまざまな所作を練習しました。面接本番の後、面接官からアドバイスや激励をいただきました。生徒にとっても「働くこと」をはじめとする、自分の考えを整理して深める貴重な機会になりました。また、「地域の方々が自分たちを支えてくださった」ということを実感する良い機会になりました。

生徒には職場体験学習を通して自分の成長につなげていってほしいと思います。

加茂中学校 3年部

掛合中学校



掛合まちおこし大作戦の話し合いをする生徒たち

私たちがつくる未来の掛合

掛合中学校では、これまで「私たちがつくる未来の掛合」をテーマに学習を積み上げてきました。9月には、掛合の里を会場に「掛合まちおこし大作戦」のイベントを開催しました。

『夢』発見ウィークでは、掛合町内16事業所の協力を得て、職場体験学習が実施されます。一学期には、高校から講師を招いて「接遇研修」を行いました。また、夏休みを利用して事前訪問を行い、実際の事業所での活動に向けて準備を進めています。

この体験学習を通して、「働く」としての理解を深めると共に、事業所の取り組みと地域との関わりについて知識を増やし、視野を広げて、深く思考する力を高めたいと思います。

掛合中学校 3年部

8/10(木) 児童がeスポーツ体験!



市内の小中学生を対象に放課後や長期休業中にさまざまな文化、スポーツに挑戦し、学年・学校を越えて交流できるプログラム「うなん元気っ子わくわく教室」。その夏休みのプログラムとして、「高校生とeスポーツ*体験!」が三刀屋高校で開催され、市内の児童約10人が参加しました。

指導には、三刀屋高校パソコン同好会のメンバー4人と市内3高校のパソコン部等の外部アドバイザーを務める長谷川直人さん(合同会社きすき技研)があたりました。

参加者は、高校生にやり方を教わりながら、全国大会や世界大会が開かれるゲームや全世界のプレイヤーとつながっている障害物競走ゲームを体験しました。

参加した児童は「楽しかった」、「eスポーツをやってみたいと思って参加しました。簡単かと思っただけで頭を使う必要があり、難しかったです」と話していました。



▲高校生に教わりながらeスポーツを体験する児童

*「エレクトロニック・スポーツ」の略で、電子機器を用いて行う娯楽、競技、スポーツ全般をさす言葉。

8/21(月)・22(火) 雲南コミュニティキャンパス 全国学生スタートアップ合宿開催



雲南コミュニティキャンパスの全国学生スタートアップ合宿を雲南市役所および入間交流センターで開催し、6大学から計9人の学生が参加しました。

この事業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フィールドワークを通して、大学生の地域貢献力や地域課題解決力の向上と、Uターン者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1日目は雲南市を知るためのフィールドワークや市内でチャレンジされている方、都会から移住された方などから話を聞き、交流会を行いました。



▲地域の方から話を伺う学生

2日目は、自分を見つめ直し、自分がこれから何をしたいのか、どんなことをやってみたいのかなどを整理し、各学生が考えたオリジナルのチャレンジを発表しました。

この合宿は、4年ぶりに対面での開催となり、この間新型コロナウイルスの流行により直接関わりを持つ機会の少なかった学生生活を過ごしていた参加学生からは、「新たな出会いがあり、自身の悩みを相談できる機会となり嬉しかった」といった声や、「人の温かさに触れ、今後も雲南市で活動していきたい」といった声が寄せられました。



▲参加した学生たちとスタッフ

うなん日和



まちの話題を
紹介します

雲子ちゃん

7/23(日) 小学生Ruby教室 2023



小学生Ruby教室2023が雲南市役所で開催され、午前、午後の部と合わせて市内外から集まった児童約30人が参加しました。

「小学生Ruby教室」は島根県が主催の事業で、ゲーム作りを通して情報技術への興味・関心を持ってもらうことを目的に開催されています。

雲南会場では、一般社団法人エンター長谷川直人さんを講師に迎え、マウス操作でブロックを組み合わせるだけで簡単にプログラミングができる「Smalruby」を使ってゲーム作成などについて学び、各自で思い描いたゲームづくりに取り組みました。

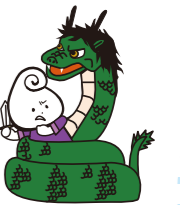
また、会場では三刀屋高校および三刀屋高校掛合

分校のパソコン同好会のメンバーがボランティアとして参加し、参加者の補助にあたりました。



▲ゲーム作りに取り組む児童とその保護者

7/29(土) 第32回夜神楽大会



第32回夜神楽大会が夜神楽大会実行委員会(委員長 錦織 忍さん)の主催により神楽の宿(大東町)で開催され、400人を超えるお客さんが来場しました。

この取り組みは出雲神楽の継承・発展を目的に行

われているもので、4年ぶりに開催されました。

海潮中学校神楽部や大東町で活動されている5社中により「簸の川大蛇退治」、「国譲」などの演目が披露され、観客は幽玄な舞を楽しみました。



海潮中学校神楽部



和野神楽社中



佐世神楽社中



薦澤神楽社中



神楽の宿と簸の川大蛇退治を舞う
海潮中学校神楽部

「骨粗しょう症の予防 ～健康長寿の屋台骨～」

リハビリテーション技術科 **よしおか けんたろう 吉岡 健太郎**



「骨粗しょう症」という言葉は多くの方が耳にされたことがあると思います。近年ではロコモティブシンドローム*という言葉と予防の重要性も知っていただけるようになってきましたが、以前からある骨粗しょう症の言葉は知っていても予防や治療の認知度はまだまだ低い状況にあるのではないのでしょうか。

骨粗しょう症になると骨折しやすくなり、骨折は脳卒中、認知症、高齢による衰弱に続いて介護が必要になる原因の約1割を占めています。

生活の質を守り健康寿命を伸ばすためにも骨粗しょう症は注意しなければいけない病気の一つです。

今回はその骨粗しょう症の予防と治療の関係についてお話します。

*ロコモティブシンドローム…加齢に伴う筋力の低下や関節や脊椎の病気、骨粗しょう症などにより運動器の機能が衰えて、要介護や寝たきりになってしまったり、そのようになるリスクが高い状態

骨粗しょう症とは

骨粗しょう症とは、骨強度が弱くなり、骨折する危険性が高くなる病気です。

自覚症状が乏しく、「背中が丸くなる」、「身長が縮む」といった症状が徐々に起こるため、「病気」と気付かないことが多いのも特徴です。

女性に多くみられ、50歳前後から急増し有病率は男性の約3倍です。60代女性の3人に1人、70代女性の2人に1人が骨粗しょう症といわれています。男性も60歳を過ぎると罹患しやすくなります。



治療

一般的な治療としては、食事指導・薬物療法・運動療法があります。

今回は運動療法についてお伝えします。運動としては、骨密度を上昇させるための有酸素荷重運動・筋力強化トレーニング、背筋強化トレーニング、バランストレーニングなどがあります。



予防

骨粗しょう症は治療も大切ですが、予防もとても大切です。

一次骨折予防…初回の骨折を防ぐためには、若い時期により高い骨量を獲得すること、中高年になってからは若年時の骨密度をできる限り維持することがポイントです。

そのために、早いうちから現在の自分の骨量を知り、栄養・運動などの生活習慣を見直すことが大切です。

二次骨折予防…骨粗しょう症による骨折を起こすと再び骨折を起こす危険度が高くなります。

すでに骨粗しょう症による骨折を起こし、医療機関において骨粗しょう症の治療を開始している方には、骨粗しょう症リエゾンサービス*などを通して、再骨折予防に向けた適切な治療および指導が実施されている例が多く見られます。

*リエゾンサービス…医師、看護師、その他多くの専門職がチームになって治療のサポートを行うこと

早い取り掛かりが大事!

