

広報 えたじま 5月



およげ
こいのぼり!

今月の内容

- 振り込め詐欺にあわないために… P 2～3
- 新たな特別徴収制度が開始に… P 4
- 平成21～23年度の介護保険料が決定… P 5
- まちの話題… P 6～7
- 江田島消防つうしん… P 8
- 人権シリーズ、年金だより… P 9

- お知らせ… P 10～15
- 市内各地で交通安全活動… P 16
- おすすめメニュー・消費生活相談… P 17
- 5月の福祉保健行事… P 18～19
- 教育委員会だより… P 20～21
- 図書だよりなど… P 22～23

今月の表紙：飛渡瀬のこいのぼりと飛渡瀬保育園の園児（詳細は6ページ）

相手は犯罪のプロ。
一言相談する勇気も大切です。



江田島警察署生活安全刑事課
藤吉 智弘警部補

昨年、江田島警察署管内では3件の被害がありました。それ以外にも相談は多数ありましたので、実際に電話を受けたり、通知などが届いたりした人はかなりいるのではないかと考えています。

今は携帯電話や銀行のATMが普及し、どこでも通話ができる・簡単に現金が振り込めるなど、私たちにとって便利になりました。しかしそれを逆にとり、携帯電話で指示を出してATMを操作させ、現金を振り込ませるといった犯罪が考え出されました。そしてその手口は、より巧妙になってきています。

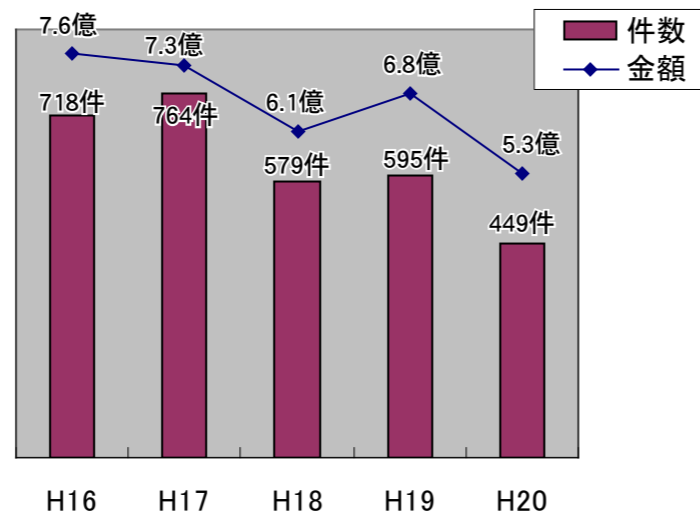
「まさか自分が詐欺にひっかかるなんて」「手口は分かっているから自分は大丈夫」と思う人も多いのではないのでしょうか。でも、被害にあった人のほとんどは、振り込め詐欺を知っていてもお金を振り込んでしまっています。相手は人をだますトレーニングを積んでいる、いわば振り込め詐欺のプロ。一人でなんとかしようとするのではなく、一言誰かに相談する勇気も大切です。

江田島警察署も、行政や地域と連携しながら被害がゼロになるよう努力していきます。



被害を防ぐため、江田島警察署では市内各地で防犯教室を開催しています。

表：振り込め詐欺の認知件数と被害額



こんな言葉が出たら、迷わず110番！

『風邪で声が変わった』『携帯番号が変わった』
+
(数日後)『すぐにお金を振り込んで』

『携帯を持ってATMへ行け』

『信用確認のため、先に保証金を送れ』

『エクスパックでお金を送れ』

上記の言葉が出たら、すぐに110番を！

江田島警察署 ☎ (42) 0110

定額給付金等の給付をよそおった

「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意を

- 市役所がATM（銀行・コンビニなどの現金自動預払機）の操作をお願いすることは絶対にありません。
- ATMを自分で操作して、他人からお金を振り込んでもらうことは絶対にできません。
- 市役所が「定額給付金等」の給付のために、手数料などの振り込みを求めることは絶対にありません。
- 市役所が銀行口座の暗証番号を尋ねることは絶対にありません。

定額給付金等対策室 ☎ (42) 6123

油断が後悔に変わる前に
「自分は大丈夫」「詐欺になんかひっつかからない」という気持ちは、時に油断につながります。そしてその油断は、被害に気づくと「しまった」という後悔になります。まずは、被害にあわないことが一番。油断が後悔に変わらないよう、最新情報を常に確認し、お金を振り込む連絡があったら誰かに相談するなどして、被害にあわないよう一人一人が注意しましょう。
※消費生活に関する相談は、江田島市消費生活相談窓口へ。
☎ (40) 2218



架空請求詐欺

携帯電話のメールで「サイト利用の未納料金がある。連絡がない場合は法的手段に入る」と請求された。驚いて連絡すると「10日以内に5万円振り込めば法的措置はとらない」と言われ、振り込んでしまった。

→実際には何も払わなくてもいいのに、不安をあおってお金をだましとります。にせの裁判所からの通知書を送り、「訴訟を取り下げたいのなら連絡するように」と相手に連絡させ、和解金などの名目で振り込ませる手口などもあります。



融資保証詐欺

「超低金利・無担保で融資」と宣伝していた会社に融資を申し込むと、「5%の手数料が必要」といわれ、お金を振り込んだ。しかし、その後融資は受けられず連絡もとれなくなった。

→「簡単な審査で融資できる」「無利子・無担保で融資できる」などのはがきやメールが届き、連絡すると融資の前に必要だと言って保証金などの名目で振り込ませます。最近では本人確認のためと言って、クレジットカードの送付を要求されることもあります。



還付金詐欺

社会保険庁職員を名乗る男から「医療費の払い戻しがある。窓口で手続きできないので、ATMに行ってください」と連絡があり、指示どおりATMを操作して振り込んでしまった。

→税務署や市の職員などを名乗り、「税金などのお金が返ってくる」と言って指定する口座に振り込ませます。銀行のATM（現金自動預け払い機）に行かせて指示通りに操作させる手口が多くあります。



なりすまし詐欺

息子だという男から「携帯電話をなくしたので番号を変えた」と電話があり、その後変更された電話番号から「会社関係のお金を振り込まないといけないが、カードもなくなったので代わりに振り替えて欲しい」と言われ、指示どおりに振り込んでしまった。

→電話で子どもや孫などをよそおい、お金を振り込ませます。「交通事故の示談金が必要」「借ったお金を返さないといけない」などと理由をつけ、「時間がない」と急がせて考える時間を与えないようにすることもあります。

振り込め詐欺にあらわれないために

その振り込み、詐欺ではありませんか？

相手の不安をあおったり、甘い言葉で誘惑したりして巧みに現金を振り込ませる「振り込め詐欺」。もしかしら、明日にでもあなたのとこに犯罪者の魔の手がのびるかもしれません。そんなときはどうしたらいいの。振り込め詐欺の種類や対策をお知らせします。

市内でも被害が起きた 振り込め詐欺

振り込め詐欺は、大きく分けてなりすまし詐欺・架空請求詐欺・融資保証金詐欺・還付金詐欺の4つの手口があります。最近では銀行口座へ振り込ませるほか、宅配便や普通郵便などで現金を送金させるなど、その形態は複雑・多様化しつつあります。

広島県では昨年1年間で449件、約5億3千万円の被害がありました（3ページ上の表を参照）。認知件数や被害額は少しずつ減ってきているものの、まだまだ多くの人が被害にあっています。江田島市でも昨年3件の被害が発生し、今年も3月末までに融資保証詐欺3件の被害の届け出がありました。振り込め詐欺は、不特定多数の人間を狙う犯罪。誰もがこの標的になる可能性があります。

平成21年度から平成23年度までの 介護保険料が決定

(問)高齢介護課介護保険係
☎(40)3177(代)

65歳以上の高齢者が負担する介護保険料は、介護保険事業計画で推計した介護サービス費用の原則20%を負担することになっています。

今回、第4期介護保険事業計画（平成21年度～平成23年度）でその費用を見込み、次のとおり介護保険料を決定しました。

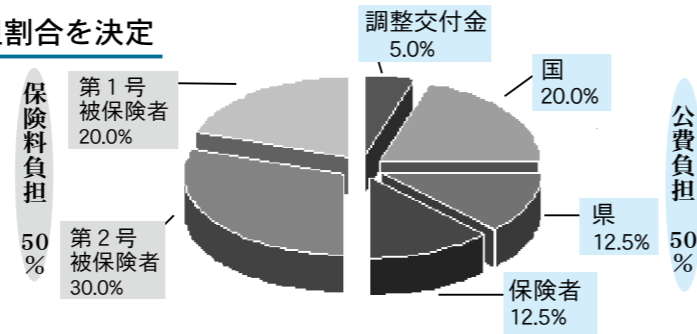
1 介護保険給付費の見込額を算出

総給付費は、3年間で約92億800万円を見込んでいます。(単位：円)

| | 平成21年度 | 平成22年度 | 平成23年度 | 3年間合計 |
|---------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 標準給付費 | 2,868,606,686 | 3,045,708,033 | 3,074,557,730 | 8,988,872,449 |
| 地域支援事業費 | 70,000,000 | 75,000,000 | 75,000,000 | 220,000,000 |
| 総給付費 | 2,938,606,686 | 3,120,708,033 | 3,149,557,730 | 9,208,872,449 |

2 第1号被保険者（65歳以上）の負担割合を決定

介護保険にかかる費用の負担割合は右グラフのとおりです。高齢者（65歳以上）の負担率は、これまでの19%から20%に引き上げられました。



3 介護保険料の軽減措置を実施

○介護従事者の処遇改善のため、事業者を支払われる介護報酬が引き上げられることに伴い、保険料の額も上がりますが、国から交付される特例交付金によって保険料の増加を抑えています。

