

# の館みやまに行こう!



地元で採れた野菜・果物。お花など、たくさん農産物が並んでいます。



30号線  
みやま公園  
備前田井  
玉野スポーツセンター  
至ループ橋



みどりの館みやま支配人の小坂田です。  
みなさん、みどりの館みやま(市農林水産振興センター)に来られたことはありますか? たまの「うまい」がギュッと詰まったみどりの館みやまをご紹介します。

みどりの館みやまは、道の駅みやま公園にある直売施設で、年間約38万人の方が訪れます。



今、季節は、大根・白菜・みかんが旬。  
春には、たけのこ・エンドウ・アラスカなど。  
夏には、なす・キュウリ・トマトなど。  
秋には、さつまいも・柿・栗など。



フレッシュ!!

その日の朝に出荷されて、売れ残ったものはその日の内に生産者が引き取りに来るので、みやまの商品は新鮮そのもの!



みやまレストランでは、地元野菜を使った美味しいメニューをご用意。温玉めしや、たまげの持など、たまの「当地」級グルメも勢ぞろい!




農家さんが作ったお餅など、素朴な懐かしい味が大人気です。玉野市が産地化を目指している雑穀コーナーもあります。



続いて、特産品コーナーをご紹介します。地元の素材を活かした商品がずらり!

みやま祭り

16:45 	16:00 	12:10 	7:00 	6:00 	4:45 	4:20 
<p>奥さんと一緒に翌日の出荷準備</p>  <p>奥さんは自宅にて収穫物の出荷作業(洗浄、袋詰め、バーコード貼り付けなど。)</p>	<p>売れ残り回収</p>  <p>売れ残りを回収するのは、残念です。</p>	<p>朝食後、農作業再開</p>  <p>冬は寒くて露地野菜が凍って収穫できないので、まずハウス野菜から収穫。暖かくなってきたら露地野菜を収穫。</p>	<p>朝食後、農作業開始</p>  <p>お客様に手にとってもらえるように工夫して陳列しています。曜日によって量を調整して出荷しています。</p>	<p>みやまで待機</p>  <p>陳列場所は、良い場所に置きたいので朝早くから行列!</p>	<p>起床</p> <p>農家さんの朝は早い!</p>	<p><b>密着!!!</b></p> <p><b>生産者さん!</b></p> <p>みやまに出荷されている村田樹男さんの一日に密着。</p>



暖かい服装で遊びに来てね!

# 雑穀フェスタ × みやま祭り



日時 **2月2日(日) 9時半~14時**

場所/みどりの館みやま前 駐車場 (小雨決行)



## イベント



鬼は~外!  
豆まき

玉野産大豆の豆まき。邪気を追い払って福を呼び込め! 当たりくじをゲット!



紅白餅で  
みやま野菜を狙え!!

紅白餅を投げ入れて入ったバケツの野菜をゲット  
1回 100円(紅白餅付き)



©いしいひさいち



ぺったんぺったん  
きびの餅つき

玉野産きびともち米を使った餅つき! 雑穀をぜんざいに入れて無料配布



ド-----ン!!!  
雑穀ポン菓子  
詰め放題!

玉野産雑穀を使ったポン菓子無料詰め放題!  
1回目: 10時半~ 2回目: 11時半~  
3回目: 12時半~ 4回目: 13時半~



## 玉野の雑穀



ついに完成!  
玉野産雑穀の  
五穀米お披露目!

玉野産きび・たかきび・はとむぎ・黒米・大豆を使った雑穀ブレンド「玉野五穀」の試食販売!

たまのの  
うまいもの大集合!

- ・しいたけ試食販売
- ・トマト加工商品試食販売
- ・たかきび麺試食販売 など



玉野のいいもん・うまいもん

## 体験コーナー

ワンコイン  
フラワーアレンジメント体験

玉野のバラとスイートピーを使ったアレンジメントがワンコインで体験できる!  
10時~12時(所要時間30分)  
1回500円(限定20人)



バレンタインにいいかも?  
雑穀ポン菓子を使った  
チョコ作り体験

雑穀ポン菓子の食感が〇! 手作りチョコ体験!  
10時~12時(所要時間 10分)  
1回100円(限定50人)

## ちびっこ集まれ!!

子どもは風の子  
ふわふわドーム  
寒さなんてへっちゃらさ!  
ふわふわドームでジャンピング!  
1回(5分) 100円



ハイ!チーズ!  
大型トラクターに乗って  
記念撮影!

