

どげなかわ

2022 **3** 月号



下水道料金が変わります//
JPQRを導入します//
消費者トラブル/8020運動//
イエローバスダイヤ改正//
食改さんレシピ//市長会通信//
たうんとびくす//健康の窓//
ジョーホーの森/まちのタカラ

写真:吉田子ども塾の書き初め

マイナンバーカード 出張申請をご利用ください

市民課職員が団体や企業、交流センター、自治会などを訪問して、マイナンバーカードの申請を受け付けます。

写真撮影も無料でいきますので顔写真の準備も不要です。カードは後日、自宅に本人限定受取郵便等でお届けします。市役所の窓口にお越しいただく必要はありません。

対象 ▽市内に事業所がある企業、団体 ▽市内の自治会、サークルなど

申込条件（全てに該当する団体等） ▽対象団体からの申し込みであること ▽申請予定者が、概ね10人以上見込まれること ▽申込団体が事前周知や当日の案内・誘導が行えること ▽申込団体が、申請会場や机、椅子などの備品を準備できること ▽申請会場に電源があること

申込方法 希望日の1カ月前までに出張申請申込書、出張申請者名簿を記入し提出してください。

出張申請でマイナンバーカードの交付申請ができるのは、次の要件全てに該当する人です。

▽安来市内に住所（住民登録）がある人 ▽マイナンバーカードの交付申請を行っていない人（カードの更新申請は可能） ▽本人確認書類の提出ができる人 ▽申請者本人が会場に来られる人 ▽市民課職員が暗証番号を入力することに了解できる人

なお、市民課、各地域センターでの申請は、随時、受け付けています。



▼1月27日、宇賀荘交流センターに出張申請窓口を開設しました。

問い合わせ 市民課 電話：23-3092

- 2 マイナンバーカード出張申請
- 3 下水道料金が変わります
- 4 J P Q Rを導入します
- 6 消費者トラブル / 8020 運動
- 7 イエローバスダイヤ改正
- 8 食改さんレシピ / 人権を考える
- 9 TRY ICT やすぎ / 市長会通信
- 10 たうんとぴっくす
- 12 健康の窓
- 13 新刊図書
- 14 「ジョーホーの森」各種お知らせ
- 20 まちのタカラ（裏表紙）

別刷 市民カレンダー

3月の行事 / 日曜日・祝日診療など

今月の表紙

集中！

新年最初の「吉田子ども塾」は書き初め会。参加した11人の小学生は、気持ちを新たにして画仙紙に向かいました。

隣に置いた手本を見ながら丁寧に筆を動かす子どもたち。書き終わると自分の字を見比べて、学校提出用に一番良い作品を選びました。

撮影日 / 1月6日 場所 / 吉田交流センター



下水道使用料が 変わります

問い合わせ

下水道課 電話：23-3370

下水道事業の健全な経営と適正な維持管理を行うために、令和3年4月1日から下水道使用料を改定しています。

今回の改定は、市民の皆さんの負担を軽減するため、激変緩和措置を適用しています。令和3年度からの2年間で段階的に引き上げる計画で、令和4年度で完了します。

○対象 市の公共下水道、集落排水、市設置浄化槽を利用する世帯

○改定時期 令和4年4月1日使用分～

○改定率 10%（令和3年4月1日に10%の改定実施済み、合計20%の値上げ）



▲家庭から出た汚れた水は下水道施設により、きれいな水となって川に返されています。

1カ月あたりの下水道使用料

区分	汚水量 ^{m³}	令和3年 4月1日～	令和4年 4月1日～
基本料金	8まで	1,252	1,366
超過料金 (1 ^{m³} あたり)	9～15	183	199
	16～20	195	212
	21～40	221	241
	41～100	274	299
	101～500	352	384
	501以上	391	426

(消費税抜き、単位：円)

下水道使用料早見表（2カ月分）

使用水量	0 ^{m³}	1 ^{m³}	2 ^{m³}	3 ^{m³}	4 ^{m³}	5 ^{m³}	6 ^{m³}	7 ^{m³}	8 ^{m³}	9 ^{m³}
0 ^{m³}	3,004	3,004	3,004	3,004	3,004	3,004	3,004	3,004	3,004	3,004
10 ^{m³}	3,004	3,004	3,004	3,004	3,004	3,004	3,004	3,223	3,442	3,661
20 ^{m³}	3,880	4,099	4,318	4,537	4,756	4,975	5,194	5,413	5,632	5,850
30 ^{m³}	6,068	6,302	6,536	6,769	7,002	7,235	7,468	7,701	7,934	8,167
40 ^{m³}	8,400	8,666	8,932	9,197	9,462	9,727	9,992	10,257	10,522	10,787
50 ^{m³}	11,052	11,317	11,582	11,847	12,112	12,377	12,642	12,907	13,172	13,437
60 ^{m³}	13,702	13,968	14,234	14,499	14,764	15,029	15,294	15,559	15,824	16,089
70 ^{m³}	16,354	16,619	16,884	17,149	17,414	17,679	17,944	18,209	18,474	18,739
80 ^{m³}	19,004	19,333	19,662	19,991	20,320	20,649	20,978	21,307	21,636	21,965
90 ^{m³}	22,294	22,623	22,952	23,281	23,610	23,939	24,268	24,597	24,926	25,254
100 ^{m³}	25,582	25,911	26,240	26,569	26,898	27,227	27,556	27,885	28,214	28,543

(消費税込み、単位：円)

スマホで支払いができるようになります

各種手続きの手数料や公共施設使用料の支払い方法にQRコード決済を追加することで、市民サービスの向上と、地域のデジタル化・キャッシュレス化を進めます。

市役所での各種手数料や公共施設の使用料を支払う時にスマートフォンなどで支払いができるQRコード決済サービスを導入します。

対象の窓口・施設

下表をご覧ください。

サービス開始日

2月28日(月)