○基金から3年間で1億6500万円を取り崩し、保険料の増加を抑えています。

上記1から3により、平成21年度から平成23年度までの介護保険料を決定しました。

| 保険料段階区分 | 対象者 | 介護保険料額(年額) |
|----------------|--|------------|
| 第1段階(基準額×0.5) | 生活保護の受給者か、市町村民税非課税世帯で老齢福祉年金の受給者 | 26,100円 |
| 第2段階(基準額×0.5) | 世帯全員が市町村民税非課税で、本人の課税対象年金収入+合計所得金額が80万円以下の人 | 26,100円 |
| 第3段階(基準額×0.75) | 世帯全員が市町村民税非課税で、第2段階に該当しない人 | 39,100円 |
| 第4段階(基準額) | 特例措置(世帯員に市町村民税課税者がいるが、本人は市町村民税非課税で、課税対象年金収入+合計所得金額が80万円以下の人) | 45,900円 |
| | 世帯員に市町村民税課税者がいるが、本人は市町村民税非課税で、上記の特例措置に該当しない人 | 52,200円 |
| 第5段階(基準額×1.15) | 本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が125万円未満の人 | 60,000円 |
| 第6段階(基準額×1.25) | 本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が125万円以上200万円未満の人 | 65,200円 |
| 第7段階(基準額×1.5) | 本人が市町村民税課税で、合計所得金額が200万円以上の人 | 78,300円 |

保険料(基準額)の決め方

基準額(年額)

||

介護保険給付にかかる費用

×

65歳以上の人の負担分(20%)

÷

65歳以上の人数

公的年金から個人市県民税を天引き

新たな特別徴収制度が開始に

(問)税務課市民税係 ☎(40)2765

新しい制度の概要……公的年金を受給している人の個人市県民税を、公的年金から天引きする制度です。

対象者……前年中に公的年金などを受給している65歳以上の人（特別徴収する年度の初日に老齢年金などを受給している人）が対象です。ただし、次の場合などは特別徴収の対象になりません。

○老齢年金などの給付額の年額が18万円未満の場合

○公的年金に対する市県民税の額が、老齢年金額から所得税、介護保険料、国民健康保険料、後期高齢者医療保険料を差し引いた後の額を超える場合

対象となる税額……公的年金などの所得に対する所得割額と均等割額

実施時期……10月以後に受給する老齢年金などから天引きが始まります。

特別徴収義務者の義務……特別徴収義務者となるのは老齢年金などの支払者で、老齢年金などを支給する時に徴収した（天引きした）税額を徴収した月の翌月10日までに市町村に納入する義務があります。

徴収の方法

| 徴収方法 | 自分で納付(普通徴収) | | 年金からの天引き(特別徴収) | | |
|-------|-------------|---------|----------------|---------|---------|
| | 前 半 | | 後 半 | | |
| 年 度 | 前 半 | | 後 半 | | |
| 年金支給月 | 6月 | 8月 | 10月 | 12月 | 2月 |
| 税 額 | 年税額の1/2 | | 年税額の1/2 | | |
| | 年税額の1/4 | 年税額の1/4 | 年税額の1/6 | 年税額の1/6 | 年税額の1/6 |

●年度前半は、6月・8月に年税額の1/4ずつを自分で納付(普通徴収)

●年度後半は、10月・12月・2月支給分の年金から、年税額から年度前半分を差し引いた残りの額(年税額の1/6ずつ)が天引き(特別徴収)

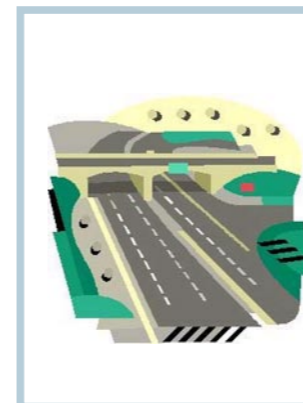
例えば

公的年金分に対する税額が6万円の場合の納付方法(今年度)

| 6月 | 8月 | 10月 | 12月 | 平成22年2月 |
|-------------|---------|---------------|-----|---------|
| 1万5000円 | 1万5000円 | 1万円 | 1万円 | 1万円 |
| 自分で納付(普通徴収) | | 年金から天引き(特別徴収) | | |

※前年度特別徴収された場合、翌年は原則として全額公的年金から天引きされます。

※公的年金以外の収入(給与所得や不動産所得など)がある場合は徴収方法が異なりますので、税務課市民税係にお問い合わせください。



<http://www.w-nexco.co.jp/>

ホームページアドレス

06(6876)9031

0120(924)863か

フリーコール

高速道路株式会社へ。

引)などが、平成23年3月31

日までの期間限定で実施され

ています。詳しくは、西日本

これから導入されていた

深夜割引の割引率を最大50%

に拡充するほか、通勤割引

(午前6時から9時・午後5

時から8時までの利用で最

大50%割引)や休日特別引

(休日に利用する軽自動車

と普通車を対象に最大50%割

た。

3月28日(土)から、広島

道路(クレアライン)のETC

C時間帯割引が拡充されまし

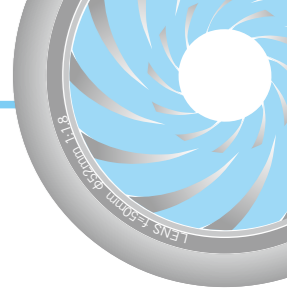
た。

ETC時間帯割引を拡充

広島呉道路(クレアライン)

(問)企画振興課企画係

☎(40)2762



市の課題解決などに向けて 県立広島大学と包括協定

市と県立広島大学は、地域課題の解決や市民サービス向上に取り組むため、3月25日(水)に市役所で包括協定を締結しました。田中市長は「地域の活性化のためには、他団体との連携を強化し、実情に沿った独自の施策の展開が必要である。大学の知的財産を活用できる今回の協定は、本市にとって大きなチャンスであり、お互いの飛躍につなげたい」とあいさつしました。

協定書では、「健康・長寿とふれあいのまちづくり」や「3F（フルーツ・フラワー・フィッシュ）を生かした元気づくり」などの市総合計画の主要プロジェクトについて、連携・協力していくこととしています。今後は、県内で低水準にある平均寿命の改善、地元の食材を生かした特産品づくりや講演会の開催などに取り組めます。



協定書に署名し、握手を交わす田中市長と赤岡理事長。



田中市長に報告書を提出する平岡委員長。

人権教育・啓発指針及び 同推進プランを報告

江田島市人権教育啓発指針検討委員会（平岡昭委員長）は、「江田島市人権教育・啓発指針及び同推進プラン」を3月25日(水)に田中市長へ報告しました。同指針及び推進プランは、本市が進める基本的な人権の方向性や具体的な計画・取り組みを示したものです。

今後、市では江田島市人権施策推進本部を立ち上げ、今回報告されたプランに基づいて、「誰もが住んでよかったと思えるまちづくり」を総合的かつ効果的に進めていきます。

小春日和の島路を楽しむ のうみグリーンウォーキング開催

3月20日の春分の日に、のうみグリーンウォーキングが行われ、約600人が参加しました。当日は能美海上ロッジを出発し、ファミリーコース（5km）かチャレンジコース（12km）を歩いてシーサイド温泉のうみへ到着。のどかな日差しを浴びながら、島の風景を楽しんでいました。

また、特設会場では特産品の鍋料理の試食やビンゴゲーム大会、さくらプリンセスの交代式も行われました。



スタート直後の様子。



飛渡瀬保育園の園児たちと一緒にパチリ。

飛渡瀬の空に こいのぼりが泳ぐ

4月上旬から、大柿町飛渡瀬の消防屯所付近にこいのぼり約50匹が飾り付けられています。これは飛渡瀬地区住民の有志が企画し、使わなくなったこいのぼりや寄付金を集めて実現しました。こいのぼりはワイヤを使ってきれいに並べ、からまないように金具を工夫しているとのこと。

同地区の自治会長山田 尚眞さんは「通りがかった人の目を楽しませてくれています。こういった話題を通じて、地域が元気になるといいですね」と話していました。

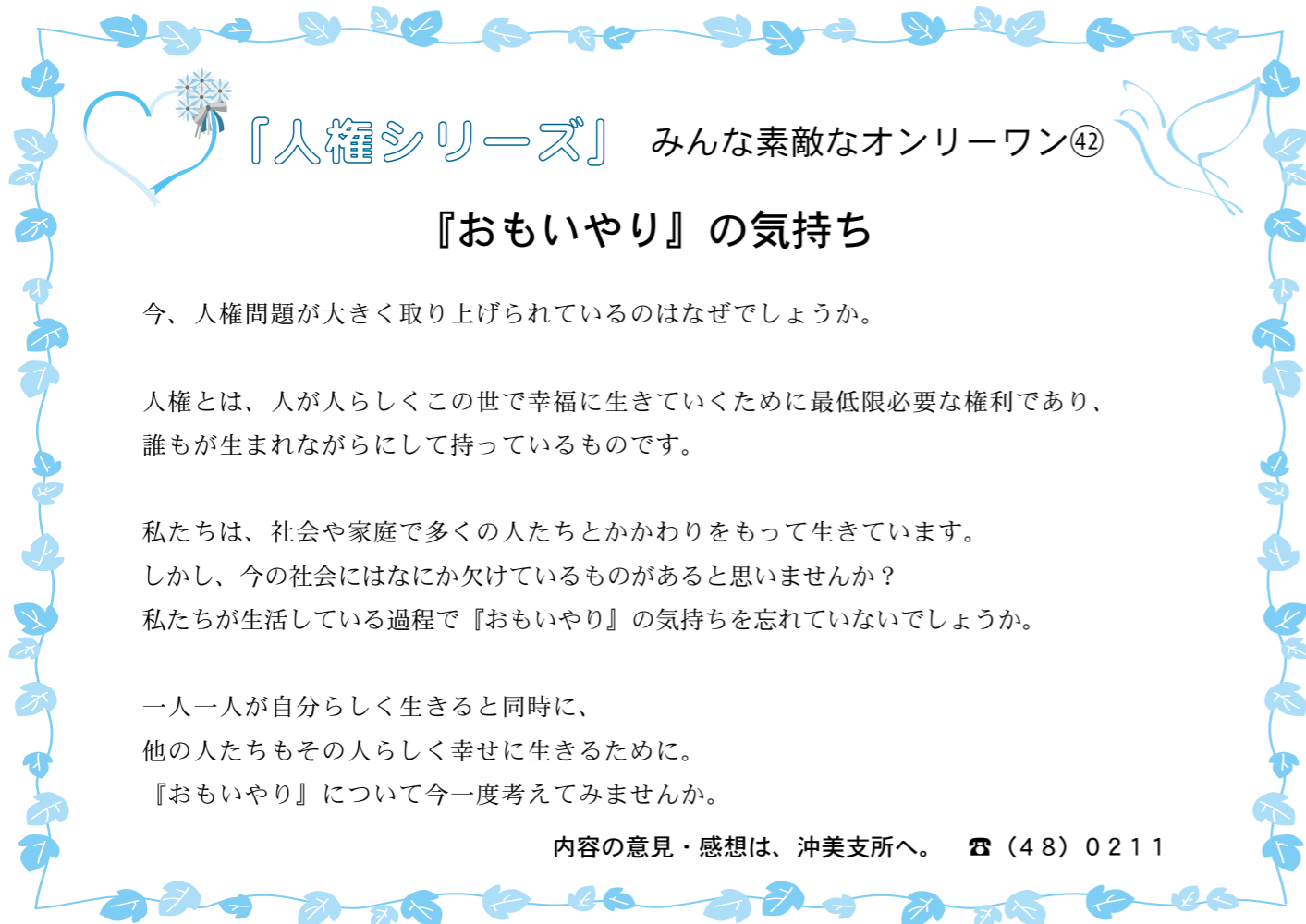
平和を願い 嘉代子桜を植樹

4月1日(水)、能美町中町の宮山戦没者墓地で嘉代子桜の植樹祭が開かれました。嘉代子桜は、長崎に投下された原爆で被爆死した林嘉代子さんを悼んで植えられた桜の名前で、その苗木は全国で植樹されています。

