



広報

# とくしま

## トピックス

- 保育所・認定こども園の利用申し込みの受け付けを開始(2面)
  - 徳島城博物館 特別展などを開催(3面)
  - インフォメーション(4~7面)
- おしらせ、イベント情報など

令和2年10月1日現在(前月比) 人口/252,235人(-92) 男/119,875人(-24) 女/132,360人(-68) 世帯数/120,861世帯(-9) 面積/191.39km<sup>2</sup>

## 新ホールの整備を知事に要望

～県市協調により早期実現を図る～



▲飯泉知事に要望書を手渡す内藤市長



▲市議会9月定例会で所信表明をする内藤市長



▲旧市立文化センター跡地(左)と県青少年センター(右)

9月11日、内藤佐和子市長は、飯泉嘉門知事を訪問し、徳島市が進めていた新ホール整備事業について、旧徳島市立文化センター跡地と、隣接する徳島県青少年センターの用地を一体化した県立ホールとして、県市協調での整備を要望しました。

内藤市長は9月10日に開会した市議会9月定例会の所信表明で、旧市立文化センター跡地での新ホール整備について、徳島県と徳島市が協調し、県立ホールとしての整備を飯泉知事に申し入れる考えを表明しました。内藤市長は「市民・県民の皆さんは、新ホールの早期整備を待ち望んでいる。しかし、本市の厳しい財政状況などを踏まえると、1日も早く新ホール整備を進めるためには、県に理解をいただいた上で、これまでの発想を大胆に転換し、実現への道筋をつけていく必要がある」と

述べました。

翌9月11日に飯泉知事を訪問し、「旧市立文化センター跡地と県青少年センターの用地を一体化し、県立ホールとして、これまでの計画を上回る県都にふさわしいホールの整備を県市協調で推進していただきたい。旧市立文化センター跡地の県名義の土地については、現状に異を唱えることはせず、本市が所有する用地の提供も含め、新ホールの整備費の一部を負担するとともに、隣接する県青少年センターの機能移転に最大限協力する」と要望内容を説明しました。

飯泉知事は「将来を展望した大胆で素敵な提案であり、県市協調のシンボルとなるよう期待したい。共に頑張っていきましょう」と応え、新ホールの整備へ新たなスタートを切りました。

【問い合わせ先】文化振興課(☎621-5178 ☎624-1281)

### City Event Topics 9月

13 [日] 古来のものづくりの技術を学ぶ



考古資料館で「石の矢じりをつくってみよう」を開催。子どもたちは、自分で作った矢を的へ飛ばし、古来の技術を感じる貴重な体験となりました。

19 [土] 花いっぱいの華やかな街へ



市内中心部で、とくしままちなか花ロードproject「花植え会」を開催。261人のボランティアが植樹帯や花壇にマリーゴールド約3万5,000株を植えました。

23 [水] 大漁旗で市の魅力を伝える



徳島市立高校美術部4人が内藤市長を表敬訪問。地域の魅力やビジョンを描く「日本各地を繋ぐ大漁旗プロジェクト」への応募作品の完成を報告しました。

26 [土] とくしま動物園来園者550万人達成



家族と訪れ、550万人目の来園者になった豊崎雄也さんは、記念式典で「普段体験できない獣舎内の見学もでき、娘たちも大変喜んでいました」と話しました。

# 令和3年度 保育所・認定こども園の利用申し込みの受け付けを開始



令和3年4月からの保育所・認定こども園などの利用申し込みの受け付けと面接を実施します。

## 【対象施設】

- ▶市立保育所 ▶市立認定こども園(保育所部分・幼稚園部分)
- ▶私立保育園 ▶私立認定こども園(保育所部分)
- ▶小規模保育施設 ▶事業所内保育施設

【申し込み方法】申込書(各保育施設、市役所南館2階子ども施設課で10月19日(月)から配布)、保育の必要性を証明する書類(就労証明書など)を直接、第1希望の施設または市役所南館2階子ども施設課(※)へ  
※子ども施設課での申し込みは、10月19日(月)以降に電話で予約(先着順)してください。

【受付期間】10月23日(金)～11月6日(金)

【受付時間・面接】▶第1希望の施設＝8:30～17:00(土曜午後と日曜・祝日を除く)※11月下旬以降に面接を別途、実施。

▶子ども施設課＝平日9:00～17:00※同時に面接(子ども同伴)を実施。  
※ソーレ保育園蔵本園(建設中)が第1希望の人は、11月4日(水)9:00～17:00に市役所2階201会議室で受け付けと面接(子ども同伴)を行います。

※私立認定こども園(幼稚園部分)は、申し込み受付期間などが各施設により異なるため、希望する施設に直接お問い合わせください。

## ■施設見学

今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市立保育所・市立認定こども園の施設内の見学を中止しています。代わりに、子ども施設課や市ホームページで施設の写真を閲覧



## ■令和3年4月から市立幼稚園7園で預かり保育時間の延長などを実施

助任・福島・千松・八万・国府・加茂名・川内北の7つの市立幼稚園で、家庭で保育ができない人を対象とする預かり保育時間を延長(7:30から受け入れ、18:00まで保育)します。

また、国府幼稚園で3歳児の受け入れを開始します。

※令和3年度市立幼稚園の利用申し込みは、広報とくしま11月1日号でお知らせします。

【問い合わせ先】学校教育課(☎621-5435 FAX624-2577)

## ■今後の施設の新設・移管など(予定)

### ■令和3年4月1日～

#### ▶保育園から認定こども園に移行

- ・みのり保育園(八万町法花)→同認定こども園(八万町犬山)
- ・とくしま健祥会保育園(八万町新貝)→同認定こども園(同所)

#### ▶保育園の新設

- ・すみよし保育園(住吉4) ・ソーレ保育園蔵本園(蔵本町3)