上記の関係性から骨粗しょう症の予防目的の運動はロコモティブシンドロームの予防にもつながります。

- 閉経後の女性の方、70歳以上の男性の方 それ以下の年齢の方でも
- 関節リウマチや内科疾患（糖尿病、慢性閉塞性肺疾患、慢性腎臓病、内分泌疾患など）のある方
- 長期間ステロイド薬を内服されている方、喫煙や過度の飲酒をされている方

上記に該当する方は一度、かかりつけの医師に相談してみたいかがでしょうか。予防目的の早期の薬物治療、食事、運動が健康寿命を延ばし、生活の質の向上につながります。

当院でも骨粗しょう症リエゾンサービスチームを発足することになり、まずは院内で二次骨折予防に対する支援を開始することになりました。より市民の皆さんの健康に寄与することができよう引き続き頑張ります。

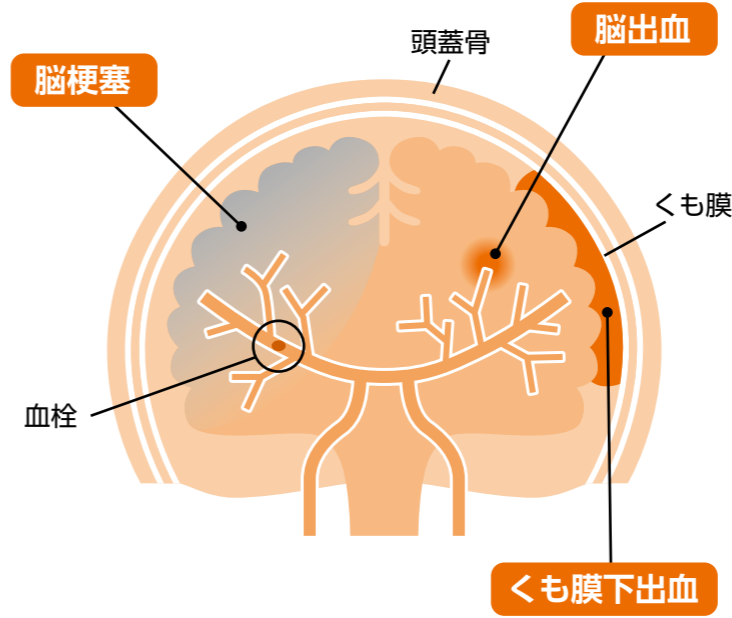
雲南病院だより

脳卒中に気を付けよう 「突然」と「片方」の症状には要注意



地域ケア科 医師 **もちずき なおと**

脳卒中とは
脳卒中とは脳血管に関連する病気の総称で脳血管疾患ともいいます。一口に脳卒中と言ってもさまざまな病態があります。まずは**脳梗塞**です。脳梗塞は脳に血液を送る動脈に血のかたまり（血栓）が詰まるなどして起こります。続いて**脳出血**です。脳出血は高血圧などが原因で脳の血管が破れることで起こります。最後に**くも膜下出血**です。くも膜下出血は脳の動脈にできた動脈瘤という血管のコブが破れるなどして起こります。



出典：公益財団法人 日本脳卒中協会

脳卒中の影響

脳卒中を発症すると直接命に関わることや後遺症の影響で介護が必要となることがあります。令和元年の統計で介護が必要となった主な原因として脳卒中は認知症に次いで2位となっています。よって脳卒中を予防することや発症後に早期に受診・治療することがその後の生活に大きく関わってきます。

脳卒中の予防

脳卒中を起こしやすくする危険因子としては高血圧、脂質異常症、糖尿病、喫煙、飲酒、肥満などが挙げられます。これらはいずれも血管が硬くなる、いわゆる動脈硬化を引き起こします。この中でも高血圧は脳卒中における最大の危険因子と言われ、高血圧を予防することが脳卒中予防に大きく関係します。高血圧を予防するためには生活習慣を改善することが重要です。具体的には減塩、バランスの良い食事、適度な運動、節酒、禁煙などが挙げられます。最後にありますが、高血圧をはじめ、脂質異常症、糖尿病など、脳卒中発症の危険因子となる生活習慣病を早期に発見し介入することで、脳卒中予防につながります。かかりつけ医と相談しながら、定期的な検査や健康診断を受けましょう。



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39回:「顔を触る習慣は新型コロナウイルス感染症感染リスクを4倍上昇させる」

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。

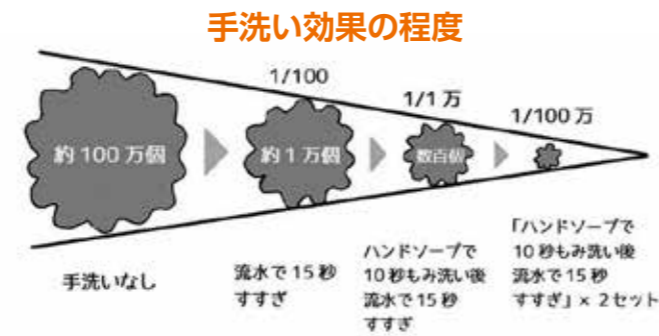
「新型コロナウイルス感染症にならないために、何をしたらいいですか？」

新型コロナウイルス感染症を含め、風邪をひかないようにするためには、食べ物、運動、睡眠に注意することが第一ですが、日々の行動に関していろいろなことが研究され、分かっています。

その中の一つが「**顔を触ることは新型コロナウイルス感染症のリスクを上げる**」ということです。

最近の研究では、**顔を触ることが多くなると、4倍、新型コロナウイルス感染症になりやすい**ことが分かっています。多くの新型コロナウイルスへの感染が手から始まっていることが分かっており、感染した手で顔を触ることによって、粘膜からウイルスが入り感染しやすくなるのかもしれない。

どうしても痒くなると、無意識に触ってしまうことがあるかもしれませんが、しっかり、手を洗い、消毒してから、触るようにしたいですね。まだまだ、新型コロナウイルスに感染すると、重症化し入院が必要になることもありますので、手指衛生に心掛けたいですね。



病院ボランティアを募集しています

○こんなことをしています・・・

- ・玄関での車いす介助
- ・車いすの点検、修繕
- ・病院内外の清掃
- ・周辺の草刈り
- ・病院イベントの参加
- ・その他 赴任医師等の歓迎会など当会主催の事業



○活動テーマは・・・

- ・「できる時に」
- ・「できる人が」
- ・「できる事を」



○ボランティアの会は・・・

- ・地域医療を守る活動として住民自身が立ち上げ、自主的に活動する団体として全国的な評価を受けています
- ・組織は比較的緩やかな活動テーマ（決まり事）で自由度が高い組織です
- ・会員は活動を継続するために年会費2,000円をいただいています
- ・参加のための資格などは特にありません
- ・申し込みは 雲南市立病院管財課 Tel.0854-47-7533
病院ボランティア事務局 Tel.0854-47-7535



＜健康教室の開催＞

糖尿病を予防するチエとワザ

10月30日(月) 14:00～16:00 (開場13:30)

無料 場所: 雲南市役所201・202・203会議室

※予約制 (締め切り10月23日)

講師: 天野 志保 医師 (雲南市立病院 内科)

長谷川 英美 管理栄養士

菅田 里咲 理学療法士

予約・問い合わせ先 雲南市立病院 保健推進課 Tel.0854-47-7510



あなたの健康をサポート♪

病院保健師からのちょっと役立つ話

Vol.21 新たにアレルギー検査 (MAST48ミックス) ができるようになりました。

眼や皮膚のかゆみ、鼻水、くしゃみ・・・に悩んでいませんか？

その症状、実はアレルギーが原因かもしれません。

①アレルギーとは

私たちの体には「免疫」という病気を引き起こす異物（細菌、ウイルス、食物、ダニ、花粉など）から体を守る仕組みがあります。アレルギーの原因となる異物を「アレルゲン」といい、食物、花粉、カビなどさまざまなものが挙げられます。このアレルゲンが体内に入ると異物とみなし排除しようとする免疫機能が働き、アレルギー症状（涙目、眼のかゆみ、鼻水、皮膚のかゆみ、発疹、くしゃみなど）を引き起こします。アレルギー症状は個人差がありますが、場合によっては呼吸困難や血圧低下といった重篤な症状（アナフィラキシーショックなど）を引き起こすことがあります。