めったに乗ることのできない大型トラクターに乗ってパチリ

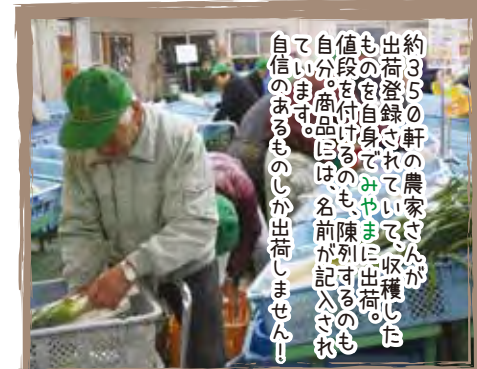


パシャ!

ワクワク!ゲームコーナー  
ダーツ・スマートボール  
1回100円  
景品が当たるよ!

豚汁無料配布  
焼イモ販売など  
楽しいイベント盛りだくさん!!

# そうだ! みど



約35の軒の農家さんが出荷登録されていて収穫したものを自身でみやまに出荷。値段を付けるのも陳列するのも自分。商品は名前が記入されています。自信のあるものが出荷しません!

みやまには、たまの旬が満彩です。



がいっぱいの  
みどりの館みやま  
に遊びに来て下さい!

おいし!  
たのし!  
たのし!



## 問合せ

玉野市農林水産振興センター  
みどりの館みやま

■住所/田井2-4464

■電話/32-0115

■定休日/月・火曜日

※祝日の場合は営業します。  
(振替で金曜日休み)

※年末・年始・祝日等定休日がある場合がありますので、電話又はホームページでご確認ください。

みどりの館みやま

検索



私たち!  
みどりの館みやま運営委員です!

生産者代表として、出荷される野菜の品質確保に取り組み、より利用しやすく、みなさまに愛される「みどりの館みやま」を目指しています!

22:00 20:10 20:00



就寝

夕食



自分で育てた採れたて野菜たっぷり鍋の味は格別!!  
お疲れ様でした。

トラックに積み込み

包装作業



商品が傷まないよう丁寧に包装するようになっています。



# 市県民税の申告は お早めに!

## ■市県民税申告が必要な人

所得税の確定申告が不要で、平成25年中(1月～12月)に所得があり、平成26年1月1日現在、玉野市に住民している人

次のような人が該当します。

○年末調整を受けた人で、20万円以下の給与以外の所得、または年末調整時に含まれていない20万円以下の別の給与収入がある人

○営業、農業などの事業所得のある人、または家賃、地代、配当などの所得のある人で、所得税がかからない人

○所得のない人で、所得証明書・課税証明書が必要な人

※確定申告をする人は、市県民税の申告は必要ありません。

## ■注意事項

○青色申告、事業所得(少額な農業所得を除く)、土地建物等の譲渡所得がある人は、税務署で申告相談を受けてください。

○申告は長時間お待ちいただくこともあります。時間に余裕を持つてお越しください。

○申告会場は、混雑が予想されますので、携帯電話での長時間通話やペット等の会場内への持ち込みなど、ほかの人の迷惑になるような行為はご遠慮ください。

○申告の内容により順番が変更になることもありますので、あらかじめご了承ください。



### 【移動相談会場・日程】

■時間／9時半～12時、13時～16時

月	日	曜日	場所
2	17	月	東児市民センター
	18	火	銚立公民館
	19	水	山田市民センター
	20	木	田井市民センター
	21	金	玉市民センター
	24	月	荘内市民センター
	25	火	
	26	水	
27	木	玉原市民センター	
28	金		
3	3	月	八浜市民センター
	4	火	日比市民センター
	5	水	和田市民センター
	6	木	大崎公民館

■問合せ／税務課 ☎32-5510

### 【市県民税の申告相談日程】

申告書の記入方法などについてアドバイスします。

■期間／2月17日(月)～3月17日(月)

