

住みたい 住んでよかった 魅力いっぱい 元気な浜田

～ 豊かな自然、温かい人情、人の絆を大切にするまち ～



はまだ

令和2年

3

No.227

「北前船」が僕らの遊び場

北前船寄港地フォーラム in 浜田 3月14日開催

特集

いつまでも元気でいきいきと長生きしたい
健康づくり・介護予防に取り組みましょう



浜田城の下を航行する北前船CG（制作：㈱エス）

北前船寄港地フォーラム in 浜田

日時 会場

3月14日（土） 午前10時～午後5時30分

石央文化ホール 大ホール

入場無料
当日入場可

江戸時代から明治にかけて、日本の物流を支えた商船「北前船」。皆さんは、浜田の発展と深い関わりがあったことをご存知ですか？

浜田開府四百年祭を締めくくる「北前船寄港地フォーラムin浜田」を開催します。

江戸時代から明治にかけて北前船寄港地として繁栄した外ノ浦の町並みや日和山方角石などの文化財が、平成30年に日本遺産「荒波を越えた男たちの夢が紡いだ異空間」北前船寄港地・船主集落」に追加認定されました。

中央省庁をはじめ全国の北前船寄港地の自治体や経済団体を迎え、石見地域の歴史・文化を活かした観光振興について考えます。

問合せ

観光交流課観光企画係
☎ 25-95330



外ノ浦の全景（東から望む）

北前船寄港地フォーラムとは

「北前船」とは、江戸時代中頃から明治にかけて、西廻り航路により北海道から大坂の間を往来した和船のことです。北前船の商いは、港で安い商品を仕入れ、別の港で高く販売する買積み方式により利益を得ていました。

本市を含む多くの地域の食や文化に影響を与えたといわれる「北前船」。寄港地など関係の深い地域で開催されるフォーラムを、本市では浜田開府四百年記念事業の一環として開催し、浜田と北前船の歴史を知っていただきます。

浜田と北前船の関わり

浜田藩には外ノ浦、瀬戸ヶ島、長浜の三つの貿易港があり、北海道・北陸方面と瀬戸内・大坂方面との貿易が行われました。

特に外ノ浦は、城下町に隣接する風待ち港として発展し、多くの北前船が寄港しました。天保年間（1830-1843）に作られた「国々湊くらべ」では東前頭八枚目に番付されています。



北前船の模型
（浜田城資料館）

特別セミナー 午前10時～正午

テーマ「二つの日本遺産 北前船と石見神楽で広がる地域交流別セミナー」

・セミナー1 講師 阿部志朗さん（益田翔陽高等学校教諭）
・セミナー2 講師 藤原宏夫さん（島根県文化財課企画員）

フォーラム 午後1時30分～5時30分

テーマ「歴史・文化を活かした地域活性、地方の観光新時代」

・アトラクション 石見神楽「恵比須」（親子）

基調講演1

講師 富樫篤英さん（国土交通省観光庁観光地域振興課長）
日本の観光政策の現状と今後の展開について講演します。

基調講演2

講師 丁野朗さん（東洋大学大学院国際観光学部客員教授）
日本遺産選定委員でもある丁野さんが、日本遺産を活用した地域活性化について講演します。

パネルディスカッション

テーマ「歴史文化を活かした観光振興にどう取り組むか？」

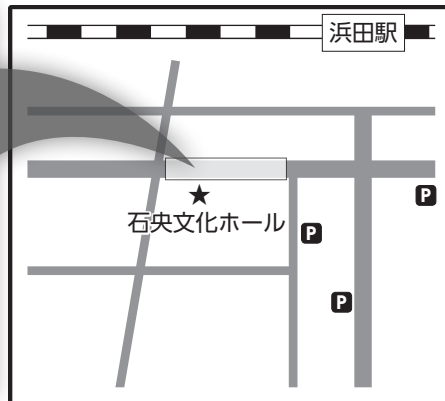
～石見エリアへの観光・交流人口の拡大に向けて～
コーディネーター 丁野朗さん
パネリスト 富樫篤英さん
下森博之さん（津和野町長）
斉藤裕子さん（浜田市出身フリーアナウンサー）
久保田章市（浜田市市長・石見観光振興協議会会長）

※ 内容は変更する場合があります。

キラピカ9フェス

フォーラム会場前で、石見地域9市町のキラリと光る品が一堂に集う「キラピカ9フェス」を開催します。大自然の中で育った海の幸、山の幸をふんだんに使ったグルメをはじめ、石見神楽や「美肌県しまね」を代表する温泉の手湯体験など、石見地域の魅力を存分にお楽しみください。

時間 午前10時～午後3時
会場 石央文化ホール前 歩行者天国



キラピカ9フェス

フォーラム会場前
歩行者天国
午前10時～午後3時

交通規制
午前7時～午後5時



大麻公民館の皆さん



久代らんらんサロンの皆さん

◀ いすに座ったりつかまったりしてゆつくりと動かします

いきいき百歳体操とは、高知県高知市で作成された、高齢者の介護予防に効果的な体操です。自分に合った重さのおもりを手首や足首につけ、DVDを見ながらリズムに合わせてゆつくりと動かしていきます。いきいき百歳体操を行うことによって、日常生活に必要な筋肉を鍛えることができ、筋力やバランス能力を高める効果が期待できます。浜田市には、現在、いきいき百歳体操を実施しているグループが27あります。浜田市では、いきいき百歳体操を継続実施するグループ

◀ 手首や足首におもりをつけて動かす運動もあります

や地域のサロン活動を支援しています。これから始めてみたいというグループ（おおむね5人以上）は、お問い合わせください。

出前講座を行っています

浜田市では、地域のサロンや団体などに市の保健師や看護師、栄養士などの専門職が向いて、様々な健康づくり・介護予防についての話などをする出前講座を実施しています。

出前講座の一覧は、次のとおりです。内容は、希望に応じて調整します。お気軽にお問い合わせください。

健康づくり・介護予防出前講座一覧

	講座名	主な内容	スタッフ
共通	はまだ健康チャレンジ	健康寿命をのばすための「運動」「食生活」「社会参加」についての話、「はまだ健康チャレンジ事業」について説明します。	
1	測って納得！健康チェック	<測定内容> ○血圧 ○骨密度 ○血管年齢 ○体組成（体重・体脂肪・脚力など） ○食事バランス ○脳年齢（物忘れの傾向を測定）など	保健師 看護師 栄養士
2	「介護予防体操」を体験しよう！	「介護予防体操」を皆さんで体験します。	保健師 看護師
3	健康長寿のための健康づくり～介護予防で健康寿命を延ばそう！～	健康で自立して暮らすための要点をお話しします。 (例)フレイル(虚弱)予防、閉じこもり予防、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）予防について など	保健師 看護師 栄養士
4	がん・生活習慣病の予防について	高血圧、糖尿病、脳卒中などの生活習慣病の予防について、日常生活のポイントをお伝えします。また、正しいがんの知識や予防、検診についてお話しします。	保健師 看護師 栄養士
5	「しっかり」食べて低栄養を防ごう！	高齢になってからの食事の摂り方、健康を保つためのポイントについてお話しします。	栄養士
6	歯と口の健康づくり	口腔の状態は全身の健康にとても関係します。口腔ケア、義歯の手入れ方法、口腔体操などお話しします。	歯科衛生士 (要相談)
7	もっと知ろう！薬のこと	薬の飲み方、内容などをわかりやすくお話しします。	薬剤師 (要相談)
8	転ばない環境整備～手すりはどこにつける？～	転ぶ場所は、意外にも「自宅の居間」が多いことが知られています。講座では「転ばぬ先のご自宅の改良のポイント」についてお話しします。	作業療法士 (要相談)
9	気になる認知症のこと	年齢とともに気になってくるのが認知症。認知症の正しい知識や予防するための生活のポイント、相談窓口などについてお話しします。	保健師 看護師

健康づくり・介護予防に取り組みましょう

問合せ
健康医療対策課健康づくり係
☎ 9311

いつまでも

元気でい

いきいきと

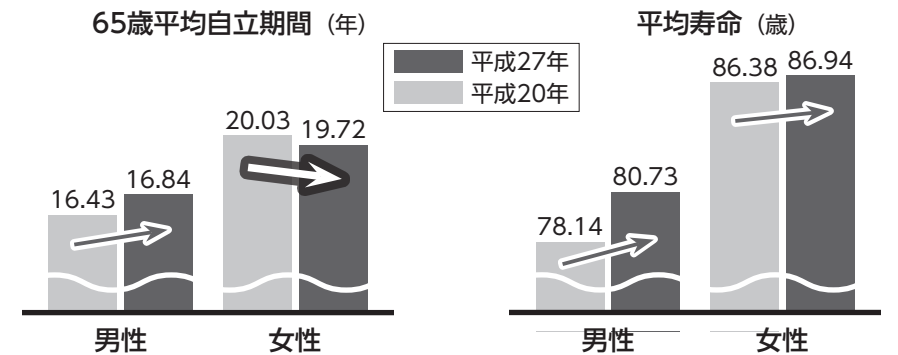
長生きしたい

浜田市の平均寿命と要介護認定率

浜田市の平成27年の平均寿命は、男性80・73歳、女性86・94歳となっており、男女とも延びています。しかし、平均自立期間は、男性はやや延びていますが女性はやや延びており、特に女性の健康寿命を延ばすことが課題となっています。

浜田市の平成30年度の要介護認定率は23・2%となっており、介護予防に関する取り組みが必要となっています。

いつまでも元気でいきいきと長生きするために、食事や運動、社会参加などの健康づくり・介護予防に取り組んでみませんか。



認定率（％）		要支援・要介護認定者数（平成30年度）							（人）
浜田市	23.2	第1号 被保険者	要支援		要介護				
島根県	20.8 <th>1</th> <th>2</th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5</th>		1	2	1	2	3	4	5
全国	18.3	19,719	341	613	864	1,093	675	512	475