②MAST48ミックスとは

アレルギースクリーニング検査であり、少量の血液 (0.5ml) で48種類ものアレルギーの原因を1度に調べることができます。また、特定原材料7品目（加工食品への原材料の表示義務のある卵、乳、小麦、落花生、エビ、カニ、ソバ）を全て検査することが可能です。

アレルギーの原因を知ることによって、自身で予防することができるようになります。

人間ドックや健診のオプションとして検査することができます。単独検査も可能です。気軽に相談してください。



検査費用: 15,700円 (税込み)

予約・問い合わせ先

雲南市立病院 保健推進課 Tel.0854-47-7510

測定項目

食物系 24種類	
卵 ミルク	①卵白 ②オボムコイド*3 ③ミルク
穀物 ナッツ	④小麦 ⑤ソバ ⑥米 ⑦大豆 ⑧ピーナッツ ⑨ゴマ 木の实ミックス ⑩ヘーゼルナッツ ⑪クルミ ⑫アーモンド
魚類 甲殻類	⑬サバ ⑭マグロ ⑮サケ ⑯エビ ⑰カニ
肉類	⑱牛肉 ⑲鶏肉 ⑳豚肉
果物 野菜	㉑トマト ㉒モモ ㉓バナナ ㉔キウイ

通年性 11種類	
家庭	㉕ハウスダストI ダニミックス ㉖コナヒョウヒダニ ㉗ヤケヒョウヒダニ
カビ	㉘アスペルギルス ㉙カンジダ カビミックス ㉚アルテルナリア ㉛ペニシリウム ㉜クラドスポリウム
ペット	イヌ・ネコ皮膚ミックス ㉝イヌ皮膚 ㉞ネコ皮膚
その他	㉟ラテックス

季節性 13種類	
1月	
2月	㊱スギ ㊲ヒノキ
3月	㊳ハンノキ ㊴シラカンバ
4月	
5月	イネ科ミックス ㊵オオアワガエリ ㊶カモガヤ ㊷ナガハグサ ㊸ハルガヤ ㊹ギョウギシバ
6月	
7月	
8月	
9月	㊺ヨモギ
10月	ブタクサミックス ㊻ブタクサ ㊼オオブタクサ ㊽ブタクサモドキ
11月	
12月	

*3 卵白に含まれるタンパク質です。加熱してもアレルギー性を失わない性質をもちます。

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



もりもと あおい
森本 葵衣ちゃん (大東町)
やすな 泰行さん・まい 麻衣さんのお子さん
葵衣ちゃん誕生日おめでとう🎉 お兄ちゃんお姉ちゃんと一緒に元気いっぱい笑顔いっぱい優しい女の子になってね🎵 生まれてきてくれてありがとう🎊



ほそぎ いとは
細木 絃葉ちゃん (大東町)
かんじ 貴次さん・あやか 彩花さんのお子さん
お誕生日おめでとう🎉 いとちゃんの可愛い笑顔が皆大好きだよ🎊 元気いっぱい大きくなってね🎵



うえだしょうすけ
植田 翔介ちゃん (大東町)
りょうじ 竜次さん・あゆみ 美由紀さんのお子さん
翔介誕生日おめでとう🎉 にこにこ笑顔にいつも癒されてるよ！ たくさん食べて遊んで大きくなあれ🎊



いしだ みずき
石田 瑞季ちゃん (木次町)
ともはる 知治さん・たかこ 貴子さんのお子さん
1歳のお誕生日おめでとう！ お兄ちゃん達と仲良く元気に育ってね🎊



かりの りつ
狩野 律ちゃん (大東町)
まゆみ 雅文さん・あゆみ 彩夏さんのお子さん
律くんお誕生日おめでとう🎉 可愛すぎる笑顔にいつも癒されてるよ🎊 生まれてきてくれてありがとう🎊



おおさか あやせ
大坂 紋世ちゃん (木次町)
あやちゃんお誕生日おめでとう🎉🎵 ニコニコ笑顔のあやちゃんは家族みんなの癒しだよ🎊 姉弟仲良く元気に大きくなあれ🎊



うちだ ほのか
内田 帆香ちゃん (大東町)
ほのび一歳おめでとう！ みんなを癒してくれてありがとう🎊 だいすきだよ🎊



ふじた えまり
藤田 絵菜里ちゃん (大東町)
れん 蓮さん・ゆき 友紀さんのお子さん
誕生日おめでとう！ 絵菜里の成長に元気を貰ってます🎊 笑顔が素敵な絵菜里が大好きだよ！



のつ
野津 のぞみちゃん (三刀屋町)
ひでたか 英孝さん・ふみこ 文子さんのお子さん
のんちゃん、一歳の誕生日おめでとう🎉 大好きなご飯をいっぱい食べて、元気に育ってね🎊



くが りつほ
久我 律穂ちゃん (加茂町)
家族皆にたくさんの幸せをありがとう🎊 これからもりっちゃんらしく、笑顔でのびのび大きくなってね🎊



日本一短い **感謝の手紙** vol. 114

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

お母さんへ
はみがきしてとかいわないと、うごけない人でまい日いわれててありがとうございます。息子へ
じぶんから言われなくても、はみがきをしてくれる日が来るのを楽しみにまっついているね。やればできる!!

お父さんへ
いつも、おいしいどんぶりやチャーハンを作ってくれてありがとう。今度は、大もり作ってね。息子へ
いつも、おいしいと言って食べてくれてありがとう。これからも素直に感謝の言えるあなたでいてください。

お母さんへ
仲良しのいとこへ
さっちゃん元氣ですか。これる日があったらまたあそぼうね。これらもいとことして友達としてよろしくね!

お母さんへ
今までご飯を作ってくれてありがとう!! 朝昼ばんご飯いつもとってもおいしかったよ。大好きです。娘へ
いつも怒ってばかりの母ですが、感謝してくれてありがとう。母はあなたの穏やかさに毎日いやされていますよ。

お父さんへ
いつも、私たちとあそんでくれてありがとう。これからもいっしょにあそんでね!! 娘へ
どんどん大きくなり一緒にゲームをしても全く勝てなくなりました。少し早い気もしますが、父を超えてゆけ。

部活の仲間へ
部活の仲間へ
手紙をくれてありがとう。セッターからレフトに上げるのは大変だけど、たくさん上げてね!!

お母さんへ
毎日泣いたり怒ったりと大騒ぎだけれど、元氣なのが何よりの幸せ。恥ずかしがり屋だけど根性あるよね。がんばってね🎊 娘へ
ありがとう。わたしはがんばるよ。元気に友だちともあそぶよ。またいっしょにバドミントンしようね。

お母さんへ
おかあさんへ、いつもりょうりつくってくれてありがとう。いつもわたしは、こころのなからおうえんしてるよ。娘へ
いつもおいしいそうにごはんをたべてくれて、ありがとう。あなたのおうえんをパワーにして、ごはんをつくるね。

11月で満1歳(令和4年11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**10月6日(金)**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 Tel.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枠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。

市内の
チャレンジを
応援して
ください!!