### ■令和4年4月1日～

#### ▶市立保育所を民間移管予定

- ・八万保育所、沖洲保育所を新たに整備する私立認定こども園に移管

#### ▶市立保育所から市立認定こども園に移行予定

- ・不動保育所→不動認定こども園に移行

できます。

※私立保育園などの見学については、直接施設にお問い合わせください。



各施設の受け入れ予定人数など詳しくは市ホームページをご覧ください。



【問い合わせ先】各保育施設、子ども施設課(☎621-5193、5292 FAX621-5036)

## 第3回合同公売会を開催

税負担の公平性の確保に向けて、税金の滞納で差し押さえた財産の公売会を徳島県・藍住町と合同で開催します。

テレビやパソコンなどの電子機器・オートバイ・楽器・絵画・映写機・家具など約80点の動産の公売を期間入札方式で行います。最低売却価額(見積価額)は、相場より低く設定するため、手頃な価格で購入しやすくなっています。どなたでも参加できます。

【とき】▶入札＝11月6日(金)～11月10日(火)各日9:00～16:00

▶落札結果発表＝11月13日(金)9:00

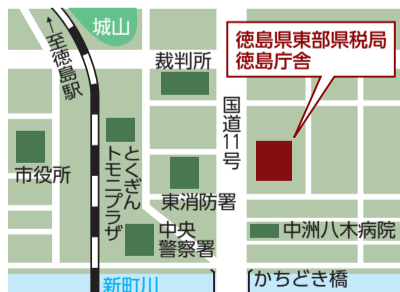
※落札者には落札のお知らせをお送りします。

▶代金納付および商品引渡し＝11月13日(金)9:00～16:00、

14日(土)・15日(日)各日9:00～12:00

【ところ】徳島県徳島合同庁舎東会議棟2階(新蔵町1)

※会場内にエレベーターはありません。また、同庁舎駐車場を利用できますが、台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。



【準備物】入札時＝▶入札する人の本人確認書類▶代理人が入札する場合は委任状▶未成年者の場合は親権者の同意書

代金納付および商品引き渡し時＝▶購入代金(現金のみ)▶落札のお知らせ▶受け取り人の本人確認書類

※新型コロナウイルス感染症予防のため、ご来場の際はマスクの着用、入場



時に検温および手指の消毒にご協力をお願いします。また、混雑時は入場制限をする場合があります。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、公売会を中止する場合があります。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



【問い合わせ先】納税課(☎621-5077・5078・5080 FAX621-5081)



ピックアップ

徳島城博物館 特別展「四国遍路と徳島藩」などを開催

四国遍路の八十八カ所霊場は江戸時代初期までに成立し、すべての霊場に存在する大師堂もこの時代に整備されました。さらに、庶民を四国遍路にいざなう案内記が出版され、空前の四国遍路ブームが巻き起こりました。



▲国指定重要文化財  
高野大師行状図巻(白鶴美術館蔵)  
※原本は11月14日(土)まで展示。

この時代、徳島において、遍路や霊場を支えたのは、徳島藩の人々と藩主蜂須賀家でした。

今回の特別展は、江戸時代の四国遍路史に焦点をあてており、四国遍路が修行の「辺路」から巡礼の「遍路」へと変化したことをわかりやすくご覧いただけます。

【会期】10月17日(土)～11月23日(祝)

【展示解説】10月18日(日)、11月7日(土)各日14:00～15:00

関連イベント.....

■講演会

【内容・とき】

▶第1回「江戸時代の遍路日記に見る阿波」(講師：愛媛大学教授 胡光さん)=11月8日(日)13:30～15:00

▶第2回「近世の札所寺院の存立基盤－五番札所地藏寺を事例として－」(講師：鳴門教育大学准教授 町田哲さん)=11月14日(土)13:30～15:00

▶第3回「四国遍路と徳島藩」(講師：徳島城博物館学芸員 岡本佑弥)=11月23日(祝)13:30～15:00

【定員】各50人(先着)

【申し込み方法】電話またはメールで、名前、電話番号、参加希望回を徳島城博物館へ

■遍路体験ウォーク「五カ所まいにチャレンジ」

徳島市内に所在する五カ所の四国霊場を実際に歩き、霊場や遍路道について学芸員と学ぶ。

【とき】11月22日(日) 9:10大日寺前集合、15:30頃井戸寺前解散

【定員】30人(抽選)

【受講料】500円(保険料などを含む)

【申し込み方法】10月31日(土)(必着)までに、はがきに「遍路ウォーク参加希望」と明記し、名前、住所、年齢、電話番号を書いて、徳島城博物館(〒770-0851 徳島町城内1-8)へ



▲第十七番札所 井戸寺



【開館時間】9:30～17:00(入館は16:30まで)

【休館日】毎週月曜日、祝日の翌日※11月23日は開館。

【入館料】大人500円(300円)、高校・大学生300円(200円)、中学生以下無料 ※特別展開催中のため、特別料金となります。( )は通常料金。

【問い合わせ先】徳島城博物館(☎656-2525 ☎656-2466)

考古資料館のイベント

◆秋季企画展記念講演会

「城を攻める・守る―戦国時代の阿波と城郭―」.....

12月27日(日)まで開催している秋季企画展「徳島市の遺跡Ⅶ―宮城跡」を記念した講演会。戦国時代の阿波の様相を文献から読み解く。

【とき】10月31日(土)14:00～16:00

【定員】40名(先着)

【講師】四国大学文学部教授 須藤茂樹さん

◆とくしま好古楽倶楽部

「戦国のカブトをつくってみよう」.....

工作用紙などを使って戦国時代のカブトを制作。

【とき】11月8日(日)13:00～16:00

【定員】20名(先着)



◆レキシ・フォト・トクシマ「徳島藩主蜂須賀家墓所」.....