私 たちは、平成29年1月か
らいいきいき百歳体操を始
めました。坂本地区では様々
な集まりがあったのですが、
徐々に少なくなり、自分たち
で集まる場が必要と感じ、サ
ロンを立ち上げようというこ
とになりました。その時に
ちょうどいきいき百歳体操の
話があり、やってみようとい
うことになりました。いき
いき百歳体操を始めてから
3年が経ち、今では79歳から
92歳まで、幅広い年齢の人が
集まって、男性も3人います。



□□□□□□□□□□

私たちも、みんなで集まっていきいき百歳体操をすることを楽し
みにしています。ぜひやってみてください。

なごみ会 (旭町坂本)



いきいき百歳体操で集まるのが楽しみ

□□□□□□□□□□



◀ 3年継続し表彰を受けました

坂 本地区は、昔からいろ
んな集まりがあったけど、
だんだんとなくなっていま
いました。でも、いきいき百歳
体操に集まることで、人に会
い、おしゃべりできるのが良
かったことです。一人暮らし
で人と話すことは減ってし
まったけど、今は外に出て人
と話すことが楽しみです。そ
うすることで安否確認もでき
ています。

い きいき百歳体操を続けて
みた効果は、立ち座りが
楽になったことです。今まで
は立ち上がりがしんどかった
けど、今はそんなに辛くなく
なりました。布団の出し入れ
なんかも自分ででき、楽にな
りました。体は動かさないと
だめになるなあと思いました。



□□□□□□□□□□

い きいき百歳体操を始めた
きっかけは、隣の熱田町
5町内で行っているとい
き、興味を持ち体験してみ
たことでした。そうしたら、と
ても良い体操でしたので、私
たちの町内でもやってみた
いと思って、熱田七福会の事業
として立ち上げました。令和
元年10月から始めて、参加者
は5・6人くらいだったの
ですが、5か月経った今では12
人にまで増えました。初めは
人が集まるか心配でしたが、
少人数でもやってみよう
と思って始めました。

いきいき百歳体操でずっと元気に



いきいき百歳体操をやって、みんなで健康寿命を延ばしましょう。
ずっと元気でいたいので、これからも続けていきたいと思います。

熱田七福会 (熱田町)

□□□□□□□□□□

良 かったと思うことは、ま
ずはやっぱり体操をする
ことで、体力がついて、転び
にくくなったと思います。あ
とは、体操以外にも人との交
流が増えました。家では1人
のことが多かったですが、今
は体操に行くのが楽しみに
なっています。先ほども言
いましたが、1人でやるよりも
みんなでやるのが続くコツ
で、とても大事だと思います。

始 めてみて変わったことは、
今まで集まりに来っていな
かった人も来るようになった
ことです。私たちは週1回
やっていますが、皆さん休ま
ずに来るので、これならやっ
ていけそうだと思います。ね
家に1人でいる人に声をかけ
たりもしています。家で1人
でいるより、みんなでやる方
が楽しいし、みんなでやるか
ら続いていると思います。

ゆ つくりなテンポで動かす
ので、終わった後に運動
したという実感がありません。
今まではあまり動かさなかつた
部分も動かすので、体に応え
ますね。ただ、少しずつ慣れ
てきて、中にはおもりの重さ
を増やす人もいます。また、
自分たちでおもりをまとめ買
いしました。

(旧) 敬老乗車券の使用期限は3月31日です

使用期限が平成31年3月31日と記載のある、
(旧) 敬老乗車券（ピンク・ブルー）の使用期
限は令和2年3月31日です。

使用期限を過ぎると使用ができませんので、
(旧) 敬老乗車券がお手元に残っていないか今
一度ご確認ください。

※ 返金や交換はできません。



問合せ まちづくり推進課地域交通学校支援係 ☎️📞9201

公共下水道使用料の納入通知書が変わります

市では、公共下水道事業の経営状況や財政状態
をより明確にし、経営の効率化・健全化を図るこ
とを目的として、4月から地方公営企業法の財務
規定を適用し、公営企業会計に移行します。

このことにより、ほかの下水道事業と区別する
ため、4月以降に送付する公共下水道使用料の納
入通知書をオレンジ色の用紙に変更します。納付
方法は変更ありません。

また、現在口座振替を利用している人も、企業
会計移行に伴う変更手続は不要です。

農業及び漁業集落排水処理施設、市が設置して
いる浄化槽の使用料については、これまでどおり、
緑色の納入通知書のままで変更ありません。

各使用料の納入通知書の色

・公共下水道



オレンジ色

・農業集落排水処理施設
・漁業集落排水処理施設
・市が設置している浄化槽



これまでどおり
緑色

※ 納付方法は変更ありません

問合せ 下水道課管理係 ☎️📞9640



プレミアム付商品券 浜田市トクトク商品券

～商品券の使用期限は3月末まで～

浜田市トクトク商品券の使用は3月31日で終わります。
期間を過ぎた場合は無効となりますのでご注意ください。

※ 余った商品券の返品及び払い戻しはできません。

問合せ 地域福祉課地域福祉係（商品券専用）☎️📞9303

使用期限
3月31日まで

転入・転出・転居の 手続をお忘れなく

「くらしの情報広場」もご覧ください。
・飼い犬の手続 …………… P18
・ごみ処理場への直接搬入 …………… P19
・原付・軽自動車などの廃車手続 … P20

引っ越したときは、
速やかに届出をしてください

問合せ 総合窓口課住民異動係
☎️📞9401
各支所市民福祉課

住所変更の形態	届出の 種類	届出の時期
浜田市外から市内 に引っ越したとき	転入届	引っ越した日から14日以内
浜田市内から市外 へ引っ越すとき	転出届	新住所が決まったら速やかに
浜田市の中で引っ 越したとき	転居届	引っ越した日から14日以内

※ 転入届の場合は、事前に前住所の市区町村役
場へ転出届を行ってください。

届出先 総合窓口課及び各支所市民福祉課・地域行政窓口
（浜田・弥栄自治区）

※ 地域行政窓口を利用する場合は、別途、総合窓口課又
は各支所市民福祉課での手続が必要となる場合があります。

注意事項 マイナンバー（個人番号）カード（又は通知カー
ド）・住民基本台帳カードを忘れずに持参してください。

水道の使用開始・中止の手続はお早めに

問合せ 上下水道部管理課料金係
☎️📞9903

毎年、3月から4月にかけては、転入・転出・転
居が多く、当日水道の開け閉めの連絡をいただい
ても、すぐに対応することが困難な状況となります。
できるだけ手続を円滑に行うため、実際に水道を使
用開始、又は中止する日から3営業日前までに電話
で連絡をお願いします。

電話受付時に、契約者氏名など必要事項について
お聞きします。

連絡先 上下水道部管理課料金係 ☎️📞9903

受付時間 月～金曜日（祝日を除く）

午前8時30分～午後5時15分

受付時間以外で、水道の使用開始、又は中止が必要となっ
た場合の連絡先

浜田市水道事業協同組合 ☎️📞3722

※ 水道事業協同組合が開閉栓に伺います。その際、届出
用紙をお渡ししますので記入をお願いします。

平日窓口業務の延長と特別開設窓口を行います（本庁のみ）

【平日延長窓口（月～金）】

3月26日(木)～4月3日(金) 午後7時まで

利用できる手続・問合せ

総合窓口課 総合窓口係 ☎️📞9400

住民異動届（転入・転出・転居・世帯変更など）、
印鑑登録、各種証明書の交付（住民票の写し、戸
籍謄抄本、印鑑登録証明書、所得・課税証明書）

保険年金課 国保係 ☎️📞9410

医療年金係 ☎️📞9411

国民健康保険、後期高齢者医療、福祉医療、乳幼
児等医療、国民年金の各種申請・届出

子育て支援課 保育所幼稚園係 ☎️📞9330

子育て政策係 ☎️📞9331

子育て支援係 ☎️📞9331

保育所（園）入退所、児童手当、児童扶養手当、
放課後児童クラブ入退会の各種申請・届出

上下水道部管理課 料金係 ☎️📞9903

水道の利用に関する諸手続

【特別開設窓口】

3月29日(日)・4月4日(土) 午前8時30分～午後0時30分

注意事項

・本庁のみの実施で、各支所・公民館の地域行政窓口では
実施しません。

・住所変更にはマイナンバー（個人番号）カード（又は通
知カード）・住民基本台帳カードが必要です。

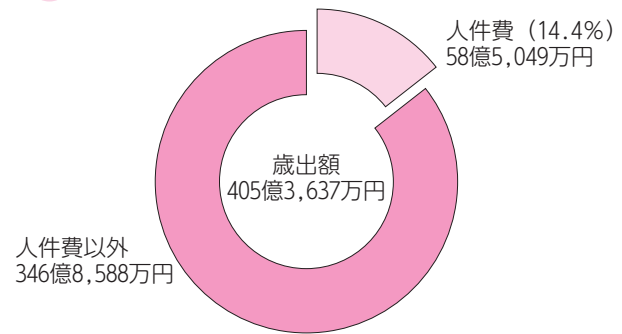
・マイナンバー（個人番号）カード・住民基本台帳カード
を利用した転入などの届出は、なるべく平日時間内に来
てください。転出元自治体の事情により、後日改めて来
庁が必要になる場合があります。

・窓口に来た人の本人確認を行います。運転免許証・マイ
ナンバー（個人番号）カード・住民基本台帳カードなど、
公的機関が発行した顔写真付きの身分証明書を持参して
ください。持っていない人は、健康保険証・年金手帳な
ど2点での確認になります。

※ 手続には、印鑑、各種手帳、健康保険証、証明書など
が必要な場合があります。詳しくは、事前に各担当課ま
でお問い合わせください。

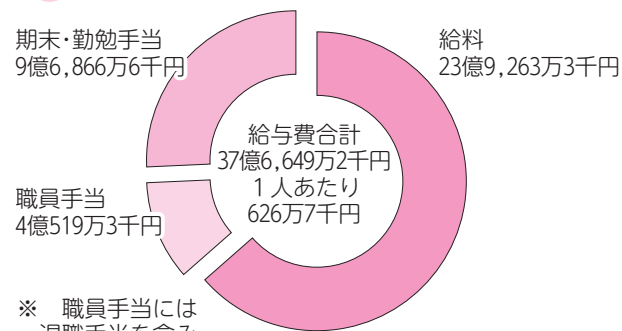
令和元年度 浜田市職員の給与などの状況

1 人件費の状況 (平成30年度普通会計決算)