令和5年度 第1回目の「事業創出ラボ『SHIFT』」を 開催しました。



意見を話し合う参加者たち

「事業創出ラボ『SHIFT』」は、市内の事業者が集まり、新規事業や事業転換（＝SHIFT）のきっかけ作りを行う場です。8月2日に健康の森で開催した今年度1回目の会には15人の事業者などが参加しました。

はじめにグループに分かれ、自分の事業の状況や転換のアイデアや課題を紹介した後、互いに質問やアドバイスすることで、自身の考えを広めたり、深めたりしていきました。事業の転換というテーマではありませんが、SHIFTの話し合いは、終始和やかな雰囲気笑顔や笑い声が絶えないのが大きな特徴です。次に、グループを変え「あしたからのSHIFTを考える!」というテーマで再び話し合いを進めました。

最後は、各参加者が「あしたからのSHIFT」として、「SNSだけでつながるのではなく、リアルでもつながってほしい」、「地域の中の異業種の方のところに足を運ぼう」など具体的な取り組みを発表して終了しました。

また、参加者アンケートによると、「悩んでいたことが解決した。一人の意見ではなく、皆さんからの意見が聞けて良かった」、「自分の課題の解決方向が見つかった」などのコメントがあり、事業転換の解決策を見出したり、異業種交流したりする場として有意義な事業となっています。

今年度もあと2回開催する予定です。SHIFTに興味がありましたら、商工振興課まで問い合わせください。

【問い合わせ先】商工振興課 Tel.0854-40-1052

元気に育つための5つの習慣

今回は、雲南市の子どもたちが元気に過ごすための5つのポイントをお伝えします。生活習慣は子どものころからの積み重ねです。元気で活動できるよう、家庭での生活を家族で振り返ってみましょう。

<参考：元気に育つための5つの習慣 めざせ！すくすく育つ雲南の子 改変>

1 早起きして スッキリ目覚めよう

朝の光を感じると、脳と身体を目覚めさせ日中活動しやすくし、心のバランスを整える物質が分泌されます。

<目標>:
幼少期 7時までに起床
小・中学生 6時30分起床

2 毎日朝ごはんを食べよう

朝ごはんは、元気に活動するためのエネルギー源です。朝食抜きは元気に活動できず、学力も低下するという調査結果もあります。よく噛んで食べることで、脳が覚醒し活発になります。

4 テレビやゲームは 時間を決めて楽しもう

メディア視聴の時間が長くなると、睡眠時間が短くなる傾向があります。家庭でルールを決めて楽しみましょう。

<メディア視聴時間の目安>
2歳まで：できるかぎり控える
2歳以上：2時間以内
(ゲームは30分以内)

3 1日に60分以上、 楽しく体を動かそう

体を使った遊びは、動きの発達や、体力の向上、人間関係やコミュニケーション能力を育む効果があります。

5 夜は早く寝よう

寝る時間が近づいたら部屋の中も少しずつ暗くし、「寝付きやすい状態」にしていきましょう。テレビやパソコン、スマートフォンから発せられる光は、脳に刺激を与え、「寝付きにくい状態」にします。電子機器は寝る30分から1時間前に消すように心掛けましょう。

<目標>：寝る時刻を決めよう

幼児期	21時までに就寝
小学生	低学年 21時までに就寝
	中学年 21時30分までに就寝
	高学年 22時までに就寝
中学生	23時までに就寝



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22話「秋なら滝」



猛暑でも楽しかった夏はやがて秋になり、私はだんだん涼しくなる中、大自然でリチャージすることが大好きです。紅葉も爽やかな空気も楽しみたい私は、今年は2年ぶりに雲南市の名瀑を訪ねようと思います。

特に八重滝に再び行ってみたいと思います。日本の滝100選に指定されたこの滝に2年前初めて行って見ました。しかし、当時は遊歩道が工事中で、奥まで行けなかったのです。今年こそ、8つの滝が揃った八重滝をあらゆる角度で撮影してみたいです。

猿飛滝、滝尻滝、紅葉滝、河鹿滝、姥滝、姫滝、八塩滝、八汐滝、という8つの滝はすべて、紅葉に美しく映えるでしょう。夏には海に行ったり県内や県外旅行に行ったりもしましたが、私はどちらかという暑がりなので、秋の山歩きや森林浴などのお出掛けが本当に待ち遠しいです。

なので、今年こそリベンジします。2年前に訪れられなかった素敵な大自然を一番大好きな季節に撮影します。



▶前回訪れた際に撮影した八重滝(撮影：ジャンさん)

令和2年度からはしまね健康寿命延伸強化事業に取り組み、

さまざまな健康づくり活動に取り組んでいます。

地域ぐるみの減塩プロジェクト

大東町幡屋地区では、幡屋地区健康を守る会(幡屋地区振興会健康推進部)を中心に、長年

さまざまな健康づくり活動に取り組んでいます。

令和2年度からはしまね健康寿命延伸強化事業に取り組み、

さまざまな健康づくり活動に取り組んでいます。

さまざまな組織との連携

研究所うんなんは、さまざまな組織と連携して、市民の皆さんの健康づくりの手伝いをしていきます。

今回は、地域の健康づくり組織、島根大学、健康福祉部と連携して行った減塩の取り組みについて紹介します。

見直さや！我が家の減塩

目標値(塩分)1日8g以下

共同で作成中！減塩推進プロジェクト

制作したのぼり

この減塩の取り組みはまだ続いていきます。研究所は引き続き連携を取りながら、健康づくりの手伝いをしていきます。

こげなことをしとます!

研究所 うんなん

制作担当

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 (Tel.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。

その一環で行われた調査で、幡屋地区は他圏域と同様に、尿中の塩分量が県の目標値より高いということが分かりました。また、幡屋地区で特徴的だったのが、家庭の味が外食より濃いと感じる人が多いということです。その結果を受け、それぞれの組織が連携を取り合いながら、さまざまな減塩の啓発を行いました。

例えば、食品の塩分濃度を測る塩分測定器の活用を呼び掛けたり、交流センターで食品模型などを用いて減塩のコツを伝える展示を行ったりと、取り組みは多岐に渡ります。研究所うんなんが大きく関わったのが、チラシやポスター、のぼりなどの普及啓発資料の制作です。住民の皆さんにも協力していただきながらキャッチコピーなどを考え、いくつかの資料を制作しました。制作した資料は、地区のさまざまな場所で配布、掲示されました。

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た。厚くお礼申し上げます。

●雲南市 寄附金 メトロ電気工業株式会社 (愛知県安城市)

市制施行20周年記念 ロゴマークの募集

総務課 Tel 0854-40-1021

令和6年11月1日に雲南市は市制施行20周年を迎えます。市制施行20周年記念事業を盛り上げていくためにロゴマークを募集します。

- 【公募対象者】
 - ・市内在住の18歳以下の方
 - ・市内の高校に通う方
- 【募集期間】 11月30日(木)まで
- 【応募要件】
 - ・市制施行20周年事業を効果的にアピールできるデザイン

犬の登録と 狂犬病予防注射

環境政策課 Tel 0854-40-1033

犬を飼育するときは、狂犬病予防法に基づき、犬ごとに市窓口へ届け出をする義務があります。

併せて、犬の飼い主は毎年4月1日から6月30日までに1回、飼っている犬に狂犬病予防注射を接種すること、接種したことを市へ届け出ることが義務付けられています。

また、老齢や病気のため、動物病院で接種猶予の診断を受けられた場合、または飼い犬が亡くなった場合も、市窓口へ届け出をお願いします。

戦没者遺骨のDNA鑑定を実施します

市民生活課 Tel 0854-40-1031

厚生労働省では、先の大戦によって海外や沖縄、硫黄島

家計調査にご協力を お願いします

広報広聴課 Tel 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。

12月からは三刀屋町給下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

雲南市名誉市民 佐藤忠吉様がご逝去されました

雲南市名誉市民 佐藤忠吉様が、令和5年9月2日にご逝去されました。

佐藤様は、木次乳業有限会社を創設し、日本で初めて、低温殺菌したパスタチャライズ牛乳の開発、販売を実現し、子どもたちに安全な食べ物を供給したいという思いから学校給食にも提供されました。有機農業や地産地消にも先駆的に取り組み、「人の手のかからない、自然のものをつくる」ことにこだわりを持ち、その思いは、日本全国に影響を与えました。こうしたご功績により、平成24年に雲南市名誉市民の称号を贈りました。ここに改めて佐藤様のご功績に深く敬意を表しますとともに、衷心よりご冥福をお祈り申し上げます。

ようお願いします。

【屋外広告物条例要点】

- (1)屋外広告物を設置するには事前に市町村長の許可が必要である。
- (2)屋外広告物の種類に応じて面積や高さなどについての基準があります。
- (3)著しく破損したものや倒壊のおそれがある屋外広告物は設置できません。
- (4)屋外広告物設置工事の発注は屋外広告業登録済みの屋外広告業者に行いましょう。
- (5)禁止地域には屋外広告物を設置できません(禁止地域の例：第1種低層住居専用地域内、古墳、墓地、火葬場および葬祭場など)。

ただし、以下の屋外広告物を設置できる場合がありますので、詳しくは問い合わせください。

- ・店舗、事業所の建物や敷地内に、その名称や取り扱うサービス内容を記載する屋外広告物(1敷地内合計7㎡以内に限ります)
- ・土地、建物の管理上の必要から、注意事項などを記載する屋外広告物(1敷地内合計7㎡以内に限ります)
- ・店舗や事業所の案内のため敷地外に設置する屋外広告物

【問い合わせ先】 島根県統計調査課 Tel 0852-22-5072

暮らし・手続き

防災ラジオと告知放送 端末の電池の確認を!

