



広報

# とくしま

NO.1030 2018年9月1日

主な内容

- 2面…自宅のブロック塀を点検しよう  
～9月1日は「防災の日」～
- 3面…とくしま掲示板
- 4面…秋の企画展  
「阿波徳島の祭札絵巻」を開催します  
ガラスのウェルカムボードを作りませんか

平成30年8月1日現在 (前月比) 人口/254,596人 (-60) 男/120,829人 (-34) 女/133,767人 (-26) 世帯数/119,413世帯 (+1) 面積/191.39km<sup>2</sup>



▲文化の森総合公園で開催されたウォーキング講座で汗を流す参加者

## 9月は「健康増進普及月間」です!!!



生活習慣病の予防には、日常生活と深く関わっています。特に、生活習慣病の三本柱である「運動習慣」「食習慣」「減塩」に気をつけることは、健康で楽しく毎日を過ごすことにつながります。9月は「健康増進普及月間」です。この機会に、普段の生活を振り返り、できることから生活習慣を改善し、健康な体づくりを始めましょう。

平均寿命の著しい延びにみられるように、近年の国民の健康水準の向上には目覚ましいものがあります。しかし、一方において、高齢化や社会生活環境の急激な変化などに伴い、糖尿病・がん・心臓病・脳卒中などに代表される生活習慣病患者の増加が大きな問題となっています。

生活習慣病は日常生活と大きく関連しています。予防には、一人一人が運動・食生活・減塩など生活習慣を改善していくことが大切です。9月は「健康増進普及月間」。これを機会に、これまでの生活を振り返り、健康な体づくりを実践しましょう。

### 4年ぶりに全国ワースト1位

徳島県の平成29年の糖尿病による死亡率は、10万人当たり19.8人で、全国平均の11.2人を大きく上回り、全国で最も高かったことが分かりました。

### 運動で生活習慣病を予防しよう

運動の回数や時間の目安は次のとおりです。日々の生活のなかに運動を取り入れましょう。

★体力に自信のない人やこれまで運動習慣のなかった人は、まずは息が弾み、汗をかく程度の運動を1週間に60分・毎週行いましょう。

★減量を目的とする場合は、軽く息が弾む程度の運動を1日30分・週5日以上行いましょう。※1回あたり30分の運動を1回行う場合と1回あたり10分の運動を3回行う場合では、同じ運動であれば、どちらも効果に差はありません。

★体力(全身持久力や筋力)の向上や運動器の機能向上を目指す場合は、1日30分以上の運動を週2回以上が最低限必要です。

運動は続けることが大切です。無理のないところから始めましょう。



### 生活習慣病予防の三本柱

生活習慣病の予防には、日常生活から規則正しい生活と適度な運動、休養を心がけましょう。

#### 運動する習慣を

運動は、生活習慣病や生活機能の低下を防ぎ、体力の維持・向上にもつながります。また、高齢期では、ロコモティブシンドローム(骨や筋肉などの衰えにより、歩行などに支障がある状態)や軽度認知障害の改善が期待できます。適度な運動を習慣にしましょう。(左枠参照)。

#### 食習慣を見直そう

▼自分の体重の変化や身体活動にあった適正エネルギー量の食事にする(右下枠参照)。  
▼必要な栄養素をバランス良くとる。野菜は1日350g以上

#### 1日の適正エネルギー量の目安

$$\text{標準体重(kg)} \times \text{生活活動量(25 \sim 35kcal/kg)}$$

身長(m)	身長(m)	× 22	生活活動量(kcal/kg)
□	□	× 22	・ 軽め(主としてデスクワーク) 25～30
			・ 中程度(主として立ち仕事) 30～35
			・ 重い(主として重労働) 35以上

#### 自分の適正エネルギー量を計算してみましょう

① 1日の適正エネルギー量

$$\text{標準体重(kg)} \times \text{生活活動量(kcal/kg)} = \text{適正エネルギー量(kcal/日)}$$

② 1食あたりのエネルギー量

$$\text{適正エネルギー量(kcal/日)} \div 3 \text{食} = \text{1食のエネルギー量(kcal)}$$

#### 減塩で若々しい血管に

塩分の摂り過ぎは、高血圧の原因になります。1日の塩分目標量は、男性8g未満・女性7g未満・高血圧の人6g未満です。毎月17日は「減塩の日」です。栄養表示を確認するなどして、減塩しましょう。