利用できる

決済サービスアプリ

- ① PayPay
- ② 楽天ペイ
- ③ piaco
- ④ auPAY

注意事項

・領収書は発行されません(領収書が必要な場合は、現金でお支払いください)。

・施設利用の予約時の前払いは対応していません。

・あらかじめ決済サービスアプリをスマートフォンなどにダウンロードして、登録をお願いします。

・窓口でのチャージ(入金)はできません。

【問い合わせ】

情報管理課 ☎23-33350

対象料金、手続き名	窓口
広域生活バス乗車回数券、定期券、1日乗車券 安来市広瀬町民会館使用料	地域振興課、広瀬 ^地 、伯太 ^地 広瀬 ^地
印鑑証明、印鑑登録、住民票の写し、戸籍、戸籍の附票の写し、火葬場使用料、自動車臨時運行許可、その他(身分証明、受理証明等)	市民課、広瀬 ^地 、伯太 ^地
住民基本台帳閲覧、コピー料	市民課
固定資産税評価証明書、資産証明書、記載事項証明書、公課証明書、名寄帳、地籍図、切図、所得証明書、課税証明書、世帯所得(課税)証明書、事業証明書、営業証明書、地番変更証明書、廃車証明書、所在地証明書、標識弁償代金、納税証明書・滞納なし証明書	税務課、広瀬 ^地 、伯太 ^地
住宅用家屋証明、申告書写し他交付	税務課
粗大ごみ収集手数料	環境政策課、広瀬 ^地 、伯太 ^地
犬登録・注射済票交付等手数料	環境政策課
図書館(室)インターネット使用料、図書コピー代金	やすぎ図書館、ひろせ図書室、はくた図書室

※^地…地域センター

※上表のほか、使用料、入館料として次の施設が対象です(一部対応できない料金があります)。

安来市民体育館、広瀬中央公園総合体育館、伯太運動広場、安来運動公園野球場、広瀬中央公園野球場、安来運動公園陸上競技場、広瀬中央公園陸上競技場、安来運動公園庭球場、広瀬中央公園庭球場、安来市民プール、広瀬体育館、和鋼博物館、金屋子神話民俗館、安来市立歴史資料館



利用方法

導入するQRコード決済サービスは、JPQRです。これは、一つのQRコードで複数の決済サービスアプリに対応できる決済用統一QRコードです（「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です）。

1

自分が使いたい決済サービスのアプリを起動する。



2

窓口にあるJPQRを読み取る。



3

職員が案内する金額を自分で入力する。



4

金額に間違いがないか、職員に画面を提示する。



5

画面の決済ボタンを押して、決済完了画面を職員に提示して終了。



対象の窓口は
このポスターが目印!



5

知らずにいるとトラブルに・・・

成人になると巻き込まれやすくなる消費者トラブル

4月1日から民法上の成年年齢が20歳から18歳に引き下げられます。成人になると保護者の同意なしに契約などができるようになります。そして、これまで未成年者取消権が認められていた18歳、19歳は、未成年を理由に契約の取り消しなどができなくなります。

【若者に多い相談事例】

- ・友人から儲かる話があると言われ、仮想通貨の投資のような契約をしたが、解約したい。
- ・エステの中途解約を申し込んだが、支払い請求額が高額すぎて納得できない。
- ・SNSで知り合った人に連れて行かれた事務所で自己啓発セ

ミナーの契約を勧められ借金で会費を払うよう言われた。

【頭に入れておきたいこと】

- ・契約責任を負う成人であることを自覚し、安易な気持ちで契約しない。
- ・簡単に大金を得ることは通常あり得ない。うまい話に飛びつかない。
- ・きっぱり断ることも勇氣！「今日なら安くなる」などとと言われてもその場で契約しない。

業者とトラブルになったら、すぐに安来市消費生活センターに相談しましょう。

安来市消費生活センター

☎ 23・3068



いつまでも自分の歯で食事をとり、健康に過ごすために

問い合わせ いきいき健康課 ☎ 23-3220

ハチマルニイマル 8020運動を知っていますか。この運動は、「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」というものです。

20本以上の歯があれば、ほぼ満足した食生活を送ることができます。生涯を通して健康で心豊かな生活を送るためには、いつまでも自分の歯でしっかりと食事をとることが大切です。

市では毎年、80歳で自分の歯が20本以上ある人を表彰。あわせて80歳を迎える人に、歯と口の健康に関するアンケート調査を実施しています。

【令和3年度8020達成者】
対象 436人
達成者 53人



▲毎日の手入れは欠かさずに。

今年度のアンケート調査の結果、8020達成者のうち、半数以上がかかりつけの歯科医療機関を持ち、定期的に受診をしていることがわかりました。

また、達成者の多くが歯の健康のためにしていることとして、「1日1回以上は丁寧に歯磨きをする」「食事のときにしっかりと噛んだり固いものを食べたりする」と回答していました。

いつまでもおいしく食べ続けるための元気な歯は、日々の手入れから始まります。

若いうちから、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受け、8020達成を目指しましょう。

航空中央音楽隊 スマイルコンサート in やすぎ 2022

公演日時 5月7日(土) 開場 13時 開演 14時

終演 16時

場所 アルテピア

入場料 無料(往復はがきでの応募が必要です)

応募締切 3月23日(水) 必着

抽選結果発表 3月末頃予定(返信はがきを発送)

注意事項 ▽入場券(1枚で2人入場可能)が必要になります ▽入場券は往復はがきに必要事項を記入の上、応募してください ▽応募者多数の場合は抽選になります ▽座席は入場整理券で事前に指定します ▽未就学児のお子さんも入場券が必要です ▽消せるボールペンの使用はご遠慮

ください ▽インターネットオークションなどでの転売を目的とした応募は固くお断りします(売買を目的とした応募であることが判明した場合は抽選対象外とさせていただきます) ▽コンサートは中止や内容を変更する場合があります

応募方法

郵便往復はがき(1通あたり126円、私製を除く)に下記事項を記入して応募してください。

往信用裏面に記入すること…①郵便番号 ②住所

③名前 ④電話番号を

返信用表面に記入すること…①郵便番号 ②住所

③名前

あて先 〒692-8686 安来市役所文化スポーツ振興課「スマイルコンサート」観覧係

【問い合わせ】

文化スポーツ振興課 ☎23-3075

市総合文化ホール アルテピア ☎21-0101

【往信用表面】

【返信用裏面】

<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">692-8686</div>	何も書かないで ください。
安来市役所 文化スポーツ振興課 「スマイルコンサート」観覧係	

【返信用表面】

【往信用裏面】

<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">□□□□□□</div>	① 郵便番号 ② 住所 ③ 名前 ④ 電話番号
ご自分の ① 郵便番号 ② 住所 ③ 名前	

