



とくしま

K O H O T O K U S H I M A

(ホームページ) <http://www.city.tokushima.tokushima.jp/>
 (携帯) <http://www.city.tokushima.tokushima.jp/i/>

No.772

2007 12月 1日

平成19年11月1日現在

(前月比)
 人口 260,466人 (+1)
 男 123,912人 (+15)
 女 136,554人 (-14)
 世帯数 110,103世帯 (+87)
 面積 191.39km²



毎週月曜日、ふれあい健康館で開催しているさっか体操の様子

現在、糖尿病予備軍の人を対象に、来年2月までの予定で市内23地区の公民館やコミュニティセンターで個別の健康相談を行っています。
 また、若い男性が多い各地区の消防分団員や、JA組合員な

出前講座



気軽にご相談を

医師・保健師・栄養士が生活改善のお手伝いをします。

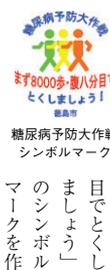


ウォーキングメイトと歩こう

生活習慣病予防のため、地域で活動するウォーキングメイトが「リフレッシュウォーキング」を実施しています。準備物は運動しやすい服装、タオル、帽子、リュックやウエストポーチなど。場所・日程は左図のとおり。水分補給は各自で。場所・日程は左図のとおり。
【問い合わせ先】保健センター(☎656-0531)

実施場所	曜日	時間	集合場所
文化の森総合公園	毎週水・金	10:00~(約1時間)	噴水前
徳島中央公園	毎週火・木		鷲の門

※申し込み不要。雨天中止。祝・祭日は休み



改善の輪、糖尿病予防の輪が広がることを願って、合言葉「糖尿病予防大作戦、まず8000歩・腹八分目」として、歩・腹八分目とくしましよう。

さまざまな情報提供

保健センターでは、生活習慣改善の輪、糖尿病予防の輪が広がることを願って、合言葉「糖尿病予防大作戦、まず8000歩・腹八分目」として、歩・腹八分目とくしましよう。

「問い合わせ先」徳島市保健センター(☎656-0531)

徳島市では、これからの糖尿病予防へ大作戦を展開していきます。市民の皆さんのご協力をお願いします。

※徳島市医師会ホームページ「トクシマシティ糖尿病ネットワーク」(<http://www.tokushima.med.or.jp/tokushimashj/dm/>)のコーナーにも健康情報が掲載されています。

徳島市の糖尿病および予備軍、その現状

市では、糖尿病の現状を把握するため、40歳以上の市民の皆さんを対象に毎年実施している基本健康診査において、昨年度から1~2カ月の平均的な血糖値の状態を調べる「ヘモグロビンA1c(エーワンシー)」と内臓脂肪蓄積をみる「腹囲測定」を検査の必須項目にしています。
 その結果、ヘモグロビンA1c検査では、受診者のうち糖尿病と診断された人が11・5%、運動や食事の生活習慣改善が必須となつていきます。

糖尿病への取り組み

徳島市保健センターでは、糖尿病およびその予備軍への予防

要と診断された人が18・2%、また、腹囲測定では基準値(男性85cm未満・女性90cm未満)を超えている人が男性は54・4%、女性では24・1%となりました。これらのことから、市民の皆さんの健康を守るため、網膜症や腎症、神経障害などさまざまな合併症を招く「糖尿病およびその予備軍」への予防対策が急務となつていきます。

健康相談

糖尿病予防の基本は、まず自分自身の健康状態を知ることです。健康診査を受けても結果をそのままにしておいては、生活習慣の改善につながりません。健診結果の見方が分からない、たり、気になることがあればいつでも保健センターにご相談ください。医師・保健師・栄養士が生活改善のお手伝いをします。

ウォーキングの推進

保健事業展開の3本柱の一つ、「運動」として、誰もがいつでもどこでも手軽に取り組めるウォーキングを推進しています。ウォーキング推進の具体的な施策として、地域でウォーキングに取り組みやすくするため、ウォーキングマップとウォーキング手帳を作成しました。マップには体調に応じて実践できるように、34コースを掲載してい



ウォーキングにご活用を

成しました。マップはシールとして配布していますので、希望する人は保健センターまでご連絡ください。
 また、ホームページをリニューアルし、市民の皆さんに健康に関する情報をタイムリーに発信するなど、さまざまな情報提供に努めています。「健康レポート」のコーナーでは、栄養バランスのとれた献立や運動の効果的な方法などを紹介していますので、ご利用ください。
 その他、季節にあわせた健康情報紙「保健センターだより」を年4回発行しています。冬号は1月発行の予定です。



まず8000歩・腹八分目でとくしましよう!

