

広報

たまの8

2023
No.1272



主な記事

- ◆タマノシェア「たまのBABY BOX」
- ◆第54回玉野まつりおどり大会
- ◆防災「地震から身を守る」
- ◆ちょっとお助け1品レシピ「夏」
- ◆シーバス・シータクを使って「日比の観音院」に行ってみた

特集 フレイル予防



八浜の見石いきいきサロンの皆さんが、「いきいき健康ウォーク」に参加し、自然環境体験公園をウォーキングしました。


いつまでも元気で自分らしく暮らすため、地域の人などつながり、無理せず休憩しながら健康づくりを楽しみましょう。

(関連記事2～4ページ)


自然環境体験公園 令和5年7月7日撮影

フレイル


その症状、
かもしれません。




体重が
減ってきた




歩く速度が
遅くなった



握力が
弱くなった



疲れやすくなった



外出が
面倒になった

問 すこやかセンター ☎ 31-3310

健康状態を確認しよう

【フレイルチェックシート】

- 毎日の生活に満足していない
 - 1日3食きちんと食べていない
 - 硬いものが食べにくくなった
 - 半年で2~3kg以上の体重減少がある
 - 歩く速度が遅くなってきた
 - 周りの人にいつも同じことを聞くと
いわれる
 - 週に1回も外出をしない
 - 家族や友人との付き合いがない
- 不安な項目はご相談ください。

フレイルを予防する3つのポイント

フレイル予防は、日頃の生活習慣と結びついています。予防するには、「栄養」、「運動」、「社会参加」の3つがポイントです。

○栄養

活力の源である食事は、バランス良く3食しっかりとりましょう。また、お口の健康(口腔ケア)にも気を配りましょう。

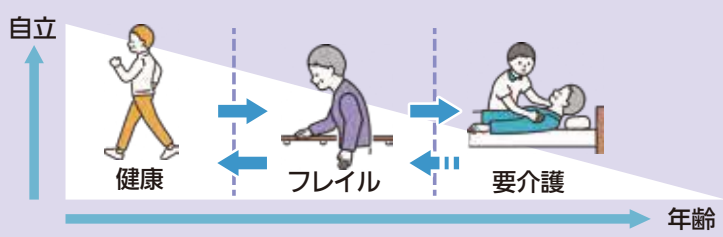
○運動

筋肉の発達だけでなく食欲や心の健康にも影響します。楽しみながら、今より10分多く体を動かしましょう。

○社会参加

趣味やボランティア、就労や健康づくりの取り組みなどに参加し、外出することもフレイル予防に有効です。

フレイルとは?
年齢を重ねることで心身の働きや社会的なつながりが弱くなり、介護が必要となる可能性が高い状態のことをいいます。症状に早めに気づき対策することで、予防や改善が期待でき健康な状態に戻ることができます。いつまでも元気で自分らしく暮らすため、今日からフレイル対策を始めましょう。



フレイル 予防

栄養

- バランスのとれた食事
- たんぱく質をとる
- 口腔ケアなど

運動

- ウォーキング
- ストレッチ
- 簡単な筋トレなど

社会参加

- 趣味やボランティア
- 健康づくりの取組など

記号説明

場所 問 問合せ

HP ホームページ

栄養

まずは、お口を健康に！

食事を美味しく食べるには、口腔ケアが大切です。毎食後の歯磨きや、歯の定期健診のほか、手軽に行える「口周りの筋肉を鍛える体操」があります。早速実践してみましょ

口周りの筋肉を鍛える体操



口を閉じたまま、ほおを膨らませたり、すぼめたりする。

舌を出して上下、左右に動かす。



口周りや舌の筋肉を意識して、「パ、タ、カ、ラ」と発音する。

フレイル予防の食事では、低栄養による「痩せすぎ」を防ぐことが大切です。特に筋肉のもとになる「たんぱく質」の摂取を意識して、1日3度の規則正しい食事で、主食、主菜、副菜をそろえて食べましょ

食事バランスを意識しましょう！



副菜

野菜、海藻、きのこなど

主菜

肉・魚・卵・大豆製品など

主食

ご飯、パン、めんなど

副菜

みそ汁は1日1〜2回薄味で具だくさんに

たんぱく質や食事バランスを意識しよう

運動

普段より10分多く体を動かそう！

動画を見ながら体操してみましょ



市オリジナル体操の動画を公開中!!
問 長寿介護課
市 32-5537

運動は、筋力の発達のほか、食欲や心の健康にも良い影響があります。市民病院と市、地域包括支援センターが共同で考案した、「TGBエクササイズ」や「タマニサイズ」は、座ったままできるストレッチやトレーニングを多数紹介しています。これらを参考に、日常的に無理なく安全に体を動かしましょう。

お家で体づくり!! 『TGBエクササイズ』の一部を紹介します

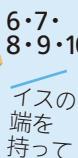
お腹まわりの運動

8回

1・2・3・4・5



5秒かけて太ももをイスから浮かし、5秒かけて元に戻します



イスの端を持って

6・7・8・9・10



左の動きが難しい人へ

両足を伸ばして上げ下げしましょう

上半身のストレッチ

10秒ずつ



腕を前に伸ばし指先を手前に引く



首の後ろで手を組み、下を向く



首の後ろで手を組み、肘を外へ広げる

ふくらはぎの運動

8回



イスなどにつかまりながら、5秒かけてかかとを上げ、5秒かけて下げます



左の動きが難しい人へ
膝が痛い人は座ったまま行います

いきいき百歳体操



地域包括支援センターHP

手首や足首におもりを付けて、30分間ゆっくりと手足を動かす体操を、市内117か所(5月末時点)で実施しています。

体や脳を活性化させ、みんなで楽しく元気な身体をつくりましょ

問 地域包括支援センター
33-6600

この他にも、フレイル予防事業を多数開催しています。(関連記事4ページ)



趣味やボランティア活動のほか、地域のサロンや健康づくりの教室など、市内で様々な活動が行われています。社会参加を始めてみませんか。

ふれあい・いきいきサロン

サロンは、ひとり暮らしや家の中で過ごしがちな高齢者と近所の人々をつなぐ、出入り自由で気軽な「仲間づくりの場」です。

みんなで楽しい時間を過ごましょ!

場 市民センターなど市内62か所(5月末時点)
問 玉野市社会福祉協議会 31-5601



玉野市社会福祉協議会HP

社会参加

みんなで楽しく健康づくり!!

住み慣れた地域でいつまでも元気に生活を続けるために～各種教室参加者募集

フレッシュ体操教室・いきいき体操教室



転倒やフレイル予防を目的とした①「フレッシュ体操教室」や、生活習慣の予防・改善を目的とした②「いきいき体操教室」を毎月開催しています。

【日】8月23日(水)

①10時～11時半 ②13時半～15時

【場】すこやかセンター

【対】①65歳以上の市民 ②40歳以上の市民

【料】無料

【持】運動靴、飲み物

【問】すこやかセンター ☎31-3310

※8月以降の開催日など、詳しくは、市HPをご覧ください。



フレッシュ体操教室 市HP



いきいき体操教室 市HP

いきいき健康ウォーク



心肺機能を高め、認知症などを予防するため、皆で週1回30分以上歩くウォーキングに参加しませんか。

【はじめかた】

①地域包括支援センターの窓口や電話で申込み

②地図を受け取り、説明を受ける

③安全なコースを皆さんで決めて歩く

④全てのコースを歩いたらゴール!!

【対】概ね65歳以上で、医師から運動制限を受けていない2人以上のグループ

【料】無料

【申問】地域包括支援センター ☎33-6600

※詳しくは、お問合わせください



地域包括支援センターHP

9月開始
認知症、フレイル、生活習慣病予防
教室参加者募集(市委託事業)

【実施期間】9月開始(週1回程度、全12回) ※詳しくは、右表の実施事業所へ確認してください。

【対】65歳以上の市民で、要介護認定を受けていない人、または要支援1・2で医師から運動の制限を受けていない人

【定】各15人(申し込み順) 【料】無料

【申】各実施事業所へ電話

【問】長寿介護課 ☎32-5537

各専門職を派遣します!!

65歳以上の方が誰でも参加できる住民主体の通いの場に、無料で専門職を派遣し講座を行います。

派遣可能な専門職

①理学療法士、作業療法士、言語聴覚士

②保健師、管理栄養士、歯科衛生士

【申問】①長寿介護課 ☎32-5537

②健康増進課 ☎31-3310

※実施日の3か月前までに要申込み

※詳しくは、お問い合わせください。

認知症予防教室

場所	教室名	申込み・問合せ先	
田井 市民センター	知ってトクする脳活教室	NPO法人元気寿命を創造する会	086-292-2176
八浜 市民センター			
玉原 市民センター	体&脳いきいきはつらつ教室	(株)岡山スポーツ会館	086-252-3112

フレイル予防教室

東見 市民センター	いきいき元気! 体づくり教室	(株)岡山スポーツ会館	086-252-3112
中央公民館	すこやか体操教室	シンコースポーツ中国(株)	086-486-4201
山田 市民センター	楽々シニア体操教室	NPO法人元気寿命を創造する会	086-292-2176







生活習慣病予防教室

すこやか センター	ヘルスアップ体操教室	シンコースポーツ中国(株)	086-486-4201
荘内 市民センター	生活習慣病予防のための"健幸"教室	(株)岡山スポーツ会館	086-252-3112