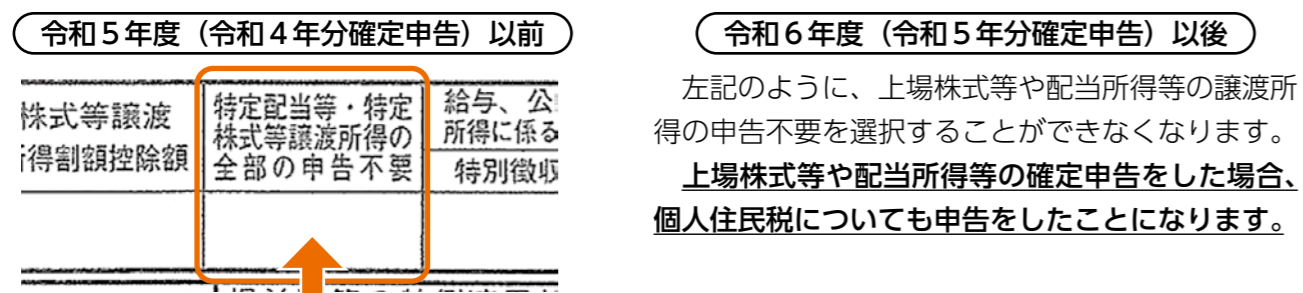
防災安全課 Tel 0854-40-1027

市では防災に係る情報を防災ラジオで、市からの各種お知らせを雲南夢ネット音声告知端末により配信しています。どちらの放送機器も停電時に放送が流れるようになっていきますが乾電池が切れていると停電時に放送を流すことができません。いざというときのために年1回程度の乾電池の確認や交換をお願いします。

乾電池切れのときにはどちらも乾電池切れを示すランプが点滅します。 スマートフォンで停電情報を確認できます! 中国電力ネットワーク株式会社ではスマートフォン用の停電情報アプリが公開されて

上場株式等や配当所得等の課税方式が統一されます

これまで、上場株式等や配当所得等の譲渡所得は、所得税と個人住民税で異なる課税方式を選択できました。しかし、**令和6年度(令和5年分確定申告)からは、所得税と個人住民税で異なる課税方式を選択することができなくなります。**



確定申告書の上記の欄に○を記載すると、個人住民税の計算に含まれません。 ※上場株式等や配当所得等の確定申告をした場合、個人住民税の計算に含まれます。 その結果、非課税判定、配偶者控除や扶養控除の判定、国民健康保険料や後期高齢者医療保険料、介護保険料の算定などに影響がある場合があります。

【問】 税務課 Tel 0854-40-1034

広告枠

私たちは、雲南市のまちづくりを応援しています。



【停電情報問い合わせ先】 中国電力ネットワーク株式会社 0120-311-957

物（記載内容、面積、高さなどに制限があります）
 ・自治会住宅案内図、主要な観光地の案内用広告物（記載内容、面積、高さなどに制限があります）

(7) 必要なくなった屋外広告物は、適切に補修を行うなどして良好な状態で管理しましょう。
 (6) 設置後の屋外広告物は、適切に補修を行うなどして良好な状態で管理しましょう。

【問い合わせ先】
 雲南市都市計画課
 TEL 0854-40-1064
 島根県都市計画課
 TEL 0852-22-6143
 【島根県ホームページ】
<http://www.pref.shimane.lg.jp/infra/nature/keikan/okugai/>

今月の税金

- 市県民税（第3期）
- 国民健康保険料（第4期）
- 後期高齢者医療保険料（第4期）

納期限は10月31日（火）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。

子育て・保健・福祉

「母子父子寡婦福祉資金」予約貸し付け受け付け中

子ども家庭支援課
 TEL 0854-40-1067

母子および父子ならびに寡婦福祉資金の予約貸し付けの申請を受け付けています。

◆対象となる方
 ・令和6年4月の進学などを希望している方
 ・児童を扶養する母子家庭の母または父子家庭の父
 ・20歳以上の子を扶養する寡婦
 ・父母のない児童

◆対象となる資金
 (1) 児童の進学などを対象とする資金（※貸し付けはいつでも無利子）

① 修学資金
 高等学校、短期大学、大学、大学院、高等専門学校または専修学校に就学するための授業料、書籍代、交通費などに必要な資金
 ② 修業資金
 就職するために必要な知識技能を習得するために必要な資金
 ③ 就学支度資金

就学、修業するために必要な入学金や被服などの購入資金

(2) 母子家庭の母、父子家庭の父および寡婦の知識技能習得を対象とする資金（※連帯保証人を立てる場合は無利子、立てない場合は年1%）

技能習得資金
 就職するために必要な知識技能を習得するために必要な資金
 ◆提出していただく書類など
 ・必要な書類については事前に相談してください。
 ・貸付申請書：★
 ・戸籍および世帯全員の住民票
 ・島根県税の納税証明書
 ・前年の収入額が確認できる書類（児童扶養手当証書の写しの提出をもって代えることができます）
 ・修学修業先（技能習得先）調書：★

・修学、修業のために必要な金額の分かる参考資料
 ・口座振替申出書：★
 ★の用紙は子ども家庭支援課にあります。
 【予約貸付申請期限】
 令和6年2月末日まで
 【注意事項】

島根県育英会など、母子父子寡婦福祉資金との併用ができない奨学金があります。

高等教育の修学支援新制度による奨学金・授業料減免などは、貸付限度額により給付額・減免額を控除した範囲で併給が可能です。

【問い合わせ・申込先】
 島根県青少年家庭課
 TEL 0852-22-6688
 TEL 0852-22-6689
 長寿障がい福祉課
 TEL 0854-40-1042

◆どんなことが虐待なの？
 身体的虐待：たたく、つねる、殴る、蹴る など
 心理的虐待：暴言、無視 など
 放置・放任（ネグレクト）：食事を与えない、入浴させない、必要な介護や世話をしない など
 経済的虐待：日常生活に必要なお金を渡さない、使わせるなど
 性的虐待：性的な嫌がらせ、わいせつ行為 など
 ◆こんなことも「虐待」です！
 ○行動を制限するために、鍵を掛けて部屋に閉じ込める（緊急でやむを得ない場合を除く）。

○年金や預貯金を本人の意思や利益に反して使用する。

○他の家族が虐待をしていることを放置する。

○排泄の失敗や介助のために、下半身を裸や下着のままに放置する。
 ◆「虐待かな？」と思ったら：
 まずは、連絡・相談してください。虐待を発見した人には通報する義務があります。虐待が起こっている場合、高齢者が、障がいのある方自身や家族に「虐待を受けている」、「虐待をしている」という自覚がない場合があります。早期に発見することで、虐待の深刻化を防ぐことができます。通報された方の情報が漏れることはありません。

◆介護を抱え込んでいませんか？
 虐待を未然に防止するには、高齢者や障がいのある方自身の悩みや家族の介護上の不安・不満などを解消、軽減することが大切です。介護は長期にわたることも多く、サービスの利用や専門機関を活用して高齢者、障がいのある方、家族ともに無理なく生活しましょう。
 高齢者の介護や虐待などに

関する相談は地域包括支援センターで受け付けています。また、障がいのある方や虐待などに関する相談は長寿障がい福祉課で受け付けています。

【相談・問い合わせ先】
 地域包括支援センター
 TEL 0854-47-7799
 長寿障がい福祉課
 TEL 0854-40-1042

思いやり駐車場マナーアップ運動展開中！

長寿障がい福祉課
 TEL 0854-40-1042
 島根県では、障がいのある方や、けがや病気などで歩行が困難な方に対して利用証を交付することで、駐車場を利用できる人を明らかにし、駐車スペースを確保する「思いやり駐車場制度」を導入しています。