「糖尿病予防大作戦」

徳島市では、糖尿病の大きな要因である肥満を解消し糖尿病予備軍を減らすため、「まず8000歩・腹八分目でとくしましよう」を合言葉に、「からだ・栄養・運動」を3本の柱として現在さまざまな保健事業を実施しています。

どの集まりに保健師や栄養士が出向き肥満度の計算や血圧測定、カロリ計算の方法などの指導も実施しています。
 さらに、小学生・幼稚園児の保護者など若い世代を対象にした調理実習や栄養相談も実施し、糖尿病の要因をつくらないための健康教育に取り組んでいます。

講演会とイベント

腎臓を守る! 「糖尿病で透析にならないために」

【とき】12月16日(日) 13:30~15:00
 【ところ】ふれあい健康館2階(沖浜東2)
 【講師】医師 中村 雅将さん
 【定員】80人 ※要申し込み
 【参加料】無料
 【申し込み方法】電話で保健センター(☎656-0531)へ。

「糖尿病予防大作戦 ~見逃しません、あなたの糖尿病~」

申し込み不要 奮ってご参加を!

【とき】平成20年2月3日(日) 10:00~15:00
 【ところ】NHK会館(寺島本町東1)
 【内容】●血糖値、ヘモグロビンA1cの検査 ●個別健康相談(医師、保健師、管理栄養士が相談に応じます) ●みんなでウォーキング ●親子健康体操
 【参加料】無料
 【問い合わせ先】保健センター(☎656-0531)

ふれあい健康館 講座受講生募集

【対象】市内に在住または在勤・在学の18歳以上の人。ただし、「健脚回復と転倒予防」からだスッキリ体操「ゆつくり水泳(シニア)」はおおむね60歳以上の人。

【申し込み方法】はがき(1枚に1コース・講座)に住所・名前(ふりがな)・性別・年齢・希望のコース・講座(曜日・時間)・電話番号を記入し、締切日(必着)までにふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16)へ。また、ふれあい健康館ホームページ「講座案内」と徳島市ホームページ「電子申請」からも申し込みできます。

【選考方法】応募多数の場合は抽選。定員に満たない場合には締め切り後も受け付けます。

【締切日】運動指導コース：12月11日(火)、コミュニティカレッジ：12月14日(金)

【問い合わせ先】ふれあい健康館(運動指導コース ☎657-0187、コミュニティカレッジ ☎657-0190)

◆コミュニティカレッジ(1~3月開講)

講座名	曜日	時間	定員	回数	開講日
健康歌謡教室(カラオケ)	火	13:30~15:30	35	10	1/8
社交ダンス入門(初心者対象)	火	19:00~20:30	35	12	1/8
からだに効く話題の料理	火	9:30~11:30	35	10	1/15
針と糸で編むビーズステッチ	火	10:00~12:00	20	6	1/15
健康太極拳	火	18:45~20:45	40	7	2/5
健康ヨーガ入門(水曜)	水	10:00~12:00	50	8	1/9
ヨーガ(夜間)	水	19:00~20:30	35	12	1/9
羽衣体操	水	13:30~15:30	30	6	1/16
社交ダンス	水	13:00~14:30	35	7	2/13
やさしい自力整体(A)	水	13:00~15:00	20	6	2/20
やさしい自力整体(B)	水	15:00~17:00	20	6	2/20
健康ヨーガ入門(A)	木	13:00~15:00	50	11	1/10
健康ヨーガ入門(B)	木	15:00~17:00	50	11	1/10
ガーデニング/冬のお手入れ方法	木	10:00~12:00	25	3	1/17
実用書道	木	18:30~20:30	20	6	1/24
ヒップアップボディシェイプ体操	金	10:00~12:00	30	10	1/25
新舞踊を楽しもう	土	13:30~15:30	20	10	1/12
パラソルボール入門	土	10:00~12:00	20	3	2/16

【受講料】3回1,500円：6回3,000円：7回3,500円：8回4,000円：10回5,000円
11回5,500円：12回6,000円

◆運動指導コース(1~4月開講/15回コース)