中町遺族会会長の御堂岡 勝敏さんは「平和を願って桜を植樹していると聞き、私たちも同じ気持ちで一緒に活動していきたいと思い、苗木3本を譲ってもらいました。世の中が平和であることの大切さを次の世代に伝え、慰霊祭のような活動をこれから先も残せるようにしていきたい」と話していました。



植樹祭の様子。宮山戦没者墓地は、中町地区の女性会や付近の人たちが定期的に清掃や献花などを行っています。



『人権シリーズ』 みんな素敵なオンリーワン④

『おもいやり』の気持ち

今、人権問題が大きく取り上げられているのはなぜでしょうか。

人権とは、人が人らしくこの世で幸福に生きていくために最低限必要な権利であり、誰もが生まれながらにして持っているものです。

私たちは、社会や家庭で多くの人たちとかかわりをもって生きています。しかし、今の社会にはなにか欠けているものがあると思いませんか？ 私たちが生活している過程で『おもいやり』の気持ちを忘れていないでしょうか。

一人一人が自分らしく生きると同時に、他の人たちもその人らしく幸せに生きるために、『おもいやり』について今一度考えてみませんか。

内容の意見・感想は、沖美支所へ。 ☎(48)0211

年金だより

(関)市民生活課市民生活係

☎(40)2764

加入期間などをお知らせねんきん定期便を送付

社会保険庁では、より身近でわかりやすい年金を目指して、年金加入記録や年金見込額などの情報をお届けする「ねんきん定期便」の送付を開始しています。

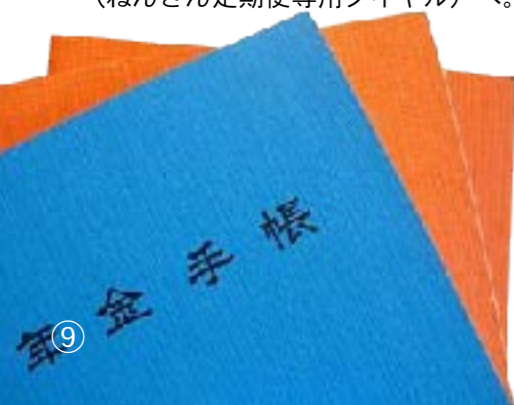
送付対象者 国民年金、厚生年金の被保険者

送付時期 誕生月※1日生まれの人は誕生日の前月に送付されます。4月1日生まれの人は、平成22年3月に初回分が送付されます。

お知らせする内容

- ① 年金加入期間
- ② 年金見込額：50歳未満の人には加入実績に応じた年金見込額を、50歳以上の人には「ねんきん定期便」作成時点の加入制度に引き続き加入した場合の将来の年金見込額をお知らせします。※既に年金を受給している人（全額停止を含む）には、年金見込額をお知らせしません。
- ③ 保険料の納付額
- ④ 年金加入履歴
- ⑤ 厚生年金のすべての期間の月ごとの標準報酬月額・賞与額・保険料納付額

ねんきん定期便に関するお問い合わせは ☎0570(058)555 (ねんきん定期便専用ダイヤル) へ。



火災・救急・救助は119番

江田島消防つうしん



消防本部・消防署 ☎(40)0119
能美出張所 ☎(45)4739
災害テレホンガイド ☎(42)3119

3月31日現在
火災・救急件数

| | |
|----|------------|
| 火災 | 3件(7件) |
| 救急 | 123件(349件) |

※かつこ内は1月からの累計消えるまで
ゆっくり火の元にらめっ子



行楽シーズンは山火事に注意！

春の行楽シーズンは空気が乾燥し、火災が起こりやすい時期です。火災の発生は気象と密接な関係があり、春は空気が非常に乾燥しているので草木もよく乾き、発火しやすい状態になっています。

山火事は、いったん発生すると大規模な火災になりやすい火事です。山に入る時は次のことに注意して、貴重な緑を火災から守りましょう。

- たばこの吸い殻は必ず消し、投げ捨てない。
- 枯れ草があるなど火災が起こりやすい場所では、たき火をしない。
- 強風時や乾燥時には、たき火や火入れをしない。



今年度の防火標語は、「消えるまで ゆっくり火の元にらめっ子」です。大切な財産や生命を奪う火災を起こさないためにも、火の元、火の取り扱いには十分注意しましょう。

方面隊長・副隊長が交代
4月1日付で、江田島市消防団第一方面（江田島町）と第三方面（沖美町）の隊長・副隊長に異動がありました。

第一方面隊長を約5年間務め、今回退団される小方隊長は、昭和32年10月に入団して以来、51年6カ月永きにわたり市民の生命と財産の保護に尽力されました。

新しい方面隊長・副隊長は次のとおりです（敬称略）。

| 職名など | 氏名（かつこ内は前職） |
|---------|----------------|
| 第一方面隊長 | 中本 和弘（第一方面副隊長） |
| 第一方面副隊長 | 岡本 富雄（津久茂分団長） |
| 第三方面隊長 | 山本 悦男（第三方面副隊長） |
| 第三方面副隊長 | 川崎 信夫（三高分団長） |
| 退 団 | 小方 芳次（第一方面隊長） |

※第二方面（能美町）と第四方面（大柿町）の隊長・副隊長は異動なし。

消火器の不正取引に注意

近隣の呉市や広島市では、不適正な点検や高額請求の被害がまだまだ多く発生しています。昨年、当市では幸いにも消火器の点検や販売に関する被害や苦情はありませんでした。

店舗や学校、病院、事業所などは消火器の設置や点検が法的に必要ですが、一般家庭には義務はありません。トラブルを防止するため、次のことに注意してください。

- 身分証明書などの提示を求めらる。
- はつきり点検を拒否する。



ご存知ですか
今年度の全国統一防火標語

住宅用火災警報器は、条例で設置が義務付けられています。

法律相談を開催

法律相談を開催

☎(40) 2211

市民を対象に、市の顧問弁護士による法律相談を開催します。

日時 5月18日(月)

午前10時～午後3時

場所 江田島公民館

申込方法 相談者の人数(8人)が決まっているので、事前に予約が必要です。予約は申込順で、5月1日(金)から市役所総務課で受け付けます。

今後の開催予定

詳しくは、開催月の広報紙

などお知らせします。

8月24日(月)大柿公民館

11月16日(月)市役所本庁

平成22年2月15日(月)三高支所



人権擁護委員を委嘱(再任)

人権擁護委員を委嘱(再任)

☎(40) 2767

4月1日付で、法務大臣から人権擁護委員として次の人が再任されました。

山本 幸(大柿町柿浦)



市内4カ所で行われる人権あんしん相談所開設

☎(40) 2767

法務省と全国人権擁護委員連合会は、人権擁護委員法が施行された6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、この日を中心に人権擁護委員が啓発行事などを行っています。

本市でも、この日に相談所を開設し、人権に関する相談を受け付けています。

日時 6月1日(月)

午前10時～午後3時

場所 江田島公民館(江田島町)

中町公民館(能美町)

沖美ふれあいセンター(沖美町)

大柿老人福祉センター(大柿町)

ふくし・かいじ 巡回相談を実施

☎(57) 2215

障害者や高齢者の福祉サービス、介護方法や認知症、金銭管理などに関するご相談をお受けします。申し込みは、障害者生活支援センターか地域包括支援センターへ。

日時 5月20日(水)(若葉荘・沖美町是長老人集会所)、5月22日(金)徳正寺(能美町中町) 午後1時30分～3時30分

☎(40) 3571

身体障害者・知的障害者相談員にご相談を

☎(40) 3177(代)

身体障害者・知的障害者相談員は、心身に障害のある人の更生支援の相談に応じ、必要な指導を行うとともに、心身の活動をしています。

現在、市では次の7人に委託して相談を行っていますので、お気軽にご相談ください。

身体障害者相談員(6人)

| 氏名 | 住所 | 電話番号 |
|--------|----------------|-----------|
| 平本 悟 | 江田島町鷺部一丁目17番6号 | (42) 2184 |
| 山本 スエコ | 江田島町切串一丁目31番2号 | (43) 0730 |
| 大原 重明 | 能美町高田1273番地1 | (45) 4094 |
| 川野 保 | 沖美町畑294番地 | (48) 0038 |
| 峯本 恵美子 | 大柿町大原1823番地 | (57) 2791 |
| 中本 英興 | 大柿町深江633番地2 | (57) 2805 |

知的障害者相談員(1人)

| 氏名 | 住所 | 電話番号 |
|-------|----------------|-----------|
| 越野 陽子 | 江田島町切串二丁目30番8号 | (43) 0558 |

ご利用ください 被爆者療養保養施設

☎(40) 3247

満60歳以上で、被爆者健康手帳を持っている人を対象とした被爆者等療養保養事業の療養保養施設に、3月1日(日)