◆利用上のごお願い
 ① 「思いやり駐車場」は、利用証をお持ちの方が利用できるスペースです。利用証を持っていない方は「思いやり駐車場」に車を停めないでください。
 ② 「思いやり駐車場」は限りあるスペースです。利用証

毎月19日は 食育の日

うんなんの“食育あいうえお”

あ 朝ごはんを食べよう

脳が目覚めて、頭がすっきり！
 集中力UPで仕事も勉強もはかどります！

健康づくり政策課 TEL0854-40-1040



（二次元コード）

を持つている方も、体調が良いときは他の利用者へゆるぎの思いやりを持ちましょう。
 制度へのご理解・ご協力をよりしくお願いします。

【問い合わせ先】
 島根県障がい福祉課
 TEL 0852-22-6526

里親になりませんか

～子どもたちに家庭のぬくもりを～

さまざまな事情により家族と一緒に生活することができない子どもたちがいます。里親とはこうした子どもたちを自分の家に迎え入れ、家庭的な環境の中で愛情を込めて養育してくださる方です。

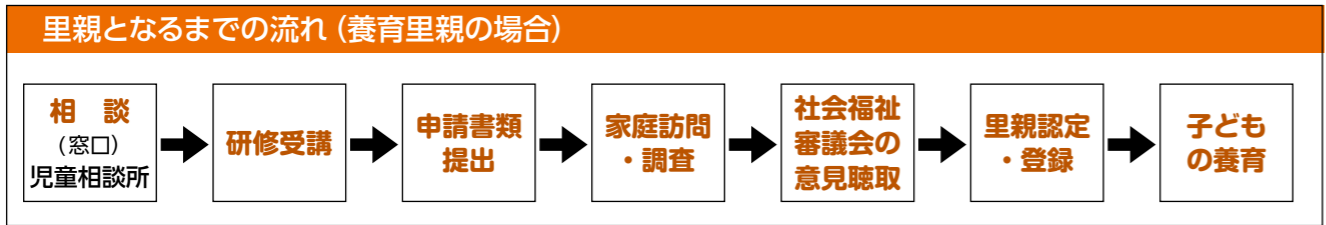
里親の家庭で愛情に包まれて家族の一員として暮らすことにより、子どもたちは一人の人間として大切にされ、愛されているという感覚を持ちながら育つことができます。

～子どもたちのために、あなたにもできることがあります～

里親には、子どもが親と一緒に生活できるようになるまで養育する「養育里親」と養子縁組により養親となることを希望する「養子縁組里親」があります（このほかに専門里親、親族里親があります）。

子どもが好きであり、愛情と熱意を持って、真心を込めて養育してくださる方を求めています。養育里親の場合は、長期の養育だけでなく、月に1～2回程度、主に土、日曜日や長期休み中に数日間といった短期間の家庭生活体験をさせていただきます方も求めています。

里親になるためには特別な資格は必要ありませんが、必要な研修を受講すること、里親を希望する方とその同居人が欠格事由などに該当しないこと、経済的に困窮していないことが必要です。



（参考）
 ■欠格事由等：里親希望者および同居人が①禁固以上の刑に処せられ、その執行を終わり、または執行を受けることがなくなるまでの者、②児童福祉法等で罰金の刑に処せられ、その執行を終わり、または執行を受けることがなくなるまでの者、③児童虐待ほか児童の養育に関し著しく不適当な行為を行った者、④暴力団関係者

【問い合わせ先】 出雲児童相談所 TEL 0853-21-0007

【問】 子ども家庭支援課 TEL 0854-40-1067

65歳以上の皆さんへ インフルエンザ予防接種

10月から雲南市に住所のある高齢者等対象者の皆さんに、インフルエンザ予防接種を実施します。インフルエンザの流行は、通常初冬から春先にみられ、流行が始まると、短期間に小児から高齢者まで膨大な数の人を巻き込むという点で普通の風邪と異なります。また、気管支炎や肺炎などを合併し重症化することがあります。

接種後、インフルエンザに対する抵抗力がつくまでに約2週間程度かかりますので、なるべく早めに受けましょう。
※接種は義務ではありません。

対象となる方 ⇒ 接種日当日に 満65歳以上の方ほか

- 市内に住民登録があり、次のいずれかの方のうち予防接種を希望する方
 - ①満65歳以上の方
 - ②満60歳以上65歳未満であって、心臓・腎臓または呼吸器の機能に障がいがあり身の回りの生活に極度に制限のある方、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がいがあり日常生活がほとんど不可能な方

実施期間 ⇒ 10月1日～令和6年1月31日

※接種の実施日や曜日は医療機関により異なりますので、直接問い合わせください。

自己負担額 ⇒ 2,000円 期間中1回のみ

接種当日、医療機関に支払ってください。
※上記対象者のうち、生活保護を受けている方は無料です(受給者証明書が必要です)。
※実施期間以外での接種は全額自己負担となりますので注意してください。

接種方法 ⇒ 事前に実施医療機関へ直接申し込み

- 持参するもの
- 住所・氏名・年齢を確認できる物(運転免許証や介護保険証など)
 - 自己負担金

接種当日に渡される「高齢者インフルエンザ予防接種予診票」をよく確認いただいたうえで必要事項を記入し、接種を受けてください。

●新型コロナワクチンとインフルエンザワクチン

新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの接種間隔に制限はありません。また、同時接種することも可能ですので、接種を希望される医療機関と相談してください。
一方、新型コロナワクチンとインフルエンザワクチン以外のワクチンの同時接種は実施できません。互いに、片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できますので、計画を立てた上での接種をお願いします。

【問】健康推進課 Tel.0854-40-1045

10月は
臓器移植普及推進月間
骨髄バンク推進月間

10月10日は
目の愛護デー

移植医療について
考えてみませんか？

健康づくり政策課
Tel.0854-40-1040

移植医療は、医療者と患者さんだけでなく、第三者の方からの善意によるご提供から成り立っています。

「提供したい」、「提供したくない」どちらも一人ひとりの平等で大切な意思です。大切な意思を表示し、ご家族で話し合います。

【問い合わせ先】
しまねまごころバンク
Tel.0853-22-2556



相談

行政相談

総務課
Tel.0854-40-1021

行政相談では、国の役所などの仕事についての相談を受け付け、担当行政機関とは異なる立場から必要なあっせんを行い、その解決を促進するとともに、これを行政運営の改善に役立てています。

総務省では、この行政相談について、広く知っていただくとともに、その利用を促進するため、毎年10月に「行政相談週間」を設けています。今年度の行政相談週間は、10月16日(月)から22日(日)までの1週間です。

また、総務省では民間有識者(ボランティア)である行政相談委員を委嘱しています。雲南市では、行政相談委員が次のとおり行政相談所を開設します。相談は無料で、秘密は固く守られます。気軽に相談してください。

行政相談所

開催場所	開設日時
大東総合センター	10月11日(水) 9:30~11:30
加茂総合センター	10月17日(火) 9:00~11:00
木次総合センター	10月10日(火) 10:00~12:00
三刀屋総合センター	10月5日(木) 9:00~12:00
掛合交流センター	10月13日(金) 9:00~11:00

◆行政相談委員

- 大東町…藤原 茂さん
- 加茂町…井田 敬三さん
- 木次町…長谷川和男さん
- 三刀屋町…高尾 正治さん
- 吉田町…藤原 正さん
- 掛合町…小村 重美さん

【行政相談に関する問い合わせ先】

総務省島根行政監視行政相談センター行政監視行政相談課
Tel.0852-21-3630

調停手続き相談会

雲南簡易裁判所
Tel.0854-42-0275

島根県調停協会雲南支部では、調停制度の利用・手続きに関する説明会を開催します。私たちの身近では時として、騒音や庭木の越境、土地の境界などのご近所トラブル、お金の貸し借りや交通事故に伴う紛争、離婚や相続問題など、民事・家事のトラブルや紛争が起ります。