※土、日曜日、第1日曜開庁日(3月2日)を除く。

■時間／9時～12時、13時～16時

■場所／水道庁舎1階大会議室

※市役所本庁舎に相談会場はありません。

※左記の移動相談会場もご利用ください。

### 【市県民税の申告場所】 (水道庁舎)



■申告に必要なもの

申告内容	必要書類
給与・公的年金	平成25年分の源泉徴収票(注1) ◎原本を申告書に添付するので、控えの必要な人はあらかじめコピーをしてください。
事業所得	収支内訳書(収入・経費の内訳がわかるもの)
一時所得	生命保険や損害保険契約などの満期・解約・死亡による一時金の支払調書(保険会社などが発行したもの)
雑所得	個人年金など(公的年金以外)の支払金額がわかる書類(保険会社などが発行したもの)
医療費控除	平成25年中に支払った医療費の領収書、補てんされた金額(生命保険の医療給付金、高額医療費返還金など)がわかる書類 ◎医療を受けた人ごとに支払った医療費合計額を、 <u>あらかじめ計算しておいてください。</u> おむつ代の医療費控除を受けるには、医師の証明が必要な場合があります。
社会保険料控除	平成25年中に支払った健康保険料(国民健康保険料、後期高齢者医療保険料など)、年金保険料、介護保険料がわかる書類、国民年金の控除証明書(注2) ◎2か年度分(平成24・25年度分)の通知書をお持ちください。
生命保険料控除 地震保険料控除	平成25年中の支払額証明書(保険会社などが発行した控除証明書)
障害者控除	身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳、被爆者健康手帳(厚生労働省認定のもの)、障害者控除対象者認定書(注3) ◎障害者控除対象者認定書は、申告前に市役所の長寿介護課へ介護保険被保険者証と印鑑を持参し、申請してください。
市県民税の 住宅ローン控除	基本的に申告の必要はありません。 ※ただし、入居初年の人、又は年末調整で住宅ローン控除を受けない人は、3月17日までに税務署で確定申告をする必要があります。
市県民税の 寄附金控除	地方自治体、日本赤十字社(岡山県支部)、岡山県共同募金会に行った寄附金、および市が条例で指定した寄附金の寄附金受領証明書又は領収書 ◎詳しくは市のHPをご覧ください。
共通事項	印鑑、申告者名義の通帳(所得税の還付金が発生する場合に必要)

◎申告に必要な書類などに不備がある場合、来場日に申告を受け付けられないことがありますので、ご注意ください。

◎必要書類の再発行などに関する問い合わせ先

- 注1 (給与の場合) お勤め先にご依頼ください。  
(年金の場合) 日本年金機構ねんきんダイヤル ☎(0570)05-1165
- 注2 国民年金控除証明書専用ダイヤル ☎(0570)070-117  
岡山西年金事務所 ☎(086)214-2163  
保険年金課 ☎32-5528
- 注3 長寿介護課 ☎32-5534



高齢者の障害者控除  
対象者認定制度

障害者手帳を持っていない  
くても65歳以上の高齢者は、  
所得税、地方税法上の障害者控除対象者として認定を受けられる場合があります。  
なお、認定には申請が必要です。  
障害者手帳をお持ちの人は、申請不要です。

■対象者①・②両方に該当する人

①平成25年12月31日現在で65歳以上の人

②要介護1〜5の認定を受けている人

※要介護1〜2の人は介護を必要とする内容や程度により認定されない場合がありますので、ご了承ください。

■申請に必要なもの

○申請者の印鑑(ご本人以外に家族の人でも申請可)

○介護保険被保険者証

■申込み・問合せ/長寿介護課 ☎32-5537



◆◆ 掲示板 ◆◆

がんばれ！たまの  
「地域応援商品券」  
好評発売中！！

お買物は『ふるさとたまのーのちゃんの街』で

各種イベント、企業の福利厚生、慶弔など様々な用途に利用できる地域共通商品券を、ぜひお買い求めください。

■額面／500円

■利用店舗／約400店

■使用期限／購入日から6か月間

■販売場所／メルカカウンター、三井生協荘内店、岡山南商工会東見支所、玉野商工会議所

■問合せ／玉野市商店団体連合会（玉野商工会議所内）  
☎33・5010



鶏・山羊などを飼育している人は届出が必要です

鳥インフルエンザや口蹄疫が発生したとき、被害を

最小限にするため、次の対象動物を一頭・一羽でも飼養している人は、飼養場所と頭羽数の届出が義務付けられています。

※詳しくは、お問い合わせください。

■対象／牛、水牛、鹿、めん羊、山羊、豚、いのしし、馬、鶏、うずら、あひる、きじ、だちよつ、ほろほろ鳥、七面鳥

■期限／4月15日(火)

■問合せ／

岡山家畜保健衛生所  
☎086・724・3880

山に入るときは注意

農作物などへの被害を防ぐため、イノシシとニホンジカに限り狩猟期間を3月15日まで1か月間延長しています。

狩猟事故を防止するため、野山へ出かける際は目立つ色の服装を心がけるなど、十分ご注意ください。

■問合せ／岡山県環境文化  
部自然環境課

☎086・226・7310  
岡山県備前県民局森林企画課  
☎086・233・9832

連載

「平成24年度玉野市協働のまちづくり事業」の事業実績をご紹介します!