徳島ヴォルティスオフィシャルカメラマンの上野照文さんを講師に迎え、蜂須賀家の万年山墓所を見学しながら、風景写真の撮影テクニックを学ぶ。

【とき】11月15日(日)13:00～15:00

【定員】20名(先着)

【準備物】カメラ(スマートフォンでも可)、歩きやすい靴、動きやすい服装



【対象】小学生以上(小学生は保護者同伴) 【費用】無料

【申し込み方法】電話または直接、考古資料館へ

詳しくは、お問い合わせください。

【問い合わせ先】考古資料館(☎637-2526 ☎642-6916)

はこらいふ図書館のイベント

◆図書館まつり.....

秋の読書週間にちなみ、図書館まつりを開催。※申し込み不要。

【とき】10月27日(火)～11月9日(月)

【内容】▶自宅で楽しめる電子図書館やナクソス・ミュージック・ライブラリー(無料音楽配信サービス)の紹介展示▶ベートーヴェン生誕250年をテーマとした資料展示―などさまざまなイベントを開催

◆ブックスタートのボランティア養成講座.....

ブックスタートのボランティア活動についての説明と鳴門教育大学の余郷裕次さんによる講演。

【とき】11月8日(日)14:00～16:00

【定員】24人(先着)



◆図書館資料片手に街角散歩

～万年山・もうひとつの蜂須賀家墓所を訪ねて～.....

観光ガイドから蜂須賀家墓所に関する説明を聞きながら、万年山遊歩道を歩く。

【とき】11月15日(日)13:30～15:30

【ところ】佐古五番町バス停集合

【定員】7人(先着)



【申し込み方法】電話または直接、はこらいふ図書館へ

上記以外にもイベントを開催しています。詳しくは、はこらいふ図書館ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】はこらいふ図書館(☎654-4421 ☎654-4423)



# 掲示板

INFORMATION

## お知らせ

### 国保・後期高齢者医療・介護の保険料を減免

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が減少し、納付が困難な国民健康保険、後期高齢者医療保険および介護保険の保険料を減免します。

**【対象保険料】**令和2年2月1日から令和3年3月31日までの間に普通徴収の納期限(公的年金からの特別徴収の場合は、対象年金の支払日)が設定されている保険料※減免額は該当要件によって異なります。

対象者や申請方法など、詳しくは市HPをご覧ください  
お問い合わせください。

問▶国民健康保険・後期高齢者医療保険＝保険年金課(☎621-5157 ☎655-9286) ▶介護保険＝(☎621-5581 ☎624-0961)

### 水道局本庁舎を解体

工事の予定期間は10月26日(月)から令和3年3月中旬(予定)までです。

期間中は、市役所庁舎北側からの車両の乗り入れはできません。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をよろしくお願い致します。

問上下水道局水道整備課(☎623-5692 ☎623-1665)

### 資源ごみの集団回収をご利用ください

新型コロナウイルス感染症の影響で、自宅で過ごす時間が増えています。片付けなどで出た資源ごみを処分する際は、町内会や子ども会などが行っている集団回収を積極的にご利用ください。※回収



団体は、感染症対策を行った上で活動してください。

また、新たな団体の登録を随時受け付けています(回収量に応じて奨励金を交付)。

詳しくは市HPをご覧ください  
お問い合わせください。

問市民環境政策課(☎621-5202 ☎621-5210)

### ひょうたん島クルーズ 新ルートの試験運行



新町川・阿波製紙水際公園ポートハウス前棧橋、万代中央ふ頭棧橋、南末広棧橋、マリニピア沖洲棧橋の4カ所を周遊船で巡る新ルートの試験運行を行います。

日▶10月25日(日)9:00～16:50(120分間隔で運行)場各棧橋  
¥500円(1日乗り放題、保険料込み)

各棧橋における発着時刻など、詳しくは市HPをご覧ください。

問まちづくり推進課(☎621-5269 ☎621-5273)

### 農業経営収入保険をご存知ですか

農業経営収入保険は、自然災害や価格低下だけでなく、農業者の経営努力では避けられない収入減少を総合的に補償します。

加入要件など、詳しくは徳島県農業共済組合へお問い合わせください。

問徳島県農業共済組合(☎622-7731 ☎622-4315)



### 浄化槽法定検査を実施

浄化槽を設置している場合は、業者が行う保守点検・清掃とは別に、年1回の法定検査を受ける義務があります。

11月2日(月)～17日(火)に、徳島県知事指定検査機関である徳島県環境技術センターの職員が浄化槽の検査に訪問(事前に通知文を送付)しますので、ご協力をお願いします。

問徳島県環境技術センター(☎636-1234)

### 行政相談週間

10月19日(月)～25日(日)は行政相談週間です。

「コロナに関する支援策を知りたい」、「どこに相談して良いかわからない」など、行政に関するお困りごとをお気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

問総務省行政相談センターきくみみ徳島(☎654-1531 ☎655-5158)

### 成年後見制度の無料相談

日▶弁護士相談＝11月11日(水)、12月9日(水)各日13:00～16:00(要予約)▶一般相談＝土・日・祝日を除く毎日8:30～17:00

場成年後見支援センター(沖浜東) 問成年後見支援センター(☎679-4100 ☎625-4377)

### 徳島城博物館臨時休館

特別展の開催準備のため、10月16日(金)は臨時休館します。

問徳島城博物館(☎656-2525 ☎656-2466)

### 譲ります・譲ってください

**【譲ります】**品名(保有年数)▶ペダルなし子ども用自転車(4年)▶ひな人形3段※幅76㌢×奥行44㌢×高さ54㌢(10年)▶おむつ専用ごみ箱(7年)

**【譲ってください】**▶電動自転車▶

### コンパクトミシン

申10月23日(金)(消印有効)までに、はがきに〈希望の品(1点のみ)/住所/名前/電話番号〉を書いて、消費生活センター(〒770-0834 元町1-24 アミコビル3階