※ 人件費は特別職の給与・報酬を含みます。
(平成31年1月1日住民基本台帳人口: 54,328人)

2 職員給与費の状況 (令和元年度一般会計当初予算)



※ 職員手当には退職手当を含みません。
(平成31年4月1日一般会計予算人員: 601人)

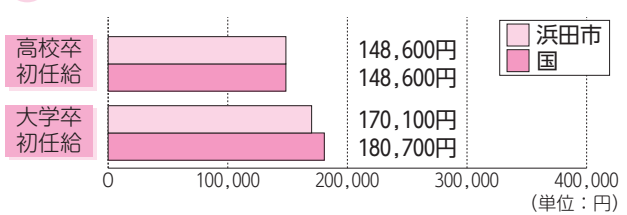
5 職員手当の状況 (平成31年4月1日現在)

退職手当	区分	浜田市		国	
		自己都合	勤奨・定年	自己都合	勤奨・定年
	勤続20年	19.6695月分	24.5869月分	同じ	
	勤続25年	28.0395月分	33.2708月分		
	勤続35年	39.7575月分	47.709月分		
	最高限度額	47.709月分	47.709月分		
加算措置	定年前早期退職・早期勤奨特例措置(2%~30%加算)		定年前早期退職特例措置(2%~45%加算)		
期末・勤勉手当	区分	浜田市		国	
		期末	勤勉	期末	勤勉
	6月期	1.30月分	0.925月分	同じ	
	12月期	1.30月分	0.925月分		
	計	2.60月分	1.85月分		
	加算措置	有(職制上の段階・職務の級等による加算措置5~15%)			
扶養手当	浜田市の内容(月額)			国	
	配偶者			6,500円	同じ
	子			10,000円	
	父母など			6,500円	
	満16歳年度初めから満22歳年度末までの間にある子1人につき加算			5,000円	
通勤手当	浜田市の内容(月額)			国	
	交通機関利用者	最高支給限度額	55,000円	同じ	
	自動車使用者	2km~54km以上	2,100円~29,500円		
	自動二輪車使用者	2km~50km以上	1,400円~25,500円		
	(原動機付自転車及び自転車使用者は自動二輪車使用者と同様です)				
	住居手当	浜田市の内容(月額)			
借家・借間		月額12,000円を超す家賃を支払っている人に対して月額27,000円を限度に支給		同じ	
居住者					
管理職手当	浜田市の内容(月額)			国	
	部長級	66,400円		俸給の特別調整額(46,300円~139,300円)	
	主管課長級	54,000円			
	課長級	41,600円 (医師51,400円)			

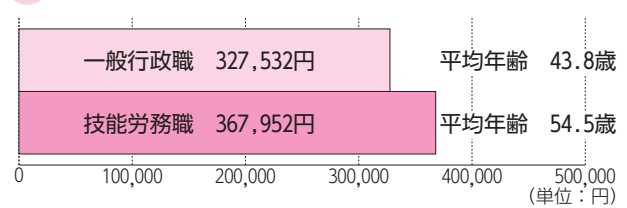
浜田市職員の給与などの状況は、市議会の審議をとおして明らかにされていますが、市民の皆さんに給与などを知ってもらうために、そのあらましを公表します。

なお、詳細は、3月中に市ホームページに掲載しますので、併せてご覧ください。

3 一般行政職の初任給の状況 (平成31年4月1日現在)



4 平均給料の状況 (平成31年4月1日現在)



6 特別職の報酬などの状況 (平成31年4月1日現在)

区分	給料・報酬月額	期末手当
市長	860,000円	(支給割合)
副市長	710,000円	6月期 1.60月
教育長	630,000円	12月期 1.60月
議長	450,000円	計 3.20月
副議長	380,000円	期末手当については、左記全区分に対して15%の加算措置あり
議員	350,000円	

7 職員の福祉及び利益の保護の状況

(1) 健康診断受診者数 (平成30年度)

健康診断の種類	受診者数(延べ人数)	健康診断の種類	受診者数(延べ人数)
人間ドック	280	特殊指曲がり症健診	10
定期健康診断	410	健診VDT作業健診	2
採用時等健康診断	19	心理的な負担の程度を把握するための検査	656
臨時嘱託職員健康診断	286	B型肝炎予防接種及び血液検査	47

(2) 公務災害の認定状況 (平成30年度)

区分	認定件数
公務災害	8
通勤災害	1

(3) 職員互助会事業について (平成30年度)

会の名称	浜田市職員互助会
互助会に対する補助金などの額	4,006,851円
公費負担率(事務費などを除く)	27.6%
職員1人あたりの公費の補助金額(事務費などを除く)	4,431円
公費充当事業	サークル助成事業 スポーツ交流事業 健康増進事業 文化講演助成事業 職員研修助成事業

問合せ 人事課給与係 ☎29131

春季全国火災予防運動 (3月1日から7日まで)

火災が発生しやすい時季を迎え、3月1日(日)から7日(土)までの7日間、全国一斉に火災予防運動が実施されます。

住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

3つの習慣

- ☑ 寝たばこは、絶対やめる。
- ☑ ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ☑ ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- ☑ 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ☑ 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- ☑ 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
- ☑ 高齢者や身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制を作る。

おやすみ前にはもう一度、火の元を確かめましょう。



火災 23件 救急車の出動 2,913件 (令和元年中)

火災の概況

火災件数(件)	損害額(千円)	死傷者数(人)
23	8,720	1

去年は23件の火災が発生し、1人が負傷、亡くなった人はいませんでした。火災件数は、前年に比べ14件減少しましたが、872万円の損害額がありました。建物火災は7件で、前年に比べ5件減少しました。

火災で最も多い原因は「たき火」の14件で、全体の約60%を占めています。たき火を行うときは、風の強い日は避け、消火の準備をし、その場を離れず、終わったら必ず完全に消火しましょう。

火災になる原因の多くが、火を取り扱う人の不注意によるものです。日頃から防火を心掛け、火の取扱いには十分注意しましょう。

火災の早期発見のため、住宅用火災警報器を設置しましょう。また、取付けから10年を目途に機械の交換をお願いします。

救急車の適切な利用をお願いします

近年、全国的に救急車の出動件数・搬送人員数が、ともに増えています。出動件数の増加に伴い、救急隊の現場までの到着時間も遅くなっています。

また、救急車で搬送された人の約半数が入院を必要としない「軽症」でした。一概に「軽症だから救急車は使ってはいけません」とは言えませんが、救急出動が増加すると一刻を争う重症の傷病者への対応が遅れ、「救えるはずの命」が救えなくなる可能性があります。

安易な救急車の利用は極力避け、本当に救急車を必要としている人のために、緊急時以外はほかの交通手段を使いましょう。

救急車の出動件数

	救急出動件数(件)	搬送人員(人)
浜田	1,952	1,812
金城	294	281
旭	145	135
弥栄	106	102
三隅	416	395
管轄外	0	0
合計	2,913	2,725

前年と比較すると、救急出動件数は147件、搬送人員は156人の減少となりました。

平均すると、1日に約8.0件の出動で、約7.5人が救急車で搬送されたことになります。事故種別ごとに見ると、急病が1,935件と最も多く、救急出動件数の半数以上を占めています。次いで一般負傷470件、転院搬送246件、交通事故165件の順となっています。

休日・夜間の急な子どもの病気の対処は、島根県小児救急電話相談 ☎#8000へ

県内のどこからでもかけることができ、小児科医師・看護師・保健師から症状に応じた適切な対処や受診する病院などのアドバイスを受けられます。



問合せ ・消防本部予防課予防係 ☎21167 ・浜田消防署救急第一係・救急第二係 ☎21229



萩・石見空港をご利用ください

東京線ダイヤ変更 第1便が約2時間早まる

第1便が2時間近く早まり、旅行やビジネスなどの利用にとっても便利になります。
発着時刻と期間は次のとおりです。

期間	3月29日(日)～10月24日(土)			
	東京(羽田) 出発	萩・石見空港 到着	萩・石見空港 出発	東京(羽田) 到着
第1便	8:40	10:15	10:55	12:25
第2便	15:55	17:30	18:15	19:45

※ 期間によっては出発時間が5分から10分早発又は遅発、到着時間が5分早着となります。

リムジンタクシー(浜田駅・三隅支所⇄萩・石見空港) 継続運行中

浜田駅・三隅支所と萩・石見空港を直通で結ぶ、便利なリムジンタクシーは継続して運行しています。ぜひご利用ください。利用するには、予約が必要です。

リムジンタクシーの予約 (株)From/ハート ☎②1186

タクシー券(益田駅⇄萩・石見空港)の助成が終了

快適アクセス事業として行っていた、益田駅と萩・石見空港間のタクシー券の助成は、**3月31日をもって廃止**します。ご利用ありがとうございました。



問合せ

・ 萩・石見空港利用拡大促進協議会
(益田市観光交流課空港対策室)

☎②9501 ☎0856②0990



全国で活躍
おめでとうございます

社会を明るくする運動作文コンテスト

法務大臣賞受賞

山本彩永さん(三階小学校6年生)