シーサイド温泉のうみ



能美海上ロッジ

からシーサイド温泉のうみと能美海上ロッジが指定されています。

利用方法 施設を利用するときに、被爆者健康手帳を提示すると利用料が助成されます。

助成金額

休憩：1人1回250円以内

宿泊：1人1泊500円以内

日本赤十字社広島県支部では、5月1日(金)から赤十字社員増強運動を行います。

この運動は、多くの人々に災害救護活動やボランティアの育成、救急法などの講習の普及、医療事業・血液事業などの赤十字事業をご理解いただき、社員に加入して事業資金へのご協力をいただくものです。

日赤社資を募集

☎(40) 3177(代)

日本赤十字社広島県支部では、5月1日(金)から赤十字社員増強運動を行います。この運動は、多くの人々に災害救護活動やボランティアの育成、救急法などの講習の普及、医療事業・血液事業などの赤十字事業をご理解いただき、社員に加入して事業資金へのご協力をいただくものです。

日本赤十字社広島県支部江田島市地区でも、社員増強運動を推進しています。期間中は、各地区の協賛委員が家庭を訪問し、社員加入のお願いをしますので、ご協力をお願いいたします。

なお、昨年度の江田島市地区での社資募集実績額は、515万2700円でした。ご協力ありがとうございました。

市内の行事

えたじま地産地消まつり

5月16日(土) 午前10時～(雨天決行)
(江田島町切串・タカノス交流広場)
キュウリモぎとり、卵拾い体験やビンゴゲームを催します。

また、その時期に収穫した旬の野菜などを販売。地元で育てた新鮮なものがたくさんあります。

☎(40) 2769

えたじまポートプラザ

5月17日(日) 午前9時～
(江田島町小用・小用みなと公園)
市内の団体が出店し、特産品などを販売します。

☎(42) 0168

男性料理教室

参加者募集

（岡）地域包括支援センター

☎（40）3571

地産地消、地元産の食材を使つて、楽しく料理をしましょう。

日時 5月28日（木）午前10時～午後0時30分

場所 能美保健センター

参加費 500円程度

準備物 エプロン、三角巾、ふきん（タオル）

定員 16人

申し込み 5月26日（火）までに、地域包括支援センターへ。

講座などに限られます。申請を希望する場合は、事前にこゝにこハウスへご相談ください。

5月と6月は撲滅運動月間 不正大麻やけしに注意を

（岡）西部保健所呉支所衛生環境課

☎（22）5400

（内線2424）

大麻成分を含み、マリファナなどに悪用されるため栽培が禁止されています。

植えてはいけないけしや大麻を栽培することのないよう十分注意しましょう。けしの見分け方が分からないときや、植えてはいけないけしや大麻を見つけたときは、最寄りの保健所へご連絡ください。



家電リサイクル法対象機器が追加 液晶・プラズマテレビ、衣類乾燥機は収集不可に

（岡）環境課衛生環境係

☎（40）2768

4月から家電リサイクル法の対象機器が追加されました。これまでのブラウン管テレビ、エアコン、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機に加え、次の家電は市で収集していません。

○液晶テレビ

○プラズマテレビ

○衣類乾燥機

これらの家電製品を処分する場合は、購入した小売店などにリサイクルを依頼してください。詳しくは、環境課へ。

母子自立支援

給付金制度のご案内

（岡）こゝにこハウス

☎（42）2852

母子家庭の母が自立して生活するために、就労に結びつく能力開発の教育訓練（パソコン講座、ヘルパー養成講座など）を受講する場合、その費用の一部を支給する制度があります。ただし、支給対象になる講座は雇用保険制度の教育訓練給付の指定教育訓練

国有地を売り払い

（岡）中国財務局呉出張所

☎（22）6411

次の国有地が一般競争入札で売られます。

入札公告日 5月12日（火）
入札受付期間 5月27日（水）

6月4日（木）
開札日 6月16日（火）

物件 ○江田島町字西ノタン146

82番23外1筆（土地8872・07㎡）

○江田島町宮ノ原三丁目15
142番3（土地220

・45㎡）

○江田島町小用一丁目698
4番47（土地520・16

㎡） ※最低売却価格は公表しません。物件によっては入札を中止する場合があります。詳しくは中国財務局呉出張所へ。

住宅の補修を

無料で実施

（岡）広島県建築センター協会

江田島

☎（45）4881

（社）広島県建築センター協会 江田島では、独居老人や高齢者世帯で家の補修が自力でできない人を対象に、半日程度で終わる住宅補修無料サービスを行います。このサービス希望する場合は、当協会へお申し込みください。

対象地域 江田島市内全域

実施日 6月21日（日）

修理内容 雨漏り、建具修理など（補修の際の材料費は個人負担）

申込締切日 6月5日（金）

受付時間 月～金（祝日を除く）午前9時～午後4時

内閣総理大臣名の

書状を贈呈

（岡）総務省大臣官房総務課管理室

☎03（5253）5182

第二次世界大戦で、外地など（事変地の区域又は戦地の区域）に派遣され、戦時衛生勤務に従事した旧日本赤十字

海技免許証更新講習

（岡）中国海技学院

☎082（255）8705

日時 5月17日（日）

午後1時30分～

場所 中町公民館※小型免許期限切れの失効講習も開催

持ってくるもの

○操縦免許状（海技免状）※

記載事項に変更のある場合は、本籍記載のある住民票

○写真2枚（小型は4・5cm

×3・5cm、海技士は3cm

×3cm）

○筆記用具

○認印（紛失の場合）

社救護看護婦か旧陸海軍従軍看護婦であった人（慰労給付金受給者は除く）に対して、内閣総理大臣名の書状を贈呈していただきます。請求期限が2年間延長に この書状はご本人からの請求により贈呈していますが、請求期限が平成23年3月31日まで延長されました。ご本人やご家族などからの連絡をお待ちしています。

裁判員制度がスタートします

（岡）広島地方裁判所総務課 ☎082（228）0421
市選挙管理委員会 ☎（40）2211（代）

5月21日（木）から裁判員制度が始まります。裁判員制度は、国民の中から選ばれた裁判員が刑事裁判に参加する制度です。6人の裁判員と3人の裁判官が刑事裁判に立ち会い、被告人が有罪か無罪か、有罪の場合にどのような刑にするかを判断します。

5月21日以降に起訴された事件について裁判員裁判が行われますので、裁判員が参加する裁判が実際に行われるのは早くて7月ごろになります。個々の事件に参加する裁判員を選ぶため、事前に「選任手続期日のお知らせ」を裁判員候補者に送付します。このお知らせは、昨年末に「裁判員候補者名簿への記載のお知らせ」が届いた人の中から、さらにくじで選ばれた人に対して送付されます。このお知らせが届けるのは、早くて6月ごろになる予定です。

裁判員制度では、裁判の進め方やその内容に対する国民の視点や感覚が反映され、裁判に対する国民の理解が深まることなどが期待されています。

裁判員制度ウェブサイト <http://www.saibanin.courts.go.jp/>
裁判所ウェブサイト <http://www.courts.go.jp>
（各地の裁判所のウェブサイトへ）



みんなでカーブに熱い声援を

カーブ応援ツアー参加者募集

（岡）企画振興課企画係 ☎（40）2762

新球場マツダスタジアムで、広島広域都市圏（本市を含む11市12町）のみんなと「われらがカーブ」を応援しましょう！

日時 6月21日（日）午後2時試合開始

日本ハムファイターズ戦（マツダスタジアム）

募集人数 300人（申込多数の場合は抽選）※小学生以下の場合は大人の同伴が必要。

参加費 3歳以上1人2500円（外野指定席券、弁当、記念品代）
抽選でサインボールをプレゼント。

申込方法 往復はがきに、参加者全員（1枚に5人まで）の住所、氏名、年齢、電話番号（当日連絡可能な番号）を記入し、5月22日（金）までに広島広域都市圏形成懇談会へ送付してください（当日消印有効）

送付先 〒730-8586

広島市役所企画調整部
内 広島広域都市圏形成懇談会あて（住所記載は不要）

当選者の決定 5月末ごろに、当選者へはがきで通知。※6月5日（金）までに、参加費の振り込みが必要です（振込手数料は参加者負担）。



新球場の雰囲気を楽しみながら、カーブに声援を送ろう！

民生委員児童委員 にご相談を

☎(40)3177(代)

民生委員児童委員は、地域住民のさまざまな悩みごとの相談受付、関係機関との橋渡しや要援護者の生活支援などを中心とした社会福祉の増進に努めています。また、地域社会と行政のパイプ役として広範囲に活動を行っています。