No.7

■協働のまちづくり事業とは／個人市民税の1%相当を財源として、市内の自治会やボランティア団体など、各種団体が行う社会貢献活動を補助し、市民協働による地域の活性化と特色ある地域づくりの推進を目指す事業です。



◇NPO 楽彩工房TAMANO◇  
「玉野出身アーティスト」  
ふるさとLIVE

玉野市出身のミュージシャンによるライブを行いました。

地元出身アーティストによるレベルの高い演奏に触れることで、市民が音楽により親近感を持ち、文化意識の向上につながりました。また、ミュージシャンの地元での知名度が向上しました。

■補助額／128,393円

■補助金の使い道／報償費、委託料、旅費交通費、広告費 など



◇玉野市サッカー協会◇  
渋川海岸活性化プロジェクト

ビーチサッカーの全国大会誘致を目的に、日本サッカー協会幹部による渋川海岸の現地視察と市内の小中学生やその保護者などを対象とした講演会を実施しました。「夢があるから強くなる」をテーマに行われた講演会には、約250人が参加しました。

これを受けて平成26年の全国大会開催が決定しました。

■補助額／320,000円

■補助金の使い道／講師謝礼、旅費・交通費、会場使用料、看板制作委託料 など



◇岡山南商工会◇  
東見地区ローカルヒーロー事業

玉野市と東見地区のPRのため、東見地区のローカルヒーロー「東見ライダー8」が保育園や小学校への訪問、ヒーローショー、握手会などを行いました。

またインターネットを活用した情報発信により、市内外から多数の出演依頼があり、玉野市と東見地区の知名度向上につながりました。

■補助額／500,000円

■補助金の使い道／衣装、小道具、スタッフジャンパー、ホームページ作成費 など

■問合せ／協働推進課 ☎32-5567

掲示板



**児童手当受給者の皆さんへ**

児童手当2月期支払分(10月分～1月分)は、2月7日(金)に受給者の口座に支給します。

現況届を未提出の人は、提出後に口座へ支給しますので早めに提出してください。

また、玉野市へ転入した人、子どもが生まれた人は、その日から15日以内に手続きをすれば転入日や出生日の翌月分からの支給になります。

なお、15日を過ぎると請求の翌月分からの支給になります。

※口座には2月、6月、10月に前月分までをまとめて支給します。

■問合せ／子育て支援課  
☎32・5554



**不登校を考える親の会**

お子さんのことについて、一人で悩んでいませんか?保護者同士の情報交換や、個別相談などができる場として、「不登校を考える親の会」を開催します。

「子どもが不登校の状態である」、「子どもが学校に行きたがらない」そんなお子さんの様子に不安を感じている保護者の皆さん、一人で悩まず一緒に考えてみませんか?

■日時／2月14日(金) 13時半～15時半

■場所／教育サポートセンター(玉原3・17・21)

■講師／河田病院(臨床心理士) 山下 弥生 氏

■対象／市内在住の小、中学校の不登校(傾向含む)児童生徒の保護者

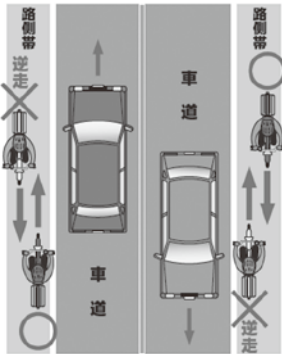
■申込み・問合せ／教育サポートセンター  
☎33・5115



**自転車も左側通行!**

自転車などの軽車両は、歩道がない道路では左右の路側帯を通行可能でしたが、法改正により左側の通行のみに変更されました。

■違反した場合／3か月以下の懲役、または5万円以下の罰金



※路側帯とは、歩道がない道路に引かれた白線の内側のことです。

■問合せ／玉野警察署交通課 ☎32-0110

**国民健康保険加入者で、就職・転出などをする人へ**

国民健康保険に加入している人が、就職などで社会保険(会社の健康保険)に加入した場合や、転出などの住民異動をした場合、原則14日以内に世帯主による資格喪失手続きが必要です。