市ホームページでは、家庭で手軽に作れる「いつもの野菜de笑レシピ」などを紹介していますので、毎日の食事の参考にしてください。右の二次元コードからアクセスできます。

▼1日3食規則正しくとる。よく噛んで食べることで、血糖値の上昇を抑えることができます。

▼新鮮な食材や天然のだしを利用する。

▼シソ・シヨウウガなどの香りやレモン・スダチなどの酸味を上手に生かす。

▼しょうゆやソースは料理に直接かけずに、小皿にとってつける。

▼練り製品や加工肉のとりすぎに注意する。

◇ 麺類の汁はできるだけ残す。



生活習慣に関する疑問や悩みなどは、保健センターに気軽に相談ください。

「問い合わせ先保健センター」  
☎(656)0534  
FAX(656)0514

# 自宅のブロック塀を点検しよう

9月1日は「防災の日」

近年、地震による建物倒壊や局地的集中豪雨による浸水、土砂崩れなどの被害が毎年のように発生しています。

こうした自然現象は人間の力ではくい止めることはできませんが、災害による被害は、私たちの日頃の努力によって減らす

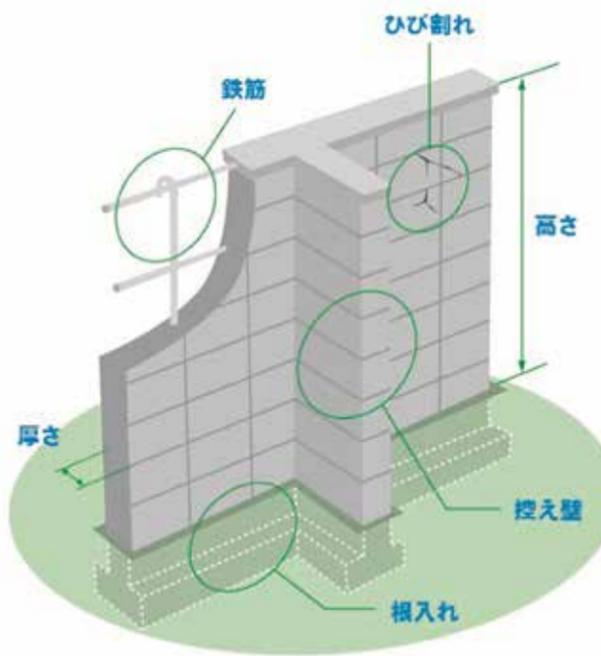
## ◆倒壊による被害

ことし6月に発生した「大阪北部地震」やこれまでの地震で、

「防災の日」です。9月1日は

これを機会に、もう一度防災について考えてみませんか。

## ■ブロック塀のチェックポイント



次の5項目をチェックし、一つでも不適合があるときやわからないことがあるときは、専門家に相談しましょう。

- 塀は高すぎないか  
塀の高さは地盤から2.2m以下か
- 塀の厚さは十分か  
塀の厚さは10cm以上か（塀の高さが2m超2.2m以下の場合15cm以上）
- 控え壁はあるか（塀の高さが1.2m超の場合）  
塀の長さ3.4m以下ごとに塀の高さの5分の1以上突出した控え壁があるか
- コンクリートの基礎があるか
- 塀の傾きやひび割れはないか

### ◆次の場合は専門家へ

- 塀の鉄筋が入っているか
  - ・塀の中に直径9mm以上の鉄筋が、縦横とも80cm間隔以下で配筋されており、縦筋は壁頂部および基礎の横筋に、横筋は縦筋にそれぞれかぎ掛けされているか。
  - ・基礎の根入れ深さは30cm以上か（塀の高さが1.2m超の場合）