☎625-2326 ☎625-2365)へ

10月26日(月)に抽選を行い、当選者にご連絡します。

### 募集

### 市民病院看護師 (会計年度任用職員)

徳島市民病院で、看護業務、診療補助業務などに従事する会計年度任用職員(3交替勤務)を募集しています。



**【任用期間】**令和3年3月31日まで(更新あり)

**【給与】**月額22万4,643円～29万7,155円(時間外勤務手当や夜勤手当などあり)

**【募集人数】**10人程度

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

詳しくは同病院HPをご覧ください。  
問市民病院総務管理課(☎622-9323 ☎622-5313)

### 小中学校支援助教員 (会計年度任用職員)

特別支援学級や通常学級で担任の補助業務に従事する学校支援助教員を募集します。

**【任用期間】**令和3年4月1日～令和4年3月31日(更新あり)

**【勤務時間】**平日8:30～17:00  
対小学校・中学校・高等学校・養護教諭いずれかの教育職員普通免許状を持つ人または3月までに取得見込の人

申10月19日(月)～11月20日(金)(消印有効)までに申請書(市HPからダウンロード可)を郵送または

### 固定資産税・都市計画税を軽減

新型コロナウイルス感染症の影響で厳しい経営環境にある中小企業などに対し、売上高の減少割合に応じて、所有する事業用家屋および償却資産に係る令和3年度固定資産税・都市計画税の軽減措置を行います。

対本市に事業用家屋および償却資産を所有し、新型コロナウイルスの影響で令和2年2月から10月までの連続する3カ月の事業収入が、前年同月比30%以上減少している中小企業など

申認定経営革新等支援機関などの認定を受けた後、令和3年1月4日(月)～31日(日)(消印有効)までに、申告書(市HPからダウンロード可)などの必要書類を原則郵送で、資産税課(〒770-8571 幸町2-5)へ※持参の場合は令和3年1月29日(金)17:00まで。

詳しくは市HPをご覧ください。

問資産税課(☎621-5072・5074 ☎623-8115)



### 宝くじの助成事業で地域活動備品を整備

財団法人自治総合センターは、宝くじの受託事業収入を財源に、コミュニティ組織の活動を助成する社会貢献広報事業を実施しています。徳島市ではこの事業により、令和2年度に地域活動備品と阿波おどり備品、防災資機材(下写真)を整備しました。



▲地域活動備品



▲阿波おどり備品



▲防災資機材

問市民協働課(☎621-5510 ☎621-5511)、観光課(☎621-5232 ☎621-5457)、防災対策課(☎621-5527 ☎625-2820)

直接、市役所11階学校教育課(〒770-8571幸町2-5)へ  
詳しくは市HPをご覧ください。  
☎学校教育課(☎621-5412 FAX624-2577)

### 小学校外国語教育サポーター(ボランティア)



小学校で実施する外国語活動・外国語科で、担任の補助をするボランティアを募集します。

**【活動期間】**令和3年5月～令和4年2月※週1回程度。

☑中学校または高等学校の英語教員免許状を持つ人※免許状がなくても相当の英語指導力がある人でも可。

☑11月2日(月)～20日(金)に申請書(市HPからダウンロード可)を郵送または直接、市役所11階教育研究所(〒770-8571 幸町2-5)へ

詳しくは市HPをご覧ください。☎教育研究所(☎621-5432 FAX624-2577)

☎教育研究所(☎621-5432 FAX624-2577)

### コロナ禍で頑張っている人へのメッセージ

医療・介護従事者や身近な家族などに向けた感謝のメッセージを募集します。メッセージはふれあい健康館や市HPで公開します。



**【応募方法】**11月15日(日)までに、メールまたは郵送で地域包括支援

センター(〒770-0847 幸町3-77)へ※市役所南館1階高齢福祉課、ふれあい健康館などに応募ボックスを設置しています。



詳しくは市HPをご覧ください。  
☎徳島市地域包括支援センター(☎624-7775)、徳島市社会福祉協議会(☎625-4356)

### 市民菜園の利用者

作付けから収穫までの管理や道具・苗などの用意を自分で行う、市民菜園の利用者を募集しています。

菜園名	問い合わせ先
日開ふれあい菜園(国府町日開108-1)	小林 哲夫(☎090-7142-5876)
論田さわやか農園(論田町本浦中73-1)	浦川 實(☎662-1368)
しらす菜園(下町南丁30-1)	農林水産課(☎621-5246)
ベジタブルランド府中(国府町府中宇尼木424-1)	坂井 幸子(☎090-2785-9085)

☑市内在住で、農家でない人  
希望する菜園へ直接ご連絡ください。詳しくは市HPをご覧ください。



☎農林水産課(☎621-5246 FAX621-5196)

### 催し

#### エンジョイ・イングリッシュ

外国人の先生による英語の絵本の読み聞かせや歌、ゲームなど。

☎10月18日(日)10:00～10:50  
場とくぎんトモニプラザ2階小体育室☑小学生以下(幼児は保護者同伴)

☎徳島市国際交流協会(☎622-6066 FAX624-3169)