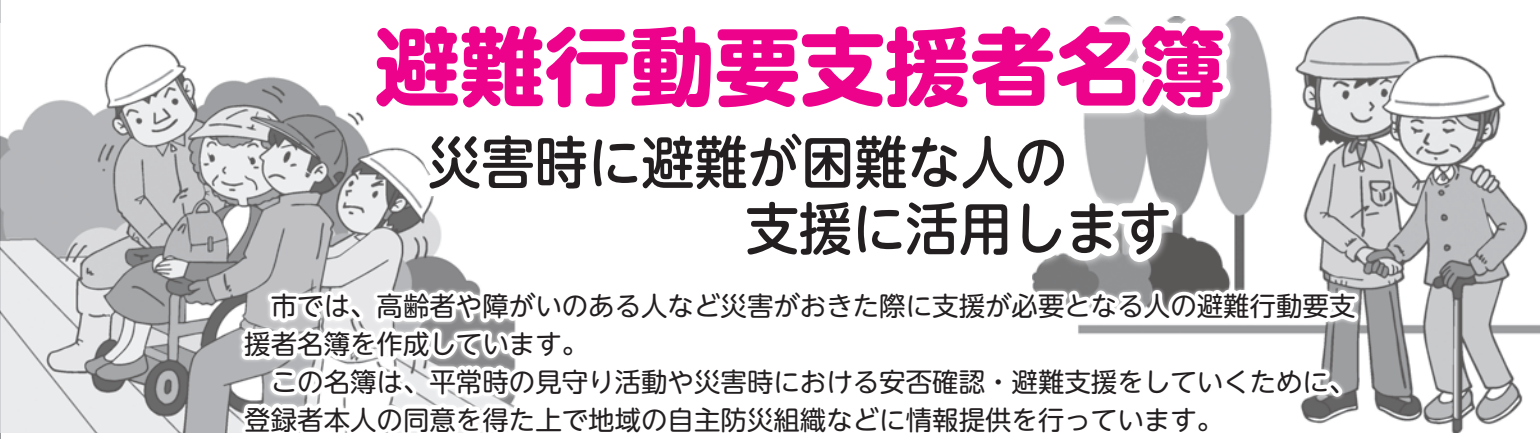


山本彩永さん

避難行動要支援者名簿

災害時に避難が困難な人の 支援に活用します

市では、高齢者や障がいのある人など災害がおきた際に支援が必要となる人の避難行動要支援者名簿を作成しています。
この名簿は、平常時の見守り活動や災害時における安否確認・避難支援をしていくために、登録者本人の同意を得た上で地域の自主防災組織などに情報提供を行っています。



対象となる人(避難行動要支援者)

- ①要介護認定3～5を受けている人
- ②身体障害者手帳1・2級の交付を受けている人
- ③療育手帳Aの交付を受けている人
- ④精神障害者保健福祉手帳1・2級の交付を受けている人
- ⑤浜田市災害時要援護者支援制度に登録済みの人
- ※ 介護施設や障がい者施設、病院・医院などに住民票がある人は除きます。
- ※ 対象者以外でも、支援が必要な人は名簿に掲載できます。希望する人は、お問い合わせください。

情報提供についての同意書を提出してください

新たに避難行動要支援者名簿に登録した人などへ、市から避難支援等関係者に情報を提供することに同意するか、確認するための文書を送付します。

- ・ 同意する
- ・ 同意しない(照会は毎年してください)
- ・ 同意しない(今後の照会は不要です)

いずれかを選び、返信用封筒で必ず提出してください。
※ 同意いただいた場合でも、災害の種類や規模、被災状況によっては、支援できない場合もあることをご了承ください。

避難支援等関係者に提供する名簿情報

- ①氏名 ②年齢 ③性別 ④住所

情報の提供先(避難支援等関係者)

情報提供に同意した人の名簿は、警察や消防のほか避難の支援や安否確認などを行うお住まいの地区の次の組織にお渡しします。

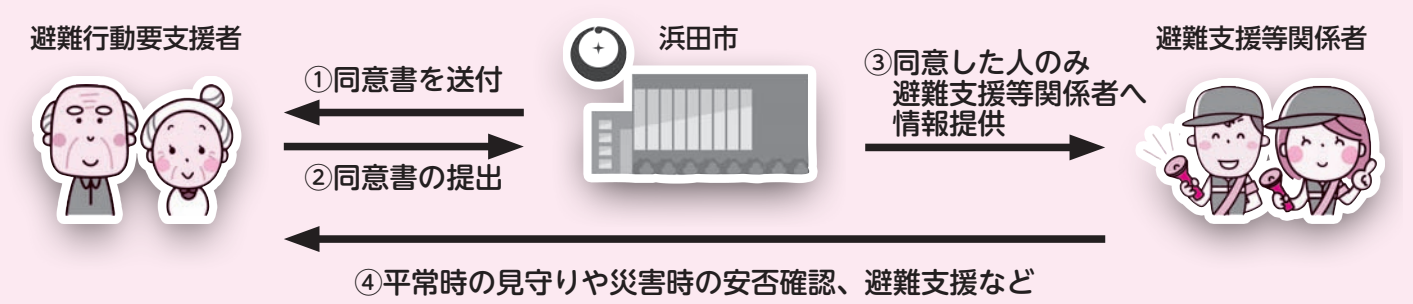
- 自主防災組織
- 消防団
- 民生児童委員
- 社会福祉協議会
- 地区まちづくり推進委員会・自治会・町内会

※ 地区まちづくり推進委員会・自治会・町内会については、市に避難支援等関係者の届出を行うことで情報を受け取れます。協力いただける団体・組織はお問い合わせください。

情報提供した名簿の活用

避難支援等関係者への情報提供に同意した人の名簿は、平常時からの災害の備えとして、声かけや見守り活動に活用します。また、各地域内の取組体制が整ったところから、対象者の訪問調査などを行い、個別の避難支援計画の作成に順次取り組みます。

避難行動要支援者名簿の作成と活用の流れ



申請・問合せ **名簿に関すること**
地域福祉課地域福祉係 ☎②9300

地域防災全般に関すること
防災安全課防災安全係 ☎②9122

事故や犯罪に遭わないために ～ 野坂地区振り込め詐欺・交通事故防止講習 ～

やさか

1月19日(日)、野坂集会所で、野坂地区振り込め詐欺・交通事故防止講習が開催されました。

これは、交通事故の加害者・被害者にならないために、そして振り込め詐欺の被害に遭わないために、野坂自治会が企画したものです。当日は、浜田警察署弥栄駐在所岡村巡查長を講師に招き、交通事故の発生状況や道路交通法の改正について聴き、ドライブレコーダーのヒヤリハット事例の映像を見ました。

また、特殊詐欺の発生状況や詐欺の手口、防止方法などについて学びました。参加者たちは熱心に聴き入っていました。



巡查長の話に熱心に聴く参加者たち



勢いよく燃える炎を眺める参加者

あさひ

炎を眺めながら健康を願う ～ ふれあいトンド焼 ～

1月19日(日)、今市地区「ふれあいトンド焼」が丸原センター裏の田んぼで開催されました。これは、無病息災、家内安全を願い、良い年にしてもらおうと、四つ葉振興会が企画したものです。

当日は、少し風の吹く中、神事を行った後、持ち寄ったしめ縄やしめ飾りなどに点火しました。参加者は、大きく燃え上がる炎を眺めながら、今年1年の健康を祈りました。また、地域の食生活改善推進協議会の皆さんが用意した、おにぎりやぜんざいを食べて、冷えた身体を温め、地域の交流を深めました。

今年一年の厄除け・招福を願い ～ とんど焼き ～

かなぎ

1月12日(日)、小国公民館グラウンドでとんど焼きが行われ、約60人が参加しました。この催しは、正月のしめ飾りやお守りなどを持ってきて燃やし、その煙にあたることで無病息災を願うもので、毎年開催しています。

当日はあいにくの雨模様でしたが、木で組んだ櫓に勢いよく火がつくと、思い思いに願いを込めました。また、残り火で持ってきたお餅を焼き、小国自治振興会の人々がぜんざいを振る舞いました。参加者は「今年一年の家内安全を願うことができました」と話していました。



勢いよく昇る炎に願いを込める参加者



スタートする小学生たち

はまだ

僕らもたすきをつなぐ ～ 浜田ちびっ子駅伝競走大会 ～

1月12日(日)、浜田ちびっ子駅伝競走大会があり、市内の小学生14チームが参加しました。これは、毎年恒例の浜田市駅伝競走大会にあわせ、小学生チームの大会を行おうと浜田市陸上競技協会が企画し、今年初めて開催されたものです。

あいにくの雨でしたが、選手たちは、約1kmを4人でつなぐコースを、仲間と懸命に走りました。走り終わった後は、この日あわせて行われた浜田市駅伝競走大会の選手とともに、会場である美川小学校・第四中学校の保護者などが調理した温かいえんこう鍋(豚汁)とぜんざいを食べ、疲れを癒しました。



市民新年賀会を開催し、市民の皆さんと新年を祝いました(1月6日)



浜田市交通指導員年頭出勤式を行いました(1月9日)



ブータン王国の美術教員などが来日し、市内の施設や学校などで美術教育の研修を行いました(1月11日～25日)



波佐地区青少年健全育成のつどいに出席しました(1月12日)



広島東洋カープ佐々岡真司監督就任祝賀会に出席しました(1月16日)



在広島県人会新年会(広島市)に出席しました(1月17日)



島根ふるさとフェア(広島市)に出席しました(1月18日)



石見子供神楽「どんちっち祭り」に出席しました(1月19日)



B&G全国サミット(東京都港区)で三隅B&G海洋センターが優良表彰を受けました(1月21日)



島根県雪合戦大会「雪合戦 旭」に出席しました(1月25日)



島根書き初め展特別表彰式に出席しました(1月26日)



歴史文化保存展示施設市民説明会を開催しました(1月26日)

今年1年の防火・防災を誓う ～ 浜田市消防出初め式 ～

1月5日(日)、浜田市消防出初め式を浜田市陸上競技場で開催しました。

式典では、消防団員の各種表彰を行い、通常点検など機敏な動作による礼式が行われました。

団員は、団結強化と地域防災の担い手としての決意を新たにし、災害に強い浜田市を誓いました。

式典後、浜田・金城・三隅の3会場で防火パレードと一斉放水が披露されました。



一斉放水（市役所裏浜田川）



一斉放水（雲城駐在所前浜田川）



一斉放水（天満橋上流三隅川）

地域住民が一緒にお祝い ～ おめでとう 旭の新成人 ～

あさひ

1月3日(金)、旭自治区の新成人を祝う会「おめでとう旭の新成人」が丸原センターで開催され、スーツや晴れ着姿の新成人17人を、家族、恩師、地域の人など65人が一緒に門出をお祝いしました。