出典：パンフレット「地震からわが家を守るう」日本建築防災協会 2013.1より一部改

## シビックセンター後期文化講座の受講生を募集します

**【対象】**18歳以上の人。ただし、「やさしいコーラス」は40歳以上の女性、「親子リトミック教室」は1歳半～5歳の子どもの保護者、「女性目線で考える“防災”」は子どもと女性が対象です。

※一部の講座は、受講料のほかにテキスト代や準備物などが必要な場合があります。詳しくはお問い合わせください。

**【申し込み方法】**9月13日(木)までに、直接または電話でシビックセンター3階事務室（元町1 ☎626-0408）へ。申し込み多数の場合は抽選になります。受講希望者が少ない講座は中止することがあります。

講座名	回数	定員	曜日	時間	受講料	
俳句	A	20	20人	水	10:00～12:00	11,820円
	B				13:30～15:30	
洋画	A	15	20人	土	13:00～15:00	8,870円
	B				15:00～17:00	
藍染・草木染教室	10	30人	水	10:00～15:30	11,820円	
藍研究コース	6	30人	水	10:00～16:00	9,150円	
織物	基礎	5	26人	木	10:00～16:00	8,330円
	応用 創作					
やさしいコーラス（合唱）	20	36人	木	10:30～12:30	11,820円	
歌唱教室	20	25人	水	13:30～15:30	11,820円	
やさしい自力整体	A	20	18人	金	13:30～15:00	9,150円
	B				15:15～16:45	
健康ヨガ	A	18	26人	月	13:00～14:30	8,700円
	B				14:40～16:10	
美容・健康・美顔ヨガ	18	26人	月	18:00～19:30	8,700円	
エアロビックダンス	20	26人	木	10:30～12:00	9,660円	
ゆがみ直し整体	18	26人	火	14:00～15:15	8,700円	
整体ピラティス	18	20人	火	15:30～16:45	11,200円	
太極拳・気功・ヨガ	20	20人	金	10:00～12:00	11,820円	
きもの着装	20	20人	木	19:00～21:00	12,750円	
アメリカンフラワー教室	20	20人	月	13:30～15:30	11,820円	
阿波踊りぞめぎ教室	18	20人	金	18:30～20:00	9,480円	
親子リトミック教室	A	20	10組	金	10:00～11:00	11,820円
	B				11:00～12:00	
パソコンインターネット活用講座	午前	20	15人	水	10:00～12:00	22,110円
					午後	
	夜間A	10	15人	木	19:00～21:00	11,050円
					午前	
	午後	20	15人	木	13:30～15:30	22,110円
	夜間A	10	15人	木	19:00～21:00	11,050円
健康と科学（薬の上手な使い方）	8	20人	月	13:30～15:30	6,000円	
書道を楽しむ	10	20人	月	10:00～12:00	6,900円	
墨絵・彩墨画	10	20人	月	10:00～12:00	6,900円	
口コモ予防！にこにこフィットネス	15	12人	火	10:00～11:30	13,710円	
簡単！本格的なハワイアンフラ	18	26人	水	13:30～14:30	9,770円	
笑いヨガ・整体	20	26人	木	15:00～16:30	10,650円	
イタリア語教室	A	18	15人	金	18:00～19:30	9,600円
	B				19:30～21:00	
暮らしに活かせる書道・ペン習字	18	20人	金	13:30～15:30	10,640円	
音楽で心も体も健康に	12	20人	金	13:30～14:30	5,640円	

### ◆まちかど博士講座

講座名	回数	定員	曜日	時間	受講料
女性目線で考える“防災”	1	20人	土	10:30～12:00	無料
天井絵考	1	20人	木	10:00～12:30	700円
源氏香と香の図、そして、計算表と香の図でデザイン	1	20人	木	10:30～11:30	無料
歴史文化遺産のブランド化	4	20人	木	13:30～15:00	無料

### ◆短期特別講座

講座名	回数	定員	曜日	時間	受講料
はじめて写経とちょっぴり法話	3	10人	月	10:00～11:30	2,880円

たくさんの方がブロック塀倒壊の被害に遭われています。倒壊すると、道路をふさぎ、避難や救助・消火活動を妨げる場合があります。より被害を拡大させ、大変危険です。

このような事故が起きないようにするためにも、ブロック塀を点検しておくことが大切です。

## ◆安全性を確認しよう

地震の揺れが起きたとき、人間はとつさに物陰に身を寄せると言われています。道を歩いているときに、地震にあえば、ブロック塀に身を寄せることが考えられます。身を寄せたブロック塀は安全でしょうか。

地震の揺れが起きたとき、人間はとつかに物陰に身を寄せると言われています。道を歩いているときに、地震にあえば、ブロック塀に身を寄せることが考えられます。身を寄せたブロック塀は安全でしょうか。