広告

広告

◆ イベント・講座 ◆

 芸術
  音楽
  スポーツ・健康づくり
  祭り
  体験
  講演

<p> たまの地域人づくり大学 「災害ボランティア養成講座」 8月8日(火) 14時～15時 社会福祉協議会館 無料 先着20人 所定の申込用紙により窓口またはFAXで申込み 縮8月4日(金) 17時</p>	<p>災害時の無線通信による情報収集の支援活動や、防災・減災の取り組みについて学びます。 対市内在住・在勤(学)の人 ※申込用紙は、市HPや中央公民館、各市民センターで入手可 ① 32-5577 ② FAX 32-1329(社会教育課)</p>  <p>市HP</p>
<p> 明神鼻の寺子屋2023<夏>おにぎり島サミット 8月19日(土)日比市民センター ①パネルディスカッション 10時～12時 無料 先着30人 ②ワークショップ 12時～14時 200円 先着15人 ※②のみの参加不可 所定の応募用紙を日比市民センターに持参 または申込フォームから申込み</p>  <p>申込フォーム</p>	<p>大槌島を五感で味わい尽くす、日比地区ならではの「おにぎり島サミット」を開催します。地域の人や、大槌島の専門家を招き、大槌島を語りあうパネルディスカッションや、「おにぎり島おにぎり」をむすんで味わうワークショップを開催します。 対小学生以上(小学生は要保護者同伴) 持②の参加者は、おにぎりの飾り具材、上履きかスリッパ ※申込用紙は、各市民センターで入手可 ① 090-5268-2349(明神鼻の小屋実行委員会 梶谷)</p> 
<p> 認知症予防・介護教室 (市委託事業) 8月19日(土) 13時～15時 中央公民館 無料 定員30人 電話で申込み</p>	<p>認知症と防災をテーマに、災害や避難所での生活について講演やワークショップを行います。 ① 81-4590(由良病院)</p>
<p> ミネルバ公開講座(玉野総合医療専門学校講座) 熱中症になりにくい体づくり 8月22日(火) 14時～15時半(開場13時半) ミネルバ 無料 50人</p>	<p>熱中症の予防と対処方法を専門家の視点から講演します。熱中症になりにくい体を手に入れましょう。詳しくは、中央公民館や各市民センター、すこやかセンターに設置しているチラシをご覧ください。 ① 83-9200(ミネルバ)</p>
<p> 健康ゲーム体験で認知症を予防しよう! 8月25日(金) 10時～11時半 中央公民館 無料 先着20人 電話で申込み 縮8月18日(金)</p>	<p>光南高校の生徒が健康ゲーム指導士としてサポートしながら、太鼓のゲームなどを体験します。 対65歳以上の要介護認定を受けていない市民 ① 51-2311(玉野光南高校)</p>
<p> 玉野市立図書館特別講座 「耐震について学ぼう」 8月29日(火) 14時～15時半(開場13時半) 中央公民館 無料 先着50人</p>	<p>住宅の耐震化や耐震補強の仕組み、熊本地震の被災状況、リフォーム事例などのほかに、本市の耐震補助制度などをお話します。 ① 31-3712(市立図書館)</p>
<p> 第18回たまの渋川ビーチサッカー大会9月大会 9月3日(日) 9時～ 渋川海岸 レディースカップ8,000円、ミックス・エンジョイカップ各10,000円 たまの渋川ビーチサッカー大会HPから申込み 縮8月11日(金)まで</p>  <p>たまの渋川ビーチサッカー大会HP</p>	<p>レディースカップ4チーム、ミックス・エンジョイカップ計24チーム(1チーム5人以上)を募集します。大会要項などは、たまの渋川ビーチサッカー大会HPをご覧ください。 ① 090-5371-0522(たまの渋川ビーチサッカー大会実行委員会)</p>
<p> 玉野フィルハーモニー管弦楽団 第26回定期演奏会 9月3日(日) 14時～(開場13時半) 荘内市民センター 500円※中学生以下無料</p>	<p>ハイドン交響曲第83番「めんどり」と、モーツァルト交響曲第40番を演奏します。 ① 090-4891-9441(綱川)</p>  <p>市HP</p>
<p> 子育てファミリー・サポート・センター講習会 「普通救命講習Ⅲ(小児)」 9月14日(木) 9時半～12時 児童館 無料 先着15人程度 縮8月31日(木)</p>	<p>AEDの使い方や、蘇生法を学びます。受講者には普通救命講習終了証がもらえます。 ※託児あり(先着3人) ① 32-3778(子育てファミリー・サポート・センター)</p>



渋川海水浴場浴客サービスデー

市HP



**8月13日(日)
親子宝さがし**

砂浜に埋まっている札を探して、豪華景品をゲットしよう。

時 11時～ **場** 渋川海水浴場

対 誰でも参加可(景品は400個限定) **料** 無料

景品 ○各施設利用チケット(渋川マリン水族館、おもちゃ王国、渋川動物公園、マリンホテルや浜茶屋食事券など) ○菓子詰め合わせ など



**8月17日(木)、18日(金)
ポニーがやってくる**

乗馬クラブクレイン倉敷のポニーが渋川海水浴場に遊びにきます。

木陰でのんびりするポニーと撮影出来るチャンス!この貴重な機会にポニーとふれあおう!詳しくは、市HPをご覧ください。



第54回

玉野まつり おどり大会

本市の夏を彩る「玉野まつり おどり大会」が、4年ぶりに開催されます。

踊り子と観客の熱気や興奮が、夏の夜を明るく灯すおどり大会をお楽しみください。

日 8月5日(土) 18時20分～21時半

場 市役所西側大通り

交通規制時間 17時半～22時

問 玉野まつり振興会(玉野市観光協会内)

☎ 21-3486

※宇野小学校グラウンドに臨時駐車場を設置します。

※花火大会の日程は現在調整中です。詳しくは、玉野まつりHPをご覧ください。



玉野まつりHP



【注意事項】

路上駐車や他人の月極駐車場への駐車は、取締りの対象です。絶対にやめてください。

【タイムスケジュール(予定)】

17時半～	おどり連受付開始・バンド演奏
18時20分～	ほほえみマリン大使お披露目
18時50分～	開会宣言
19時～	かっからか踊り(生演奏)
19時40分～	花咲く玉野・玉野いきいき音頭
20時10分～	かっからか踊り(生演奏)
20時45分～	かっからか総踊り(生演奏)
21時半	閉会

広告

記
説
明

対
象

申
込
み

問
合
せ

HP
ホ
ー
ム
ペ
ー
ジ

①タマノシェア

赤ちゃんがいるご家庭へ たまののBABY BOXをお届けします

2歳までの赤ちゃんがいる家庭に、子育て関連商品などを詰め合わせた「たまののBABY BOX」をお届けします。

子育て支援などの包括連携協定を締結している三井生協が、市内の事業所に呼びかけ、企画したものです。

対 市内在住の2歳までの
赤ちゃんがいる家庭

※赤ちゃん1人につき1個まで

申 申込みフォームから申込み 申込みフォーム

※電話やハガキによる受付不可。

配 送方法 三井生協が宅配

問 三井生協 ☎0120-34-0074



▲たまののBABY BOXと箱の内容(一例)

「ののちゃん」をデザインしたオリジナルボックスに、協賛企業などから募った子育て関連商品やメッセージカードが入っています。
※箱の内容は随時更新されます。

中高生の皆さんへ たまのの企業ガイド 2023

「たまのの企業ガイド」は、市内に事業所があり、採用に積極的な企業や、従業員の市内居住の推進・女性が働きやすい職場環境の整備推進・職場実習の受け入れに積極的に取り組んでいる企業を紹介した冊子です。地元有缘のある企業を知って、就職活動に役立ててください。

問 商工観光課 ☎33-5005



市HP

＼SNS限定の情報を写真や動画と一緒に発信中／



フェイスブック



ツイッター



インスタグラム



手話をおぼえよう⑥4 問 福祉政策課 ☎32-5556

広げよう手話の輪

「水道」は、水が流れるさまと、水栓をひねるさまで表現します。

すい



どう



建設部長

「水(流れる)」は、右手の甲を下にして波のように上下に揺すりながら左から右へ動かす。

「道(ひねる)」は、水道の蛇口をひねるように右手全指を回す。

広告



玉野市職員募集

採用試験の実施状況、これまでの採用状況、過去の試験問題などは、こちら→

市HP



◆◆ 募集 ◆◆

記号説明
内容
対象
申込み
問い合わせ
HPホームページ

職種	募集人数	年齢要件	学歴・資格要件
保健師	2人程度	30歳以下(平成5年4月2日以降に生まれた人)	保健師免許を有する人
心理職	1人程度	45歳以下(昭和53年4月2日以降に生まれた人)	公認心理師または臨床心理士の資格を有し、療育機関において資格業務の経験が2年以上ある人
申込期間 8月1日(火)～25日(金) 1次試験 9月17日(日) ※受験案内は、市HPまたは市役所総合案内、人事課で入手可 申問 玉野市職員採用試験委員会(人事課内) ☎32-5515			
消防職	2人程度	28歳以下(平成7年4月2日以降に生まれた人)	高等学校卒業または同等以上の資格があると認められる人 ※視力や聴力、採用後の居住地などの条件あり。
申込期間 8月1日(火)～23日(水) 1次試験 9月17日(日) ※受験案内は、市HPのみで入手可 申問 玉野市消防職員任用委員会(消防総務課内) ☎31-5711			
就学前教育職員 (保育職・幼稚園教諭)	3人程度	40歳以下(昭和58年4月2日以降に生まれた人)	幼稚園教諭免許及び保育士資格の両方を有し、保育士登録を受けた人
申込期間 8月1日(火)～25日(金) 1次試験 9月17日(日)・18日(月・祝) ※受験案内は、市HPまたは市役所総合案内、就学前教育課、県内の主な幼稚園教諭保育士養成学校で入手可 申問 玉野市就学前教育職員採用試験委員会(就学前教育課内) ☎32-5573			



学校協働ボランティア募集



子どもたちの安全で有意義な学校生活を支えるために、教育を支援する地域ボランティアとして、ご協力ください。

対 高校生以上の教育ボランティアに興味のある人誰でも

内 ○学習支援(丸付け、裁縫、野菜作り、読み聞かせ、英語、日本文化の伝承、ゲストティーチャーなど)

○環境支援(花だんの手入れ、草刈り、剪定、学校行事の準備など)

○安全支援(登下校の見守り、学区探検の付き添いなど)

○幼稚園での未就園児の託児など

※活動内容は、学校・園で異なります。詳しくは、希望する学校・園にお問い合わせください。

問 地域学校協働本部(社会教育課内)