イエローバスのダイヤを 改正します 一部運休する路線があります

3月12日(土)にダイヤを改正します。新しいダイヤ表は3月上旬からイエローバス車内で受け取れるほか、市役所安来・広瀬・伯太の各庁舎や各交流センター、JR安来駅の観光案内所などに配布する予定です。

また、広報やすぎ4月号(3月18日発行)と一緒に配布します。

右表の便は、利用者が見込めないため運休します。このほか、JRのダイヤ改正に対応するため時刻変更を行います。

時刻表の詳細が決まりましたら、市ホームページで公表します。

3月12日(土)から運休する便

路線名	出発地	時刻	目的地	備考
アルテピア線	JR安来駅	14:12	JR安来駅	—
買い物バス	和鋼	12:15	和鋼	—
買い物バス	和鋼	15:00	和鋼	—
買い物バス	JR荒島駅	19:26	和鋼	土曜を運休に
広瀬＝荒島線	広瀬BT	19:00	JR荒島駅	運休に
広瀬＝荒島線	広瀬BT	19:35	JR荒島駅	日祝を運休に
広瀬＝荒島線	JR荒島駅	20:16	広瀬BT	運休に
伯太＝広瀬線	広瀬BT	18:50	伯太庁舎	—
草野＝安来線	伯太庁舎	19:31	JR安来駅	—

広瀬BTは、広瀬バスターミナル、和鋼は、和鋼博物館前です。

【問い合わせ】地域振興課 ☎23-3069

広瀬バスターミナル ☎32-2260



冬キャベツは葉がしっかりと巻いてあり甘みがあるので、煮込み料理にむいています。

キャベツのチーズ焼き

※1人分あたり

92
Kcal

塩分
0.8g

(材料) (4人分)
シメジ 1/2パック (50g)
トマト 1/2個 (75g)
キャベツ 4枚 (320g)
ベーコン 2枚 (30g)
だし汁 200ml
カレー粉 小さじ1
塩 小さじ1/5



今月は安来支部の皆さん
粉チーズ 大さじ4
パン粉 大さじ1

【作り方】

- ① シメジは小房に分ける。トマトは1cmの角切りにする。
- ② キャベツはさっとゆでて芯をそぐ。芯は薄切りにし、せん切りにしたベーコンと一緒にキャベツの葉で巻く。
- ③ 鍋に①、②、だし汁、カレー粉、塩を入れて火にかけ、沸騰したらキャベツに味が染み込むまで弱火で煮る。
- ④ ③のキャベツを取り出し、食べやすい大きさに切って耐熱容器に並べ、③の残りの材料と汁を加える。キャベツの上に粉チーズとパン粉を散らし、オーブントースター(1200W)できつね色に焼いて、できあがり。

シリーズ
人権を
考える③③

ありませんか？

「無意識の偏見」

あなたは、
次の考えに賛同しますか

- 1 学歴の高い人は、仕事もできる。
- 2 外国人労働者は日本の職場に合うのか心配になる。
- 3 育児中の女性には、負荷の高い仕事は無理だ。
- 4 多くの人が正しいと言うことは、正解だと思う。

これらの考えは全て「無意識の偏見」、客観的な根拠のない「思い込み」だと言われています。

私たちは性別や学歴、国籍などの属性で人を判断しがちですが、人それぞれです。

学歴や国籍に関係なく職場で活躍する人は



▲無意識の思い込みで人を判断していませんか(写真はイメージ)。

たくさんいます。国際的に育児も仕事も男性と女性が共に分かち合う男女共同参画社会が進められています。多様性を尊重し平等な社会をめざすとき、「無意識の偏見」をなくすことが求められています。

そのためにはまず、自分自身の中にある無意識の偏見に気づくことから始めませんか。

問い合わせ 人権施策推進課 ☎ 23-3095



トライシティー TRY ICT やすぎ

ICTを活用した教育で学校や教室が変わる様子をシリーズでお伝えしています。

リモート授業で つなぐ協働学習

赤屋小学校と井尻小学校の5年生、6年生同士が昨年の9月下旬にインターネットでつながり、算数のリモート授業を行いました。

普段、小規模校の両校は、5・6年で複式での学習を進めています。この日は学年ごとに分かれた教室で、インターネットでつながったタブレット端末と電子黒板を使い、相手の学校の同学年の児童や、先生と会話しながら学習を進めました。いつもよりオーバーなアクションも使い、意思疎通を図る子どもたち。距離を感じさせない、活発な意見と笑顔がちな学習の時間となりました。

新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、国(文部科学省)が推進する「GIGAスクール構想」は大きく前倒しとなりました。ICTを利用したリモート授業によって学校が



▲電子黒板を通して考えを伝え合いました。

一斉休業となった場合でも、子どもたちの学びを止めないことを目的としたものです。

市では、幾つかの小中学校で、教室と家庭をインターネットでつないだリモート学習の実証実験を令和2年度3学期に行いました。

リモート機能はICT活用の大きなメリットです。教員による新たな授業の技術向上や家庭のWi-Fi環境の整備に向けた理解など、多くの課題はありますが、子どもたちの学びを止めないための準備を進めています。

問い合わせ

学校教育課 ☎23・3180



中海・宍道湖 ・大山圏域 市長会通信

Vol. ⑳

「ビジネスマッチング オンライン商談会2021」

圏域のものづくり関連企業等を対象にした山陰最大級の「ビジネスマッチング商談会」を10月28日に開催しました。

圏域内外から幅広い業種の企業163社が参加。企業間の取引拡大や連携強化を図りました。

「第2回ケララ・山陰 オンライン・ビジネスフォーラム」

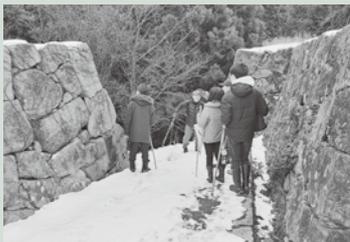
11月16日、圏域とインド・ケララ州との更なる経済連携および両国企業のビジネス企画創出を目的に、「第2回ケララ・山陰オンライン・ビジネスフォーラム」を開催しました。