## ◆点検項目でチェック

「塀は高すぎないか」「塀の厚さは十分か」「控え壁はあるか」など左上枠の五つのチェック項目を確認してください。

不備があれば危険なので、付近通行者へ速やかな注意表示を行い、補修や撤去などを行います。

## ◆問い合わせ先 建築指導課

☎(621) 5272  
☎(621) 5273  
FAX(621) 5273

## 販路拡大支援セミナーを開催します

**【とき】**9月21日(金)15:00～17:00

**【ところ】**徳島経済産業会館3階会議室（南末広町）

**【内容】**「販路拡大をもっと効果的に戦略的に」と題した講義やグループでの意見交換など。講師は平井吉信さん(徳島県中小企業診断士会)

**【定員】**30人(先着) **【参加費】**無料

**【申し込み方法】**所定の申込書(市役所3階経済政策課で配布)に必要事項を書いて、ファクスまたはメールで徳島県中小企業診断士会(☎655-3730 ✉hanrokakudai@shindanshi.sakura.ne.jp)へ。電話でも申し込みできます。

**【問い合わせ先】**経済政策課(☎621-5225 FAX621-5196)

## とくしま創業塾を開催します

徳島市、徳島商工会議所、日本政策金融公庫徳島支店は、起業を目指す人などを対象にセミナーを次のとおり開催します。

**【とき】**▷基礎講座(全6回)=10月3日(水)・5日(金)・10日(水)・12日(金)・17日(水)・19日(金)各日18:30～21:00▷応用講座(全10回)=10月24日～12月26日の毎週水曜日18:30～21:00※補習授業あり

**【ところ】**徳島経済産業会館3階会議室（南末広町）ほか

**【内容】**▷基礎講座=創業資金の制度説明、商品をお客様に知ってもらうには▷応用講座=コンセプトを考える、収支計画と資金計画など

**【定員】**基礎講座・応用講座各30人(先着) **【参加費】**無料

**【申し込み方法】**参加申込書(市役所3階経済政策課などで配布。市ホームページからダウンロード可)に必要事項を書いて、郵送またはファクスで徳島商工会議所経営支援部(〒770-8530 南末広町5-8-8 ☎623-8504 ☎653-3211)へ。

**【問い合わせ先】**経済政策課(☎621-5225 FAX621-5196)

INFORMATION

# とくしま 掲示板

## 募集

### 徳島市インターネットアンケート

徳島市では、市民の皆さんのご意見を市政に反映させるため、市HPで「徳島市インターネットアンケート」を次のとおり行っていますので協力ください。

● 市政に関心をお持ちで、次の条件を全て満たす人 ▶ 市内在住・在勤・在学の15歳以上 ▶ インターネットによるホームページの閲覧と日本語の回答ができる

【テーマ】広報紙「広報とくしま」に関する調査

【回答方法】9月7日(金)までに市HP「徳島市インターネットアンケート」回答フォームから回答してください。回答者の中から抽選で20人に500円分の図書カードを進呈

● 広報広聴課(☎621-5091)

### 食育講座

● 9月6日(木)14:30~15:30  
● 子育てほっとスペースすきっぷ(籠屋町1) ● 管理栄養士による食習慣などの講座 ● 就学前の子どもとその家族  
● 子育てほっとスペースすきっぷ(☎626-5454)

### くらしの講座

● 9月21日(金)13:30~14:30  
● アミコビル2階ミーティングルーム ● 「クレジットカードの仕組みと賢い利用法」をテーマに日本クレジット協会の番匠さんが講演 ● 徳島市、石井町、神山町、佐那河内村在住の人 ● 40人(先着)  
● 消費生活センター(☎625-

日…日時 場…場所 内…内容 対…対象者 員…定員 費…費用(表記なしは無料) 準…準備物 申…申し込み方法 問…問い合わせ先  
☎…電話番号 / FAX…ファクス / HP…ホームページ / ※…メールアドレス / ★電子申請可…市ホームページ「電子申請」から申し込み可

2326)

### ツールペインティング&クラフト交流講座

● 9月25日、10月2日・9日・23日・30日、11月6日の火曜日各日10:00~12:00(全6回) ● 加茂名中央会館(庄町5) ● 10人(先着)  
● 同会館(☎631-3734)