☎32-5577



地域学校協働本部事業実施校・園

幼稚園 田井 ☎31-0746

小学校 田井 ☎21-2642、築港 ☎21-3375、
 宇野 ☎31-5796、玉 ☎32-4701、
 日比 ☎81-8216、第二日比 ☎81-8101、
 山田 ☎41-1035、後閑 ☎41-1072
 荘内 ☎71-1017、八浜 ☎51-2016、
 大崎 ☎51-1009、鉾立 ☎66-5131、
 胸上 ☎41-2044、玉原 ☎32-0666

中学校 玉 ☎31-4211、宇野 ☎31-4241、
 日比 ☎81-7351、山田 ☎41-1045、
 荘内 ☎71-1049、八浜 ☎51-2044、
 東児 ☎66-5134

広告



第2期スポーツクラブ教室受講生募集

○レクレセンター

曜日	教室名	時間	定員	対象	回数	料金
火	ボディメンテナンスヨガ	10:00~11:30	20	成人	14	9,240円
	初めてのベレーダンス	14:00~15:00	10	成人	10	6,100円
	火曜ヨガ	13:45~15:15	40	成人	15	9,900円
	新体操	17:00~18:30	40	年長以上	15	8,250円
	やさしいフラダンス	19:00~20:30	25	成人	15	9,900円
	ジュニアバレーボール	19:00~21:00	30	小・中学生	15	8,250円
水	バドミントン	20:00~21:30	20	成人	15	11,250円
	やさしいピラティス&ヨガ(水曜)	9:10~10:10	30	成人	15	9,150円
	エンジョイピクス	10:20~11:20	30	成人	15	9,150円
	リラックス体操	11:30~12:15	30	成人	15	8,250円
	レクダンス	10:00~12:00	30	成人	15	9,900円
	卓球(中級)※アリーナ	10:00~11:30	10	成人	15	12,750円
	卓球(初級)	13:00~14:30	10	成人	15	12,750円
	卓球(中級)	14:45~16:15	10	成人	15	12,750円
	楽しい体育の時間	13:30~15:30	20	中高年	15	9,900円
	幼児トランポリン	16:00~17:00	15	4歳以上の幼児	15	12,450円
	児童トランポリン	17:10~18:10	15	小学生	15	12,450円
	木	インドアジュニアテニス	16:40~17:40	10	小1~小3または初心者	15
		17:45~18:45	10	小4~小6または経験者	15	13,200円
リラックスヨガ		19:30~20:30	40	成人	15	9,900円
太極拳入門		10:00~11:15	30	成人	12	7,320円
正しい健康づくり基礎編		13:00~14:00	20	成人	12	7,320円
木曜ヨガ		14:30~16:00	40	成人	12	7,920円
金	レクすぼキッズ(木曜)	16:00~17:00	20	4歳以上の幼児	13	9,750円
	レクすぼジュニア(木曜)	17:10~18:10	15	小学生	13	9,750円
	初めてのダンス	17:30~18:20	30	4歳~小2	12	6,600円
	ジュニアK-POP	18:30~19:30	30	小3~小6	12	6,600円
	K-POP中高生	19:40~20:40	30	中高生	12	6,600円
	太極拳	10:00~12:00	30	成人	14	9,240円
金	初めてのインドアテニス	9:00~10:20	12	成人	14	8,540円
	インドアテニス	10:20~12:00	12	成人	14	9,240円

○レクレセンター

曜日	教室名	時間	定員	対象	回数	料金
金	リズムダンス	10:30~11:30	30	成人	13	7,930円
	やさしいピラティス&ヨガ(金曜)	13:00~14:00	15	成人	13	7,930円
	正しい健康づくりステップアップ編	14:00~15:30	20	成人	13	8,580円
	レクすぼキッズ(金曜)	16:00~17:00	20	4歳以上の幼児	14	10,500円
	レクすぼジュニア(金曜)	17:10~18:10	15	小学生	14	10,500円
金曜ヨガ	19:00~20:30	40	成人	14	9,240円	

○玉原運動公園

曜日	教室名	時間	定員	対象	回数	料金
水	ナイターテニス(初級)	18:30~20:00	10	高校生以上	12	9,600円
木	テニス	13:30~15:00	10	成人	12	8,400円
金	ナイターソフトテニス	20:00~22:00	40	中学生	12	7,920円
				高校生以上		9,600円
土	ジュニアソフトテニス	12:00~14:00	50	小学生	12	7,320円
水・土	弓道(週2回)	19:00~21:00	20	中学生	10	6,100円
				高校生以上		7,000円

○その他

曜日	教室名	時間	定員	対象	回数	料金
木	ゴルフ(木曜)	13:00~15:00	25	成人	12	21,000円
金	ゴルフ(金曜)	13:00~15:00	25	成人	12	21,000円

申 8月8日(火) 9時から先着順で受付
 ※継続者優先のため、在籍数に空きがないと入会できませんので、ご了承ください。
 ※申込者が一定人員に達しない教室は中止することがあります。
 ※月曜休館(祝日は開館)
 ※教室によっては、受講料の他に別途実費が必要になる場合があります。
 ※詳しくは、お問い合わせください。
申 問 レクレセンター ☎ 32-3709

文化協会写真部 写真展作品募集

あなたが撮影した風景や街並み、人物など、お気に入りの写真を展示してみませんか。

申込期間 8月15日(火)~31日(木)

対 市内在住(勤)の人

大きさ 四つ切りまたはワイド四つ切り

※1人2点まで

料 1人700円※搬入時にお支払いください。

申 社会教育課窓口で申込み

※募集要領や申込用紙は、社会教育課窓口で配布

【写真展】

期 9月26日(火)~10月1日(日)

時 9時~17時

※初日は13時から、最終日は16時まで

場 中央公民館

問 文化協会写真部(清水) ☎ 090-3633-5383

関連記事
24ページ



市HP

第47回玉野市俳句連盟秋季大会

日常生活の中での小さな発見や感動を俳句で詠んでみませんか。

日 10月8日(日) 13時~16時

場 中央公民館

対 市内在住・在勤(学)の人

料 応募句(雑詠・3句)…無料

当日参加費…500円

申 はがきに住所、氏名、俳号、3句を記入して郵送

※句集(400円)が必要な人は、その旨を記入してください。

※詳しくは、市HPをご覧ください。

締 8月31日(木) ※当日消印有効

申 問 玉野市俳句連盟(十河)

☎ 31-3910

〒706-0001 田井5-12-28



市HP

広告



◆◆ 募集 ◆◆

若者の結婚新生活を応援!

結婚を希望する若い世代を応援するため、結婚に伴う住宅取得費用などを補助する「結婚新生活支援事業」を実施しています。気軽にご相談ください。

期 令和6年3月7日(木)まで

対 次のすべてを満たす夫婦

- 令和5年3月1日以降に婚姻
- 夫婦ともに婚姻時点の年齢が39歳以下
- 市内に居住・住民登録している
- 世帯所得が500万円未満

上限額

- 夫婦ともに39歳以下…30万円
- 夫婦ともに29歳以下…60万円

対象経費

結婚に伴い、4月1日～令和6年3月31日に支払った次の経費

- 住宅取得費
- 住宅貸借費用
- 住宅リフォーム費用
- 引越し費用

※前年度の交付決定世帯も、補助上限額に達していない場合は申請できます。

問 総合政策課 ☎ 32-5580

市HP



登録無料 おかやま縁むすびネット

結婚を希望する若者を支援する「おかやま出会い・結婚サポートセンター」が運営するマッチングシステム「おかやま縁むすびネット」の登録料無料キャンペーンを実施しています。

通常1万円の登録料(2年間有効)が、令和6年3月31日まで無料になります。

この機会にぜひご登録ください。

問 おかやま出会い・結婚サポートセンター ☎ 086-236-0802



おかやま縁むすびネットHP

事業者の皆さんへ

たまのの就職活動助成金にご協力ください

本市へ移住を検討している県外在住者が、市内企業などへ就職・転職するため、市内で面接を受ける際にかかる交通費の一部を助成する「たまのの就職活動助成金」があります。

この助成金を申請するには、企業の証明が必要となるため、証明の依頼があった場合は「活動報告書」の「企業証明欄」に記入・押印をお願いします。

※助成金については、市HPをご覧ください。

問 総合政策課 ☎ 32-5580

市HP



玉野市高齢者保健福祉事業及び介護保険事業運営協議会委員の募集

市が策定する「玉野市老人保健福祉計画・介護保険事業計画」にご意見やご提言をいただく市民委員を公募します。

対 市内在住の40歳以上(8月1日現在)で、平日の会議に出席できる人

定 2人程度 **任期** 委嘱の日から2年間

報酬 会議出席1回につき6,500円

申 申込書に、「これからの高齢者福祉と介護保険施策について」をテーマとした400字程度のレポートを添えて、郵送または持参。

※申込書は、長寿介護課、市HPで入手可

締 8月31日(木)※消印有効

決定通知 9月下旬までに文書でお知らせします。

申問 長寿介護課 ☎ 32-5537

〒706-8510玉野市宇野1-27-1

要約筆記奉仕員養成講座

要約筆記は、聞こえの不自由な人のためのコミュニケーション方法で、話し言葉をその場で文字にして伝える通訳のひとつです。

講演会や会議、講座などの場で、話の内容を要約して書いて伝えます。要約筆記の知識や技術を習得しませんか。

期 9月2日(土)～令和6年3月16日(土) 全17回

※毎回土曜日の13時～16時

場 すこやかセンター

定 10人

料 無料(別途テキスト代4,000円必要)

申 電話

締 8月25日(金)