コース	曜日	時間	定員	受講料	開講日
マイフィットネス	火	14:00~15:20	20	12,000円	1/15
	土	14:00~15:20	20		1/19
	水	19:30~20:50	20		1/15
イブニングフィットネス	水	19:30~20:50	20	12,000円	1/16
	木	19:30~20:50	20		1/17
	金	19:30~20:50	20		1/18
レディスフィットネス	土	10:00~11:20	20	18,000円	1/19
フィットネス&アクアボクササイズ	金	11:00~12:50	15		1/18
フィットネス60	金	11:00~12:00	5		7,500円
ダイエット&生活習慣病改善	火	10:00~11:40	25	15,000円	1/15
さらさら血液をめざすフィットネス	水	10:00~11:20	25	12,000円	1/16
健脚回復と転倒予防	木	14:00~15:20	15	8,500円	1/17
腰痛・膝痛改善	金	10:00~11:50	25	18,000円	1/18
からだスッキリ体操	金	14:00~15:20	15	8,500円	1/18
水泳入門(初心者対象)	木	12:00~12:50	10	15,000円	1/9
ゆっくり水泳	土	12:00~12:50	10		1/12
ゆっくり水泳	火	11:00~11:50	20	15,000円	1/8
ゆっくり水泳(シニア)	水	10:00~10:50	20		1/9
ゆっくり水泳(シニア)	金	10:00~10:50	20	15,000円	1/11
ゆっくり水泳(週末コース)	土	12:00~12:50	10		1/12
バタフライを泳ごう!(25m泳げる人対象)	木	11:00~11:50	15	15,000円	1/10
めざせ!100m水泳(25m泳げる人対象)	木	19:40~20:30	15	15,000円	1/10
アクアシェイプアップ	火	12:00~12:50	20	15,000円	1/15
アクアピクス	水	19:40~20:30	20	15,000円	1/16
アクア体操	水	11:00~11:50	20	15,000円	1/16
アクア体操	木	10:00~10:50	20		1/17
水中ウォーキング	火	10:00~10:50	20	15,000円	1/15
水中ウォーキング	木	12:00~12:50	20		1/17
水中ウォーキング	土	11:00~11:50	20	15,000円	1/19
水中ウォーキング	日	10:00~10:50	20		1/19
アクアボクササイズ	金	19:40~20:30	20	15,000円	1/18
初歩からのよくばりアクア(初心者対象)	土	10:00~10:50	20	15,000円	1/19
ゆかり水泳	水	12:50~13:50	25	13,000円	1/16
ゆかり水泳	木	12:50~13:50	25		1/17
ゆかり水泳	木	18:20~19:20	25		1/18
減量!エアロピクスダンス	金	18:30~19:20	20	13,000円	1/15
減量!エアロピクスダンス	火	18:20~19:10	25		1/19
減量!エアロピクスダンス	水	16:00~16:50	25	12,000円	1/16
減量!エアロピクスダンス	木	11:30~12:30	20		1/17
簡単なステップ	金	18:30~19:20	20	12,000円	1/17
簡単なステップ	火	18:20~19:10	25		1/19
パワーヨガ	水	16:00~16:50	25	12,000円	1/16
パワーヨガ	木	11:30~12:30	20		1/17
ゆがみ改善!ゆっくりピラティス	木	16:15~17:15	20	12,000円	1/17
ゆがみ改善!ゆっくりピラティス	木	10:30~12:00	15		12,000円
はじめての太極拳	木	10:30~12:00	15	12,000円	1/17
背骨ピクス&ストレッチ(10回コース)	金	13:00~14:00	15	5,000円	2/1

※このコースは、12/1~12/22に1回1,000円で体験ができます。体験の申し込みは、ふれあい健康館館内運動室(☎657-0187)へ。

後期高齢者医療制度 保険料率が決まりました

保険料

平成20年4月から、75歳以上の人の医療保険制度は新たに創設される「後期高齢者医療制度」に変わります。

この度、保険料率などが決まりましたので、お知らせします。

保険料は、被保険者全員に等しく負担していただく「被保険者均等割額」としていただく「所得割額」により、賦課限度の合計額となり、賦課限度

額(上限額)は年額50万円となり、徳島県後期高齢者医療の「被保険者均等割額」は4万774円、「所得割率」は7.43%となります。

所得の低い人は、被保険者均等割額が世帯の所得水準に応じて7割・5割・2割軽減されます。

また、後期高齢者医療制度に加入する直前に健保組合などの被用者保険の被扶養者であった人については、新たに本人に保険料負担が

かかることとなりますが、軽減措置として、平成20年4月分から9月までの半年間は保険料を免除、10月からは平成21年3月までの半年間は被保険者均等割額の半額を自己負担していただくこととし、その額を9割軽減します。その後、平成21年4月から1年間は、5割軽減となります。

保険料の軽減措置

4月から「高額医療・高額介護合算制度」開始

医療費が高額になった世帯に介護保険の受給者がいる場合、「後期高齢者医療保障」(介護保険)の両方で自己負担額を1年間で世帯合算し、新たに設けられる限度額を超えた場合には、申請により高額介護合算療養費として支給されます。

住民税(所得割)から控除されます

所得税から住宅ローン控除額を引ききれなかった人、住宅ローン控除を受けていた税額が所得税から控除されなくなる場合があります。

このため、平成20年度から28年度まで、所得税から控除しきれない額を市・県民税の所得割額から控除(減額)する調整措置が設けられました。

控除を受ける人は、毎年申告期限(平成20年は3月17日)までに住宅借入金等特別税額控除申告書を出してください。

【対象】平成18年末までに入居し、所得税の住宅ローン控除の適用がある人のうち所得税額より控除しきれない額がある人

【計算方法】住民税所得割額から控除する額(「次の①、②のいずれか少ない金額」)