### 古代ロマンへの旅バスツアー

● 10月21日(日)7:00~19:00 ● 考古資料館(集合場所) ● 奈良県明日香村を巡るバスツアー ● 小学生以上 ※ 小学生は保護者同伴 ● 40人(先着) ● 7,000円程度  
● 9月21日(金)から電話または直接、同館(☎637-2526)へ

## 催し

### 観月茶会

● 9月9日(日)15:00~18:00 ● 徳島城博物館和室 ● 茶道裏千家淡交会徳島支部による中秋の名月にあわせた茶会 ● 600円 ※ 別途入館料が必要  
● 同館(☎656-2525)

### ニュースポーツのつどい

● 9月15日(土)9:00~12:00 ● 内町小学校体育館・グラウンド ● カローリングとペタンク ● 市民 ● 体育館シューズ  
● スポーツ振興課(☎621-5427)

### 障害者スポーツ大会

● 9月16日(日)10:00~14:30 ● とくぎんとモニアリーナ(市立体育館) ● 気軽に参加できるレクリエーション競技や団体競技 ● 障害のある人とその家族  
● 市身体障害者連合会(☎623-3065)、障害福祉課(☎621-5177 FAX621-5300)



## お知らせ

### 海区漁業調整委員会委員選挙人名簿の登録申請を受け付け

● 9月5日(水)まで8:30~17:00 ● 市役所9階選挙管理委員会事務局(1日・2日は市役所地下1階当直室) ● 次の全てに該当する人 ▶ 9月1日現在市内に住所または事業場を有している ▶ 年間90日以上漁船を使用する漁業を営むか、漁業者のために漁船を使用して行う水産動植物の採捕や養殖に従事している ▶ 平成12年12月6日以前の生まれ  
● 同事務局(☎621-5373)

### 選挙人名簿の異議申し出を受け付け

● 9月4日(火)~8日(土)各日8:30~17:00 ● 市役所9階選挙管理委員会事務局(8日は市役所地下1階当直室) ● 9月3日に新たに選挙人名簿に登録した人(9月1日現在登録資格者)と、9月3日までに新たに在外選挙人名簿に登録した人の異議の申し出を受け付けます  
● 同事務局(☎621-5373)

### こころの健康相談を実施

● 9月10日(月)~14日(金)各日10:00~12:00、13:00~15:00 ● ふれあい健康館 ● 臨床心理士によるこころの健康相談(1人30分)  
● 直接、同館1階総合受付へ ◆ パネル展を開催  
● 9月10日(月)~16日(日)各日9:00~17:00 ● 同館1階きっかけ空間 ● 自殺予防啓発についてのパネルを展示  
● 保健福祉政策課(☎621-5562)

### 長寿のお祝いを贈呈

9月15日~21日は長寿者を敬愛し、長寿を祝う老人週間です。市では敬老の意を表す

ため、101歳以上(大正6年9月21日以前の生まれ)の人には祝い金を9月17日(祝)に、米寿(昭和4年10月1日~昭和5年9月30日の生まれ)の人にはギフト券を9月末までに、自宅を訪問し贈呈します。届かない人はご連絡ください。  
● 高齢福祉課(☎621-5176)

### 国民健康保険脳ドックを実施

● 11月1日~平成31年3月31日 ● 市内委託医療機関(申請時に選択) ● 申請月に30歳以上74歳以下(ただし申請日時点で75歳未満)で、市国民健康保険に1年以上加入し、保険料を完納している世帯の人(平成29年度の受診者を除く) ● 400人(抽選) ● ¥6,300円  
● 9月10日(月)~28日(金)に、保険証を持って、市役所1階保険年金課7番窓口(☎621-5159)へ。電話での申し込みやキャンセル待ちは不可

### 国民健康保険被保険者証を更新

新しい被保険者証(緑色、有効期限は平成31年9月30日)を対象者に9月末までに郵送します。10月1日以降に診療を受ける際は、新しい被保険者証を提出してください。  
● 保険年金課(☎621-5157)

### 住宅・土地統計調査にご協力

10月1日を基準日として住宅・土地統計調査が実施されます。県知事の任命を受けた調査員が調査の対象となる世帯を訪問しますので、ご協力をお願いします。  
● 情報推進課(☎621-5470)