この会は、おめでとう旭の新成人実行委員会が毎年開催しているものです。新成人は、これまでお世話になったことへの感謝の気持ちと大人としての決意を発表し、この日のために作られた家族や恩師、地域の皆さんからのメッセージムービーを観て、今後の活躍を誓いました。



地域の皆さんと新成人を祝う



新成人と記念撮影をする参加者

かなぎ

ふるさとで決意新たに ～ 金城自治区新成人を祝う会 ～

1月3日(金)、金城自治区新成人を祝う会がみどりかいかんで開催され、新成人28人と保護者、恩師、地域関係者74人が参加しました。この会は、保護者や新成人代表、地域の人たちが成人の門出を祝福する目的で、金城自治区新成人を祝う会実行委員会が企画し毎年開催しています。

新成人は近況報告や将来の目標などを発表し、大人としての決意を新たにしました。また、中学時代の懐かしい映像や恩師、地域の人々との再会に笑顔があふれ、心温まる雰囲気になりました。

緊急電話を適切に使おう ～ 「110番の日」街頭啓発活動 ～

みすみ

1月10日(金)、「110番の日」街頭啓発活動が三隅町内で行われました。この取組は、地域の安全安心のため、定期的に防犯活動をしている三隅町地域安全推進員協議会が、住民の防犯意識の向上を図るために、地元の駐在所と協力して行ったものです。

当日、集まった会員は、三保三隅駅前や地元のスーパーマーケットで、事件や事故以外の相談は、最寄りの駐在所が警察相談専用電話#9110への電話を呼びかけるチラシと、振り込め詐欺への注意喚起を記したティッシュを配り、啓発しました。



110番の適切な使い方をチラシで呼びかけました



ボールの行方を見つめる参加者たち

やさか

スポーツで笑顔の輪を広げよう ～ ニュースポーツ複合4種競技大会 ～

1月10日(金)、ニュースポーツ複合4種競技大会が、弥栄会館で開催されました。

これは、65歳以上の人を対象に、冬場の運動不足解消と参加した人たちの交流を目的に、浜田市高齢者クラブ連合会弥栄支部が企画したものです。

参加者は、スカットボール、輪投げ、シャフルボード、RDチャレンジの4種目を順番に体験しました。狙いどおりにいかないこともありましたが、好成績が出ると歓声があがるなど、和気あいあいと楽しく体を動かしました。

心を込めて書く ～ 新春書初め会 ～

みすみ

1月6日(月)、新春書初め会が三隅公民館で開催されました。この会は、伝統行事に触れることで参加者に正月の気分を感じてもらおうと、毎年、新年最初の行事として三隅公民館が企画しています。

当日、集まった三隅小・中学校の児童・生徒38人は、書道の講師から「一文字ずつ丁寧に書きましょう」といった助言を受けてから、小学校1・2年生はフェルトペンで、小学校3年生以上は毛筆で、それぞれ用紙に作品を書き上げました。書かれた作品は、三隅公民館まつりで展示される予定です。



指導を受けながら書き上げる

はまだ

初競り 威勢よく ～ 浜田漁港 初市の式 ～

1月6日(月)、浜田漁港6号市場で令和2年の初市の式が行われ、約200人の出席者が、今年1年の豊漁と操業の安全を祈願しました。

式典では、JFしまねの岸宏会長が、3月に完成する高度衛生管理型荷さばき所7号市場へ期待を寄せ、漁港間の競争激化に対し浜田の優位性を訴えていくと挨拶しました。競りが始まると、威勢のいい掛け声が響き、仲買人が手を上着に隠して競り人に買値を伝える「懐競り」により、水揚げされたハマチ、アワビ、ノドグロなどが次々と競り落とされていました。



手を上着に隠して買値を伝える「懐競り」

くらしの情報広場

安全安心

6月14日(日)に 防災訓練(避難訓練)を 計画してみませんか

市では、6月14日(日)に総合防災訓練を実施します。この機会にあわせて、自治会や町内会、自主防災組織などで防災訓練(避難訓練)を計画してみませんか。

防災訓練(避難訓練)の例

- ①6月14日(日)午前8時 防災訓練(避難訓練)開始
- ②事前に各自治会などで定めた

道や川の異状を発見したら「パトレポしまね」で通報をしてください

道や川の異状を発見したらスマートフォン用アプリ「パトレポしまね」で通報してください。あなたからの通報が道と川の安全につながります。

こんな時に通報してください

- ・道路に落石、舗装の陥没があるなど
- ・川の護岸が決壊しているなど

操作は簡単



アプリQRコード

- ①スマホにアプリをダウンロード

- ②異状を発見したらアプリを起動し写真を撮影・送信

県土整備事務所などの職員が通報内容を確認し現地を確認します。

問合せ 島根県土木部道路維持課 ☎0855226098

ごみの直接搬入ができます

3月は引越しや大掃除で、一時的に多量のごみが出る場合があります。そのため、ごみ処理場を開場します。

- ※ 避難場所に避難してください。
- ※ 火元の確認、戸締まりをして、歩いて避難しましょう。
- ③防災訓練(避難訓練)終了(午前9時ごろ)
- ④参加者の人数を把握します。
- ※ 訓練終了後、市役所 ☎2612へ参加人数などを報告してください。

訓練に関する相談や訓練に参加する場合など、詳しくはお問い合わせください。

問合せ 防災安全課防災安全係 ☎29122

地震体験をしてみませんか

近年、全国各地で大きな地震が発生しており、地震を起因とした火災も多く、地震に対する備えが重要視されています。

浜田市では今年の5月と8月にこの地震体験車で地震の体験をすることが出来ます。この機会に防災に対する知識、技術を習得してください。

日時 5月及び8月の午前9時から午後4時までの間

費用 無料

申込み要件 3トントラックが停車できる駐車場、広場があること

・自治会、自主防災会、学校、事業所単位でおおむね20人以上の参加者が見込めること

- ※ 雨天の場合は中止することがあります
- ※ 申込み多数の場合は、希望に添えないことがあります。



地震体験車

問合せ

- ・消防本部予防課予防係 ☎21167
- ・各消防出張所

生活・環境

飼い犬の各種手続を忘れずにしましょう

飼い犬には狂犬病予防法で定められたいろいろな手続がありますので、忘れずに手続しましょう。

犬の登録

生後91日以上の犬を飼う場合は生涯1度の登録が義務付けられています。

飼い主は、犬を飼い始めた日から30日以内(生後90日以内の子犬は、生後90日経過以後30日以内)に申請しましょう。

登録手続

- ・環境課窓口(東分庁舎2階)
- ・各支所市民福祉課窓口
- ※ 市内の動物病院や市が毎年行う狂犬病予防集合注射の会場でもできます。

登録手数料 3000円

登録すると、「鑑札」が交付されますので、必ず首輪に装着しましょう。

狂犬病予防注射

室内・室外飼育に関係なく、生後91日以上の犬を飼う場合は、毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。集合注射会場又は動物病院で接種しましょう。市の集合注射日程については、広報はまだ4月号でお知らせします。

また、市外動物病院で狂犬病予防注射を受けた場合は注射済票を交付しますので、注射済証(証明書)を持って環境課又は各支所市民福祉課へお越しください。

注射済票交付手数料 550円

※ 接種時は注射代が別途必要 そのほかの届出

鑑札や注射済票を紛失・損傷したとき

再交付しますので、環境課又は各支所市民福祉課へお越しください。

再交付手数料 鑑札1600円

注射済票 340円

※ 損傷した場合は、損傷した

鑑札や済票もお持ちください。飼い主が変わったとき

新しい飼い主の氏名・住所・連絡先をご連絡ください。

市内で住所が変わったとき

新しい住所をご連絡ください。

市外から転入したとき

以前お住まいの自治体で交付された「鑑札」を持って、環境課又は各支所市民福祉課へお越しください。

市外へ転出するとき

浜田市の「鑑札」を持って、転出先の自治体で手続しましょう。

犬が死亡したとき

死亡したことをご連絡ください。

問合せ 環境課くらしと環境係 ☎29420

水道使用の用途を「共用」で契約している人へ

アパートなどの集合住宅で、水道メーターを2戸以上又は2か所以上で共用している場合、各戸ごとに料金を算定するため、世帯数の届出が必要です。世帯数の変更がある都度、電話で連絡をお願いします。

※ 用途については、検針時にお配りする「水道使用水量料金等お知らせ票」に記載していますので、ご確認ください。

問合せ 上下水道部管理課料金係 ☎29903

川や海にやさしくらしを始めませんか

環境コラム

台所や洗濯、お風呂などから出た水が川や海の環境に影響を与えていることをご存じですか？

何気なく流しているものが、こんなに川や海を汚しています。

流すもの	きれいにするには お風呂の水(300ℓ)何杯？
使用済みてんぷら油(20ml)	20杯
牛乳(コップ1杯)	11杯
米のとぎ汁(500ml)	4杯

私たちが使った水は、川や海を通り雲や雨となって再び私たちのもとへ帰ってきます。川や海を汚さないためにも「汚れた水をそのまま流さない生活」を目指しましょう。ちょっとした工夫が、川や海にやさしくらしへつながります。

今日からできるひと工夫

台所では

- ・食べ残し、飲み残しがないようにしましょう。
- ・食器を洗う前に油污れなどをふき取りましょう。

お風呂では

- ・シャンプーやリンスは適量を守って使いましょう。
- ・髪の毛などは排水溝にネットを張って流れないようにしましょう。

洗濯では

- ・洗剤は正しい量を使いましょう。

汲取りトイレ・単独処理浄化槽をご利用の皆さんへ

汲取りトイレや単独処理浄化槽(し尿のみ処理)を設置している建物では、台所や洗濯などの排水が未処理のまま側溝に流れてしまいます。生活環境をより衛生的に改善し、きれいな川や海を守るために下水道への接続、又は合併処理浄化槽の設置をご検討ください。