①「税源移譲後の税率で算出した前年分」平成20年度は平成19年分の所得税額。

②前年分の所得税の住宅ロ

ン控除額

②税源移譲前の税率で算出した前年分の所得税額

【申告方法】

確定申告をする人 確定申告書とともに「住宅借入金等特別税額控除申告書(確定申告書と提出する納税者用)」を税務署に提出してください。

確定申告をしない人 「住宅借入金等特別税額控除申告書(給与収入のみで確定申告書と提出しない納税者用)」と源泉徴収票(住宅借入金等特別税額控除可能額の記載があるもの)を市民税課まで提出してください

(控除を受けるには、年末調整とは別に個人で申告する必要があります)

※申告書は市民税課(市役所2階)窓口にあります。詳しくは徳島市ホームページをご覧ください。

講座受講生募集 パソコンインターネット活用講座

シビックセンター3階マルチメディアワークショップで実施します。

講座名	曜日	回数	定員	時間	受講料	開講日
水曜コース	水	10	10	19:00~21:00	10,500円	1/9
木曜コース	木	10	10	19:00~21:00	10,500円	1/10

【対象】18歳以上の人で、パソコンの日本語入力とマウスの操作ができる人。

【申し込み方法】12月6日(木)~16日(火)曜日を除く、直接または電話でシビックセンター5階総合事務室へ。

【その他】受講料のほかに教材費2,000円が必要です。【問】シビックセンター(☎626-0408)

12月の無料相談

女性センター(アミコビル4階)

◆女性センター開所日 10:00~17:00 (休)日曜、火曜、祝日 年末年始	◆女性センター開所日 18:00~20:00 5日(火)・7日(金) 12日(火)・14日(金) 19日(火)・21日(金)
--	--

※託児あり(1歳~就学前まで。要申し込み)

なんでも相談市民センター

市役所1階 ☎621-5200・5129

◆専門員による相談【対象】市内在住の人	弁護士 ※ 12・19・26日(水) 13:00~16:00
行政相談委員 3日(月) 13:00~15:00	人権擁護委員 4・18日(火) 13:30~16:00
土地家屋調査士 6・20日(木) 10:00~12:00	司法書士 毎週月・金曜 10:00~12:00
行政書士 毎週火曜 10:00~12:00	住まいづくり 27日(木) 10:00~13:00
社会保険労務士(年金相談) 13日(水) 13:00~16:00	心配ごと(相談・離婚など) 毎週月~金曜 9:00~15:30
交通事故 毎週月~金曜 9:00~15:30	

※は予約制で、5日(火)8:30から電話でのみ予約受け付け。先着27人(各日9人)で1人20分以内。

※行政相談委員相談は、ふれあい健康館1階相談室でも実施。【とき】19日(火)13:00~15:00

※司法書士相談は、シビックセンター5階第2活動室でも実施。【とき】9日(月)・23日(日)10:00~12:00

保健センター(ふれあい健康館内)

☎656-0515

◆医師・保健師による健康相談【対象】市内在住の40歳以上の人【要予約】	一般健康相談 11日(火) 13:00~15:00
認知症予防相談 19日(水) 10:00~12:00	家族などの介護を行う人の健康相談 11日(火) 13:00~15:00
糖尿病相談 19日(水) 10:00~12:00	禁煙支援相談 25日(火) 13:00~15:00
生活習慣改善相談 ※ 26日(水) 13:00~17:00	

◆栄養士による栄養相談 ☎656-0531

生活習慣改善栄養相談 ※ 12日(水) 9:00~12:00	26日(水) 13:00~15:00
--------------------------------	--------------------

※は保健師・栄養士。他は医師が相談に応じます。

※上記以外の健康相談は、健康相談室で随時実施しています(ただし、午後は要予約)。

掲示板

申…お申し込み方法 問…お問い合わせ先

募集

特定目的住宅の入居者

特定目的住宅（福祉目的に割り当てる市営住宅）の入居申し込みを受け付け。ただし、所得などの制限あり。なお、平成19年7月に申し込みをした人は手続き不要。

申 12月3日(月)～28日(金)までに▷母子世帯＝子育て支援課 (☎621-5122) ▷高齢者世帯＝ながいき課 (☎621-5176) ▷障害者世帯＝福祉課 (☎621-5177) へ。

市立保育所の臨時保育士

市立保育所に勤務する臨時保育士を若干名募集。対象は保育士証を持つ人で、採用は随時。日給7,250円。

申 履歴書を持参し保育課（市役所南館2階 ☎621-5195）へ。

平成20年度市立幼稚園の入園児

対象は市内在住の▷5歳児（1年保育）＝平成14年4月2日～平成15年4月1日に生まれた幼児▷4歳児（2年保育）＝平成15年4月2日～平成16年4月1日に生まれた幼児。通園区域は小学校校区に準じる（ただし幼稚園未設置地区は最寄りの幼稚園）。

申 12月21日(金)までに各幼稚園へ。
問 各幼稚園、学校教育課 (☎621-5413)

くらしの講座

12月10日(月)13:30～15:00。シビックセンター5階第1活動室で。テーマ「家族みんなでできる冬の省エネ」。講師は消費生活アドバイザー・谷本大作さん。定員は40人（先着）。受講は無料。