### 特定計量器(はかり)の定期検査を実施

取引や証明に使用する「はかり」は、計量法に基づく定期検査を受けることが義務づけられています。該当する「はかり」を所有している場合は、県

知事が実施する定期検査を受けてください。検査日や検査場所など詳しくは、市HPをご覧ください。

● 徳島県立工業技術センター(☎669-6369)、経済政策課(☎621-5225)

### 下水道排水設備工事責任技術者更新講習

● 11月18日(日)13:30~ ● 徳島健康科学総合センター(川内町平石住吉) ● 登録有効期間が平成31年3月31日までの人 ● 9月28日(金)までに、徳島県建設技術センター(☎624-7950)へ

### 徳島スポーツフェスティバルを開催

● 9月17日(祝)10:00~17:00 ● アスティとくしま(山城町東浜傍示) ● 20種類以上のスポーツ体験やステージイベントなど ※ 詳しくは徳島青年会議所HPをご覧ください。右の二次元コードからもアクセス可。

● 同会議所(☎623-1478)、スポーツ振興課(☎621-5426)

### 休日に国保料・後期保険料の納付窓口を開設

● 9月9日(日)・23日(祝)各日8:30~12:00 ● 市役所1階保険年金課 ● 国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の納付や納付相談ができる臨時窓口を開設。納付書がなくても納付可。当日は市役所東側駐車場(JR線路沿い)が利用できます  
● 同課(☎621-5165・5384)

**9月の休日窓口(毎月第2・4日曜日)**  
● 9日(日)・23日(日)各日8:30~12:00 ● 市役所1階 ● 住民異動届、住民票・戸籍謄抄本の交付、印鑑登録など  
● さわか窓相談室(☎621-5039)

## 市民病院職員採用試験(事務職)を実施

【第一次試験日】10月21日(日)  
【試験会場】徳島大学教養教育4号館(南常三島町1)  
【募集職種】事務職、事務職(法務)  
【採用予定人員】各1人程度  
【受験資格】▶事務職=昭和57年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人 ▶事務職(法務)=昭和49年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人で、学士(法学)の学位を持ち法律関係の職務経験が通算5年以上ある人か、法科大学院を修了した人  
【試験要綱・申込書】市民病院1階総合相談窓口・3階総務管理課、市役所1階案内で配付。市ホームページからダウンロード可  
【申し込み方法】9月3日(月)~21日(金)(消印有効)に、所定の申込書で郵送または直接、市民病院総務管理課(〒770-0812 北常三島町2-34)へ。なお、インターネットでは申し込みできません。詳しくは市ホームページをご覧ください  
【問い合わせ先】市民病院総務管理課(☎622-9323)

## 前期文化講座修了作品展と発表会を開催

◆修了作品展  
【とき・内容】▶9月15日(土)~17日(祝)=染め、織物、アメリカンフラワー▶9月18日(火)~20日(木)=俳句、洋画、アメリカンフラワー ※ 時間は各日9:00~21:00(15日・18日は12:00~、17日・20日は16:00まで)  
【ところ】シビックセンター3階ギャラリー、市民ギャラリー  
◆発表会  
【とき・内容】▶9月16日(日)14:00~16:00=きもの着装▶9月19日(水)13:30~15:30=歌唱▶9月20日(木)11:00~12:00=やさしいコーラス  
【ところ】シビックセンター4階さくらホール、活動室4  
【問い合わせ先】シビックセンター(☎626-0408)



## 農商工連携等支援事業講演会を開催

【とき】10月17日(水)14:00~16:00  
【ところ】徳島合同庁舎A会議室(新蔵町1)  
【内容】「販路開拓のための取り組みなど」をテーマに、オイシックス・ラ・大地の阪下さんが講演  
【申し込み方法】9月28日(金)までに電話またはファクス、メールで名前、電話番号、参加人数を市役所3階農林水産課(☎621-5246 FAX621-5196 ✉norin\_suisan@city-tokushima.i-tokushima.jp)へ

## とくしま植物園の各教室の受講生を募集します

### ◆ドライフラワーアレンジメント教室

【とき】10月5日(金)10:00~12:00

【内容】ボールアレンジ

【定員】15人(抽選)