日本企業との連携を期待するインド企業からの企業紹介等が行われ、両国の行政や企業関係者約100人が参加しました。

「圏域キャンパス事業(東京大学フィールドワークスタディ型政策協働プログラム)」

東京大学フィールドワークスタディ型政策協働プログラムとは、地域課題解決に向けて東京大学の学生が、事前調査、現地活動、事後調査を通じて、1年をかけて解決の道筋の提案を行うものです。

今年度、「うんばく3城連携誘客について」地域連携による滞在型ツーリズムをデザイン」と題し、東京大学の学生と共に、松江城、米子城跡、月山富田城跡並びに周辺地域を巡る圏域周遊観光プランの検討をしています。このたび東京大学から5人の学生を受け入れ、フィールドワークを開催しました。



▲月山富田城跡を散策する学生たち(12月19日)。

問い合わせ 市長会事務局

☎0852・55・5056

たうん とびっくす

まちの話題や出来事をご紹介します

▶リアルタイムの観測データを映し出すデジタル地球儀。



環境問題を地球規模で考える

地球温暖化をはじめとした環境問題への理解と関心を高めてもらおうと、1月15日～17日に「やさぎ環境フェア」をアルテピアで開催しました。

市内小中学生が「COOL CHOICE」をテーマに描いたイラスト作品全1,103点や地球規模で自然のメカニズムを知ることができるデジタル地球儀などを展示。来場者は興味深そうに鑑賞していました。

家族で訪れた小学2年生の中島優斗さんは「地球儀で世界一周旅行をしながら、環境問題を知ることができました」と話していました。

▶校舎の裏側に寝かせ、児童が水やりなどをして育てます。



シイタケ植菌に挑戦

生活科の授業の活動としてシイタケの原木栽培について学ぼうと、1月27日に荒島小学校の2年生がシイタケの植菌作業を体験しました。

この体験学習は、地元で休耕田を使った農産物の生産を行う「姥祖父いきいきクラブ」の呼びかけで実現。同クラブ会員に協力してもらいながら、児童は原木に開けられた約40カ所の穴に、シイタケ菌の入った「種駒」を指で埋め込んでいきました。

永谷桃々さんは「種駒を原木に入れるとき固くて難しかった。秋頃に収穫できるのが楽しみです」と話していました。

今月の一枚



お米のおいしさを競う「第23回米・食味分析鑑定コンクール国際大会」の国際総合部門で足立広徳さん（伯太町下小竹）のコシヒカリが金賞に次ぐ特別優秀賞を受賞。市役所を訪れ、市長に報告をしました。
撮影日：1月31日

艶やかに咲く寒椿 市長日記

宇賀荘交流センターで開催された「寒椿展」にお招きいただきました。宇賀荘花木の会の皆さん（会員29人）が丹精を込めて育てた約80種類、約90鉢の多種多様なツバキが一堂に会して、来場者を楽しませていました。

今年で19回目となった同展覧会。今後も趣向を凝らした展覧会になるように、更なる発展に期待しています。



◀苗木やツバキ油などの販売もありました。（1月22日）



このマークの記事は、関連写真を「市公式フェイスブック」で公開しています。



▶児童22人は親子ならではの合った演奏を鑑賞しました。



多彩な音色を奏でる中国琵琶

多文化の伝統音楽に興味や関心を持ってもらおうと、1月14日に赤屋小学校で中国の伝統楽器による出張公演（アウトリーチ）が行われました。

演奏したのは、中国琵琶奏者のさくらさんとその師匠で父の葉衛陽さん。中国の伝統曲などを披露したほか、演奏の合間には中国の長い歴史の中で培われた演奏技法や楽器について解説。表現力豊かで透き通るような音色に児童は聴き入っていました。

6年生の川上真穂さんは「テンポの良い中国琵琶はとても心地よい響きでした」と話していました。

青空市、約14年の歴史に幕

安来駅に隣接する観光交流プラザ「アラエッサ♪ YASUGI」の前で出店していた「青空市だんだん」が、1月30日をもって閉店しました。

この青空市は平成20年4月に交流プラザがオープンした当時から毎週日曜日の朝9時に出店。安来産の新鮮な農産物や魚介類、加工品などを販売していました。地域に愛され、地元の農家さんとのコミュニケーションの場の1つにもなっていました。

最終日には別れを惜しみながらも大勢のお客さんが訪れ、いつもと変わらぬ笑顔が溢れていました。



◀地元の新鮮な農産物を求めて来場する買い物客。

新春に響く唄や踊り

安来節の上位昇格者披露や免状授与などを行う「唄い初め会」が1月10日、アルテピアで開催されました。令和4年度の上位昇格者は17人（准名人5人、大師範12人）。免状授与に続き、唄や踊り、銭太鼓など自慢の腕を披露しました。

昨年は、新型コロナウイルスの影響で中止となったため、令和3年度上位昇格者（名人1人、准名人6人、大師範7人）もあわせて出演しました。

令和4年度、准名人に昇格した妹尾なおみさんは「皆さんへの感謝の気持ちを忘れずに、これからも心に残る唄を唄っていきたい」と話していました。

▶各支部の会員を前にして、18組が出演しました。



◀エンディングノートは、各庁舎で配布しています。市役所

大切な人へのメッセージに

市は、このたび、包括連携協定を結ぶ第一生命保険株式会社と共同でエンディングノート「大切な方への絆ノート」を作成しました。

これは、人生の終末期に備え、家族などへ向けて、医療・介護の希望や残しておきたいメッセージなどを記しておくもの。ノートは、章ごとに自分の歴史や財産状況などを分かりやすくまとめられるようになっています。

同社島根支社の朝倉健支社長は「このノートを暗く受け止めず、大切な人に伝えたいことを前向きな視点で考えてもらえたら」と話していました。





飲み過ぎに注意

普段の飲酒量は 適正ですか

■問い合わせ いきいき健康課 ☎ 23-3220

お酒の適正量を知ろう

健康的な生活を送りながら、お酒を楽しむには「適正な飲酒量」を知ることが大切です。

厚生労働省は、「節度のある適度な飲酒量」を1日に、男性はアルコール20g（日本酒1合程度）、女性や高齢者はその半分としています。

1日の飲酒量が、「男性40g以上、女性20g以上」になると生活習慣病のリスクが高まります。そして、「男性60g以上、女性30g以上」を超えると事故やさまざまな社会問題を引き起こし、アルコール依存症にもつながるとされています（体質や体格などにより、アルコールの分解能力には個人差があるためあくまで目安です）。