申 徳島市消費生活センター (☎625-2326 火曜日・祝日は休み) へ。

応急手当の実技講習会

12月16日(日)13:00～16:00。西消防署(庄町1)で。人工呼吸法や胸骨圧迫、AEDの取り扱いなど。受講は無料。

申 東消防署 (☎656-1195)、西消防署 (☎631-0119) へ。

第8回通信文化講座～藍草から七色を染める～

自分で種をまいて育てた藍と自然素材を使って、家庭で藍染め体験。3月～12月開講（全10回）。講師は自然染色研究家・アキヤマセイコさん。定員は75人（先着）。受講料31,500円（テキスト・教材費を含む）。

申 1月31日(木)までに、所定の用紙をファクス・郵送、または電話でシビックセンター（〒770-0834 元町1-24 ☎626-0408 626-0833）へ。

グラウンドゴルフで楽しもう

12月8日(土)14:00～15:30。ふれあい健康館（沖浜東2）で。定員は15人（先着）。参加費300円。タオル持参で。

申 ふれあい健康館 (☎657-0190) へ。

ふれあい健康館市民公開講座

ふれあい健康館（沖浜東2）で。定員は50人（先着）。受講は無料。

日時	内容・講師
12/15(土) 10:00～11:30	「生活習慣病は子どものときから始まる」 ＝市民病院小児科総括部長・森一博 「おなかによさしい食事」 ＝市民病院管理栄養士・中井敦子

申 ふれあい健康館 (☎657-0190) へ。

催し

市立図書館の催し

◆12月のおはなし室プログラム＝◇1日(土)お話しと絵本◇8日(土)大型紙芝居◇22日(土)おふとだごこのふれあい遊び。各10:30～11:00。◆クリスマスのおはなし会＝12

月15日(土)10:30～。大型絵本、パネルシアターなど。いずれも参加は無料。

問 市立図書館 (☎654-4421)

第3回都市デザインセミナー

12月14日(金)18:00～（約2時間）。市役所13階第1研修室で。テーマは「ひょうたん島の歴史景観」。参加は無料。

問 都市デザイン室 (☎621-5249)

年末助け合いチャリティー大会

12月9日(日)10:30～14:00。徳島市中央公民館で。内容は、民謡・新舞踊・腹話術・尺八などの発表のほか、チャリティーバザーを実施。入場は無料。

問 中央公民館 (☎625-1900)

お雛もちつきと正月飾り作り

12月9日(日)10:00～13:00。徳島城博物館和室で。お雛子にあわせてもちをつき、正月飾りを制作。参加は無料。

問 徳島城博物館 (☎656-2525)

マイ箸(はし)袋を作ろう

12月9日(日)13:30～15:30。ふれあい健康館（沖浜東2）で。定員は30人（先着）。受講料300円。材料費200円。縫い針と糸切りばさみを持参で。

問 ふれあい健康館 (☎657-0190)

お知らせ

入学手続きは適正に

来年4月に小・中学校へ入学予定の家庭で、11月19日以降に市内間住所が変わり校区が変更した場合は、入学届（12月初旬に送付）を持参し、学校教育課（市役所11階）で手続きを。また、11月19日以降に市外から転入した人も同課で手続きを。

なお、親せきや祖父母などの住所に住民登録を移すなどして、実際の居住地外の校区の学校へ通学することは不可。現在住民

登録地以外の場所で生活している人は、速やかに居住地に住民登録をし、居住地の学校への入学手続きを。

問 学校教育課 (☎621-5414)

ひまわりっこ手帳を送付

平成18年1月に降生まれのお子さんに対し、生後2カ月に達する月に、定期予防接種（BCG・三種混合・ポリオ・麻しん風しん混合・日本脳炎）の予診票と4カ月児・9～11カ月児の健康診査受診票がついた「ひまわりっこ手帳」を送付。

生後3カ月に達しても手帳が届かない場合は保健センターまでご連絡を。

問 保健センター (☎656-0540)

飲酒運転撲滅月間の実施

12月31日(月)まで実施。運動の重点は①運転者に対する飲酒運転追放意識の徹底②職場や家庭、地域全体での飲酒運転撲滅気運のさらなる醸成

12月10日～平成20年1月10日 年末・年始の交通安全県民運動を実施

「ゆずり合い 笑顔で走ろう 阿波の道」をスローガンに年末年始の交通事故防止を図るために実施。運動の重点は①飲酒運転など無謀運転の追放②高齢者の交通事故防止③夕暮れ時の早めのライト点灯と反射材の活用④全席におけるシートベルト着用とチャイルドシートの正しい使用の徹底

問 いずれも市民生活課 (☎621-5130)

12月の農地許可申請はお早めに

12月に開催する農地部会への農地許可申請書の提出基準日は5日(木)。農地の権利移動や農地転用許可申請などでお急ぎの人は、早めに申請書の提出を。

問 農業委員会事務局 (☎621-5393)