【参加費】1,600円

### ◆わくわく自然教室

【とき】10月6日(土)13:00~15:30

【内容】アオギリなど空飛ぶ種をとばせてみよう

【定員】20人(抽選)

【参加費】400円

### ◆雑草いけばな教室

【とき】10月7日(日)10:00~12:00

【内容】花、草を生ける

【定員】20人(抽選) 【参加費】800円



### ◆フラワーアレンジメント教室 秋コース

【とき・内容】▷10月10日(水)、11月14日(水)=季節の花を使ってフラワーアレンジメント▷11月28日(水)=クリスマステーブルアレンジメント※時間は各日10:30~12:30。

【定員】19人(抽選)

【参加費】6,500円(3回分)

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【対象】市内在住・在勤・在学の人

【申し込み方法】9月10日(月)(消印有効)までに、はがきに、教室名、住所、名前、電話番号、市外の人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 ☎636-3131)へ。市ホームページ「電子申請」からも申し込み可

## 秋の企画展

### 「阿波徳島の祭礼絵巻」を開催します

近世く近代の阿波徳島では多くの祭礼が行われていました。現在、世界的にも有名な阿波おどりが、徳島城下で行われた先祖



▲市指定文化財 宮嶋金毘羅神社 縁起絵巻(部分)

祖供養の盆踊りに始まる近世の都市祭礼として盛んになったことはよく知られています。これから祭礼のにぎわいや次第を伝え、記録していくために制作されたのが祭礼絵巻です。

今回の企画展では、阿波徳島の祭礼文化を読み解くための貴重な手がかりともいえる「徳島孟蘭盆組踊之図」や今回が初めての一般公開となる「宮嶋金毘羅神社縁起絵巻」などの祭礼絵巻を展示します。

しみて下さい。  
【とき】10月28日(日)まで各日9時30分~17時(入館は16時30分まで)

### ◆展示解説

【とき】9月9日(日)、10月7日(日)各日13時30分~14時30分

### ◆講演会「宮嶋金毘羅神社縁起絵巻を読み解く」

【とき】10月14日(日)13時30分~15時

【講師】宮城一木(市教育委員会 社会教育課)、小川裕久(同館 学芸員)

◇ ◇ ◇ ◇ ◇  
【休館日】月曜日(9月17日)・24日、10月8日(は開館)、9月18日(火)・25日(火)、10月9日(水)

【入館料】大人300円、高校・大

## 「徳島市民スポ・レクフェスティバル」の参加者を募集します

明るく健康な市民生活を実現することを目的に、「徳島市民スポ・レクフェスティバル」を下表のとおり開催します。総合開会式は、10月14日(日)9:00~9:20、徳島市民吉野川運動広場多目的広場B(屋外種目)およびとくぎんトモニアリーナ(市立体育館)第一競技場(屋内種目)で開催します。

【問い合わせ先】徳島市民スポ・レクフェスティバル実行委員会事務局(☎621-5427)