調停制度は、当事者同士の話し合いで解決することが難しいトラブルや紛争に対して、裁判官と調停委員が当事者の間に入り、双方の合意点を見つけ出し、円満解決を図る手段の一つです。トラブルで悩んでいる方は気軽に越してください。詳細は雲南簡易裁判所に問い合わせください。

※個別に面談し、秘密は厳守します。
※予約不要

【日時】10月20日(金)10時から15時まで
【場所】木次経済文化会館チェリヴァホール

【参加料】無料

年金出張相談

出張相談での年金手続き・相談は予約制となります。

相談日	場所
10月18日(水) 12月13日(水) 令和6年2月14日(水)	雲南市役所本庁舎2階 202・203 会議室
予約は「前日(前営業日)まで」をお願いします	
予約相談時間 10:00 ~ 15:30	

予約・問い合わせは、松江年金事務所へお気軽に

予約ダイヤル

0852-23-9540



- ①年金手帳など基礎年金番号の分かるものを準備ください。
- ②0852-23-9540へ電話をしてください。
- ③音声案内が流れますので「1」の後に「2」を選択してください。
- ④担当者に「雲南市役所での出張相談予約」と伝えてください。
- ⑤担当者の質問に答えてください。

【問】市民生活課 Tel.0854-40-1031

労働相談会

労働相談会
10月は「個別労働紛争処理制度」周知月間です。労働相談会を大田市と松江市の2会場で開催します。

【問い合わせ先】
島根県労働委員会
Tel 0854-22-5450

【申し込み締め切り】
10月20日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

【申し込み締め切り】
10月6日(金)

松江会場

【日時】 10月29日(日)10時から15時まで

【会場】 島根県立産業交流会館くまびきメッセ

【申し込み締め切り】 10月20日(金)

【問い合わせ先】 島根県労働委員会

Tel 0854-22-5450



(二次元コード)

募集

市営・県営住宅の入居者募集

建築住宅課

Tel 0854-40-1065

【募集期間】

10月5日(木)から10月13日(金)17時締め切り

【募集団地】

10月1日(日)に市ホームページ、10月2日(月)に島根県住宅供給公社ホームページに掲載します。



(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

随時募集しています。

【問い合わせ・申込先】

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)

Tel 0854-47-7151

まめなかね川柳募集

保健医療介護連携室

Tel 0854-40-1095

雲南市健康都市宣言を普及するために「まめなかね川柳」を募集します。

【テーマ】

歯・口腔の健康

テーマに沿って取り組まれた様子をユニークな五七五の句にして応募してください。

【応募期間】 10月2日(月)から12月8日(金)まで

【応募資格】 市内在住の方または市内に在勤在学の方(個人・グループでの応募も可)

【応募方法】

令和5年度成人健診(検診)のしおり裏表紙の応募がきまたは官製はがきに必要な事項(川柳作品、住所、氏名、年齢、電話番号、部門)を記入の上、

次の宛て先へ郵送いただくか、ファクシミリ(0854-40-1049)または市窓口にて提出してください。

【宛て先】 〒699-1392 雲南市木次町里方521-1 雲南市役所保健医療介護連携室宛て

【応募要件】

応募者の自作で未発表の作品に限り、応募資格のある個人・グループにつき、次の3部門でそれぞれ1作品まで応募できます。部門は「親と子に関すること」、「大人に関すること」、「高齢者に関すること」の3部門です。

【選考・表彰】

優秀賞を選考し、令和6年

3月ごろ受賞者には直接通知し賞品を贈呈します。受賞作品は公表し健康づくりの推進に活用させていただきます。

令和4年度

まめなかね川柳優秀作品

すくすく部門

どっこいしょ たまにや休んで 気も楽に

きらきら部門

ブラボーに 元気をもらい

笑みこぼれ

はつらつ部門

コロナ禍も 思い伝える

「まめなかね?」

毎月第3日曜日は うなんん家庭の日 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! 10月15日(日) 社会教育課 Tel0854-40-1073

イベント情報

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変更される場合があります。

10~12月の立ち寄り観光の予定日(いずれも木曜日) 10月5日、19日、26日、11月9日、16日、30日、12月14日、21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
9:10頃
●「菅谷たたら山内」見学(~9:50頃まで) ●「田部家邸内、土蔵群」見学(~11:15頃まで)
11:15頃
↓ ~ 吉田掛合IC ~ 三刀屋木次IC ~ 木次大橋(11:35頃 通過) ~ 木次駅 ~ 木次神社前 ~ 日登
11:50頃
●「食の杜 かやぶきの家」昼食
13:00頃
↓ ~ 飯石広域農道 ~ 県道松江木次線
13:30頃
●「神楽の宿」出雲神楽鑑賞
14:30頃
↓ ~ 県道松江木次線
15:00頃 明々庵(松江市)
16:15頃 「TWILIGHT EXPRESS瑞風」乗車(松江駅)

気象状況や道路事情等により行程、時間が変更になる場合があります。



【問】観光振興課 Tel 0854-40-1054

島根県種畜共進会
農業畜産課
Tel 0854-40-1055
県内各地から選抜された肉用種牛59頭が出品されます。



(二次元コード)

雲南市第3次総合計画 策定第2回まちづくり ワークショップ

政策推進課

Tel 0854-40-1011

まちづくりの指針となる雲南市第3次総合計画の策定に着手しています。これまで、雲南市総合計画策定委員会や、第1回まちづくりワークショップなどで、多くの皆さんからご意見をいただきました。これらをまとめた「雲南市のめざす姿」について、ワークショップを開催します。

参加希望の方は、政策推進課に連絡いただくか、参加申し込みフォーム(左記二次元コード)より申し込みください。

【日時】10月21日(土)13時30分から

【会場】雲南市役所本庁舎5階

このほか、畜産技術紹介、畜産資材の展示が行われます。

【日時】10月7日(土)8時40分開始 ※予備日：10月14日(土)

【場所】島根中央家畜市場(松江)

「チーム対抗！学生×企業のサキドリ就活」参加学生募集中！

うんなん暮らし推進課

TEL 0854-40-1014

グループワークを通して、企業と楽しく交流しませんか。

【日時】11月18日(土)13時から16時まで

【場所】島根大学(松江市)

【対象】令和7年3月に大学(大学院含む)、短期大学、高等専門学校、専修学校などを卒業予定の方

【募集人数】25人

【申込方法】「ジヨブカフェしまね」サイトより申し込み

【申し込み締め切り】定員になり次第締め切り

【参加料】無料

※詳細は「ジヨブカフェしまね」サイトに掲載しています。

【問い合わせ先】ジヨブカフェしまね

TEL 0852-28-0694

第10回 健康ウォーキング大会 産業施設課

TEL 0854-40-1093

【とき】10月22日(日) ※少雨決行 8時30分 受け付け 9時 スタート

【ところ】サンワーク木次

◆コース

(1)里熊大橋コース(6.7km) サンワーク(出発) ↓ 斐伊川堤防桜並木道 ↓ 願い橋 ↓ 斐伊川河川敷方面 ↓ 里熊大橋 ↓ 木次大橋前 ↓ 斐伊川堤防桜並木道 ↓ サンワーク(ゴール)

(2)願い橋コース(4.2km) サンワーク(出発) ↓ 斐伊川堤防桜並木道 ↓ 願い橋 ↓ 上橋方面 ↓ 八岐大蛇公園 ↓ 木次小学校前 ↓ サンワーク(ゴール)

【参加料】500円(おろち湯ったり館入浴券付き)

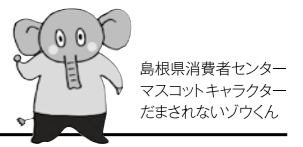
【後援】雲南市ウォーキング協会

【問い合わせ先】サンワーク木次

TEL 0854-42-9090

その他

くらしの消費生活窓口



偽物が届くインターネット通販トラブルで “代引き配達” の利用が増加しています!!