#### 徳島ヴォルティスホームゲーム

☎10月17日(土)=ヴァンフォーレ甲府戦▶10月25日(日)=アルビレックス新潟戦——各日14:00

### イベントニュース58 ひょうたん島川の駅連絡会

イベント名	とき	ところ	内容・参加費など	申し込み・問い合わせ先
SunSunマーケット	10月18日(日) 10:00～15:00	新町川・阿波製紙水際公園	農産物や海産物、特産加工品、そう菜などを販売。	チャレンジサポーターズ(☎070-5350-9033)
とくしまマルシェ	10月25日(日) 9:00～14:00	しんまちボードウォーク周辺	テーマは「鳴門&美郷フェア!」。約50のパラソルが軒を連ねる産直市。	とくしまマルシェ事務局(☎FAX678-2117)
ジャパンコーヒーフェスティバル2020 in徳島・アキアチッタ	10月23日(金) 17:00～21:00 10月24日(土) 12:00～21:00 10月25日(日) 10:00～17:00	万代中央ふ頭	四国初開催! 県内外のコーヒー屋さんの渾身の一杯を味わいながら、水辺でゆっくりと過ごしましょう。前売り券:1,200円 当日券:1,500円(飲み比べサイズ3杯分)	アキア・チッタ(☎FAX679-8001)
活徳島県産「秋の伊勢海老祭り」	10月25日(日) ▶物産館=10:00～17:00 ▶レストラン=11:00～20:00	徳島新鮮なとく市(東沖洲2丁目沖洲マリントーナール西)	物産館:伊勢海老販売(1尾1,000円から) レストラン:ハーフサイズ伊勢海老天丼(980円) ほか	徳島新鮮なとく市(☎676-2266)
水際コンサート	10月30日(金) 18:00～	新町川・阿波製紙水際公園ポートハウス前	音楽演奏とともに川を楽しみましょう。	新町川を守る会(☎090-3783-2084 FAX623-2707)
サンセットクルーズ	10月～11月の毎日16:30～ ※11月は16:00～	新町川・阿波製紙水際公園ポートハウス前	吉野川から望む夕暮れの大パノラマと新町川を彩るLEDアートを鑑賞する約1時間のクルージング(2人から受け付け可)。参加費は3,000円。※潮位、天候により欠航あり。	前日17:00までにツーリズム徳島(☎090-2784-6416)

キックオフ場鳴門・大塚スポーツパーク ポカリスエツスタジオム  
☎企画政策課(☎621-5085 FAX624-0164)

### 講座・教室

#### 徳島ガラススタジオ とんぼ玉教室

卓上バーナーを使ってとんぼ玉を作る。

☎▶11月教室=10月27日(火)、11月10日(火)・17日(火)▶12月教室=11月24日(火)、12月8日(火)・15日(火)※各教室、午前クラス(10:00



～12:00)と午後クラス(14:00～16:00)の2クラス。場シビックセンター☑18歳以上の人員各8人(先着)¥3,660円(市外の方は4,026円)※材料代3,000円程度別途必要。

詳しくは同スタジオHPをご覧ください。  
☎徳島ガラススタジオ(☎669-1195 FAX669-1221)



### 在宅医療廃棄物の処分に関するリーフレットを作成しました

医療機関の協力を得て、在宅医療で不要になったものの安全な廃棄方法を定め、リーフレットを作成しました(病院や薬局などで配布)。

**【処分方法例】**▶収集や手選別の際にけがや感染の可能性が高い注射器などはかかりつけ医へ▶針なしチューブや透析バックなどは燃やせるごみへ

リーフレットや市HPを参考に、適切な処理にご協力をお願いします。

☎市民環境政策課(☎621-5202 FAX621-5210)



### シビックセンター文化講座 無料おためし体験

同センターで次の講座を無料で体験できます。日程などは下表のとおり。

曜日	講座名	開催日時	定員(先着)
月曜日	書道を楽しむ	11月2日 10:00～12:00	5人
	墨絵・彩墨画	11月9日 10:00～12:00	5人
	アメリカンフラワー	11月9日 13:30～15:30	5人
	美容・健康・美顔ヨガ	11月2日 18:00～19:30	5人
水曜日	俳句A	11月11日 10:00～12:00	5人
	俳句B	11月11日 13:30～15:30	5人
	藍染・草木染教室	11月25日 10:00～12:00	5人
	美しく踊ろう 若返りのハワイアンフラ	11月11日 13:30～14:30	10人
木曜日	パソコン水曜コース	11月4日 13:30～15:30	5人
	パソコン木曜コース	11月5日 13:30～15:30	5人
	織物教室	11月12日 13:00～16:00	5人
	エアロビックダンス	11月5日 10:30～12:00	5人
	笑いヨガ・整体	11月5日 15:00～16:30	2人
金曜日	太極拳・気功・ヨガ	11月13日 10:00～12:00	5人
	自力整体A	11月6日 13:30～15:00	3人
	自力整体B	11月6日 15:15～16:45	1人
土曜日	暮らしに活かせる書道・ペン習字	11月6日 13:30～15:30	5人
	阿波踊りぞめき教室	11月6日 18:30～20:00	5人
日曜日	洋画A	10月31日 13:00～15:00	5人
	洋画B	10月31日 15:00～17:00	

☎電話または直接、同センター事務所へ  
講座の内容や準備物など、詳しくは同センターHPをご覧ください。




☎シビックセンター(☎626-0408 FAX626-0833)

講座・教室

販路拡大支援セミナー

オンラインショップ運営のノウハウと実例を学ぶセミナー。

日 11月20日(金)14:00～16:30  
 場 産業支援交流センター(アミコビル9階) 市内に主たる事業所を置く中小企業または個人事業主 12人(先着)  
 申 電話、ファクス、メールで中小企業診断士会(☎☎655-3730)へ

詳しくは市HPをご覧ください。 


問 経済政策課(☎621-5225 ☎621-5196)

ふれあい健康館 コミカレ短期講座

日 ▶ ベビーとママのファーストサイン(全4回) = 11月10日(火)・24日(火)、12月8日(火)・22日(火)各日13:30～15:00 ▶ 親子ふれあいベビーマッサージ(全3回) = 11月12日(木)・27日(金)、12月10日(木)各日10:00～11:30 ▶ クリスマス柄ポーセラーツ皿作り = 11月14日(土)10:00～12:00 ▶ ベビースキンケア教室 = 11月17日(火)13:30～15:00 ▶ 大人のコーヒー講座世界のコーヒー = 11月29日(日)①10:00～11:30 ②13:30～15:00 ▶ 産後のための骨盤ケア(全3回) = 11月30日(月)、12月7日(月)・14日(月)各日①

10:00～11:00②11:30～12:30


申 講座開始日の10日前までに電子申請または、はがき(1枚1講座)に住所/名前/性別/年齢/電話番号/希望の講座名を記入し、ふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16)へ