保険料にも影響があるので、お忘れのないようご注意ください。

■手続きに必要なもの  
○社会保険に加入した場合  
：対象者全員分の社会保険証及び国民健康保険証、印鑑  
○住民異動をした場合：対象者全員分の国民健康保険証、印鑑

※転出だけでなく、市内転居、世帯合併、分離、死亡した場合なども手続きが必要です。

※詳しくは、お問い合わせください。

■問合せ／保険年金課  
☎32・5528

広告

掲示板

◆◆ 掲示板 ◆◆

農業委員会委員選挙  
人名簿の縦覧について

1月1日現在で調製した農業委員会委員選挙人名簿の縦覧を行います。登録申請した人は、確認してください。

また、選挙の際に、名簿登載されていないと投票できまので、注意してください。名簿を確認し、異議のある場合は文書で選挙管理委員会事務局へ申し出てください。

農業委員会委員選挙人名簿は、縦覧期間を経て3月31日に確定後、1年間据え置きます。

※当該選挙人名簿は、縦覧期間以外は見ただけできません。

■期間／2月23日(日)～3月9日(日)

■場所／農業委員会事務局  
(農林水産課内)

■問合せ／  
農業委員会事務局

☎32・5561

☎32・5568

北方領土返還運動  
全国強調月間

歯舞群島、色丹島、国後島、択捉島の返還を求めて2月7日の「北方領土の日」を中心に各地でさまざまな行事が行われます。

北方四島の早期返還実現のため、返還運動への皆様のご理解とご協力をお願いします。

■北方領土返還要求  
岡山県民大会

■日時／2月5日(水) 13時半～15時半

■場所／岡山県総合福祉会館

■北方領土パネル展

■日時／2月1日(土)～14日(金) 9時～21時(最終日は17時)

■場所／岡山国際交流センター

■共通

◆問合せ／岡山県北方領土返還要求運動県民会議(岡山県公聴広報課内)

☎086・226・7154

東京オリンピックに  
関連したトラブルに  
ご注意ください!!

「東京オリンピックの入場券をプレゼントするので、オリンピック関連企業への投資パンフレットが届いたら、権利を譲って欲しい」といった、東京オリンピックに関連した商法についての相談が寄せられています。

■相談受付／火～日 9時～12時、13時～17時(祝日・年末年始を除く)

岡山県消費生活センター

☎086・226・0999

■問合せ／市民課

☎32・5521

臨時福祉給付金のご案内

平成26年度分の市民税(均等割)が課税されない人は、臨時福祉給付金の給付対象となる可能性があります。

■臨時福祉給付金とは?

4月から消費税率が8%へ引き上げられますが、その負担を軽減するため臨時的な措置として支給されるものです。

■対象／平成26年度分市民

掲示板

税(均等割)が課税されない人

※課税対象者に扶養されている場合や生活保護制度の被保護者となっている場合などは対象外です。

■給付額／

○給付対象者1人につき1万円

○次に該当する人は5千円を加算

・老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金等の受給者など

・児童扶養手当、特別障害者手当等の受給者など

■申請／申請先は、基準日平成26年1月1日において住民登録をされている市町村です。

※申請、支給の方法や時期は、現在準備中です。

※「子育て世帯に対する臨時特例給付金」についても、具体的な時期、手続きなどが決まり次第お知らせします。

■問合せ／福祉政策課

☎32・5555

グリーンジャンボ  
宝くじ販売開始

1等・前後賞を合わせて5億円の「グリーンジャンボ宝くじ」が発売されます。宝くじの収益金は、学校、公園やスクールバスの充実、幻想庭園といった文化振興事業など生活をより豊かにするための貴重な財源として、幅広く活用されます。

■発売期間／2月14日(金)～3月7日(金)

■問合せ／岡山県総務部財政課

☎086・226・7232

広告

## 母子家庭に対する修学・就学支度資金の貸付制度について

4月から高等学校や大学などに入学する母子家庭の子どもに対して、修学や就学支度資金の無利子貸付制度があります。

### ■修学・就学支度資金貸付限度額一覧表 (円)

	修学資金(月額)在学中含む			就学支度資金
高等学校 専修学校 (高等課程)	国公立	自宅通学	18,000	150,000
		自宅外通学	23,000	160,000
	私立	自宅通学	30,000	410,000
		自宅外通学	35,000	420,000
高等 専門学校	国公立	自宅通学	21,000	150,000
		自宅外通学	22,500	160,000
	私立	自宅通学	32,000	410,000
		自宅外通学	35,000	420,000
短期大学 専修学校 (専門課程)	国公立	自宅通学	45,000	370,000
		自宅外通学	51,000	380,000
	私立	自宅通学	53,000	580,000
		自宅外通学	60,000	590,000
大学	国公立	自宅通学	45,000	370,000
		自宅外通学	51,000	380,000
	私立	自宅通学	54,000	580,000
		自宅外通学	64,000	590,000
専修学校(一般課程)			31,000	高等課程と同じ
申請期限			3月14日	2月28日
貸付期間	修学期間中			
据置期間	卒業後6か月			
償還期間	貸付期間により3年~10年			
貸付利率	無利子			