| 氏名 | 担当区域 | 電話番号 | 氏名 | 担当区域 | 電話番号 | 氏名 | 担当区域 | 電話番号 |
|---------------|------------|----------|--------------|----------------|----------|--------|------------------|----------|
| 江田島地区民生委員児童委員 | | | 米原 弘子 | 前浜・中浜 | (45)3987 | 胡子イツエ | 大附・二反田(一部) | (57)3881 |
| 香月 誠司 | 中郷 | (42)3887 | 空本 和義 | 尾登 | (45)3567 | 久保由美子 | 空(一部)・二反田 | (57)4058 |
| 戸高 榮子 | 中郷 | (42)3773 | 原 庸介 | 長石1区 | (45)2342 | 久保いつみ | 須の元・新開 | (57)3123 |
| 中村 佳子 | 向側 | (42)3797 | 港 秋美 | 長石2区 | (45)3758 | 森山 節子 | 中(一部)・向井須の元(一部) | (57)3854 |
| 小跡万知子 | 向側 | (42)0567 | 塩谷 隆明 | 長石3区 | (45)4437 | 出口 美恵 | 余防・郷 | (57)7273 |
| 瀬戸垣内清美 | 矢ノ浦 | (42)3282 | 藤本 隆明 | 宮迫上・迫田 | (45)2662 | 寺島やよい | 峯ヶ迫・郷(一部)・東沖(一部) | (57)2058 |
| 大原 君子 | 山田 | (42)0673 | 早稲田正昭 | 大後 | (45)2587 | 山元 斎雄 | 水畑・西沖(一部) | (57)2602 |
| 空 豊子 | 鷺部 | (42)2516 | 田中 瑞子 | 麓 | (45)4768 | 重田 英子 | 泉崎・大坪・横撫・浜ノ内 | (57)2396 |
| 平本 悟 | 鷺部 | (42)2184 | 川崎 徹 | 見浪 | (45)2870 | 堀尾真由美 | 高名津・堀 | (57)2370 |
| 上橋 端子 | 鷺部 | (42)1146 | 宇根 民子 | 長石3区(一部)・高下 | (45)2281 | 平元 和子 | 大又・薬師・横尾・馬場 | (57)5375 |
| 脇家 常章 | 江南 | (42)2222 | 山崎カネミ | 前田・清能団地名高地・下井田 | (45)4678 | 三奈戸奈美子 | 峯・坪の鼻・平畑・堂様・寺の下 | (57)3811 |
| 三浦 都子 | 江南 | (42)1654 | 橋本 敏光 | 沖北・沖南・南 | (45)2553 | 梶川 武昭 | 平田・河内・大原坊地・新河内 | (57)6270 |
| 道下美和子 | 秋月 | (42)1369 | 福永真千子 | 間所・原 | (45)4254 | 倉田 隆子 | 東沖(平田山を含む) | (57)2633 |
| 出石 勝彌 | 秋月 | (42)1434 | 下郷 宣子 | 空・中・畑 | (45)2085 | 重田 篤子 | 西沖・畑田 | (57)4162 |
| 浴本比呂子 | 小用 | (42)2036 | 谷本萬里子 | 小方・宗崎 | (45)4383 | 藤村 政雄 | 久保田 | (57)2544 |
| 鍛冶谷典子 | 小用 | (42)0249 | 小地原テル子 | 主任児童委員 | (45)4135 | 畠岡 文武 | 東 | (57)3047 |
| 下本 孝子 | 小用 | (42)0731 | 梅比良美保子 | 主任児童委員 | (45)5278 | 胡子フサ子 | 横走・紡績・泉 | (57)5947 |
| 大中 嘉規 | 小用 | (42)1063 | 沖美地区民生委員児童委員 | | | 池田美智子 | 南・西(一部) | (57)5453 |
| 長沢 郁雄 | 切串 | (43)0855 | 下河内嘉代子 | 横原・原・鍵ヤ谷 | (47)0472 | 新澤テルミ | 北 | (57)4577 |
| 下野紀代子 | 切串 | (43)0716 | 堀内 正子 | 中小路・大附古戸・千城原 | (47)0251 | 久保恵美子 | 西・北(一部) | (57)4956 |
| 箕本富美子 | 切串 | (44)1034 | 後河内光明 | 柳之前 | (47)0339 | 水口 孝之 | 東常道 | (57)4676 |
| 松永 早苗 | 切串 | (44)1813 | 矢舖美智子 | 柳之前 | (47)0478 | 山下 龍起 | 港(一部)・中郷 | (57)4686 |
| 岡野 恭子 | 大須・幸ノ浦 | (44)1577 | 佐藤ミチエ | 柳之前・高祖 | (47)0936 | 空 勝二 | 阿浜・楠田・北迫(一部) | (57)5565 |
| 小中 孟 | 津久茂 | (42)2519 | 三浦鹿津三 | 高祖 | (47)0171 | 大迫 満恵 | 北迫 | (57)2200 |
| 岡村美佐子 | 宮ノ原 | (42)4875 | 久保河内克彦 | 美能 | (47)0578 | 岡本イト工 | 胡子 | (57)2236 |
| 野中千代子 | 宮ノ原 | (42)1633 | 野間 毅 | 是長県道より上 | (49)1331 | 川下 節子 | 柿浦坊地 | (57)2617 |
| 小栗 朋子 | 宮ノ原 | (42)2249 | 倉田 政子 | 是長県道より下 | (48)0149 | 迫 修之助 | 下岡(一部)・西常道・港(一部) | (57)5775 |
| 三島 信枝 | 主任児童委員 | (42)0072 | 川野 初子 | 畑県道より上 | (48)0038 | 松平 陽子 | 港・下岡・清水 | (57)2906 |
| 上松 英邦 | 主任児童委員 | (43)0830 | 木戸出 勉 | 畑県道より下 | (48)0382 | 山崎 進 | 内海 | (57)3459 |
| 能美地区民生委員児童委員 | | | 吉岡 芳弘 | 岡 | (48)0850 | 藤岡クニ子 | 長谷・清水谷中郷(一部) | (57)3937 |
| 幸野 章 | 東浜 | (45)2424 | 熊野 啓子 | 大王県道より上 | (48)0232 | 中谷 茂弘 | 外海 | (57)4197 |
| 上林 太 | 東浜 | (45)4264 | 立山 洋子 | 大王県道より下 | (48)0542 | 藤井 辰夫 | 中郷 | (57)3381 |
| 田口 慎三 | 郷上・郷後 | (45)3792 | 世良田久美子 | 主任児童委員 | (49)1306 | 山田 寛子 | 毘沙門原・大盤・内海(一部) | (57)4198 |
| 伊木安也子 | 郷下・郷前 | (45)0015 | 三浦奈津枝 | 主任児童委員 | (47)0826 | 守本美喜枝 | 主任児童委員 | (57)3962 |
| 玉井 禮子 | 中郷・鬼崎・原 | (45)2192 | 大柿地区民生委員児童委員 | | | 重長 英司 | 主任児童委員 | (57)3668 |
| 濱田 紀江 | 荒神・榑守西浜・大矢 | (45)2737 | 沖井 敬子 | 浜・空(一部)中(一部) | (57)2014 | | | |

日本の木の家相談窓口開設

☎(40)27669

「身近な国産材を使って家を建てたいのだけど、どこに聞けばいいのだろうか？」そんな相談にお応えするため、国産材を使った住宅づくりができる大工・工務店、建築士事務所や各種補助制度などの情報を用意した相談窓口と情報サイトが開設されました。

相談窓口
☎03(3585)9311
http://www.nihon-kinote.jp/

※(株)広島県木材組合連合会も情報提供を行っています。

☎082(253)1433
http://www.mokuren.org/index.php

登録者を募集

(財)日本住宅・木材技術センターでは、国産材を使った住宅づくりができる大工・工務店、建築士や建築事務所の登録を募集しています。詳しくは、前記サイトにアクセスしてください。



写真展・作品展を開催

☎080(3883)3256(大迫)

いろいろギャラリー「スマイル21」(大柿町大原)で、新宅哲雄さん(大柿町大君)と揚場忠雄さん(沖美町三吉)の写真展・作品展を開催します。

新宅哲雄写真展
『島(ふるさと)の鼓動』
揚場忠雄作品展
『はじける子供達の笑顔』

入場料 無料
期間 5月1日(金)~10日(日)
午前10時~午後5時

地上デジタルテレビ放送のご案内

☎0570(07)0101
03(4334)1111

2011年(平成23年)7月24日までに、今までのテレビ放送(アナログ放送)は終了します。それ以降は、アナログ放送でテレビを見ている人は、そのままではテレビ放送(地上デジタル放送)を見ることができません。

①地上デジタル放送を見るには
地上デジタル放送対応のテレビに買い換える。
②地上デジタルチューナーを買い足す。
なお、集合住宅や共聴施設でテレビを見ている場合は、施設の改修が必要な場合がありますので、施設の管理者へお問い合わせください。
詳しくは、(株)デジタル放送推進協会のホームページを確認するか、総務省地デジコールセンター(平日午前9時~午後9時、日祝日午前9時~午後6時)へ。
(株)デジタル放送推進協会
http://www.dpa.or.jp/

平成21年度障害者委託訓練生募集

☎082(254)1766

対象 障害者手帳を持ち、公共職業安定所に求職登録している人
※精神障害者対象訓練は、医師の意見書だけでも受講可能。
受講料 無料
申込方法 最寄りの公共職業安定所で応募用紙を提出してください。
詳しくは、広島障害者職業能力開発校へ。

| コース名 | 対象者 | 定員 | 訓練場所 | 申込期限 | 訓練期間 |
|---------|-------|-----|-----------------|----------|------------------|
| パソコン事務科 | 精神障害者 | 10人 | (株)パルウェブ(広島市中区) | 5月20日(水) | 6月4日(木)~8月31日(月) |
| パソコン事務科 | 精神障害者 | 10人 | (株)アイシー(呉市) | 6月17日(水) | 7月1日(水)~9月30日(水) |

e-ラーニングコース(インターネットを活用して自宅で通信訓練をします)

| コース名 | 対象者 | 定員 | 申込期限 | 訓練期間 |
|------------------|-------|----|----------|--------------------|
| ホームページ作成スキル習得コース | 重度障害者 | 7人 | 6月30日(火) | 7月21日(火)~12月18日(金) |
| OA実務スキル習得コース | 重度障害者 | 8人 | | |

おすすめメニュー～

揚げ豆腐の野菜あんかけ

Vol. 15 大柿学校給食調理場



熱量
190kcal

材料（4人前）

| | |
|----------------|-----------------|
| 木綿豆腐……………1丁 | 水……………2/3カップ |
| かたくり粉……………20g | 和風だしの素……………少々 |
| 上新粉……………10g | さとう……………小さじ2強 |
| 揚げ油……………適宜 | みりん……………小さじ2/3 |
| 鶏ミンチ……………80g | しょう油……………大さじ1と |
| 玉ネギ……………1/2個 | 1/3 |
| ニンジン……………1/2本 | いため油……………少量 |
| エノキダケ……………1/3袋 | かたくり粉……………小さじ1強 |

今回のポイント

- 豆腐が主菜となるメニューです。豆腐料理のレパートリーに加えてはいかかでしょうか。
- 揚げ衣に上新粉を使用することで、カリッとした食感に仕上がります。

つくり方

- ① 木綿豆腐は食べやすい大きさに切って、軽く重石をして水切りをする。玉ネギは端からスライスする。ニンジンに太めの千切りにする。エノキダケは食べやすい長さに切る。
- ② キッチンペーパーなどを利用して、①の豆腐の余分な水分をふきとり、かたくり粉と上新粉を混ぜ合わせた衣をまぶして、170℃前後の油でじっくり揚げる。
- ③ フライパンにいため油を少量入れて熱し、鶏ミンチを加えて炒める。次にニンジンを加えて炒め、玉ネギも加えてさっと炒める。
- ④ ③へ水を注ぎ、エノキダケ、和風だしの素を加えて少し煮る。
- ⑤ 材料に火が通ったら、さとう、みりん、しょう油を加えて味を整える。次に水小さじ2杯で作った水溶きかたくり粉を加えてとろみをつける。
- ⑥ ②の揚げ豆腐を器に盛り、上から⑤の野菜あんをかけるとできあがり。