詳しくは同館HPをご覧ください。 

問 ふれあい健康館(☎657-0194 ☎657-0189)

とくしま植物園の教室

日 ▶ ドライフラワーアレンジメント教室 = 11月20日(金)10:00～12:00 ▶ 雑草いけばな教室 = 11月22日(日)10:00～12:00 ▶ フラワーアレンジメント教室(クリスマス特別教室) = 11月25日(水)13:30～15:30 ▶ サタデー☆サンデー教室ドライフラワーアレンジメント教室 = 11月29日(日)10:00～12:00 市内在住・在勤・在学の人

申 10月25日(日)(消印有効)までに、同園HPから申し込みいただくか、ファクス、はがきに(教室名/住所/名前/電話番号/市外の人には勤務先名または学校名)を書いて、とくしま植物園緑の相談所(〒771-4267 渋野町入道45-1)へ 



詳しくは同園HPをご覧ください。  
 問 とくしま植物園(☎636-3131 ☎636-3132)

健康

のぼそう!! 健康寿命教室を開催

「バランス食で健康に長生き!」をテーマに、実際に食材などを手に取りながら、毎日の食事を見直します。

日 11月5日(木)10:00～11:00  
 場 ふれあい健康館2階調理実習室  
 対 介護保険認定を受けていない65歳以上の市民 20人(先着)  
 申 電話で保健センターへ  
 問 保健センター(☎656-0534 ☎656-0514)

ブルーライトウォーキングを開催



世界糖尿病デーに合わせてブルーライトウォーキングを開催。

日 11月13日(金)18:30～20:00  
 場 ふれあい健康館1階ホール 対 医師から運動制限を受けていない市民 30人(先着) 準 タオル、動きやすい服装・靴、水分補給用飲料  
 申 電話で保健センターへ  
 問 保健センター(☎656-0534)

☎656-0514)

若い世代の血糖測定を開催

自己血糖測定、健康相談、栄養相談などを実施。

日 11月20日(金)、12月8日(火)・24日(木)各日12:30～14:00※いずれか1日のみで1人30分程度。場 ふれあい健康館2階健康相談室 対 健診を受ける機会のない20～39歳の市民  
 ※過去の健診結果や出産経験がある人は母子健康手帳をお持ちください。

問 保健センター(☎656-0534 ☎656-0514)


がん検診を受けましょう

10月は、がん検診受診率50%達成に向けた受診促進月間です。

◆大腸がん・前立腺がん  
 12月20日(日)(休診日を除く)まで、市内の委託医療機関で実施。

◆乳がん・子宮頸(けい)がん  
 令和3年3月31日(水)(休診日を除く)まで、県内の委託医療機関で実施。



詳しくは市HPをご覧ください。 

問 保健センター(☎656-0530 ☎656-0514)


訪問型産後ケアを実施

助産師が訪問し、産後の健康管理、授乳指導、育児方法などの相

とくぎんトモニアリーナ スポーツ教室&文化講座

スポーツ教室と文化講座の受講生を募集します。

曜日	講座名	
月	親子体操ヨチヨチコース	やさしく始めるジュニア卓球A
	テニスA 初心者	
火	親子エンジョイ器械体操	健康ヨーガ
	はじめてバレーボール	ソフトテニスA(初心者～初級)
	四季のガーデニング	
水	バドミントン(初級～中級)	ハツラツラーズボール卓球(初心者～初級)
	親子スポーツ	
木	バレーボール(中級)	はじめてバドミントン
	ハツラツ簡単ダンスリズム	やさしく始めるジュニア卓球B
	アロマテラピー講座(3回コース)	ベビーとママのファーストサイン講座
	大人アロマ講座	
金	親子ステップアップ体操	ダイエットエアロ
	これから始めるハツラツヨーガ	ベビトレヨガ A・B
	大人メイク講座	テニスT(中級～上級)

受講資格や申し込み方法など、詳しくは徳島市体育振興公社HPをご覧ください。 

問 徳島市体育振興公社(☎654-5188 ☎652-9383)

ウォーキングイベントを開催

歩くことは健康づくりの基本です。正しく行うことで生活習慣病やメタボ予防効果、血管・脳・筋肉・骨の若返り効果も期待できます。インストラクターがサポートしますので、安心してご参加ください。

◆野外ウォーキング&スロージョギング(全3回)  
 日 11月4日(水)・11日(水)・18日(水)各日10:00～11:00※雨天時は屋内で開催。場 ふれあい健康館 15人(先着) 対 全日程に参加でき、医師から運動制限を受けていない市民※今年度の同教室に参加した人は除く。準 運動しやすい服装・靴、飲み物、バスタオル2枚、レジャーシート、リュックサック

申 電話で保健センターへ  
 問 保健センター(☎656-0534 ☎656-0514)

◆青空健康ウォーキング(全4回)  
 日 ▶ 11月コース = 4日(水)・5日(水)・11日(水)・12日(水) ▶ 12月コース = 2日(水)・3日(水)・9日(水)・10日(水) — 各日10:00～11:30※雨天時は順延。場 とくぎんトモニアリーナ(徳島市立体育館)集合 各コース20人(先着) 対 全日程に参加でき、医師から運動制限を受けていない市民 準 タオル、飲み物

申 電話で保健センターへ  
 問 保健センター(☎656-0534 ☎656-0514)、とくぎんトモニアリーナ(☎654-5188 ☎652-9383)

談を行います。

- 本市に住民登録している産後1年未満の母と子(1回の出産につき1回限り)※滞在先が県外の場合は利用不可。● 無料(乳房マッサージを実施した場合は2,000円)
- 電話で一般社団法人徳島県助産師会(☎090-6887-3065 平日10:00~15:00)へ
- 保健センター(☎656-0532 ☎656-0514)