なお、合併処理浄化槽の設置には補助金の助成がありますので、市下水道課へご相談ください。

下水道課施設係 ☎29641

問合せ 環境課くらしと環境係 ☎29420

国勢調査に伴う職業・産業調査を実施します

令和2年度は国勢調査の年です。これに伴い、4月1日以降に戸籍届を出す際には、職業欄（死亡届は職業・産業欄）への記入が必要です。

調査対象の届出と調査期間

出生届 令和2年4月1日～令和3年3月31日に生まれ、令和3年4月13日までに届出するもの

死亡届 令和2年4月1日～令和3年3月31日に死亡し、令和3年4月6日までに届出するもの

死産届 令和2年4月1日～令和3年3月31日に死産があり、令和3年4月7日までに届出するもの

婚姻届 令和2年4月1日～令和3年3月31日の間に届出するもの

離婚届 令和2年4月1日～令和3年3月31日の間に届出するもの（調停・審判・和解・請求・判決によるものは4月1日～3月31日の間に成立・確定・認諾し令和3年4月9日までに届出するもの）

調査方法 各届出書の職業欄（死亡届は職業・産業欄）に「職業・産業例示表」に従って該当の「番号」か「職業分類名」を記入しても

市税などを滞納すると法的措置を講じることがあります

納め忘れはありませんか

皆さんが納めている市税・保険料・料金・負担金などは、教育、福祉、公共施設の運営や整備、各種保険事業やサービスなどを実施し、市民全員が安心して快適な生活を送るための大切な財源です。

市では、市税などを滞納している人や事業所に対して、各担当課が文書による通知や電話催告などにより納付をお願いしています。

納め忘れがないか確認し、納め忘れがある場合には、早めに納付をお願いします。

市税などは、24時間365日全国のコンビニエンスストアで納付ができますのでご利用ください。

納付に困ったときは…

病気や災害、失業、事業の廃止など、やむを得ない理由で一時的に税金を納期内に納めることが困難な人は、納付の猶予や分割納付、減免などが受けられる場合があります。そのまま放置せず、市役所に来るか、又は電話で担当課に、早めに相談してください。

納付期限を過ぎても納付がないと…

らいます。「職業・産業例示表」は窓口でお渡しします。

なお、この調査結果は、公衆衛生・労働衛生・社会福祉など各施策のための基礎資料として活用されます。

問合せ

・総合窓口課住民異動係
☎9401
・各支所市民福祉課

住宅

ご存知ですか

防火対象物使用開始届出書

浜田市火災予防条例により、建物（個人の住宅・長屋を除く）や建物の一部の使用を始める人は、使用を開始する7日前までに、防火対象物使用開始届出書を届け出る必要があります。

届出の目的

防火対象物の使用状況を把握し、防火管理や必要な消防用設備などが適正に設置されているかを確認することにより、火災予防及び災害時の被害を軽減するため

届出が必要な場合

・建物を新築したとき
・建物を増改築したとき
・建物の使用目的や入居するテナントを変更したとき
※ 工事を行わない場合でも届

空き家情報を提供してください

市では、使用予定のない「空き家」を探しています。

空き家バンクに登録して、空き家の有効活用をしませんか。空き家を所有している人、空き家を知っている人からの情報提供をお待ちしています。

※ 不明な点は、気軽にお問い合わせください。

※ 空き家バンク制度とは、使用予定のない空き家を登録し、ホームページなどでU・I・ターン希望者などに情報提供を行う制度です。

空き家バンクホームページ
<http://www.hamada-akoya.com/>



問合せ 政策企画課移住定住係
☎9200

税務・納税

原動機付自転車・オートバイ・軽自動車などの廃車・譲渡手続はお済みですか

軽自動車税（種別割）は、毎年4月1日現在の所有者に課税します。

4月2日以降に廃車・譲渡などの手続をした場合は、4月1日現在の所有者に1年分の税金がかかります（自動車税（種別割）のような月割課税の制度はありません）。

廃車や譲渡などで車両を手放す際は、次の場所まで4月1日までに手続を済ませてください。

浜田市ナンバーの車両

税務課又は各支所市民福祉課で手続をしてください。

手続に必要なもの

・所有者・使用者の印鑑
・届出者の印鑑
・ナンバープレート
・車体番号のわかるもの（自賠責証書など）

島根ナンバーの車両
次の手続窓口又は販売店へ相談してください。

盗難などで車両が存在しない場合
警察署へ盗難届を提出後、受理番号と提出日を控え、浜田市

問合せ

・子育て支援課保育所幼稚園係
☎9330

水道料金

督促手数料を加算して請求します。

また、督促後、納付がない場合は、給水を停止することになります。

問合せ 上下水道部管理課料金係
☎9903

下水道使用料

下水道事業受益者負担金・分担金

督促手数料を加算して請求します。

また、督促後、納付がない状態が続くと、財産の差押えなど、法律に基づく滞納処分を行うこととなります。

問合せ 上下水道部下水道課管理係
☎9640

安心・便利・確実な

口座振替をお勧めします

口座振替を申し込むと、指定した口座から自動的に納付されるため、納め忘れがありません。

また、納付のたびに市役所や金融機関の窓口に向く必要がないため、大変便利です。

納付には、ぜひ口座振替を利用してください。

申込方法 預貯金口座を持って

ナンバーの車両は、税務課又は各支所市民福祉課へ相談してください。島根ナンバーの車両は、左記の手続窓口へ相談してください。

島根ナンバーの車両の手続窓口

車種	連絡先
四輪の軽自動車（乗用・貨物）	軽自動車検査協会島根事務所（松江市） ☎050-3816-3083（コールセンター）
二輪の軽自動車（126cc～250cc）	島根運輸支局 1階1番窓口（松江市） ☎050-5540-2071
二輪の小型自動車（251cc以上）	島根運輸支局（松江市） ☎050-5540-2071

問合せ

税務課税制係
☎9230

いる取扱金融機関・ゆうちょ銀行（郵便局）の窓口で申し込んでください。

※ 申込用紙は、市内の金融機関・ゆうちょ銀行（郵便局）・市役所各担当課・各支所の窓口にあります。

申込みに必要なもの

①預貯金通帳
②通帳の届出印

振替日 各納期の末日
申込期限 毎月、月末（ゆうちょ銀行は20日）までに申し込むと、翌月以降の納期分から引き落としとなります。

※ 令和2年度第1期分から口座振替を開始・変更する場合は、次の期限までに申し込んでください。

固定資産税 3月19日（木）まで
軽自動車税 4月20日（月）まで
市県民税・国民健康保険料 5月20日（水）まで

問合せ 税務課収納係
☎9240

子育て

乳幼児等医療費受給資格証（小・中学生用）を送付します

未就学児用の乳幼児等医療費受給資格証を持つている、今年4月に小学校に入学する人に対して、小・中学生用の乳幼児等医療費受給資格証（小学校1年生〈中学校3年生用〉を、3月下旬に発送します。

4月からは、新しい資格証で受診してください。

対象者 平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ

※ 資格証の内容に変更がある場合は、保険年金課又は各支所市民福祉課で手続をしてください。手続の際は、印鑑・乳幼児等医療費受給資格証・健康保険証（保険証が変わった場合）を持参してください。

自己負担

1月1医療機関当たり
入院2000円
外来1000円
（薬局負担なし）

問合せ 保険年金課医療年金係
☎②9411

3月は自死対策強化月間です

国は、月別自死者数の最も多い3月1日から31日までの1か月を「自死対策強化月間」と定め、重点的に広報活動を展開しています。この機会に自死予防について考え一人ひとりのこととして「気付き」「つなぎ」「見守り」を実践しましょう。

浜田市の現状

平成24年から28年の5年間で76人の人が、自死で命を失っています。

自死事由については、「健康問題」が4割で、「家庭問題」「経済・生活問題」「勤務問題」の順になっていますが、自死は、多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、様々な要因が連鎖するなかで起きています。

自死予防の行動ポイント

気付き 身近な人（家族や仲間）のいつもと違う様子に気付いてあげましょう。

ポイント

- ・不眠、眠れないという
- ・楽しんでやれていたことが楽しめなくなった
- ・食欲がない
- ・元気がない
- ・イライラしたりして、以前に比べて様子が違う

声かけ 大切な人の変化に気付いたら、勇気を出して声をかけ

健康・福祉

新しい民生委員・児童委員を紹介します

欠員となっていました左記の地区について、2月1日から、新しい民生委員・児童委員が就任されました。任期は令和4年11月30日までです。（敬称略）

浜田地区

朝日町（4・5・6・7・8町内） 来原祐子

三隅地区

岡見（松原西・松原東）
沖田 将文

問合せ

・地域福祉課地域福祉係
☎②9300
・各支所市民福祉課

人権

けましょう。

傾聴 本人の気持ちを尊重し、耳を傾けましょう。

つなぎ 早めに専門機関に相談するよう促しましょう。

問合せ 健康医療対策課健康づくり係
☎②9311

「浜田市男女共同参画推進委員会」委員募集

浜田市では、男女共同参画の推進に関する施策及び重要な事項について、広く市民の皆さんの意見を反映させるため、委員を公募します。

応募資格

①市内に住所を有する満18歳以上の人（令和2年3月1日現在）

②男女共同参画に関心を持ち、委員会（年1～5回程度、平日開催）に出席できる人

募集人数 2人以内

委員の任期 2年（令和2年4月～令和4年3月の予定）

応募方法

応募用紙に氏名、連絡先、必要事項を記入の上、応募してください。

※ 応募用紙は人権同和教育発センター、各支所防災自治課

健康コラム

フレイルを予防して健康寿命を延ばしましょう

フレイルとは

高齢期における、筋力や心身の機能が低下し、弱った状態を「フレイル」といいます。健康と要介護状態の間のような段階です。

- ・筋力（握力）が低下した
 - ・身体活動量が減った
- 3項目以上該当するとフレイル、1～2項目該当の場合はフレイルの予備軍です。

身体的フレイル

筋力低下をはじめとする筋肉、骨、内臓などの運動機能や身体機能の虚弱、衰えのこと。身体を動かす機会が少なくなったり、食事量が減って栄養不足となると、年齢以上に衰えてしまいます。