4/16 交通安全テント村（沖美町三吉）



道行く車に「気をつけてください」と声かけ。

春の全国交通安全運動の実施にあわせて、三高中学校（沖美町三吉）付近の県道で交通安全テント村が開村されました。

このテント村には、市交通安全協会の会員や江田島警察署員などが参加。三高地区児童クラブの児童6人も、道行く車のドライバーに「交通安全お願いします」などの声をかけて啓発用品を渡しました。

市内各地で

交通安全活動

4/16～ 街頭指導（大柿町大君）



大人たちに見守られて下校する子どもたち。

今年度から大古小学校に通っている子どもたちが安全に登下校できるようにと、4月6日（月）から大君地区各種団体連絡協議会の会員が、交代でバスに乗降する子どもたちの街頭指導に立っています。

同協議会の眞谷 宏美会長は「これまでと違う経路で登下校するので、子どもたちが慣れるまでこの活動をしばらく続ける予定です。子どもたちが事故に巻き込まれないように、しっかり見守っていきたいですね」と話していました。

4/16 安全講習会（江田島小学校）



ビニールひもを使って、運転席からの視野を確認。

講習会では、バスの運転席から見えない部分（死角）がどのくらいあるのか高学年が体験。運転席の下方にかなりの死角があることに驚いた様子で、「ぜんぜん下が見えないね」「バスの前を通るときは気をつけないとね」と話していました。

4/17 交通安全教室（中町小学校）



警察署員の指導を受けて、自転車を操る児童。

この教室は児童98人を対象に行われ、江田島警察署員や市交通安全協会の役員などが講師として参加。学校を出て実際に横断歩道を渡ったり、グラウンドで自転車による交差点の渡り方などを学んだりしました。

消費生活相談ファイル ～「出会い系」トラブルに気をつけて！～

総務課危機管理室 ☎（40）2218

出会い系サイトの相談は、迷惑メールの規制にもかかわらず多くあります。若者に人気のある着メロ（うた）、懸賞、占い、ゲームなどのサイトを隠れみのにして、出会い系サイトに巧妙に誘導・登録させる場合があります。手口と対応方法は次のとおりです。

| 手口 | 対応方法 |
|--|---|
| はじめは「無料」と誘って登録した途端、高い登録料を要求する。 | とにかく無視すること！ |
| 無料ポイントで誘い（無料ポイントはすぐ無くなる）、メールを何度もやり取りさせ、大量の有料ポイントを使わせる。中には「100万もらえる」とか「芸能関係者（!?!）」とのメールにつられて高額請求を受けるケースも。 | おかしいと思ったらすぐやめる。メールアドレスも変更した方がよい。（コンビニで電子マネー決済した場合などは、返金が難しいケースが多い。） |



もちろんこのような話にはかかわらないのが一番です。信用できないサイトには、くれぐれもメールアドレスなどを登録しないように！出会い系などトラブルのワナが張られているかも知れません。

青少年インターネット環境整備法が平成21年4月1日に施行

この法律では、インターネットの環境から青少年（18歳未満）を守るため、青少年が使用する携帯電話やパソコンに有害情報を見せないようにする、フィルタリングの提供義務などを定めています。詳しくは、内閣府ホームページ（<http://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/index.html>）をご覧ください。

でも、法律ができただけでは不十分。

家族でインターネットの付き合い方を話し合ってはいかがでしょうか？



5月の福祉保健行事

乳幼児健診

（調）保健医療課健康推進係 ☎(40) 3247

| 健診名 | 日 | 受付時間 | 場所 |
|---------|---------|------------|----------|
| 1歳6カ月児 | 25日(月) | 午後1時15分～2時 | 大柿保健センター |
| 3歳児 | 27日(水) | | |
| 1歳6カ月児 | 6月1日(月) | | |
| 4～5カ月児 | 6月4日(木) | | |
| 3歳児 | 6月3日(水) | | |
| 9～10カ月児 | 6月2日(火) | | |
| 5歳児 | 6月5日(金) | | |

乳幼児健診は、体の発育や心の発達のチェック、病気の早期発見、保護者も含めた心の問題や育児に関するさまざまな相談に応じるなど、お子さんを健やかに育てることを目的に行っています。今年度から医師、歯科医師、歯科衛生士、保健師、栄養士に加え、健診種別によっては成長発達の相談を受ける専門職が加わってアドバイスをします。健康チェックや育児相談の場として、積極的に活用しましょう。

今年度の健診日程

- 4～5カ月児健診（対象月齢4～5カ月）
→偶数月の第一木曜
- 9～10カ月児健診（対象月齢9～10カ月）
→偶数月の第一火曜
- 1歳6カ月児健診（対象月齢1歳7カ月～1歳8カ月）
→偶数月の第一月曜と5月25日（月）
- 3歳6カ月児健診（対象月齢3歳7カ月～3歳8カ月）
→偶数月の第一水曜と5月27日（水）
- 5歳児健診（対象月齢5歳2カ月～5歳3カ月）
→偶数月の第一金曜

※対象の日に受診できない場合はご連絡ください。
※内容によっては、他の健診種別の日に受けることも可能です。
※5月と6月実施の対象者は、年度調整で月齢の幅が広がります。
乳幼児健診の案内は、対象世帯へ個別に通知しています。転入などの場合も随時送りますが、1週間前になっても届かない場合は保健医療課へご連絡ください。

すくすくくらぶ

（調）保健医療課健康推進係 ☎(40) 3247

| 日 | 内容 | 場所 |
|--------|------------|-----------|
| 15日(金) | スライムで遊ぼう | 江田島保健センター |
| 18日(月) | 公園へ行こう | 切串公民館 |
| 19日(火) | 散歩・しゃぼん玉遊び | 沖美保健センター |
| 21日(木) | お散歩に出かけよう | 大柿保健センター |

※時間は午前10時～11時30分

すくすくベビーくらぶ

（調）保健医療課健康推進係 ☎(40) 3247

| 日 | 時間 | 場所 |
|--------|--------------|-----------|
| 28日(木) | 午前10時～11時30分 | 江田島保健センター |

手遊び、ふれあい遊びをします。（身体計測あり）

食育チャレンジ隊

（調）保健医療課健康推進係 ☎(40) 3247

| 日 | 時間 | 場所 |
|--------|----------|----------|
| 29日(金) | 午前10時～正午 | 能美保健センター |

子どもたちが豊かな人間性を育み、健やかに成長していくには、何より「食」が大切です。「食」について楽しく学び、子どもたちと一緒に体験しませんか。
申込期限 5月26日(火) 定員 15組
内容 「朝食簡単メニューを考えてみよう」
対象者 2歳以上の幼児と保護者
準備物 タオル・エプロン・三角巾・お茶・参加費1人200円※準備物には必ず名前を書いてください。

にこ心にこひろば

（調）にこ心にこハウス ☎(42) 2852

| 日 | 時間 | 場所 |
|--------|--------------|----------|
| 13日(水) | 午前10時～11時30分 | にこ心にこハウス |
| 27日(水) | | |

13日はフィンガーペイント遊びを、27日は野菜スタンプ遊びをします。

にこ心にこ身体測定

（調）にこ心にこハウス ☎(42) 2852

| 日 | 時間 | 場所 |
|--------|-----------------|----------|
| 21日(木) | 午後10時30分～11時30分 | にこ心にこハウス |

乳幼児の身体計測と発達・育児相談を行います。母子健康手帳を持ってきてください。

おひさまくらぶ

（調）保健医療課健康推進係 ☎(40) 3247

| 日 | 時間 | 場所 |
|--------|----------|----------|
| 14日(木) | 午前10時～正午 | 大柿保健センター |

子どもの発達に不安を持つ親子を対象に、スキンシップ遊びや、成長発達を促す遊びを体験しながら、子育てを応援する教室です。

今の状態は、を簡単にまとめて話すことが大切です。時間ごとの発熱経過などは、メモをしておくといでしょう。

● 服装は着脱が簡単なものを診察を受ける時の服装は、なるべく簡単に脱いだり着たりできるものにしましょう。

● 一言連絡を
症状がよくならないからと、すぐに別の病院で診察を受ける人がいますが、決してプラスにはなりません。「よくなりません」「薬がどうも合いません」などということ、必ずかかりつけ医に伝えましょう。薬を変えたり、必要に応じて検査をしたり、専門の医師を紹介するといった場合もあります。また、良かった場合も一言連絡しましょう。

● 薬の相互作用に注意
内科と皮膚科、整形外科など、一人で複数科に同時に受診する場合もあります。この場合、受けている治療やもらっている薬を分けるようにしておき、新しく診察を受ける場合は、必ず医師に話しましょう。薬の重複により副作用が強くなり、逆に効果が弱まったりすることがあります。

パパママスクール・マタニティスクール

（調）保健医療課健康推進係 ☎(40) 3247

| 日 | 時間 | 内容 | 場所 |
|--------|---------------|--|----------|
| 17日(日) | 午前10時～正午 | ☆パパママスクール ・妊婦疑似体験 ・お産の経過と呼吸法 ・赤ちゃんの特徴とお風呂の入れ方 | 大柿保健センター |
| 20日(水) | 午後1時30分～3時30分 | ☆マタニティスクール① ・妊娠中の栄養について ・おっぱいの手入れとおっぱいマッサージ | |
| 22日(金) | 午後1時30分～3時30分 | ☆マタニティスクール② ・妊婦体操 ・お産に備えて | |

かわいい赤ちゃんの誕生を心待ちにしているあなたのために、安産教室「パパママスクール」&「マタニティスクール」を開催します。「案ずるより産むが易し」という言葉がありますが、実際に赤ちゃんを抱くまではいろいろな心配があることと思います。

教室に参加して少しでも不安を解消し、赤ちゃんを迎え入れる準備をしませんか？

ウォーキング教室

（調）保健医療課健康推進係 ☎(40) 3247

| 日 | 時間 | 場所 |
|--------|----------|-------|
| 26日(火) | 午前9時30分～ | 旧沖小学校 |

ウォーキングを続けるコツは、何よりも楽しむこと。楽しく歩いてメタボリックシンドロームを予防・改善してみませんか。予約は不要です。
集合場所 旧沖小学校グラウンド（旧沖小学校付近を歩きます。）※雨天中止
準備物 保険料30円・水筒・タオル