### 国民健康保険の 特定健康診査を実施

- 12月20日(日)まで● 受診券に同封している医療機関一覧表をご覧ください● 徳島市国民健康保険に加入している昭和21年4月1日~昭和56年3月31日生まれの人● 1,000円● 受診券、徳島市国民健康被保険者証
- ◆ 健康づくりで商品券が当たる
- 受診券に同封している応募用紙に、今年度受診したがん検診の受診日などを記入して、12月31日(木)(消印有効)までに送付していただくと、抽選で商品券(1,000円

分)を呈示します。

- 保険年金課(☎621-5159 ☎655-9286)



11月の講座やイベントについては、市HPをご覧ください。相談業務については、各施設で随時受け付けていますのでご利用ください。詳しくは各担当課までお問い合わせください。

- 親子ふれあいプラザ、子育て安心ステーション
- 子育て支援課(☎621-5192 ☎655-0380)
- 商店街子育てほっとスペース「すきっぷ」
- 経済政策課(☎621-5225 ☎621-5196)
- 在宅育児家庭相談室
- 子ども施設課(☎621-5195 ☎621-5036)

## 徳島市からの情報を発信中

徳島市では、さまざまな媒体を通じて市政やイベントなどの情報を随時発信しています。ぜひ、ご活用ください。

- ◆ テレビ広報番組「トクシマ便り」
  - ▶ 四国放送=毎月第3火曜日「ゴジカル!」(16:50~)内※5分間
- ◆ ケーブルテレビ広報番組「徳島市NOW」
  - ▶ ケーブルテレビ徳島=毎週月曜から日曜までの1日2回(10:00~、18:00~)※15分間
  - ▶ 国府町CATV=毎週金曜・土曜の1日6回(8:00~、11:00~、14:00~、16:30~、20:30~、23:30~)※15分間
- ◆ ラジオ広報番組「徳島市通信」
  - ▶ エフエム徳島=毎週金曜8:40~※3分間
  - ▶ エフエムびざん=毎週木曜・金曜8:15~※3分間
- ◆ データ放送

ケーブルテレビ徳島のデータ放送サービスを活用して発信しています。24時間いつでも情報を見ることができます。

**【視聴方法】**①デジタルテレビのリモコン11ボタンで、ちゃんねるトクシマ(111ch)を選曲する②リモコンの「dボタン」を押す③データ放送が表示されたら「市町村の生活情報」を選択する

### ◆ ソーシャルメディア

公式フェイスブックやツイッター、ライン、ユーチューブを活用して発信しています。皆さん、ぜひ「いいね」や「フォロー」をお願いします。SNSなどのご利用は、下の二次元コードからアクセスしてください。



【問い合わせ先】広報広聴課(☎621-5091 ☎655-9990)

## 11月の 無料 相談

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

■ 生活の相談 ■ ところの相談 ■ からだの相談 ( )内は対象

### 暮らしの相談(市内在住の人)

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

弁護士相談(注1)	毎週水曜、13日(金) (予約制)	13:00~16:00
公証人相談(相続・遺言など)	17日(火)	13:00~16:00
司法書士相談(注2)	休止中	
行政書士相談	毎週火曜	10:00~12:00
社会保険労務士相談(年金相談)	12日(木)	13:00~16:00
土地家屋調査士相談	5日(木)・19日(木)	10:00~12:00
不動産相談	12日(木)	10:00~12:00
	24日(火)	13:00~16:00
住まいづくり相談	26日(木)	10:00~13:00
行政相談委員相談(注3)	2日(月)	13:00~15:00
交通事故相談	毎週月・水・金曜	9:00~15:30
心配ごと相談(家庭の悩みなど)	毎週月~金曜	8:30~17:00

(注1)弁護士相談は予約制で11月4日(火)8:30から電話で予約を受け付けます(先着)。弁護士相談実施日は11月11日・13日・18日・25日、12月2日(各日6人で1人30分以内)です。  
(注2)司法書士相談は、再開が決まり次第ホームページなどでお知らせします。  
(注3)行政相談委員相談は、11月18日(火)13:00~15:00、ふれあい健康館1階相談室でも実施します。

### 女と男生き方相談(市内在住・在勤・在学の人)

◆ 女性センター(アミコビル4階) ☎624-2613 ☎624-2612

一般相談・カウンセリング [電話・面談(要予約)]	10:00~12:00、12:45~18:00 (受け付けは17:00まで) [休]日曜、火曜、木曜、年末年始	
夜間相談 [電話、面談ともに要予約]	4・11・18日(木) 6・13・20日(金)	18:00~20:00

※無料託児あり(1歳~就学前)。3日前までに要予約

### 人権相談(市内在住の人)

◆ 人権推進課相談室(市役所2階) ☎621-5040-5169 ☎655-7758

人権擁護委員による人権相談	17日(火)	13:30~16:00
---------------	--------	-------------

### 消費生活相談(徳島市、石井町、神山町、佐那河内村内在住の人)

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

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

### からだの相談(市内在住の人)

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

[要予約] ※母子相談のみ ☎656-0532

健康相談・COPD予防相談・ 禁煙支援相談	10日(火)	13:00~15:00
もの忘れ予防相談	18日(木)	9:30~11:30
歯科医師相談	19日(木)	13:00~15:00
糖尿病予防相談	25日(木)	14:30~16:30

※相談時間は1人30分程度。

### ■ 保健師による相談

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

### ■ 管理栄養士による相談

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

### ■ 健康運動指導士による相談

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



# 介護とあなたの人生、どっちも大事です！ 一人で抱え込まない介護をめざして

高齢化が進み、介護を必要とする人が増えるにつれ、家族の介護負担が深刻な問題となっています。全ての介護を一人でこなそうと頑張りが過ぎると、気づかぬうちに疲れきってしまいます。今号では、介護と自分の生活をうまく両立させるためのポイントをご紹介します。