種目	実施日	開催場所	対象	申し込み・問い合わせ先
ソフトテニス	9/29(土) 9:00~	J Aバンクテニスプラザ	市民および市ソフトテニス連盟加盟クラブ員	9/12(水)までに徳島市ソフトテニス連盟(☎090-1174-8849)へ
ハンドボール	10/6(土)・7(日) 各日9:00~	徳島県立城北高等学校グラウンド	市内ハンドボール愛好者	9/8(土)までに徳島市ハンドボール協会(☎090-1325-6589)へ
軟式野球	10/14(日) 8:00~	徳島市民吉野川運動広場野球場I~III	市民	9/28(金)までに徳島市軟式野球協会(☎080-6830-7587)へ
ソフトボール	10/14(日) 9:00~	徳島市民吉野川運動広場ソフトボール場A~D	一般男女(原則として市協会登録チーム)	10/1(月)までに徳島市ソフトボール協会事務局(☎631-3721)へ
チビッコラグビー	10/14(日) 9:00~	徳島市民吉野川運動広場ラグビー場	市内在住の3歳~小学生	9/28(金)までにチビッコラグビー事務局(☎654-5634)へ
婦人バレーボール	10/14(日) 9:00~	徳島市B & G海洋センター体育館	市民(20歳以上の女性)	10/6(土)までに徳島市バレーボール協会(☎090-1000-4316)へ
ライフル射撃	10/14(日) 9:30~	徳島市ライフル射撃場	市民	徳島県ライフル射撃連盟(☎644-3955)※当日受け付け
ローラースポーツ	10/20(土)・21(日) 各日12:00~	徳島市立スポーツセンター	市民	10/12(金)までに徳島市ローラースポーツ協会事務局(☎090-1573-6645)へ
バウンドテニス	9/30(日) 9:00~	J Aバンク蔵本公園体育ホール	市内在住・在勤の人	徳島市バウンドテニス同好会事務局(☎090-1322-6038)※当日受け付け
カローリング	10/7(日) 9:00~	徳島市内町小学校体育館	小学生以上の市民	9/28(金)までにスポーツ推進委員会事務局(☎621-5427)へ
体操	10/7(日) 9:30~	徳島市立体操センター	3歳以上の市民	9/21(金)までに徳島市体操協会事務局(☎662-6669)へ
ゲートボール	10/14(日) 9:00~	吉野川大橋下河川敷	市民および市ゲートボール協会会員	9/30(日)までに徳島市ゲートボール協会(☎662-3612)へ
グラウンド・ゴルフ	10/14(日) 9:00~	徳島市民吉野川運動広場多目的広場B	小学4年生以上の市民および市グラウンド・ゴルフ協会会員	9/21(金)までに徳島市グラウンド・ゴルフ協会(☎631-9537)へ
ベタンク	10/14(日) 9:00~	徳島市民吉野川運動広場サッカー場III	小学生以上の市民	10/7(日)までに徳島県ベタンク連盟事務局(☎090-4336-4934)へ
ラージボール卓球	10/14(日) 9:00~	とくぎんトモニアリーナ(市立体育館)第一競技場	市民および市内在勤の人	10/1(月)までに徳島市卓球協会(☎080-4038-7798)へ
民踊	10/14(日) 10:00~	とくぎんトモニアリーナ(市立体育館)第二競技場	市民および民踊愛好者	徳島市民踊協会事務局(☎645-2390)※当日受け付け
フォークダンス	10/14(日) 13:00~	とくぎんトモニアリーナ(市立体育館)第二競技場	市民およびフォークダンス愛好者	徳島フォークダンス研究会(☎696-3589)※当日受け付け
ウォーキング	10/28(日) 9:30~	徳島市立考古資料館集合	市民およびウォーキングメイト会員	10/13(土)までに徳島市ウォーキングメイトの会事務局(☎090-4503-4030)へ
サイクリング	11/11(日) 9:30~	徳島市役所前集合	小学4年生以上の市民	11/6(火)までに徳島市サイクリング協会事務局(☎669-0585)へ
ミックスバレーボール	11/25(日) 9:00~	徳島市B & G海洋センター体育館	市民	11/10(土)までに徳島市バレーボール協会(☎090-1000-4316)へ

## ガラスのウェルカムボードを作ませんか

徳島ガラススタジオで、ガラス工芸の技法を用いてガラスのオブジェを作る講座を開催します。

【とき】9月30日(日)9時30分~正午(午前の部)、13時30分~16時(午後の部)  
【会場】徳島ガラススタジオ(勝占町中須)  
【内容】泡入り透明ガラス

学生200円、中学生以下無料  
【問い合わせ先】徳島城博物館(☎656)2525



## 阿波牛ファミリーバーベキューのチケットを販売します

阿波牛の普及促進のため、阿波牛ファミリーバーベキューを開催します。参加はチケット制で前売りのみです。



【とき】10月8日(祝)10:30~13:30(受け付けは12:30まで)

【ところ】吉野川河川敷広場(吉野川橋南詰西側)  
【チケット】▶ファミリー券8,000円(阿波牛肉1kg・野菜・たれ)  
▶BIGファミリー券12,000円(阿波牛肉1.5kg・野菜・たれ)  
※枚数に限りあり。皿と箸(6人分まで)は用意しています。  
【販売場所】▶小山助学館本店(万代町)▶平惣徳島店(沖浜)  
▶市内の阿波牛取扱店(徳島県阿波牛販売推進協議会加盟店)  
【問い合わせ先】徳島県食肉事業協同組合連合会(☎654-1012)、農林水産課(☎621-5252、5248)