心の健康相談

（調）広島県西部保健所呉支所 ☎(22) 5400代

| 日 | 時間 | 場所 |
|-------|------------|-----------|
| 8日(金) | 午後1時30分～3時 | 大柿分庁舎※要予約 |

献血

（調）保健医療課健康推進係 ☎(40) 3247

| 日 | 時間 | 場所 |
|---------|-------------------------------|-------|
| 6月3日(水) | 午前10時～11時30分 午後0時30分～3時30分 | 中町公民館 |

かかりつけ医は、日常的な診療や健康管理などを行ってくださる身近なお医者さんです。個人の体質や病歴、持病を知ってもらうことで、いつでも的確なアドバイスを受けることができます。また、待ち時間が比較的短く、受診の手続きも簡単で、必要な時は専門医に紹介してもらえらるという利点もあります。

自分の健康状態や持病など包み隠さず話し合える、かかりつけ医を持つことが安心の第一歩です。

● 上手なお医者さんのかかり方
● 症状は明瞭・簡潔に
● 診察室で、自分の苦しみを分かかってほしいあまり、あれもこれもとしゃべっているうちに、肝心なことがぼやけてしまう場合があります。診察を受けるときには、病歴（いつから、どのような症状で、



かかりつけ医を
もちましよう
（調）保健医療課健康推進係
☎(40) 3247

ガイドブックを全戸配布 年に一度は健診を

（調）保健医療課健康推進係 ☎(40) 3247

今年度の健診日程が、次のように決まりました。
個別健診：6月15日（月）～9月30日（水）に市内医療機関で実施
集団健診：7月14日（火）～7月31日（金）の15日間9会場で実施
健診の目的 健診は、病気の早期発見・早期治療はもちろん、病気になる前段階のリスクを見つけ、発症を防ぐためのものです。健診を受けて自分の体の状態を把握し、生活習慣を見直すことが将来の健康につながります。まずは健診を受けて、その結果を生活習慣改善に活用しましょう。

今月号の広報紙と一緒に『健診ガイドブック』を配付しています。健診日程や申込み方法など詳しくは、健診ガイドブックをご覧ください。

園庭開放

（調）にこ心にこハウス ☎(42) 2852
※時間は午前10時～11時

| 園名 | 日 | 内容 |
|--------|---------------|--------------------|
| 江田島保育園 | 28日(木) | 戸外あそび |
| 小用保育園 | 1日(金)～29日(金) | 戸外あそび |
| 切串保育園 | 12・19・26日(火) | 戸外あそび |
| 宮ノ原保育園 | 20日(水) | 戸外あそび |
| 鹿川保育園 | 1日(金)～29日(金) | 戸外遊び |
| 〃 | 30日(土) | 運動会において（よちよちりレー参加） |
| 中町保育園 | 14日(木) | 戸外遊び |
| 〃 | 30日(土) | 運動会において（よちよちりレー参加） |
| 高田保育園 | 13日(水) | 戸外遊び |
| 三高保育園 | 14日(木)・28日(木) | 戸外遊び |
| 大古保育園 | 13日(水) | 戸外遊び（雨天の場合室内遊び） |
| 柿浦保育園 | 13日(水) | 戸外遊び（雨天の場合室内遊び） |
| 飛渡瀬保育園 | 20日(水) | 戸外遊び（雨天の場合室内遊び） |

教育委員会
だより

島から世界へ

21世紀を主体的に
心豊かに生きる

江田島市教育委員会
教育総務課 ☎(40)3035
学校教育課 ☎(40)3036
生涯学習課 ☎(40)3037

入学おめでとう

小中学校で入学式

4月7日(火)に、市内各小中学校で入学式が行われました。小学校児童175人、中学校生徒179人が入学しました。



大古小学校入学式の様子

本年度、大君小学校と統合した大古小学校には23人が入学。6年生の住本麻結さん



江田島中学校入学式の様子

が「一緒に大古小の一員として、元気に明るく笑顔いっぱい頑張りますよ」と1年生を迎える言葉を述べました。

切串中学校と統合した江田島中学校には58人が入学。新入生を代表して谷本 連くんが「先輩や、新しく出会う友だちと楽しく中学校生活を送るために、マナーや思いやりを大切に頑張ります」と誓いの言葉を述べました。大君地区や切串地区の子ど

教職員の人事異動

4月1日付発令で、小中学校教職員の異動がございました。校長の人事異動は次のとおり。かつこ内は異動前の所属。(敬称略)

- ▽柿浦小学校 岡田 學(大朝小学校)▽高田小学校 下田 豊子(柿浦小学校)▽江田島中学校 津田 和也(切串中学校)▽大栴中学校 荒神 一洋(白岳中学校)
- ▽退職 山本 健一(高田小学校)・濱松 由紀子(大君小学校)・砂堀 正治(江田島中学校)・平上 博文(大栴中学校)

もたちは、毎日路線バスなどで、地域の人々に見守られながら登校しています。

国土交通大臣賞受賞

ジュニア・マリン賞2008

海や船の自由研究や活動レポート募集(勸日本海事広報協会主催・国土交通省後援)に、全国の小中高生から寄せられた1939点の中から市内小学生の作品が入選しました。

国土交通大臣賞

平原 琉生さん(大古小学校/現 横須賀市在住小学校3年)・作品名「ふしぎなすなの山 パート2」ハクセンシオマネキのおいでおいでにさそわれて」

優秀賞

長沼 沙弥さん・藪下 麻衣さん(大古小学校5年)・作品名「ヤドカリさんの家さがし」ピッターリハウスはどくれかな? パート2」

佳作 里岡 拓弥くん(大古小学校4年)・作品名「風の強さと気温の関係 海風・山風は?」

山野 由美さん(柿浦小6年)・作品名「ハクセンシオマネキの不思議な行動」えっ?こんなことするの!」

シリーズ

学習指導要領が変わる①

4月から一部実施
小学校は平成23年度から、中学校は平成24年度から「学習指導要領」が変わり、4月から一部が実施されています。

学習指導要領は、全国どこで教育を受けても、一定の水準の教育を受けられるようにするため、文部科学省が学校で教育課程(カリキュラム)を編成する際の基準を定めたものです。

要領には、小学校、中学校、高等学校ごとに、それぞれの教科などの目標や大まかな教育内容を定められています。

これとは別に学校教育法施行規則で、それぞれの教科などの年間の標準授業時数などが定められています。

学校では、学習指導要領や年間の標準授業時数などを踏まえ、地域や学校の実態に応じて、教育課程(カリキュラム)を編成しています。

成人式を自分たちの手で

平成22年成人式 運営委員募集

市では、平成22年1月11日(祝)に開催予定の成人式を企画・運営する運営委員を募集しています。これは、新成人となる人にも式の企画・運営に参加してもらうことを目的として募集するものです。思い出に残る成人式を自分たちで企画・運営してみませんか?

対象者 平成元年4月2日〜平成2年4月1日に生まれた人で、原則市内在住(市外在住でも、市に関係があった人に限り可)。
募集人数 10人程度

募集締切日 6月1日(月)
※その他条件・内容などについての問い合わせは、生涯学習課へ。



今年行われた成人式の様子

古文書を読みませんか 解読講座の受講生募集

古文書を教材にして、解読方法を学習します。
期間 6月5〜10月 第1土曜



日・午後1時〜3時
場所 大栴公民館1階大会議室
講師 宮尾 敬三(芸南文化研究会会長)
定員 40人
申込先 生涯学習課
申込期限 5月20日(水)※定員になり次第締め切り

学びの館で企画展を開催

次の期間、学びの館で江田

広島県体力づくり優良団体 能美町楽習院大学 悠遊スポーツクラブが表彰



悠遊スポーツクラブ代表の杉田さん(左)と矢野さん(右)

3月18日(水)、県庁で平成20年度広島県体力づくり優良団体の表彰式が行われました。

本市からは、地域などでスポーツ・レクリエーション・野外活動など、体力づくり運動の普及実践に著しい成果をあげている団体として、能美町楽習院大学悠遊スポーツクラブが表彰されました。今後ますますのご活躍が期待されます。



森元さんが創作したおももり

善意に感謝

中町女性会から ガステーブル2台寄贈

中町女性会から、中町公民館へガステーブル2台を寄贈いただきました。料理教室や公民館まつりなど、さまざまに行事で大切に使用させていただきます。

スポーツセミナー

参加者募集

日程 5月10日(日)、6月7日(日)の午後1時30分〜午後3時
場所 市スポーツセンター
種目 ミニテニスとフアマリリーバドミントン

江田島公民館から 太極拳講座受講生募集

太極拳は、体を鍛え基礎体力を作ります。動きがゆっくりですから、老若男女を問わず誰でもできるスポーツです。一度体験してみませんか?

日時 5月20日(水)、6月3日(水)の午後7時
場所 江田島公民館
用意するもの 運動可能な服装、屋内用シューズ、タオル

出生 4月15日受付分まで（地区別50音順・敬称略）

掲載を希望される場合は、秘書広報室まで

江田島町
川口 敦也（切串・3月25日） 成松 大翔（切串・4月7日）
吉兼 大翔（切串・4月3日）

能美町
石田 優月（鹿川・3月7日） 空久保 鈴（鹿川・3月7日）
山崎 椋道（鹿川・3月26日） 井上 陽登（中町・4月2日）

沖美町
宮本 虎珀（高祖・3月26日）

大柿町
長迫 沙綾（柿浦・4月7日）

死亡 3月1日～31日分（地区別50音順・敬称略）

掲載を希望されない場合は、秘書広報室まで

江田島町
大松 義弘（大須・78歳） 岡田 しづゑ（津久茂・90歳）
川口 フミ子（切串・82歳） 下向 京子（江南・87歳）
田中 輝夫（鷺部・77歳） 玉利 チズ子（小用・77歳）
寺戸 徳雄（小用・75歳） 富田 繁樹（中央43歳）
濱本 ミサヨ（小用・88歳） 前田 富男（宮ノ原・82歳）
松場 ウタ子（切串・91歳） 森下 照枝（切串・80歳）
山中 勝次（切串・50歳）

能美町
池田 勝美（鹿川・82歳） 大津 巖（鹿川・82歳）
大坪 正則（中町・85歳） 川口 登（高田・91歳）
木戸 スエコ（中町・86歳） 下垣 直行（鹿川・84歳）
辻崎 博（鹿川・61歳） 中西 文雄（鹿川・77歳）
古本 稔（中町・69歳）