## 日頃から家族と話し合う

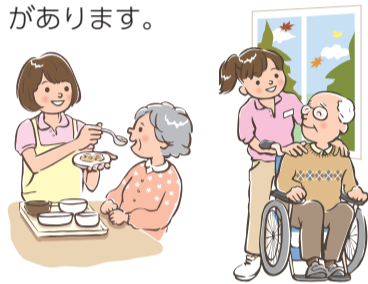
介護が必要となったときにどのような生活を望むのか、そのための家族の役割分担について、元気なうちから話し合っておくことが重要です。

また、他の家族や近所などの協力が得られるよう、良好な関係を築くことも大切です。

## 介護保険サービスを利用

一人での介護は時間的にも体力的にも大変です。介護保険サービスの利用は介護の負担軽減やストレス緩和につながります。

介護保険サービスには、ヘルパーが自宅を訪問し、身体介護や生活援助など日常のサポートを行う「訪問介護」や、日帰りで施設に通い、食事や入浴の介護・機能訓練を受ける「通所介護」など在宅で利用できるサービスのほか、介護保険施設に入所して受ける「施設サービス」があります。



また、自宅の生活環境を整える方法として、歩行器などの福祉用具レンタルや住宅改修もあります。

なお、サービスを受けるにはまず要介護認定の申請が必要になります（左下枠参照）。

詳しくは市ホームページをご覧ください。



## ■ケアマネジャーに相談

ケアマネジャーは、要介護者や家族の希望を聞きながら、介護保険サービスを利用するためのケアプランを作成します。家族介護の悩みや不安が生じたら、その都度相談しましょう。

## 勤務先の支援制度を利用

お仕事をされている場合は、職場に「家族の介護を行っていること」を伝えておきましょう。

また、介護休暇など、仕事と介護の両立支援制度(勤務先により異なります)を必要に応じて上手に利用しましょう。

## 介護ストレスを溜めない

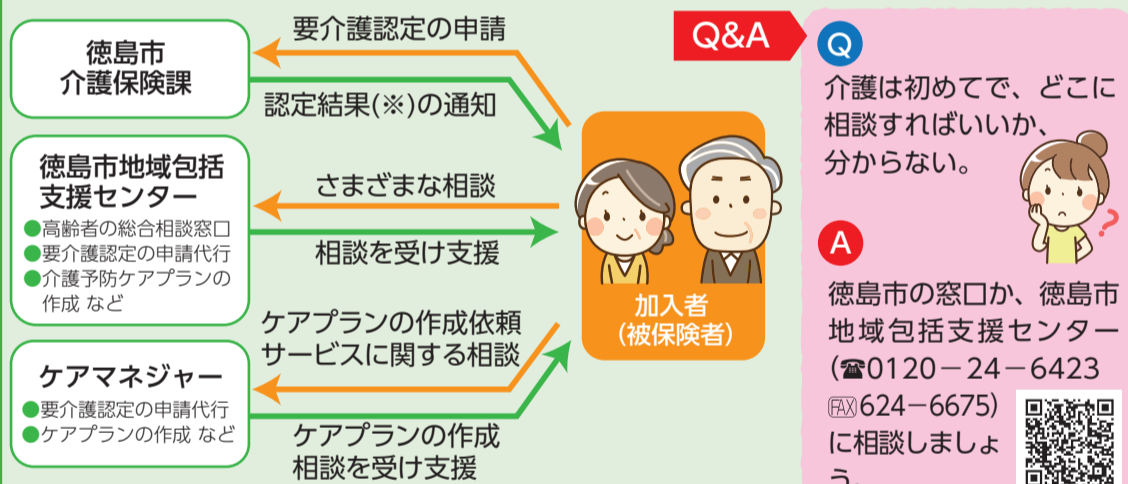
介護者の健康や生活も同じように大切です。介護のストレスを軽減する主なポイントをご紹介します。できることから取り組んでみてください。

- ▶ 介護を深刻にとらえすぎない
- ▶ 自分の時間を確保する
- ▶ 運動などで気分を変える
- ▶ 気楽に相談し合える介護仲間をつくる



介護は一人で抱え込まないことが何より重要です。上手に支援制度を利用し、周囲の協力を得ながら、介護も自分の人生も充実していきましょう。

## 介護保険サービスを利用するまでの流れ



(※)認定調査や介護認定審査会の審査等を経て決定されます。  
【介護保険に関する問い合わせ】介護保険課(☎621-5581 ☎624-0961)

## ●鶯先生に聞きました

介護保険の福祉用具(手すりなど)や住宅改修を上手に利用して、介護の負担を減らしながら、高齢者の自立を支援してみませんか。

例えば、おむつを使用している人でも残存能力があれば、ベッドの配置を変えたり手すりを設置したりすることでポータブルトイレの使用を目指します。さらには廊下の段差をなくすなどして、トイレに移動しての排泄を目指します。排泄動作が自立することは大変嬉しいことです。また、家族で旅行に行くなど楽しい目標を話し合っておくことも本人のやる気を出すために重要です。

改善の可能性やリハビリすべき点を知るため、まずは医師や医療スタッフに見てもらおうか、ケアマネジャーに相談しましょう。



公益社団法人  
徳島県理学療法士会  
会長 鶯 春夫さん

【問い合わせ先】高齢福祉課(☎621-5574 ☎624-0961)

## 家族介護教室 市民公開講座 第1弾!

本日より  
放送開始!!



「最期まで自分らしく生きる～あなたはどうか逝きたいか?見送りたいか?～」をテーマにした講演をケーブルテレビで放送します。

自分らしい最期を迎えるためには、家族に伝えておかなければならないことは何かなど、考えるきっかけにしてみませんか。  
【講師】日本尊厳死協会副理事長・長尾和宏さん

【放送日時】各2時間程度

### ■テレビトクシマ

- 10月15日(休)13:00～、20:00～
- 10月17日(土)15:00～
- 10月18日(日)11:00～

### ■国府町CATV

- 10月21日(休)・22日(休)
- 各日 6:30～、9:30～、12:30～、15:00～、19:00～、22:00～