心理的・認知的フレイル

無気力になってうつ傾向になったり、認知機能が低下したりする精神的な衰えのこと。

社会的フレイル

人との交流が減り、1人で引きこもることが多くなるなど、加齢に伴って社会とのつながりが希薄になることで生じるフレイルのこと。

フレイルの基準 あてはまる状態はありませんか

- ・体重が減った（意図しない年間4.5kg又は5%以上の減少）
- ・疲れやすい（何をするのも面倒だと週に3、4日以上感じる）
- ・歩くのが遅くなった

予防・対策

①運動

自分に合ったペースで、運動を習慣にしましょう。ウォーキングや筋力トレーニングがおすすめです。

②食生活

バランスの良い食事で、低栄養を予防しましょう。口腔機能の維持も大切です。

③社会参加

友人や地域の人との付き合い、趣味など自分に合った活動に参加しましょう。外出して、歩いたり、誰かと話をしたりすることが大切です。

フレイルの状態にならないように注意し、もしフレイルの状態になっても回復のために対策に取り組むことが大切です。いつまでも元気に長生きできる健康長寿を目指して、家族・友人みんなで心がけていきましょう。

問合せ 金城支所市民福祉課 ☎④1235

教育・文化スポーツ

スポーツ安全保険のご案内

対象となる事故

団体・グループ活動中の事故・往復中の事故

保険期間

4月1日午前0時～令和3年3月31日午後12時

補償内容

加入区分によって異なります。加入区分・掛金

4人以上の団体で、加入区分を加入者ごとに選択できます。

※ 保険の詳細、資料の請求はホームページで閲覧できます。ご不明な点はお問い合わせください。

加入対象者	補償対象となる団体活動など	加入区分	年間掛金（1人あたり）
子ども【中学生以下（特別支援学校高等部の生徒を含む）】	スポーツ・文化・ボランティア・地域活動	A1	800円
	上記団体活動に加え、個人活動	AW	1,450円
大人【高校生以上】	文化・ボランティア・地域活動・団体の送迎、応援、準備、片付け	A2	800円
	スポーツ活動及びスポーツの指導・審判	C	1,850円
		B	1,200円
全年齢	危険度の高いスポーツ活動	D	11,000円

申込み・問合せ

スポーツ安全協会島根県支部
☎0852②15388

広報はまだに掲載する
広告を募集しています

掲載枠 1枠縦4.5cm×横8.5cmを単位とします。2枠を結合して広告を掲載することもできます。
申込方法 市が契約する次の代理店まで申し込んでください。料金など、詳しくはお問い合わせください。

申込み・問合せ 柏村印刷㈱ ☎②2040



浜田市広報 Facebook



市長公室総合調整係が取材するイベント情報や、広報媒体に関するお知らせなどを、Facebookで発信しています。「いいね！」をお願いします。

問合せ 市長公室総合調整係 ☎②9151



まちかど 伝言板

募 集



市営住宅の入居者募集

抽選により入居を決定する住宅

募集住宅については、申込受付期間中にお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

申込受付 3月17日(火)～31日(火)
抽選日 4月下旬
入居可能時期 5月中旬
問合せ 島根県住宅供給公社
浜田住宅管理事務所
☎0535

教室・講座



ラ・ペアーレ浜田

前期講座・春の体験会

前期講座

日時 4月～9月
受付開始日(先着) 3月2日(月) 午前9時～
講座 温水プール・トレーニングジム・スタジオ・カルチャー・子ども向け教室 など
春の体験会実施中
※ 教室の内容・料金など、詳細は館内掲示やホームページなどでご確認ください。
申込み 講座・体験会ともラ・ペアーレ浜田へ ☎01035

県立体育館

前期スポーツ教室

日時 4月上旬～9月下旬
受付開始日(先着) 3月7日(日) 午前9時30分～
※ 整理券の配布はありません。
※ 教室の内容など、詳細は館内掲示やホームページなどでご確認ください。
参加料 幼・小・中・高校生 2500円
大学生 4200円
一般 5200円
トフンポリン(親子)6200円

先着順で入居を決定する住宅

募集住宅についてはお問い合わせさせていただくか、ホームページをご覧ください。

申込受付 随時。ただし、新規に募集する住宅は3月10日(火)以降。

問合せ

公営住宅(浜田・金城・旭・三隅)

島根県住宅供給公社 浜田住宅管理事務所 ☎0535
特定公共賃貸住宅・地域定住住宅(金城・旭・弥栄)
(南中田工務店) ☎01203
若者住宅(三隅) ㈱コムサ ☎2999
雇用促進住宅(浜田・金城) 浜田土建㈱ ☎1417

石州浜っ子春まつり

「市民の楽市」出店者募集

2020石州浜っ子春まつり

日時 4月29日(祝)
楽市出店者募集
応募資格 浜田市の住民や市内の団体・事業所
出店場所 市内の各商店街(ただし一部を除きパレードコースとなる道路上での出店ではできません)
※ 設備などは各自で準備してください。
※ 商店街によっては出店料がかかります。

※ 出店者多数の場合は、お断りする場合があります。

申込み 3月20日(祝)(必着)ま

でに応募用紙・添付書類を各商店街担当者へ
・銀天街「レディスワールド」佐古肇徳さん
☎090871013979
・朝日町商店街「理容はやし」林俊行さん
☎0901200616769
・新町商店街「平野屋」平野義弘さん ☎0236

相 談



石見法律相談センター

一斉相談会(法律相談)

日時 3月27日(金) 午前10時～正午・午後1時～4時
場所 石見法律相談センター
料金 40分間無料(要予約・3回目以降の継続相談から有料)
申込み 事前に石見法律相談センターへ ☎24514



資格・試験



自衛官など

一般幹部候補生

受験資格 令和3年4月1日現在、20歳以上26歳未満の人(22歳未満の人は大学卒業及び卒業見込みの人)・大学院修士学位取得者(見込み含む)は28歳未満の人
受付期間 5月1日(金)まで
試験日 5月9日(土)(飛行要員希望者は9日(土)・10日(日))
試験会場 受付時に通知
技術海曹・技術空曹

受験資格

令和2年4月1日現在、20歳以上で7月1日までに資格・免許などを有する人が異なります。

試験会場

受付期間 5月22日(金)まで
試験日 6月19日(金)
試験会場 受付時に通知
一般曹候補生
受験資格 令和3年4月1日現在、18歳以上33歳未満の人在、20歳以上33歳未満の人
受付期間 5月15日(金)まで
試験日 5月23日(土)
試験会場 受付時に通知
問合せ 自衛隊島根地方協力本部 ☎085220015・浜田出張所 ☎21334

浜田スイミングスクール

春の短期水泳教室

対象 5歳～小学校6年生
日時 3月24日(火)～27日(金) 午前10時～11時15分
場所 浜田市室内プール(福井誠記念プール)
内容 自分に合った目標を立てて泳力を伸ばす4日間
定員 40人(先着)
料金 6000円(会員料金あり)
申込み 3月2日(月)午前10時から浜田市室内プールへ ☎0230

西条柿栽培講座

日時 4月～令和3年1月(平日に年10回程度・第1回は4月下旬開催予定)
場所 三隅町東平原
内容 西条柿栽培についての講義と実習
申込み 4月15日(火)までに農林業支援センターへ ☎23500

ぶどう産地ツアー

日時・内容 第1回 花穂整形
5月30日(土) 午前9時～正午

お出かけ



大麻公民館

ひな人形展

日時 3月8日(日)まで 午前9時～午後4時30分
(1日(日)は午後1時から)
場所 大麻公民館
問合せ 大麻公民館 ☎0897

ジョブカフェしまね

しまね企業ガイダンス

日時 3月5日(木) 午前10時30分～午後4時20分
場所 くにびきメッセ(松江市)
内容 就職活動者向け島根の企業約200社の企業紹介
問合せ ジョブカフェしまね ☎0852200694

有 料 広 告

広告募集 詳しくは市ホームページで

毎日の料理を楽しくする

クックパッド 浜田市公式キッチン

「浜田市びびくん食堂」

浜田市びびくん食堂のキッチン 10月開催

浜田市(島根県)の卒業生が開設した健康・おいしい・健康レシピ、びびくん通

問合せ 健康医療対策課健康づくり係 ☎09311

浜田公民館フェスタ

日時 3月7日(土)・8日(日) 午前9時～午後5時(8日は午後3時まで、縁の市の物品販売は午前10時から)
場所 浜田公民館
内容 各種サークルの展示会や地域住民団体による縁の市
料金 無料(縁の市商品は有料)
問合せ 浜田公民館 ☎29358

浜田市ウォーキング協会

健康ウォーク

「浜田漁港をめぐるみち」

日時 3月8日(日) 午前10時
場所 旧しまねお魚センター前
駐車場発着 5km(小雨決行)
料金 無料
申込み 浜田市ウォーキング協会 西川さんへ
☎090-9507-1755

サン・ビレッジ浜田

春のサンビレッジスタオンアイス

日時 3月14日(土)
午後1時〜3時
内容 フィギアスケートエキシ
ビジョン・カーリング体験など
料金 無料
春休み特別イベント「ワンコインで
アイススケートを楽しもう」
対象 中学生以下
日時 3月20日(祝)〜4月5日(日)
(期間中は休まず営業)
料金 500円
問合せ サン・ビレッジ浜田
☎1300

朗読を楽しむ会「波」
春の朗読会

日時 3月14日(土)
午後1時30分〜3時30分
場所 中央図書館 多目的ホール

料金 無料
問合せ 朗読を楽しむ会「波」
佐々木さん(午後6時以降)
☎2036

浜田医療センター

無料口腔がん集団検診

日時 3月14日(土) 午後1時〜
4時(受付は午後3時まで)
場所 浜田医療センター2階
総合研修センター
料金 無料(申込み不要)
問合せ 浜田医療センター 歯科
□腔外科 ☎0505