#### 【貸付の流れ】

貸付の相談→聞き取り調査→県民局職員との面接→貸付申請書提出→県民局での審査  
→貸付決定→借用書の提出→貸付金の入金

※申請までに県民局との面接などあり、時間がかかりますので、早めのご相談をお願いします。

■申込み・問合せ／子育て支援課 ☎32-5554

#### 遺児激励金支給申請

遺児の健全な育成のため、玉野市に住所のある遺児に激励金を支給しています。

激励金の支給を受けようとする遺児の保護者は、遺児に代わって申請書を提出してください。

■対象／父や母と死別した義務教育就学中の児童

■支給資格／遺児の属する世帯が、要保護、準要保護世帯

■支給額／児童1人につき1万円

■遺児激励金の種類と申請時期／

○小学校、中学入学時に支給：入学激励金(4月)

○中学校卒業時に支給：卒業激励金(3月)

○在学中に保護者が死亡：保護者死亡見舞金

■申込み・問合せ／子育て支援課 ☎32・5554



# 愛育委員は市民の皆さんの健康づくりの支援をしています!

## 成り立ち

戦後の食糧難による栄養失調や、結核などの感染症の多発、乳児や妊産婦の高い死亡率といった母子衛生の環境が整わない昭和25年、「地域の赤ちゃんを守らなければ」という強い思いから愛育委員活動が始まりました。

今年、玉野市愛育委員協議会は、創立50周年を迎えます。



岡山県愛育委員連合会  
50周年記念誌より

## 私たちが玉野市愛育委員協議会です。

平成25年度の玉野市愛育委員協議会は、778名で活動しています。各町内会から選出された委員が赤ちゃんから高齢者までの市民の皆さんの健康づくりの支援をしています。

### 子育て支援活動



子育て中のお母さんが地域で孤立しないように、栄養委員と協力して声かけを行っています。また、イベント等を開催し、親子で集える場を提供しています。

### 健康づくり



特定健診やがん検診の受診勧奨を行い、地域の方がスムーズに検診を受けられるよう検診のお手伝いをしています。

### 禁煙啓発



将来たばこを吸わない世代づくりを目指して、平成7年から禁煙啓発活動を続けています。世界禁煙デーに合わせて、市教育委員会の協力のもと、市内全中学校に出向き、生徒に喫煙による健康被害についてのパンフレットやティッシュの配布を行っています。

昨年は、社会福祉法人恩賜財団母子愛育会(総裁:秋篠宮妃紀子殿下)からも活動が認められ、活動の様子を機関紙に掲載していただきました。



中学校での禁煙啓発活動について掲載されました。



岡山県愛育委員連合会  
シンボルマーク

愛育委員

## ひとりひとりが活動を支援しています!

各地区の愛育委員会を基礎として、市民の皆さんの健康づくりをはじめ、母子保健、精神保健、歯科保健、結核予防、献血推進、禁煙運動のすすめ、地域連帯等に取り組んでいます。

愛育委員は、皆さんの健康づくりのお手伝いなど、これからも活動していきます。

■問合せ/健康増進課 ☎31-3310

# 健康長寿のヒント① 口を動かし、心も体も元気はつらつ!!

おいしく食事をしたり、まわりの人と会話したり、笑ったりするなど、元気で楽しい生活を過ごすうえで、口は大切な役割を持っています。口の健康は心身の健康に大きく影響しています。

## 下のチェックリストに、1つでも当てはまる人は要注意!

- 口に痛み・腫れ・出血がある ⇒ 虫歯・歯周病の可能性があります。
- 固いものが食べにくくなった ⇒ 噛む力が弱まっています。
- 食事中にむせることがある ⇒ 飲み込む力が弱まっています。
- 口が渇く ⇒ 唾液の分泌が減少している可能性があります。