申問 福祉政策課 ☎ 32-5556

市霊園の使用者募集



【玉野市霊園】

深山公園内にある緑豊かな公園墓地の使用者を募集しています。

対 市税などの滞納のない、次のいずれかに該当する人

- 市内に本籍がある人
- 市内、旧灘崎町または直島町に住民登録をしている人

使用料 条件や区画の大きさなどで異なります。

※詳しくは、お問い合わせください。

申 所定の申請書に住民票と市税の完納証明書を添えて窓口へ持参

問 市民課 ☎ 32-5523



市HP

記号説明

日日時 会場場所 内容

定員

対象

資格

料金

申込み

締切

持ち物

問合せ

HP

ホームページ

岡山県市民後見人養成講座受講者募集

○成年後見制度やその活動に必要な知識等を習得し、市民後見人を育成する。
○市内在住で25歳以上70歳以下
○権利擁護に関心があり、市民後見人として活動する意欲のある人
○全ての研修日程を受講できる人

定員 3人

研修日時 全7日間(10月8日(日)、22日(日)、11月5日(日)、16日(木)、26日(日)、12月3日(日)、17日(日))

場 岡山市勤労者福祉センター(岡山市北区春日町5-1-6)

料 市が負担(交通費は1日1200円を上限として支給)

募集期間 8月1日(火)から31日(木)

申 岡山市成人後見支援センター
①32・5645

※申込者は後日受講申請書を提出。選考のうえ受講者を決定。

明るい選挙啓発ポスターコンクール作品募集

多くの人が選挙に行きたくなるような作品を募集します。

対 小・中学生、高校生
大 四つ切、八つ切の画

用紙に準じる大きさ
提出先 各学校
締 9月8日(金)

※応募は1人につき1作品
問 選挙管理委員会事務局
①32・5568

地域活動・ボランティア養成講座受講生募集

「つながろう！つくろう！私たちができる地域の支え合い助け合いの輪」を疑似体験や体験談を通して、小さなことから助け合い活動に活かす。

日 8月16日、23日、30日(水) 10時～12時
※原則3回とも参加

料 無料
定 30人
締 8月10日(木)

場 岡山市玉野市社会福祉協議会
①31・5601

子育てファミサポ入会説明会

日 8月3日、24日(木) 9時半～16時
※事業説明・手続に約1時間必要のため、予約してください。

持 印鑑
料 無料
場 岡山市子育てファミリーサポート・センター(児童館内)
①32・3778

空き家などに関する無料相談会(要予約)

空き家などの不動産・登記・相続の相談に宅地建物取引士、司法書士の各専門家が対応します。

日 8月29日(火) 13時～16時
場 すこやかセンター
料 無料

定 先着6人(1人30分程度)
申 (一社)岡山住まいと暮らしの相談センターに電話
①086・206・5581
(平日9時半～16時半受付)
問 都市計画課
①32・5538

第52回玉野市民ソフトテニス大会参加者募集

日 9月3日(日) 9時～
場 玉原総合運動公園テニスコート

種 一般男子A級・B級、一般女子A級・B級、中学生男子、中学生女子(中学生は2年生以上。学校行事ではありません。)

対 市内在住(勤・学)の人や市内クラブに所属する人(8月以降の新設クラブ除く)
料 1組につき一般2千円、中学生1千円
申 はがきに種目、所属クラブ名(勤務先、学校名)、氏名、連絡先を明記して申込み
締 8月23日(水)必着
問 スポーツ協会(框)
①32・0556

〒700-0011 宇野5-23-5

道の駅みやま公園 レストラン使用者公募

玉野市農林水産振興センター(みどりの館みやま)のレストランを使用する飲食店事業者を募集します。詳しくはみどりの館みやまHPをご覧ください。

契約期間 令和6年4月1日から5年間
説明会 9月5日(火)14時から
申 9月25日(月)から10月16日(月)

審査会 11月1日(水)14時から
問 みどりの館みやま
①32・0115



みどりの館みやまHP

岡山県南部水道企業団職員募集

募集職種 電気技術職または機械技術職 1人程度
資 平成元年4月2日以降生まれで、大学・短期大学・高等専門学校・高校を卒業した人(令和6年3月までに卒業見込みの人を含む)

募集期間 8月8日(火)～9月8日(金)
問 岡山県南部水道企業団職員採用試験委員会
①086・465・5050

玉野失語症の会 ひまわり参加者募集

失語症当事者とその家族を中心とした座談会です。自分のペースで会話を楽しみませんか。意思疎通支援者がサポートします。

日 8月6日(日)、9月3日(日) 10時～11時半
※毎月第一日曜開催予定
場 中央公民館

対 失語症当事者とその家族、失語症に関心のある人
料 無料
申 電話またはFAX
①71・5672
※申込みなしで参加も可能
申 岡砂田
①71・5672
②71・5672

広告

無料相談

	日時	場所	問合せ
市民法律相談 (予約制) ※多くの市民に相談の機会を確保するため、同一人物の相談は1年度につき1回まで	9日(水)、25日(金) 13時～16時	市役所1階 市民相談室	市民相談室 ☎32-5506
消費生活相談	7日、28日(月) 9時半～12時	市役所1階 市民相談室	市民課 ☎32-5521
男女共同参画 の法律相談 (予約制)	18日(金) 13時半～16時半	すこやかセンター 第1会議室	男女共同参画 推進センター ☎33-7867
男女の日常相談	平日 8時半～16時	すこやかセンター2階 男女共同参画 相談支援センター	男女共同参画 推進センター ☎33-7867
まち、ひと、 まなび相談室	9日(水) 9時半～12時	図書館 第1研修室	玉野SDGsみらい づくりセンター 東 ☎090-1356-3655
心理教育相談 就学相談 学校問題相談	平日 8時半～17時15分	教育サポート センター	☎33-5115
県中央児童相談所 巡回相談(予約制)	22日(火) 13時半～16時半	教育サポート センター	☎33-5115
若年無業者 就労相談 (予約制)	第4金曜日 (祝日除く) 13時～16時	教育サポート センター	おかやまサポステ ☎086-224-3038

	日時	場所	問合せ
弁護士相談 (予約制)	15日(火) 10時～15時	社会福祉協議会	☎31-5601
相続・境界等 財産の手續相談 (予約制)	10日(木) 13時半～15時半	社会福祉協議会	☎31-5601
介護相談	平日 8時半～16時半	社会福祉協議会	☎31-5601
わがまち 福祉相談会	各地区で開催 ※詳しい日程は、お問い合わせ ください。		地域包括支援 センター ☎33-6600
人権なやみごと相談 行政相談	16日(水) 9時～12時	荘内 市民センター	総務課☎32-5516 市民課☎32-5521
精神保健福祉 相談(予約制)	21日(月) 13時半～15時	こころの里	備前保健所へ ☎086-272-3934
住宅無料相談会 (予約制) リフォームなど	9月11日(月) 13時半～	水道庁舎 1階中会議室	8月31日(木)までに 都市計画課へ ☎32-5538
年金相談 (予約制)	9月 5日(火) 水道庁舎1階大会議室 19日(火) 田井市民センター 26日(火) 水道庁舎1階大会議室 10時～12時、13時～16時		予約受付 8月1日(火)から 岡山西 年金事務所へ ☎086-214-2163 ※岡山西年金事務所が岡山県社会保険労務士会に運営を委託しています。
身体障害者 相談	毎週月曜日 (祝日除く) 10時～15時	すこやかセンター 障害者連絡 交流室	身体障害者 福祉連合会 ☎32-3840
知的障害者 相談	第4金曜日 (祝日除く) 13時～16時	図書館	福祉政策課 ☎32-5556



※図書館・中央公民館は、指定管理者(株)図書館流通センターが運営しています。

休館日/毎週月曜日

※祝休日と重なるときは開館し、直後の祝休日以外の日が休館日になります。

問 図書 ☎31-3712
中公 ☎31-3711



図書館 中公 HP

※返却期間内の本などは返却ポストへ。DVD、相互貸借の本は開館中に総合カウンターへ。

8月の公民館の催しもの 中公 ☎31-3711

ギャラリー ※開催は延期になる場合があります。詳しくは、お問い合わせください。

2日(水)～4日(金) スタジオTOMA 夏のワークショップフェスタ 10時～16時 ※15時受付終了
6日(日)～9日(水) 岡山県原爆被爆者会玉野支部 原爆展 9時～17時 ※最終日は16時まで
12日(土)～20日(日) 岡山船舶模型クラブ 船の博物館 10時～17時 ※初日は13時から、最終日は15時まで

図書館のお知らせ 図書 ☎31-3712

◆こどもプログラミング特別講座◆

プログラムを組み合わせて、ロボット「こくり」を動かしてみよう!

日 8月11日(金・祝)、12日(土) 時 14時～15時
場 (11日)実習室 (12日)料理実習室 料 無料
定 各回5人(要申込み・先着順) 対 小学生
申 8月1日(火)～ 電話または総合カウンターで申込み



◆玉野deシネマ◆ 図書館で映画を鑑賞しよう

日 8月5日(土)『はたらく細胞 特別編 風邪症候群』
日 8月20日(日)『風雲児たち～蘭学革命篇～』
時 13時～開場 13時半開演
場 多目的室(大) 料 無料 定 70人(先着順・予約不要)



おはなし会 定例イベント

場 おはなしのへや
出演:絵本だいすきたま
日 8月12日(土) 10時半～11時
おはなしどんどんランド
日 8月26日(土) 10時半～11時15分
おはなしのひろば



移動図書館『めばる号』巡回日

※天候などにより運休する場合があります。

8月2日 (第1水曜日)	10:00～10:30 10:50～11:30 14:00～14:30	大崎公民館 横田公民館 日比幼稚園前
8月9日 (第2水曜日)	10:00～10:30 10:50～11:30 14:00～14:30	玉原公園(交番隣) 荘内南幼稚園前 向比1丁目 コミュニティハウス
8月18日 (第3金曜日)	10:00～10:30 11:00～11:30 11:50～12:30 14:30～15:00	さくらのさく郷 ケアハウス コスモス 番田公民館 東紅陽台1丁目集会所