多量の飲酒は・・・

少量の飲酒は、気持ちをリラックスさせたり会話を増やしたりする効果があり

ます。しかし、多量になると、急性アルコール中毒、肝機能障害、がん、高血圧、糖尿病、胃炎、膵炎、脳や認知機能障害、依存症などの精神障害を引き起こす恐れがあります。

アルコール約20gに 相当するお酒の量

日本酒… **1合**

ビール・缶チューハイ
…約 **500ml**

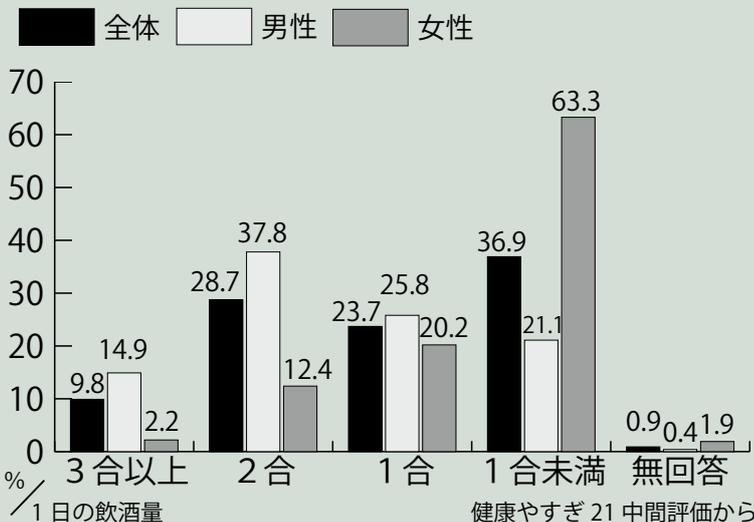
ワイン
…約 **4分の1本**

ウイスキー…約 **60ml**

焼酎…約 **100ml**



男性の約5割、女性の約3割が 適正飲酒量を超えています



適正飲酒の10カ条

- 1 談笑し 楽しく飲むのが基本です
- 2 食べながら 適量範囲でゆっくりと
- 3 強い酒 薄めて飲むのがオススメです
- 4 つくろうよ 週に二日は休肝日
- 5 やめようよ きりなく長い飲み続け
- 6 許さない 他人(ひと)への無理強い・イッキ飲み
- 7 アルコール 薬と一緒に危険です
- 8 飲まないで 妊娠中と授乳期は
- 9 飲酒後の運動・入浴 要注意
- 10 肝臓など 定期検査を忘れずに

出典：公益社団法人アルコール健康医学協会ホームページ

新刊図書紹介

New Books Introduction

図書館司書が選んだ注目の新刊を紹介します。

へび、ハチ、ムカデは至宝を隠す



著者 浜矢スバル 発行所 ドワンゴ

古代日本史における衝撃的な新説を説いた論文が盗まれた。検索の手掛かりとなるキーワードはへび、ハチ、ムカデ、そして出雲大社。古代の神秘が今解き明かされる！出雲大社の謎に迫るとされる論文の中身とは!?(田)

ちきゅうのための1じかん



著者 さく ナネット・ヘファーナン え バオ・ルー 発行所 評論社 やく おがわひとみ

毎年3月の春分に近い土曜日の夜に行われる、世界中の人々が明りを消すイベント「アースアワー」を描いた絵本です。地球温暖化防止のための世界的な取り組みを、ぜひ知ってください。(根)

美智子さま 愛のお言葉大全



監修 小田部雄次 発行所 宝島社 編 別冊宝島編集部

米寿のお祝いに編纂された本書は、美智子さまの妻として、母としてのお姿を写真とお言葉で振り返ります。「子供たちが、心の支えになるような絵本に巡り合ってほしい」など、趣味の読書や音楽への想いも紹介。(川)

おいしいヘルシー! おくすりスープ



著者 深蔵 発行所 イースト・プレス

貧血、ストレス&イライラ等、体の不調を改善するスープの作り方が、食材の紹介とともに、マンガでわかりやすく解説してあります。身近な食材で簡単に作れるものばかり。スープを飲んで元気に過ごそう! (板)

その他 新刊図書

NEW

- 人形姫 山本幸久
- 仁王の本願 赤神諒
- 大島渚 国書刊行会
- ぼくらの時代の罪と罰 森達也
- 旨い駅そば大百科 山と溪谷社
- 革命と献身 ヴィエト・タン・ウェン
- 過疎再生
- よみがえれ、マンモス!
- ララのしろいポスト
- けろけろぱくっ!
- Webデザイン良質見本帳
- 手ごねで作るほっこりかわいいキャンドル
- 松場登美
- 令丈ヒロ子
- あさいゆき
- ひらぎみつえ
- 久保田涼子
- AYANO

【問い合わせ】

- やすぎ図書館……☎ 22-2574
- ひろせ図書室……☎ 32-4455
- はくた図書室……☎ 37-0050

その他の新着図書情報は

安来 図書館情報 検索



▲廣田さんの作品。期間中は40点を展示します。

アマチュア写真家
「廣田徳雄六十年の
軌跡」写真展

安来町在住のアマチュア写真家の廣田徳雄さんが市内で撮影した作品を展示します。

昭和35年〜昭和50年頃の風景、風物をおさめた写真をデジタル加工し、モノクロ写真に仕上げています。

日時 3月10日(木)〜22日(火)

開館時間内

場所 やすぎ図書館2階会議室





行政

マイナンバーカード

申請等の休日・

夜間窓口を開設します

平日の開庁時間でなくてもマイナンバーカードの交付申請や受け取りができます。申請の際に、通知カードと官公庁が発行した顔写真付き本人確認書類をお持ちの場合、カードを郵送で受け取ることもできます。なお、写真は窓口で撮影します。

●休日窓口

日時 3月6日(日)9時～12時

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化しています。こうした中、さまざまな困難に直面した人が、速やかに生活・暮らしの支援を受けられるよう、住民税非課税世帯に対する臨時特別給付を実施します。

対象 ①…世帯全員の令和3年度分の住民税均等割が非課税である世帯
②…①のほか、新型コロナウイルスの影響を受けて家計が急変し世帯全員が住民税非課税相当となった世帯（家計急変世帯）
※①、②ともに住民税が課税されている人の扶養親族等のみからなる世帯は対象外