沖美町
石田 キミヨ（岡大王・98歳） 泉 章二（美能・56歳）
島津 文雄（岡大王・90歳） 世良田 洋子（是長・82歳）
西下 繁人（畑・85歳） 深川 君江（畑・85歳）
部家 政江（高祖・66歳） 山田 孝行（三吉・65歳）

大柿町
石崎 英美子（深江・81歳） 大下 アヤコ（飛渡瀬・92歳）
大段 フミ（飛渡瀬・88歳） 尾世 恵美子（飛渡瀬・72歳）
角野 博（柿浦・60歳） 金川 秋雄（柿浦・70歳）
日下 文夫（大原・79歳） 小笹山 幸子（柿浦・78歳）
重川 真美（柿浦・33歳） 城山 淑子（大原・89歳）
高森 茂（飛渡瀬・79歳） 棚崎 信雄（大原・75歳）
長石 輝夫（飛渡瀬・86歳） 樋上 シナコ（大原・84歳）
平岡 津由子（飛渡瀬・96歳）

寄付 ありがとうございます

3月1日～31日受付分

卒園記念として 切串保育園保護者会（江田島町切串）
宮ノ原保育園保護者会（江田島町宮ノ原）
鹿川保育園保護者会（能美町鹿川）
高田保育園保護者会（能美町高田）
三高保育園保護者会（沖美町三高）

鹿川保育園園児用図書として 佐伯 裕明（能美町鹿川）
児童福祉費寄附金として 森 秀樹（呉市阿賀）
奨学金として 藤村 政雄（大柿町大君）
寄附金として 三高漁協（沖美町三吉）

当番医（日程は変更することがあります）

（関）保健医療課健康推進係 ☎（40）3247

3日 森藤医院（江田島町切串） ☎(44)1156
大井（征）医院（大柿町大原） ☎(57)6500

4日 吉田病院（江田島町津久茂） ☎(42)1100
長尾医院（沖美町三吉） ☎(47)0204

5日 青木病院（江田島町中央） ☎(42)1121
澤医院（大柿町小古江） ☎(57)2003

6日 眞次医院（江田島町小用） ☎(42)0101
梶川医院（沖美町岡大王） ☎(48)0201

10日 水口医院（江田島町中央） ☎(42)0018
浜井医院（大柿町柿浦） ☎(57)2008

17日 森藤医院（江田島町切串） ☎(44)1156
芸南クリニック（大柿町柿浦） ☎(57)3705

24日 吉田病院（江田島町津久茂） ☎(42)1100
堀澤クリニック（能美町高田） ☎(40)2112

31日 青木病院（江田島町中央） ☎(42)1121
大井内科医院（大柿町飛渡瀬） ☎(57)5512

相談

心配ごと相談（午後1時～3時30分）
（関）社会福祉協議会 ☎（40）2501

7日（木） 農村環境改善センター
14日（木） 大柿老人福祉センター
21日（木） 農村環境改善センター
28日（木） 江田島公民館
30日（木） 三高支所

法律相談（午前10時～午後3時）
18日（月） 江田島公民館※詳細は10ページ

ふくし・かいご巡回相談（午後1時30分～3時30分）
20日（水） 若葉荘・沖美町是長老人集会所
22日（金） 徳正寺 ※詳細は10ページ

人権あんしん相談所（午前10時～午後3時）
6月1日（月） 江田島公民館、中町公民館、沖美ふれあいセンター、大柿老人福祉センター
※詳細は10ページ

市税などの納期限

6月1日（月）
固定資産税（1期） 保育料（5月分）
住宅使用料（5月分） 下水道使用料（1期）
畑地かんがい施設給水使用料（全期）

税などは、期限内に納めましょう。ゆめタウン江田島内の市民サービスセンターでは、土曜日・日曜日・祝日でも納付できます。

| 人口と世帯数 | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| | 男性 | 女性 | 計 | 世帯数 |
| 江田島 | 4,955 | 5,328 | 10,283 | 5,049 |
| 能美 | 2,775 | 3,151 | 5,926 | 2,700 |
| 沖美 | 1,795 | 1,986 | 3,781 | 1,898 |
| 大柿 | 3,907 | 4,307 | 8,214 | 3,832 |
| 全体 | 13,432 | 14,772 | 28,204 | 13,479 |

（外国人登録者を含む・平成21年3月31日現在）

図書館カレンダー（5月）

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24/31 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

閉館時間
江田島図書館・能美図書館・大柿公民館図書室（日曜日以外）
午前9時30分～午後7時
大柿公民館図書室（日曜日）
午前9時30分～午後5時
■…休館日



江田島図書館 ☎(42)1417
能美図書館 ☎(45)0075
大柿公民館図書室 ☎(57)3071

能美図書館
全国47都道府県を旅しよう
『日本むかしばなし絵本展』
5月17日（日）まで開催
子どもの日スペシャル
5月5日（祝）
（内容）クイズ・ゲーム勝ち抜き大会 午前10時～11時
おはなしマラソン 午後2時～5時
おはなし会
5月2日（祝）、16日（土）
午前10時30分～
5月9日（土）
カンガルーくらぶ

「子どもの日」スペシャル
5月5日（祝）
（内容）紙ひこうき大会・児童書の除籍本提供・ミニクイズ
えほんとおともだち
5月8日（金）
午前10時30分～
パステルで愉しもう
5月12日（火）
午前10時～正午
子どもの広場
5月24日（日）
午前10時30分～

5月の催し
江田島図書館
「子どもの日」スペシャル
5月5日（祝）
（内容）紙ひこうき大会・児童書の除籍本提供・ミニクイズ
えほんとおともだち
5月8日（金）
午前10時30分～
パステルで愉しもう
5月12日（火）
午前10時～正午
子どもの広場
5月24日（日）
午前10時30分～

大柿公民館図書室
おはなし村（えほんのよみきかせ）
5月9日（土）午後2時～
午後1時30分～
5月24日（日）
『指人形』
LPクラシック鑑賞会
5月10日（日）午前10時～
チャイコフスキー『白鳥の湖』
ねっこぼっこ
5月24日（日）
テーマ「ま・いっか！」
絵本の会
5月14日（木）午前10時～
5月21日（木）午前10時～
ワーク“
パステルで“心のステップ
アート
午前10時30分～

作品募集
児童文学誌『小鳥』第5号
募集内容 一般 童話、童謡、おきかえ詩
児童生徒 童話、おきかえ詩、短歌、俳句、詩、生活作文（小3まで）、小鳥の絵（表紙絵用）
字数 400字原稿用紙10枚以内
締め切り 9月30日
提出先 能美図書館

新刊案内（一部・江田島図書館）

| 分類 | 書名 | 著者名など |
|------|--------------------------|---------|
| 文学 | 筆に限りなし、城山三郎伝 | 加藤仁 |
| 小説 | あれから | 矢口敦子 |
| “ | 九重の雲 | 東郷隆 |
| 美術 | ちひろいのちの画集 | いわさきちひろ |
| “ | ちひろ花の画集 | いわさきちひろ |
| 大型絵本 | バムとケロのそらのたび | 島田ゆか |
| 絵本 | ひとりひとり | 谷川俊太郎 |
| “ | 大きな木のような人 | いせひでこ |
| 児童 | ルルとララの天使のケーキ | あんびるやすこ |
| “ | せなかもぞくぞくこわいはなし | 福井栄一 |
| 医療 | メタボリック症候群 | 小田原雅人 |
| 福祉 | 五感の力でバリアをこえる | 成松一郎 |
| エッセイ | 隅田川の向う側—私の昭和史— | 半藤一利 |
| 料理 | 電子レンジでかんたん！ 野菜と果物の和菓子 | 松井ミチル |

今月の一冊
大柿公民館図書室

わたしのハムスターを化石に残すには？
（ミック・オヘア／編）

花はどうやって水を「飲む」のか？ペットボトルに雲を浮かべるにはどうすれば良いか？ペットのハムスターが死んだら化石にする方法は？ありふれたものごとに対する疑問を解き明かす、実験書です。面白くて、意外性に富んだ実験がいっぱいです。

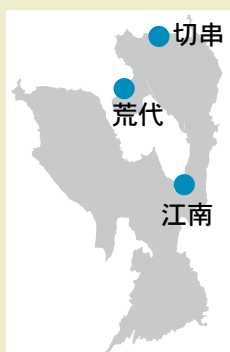
待ちに待った 潮干狩りシーズン、到来。



シーズン中は、多くの人が干潟に押し寄せます (写真は切串干潟)。



4月から9月にかけて、市内3カ所で観光潮干狩りが楽しめます。
家族やカップルで気軽に掘るもよし、
今日の食材を確保しようと気合いを入れて掘るもよし。
貝かきとバケツがあれば、OKです。



| 名称 | 問い合わせ先 |
|-------------------------|-------------------|
| 荒代干潟 (津久茂) 江南干潟 (江南) | 江田島漁協 ☎ (42) 3344 |
| 切串干潟 (切串) | 切串漁協 ☎ (44) 1011 |

料金 550円/1kg

期間 4月から9月ごろまで

(江南干潟は7月ごろに終了)

※上記期間でも潮干狩りができない日がありますので、詳しくは各漁協へお問い合わせください。

注意!

子どもと一緒に楽しむ場合は、目を離さないようにしてください。潮の満ち引きが激しい日は、海に入らないようにしましょう。

※今月号の「キラリえたじま」は、休載します。

▼5月号から、「広報えたじま」を担当することになりました。平成20年4月号まで本紙を担当していたので、1年ぶりになります。久しぶりに一眼レフのカメラを手にしましたが、操作方法や撮影方法の記憶がかなりあいまいになっていました。「何度も練り返せば、頭で思い出そうとしなくても体が覚えている」とよく言われますが、私の場合はその域まで達していませんでした。

▼ある日取材に出かけたときのこと。本番前に試し撮りしようとしてシャッターを切って画面を確認すると「カードを入れてください」の文字が写真記録用のメモリーカードを差し込んでいませんでした。本番でなくてよかったと安堵すると同時に、「1年前まで担当していたとは思えないミスだなあ」とため息。まだまだハリハビリの時間が必要なようです。毎月届くのが楽しみです。毎月届くのが楽しみです。毎月届くのが楽しみです。

ほっとひといき