◆ひゃっか王からの挑戦状◆

百科事典を使って図書館でナゾ解きをしよう!
期 8月31日(木)まで
※問題用紙がなくなり次第終了
場 児童コーナー 対 小学生

記号説明

定 図書館
定 中央公民館
料 料
金 金
申 申
込 込
み み
期 期
間 間
問 問
合 合
せ せ
HP HP
ホ ホーム
ム ページ
時 時
間 間
場 場
所 所
対 対
象 象



8月

窓口
延長

2日、9日、16日、23日、30日(水)
17時15分～19時

日曜
開庁

6日、9月3日
8時半～17時15分

休日当番医

(診療時間)

- ①内科 9時～17時
- ②外科 9時～17時
- ③歯科 9時～12時

都合により、当番医が変更になる場合があります。

※小児救急医療
電話相談
#8000、または
086-801-0018

休日
18時～翌朝8時
平日
19時～翌朝8時

水道修繕当番表

カレンダーの月曜日をご覧ください。

- 期 月曜日朝8時～翌週月曜日朝8時
- 東児・山田地区は(有)コーサン商会(☎66-5219)へ
- 修繕工事は任意の指定工事店に依頼することもできます。
- ☎水道課 ☎33-9666

玉野けいりん 競輪事業課 ☎31-5281

※詳しくは、玉野けいりんHPを確認してください。



玉野けいりんHP

証明書交付出張窓口

各市民センターで週2回証明書を交付します。
①10時半～12時半 ②14時～16時
③10時半～16時 ※祝日除く



市HP

日	月	火	水	木	金	土
証明書交付出張窓口 ①玉原・和田 ②玉・日比	①山田 ③荘内 ②東児	①田井・玉原 ②玉・八浜	①和田 ③荘内 ②日比	①田井・山田 ②八浜・東児		
※休日当番医を受診する前に必ず電話してください。 ①内科 ②外科 ③歯科 ごみ	8月の放送スケジュール 8:00 広報たまのニュース 16:00 市民チャンネル 11:00 市民チャンネル 20:00 広報たまのニュース 13:00 広報たまのニュース 23:00 市民チャンネル ※上記時間帯以外は、地域ニュースを放送します。 ★広報たまのニュース/広報たまの音声版を放送します。 ★市民チャンネル/栄養委員のちよっとお助け1品レシピ「夏」 ★地域ニュース/KCTワイドで放送された地域の出来事をまとめて放送します。	KCT番組表 デジタル 312チャンネル ④秘書広報課 ☎32-5533	人口の動き 令和5年6月30日現在 ※()内は前月比 ※住民基本台帳に記載されている数値 (6月1日～30日の内訳) ●世帯数 27,000 (- 33) ●人口 55,270 (- 79) ●男 26,955 (- 47) ●女 28,315 (- 32) ●出生 23人 ●死亡 82人 ●転入 109人 ●転出 126人 ●その他 - 3人 (転出取消等)			
納期のお知らせ 納期限 7月31日 ・固定資産税(2期) ・国民健康保険料(1期) ・介護保険料(1期) ・下水道受益者負担金(1期) 納期限 8月31日 ・市県民税(2期) ・国民健康保険料(2期) ・介護保険料(2期)		① (株)中原設備 (北方) ☎66-5598 ～7日 ② 玉野ナイター (F I)～2日 ③ 小田原JC場外 (F I)～2日		③ 富山記念場外 (G III)～6日 ④ 岸和田場外 (F I)～4日		⑤ 高知ナイター場外 (F II)～6日
⑥ せいきょう玉野診療所 (羽根崎町) ☎81-1696 ⑦ たまメディカルハ ビリテーションクリニック (玉) ☎31-6803 ⑧ 阿部歯科医院 (用吉)71-0839	⑦ (株)若林設備 (田井) ☎33-8484 ～14日	⑧ 認知症カフェ 瀬戸の海 (介護家族体験談) すこやかセンター 大会議室 10時～15時 ⑨ 防府in玉野 (F I)～10日 ⑩ 青森ナイター場外 (F I)～9日	⑨	⑩ 和歌山万博協賛 場外(G III)～13日	⑪ 由良病院 (深井町)81-7125 ⑫ 玉野市民病院 (宇野)31-2101 ⑬ 石田歯科医院 (宇野)32-2882 ⑭ 東清掃センター ☎21-3383 ⑮ 京王閣ナイター 場外(G III)～13日	⑫
⑬ のうの小児科医院 (田井) ☎33-9888 ⑭ 宇野八丁目クリニック (宇野) ☎33-8080 ⑮ いのうえ歯科医院 (八浜町八浜) ☎51-3360	⑭ (有)こくど設備 (迫間) ☎71-3665 ～21日	⑮ オールスター 西武園ナイター場外 (G I)～20日 ⑯ 別府場外 (F I)～17日	⑯	⑰	⑱	⑲
⑯ 井上内科医院 (玉) ☎21-2074 ⑰ 近藤医院 (東田井地) ☎41-1061 ⑱ 井上歯科医院 (迫間) ☎71-4818	⑰ 豊工業(株) (宇野) ☎31-7330 ～28日 ⑱ 小松島場外 (F I)～23日 ⑲ 久留米ナイター場外 (F I)～23日	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔
⑳ 原田内科クリニック (宇野) ☎31-1717 ㉑ 荘内クリニック (迫間) ☎71-4976 ㉒ 垣内歯科医院 (宇野) ☎21-3414 ㉓ 東清掃センター (粗大ごみの持込受付のみ) (解体ごみ、伐採ごみは不可) ☎21-3383	㉑ ムラカミ工業 (西田井地) ☎41-1537 ～9月4日 ㉒ 高知場外 (F I)～30日	㉒	㉓	㉔	㉕	㉖
		㉒ 伊東温泉ナイター 場外(F I)～9月1日	㉓ 向日町記念場外 (G III)～9月3日	シートコールセンター ☎31-1411 予約受付時間 8時半～17時 ※日・祝日は受付不可		

◆お知らせ◆

記号説明

期間

日時

時間

場所

対象

料金

締切

申込み

問合せ

HP

ホームページ

新型コロナワクチン 令和5年春開始接種

春開始接種は重症化予防を目的としているため、対象者が限定されます。該当しない人は9月以降に始まる秋開始接種まで接種券を保管してください。

市HP



※詳しくは、市HPをご覧ください。

対 ○65歳以上の人 ○基礎疾患のある人、その他重症化リスクが高いと医師が認める人 ○医療機関、高齢者・障害者施設などの従事者
※65歳以上の人や基礎疾患のある人は、春・秋開始接種1回ずつの接種が勧められています。

問 玉野市新型コロナワクチンコールセンター ☎33-1820

児童扶養手当などの更新手続きは期限内に

児童扶養手当受給者

7月下旬に対象者へ書類を送付します。受給者本人が来庁のうえ現況届に記入してください。

提出期間 8月1日(火)～31日(木)

児童扶養手当受給者(5年以上経過している人)

「児童扶養手当一部支給停止適用除外事由届」を期

玉野商工高等学校 学校説明会

保護者・中学生を対象に玉野商工高校の概要・入試に関する説明会を開催します。

事前申し込みは不要です。
日 8月25日(金) 19時～20時半
日 10月29日(日) 14時～15時半

場 玉野商工高校

☎31・5341

令和6年度新入学 児童・生徒の指定学校変更の申請

市内小・中学校の新入学児童・生徒が転居や保護者の就労などの理由で、指定学校以外の市内の学校へ就学を希望する場合、一定の条件で指定学校の変更を認めています。

変更を希望する場合は、各保育園・認定こども園・幼稚園の年長児及び小学6年生に配布した資料を確認のうえ、申請してください。

申請期間 8月1日(火)～9月29日(金)

問 学校教育課

☎32・5575

全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

いじめなど、先生や親には

話しにくい悩みについて、法務局の職員や人権擁護委員が、みなさんのお話を聞いて、どうしたらいいか一緒に考えます。

期 8月23日(水)～29日(火)
時 (月)～(金) 8時半～19時 (土・日) 10時～17時

専用電話 こどもの電話 10番

10番専用電話番号(全国共通・通話料無料)
☎0120・007・110

問 岡山地方方法務局人権擁護課

☎086・224・5656(代表)

全国一斉子どものための養育費相談会

岡山県司法書士会は岡山県青年司法書士協議会と共催で、養育費に関する電話相談会を開催します。

日 9月2日(土) 10時～21時まで

問 ☎0120・567・301 (フリーダイヤル)

料 相談無料。秘密厳守。予約不要。

問 中村恵美司法書士事務所

☎086・237・0287

ナイター創業相談(要予約)

東児地区で創業を考えている人を対象に、事業計画書の作り方や融資制度の相談を夜間に受け付けます。

日 8月10日、9月14日(木)

18時～21時まで ※毎月第2木曜日 料無料

場 岡山南商工会東児支所

☎41・1334 706・0305 胸上263612

事業者の皆さんへ 年次有給休暇を取得しやすい環境づくりを

新しい働き方・休み方をこれからも続けていくためには、計画的な業務運営や、年次有給休暇の計画的付与制度、労働者の様々な事情に応じることが出来る時間単位の柔軟な年次有給休暇の導入が効果的です。

※詳しくは、お問い合わせください。

問 岡山労働局雇用環境・均等室

☎086・225・2017

8月は北方領土返還運動全国強調月間

〜四島還せ声出し合って動く今〜

択捉島、国後島、色丹島、歯舞群島の北方四島は、我が国固有の領土です。返還実現に向けて、ご理解とご協力をお願いします。

問 岡山県北方領土返還要求運動県民会議事務局(県公聴広報課内)

☎086・226・7158

記号説明

期 期間

対 対象

申 申込み

縮 縮切

問 問合せ

HP ホームページ

◆ お知らせ ◆

区分	手続き
市街化区域内農地	農業委員会に届出が必要
市街化調整区域内農地	農業委員会の許可が必要
農用地区域内農地	8月31日(木)までに農用地からの除外申出をし、除外完了後に農業委員会の許可が必要