## 口の機能が低下すると、こんなことに…!

脳への刺激が減り、認知機能が低下する。



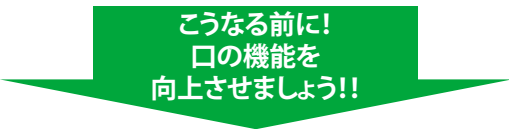
噛み合わせが悪いとバランスを崩しやすくなる。



肺炎やインフルエンザにかかりやすくなる。

むせやすくなる。

その他に、栄養状態が悪くなってしまったり、やる気や元気がなくなってしまうことがあります。



- しっかり噛んで食べましょう
- 家族や友人とおしゃべりしましょう
- バランスの良い食事をおいしく食べましょう
- 歯みがきを丁寧にしましょう
- 歌を歌ったり、早口言葉を言ったりしてみましょう

## 口の体操をしましょう!!

噛む力や飲み込む力を鍛える効果、唾液の分泌を増やす効果があります。



●頬をふくらましたり、すぼめたりする。



●口を大きく開けて舌を出し入れする。



●繰り返し口を「うー」や「イー」の形にする。



認知機能が向上。



転倒予防。



肺炎・インフルエンザ予防。ストレスへの抵抗力がつく。



食べ物が飲み込みやすくなる。



口の機能向上も口の体操も、どれも簡単なことばかりです。今日から始めてみましょう。

■問合せ／長寿介護課 ☎32-5534

# 各種検診

## 成人の健康づくり

場所：すこやかセンター

26 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

## 骨粗しょう症検診

対象：18歳～70歳までの女性

料金：500円

7 金 すこやかセンター 13時半～14時半

3/7 金 すこやかセンター 13時半～14時半

※ストッキングの着用は避けてください。

※行事等の詳しい内容については各戸配布の『まるごと検診ガイドブック』をご覧ください。

■問合せ／すこやかセンター  
☎31-3310

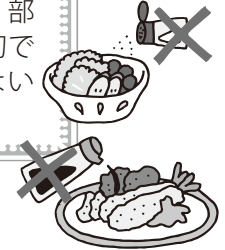


## 保健師さんのワンポイントアドバイス

高血圧からの脱出！を目指して～冬は気温差に要注意！～

高血圧症は自覚症状がほとんどなく、進行してしまうと動脈硬化になったり、心筋梗塞や脳卒中などの発作を起こすおそれがあります。

冬は血圧が高くなる傾向があり、心血管病による死亡率が一年で最も高くなります。廊下やトイレ、浴室を十分に暖かくし、部屋ごとの温度差を少なくすることが大切です。お風呂は熱い湯を避け、長湯をしないように心がけましょう。



### ■高血圧予防の生活のポイント

- ・減塩を心がけましょう！1日10g未満！
- ・香辛料や酸味を上手に使い、しょう油や塩を控えましょう。
- ・ラーメンのスープやそばなどの汁は飲まないようにしましょう。
- ・食塩量の多い加工食品や外食は控えましょう。
- ・肥満を防ぎ、適正体重・腹囲を維持する！
- ・適度な運動をする！
- ・有酸素運動(ウォーキングや軽いジョギングなど)は、長期間くり返して続けると血圧を下げる効果があります。

※参考文献：厚生労働省「高血圧ホームページへようこそ」

■問合せ／すこやかセンター ☎31-3310

童館内)

☎32・3778

■問合せ／子育てファミリー

■料金／無料

■場所／児童館

※説明は随時させていただきます。

※入会希望の人は、印鑑を必ずご持参ください。

○2月23日(日) 9時半～11時半

○2月12日(水) 9時半～11時半

■日時／

い。子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

子育ての応援をしてほしい人、子育ての応援をしてくださる人、ご参加ください。

ファミリーサポートセンター登録説明会



# 文化センターガイド

## ●ホール

2月23日(日) 9時半～13時 コミュニティの集い  
 2月26日(水) 9時半～12時 玉野市社会福祉協議会  
 民生委員児童委員大会

## ●ギャラリー

2月1日(土)～2月2日(日) 文化協会 玉野盆栽クラブ盆栽展  
 2月4日(火)～2月9日(日) 第2回日洋展岡山支部展  
 2月13日(木)～2月16日(日) 第38回玉野市小中学校特別支援学級  
 児童生徒合同作品展覧会  
 2月19日(水)～2月23日(日) グループサークル作品展