給付額 1世帯あたり10万円

申請方法 上記①に該当する世帯…3月上旬に対象と考えられる世帯に対し、市から確認書を送付します。中身を確認して、返信してください。確認書の返信がない場合は、給付を辞退したものとみなします。
上記②に該当する世帯…申請が必要です。詳しくは、随時、市ホームページなどでお知らせします。

受付時期 3月1日から（予定）

支給時期 3月下旬から（予定）

●手続きについて：総務課

TEL 23-3150

制度について：内閣府住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金コールセンター

TEL 0120-526-145

●夜間窓口

日時 3月17日(木)17時30分～20時

場所 市民課（安来市庁舎）

●市民課

TEL 23-3092

永久選挙人名簿の登録と閲覧

選挙管理委員会では、3カ月に1回、永久選挙人名簿に新たな登録（定時登録）を行っています。今回は3月1日に次の人を対象に登録します。事前に申し出を

すれば、登録内容を閲覧することができます。

登録される人 平成16年3月2日までに生まれた人で、令和3年12月1日までに住民登録を済ませ、引き続き3カ月以上安来市に居住している人。

閲覧場所 選挙管理委員会事務局（安来市庁舎3階）

閲覧期間 3月2日(水)～随時（原則、閉庁日を除く）

閲覧時間 8時30分～17時15分

●選挙管理委員会事務局

TEL 23-3135

新町駐車場の定期使用者を募集します

安来町（新町）の市営駐車場の使用者を募集します。

所在地 安来町1961番地1

駐車区画数 40区画

使用料 月額4400円

契約期間 4月1日～令和5年3月31日

申込期限 3月11日(金)（申

込）

し込み多数の場合は抽選

●申請管財課

TEL 23-3030



市の土地と建物を公売します

公売情報①

次の物件は一般競争入札を実施しましたが、売却に至りませんでしたので、先着順受け付けによる随意契約により売却します。



土地

所在	地目	地積
安来市安来町 字瀬谷719番4	宅地	286.36㎡
安来市安来町 字瀬谷719番10	宅地	48.07㎡

建物

所在	種類	構造	延べ床面積	建築年月
安来市安来町字 瀬谷719番4	旧共同 住宅	鉄骨造 亜鉛メッキ 鋼板葺2 階建て	205.36㎡	昭和 55年7月

最低売却価格

4,078,811円

申込方法

既に売却済み場合がありますので、事前にお問い合わせの上、申込書等の必要書類を管財課までお持ちください。郵送、ファクス、電子メールによるものは受け付けません。

受付開始日時

2月28日(月)8時30分

その他

その他の市有地も購入申し込みを受け付けています。詳しくは、市のホームページをご覧ください。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

公売情報②

次の土地と建物を一般競争入札により売却します。



土地

所在	地目	地積
安来市広瀬町 布部1688番3	宅地	226.22㎡

建物

所在	種類	構造	延べ床面積	建築年月
安来市広瀬町 布部1688番3	居宅	木造セメント 瓦葺平家建	59.62㎡	昭和 46年12月
安来市広瀬町 布部1688番3	物置	木造亜鉛 メッキ鋼板葺 平家建	6.37㎡	昭和 46年12月

最低売却価格

972,746円

申込方法

申込書を管財課までお持ちになるか郵送してください。

申込締切日時

3月10日(木)15時

入札日

3月16日(水)14時

入札場所

市役所安来⑤ 201会議室

その他

詳しくは、市のホームページをご覧ください。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

▶市ホームページはこちら。



管財課 Tel 23-3030

就業相談会

(移動ナースバンク)

看護職の求人・求職相談、看護情報の提供などを行います。

日時 3月16日(水)14時～15時30分

場所 ハローワーク松江 (松江市向島町)

問 島根県ナースセンター
Tel 0852・27・8510

都市計画に関する説明会を開催します

松江圏都市計画用途地域

(黒井田町の一部)の修正変更原案の説明会を開催します。

日時 3月3日(木)19時～

場所 安来中央講義室

問 都市政策課

Tel 23・3310

都市計画に関する修正変更案の縦覧

松江圏都市計画用途地域

(黒井田町の一部)の修正変更案を縦覧します。

縦覧期間 3月9日(水)～3月22日(火)

縦覧場所 都市政策課(市役所伯太庁)

Tel 0852・31・3778

意見書の提出

安来市民および利害関係人で、この案

に意見のある人は、縦覧期間中に意見書を提出することができます。意見書の様式は任意ですが、住所・氏名を必ず明記してください。

意見書の提出 **問**

都市政策課

Tel 23・3310

キャリアコンサルティング(相談)を無料で活用できます

人材育成を支援する、社員向け研修の実施、人材開発助成金の活用などに関する相談を無料で行っています。

仕事や生活に関する悩み

など、個人での相談も気軽に問い合わせください。

所在地 松江市朝日町47

7・17 松江SUNビル3階

問 島根・鳥取キャリア形成

サポートセンター(厚生労働省 令和3年度キャリア

形成サポートセンター事業)

Tel 0852・31・3778

春季全国火災予防運動

3月1日～3月7日

「おうち時間 家族で点検 火の始末」を統一標語に火災予防運動を実施します。

火災予防習字コンクール展示

火災予防運動の一環として市内小学生を対象に行った習字コンクールの作品展示を行います。

期間 2月28日(月)～3月8日(火)

時間 9時～22時(初日は13時～、最終日は13時まで)