農地を農地以外に転用する場合、農地法などに基づく手続きが必要です。

農業委員会からのお知らせ
農地転用は手続きが必要
です

よくある質問
市HP



税額が変更になった人は、第2期から今回送付する納税通知書をご利用ください。
※詳しくは、お問い合わせください。
税務課 ☎ 32・5510

税額が今回決定(変更)した人に市民税・県民税通知書を送付します

第2期(8月31日(木)納期限)から新たに税額を決定した人または税額が変更になった人のみ、普通徴収の納税通知書を8月中旬に発送します。



7月31日(月)から下水道が使用できるようになりました。

下水道課からのお知らせ
番田地区の一部で下水道
が使用できるようになりました。

共通
問 農業委員会事務局
☎ 32・5561

農地パトロールの実施
期 8月中旬～9月
目的 ○地域の農地利用の確認

○遊休農地の実態把握と発生防止・解消など
実施方法 農業委員などが現地確認
※農地内に立ち入ることがあります。

県内の7市町で「みんなのおうちに太陽光」事業を行っています。
太陽光パネルや蓄電池を共同購入するもので、一例では、太陽光パネルの割引率は20%になりました。
この機会にお得に購入しませんか。
縮 8月23日(水)

太陽光設備をおトクに購入しませんか

共通
問 下水道課
☎ 32・2777

トイレに流す紙に注意!
「トイレに流せる」などの表示がある掃除用の紙でも溶けるまでに時間がかかり、詰まりの原因になることがあるので注意しましょう。
また、ティッシュペーパーや紙おむつは水に溶けないので、トイレには流さないください。

下水道が使える区域になってから、3年以内にくみ取り便所を水洗便所に改造することが義務づけられています。
台所や風呂場・洗濯機などから出る汚水も、公共下水道へ接続しなければならぬため、早期の排水設備工事をお願いします。
浄化槽を設置している場合も早期の接続をお願いします。

☎ 0570・085・800
問 環境保全課
☎ 32・5520




問 リネットジャパン HP または電話で申込み

小型家電リサイクル法による国の認定事業者が宅配便を利用した小型家電の回収を行っています。
※回収は有料ですが、パソコンが含まれる場合は無料です。ただし、2箱目から有料となります。
対 3辺の長さの合計140cm以内の箱に収容でき、重さ20kg以内の家電

宅配便を利用した小型家電の回収

問 岡山みんなのおうちに太陽光事務局
☎ 0120・623・100



のちに光
みん
お太
HP

広告


◆ お知らせ ◆

精霊送りの盆舟などの収集のお知らせ 問 東清掃センター ☎ 21-3383


盆舟やお供え物を川や海に流すことは禁止されています。
市内各所で盆舟などの収集を行いますので、ご利用ください。また、食品ロスの観点からも、お供え物などは持ち帰るなど、排出するものの減量化にご協力ください。

お供え物を収集所に出す場合は、そのまま出すか、透明または半透明の袋に入れて出してください。

お供え物を持ち帰ってごみステーションに出す時は、地区のごみステーションのルールに従って出してください。




自宅などに持ち帰り



食品ロスの観点から、排出物の減量化にご協力ください!

①～⑳の収集場に出す場合



そのまま出すか、透明または半透明の袋に入れて出してください。

※有料指定袋に入れる必要はありません。

日 8月15日(火) 18時～21時 ※21時以降に収集します。

場 次の場所に立札を掲示しますので、最寄りの場所をご利用ください。

① 田井三軒屋児童遊園地横	⑩ 岡山市農協玉野支所前	⑲ 梶岡公民館前広場
② 田井前丁場川尻橋横 ^{※1}	⑪ 岡山市農協旧荘内上支所前	⑳ 胸上公会堂前広場
③ 宇野港第三突堤公園内 ^{※2}	⑫ 荘内市民センター	㉑ 番田赤丸醤油前広場
④ 玉野レクセンター横	⑬ 大藪バス停横	㉒ 岡山市農協鉾立資材店前
⑤ 和田中央公園横広場	⑭ 後閑バス停横	㉓ 波知造田組駐車場横
⑥ 日比市民センター	⑮ 沼入口ごみステーション前	㉔ 碁石地区コミュニティハウス
⑦ 渋川公園北東(角)	⑯ 山田原区しおさい前(旧公会堂)	㉕ 八浜市民センター
⑧ 玉原公園 (玉原駐在所横児童公園前)	⑰ 県道山田槌ヶ原線 消防署東分署下	㉖ 大崎奥の森バス停横
⑨ 東紅陽台1丁目集会所前	⑱ 西田井地川尻 ごみステーション前	㉗ 大崎県道沿い墓地前 (八浜駅前)

※1「②田井前丁場川尻橋横」は、川尻橋から次の橋までの間に置いてください。

※2「③宇野港第三突堤公園内」は、一部立ち入りが制限されているため、車両の進入はできません。

【その他注意事項】

○線香やローソクは、火災防止のため盆舟やお供え物とは別にして、専用容器(空き缶)に入れてください。

○提灯などの大きいものは、今回の収集場所へは出せません。細かくしてごみステーションに出すか、粗大ごみとして処分してください。

小規模な通夜やお別れ式に斎場待合室を利用できます

市斎場の待合室は、火葬が終了するまでの待合室としてだけでなく、ご遺族が主体で執り行う30人程度の通夜やお別れ式にも利用できます。※要申込み

時 17時から翌日16時の使用時間のうち、通夜やお別れ式で、それぞれ①または②を選択

○通夜 ①当日18時～18時50分 ②当日19時～19時50分

○お別れ式 ①翌日10時～11時 ②翌日13時～14時

対 亡くなった人の住民票が玉野市にある人

料 無料 ※冷暖房使用料は有料

※「お別れ式の進め方」を市民課と斎場で配布しています。

問 市民課 ☎ 32-5521 斎場 ☎ 21-4814(9時半～18時半)



市HP



【斎場待合室】

◆ お知らせ ◆

各種検診

大人の健康づくり

場 すこやかセンター
 23 水 フレッシュ体操教室 10時～11時半
 // いきいき体操教室 13時半～15時
特定健康診査・胃がん検診・大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査

対 40歳以上
料 まるごと検診ガイドブックをご覧ください
 1 火 荘内市民センター 8時～10時半

大腸がん検診

対 40歳以上 **料** 1,500円 (70歳以上:500円)
 16 水 荘内市民センター 9時半～10時半
 29 火 田井市民センター 9時半～11時
 30 水 大崎公民館 9時半～10時
 9/5 火 児童館 9時半～10時

乳がん検診(マンモグラフィ・視触診同時実施)

対 40歳以上 **料** 1,500円 (70歳以上:500円)
 9/6 水 すこやかセンター 13時半～14時

女性のためのナイター検診

(乳がん・子宮頸がん同時実施) **要予約**

乳がん **対** 40歳以上の女性
料 1,500円 (70歳以上:500円)
子宮頸がん **対** 20歳以上の女性
料 1,000円 (70歳以上:200円)
 22 火 すこやかセンター 18時半～19時半

骨粗しょう症検診

対 20～70歳までの女性 **料** 500円
 4 金 すこやかセンター 13時半～14時半
 9/1 金 // //
 ※ストッキングは着用しないでください。

献血

23 水 玉野市役所 9時半～11時半
 // // 12時45分～16時

◎詳しくは、「まるごと検診ガイドブック」をご覧ください。
問 すこやかセンター ☎ 31-3310

建物の耐震は大丈夫ですか

耐震に関する補助金

建物所有者が行う耐震診断や耐震補強計画、耐震改修工事に要する費用の一部を補助します。

対 市内に存在する昭和56年5月31日以前に着工された建築物

締 11月30日(木)

※予算額に達した時点で受付終了

【ユーチューブ
 晴れの国おかやま
 チャンネル】



耐震診断費

対 ①木造一戸建ての住宅…自己負担額1万1,200円

※一般診断費用7万1,200円のうち、6万円補助

※建物の延べ面積が200㎡を超える場合は割増あり

②木造以外の一戸建て住宅…補助対象経費の3分の2以内(上限9万円)

③その他の建築物…補助対象経費の3分の2以内(上限300万円または150万円)

※詳しくは、お問合せください。

耐震補強計画費

耐震診断の結果、耐震性が低いと判断された建築物に補強計画を行う費用を補助します。

対 木造一戸建ての住宅…自己負担額1万1,200円

耐震改修工事費

耐震基準が確保される改修工事費用を補助します。

対 木造一戸建ての住宅耐震改修工事に係る費用の50%以内(上限75万円)

共通 **申 問** 都市計画課 ☎ 32-5538

国民健康保険に加入している皆さんへ

令和5年度の保険料が決まりました

- 第1期の納付期限は7月31日(月)です。納め忘れはありませんか。
- 保険料額の変更に伴い、納付方法が昨年度から変更になる場合があります。保険料納付通知書(決定通知書)をご確認ください。
- 就職や扶養などで社会保険へ切り替わった人は、手続きが必要です。手続きをしていない人は、保険料の精算ができません。

玉野市国民健康保険料		医療分	後期高齢者支援分	介護分
所得割		①×6.9%	①×2.6%	①×2.1%
均等割(一人当たり)		19,800円×人数	7,300円×人数	7,100円×人数
平等割(一世帯当たり)		21,300円	7,900円	6,500円
賦課限度額		65万円	22万円	17万円
軽減判定所得	7割軽減	43万円以内+(10万円×【給与所得・公的年金所得者数-1】)		
	5割軽減	43万円+(29万円×【世帯内被保険者数】)+(10万円×【給与所得・公的年金所得者数-1】)		
	2割軽減	43万円+(53.5万円×【世帯内被保険者数】)+(10万円×【給与所得・公的年金所得者数-1】)		

注)①令和4年中の所得-43万円
 ※介護分は加入者のうち、40歳以上65歳未満の人が対象です。

問 保険年金課 ☎ 32-5528

※保険料算定のためには所得情報が必要です(19歳以上の被保険者)。申告が済んでいない人は早めに申告してください。

広告

記号説明

対象

申込み

締切

問合せ

HPホームページ

◆ お知らせ ◆

たまののののののちゃんは
1か月間のみの掲載です。

価格高騰の影響が大きい世帯へ

【価格高騰重点支援給付金】

電力やガス、食料品などの価格高騰による負担増を踏まえて、住民税非課税世帯などに国から給付金を支給します。

※詳しくは、市HPをご覧ください。

対 次のいずれかに該当する人

①6月1日時点で世帯全員の令和5年度分の住民税均等割が非課税の世帯

②予期せず令和5年1月から6月までの家計が急変し、①の世帯と同様の事情にある世帯

支給額 1世帯3万円

申 ①に該当する人に案内または確認書を送付します。

②に該当する人は要申請

締 10月20日(金)

問 価格高騰重点支援給付金担当窓口 ☎ 33-0305



市HP

マリンカードポイント倍出しキャンペーン!