選挙人名簿新規登録者の書面を縦覧

12月3日(月)～7日(金)8:30～17:00。市選挙管理委員会事務局(市役所9階)で。12月2日に新たに選挙人名簿に登録した人(12月1日に現在登録資格者)および12月2日に新たに在外選挙人名簿に登録した人の書面を縦覧。異議の申し出は縦覧期間内に。

問 市選挙管理委員会 (☎621-5373)

徳島駅前バス乗降所改築工事にご協力

老朽化した徳島駅前バス乗降所の耐震化のため平成20年3月末まで改築工事を実施。なお、12月8日(土)より仮設バス乗降所の利用となり、ご不便をおかけしますがご理解とご協力を。

問 交通局営業課 (☎623-8946)

市営地下駐車場からのご案内

営業時間	新地下駐車場	銀座地下駐車場	駅前地下駐車場
24時間営業	24時間営業	24時間営業	6:00～23:00
普通駐車	20分ごとに100円	20分ごとに100円	1時間310円超過30分ごとに150円+消費税
昼間割引	7:00～19:00で2時間20分以上駐車の場合1,000円	7:00～19:00で2時間20分以上駐車の場合700円	
夜間割引	19:00～翌9:00で2時間40分以上駐車の場合800円	17:00～翌9:00で8時間以上駐車の場合1,500円	18:00～翌9:00で8時間以上駐車の場合1,500円
募集集中定期券	夜間定期券 17:00～翌9:00 1ヵ月8,000円	昼間定期券 7:00～19:00 1ヵ月10,500円	夜間定期券 18:00～翌9:00 1ヵ月10,500円
場所と連絡先	新町橋1丁目2 ☎652-5213	銀座町 ☎654-0566	元町1丁目3 ☎626-0348

各駐車場で、お得な定期券やプリペイドカード（3,000円分、3,000分の利用が可能）も発売しています。合わせてご利用を。

問 (徳島市駐車場公社 ☎626-0348)

多重債務についての無料相談

▷司法書士相談＝12月10日(月)13:00～16:00。県青少年センター（城内2）で。

▷弁護士相談＝12月15日(土)10:00～16:00。徳島弁護士会館（新蔵町1）で。

問 県泉民環境政策課 (☎621-2258)、なんでも相談市民センター (☎621-5200)

平成20年度 保育所(園)の入所申し込み受け付け

【対象】市内在住の住民基本台帳に登録または外国人登録している、保護者の仕事や家庭の事情で保育に欠ける乳児および幼児。

なお、現在、申し込みをしていて入所できていない人も、この期間内に申し込みをしてください。

【申し込み】①申込書(入所を希望する保育所(園)で配布)②保育に

欠ける証明書(就労証明書・自営申告書・医師の証明書など)③税関係書類(平成19年分源泉徴収票・確定申告書の写しなど)※受け付け期間内には添付できなかったため、1月以降に提出を、12月15日(土)までの8:30～17:00(土曜日の午後と日曜・祝日は除く)に、入所を希望する保育所(園)へ提出してください。ただし、津田・新浜統合保育所(仮称)を希望される人は現在の津田保育所または新浜保育所で、沖浜シズ保育園を希望される人は保育課で、それぞれ受け付けます。

【問い合わせ先】保育課 (☎621-5193)

保育所(市立)	定員	平成20年度年齢別内訳					所在地	電話	
		0～1歳	2歳	3歳	4歳	5歳			
富田	115	36	7	5	8	8	かちどき橋2丁目	652-2750	
内町	120	41	9	10	10	3	徳島町2丁目	652-4979	
西東	150	53	—	32	14	6	福島二丁目	653-0879	
西富田	110	34	—	25	9	1	伊賀町1丁目	653-8341	
加茂	100	28	—	16	—	12	北田宮四丁目	632-4016	
南井上	70	21	—	14	6	1	国府町日開	642-2801	
渭北	50	40	—	8	11	14	7	下助任町3丁目	652-9549
八万東	90	31	—	10	11	3	7	南二軒屋一丁目	654-3230
国府	90	19	—	16	2	1	国府町早瀬	642-1490	
北井上	70	36	—	8	7	11	10	国府町西田字南字	642-2602
佐古	60	35	—	8	13	6	8	佐古四番町	653-1352
論田	70	11	8	—	—	—	—	大原町野神	662-0734
加茂名	70	13	9	—	—	—	—	庄町5丁目	631-1222
昭和	60	42	—	9	10	9	14	南昭和町4丁目	653-4281
八万	100	18	11	—	5	1	1	八万町下福万	668-1815
沖洲	70	17	—	11	—	—	—	南沖洲三丁目	664-0602
川内	60	23	—	10	6	5	2	川内町榎瀬	665-0641
大松	60	19	—	9	5	3	2	大松町上野神	669-0457
名東	90	12	8	—	—	—	—	名東町3丁目	631-1135
方上	50	10	—	5	1	3	1	北山町神島	669-0070
一宮	60	31	6	9	10	6	—	一宮町西丁	644-0030
不働	70	16	7	7	1	1	1	不働本町2丁目	631-0327
北島	60	26	7	4	7	5	3	北島町3丁目	631-9666
応神	60	18	7	1	1	1	8	応神町吉成字吉成	641-1256
芝原	30	1	1	—	—	—	—	国府町芝原字神楽	642-2212
明善	35	21	—	6	5	4	6	上八万町下中筋	668-3138
八多	30	21	—	4	7	6	4	八多町南首根	645-0084
多良良	30	13	—	5	5	3	—	多良良町池谷	645-0140
洪野	30	6	—	4	—	—	—	洪野町首筋	645-0724
浜	60	13	—	5	7	1	—	丈六町休場	645-0944
飯谷	30	12	—	5	1	6	—	飯谷町東分	645-0338
新浜西	60	35	—	12	9	10	4	新浜町四丁目	663-1106
津田・新浜統合(仮称)	120	54	20	—	—	—	—	津田町四丁目	—