“公式通販サイト”、“正規品”と思って申し込んだはずが、届いた商品は「偽物」だったという相談が多く寄せられています。“代引き配達”の場合、宅配業者に代金を支払って荷物を受け取り、開封して初めて商品を確認することができるため、代金を支払う前に商品が「本物」か「偽物」かを確認することができません。少しでも怪しいと感じたら注文しないことが大切です。

「偽物」が届く通販サイトの特徴

- 販売価格が大幅に値引きされている。
- 通販サイトに記載されている日本語の字体、文章表現がおかしい。
- 販売業者の名称(会社名)、住所、電話番号などの情報が通販サイトに表示されていない。表示されていても虚偽だったり、無関係の情報である。
- 通販サイトで支払い方法が“代引き配達”しか選択できない。
- クレジットカード決済で注文したにもかかわらず、“代引き配達”に一方向的に変更される。
- “代引き配達”の送り状で、「依頼人」が販売業者の名称(会社名、サイト名)とは異なっている。

“代引き配達”の注意点

- 依頼人を確認し、依頼人に覚えがなければ受け取り拒否が可能です。
- 家族が代理で受け取る場合は、受取人に確認してから代金を支払って受け取るようにしましょう。
- 代引き配達でも宅配業者などに代金を支払った後は、宅配業者からの返金は困難です。
- 不安に思った場合や、トラブルが生じた場合は、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 TEL0854-40-1123 FAX0854-40-1039

障がい者の法定雇用率の引き上げ

【商工振興課】

TEL 0854-40-1052

民間企業における障がい者の法定雇用率が、令和6年4月以降、現行の2.3%から2.5%に引き上げられます。雇用義務対象となる企業・機関の従業員数は40・0人以上となります。

「共生社会」実現の理念の下、すべての事業者が法定雇用率以上の割合で障がい者を雇用する義務があります。

【問い合わせ先】ハローワーク雲南

TEL 0854-42-0751

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 TEL0854-42-1021 開館時間:10:00~18:00

10月の休館日 毎週月曜日、振替休館日:10日(火) 図書整理日:31日(火)

イベント情報 ☆よみかたりのじかん 5日(木) 14:30~ ☆はじめの一步の会のおはなし会 22日(日) 14:00~ (※要予約) ☆こども茶会 29日(日) 10:30~ (※要予約)

大東図書館 TEL0854-43-6131 開館時間:10:00~18:00

10月の休館日 毎週金曜日、9日(月・祝) 図書整理日:31日(火)

イベント情報 ☆おはなしたまごのおはなし会 1日(日) 11:00~ (※要予約) ☆おんぼら味噌の会 28日(土) 10:30~ (※要予約)



加茂図書館 TEL0854-49-8739 開館時間:10:00~18:00

10月の休館日 毎週木曜日、9日(月・祝) 図書整理日:31日(火)

イベント情報 ☆図書館まつり 14日(土) 10:00~ 古本市やおはなしチューリップたのしい絵本の会など ※詳しくはチラシに掲載しています。



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。

▼宮部みゆき「三島屋変調百物語⑨」▼きたかたけん三「チンギス紀⑩」▼近藤史恵「ホテル・カイザリン」▼重松清「カモノマイハウス」▼米澤穂信「可燃物」▼瀬尾まいこ「私たちの世代は」▼安部龍太郎「ふりさけ見れば⑪⑫」▼幡大介「大富豪同心⑳㉑」▼伊藤源太郎「約束した街」▼逢美澄「ルミネッセンス」▼吉本ばなな「はーばーらいと」▼くわがきあゆ「レモンと殺人鬼」▼こざわたまこ「教室のゴルディロックゾーン」▼高瀬隼子「いい子のあくび」▼藤岡陽子「リラの花咲くけものみち」▼硝子町玻璃「出雲のあやしホテルに就職します⑬」▼青山七恵「前の家族」▼ホリー・ジャクソン「卒業生には向かない真実」▼早瀬憲太郎 原作「咲む」▼林真理子「いいこと考えた!」▼酒井順子「本棚には裏がある」▼和田秀樹「感情的にならない気持ちの整理術」▼樋口恵子「老いの地平線」▼中貝宗治「なぜ豊岡は世界に注目されるのか」▼Curly Girl Rin「あなたのクセ毛を魅力に変える方法」▼佐野純子「左利きさんのためのはじめてのかぎ針編み」▼貴戸理恵「10代から知っておきたいあなたを丸めこむ『するい言葉』」▼鈴木裕介 編著「障害福祉に関する法律・支援・サービスのすべて」▼渡邊美砂「先生と保護者のための子どもアレ」▼ルギー大百科」▼巽一郎「100年ひざ」▼神田伯山「講談放浪記」▼「江戸楽」編集部編「手紙が語る歴史秘話」



INFORMATION

さくらおろち湖祭り2023

ステージイベント、各種出店、ダム見学会など

とき 10月15日(日) 10:00~15:00

ところ さくらおろち湖ボート競技施設

【問】さくらおろち湖祭り実行委員会事務局
(NPO法人さくらおろち内) Tel.0854-48-9050

男女共同参画セミナー

寸劇「どうする!?まりこさん ハラスメントを防ぐには?【動画】」を見て、ハラスメント防止について一緒に考えます。(要申し込み)

とき 10月24日(火) 14:00~15:40

ところ 三刀屋交流センター農事研修室

※テレビ取材・報道があります。

【問】男女共同参画センター Tel.0854-42-1767

雲南市戦没者追悼式

とき 10月25日(水) 13:30~14:30

ところ 三刀屋文化体育館アスパル

式典 黙とう、遺族代表追悼の辞、献花など

申し込み 一般参加の事前申し込みは不要です(遺族会員を除く)。

【問】健康福祉総務課 Tel.0854-40-1041

出雲農林高校さんによる移動動物園

移動動物園がコトリエットにやってくる!
かわいい動物たちとのふれあい体験もできます。

とき 10月29日(日) 10:00~14:30

ところ 三刀屋公園「第一広場」コトリパーク

【問】雲南市中心市街地活性化協議会 Tel.0854-45-0008

市内の秋祭り

掛合町 第38回 掛合町ふるさとまつり

むかで駅伝2023、掛合音頭、掛合太鼓揃い打ち、出店など

とき 10月8日(日) 9:00~13:00

ところ 掛合体育館周辺

【問】掛合町ふるさとまつり実行委員会
(掛合総合センター市民サポート課内) Tel.0854-62-0300

大東町 第41回 大東よいとこ祭

ステージイベント、テント村、文化展、各種大会など

とき 10月15日(日) 10:00~16:00

ところ 大東地域交流センター周辺

【問】大東よいとこ祭実行委員会
(大東総合センター自治振興課内) Tel.0854-43-8160

三刀屋町 第44回 みとやっこまつり

オープニングイベント、梅が香音頭踊り、ステージイベント、出店、作品展示など

とき 10月22日(日) 9:30~14:00

ところ 三刀屋文化体育館アスパル

【問】みとやっこまつり実行委員会
(三刀屋総合センター自治振興課内) Tel.0854-45-2111

吉田町 第19回 ななかまどフェスタ

ステージイベント、出店、作品展示

とき 10月29日(日) 9:30~15:00

ところ 吉田交流センター

【問】ななかまどフェスタ実行委員会
(吉田総合センター市民サポート課内) Tel.0854-74-0211

加茂町 第8回 加茂よっといで祭り

ステージ、マルシェ、キッズパーク、作品展示など

とき 11月5日(日) 10:00~15:00

ところ 加茂交流センター周辺

【問】加茂よっといで祭り実行委員会
(加茂総合センター自治振興課内) Tel.0854-49-8601

木次町 第41回 きすきがっしょ祭り

ステージイベント、テント市、作品展など

とき 11月5日(日) 10:00~14:00

ところ 木次小学校周辺

【問】きすきがっしょ祭り実行委員会
(木次総合センター自治振興課内) Tel.0854-40-1080

●市報うんなん No.227 2023年10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
TEL 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 35,254人 (-25人)

男性 17,059人 (-16人)

女性 18,195人 (-9人)

世帯数 13,564世帯 (-11世帯)

令和5年9月1日現在(先月比)