場所 ふれあいの街プラナ
1階セントラルコート



◀ 昨年は、170点の作品を展示しました。

問 消防本部予防課 Tel 23-3426

保健

乳幼児健診

※時間は受付時間です

● 4か月児健診

Fax 050・3684・4646

E-mail carisapo@

shiman@psona.co.jp

ホームページ「キャリア形成

サポートセンター」で検索

索

日時・場所 3月3日(木)13時～14時30分・●

対象 令和3年10月生まれ

のお子さん

持ち物 母子健康手帳、健

診アンケート、バスタオル

● 9か月児健診

日時・場所 3月14日(月)13

時～14時30分・●

対象 令和3年5月生まれ

のお子さん

持ち物 母子健康手帳、バ

スタオル

● 1歳6か月児健診

日時・場所 3月10日(木)9

時～10時30分・●

対象 令和2年8月生まれ

のお子さん

持ち物 母子健康手帳、健

診アンケート、フェイスタ

オル

● 3歳児健診

日時・場所 3月10日(木)13

時～14時30分・●

対象 平成30年10月生まれ

のお子さん

持ち物 母子健康手帳、健

診アンケート、当日朝の尿

問 子ども未来課

Tel 23・3222

ドクターカーの活用が 始まっています

市消防本部では、1月4日から出雲市にある島根大学医学部附属病院高度外傷センターが運行するドクターカーとの連携活動を開始しています。

このドクターカーは、交通事故等の重症外傷事案に対し、消防本部の要請で出動します。ドクターカーには救急医療に精通した医師、看護師、救急救命士が乗務。救急車が病院に到着するまでの経路で合流し、救急隊からドクターカーへ傷病者を引き継ぎます。これにより、病院到着前のドクターカーの車内で高度な処置、検査、手術等を行うことができます。



消防本部警防課 TEL 23-3409

風しん抗体検査・定期 予防接種のクーポン券 有効期限延長

令和3年4月に対象者に送付している風しん抗体検査・定期予防接種のクーポン券の有効期限を次のとおり延長します。これは、国が事業の延長を決めたことに伴うものです。

お手持ちのクーポン券の期限が切れていても、令和4年4月末發送予定の令和4年度のクーポン券が届くまでは引き続き使用できます。

対象 昭和37年4月2日〜

昭和54年4月1日生まれの男性

有効期限の延長 「令和4年2月28日」から「令和4年度」に変更します。

問い合わせ健康課 TEL 23・3220

BCG接種

日時 3月16日(水)13時15分〜14時15分(受付時間)

場所 令和3年9月生まれのお子さん

対象 母子健康手帳、予防接種予診票

持持物 母子健康手帳、予防接種予診票

子ども未来課 TEL 23・3222

講座・教室

離乳食教室(要申込)

日時・場所 3月15日(火) 5〜6カ月児：9時45分〜10時 7〜8カ月児：13時30分〜13時45分

申込締切 3月11日(金)

持持物 母子健康手帳、冊子「ごはん手帳」(4か月児健診時に配布)

子ども未来課 TEL 23・3222

安来市学習訓練 センター主催の教室

いずれも同センターを会場に開催します。

●パソコンなんでも相談

パソコンの使い方や自由な程度でも教えてもらう日です。パソコンの不具合・修理は対応していません。

開催日 平日(予約制、当日予約可)

時間 10時〜12時、14時〜16時

受講料 1時間につき1000円

その他 事前に必ず電話で申し込みをしてください

▽パソコン・プリンター・デジカメの持ち込み可

▽インターネット・メールは当センターのパソコンのみ利用可

●パソコン個人指導

分からないことがマンツーマンで集中的に学べ、自分のペースで進めることができます。(1回2時間)

受講料 1回4000円

その他 受講日時は事前に相談ください

キャンセルは3日前までにお願ひします(2日前からは受講料が発生します)。

●パソコン体験教室

初心者大歓迎です。パソコンにさわって簡単な操作をしてみませんか。訓練センターへ備え付けのパソコンで行います。

事前に必ず電話で申し込みをしてください。

開催日 平日のみ(予約制)です。当日可

時間 10時〜12時 14時〜16時

受講料 1時間につき1000円

●庭木剪定入門教室

自宅のお庭を気軽に手入れしてみませんか。訓練センターの樹木を使い、専門家の指導のもと基礎から分かりやすく学びます。

日時 3月10日(木)13時〜16時

受講料 1000円

その他 要申込

▽剪定 鋏・鋸・防寒・雨具・手袋 筆記用具等をお持ちください

▽定員30人

安来市学習訓練センター TEL 23・1750

子育て支援センター 子育て支援講座

申し込みは子ども未来課
まで

●歯ツピー教室く歯医者さん
に聞いてみよう

歯科医が赤ちゃんから幼児期にかけての歯のお話をします。お子さんの歯について、気になることを聞いてみませんか。

日時・場所 3月1日(火)10時30分～12時・健運動指導室

託児あり (託児申し込み多数の場合お受けできない場合もあります)

●春の製作を楽しもう!

4月が近づき、もうすぐ春がやってきます。春になると花が咲いたり、生き物が出てきたりしますね。お子さんと一緒に、春らしいチョウチョなどの製作を楽しみませんか。

日時・場所 3月24日(木)10時30分～12時・健
いずれの講座も予約が必要
です。

●申請 子ども未来課
Tel 23・3209

相談

栄養相談

(無料・要予約)

食生活や健診結果など、

管理栄養士が専門的なアドバイスを行います。

日時・場所 ▽3月8日(火)9時30分～16時・安来中央

▽3月22日(火)9時～11時・健

●申請 いきいき健康課

Tel 23・3220



司法書士無料法律相談

【電話相談のみ】

Tel 0852・60・9211

●申請 司法書士総合相談センター

内容 不動産の売買、名義変更、お金の貸し借り、ローン返済、悪質商法、会社の登記、裁判、調停、成年後見等高齢者の財産管理など

日時 毎週月・木曜日12時～15時

●申請 連続・遺言相談センター

日時 毎週火曜日12時～15時
●申請 司法書士総合相談センター
Tel 0852・60・9211

心の健康相談 (無料)

心の病気やアルコール問題などの相談ができます。

日時 3月3日(木)・9日(水)・10日(木)・24日(木)13時30分～16時

場所 松江保健所(松江市東津田町)、10日は安来中央

担当 精神科医師、保健師など

その他 前日までに予約が必要
です(10日の相談は3月8日(火)までに予約が必要
です)

●申請 松江保健所
Tel 0852・23・1316

各種定期相談は 市民カレンダーで ご確認ください

相談は無料です。相談時間・問い合わせ先は、次のとおりです。

行政相談

▽9時～12時

▽総務省島根行政監視行政相談センター
Tel 0852・21・3630

生活相談

▽9時～16時

▽社会福祉協議会

Tel 23・1855

消費者問題弁護士相談

▽9時～12時

▽人権施策推進課
Tel 23・3068

しまね東部若者
サポートステーション

出張相談(要予約)