創立30周年 浜田おやこ劇場
劇団さんぽ舞台劇
「かあちゃん取扱説明書」

日時 3月15日(日)
午後6時〜7時5分
場所 総合福祉センター
料金 お問い合わせください。
(3歳以下無料・会員料金あり)
申込み 浜田おやこ劇場へ
☎6396

福祉講演会

「心豊かな居場所づくり」

日時 3月15日(日)
午後1時30分〜3時30分
場所 いわみーる 401研修室
講師 加登田恵子さん(山口県
立大学 学長)

定員 200人
料金 無料
問合せ NPO法人はとぼつぽ
☎0160

大切な人を自死により

しまね分かち合いの会・虹

日時 3月21日(土) 午後2時
場所 総合福祉センター
問合せ しまね分かち合いの会
・虹 事務局
☎090-4692-5960

第206回ふるさと歴史紀行
江津市二宮町の神主城跡探検

日時 3月22日(日)(雨天中止)
午前9時〜正午
場所 波子海水浴場駐車場に集
合し移動(杖が必要)
料金 200円(資料代)
問合せ 下村さん 午後5時以降
☎090-7500-9637

観光列車「あめつち」に
手を振ろう！

運行日(石見地方)
3月25日(火)・26日(水)
通過(到着) 予定時刻
下り
波子駅 午前11時5分頃
下府駅 午前11時15分頃
浜田駅 午前11時20分頃

上り

三保三隅駅 午後2時20分頃
折居駅 午後2時25分頃
浜田駅 午後2時55分頃
波子駅 午後3時35分頃
※変更や遅れが生じる場合あり。
問合せ 石見観光振興協議会
☎5647

浜田開府四百年記念協賛

ボランティア海岸清掃

日時 3月28日(土)(小雨決行)
午前7時30分〜(1時間程度)
集合場所 豊ヶ浦入口付近
清掃場所 豊ヶ浦一帯
問合せ 全国豊かな海づくり大
会をサポートする市民100
0人の会 牛尾さん
☎090-8244-9429

真田節子先生を偲ぶコン
サート

日時 3月29日(日) 午後1時30分
場所 石央文化ホール



料金 無料(整理券が必要)
問合せ 石央文化ホール
☎2100

大平桜まつり

日時 3月29日(日)
午前10時〜午後4時
ライトアップ
日時 3月21日(土)〜4月5日(日)
午後7時〜10時(予定)
場所 大平桜周辺(三隅町矢原)
問合せ 浜田市観光協会
☎1085

今福公民館
夜桜茶会

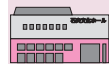
日時 4月4日(土)
午後5時〜8時
(5日(日)午前9時から正午まで
庭園を開放)
場所 今福公民館
料金 お茶券500円
(中学生以下無料)
問合せ 今福公民館
☎2083

石見海浜公園
テニス大会

日時 4月12日(日) 午前9時
場所 石見海浜公園テニスコート
内容 ミックスダブルス(硬式)
料金 1チーム2000円
申込み 4月4日(土)(必着) ま
でに申込書を石見海浜公園予
約センターへ ☎0795

石央文化ホールだより

☎22100



石央シネマ倶楽部企画映画上映会
映画上映「グリーンブック」
日時 4月12日(日)
①午前10時 ②午後1時30分
(上映時間130分)
石央フリーマーケット祭
時間 午前9時〜午後3時
特別企画 地域で活動している
ジャズ演奏者によるコンサート

時間 午後1時〜1時20分
場所 大ホール
料金 前売券一般 1200円
小学生・大学生 600円
(当日200円増)
スタンプリンカード大人2
冊、学生1冊と交換できます。
プレイガイド 石央文化ホール、
教育委員会、世界こども美術
館、石正美術館、みずほ楽器、
ラ・ペアーレ浜田、ブックセン
タージャスト、浜田スタンプ
会加盟店、合庁売店、江津市総
合市民センター、グラントワ

アクアスから



☎3900
アクアスは今年開館20周年
アクアス春祭り2020
日時 3月20日(祝)〜22日(日)
午前10時〜午後3時
場所 アクアス前中央広場

手紙を書いた人を探しています
「2010年に埋めた
タイムカプセル開封式」

日時 3月20日(祝) 午前10時20分
場所 春祭り2020ステージ
内容 開館10周年(2010年
7月)に埋めたタイムカプセル
を開封。10年後の自分に向けて
書いた短冊1066通を公開。
特別展「ひれあしわーど」
日時 5月11日(月)まで
場所 3階特別展示室

ペンギンパレード

日時 3月31日(火)までの土・日・
祝日(3月20日(祝)〜31日(火)は
毎日開催)
午後0時30分(20分程度)
料金 無料(入館料を含む)
アクアス体験スクール
「ぺったん!ひれあし
消しゴムはんこ作り」
日時 3月1日(日)
午前10時〜11時30分
場所 1階レクチャーホール
料金 300円

申込み 電話・ホームページで
学習交流係へ ☎3614
ゆったり親子の会
「おさかなさんに会いに行こう」
対象 未就学児と保護者
日時 3月9日(月)
午前10時30分〜11時
場所 アクアス館内
定員 先着10組
料金 無料(入館料を含む)
申込み 当日1階総合案内所へ

グラントワだより

☎856③1860

グラントワ
Grand Toit

企画展「富野由悠季の世界」
関連イベント
プラモデル製作実演「ガンプラ
をカッコよく仕上げよう!」
日時 3月7日(土) 午前11時
〜正午、午後1時〜4時
・8日(日) 午前11時〜正午、
午後1時〜3時
場所 石見美術館ロビー
出演 NAO-KIさん、マスコ
ド13さん
料金 無料
島根邦楽集団 定期演奏会
日時 3月1日(日) 午後2時
場所 グラントワ大ホール
ゲスト 日本音楽集団
料金 全席自由(会員料金あり)
一般前売 1000円
一般当日 1300円
高校生以下
前売・当日 500円
※未就学児入場不可

グラントワ弦楽合奏団 定期演奏会

日時 3月22日(日) 午後1時30分
場所 石央文化ホール 大ホール
ゲスト 東京アーティスツ合奏団
杉本さえみさん(フルート)
Mizuo strings(M響)
料金 全席自由(会員料金あり)
一般前売 1000円
一般当日 1200円
高校生以下 無料
※3歳未満入場不可



日本野鳥の会会員の石本賢治さんを講師に招き、中央図書館周辺で野鳥観察会を開催します。普段、見過ごしている鳥たちの愛らしく、美しい姿を観察して

野鳥観察会を開催します

図書館では、蔵書点検のため、通常の休館日に加えた次のとおり休館します。

蔵書点検に伴う休館日

中央 3月10日(火)～13日(金)
金城 3月3日(火)
旭 3月4日(水)
三隅 3月5日(木)・6日(金)

蔵書点検に伴う休館日のお知らせ

図書館情報

開館時間 3月の休館日

中央	☎ 20480	9:00～19:00	9日(月)・23日(月)
金城	☎ 41823	9:00～17:00	2日(月)・9日(月) 16日(月)・23日(月) 30日(月)・31日(火)
旭	☎ 51439		
弥栄	☎ 82258	10:00～19:00 (土日祝日は18:00まで)	
三隅	☎ 20338		

みましよう。

日時 3月28日(土)

午前10時～正午

場所 中央図書館周辺

集合場所 中央図書館2階 多

目的 ホール

対象 市内小学校4～6年生

定員 10人(先着順)

申込み 3月22日(日)までに中央

図書館窓口、又は電話で申し

込んでください。

※ 雨天時は多目的ホールで野

「子ども読書会」

小学校3～6年生を対象に市内4会場において月1回「子ども読書会」を開催しています。合同で開催する野外活動やおたのしみ会もあります。

4月に各学校を通じてお知らせしますので、ぜひご参加ください。



おたのしみ会の様子

貸出ベスト10 (令和2年1月期)

順位	タイトル	著者
1	瓦礫の死角	西村 賢太
2	そして、バトンは渡された	瀬尾まいこ
3	むらさきのスカートの女	今村 夏子
4	一切なりゆき 樹木希林のことは	樹木 希林
5	宮繙かるかや怪異譚 その2	小野不由美
6	希望という名のアナログ日記	角田 光代
7	希望の糸	東野 圭吾
8	荒城に白百合ありて	須賀しのぶ
9	倒れるときは前のめり ふたたび	有川 ひろ
10	抵抗都市	佐々木 譲

司書がすすめるこの一冊

「本の読み方」で学力は決まる

松崎泰・榊浩平／著 青春出版社(379.9マツ)

昔から、本を読む子は頭がいいと言われてきました。この本は読書習慣や読み聞かせが学力に与える効果を小中学生4万人のデータから科学的に教えてください。ファンタジーと推理小説で働く脳の違いや読み聞かせをする人にうれしい効果など、脳と読書のすてきな関係がわかります。

図書館利用者登録者の皆さん

進学や転勤などにより転居、転出する場合は、図書館にも住所や連絡先などの変更の届出をお願いします。

「図書館のもよおし」は、はまだ情報カレンダー裏面のくらしのサービスガイドをご覧ください。

今月の表紙



道の駅ゆうひパーク浜田に隣接する公園にある「北前船」の遊具で、子どもたちが元気に遊んでいました。北前船寄港地フォーラムin浜田が3月14日(土)石炭文化ホールで開催されます。日本遺産である北前船寄港地「外ノ浦」を活かし、地域活性化などにつなげます。

人口 (1月末現在)

(単位:人)

	世帯	男	女	総数
浜田	19,444	18,738	20,576	39,314
金城	1,891	2,011	2,141	4,152
旭	1,317	1,333	1,333	2,666
弥栄	673	596	653	1,249
三隅	2,803	2,808	3,060	5,868
合計	26,128	25,486	27,763	53,249



市長直行便(市政に関するご意見・ご提言)をお寄せください。市長直行便は、市ホームページの市長直行便入力フォーム、又は専用はがき(本庁・支所・公民館などに備付け)などをご利用ください。