保育所(私立)	定員	平成20年度年齢別内訳					所在地	電話		
		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳			5歳	
梅の花	120	22	8	6	6	1	1	0	蔵本町2丁目	631-6330
阿波聖徳学院	120	20	13	7	0	0	0	0	福島一丁目	622-8587
出来島	80	8	2	2	4	0	0	0	北出来島町1丁目	622-6383
前川乳児	60	30	28	—	—	—	—	—	前川町3丁目	625-8676
南佐古	120	46	4	10	11	5	8	8	南佐古三番町	654-7521
さくら	100	5	5	0	0	0	0	0	住吉二丁目	625-7524
西富田乳児	60	34	26	8	—	—	—	—	伊賀町1丁目	622-3433
若松	120	1	1	0	0	0	0	0	名東町1丁目	631-3083
みずほ	120	35	4	3	1	0	0	0	南昭和町7丁目	653-5523
青葉	90	9	2	3	1	3	0	0	北矢三町二丁目	631-7289
もとりろ	60	5	5	0	0	0	0	0	福島一丁目	654-2967
島田	120	1	1	0	0	0	0	0	中島町4丁目	632-0654
ひまわり	90	17	6	3	2	2	2	2	八万町大坪	668-2115
くるみ	90	9	6	1	2	0	0	0	川内町大松	665-3561
ななかよし	30	8	8	0	0	0	0	0	中吉野町1丁目	654-5656
川南フコル	90	15	6	4	5	0	0	0	川内町下別宮	665-1510
すずのり	90	4	4	0	0	0	0	0	中前川町4丁目	625-5100
わかば	60	15	7	5	3	0	0	0	住吉一丁目	663-7545
城原	45	11	8	2	1	0	0	0	八万町中津浦	622-2100
大原	90	7	7	0	0	0	0	0	大原町中須	663-1335
あゆみ	60	6	5	1	0	0	0	0	大原町中須	663-0360
助任	120	24	—	13	11	0	0	0	中吉野町1丁目	626-1911
みのり	120	23	9	6	3	3	1	1	八万町法花	669-3121
みどり	55	3	3	0	0	0	0	0	新蔵町3丁目	655-8833
光花	60	5	4	1	0	0	0	0	津田町四丁目	663-2212
春日	45	1	1	0	0	0	0	0	春日三丁目	631-7906
育英	90	3	3	0	0	0	0	0	中昭和町4丁目	626-3232
おおき	30	0	0	0	0	0	0	0	上八万町下中筋	668-5661
青風	90	6	4	2	0	0	0	0	北田宮二丁目	652-2333
川内わかば	70	7	3	2	1	1	0	0	川内町鶴島	665-7768
四国大聖堂	60	4	4	0	0	0	0	0	寺島町西二丁目	602-4860
めだか	80	3	3	0	0	0	0	0	北沖洲三丁目	664-4888
沖浜シズ	60	60	10	10	10	10	10	10	沖浜町北川	—

※上記年齢別予定表は、平成19年10月の児童数調査によるもので、4月当初の募集人数と異なる場合があります。

12月は地球温暖化防止月間です
地球と家計にやさしい節電で
温暖化をストップ!

近年の暖冬や桜の開花時期の早まりなど、より身近に感じられるようになった地球温暖化の問題。これは、大気中の二酸化炭素やメタンなどの温室効果ガスの濃度が高まり、地表から宇宙への熱の放出が妨げられる現象です。...