対象月の10日・20日・30日にマリンカードを利用すると、ポイント10倍、チャージボーナスが10%になるキャンペーンを実施します。

本キャンペーンに合わせて、スタンプラリーやポイント優待キャンペーンなどさまざまなイベントを実施します。

対象月 8月～12月

※詳しくは、マリンカードHPや専用アプリをご確認ください。

※ポイントや電子マネーの有効期限は、レシート・アプリで確認し、期限内にご利用ください。



マリンカードHP

【マリンカード公式アプリがあります】

すでにマリンカードを持っている人は、アプリ内でご自身のカードを登録すると、加盟店でスマートフォンの電子決済を利用して買い物ができ、ポイントが貯まります。

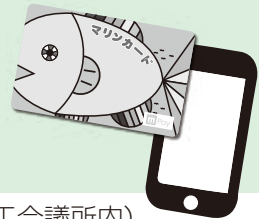


App Store



Googleplayストア

無料でダウンロード
できます!!



問 玉野マリンカード協同組合事務局(玉野商工会議所内)

☎ 33-5010

広告

防災玉野市



☎ 危機管理課 ☎ 32-5560
*防災広報ダイヤル(音声案内) ☎ 33-6610

【自分を守る3つの動作】



まず低く



頭を守り



動かない

イラスト出典：効果的な防災啓発訓練と防災啓発提唱会議

南海トラフ地震は、今後 30 年以内に 70 ～ 80%と、かなりの確率で発生が予想されています。

地震発生直後は、誰の助けも期待できません。

「自分の身は自分で守る」ことが大切です。

自分の身は自分で守る 地震発生 一瞬の判断が生死を分けることも…	屋内にいる時は… □緊急地震速報を受信する。 □大きな揺れを感じたら、頑丈なテーブルなどの下に潜り込む。 □倒れてくる家具や落下物の危険性がない空間に身を寄せ、揺れが収まるまで動かない。
	屋外にいる時は… □ガラスや看板などの落下物に注意し、手荷物などで頭を守りながら、公園などの広場に逃げる。 □ブロック塀や石垣、門柱から離れる。 □地震による土砂崩れに注意する。

安全確保して二次被害を防ぐ 揺れが収まったら 	揺れが収まってから動き始める □火の元を確認し、出火があれば初期消火する。 □ドアや窓を開けて逃げ道を確認する。 □家族の安全を確認したら、隣近所に声をかけ、安全を確認する。特に障害者や高齢者、妊娠中の人、小さな子どもなど、要配慮者がいる世帯に積極的に声をかける。 □テレビやラジオなどで正しい情報を入手し、SNS などの不確実な情報に惑わされない。
--	--

津波に警戒!!

沿岸部で、津波が想定されている地域にお住まいの人は、市からの連絡を待たず、ただちに海岸からより遠く、より高いところへ一時的に避難をしてください。
自宅へ戻るのは、津波警報が解除され、安全の確認ができてからにしましょう。

【注意】
地震により地盤がゆるみ、土砂崩れが発生する可能性があります。避難時は注意してください。

Jアラートの試験放送を行います

消防庁が全国瞬時警報システム(Jアラート)による一斉情報伝達訓練を行います。
これに伴い、防災行政無線の放送や市防災メールマガジン・市LINE公式アカウント(登録制)の配信テストを行います。

☑ 8月23日(水) 11時

【地震防災対策】
皆さんの声を聞かせてください

今後の地震防災対策に皆さんの声を反映させるため、内閣府が、避難意識などに関するアンケート調査を実施しています。

【回答方法】 内閣府HPから回答(所要時間8分程度)
締 8月31日(木)

※回答は1人1回限り。内閣府HP
※記述式の回答は可能な限り具体的にご回答ください。

広告

記号説明

日日時

縮縮切

問問合せ

HP ホームページ

栄養委員の

ちょっとお助け1品レシピ 夏



市HP

作り方を動画で配信中!

栄養委員の皆さんが、季節に合わせて考案したレシピを紹介いたします。

今回は、暑い夏におすすめの「酢」と「夏野菜」を使ったメニューです。

酢を使うことで、さっぱりと食べられ、食欲増進、疲労回復効果が期待できます。夏野菜は水分やカリウムを豊富に含んでいるものが多く、身体にこもった熱を中からクールダウンしてくれます。

問 すこやかセンター ☎ 31-3310

●栄養価(2人分)

○エネルギー97kcal ○たんぱく質6.1g
○脂質5.2g ○カルシウム43mg ○塩分0.6g



夏野菜と豆腐のサンラータン

玉原地区
栄養委員考案

調理時間 15分 ※サンラータンは酸味と辛みのある中華料理のスープ

材料(2人分)

- 豚もも薄切り肉.....35g
- 生姜.....10g
- サラダ油.....小さじ2/3
- 酒.....大さじ2/3
- ズッキーニ.....1/4本(40g)
- オクラ.....4本(25g)
- トマト.....1/2個(65g)
- 絹ごし豆腐.....50g
- 生きくらげ.....20g
- 水.....300cc
- 鶏がらスープの素.....小さじ1
- 砂糖.....小さじ2/3
- 酢.....大さじ1+1/3
- ラー油.....適量

下準備

- 1cm幅に切る
- 千切り
- 5mm幅に斜め切りした後、千切り
- 3mm幅の輪切り
- 5mm幅に切る
- 1.5cm角に切る
- 千切り

作り方

- ①鍋にサラダ油を熱し、豚肉と生姜を炒め酒をふる。
- ②肉に火が通ってきたら、水とズッキーニを加えて2分程度煮る。トマト、豆腐、生きくらげを加え、ひと煮立ちしたらオクラを加える。
※アクが出たら取る。
- ③②にAを加えて混ぜ合わせる。
- ④器に盛り付け、お好みでラー油をかける。

- A
- こしょう.....少々
- ごま油.....小さじ2/3

日比地区
栄養委員考案

白身魚の野菜ソースかけ

調理時間 20分

●栄養価(2人分)

○エネルギー190kcal ○たんぱく質16g
○脂質9.3g ○カルシウム29mg ○塩分0.7g

材料(2人分)

- 白身魚.....70g×2切れ
- 酒.....大さじ1
- 塩.....小さじ1/8
- こしょう.....少々
- 小麦粉.....大さじ1
- オリーブ油.....大さじ1
- トマト.....50g
- 玉ねぎ.....30g
- ブロッコリー.....30g
- きゅうり.....30g
- コーン(缶).....15g
- 青じそ.....2~3枚
- ブラックペッパー.....少々

下準備

- 酒と塩をふりかけ10分程度置き、キッチンペーパーで水分を拭き取る。
- 小さめの角切り
- 薄切りにして水にさらし、水気を切る
- 茹でて小房に分ける
- 小さめの角切り
- 汁を切る
- 千切り

作り方

- ①魚にこしょうをふり、小麦粉をまぶす。フライパンにオリーブ油を入れ、中火で焼く。
- ②トマト、玉ねぎ、ブロッコリー、きゅうり、コーンとAを混ぜ合わせ野菜のソースをつくる。
- ③お皿に①を盛り付け、②をかける。その上に青じそをのせブラックペッパーをふりかける。

白身魚は、ヒラメやタラ、スズキなど、お好みで使用してください。



- りんご酢.....大さじ1+1/2
 - 砂糖.....小さじ1/2
 - しょうゆ.....小さじ1/2
- A





シーバス・シータクを使って 日比の観音院 に行ってみた

問 公共施設交通政策課 ☎ 32-5547

本市では、コミュニティバス「シーバス」や、指定エリア内を移動できる乗り合いタクシー「シータク」を運行しています。
今回は、シーバスを利用して、日比の観音院に行くルートを紹介します。
まだコミュニティ交通を利用したことがない人もぜひ一度利用してみたいはいかがでしょうか。

- 問
- シーバスに関すること
両備バス玉野営業所 ☎ 31-1616
 - シータクに関すること
シータクコールセンター ☎ 31-1411
- ※シータクは事前予約が必要です。

乗り方や時刻表など詳しくはこちら



市HP

シーバス

①11:44



玉野市役所前停留所(メルカ側)から日比市民センター停留所まで、シーバスに乗って出発!

シーバス

②12:08



日比市民センター停留所でシーバスを下車。
日比市民センターは、シータク乗り場にもなっています。

徒歩

③12:13



日比市民センター停留所から歩いて5分程度で観音院に到着。石階段の前に案内板や石碑があります。

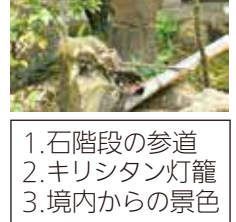
【今回のルート:平日便】

- 11:44 玉野市役所前停留所(メルカ側)からシーバスで出発
- 12:08 日比市民センター停留所でシーバス下車
- 12:13 歩いて観音院に到着



観音院

📍 日比2-1-12



1. 石階段の参道
2. キリシタン灯籠
3. 境内からの景色

日比の観音院(與樂山常光寺観音院)は、市文化財を多数保有している寺院です。

観音院が保有する文化財には、50年に一度開帳される秘仏「十一面観音菩薩立像」や、「弘法大師画像」などの絵画、「キリシタン灯籠」があります。

また、境内からは日比港や日比の町並みを一望することができます。

宝くじ いつでも、どこでも。
公式サイト 宝くじをもっと手軽に、もっと便利に!