▽14時～16時

▽サポステ松江

Tel 0852・33・7710

縁結び相談

「はびご交流サロン」

▽10時～12時

▽やさぎ暮らし推進課
Tel 23・3060

その他

スイミングスクール

安来「春の水泳教室」

5日間連続受講で、めきめき上達しよう。

日時 3月28日(月)～4月1日(金) (5日間) 9時15分～10時15分

●申請 安来市民プール(スイミングスクール安来)
Tel 22・0848

まちの情報発信中!



facebook



Twitter



Instagram





和鋼博物館公開講座 しっくいこてえ 漆喰鏝絵体験教室

「花」を画題として、参加者が鏝絵を描く体験教室を行います。ぜひご参加ください。

鏝絵（こてえ）とは建築材の白壁漆喰に色を混ぜて絵を描く装飾のことです。鎌倉時代頃から今日まで受け継がれている工法で、鏝（こて）を使って描くことから鏝絵と言います。

接着材、フノリは海藻から取っているので、体に害はありません。

日時 3月12日(土)9時~12時

場所 和鋼博物館 補修工作室

講師 柴田敬二氏

有限会社柴田左官コンサルタント代表取締役

参加費 500円

定員 12人

申込締切 3月11日(金)先着順

①②和鋼博物館
Tel 23-2500

J Aしまね安来市役所 出張所窓口とATMを 廃止します

市役所安来庁舎内で市税等の収納を含めた金融窓口業務を行っていたJ Aしまね「安来市役所出張所」の窓口を廃止し、J Aしまね安来東支店内に移転することとなりました。

また、市役所安来庁舎内に設置しているATMも廃止します。

ご理解とご協力をお願いします。

営業終了日時 3月25日(金)15時
▽窓口…2
▽ATM…

2月25日(金)12時

移転先の安来東支店内での営業は2月28日(月)から行います(窓口業務…8時45分~15時)。

①②J Aしまねやすぎ地区本部金融課
Tel 22-3752

オールやすぎ食べ・乗 りクーポンの使用期限 を延長しました

市内の飲食店やタクシーで使用できるクーポンの使用期限を次のとおり延長しました。

延長後 3月15日(火)

延長前 2月15日(火)

クーポンはそのまま延長した期限まで使用できま

す。
①②やすぎ暮らし推進課
Tel 23-3164

太極拳体験教室

無料体験教室を行います。最初の1カ月間は無料です。気軽にご参加ください(予約不要)。

●安来

曜日・時間 毎週木・19時
~20時30分

場所 安来中央
①古志野史子

Tel 23-1868

曜日・時間 毎週土・9時30分~11時

場所 安来中央
①岩佐美穂
Tel 090-2291-0160

●広瀬

曜日・時間 毎週水・20時~21時30分
▽毎週木・9時30分~11時

場所 広瀬中央
①吉田通子
Tel 090-4802-2279

「声の広報」を お届けします

毎月20日発行の「広報やすぎどげなかね」と年4回発行の「市議会たより」の内容をCDに録音した「声の広報」を、希望者へ無料で配布しています。

利用を希望する人は、電話などで秘書広報課までご連絡ください。

対象 視覚に障がいのある人、目の不自由な人

その他 CDの容量に限りがあるため内容を要約しています

①秘書広報課
Tel 23-3010

しまね関係人口マッチング・交流サイト 「しまっちー」

地域で手伝ってほしいことをプログラム登録して参加者を募集すると、県外に住みながら島根県内の地域と交流したい人たちが「関係人口」の力を借りることが

できるサイトです。
地域活動をとにもする新たな仲間との出会いが期待できます。



①公益財団法人ふるさと島根定住財団地域活動支援課
Tel 0852-28-0690

お詫びと訂正

広報やすぎ「どげなかね」2月号に誤りがありました。お詫びして訂正します。

訂正箇所 7ページ中、「成人式実行委員会の皆さん」の写真の説明文

(正) 勝部紗良さん、松本祐也さん

(誤) 勝部沙良さん、松本裕也さん

記録映画界の振興に尽力

～映画監督 野崎健輔さん～



▲昭和58年度芸術祭で大賞を受賞した際の盾。

◀野崎さんの家族から送られてきた寄贈品を眺める門脇館長。さまざまなコンクールや大会で受賞した際の盾や飾りなど、8点が寄贈されました。

40年以上に亘って記録映画（ドキュメンタリー）のメガホンを握った野崎健輔さん。令和2年9月にこの世を去りました。野崎さんは、井尻地区出身の映画監督で、これまで数々の作品を残してきました。

昨年の秋、野崎さんの家族から、生前受賞した盾などを寄贈したいとの連絡がありました。「最初に名前を聞いたときは、分からなかったのですが、調べてみると、井尻交流センターの門脇和弘館長。「調べてみると、ドキュメンタリー映画の監督をされていて多くの受賞作を生み出している人だということが分かりました。せっかく寄贈いただくので、展示などをして多くの人に見てもらえるようにしたいですが、今はコロナのこともあるので、方法を考えています」と続けます。

野崎さんは、建設工事の様子や古代遺跡の研究などをテーマにしたドキュメンタリー映画を制作。芸術祭大賞や日本産業映画ビデオコンクール文部大臣賞などを受賞してきました。

「今回の寄贈を機に、井尻地区出身で日本の芸術振興に大きく貢献した方がいることを広く知ってもらいたい。可能であれば実際に作品を観る機会なども作れると良いと思っています」と門脇館長は期待を膨らませていきます。

編集後記

▼広報紙の編集で一番苦労するものの一つがこの編集後記。オチのある話やクスツと笑える文章が書けるといいのですが、毎回そうはいきません。いろいろな考えを、今回はこうして編集後記のことをネタにしてみました。ここでの話題に困らないよう、日々、視野を広くして過ごしたいと思えます(旬)

▼荒島小学校で行われたシイタケの原木栽培。1回種駒を原木に打ち込んでおけば、5〜6年間は毎年収穫することができるようで、「高齢者が元気に楽しく」をモットーに活動している姥祖父クラブの皆さん。子どもたちから元気をもらい、参加した2年生が卒業するまで児童たちとの交流は続きます(一)

安来市の人口と世帯数 R3.1.31現在

人口合計 / 37,068人
(男:17,836人 女:19,232人)
世帯数 / 14,302世帯