温暖化防止パネル展

温暖化が人間や動物に与える影響を紹介したパネルや、毎日のちよっとした節約に役立つエコグッズなどを展示します。
【とき】12月3日(月)～7日(金)
【場所】市役所1階国際観音コーナー

エコカレンダーで
エコな生活を

徳島市では、市民の皆さんに毎日の暮らしの中で、地球温暖化防止に取り組んでいただけるように、2008年版のエコライフカレンダーを作成しました(写真)。カレンダーでは、季節に合った省エネの工夫を分かりやすく紹介しています。

第6回天狗久まつり

人形師・天狗久の顕彰と阿波人形浄瑠璃の振興のため、次のおと「天狗久まつり」を開催します。

【とき】12月2日(日)

13:00～16:00

【ところ】国府コミュニティセンター(国府町府中)

【内容】▷講演「天狗久に届いた手紙」=徳島城博物館学芸員・小川裕久▷阿波人形浄瑠璃公演=「傾城阿波の鳴門」順礼歌の段「壺観音霊験記」沢市内の段・山の段など(人形=寄井座)▷天狗久木偶展示(寄井座提供)

【定員】200人 【参加費】無料

【問い合わせ先】社会教育課(☎621-5419)、天狗久資料館(☎643-2231)



いにしえ夢街道推進事業 交流促進企画「室町ロマンから藩政のみち」
天正の落日と曙光～守護町勝瑞から城下町徳島へ

【とき】12月4日(火)～12月28日(日)
【場所】徳島城博物館

【講演会と連続講座】
今回の企画展にちなんだ講演会と連続講座を開催します。参加は無料ですが、入館料が必要です。

徳島城博物館
藍住町勝瑞。この地は、阿波国主細川氏・三好氏の本拠として花開いた守護町・戦国城下町(中世都市)また、徳島の地は、江戸時代を通じて藩主として阿波・淡路25万7千石を治めた蜂須賀家の城下町です。

部。なお、このカレンダーは、徳島市ホームページからもダウンロードできます。
【問い合わせ先】環境保全課(☎621-5213)

12/1(土)～25(火)
眉山と夜景とクリスマス
～市内で夜空にいちばん近いLED～

眉山山頂周辺をLEDイルミネーションで飾るほか、次のイベントを開催します。ただし、悪天候などでロープウェイ運転不能の場合は一部中止することがあります。

★クリスマス用LEDイルミネーションの飾り付け

【とき】12月1日(土)～25日(火)

【ところ】眉山ロープウェイ山頂駅・屋上展望台

※12月19日(水)～24日(振休)は展望台一面にLEDが出現。夜景と光のコラボをお楽しみに♪

★クリスマスコンサート

【とき】12月23日(日)19:00～19:40(入場無料)(先着250人)

【ところ】阿波おどり会館2階ホール

【出演】阿波ウインドアキシランドジャズバンド

★ロープウェイ夜間運転(21:00まで)

【とき】12月19日(水)～24日(振休)

【問い合わせ先】徳島市観光協会(☎622-4010)



▲徳島城下町跡(旧動物園跡地区)出土の転用植木鉢

【講演会と連続講座】
今回の企画展にちなんだ講演会と連続講座を開催します。参加は無料ですが、入館料が必要です。
【講演会】天正の落日と曙光(しよこう)～守護町勝瑞から城下町徳島へ～
【講師】鶴見大学教授・伊藤正義さん
【とき】1月13日(日)13時30分～15時30分
◆連続講座▶右表のとおり

Table with columns: とき (Date), 演題・講師 (Topic/Instructor). Includes dates from 12/8 to 1/19 and topics like '戦国時代研究の最前線' and '眉山と夜景とクリスマス'.

第3回阿波おどり大使を募集

観光キャンペーンや観光行事のアシスタントとして活動する阿波おどり大使を2人募集します。任期は平成20年2月～平成22年2月まで。

【応募資格】▷県内在住の平成20年4月1日現在で18歳以上の男女▷阿波おどり大使として2年間活動可能な人▷芸能・モデルプロダクションなどと専属契約していない人▷他のキャンペーンアシスタントなどに選ばれていない人または現在活動していない人
※書類審査と面接により選考。阿波おどり経験は問いません。選出された人には、賞状・賞金・副賞を贈呈。



【申し込み方法】所定の申し込み用紙に上半身の写真を添えて平成20年1月31日(木)までに、社団法人徳島市観光協会(〒770-0904 新町橋2-20 阿波おどり会館内 ☎622-4010)へ。

平成20年 成人式のお知らせ

平成20年の成人式を1月に各地区公民館の主催で開催します。それぞれの開催日程は右表のとおりです。

【該当者】昭和62年4月2日～昭和63年4月1日生まれで、徳島市の住民基本台帳に登録されている人。該当者には案内状を送付します。案内状が送付されていない人や該当地区以外での参加を希望する人など、参加についてのご相談は12月14日(金)までに各地区公民館へ。
※住吉・城東地区は渭東公民館、新町地区は西富田公民館、内町地区はシビックセンター4階、勝占・多家乡地区は丈六公民館で実施します。
【問い合わせ先】各地区公民館、中央公民館(☎625-1900)

Table with columns: 実施場所 (Venue), 日 (Date), 時 (Time), 電話番号 (Phone Number). Lists various public hall events for the coming year.