24時間いつでもネット購入 /



NEW QuickOne いつでも買える。秒で結果でる。



会員登録はこちら

お問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)
TEL 011-330-0777 (有料)

記号説明

期間

日時

場所

内容

対象

料金

定員

持ち物

申込み

問合せ

HP

ホームページ



たまのっこ子育てサポート

子育て相談、情報交換、気分転換に利用してみませんか。



※通常、毎月行っている行事などが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止となる場合があります。

子育て支援センターだより

場 地域子育て支援センター
 玉原認定こども園 ☎31-6192
 築港ちどり保育園 ☎21-3347
 槌ヶ原ちどり保育園 ☎71-3042
 就学前教育課(市役所3階) ☎32-5573

子育て相談

お子さんについての不安や悩みなどを気軽に相談ください。

日 月～金曜日 8時半～16時
申 各支援センターへ来園または電話

一時保育のご案内(登録制)

冠婚葬祭や仕事、病気などで一時的に子育てができないときに、お子さんを預かります。※事前登録必要

対 住民票が玉野市にあり、保育園に通っていない子ども(6か月～就学前)
 ※里帰り出産などで利用する場合は、住民票が玉野市になくても利用可(出産予定日の6週間前にあたる日が属する月の初日～出産日から8週間を経過した日が属する月の末日まで)

日数 月13日以内
料 1日1,800円(おやつ・昼食代含む)
場 玉原認定こども園、築港ちどり保育園、槌ヶ原ちどり保育園、サンマリン認定こども園

★園庭開放日のご案内★

子どもと一緒に遊んだり、情報交換したりして楽しみましょう。暑い日には、水遊びを計画しています。ぜひ遊びに来てください。

子育て支援センター

子育て広場 予約不要

日 8月3日・24日・31日(木) 10時～11時

☆3日(木)は、手形をとって遊ぼう!を実施します。

対 就学前の子どもと保護者
持 帽子、飲み物、着替え、タオルなど

場 各子育て支援センター

幼稚園

保育園・認定こども園

8月の園庭開放はお休み

児童館だより



場 児童館 ☎32-3778 児童館HP

開館時間 9時～17時

休館日 8月7日(月)、11日(金・祝)、14日(月)、17日(木)、21日(月)、28日(月)

※暴風警報などが発令された場合には児童館は休館となり行事は中止になります。

※料金の記載のないものは無料

※受付は開館時間内

夏休みを楽しもう! 参加自由

期 8月31日(木)まで

内 ○夏休み期間中:イチゴの皿うつし、ペーパーチャレンジ、クラフト制作(トントン紙相撲)など

○8月6日まで:シュレッダープール

○8月8日～16日:カプラで遊ぼう!

○8月18日～31日:大型ジェンガ・お手玉落とし



ちゃいんどはうす ももちゃん

子育てに関する相談の受付や情報発信もしています。お子さんと一緒に遊びに来てください。

日 平日 8時半～17時

場 サンマリン認定こども園内

対 0歳～就学前の子どもと保護者

問 090-4699-5573(専用電話)

▶ 保育士手作り動画配信中

親子で楽しめる動画を随時配信しています。親子でお楽しみください。 市HP



★ えほんの時間 参加自由

日 8月2日・9日・16日・23日・30日(水) 10時半～(20分程度)

内 絵本や紙芝居などの読み聞かせ

対 0歳～就園前の子どもと保護者

😊 ぴよぴよタイム 参加自由

日 8月18日(金) 10時半～(40分程度)

内 ふれあい遊び、おしゃべりをして友達づくり、誕生日やハーフバースデーのお祝い

対 生後3か月～8月で1歳になる子どもと保護者

ハローベビースクール (両親学級)

申 場 福祉政策課 ☎32-5554

かわいい赤ちゃんを迎え、楽しく育児をするため、これからの赤ちゃんとの生活を一緒に考えてみませんか。

日 9月26日(火) 13時半～15時 (受付13時15分～)

場 すこやかセンター

内 沐浴体験、妊婦体験、保健師のお話など

対 妊婦、パートナー、家族など

定 10組

料 無料

持 親子健康手帳

申 電子申請で申込み



市HP

親子の健康づくり

場 すこやかセンター

問 福祉政策課 ☎32-5554

★印の行事は予約制
 ☆印の健診対象者には個別に案内状を送ります。

日曜日	事業名	時間
4 金	☆乳児健診 (R4年10月生)	13時10分～13時50分
8 火	★幼児の発達相談	9時～
9 水	育児相談	10時～11時
10 木	☆3歳児健診 (R2年2月生)	13時10分～13時50分
17 木	☆1歳6か月児健診 (R4年1月生)	13時10分～13時50分
23 水	★らくらく離乳食教室	13時半～14時半
24 木	★幼児の発達相談	9時～
9/1 金	☆乳児健診 (R4年11月生)	13時10分～13時50分

※各事業は、これまでと同様にすこやかセンターで実施します。

写真の分野で活躍!



清水 孝之 さん

玉野でスポーツや文化などの分野で活躍する人のインタビュー記事を連載しています。

第15回は、市文化協会写真部で理事を務める、清水孝之さんにインタビューしました。

市文化協会写真部では、9月に中央公民館で開催する「公募写真展」に向けて、8月15日(火)から作品募集を開始します。

ジャンルは問わず、どなたでも応募できますので、インタビューを読んで、お気に入りの写真を応募してみませんか。(関連記事9ページ)



☎秘書広報課 ☎32-5533

一写真を始めたきっかけは。

学生の頃からフィルムカメラで写真を撮ることが好きでした。本格的に始めたのは、約20年前に全日本写真連盟で活動していた知人に誘われて、自身も全日本写真連盟玉野支部に入部したことがきっかけです。

同時期に市文化協会写真部にも入部し、現在まで個人や部員と撮影に出かけたり、撮影会の参加やコンテストに出品したりなどの活動を続けています。

一写真の魅力は。

季節や行事にあわせて、様々な場所に写真を撮りに出かけることが楽しく、同じ場所でも季節によって四季折々の風物を感じられることが魅力だと思います。

また、撮影後には構図や色味などを調整し、自分のイメージする作品に仕上げられる楽しみもあります。

一写真撮影のポイントは。

人物や自然、花や鳥など被写体や目的により様々な撮り方があります。私は人物を入れた写真を撮ることが好きなので、人の集まる場所を探したり、いきいきとした自然な表情を撮ることを心がけています。

風景写真を撮る場合にも、出来るだけ風景と人を一緒に収めるようにしており、近くにいる人に声をかけてモデルになってもらうことも多いです。

一どこで撮影しているか。

季節や風物、行事にあわせて各地に出かけていますが、市内では渋川海岸や王子が岳、宇野港などで撮影することが多いです。

渋川海岸では様々なイベントやビーチスポーツなどが行われていますし、王子が岳ではパラグライダーが飛んでいます。宇野港では港町ならではの雰囲気を感じられ、玉野ならではの風景や美しい自然を背景に撮影することができます。

一写真部の活動は。

市文化協会写真部は、現在12人で活動しています。

毎月、中央公民館で勉強会を開催し、お気に入りの写真を持ち寄って、先生に講評いただいたり感想をいい合ったりしています。

また、毎年5月に市内で部員の作品を出展する展示会や、9月には写真部が主催して、市内の写真愛好家の作品を展示する公募写真展を開催しています。

一写真展について。

9月に開催する公募写真展では、90点程度の作品展示を目指して募集しており、毎年、人物スナップや風景、植物や暮らし、祭りなど幅広いジャンルの作品が集まります。

デジカメやフィルムなど、どんなカメラで撮影した写真も応募できますので、お気に入りの作品をどんどん応募してください。

ただし、応募できる写真は四つ切りかワイド四つ切りとなっております。

今月のプレゼント CP salon ルティア フェイシャルエステとバスパウダー

(3,300円相当×10人)



インスタグラム

「お肌と心を満たす60分間のフェイシャルエステ」サロンスタッフが一人ひとりに寄り添い、季節や環境、体調や年齢によって異なる肌のコンディションにあったエステをさせていただきます。

CP salon ルティア (完全予約制)

☎玉野市迫間2302-4 onesidehills101号
☎090-9501-4666
休 日曜日・祝日

◆広報たまのアンケート

- 1 全体の内容についての満足度は?
①満足 ②やや満足 ③やや不満 ④不満
- 2 今月号で良かった内容や写真は?
- 3 取り扱って欲しい内容や広報紙に関する感想を教えてください。

◆応募方法 8月16日(水) ※当日必着

電子申請かはがきに、住所・名前・電話番号・性別・年齢とアンケートの回答を記入してご応募ください。(市内在住・1人1回限り) 〒706-8510 秘書広報課 (住所不要) 広報たまの8月号プレゼント

※当選者は抽選で決定し、発表は、引換券の発送をもって代えます。

※障害などで応募できない場合は、電話で応募可

☎秘書広報課 ☎32-5533



【電子申請】

編集後記 たまののフォトスポット④

王子が岳は、巨岩・奇岩が重なり合うダイナミックな眺めに加え、山頂からは瀬戸内海の多島美や、瀬戸大橋の全景が見渡せます。

また、パラグライダーのフライトポイントがあり、フライト中には瀬戸内海の眺望とパラグライダーを一度に撮影することができます。



▲王子が岳からパラグライダーと瀬戸内海の眺望 (渋川14丁目地内)

市ホームページ



市公式フェイスブック



市公式ツイッター



今月の1枚はこちら!

児島富士として親しまれている常山の景色です。

田んぼの水入れの時期には、水面に反射した「逆さ児島富士」を見ることが出来ます。

投稿者:kazu_8778さん



市公式インスタグラム



市公式ユーチューブチャンネル



記号説明 縮刷切 申込み 問合せ