中央公民館 ☎31-3711

### \*\*\*新着図書のご案内\*\*\*

- ・金持ち脳と貧乏脳 茂木 健一郎
- ・ダライ・ラマ誰もが聞きたい216の質問  
 ダライ・ラマ 14世テンジン・ギャツォ
- ・老楽国家論 浜 矩子
- ・至高の音楽 百田 尚樹
- ・「10年先の自分」をつくる 工藤 公康
- ・世の中それほど不公平じゃない 浅田 次郎
- ・バカの壁のそのまた向こう 養老 孟司
- ・インフェルノ 上・下 ダン・ブラウン
- ・疾風ロンド 東野 圭吾
- ・軍師官兵衛 1 前川 洋一
- ・ノボさん 伊集院 静
- ・虹の見た日 澤田 ふじ子
- ・赤ヘル 1975 重松 清
- ・逃亡者 新堂 冬樹
- ・大江戸恐龍伝 第3巻 夢枕 獏

※最新の新着図書については、図書館だよりをご覧ください(各市民センターにあります)。

### おはなしとんとんランド

**と き** 2月8日(土) 11時～11時半 **入場無料**  
**と ころ** 文化センター1階 憩いの読書室  
**テ ー マ** 雪がふったら…  
**内 容** 読み聞かせ、紙芝居 など

### おはなしのひろば

**と き** 2月22日(土) 11時～11時45分 **入場無料**  
**と ころ** 文化センター1階 第1研修室  
**テ ー マ** 冬のおたのしみ  
**内 容** 読み聞かせ、工作、手あそび ほか

### 2月の展示コーナー

次のテーマに沿った本を展示しています！  
 〈一般書〉さまざまな愛のかたち  
 〈児童書〉冬のおたのしみ

### 移動図書館めばる号の巡回

※天候により連休する場合があります。

2月5日 (第1水曜日)	10時～10時半 10時50分～11時半 14時～14時半	大崎公民館 横田公民館 日比幼稚園前
2月12日 (第2水曜日)	10時～10時半 10時50分～11時半 14時～14時半	玉原公園(交番となり) 荘内南幼稚園前 向日比1丁目コミュニティハウス
2月21日 (第3金曜日)	10時～10時半 11時～11時半 11時50分～12時半 14時半～15時	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

## 図書館News

読書ボランティアの会「絵本だいすきたまの」では、「絵本の読み聞かせ」に興味のあるみなさまのご参加をお待ちしています。  
 詳しくは図書館までお問い合わせください。

図書館 ☎31-3712

2月の休館日 3日(月)、10日(月)、11日(火)建国記念の日、17日(月)、24日(月)、  
 中央公民館・図書館 28日(金)月末整理日(図書館のみ)

広告



# 子育て応援ページ



## 子育て支援センターだより ～あなたの子育て応援します～ (子育て支援センターを中心に市内保育園も一緒に応援します)

### 子育て広場(園庭開放)へどうぞ!

- 開放日/毎週火・木曜日(9時半～11時)
  - 場所/玉原保育園、築港ちどり保育園
  - 対象/就学前の子どもと保護者
  - 園開放行事/2月27日(木)  
おひなさま作り…各支援センター
- ※支援センター以外の保育園でも園庭開放を実施しています。
- 【2月実施日】  
田井3・12日 宇野3・19日  
玉認定こども園3・12日 和田5・19日  
渋川3・19日 槌ヶ原3・26日 大崎3・26日  
八浜3・12日 後閑3・12日 サンマリン3・19日  
鉾立5・19日 紅陽台ちどり5・19日

### 子育て広場(プレイルーム)で一緒に遊ぼう!

- 毎週水曜日に保育士が訪問しています。
- 時間/10時半～11時半
  - 場所/すこやかセンター プレイルーム

### 子育て相談のお知らせ

- 子育てに関する相談を随時お受けします。
- 利用期間/月～金曜日(電話、または来園)
- ※月1回保健師が来園し、発育、健康などについて相談をお受けします。
- 【保健師来園日】  
玉原保育園 2月18日(火) 10時～11時  
築港ちどり保育園 2月20日(木) 10時～11時

### 一時保育のご案内(登録制)

- 冠婚葬祭、仕事、病気などで一時的に子育てができないときに、お子さんをお預かりします。
- 資格/住民票が玉野市にあり、保育園に通っていないお子さん(6か月～就学前)
  - 日数/週3日程度
  - 料金/1日1,800円(おやつ・昼食を含む)
  - 場所/各支援センター  
サンマリン保育園 ☎43-9880
- ※手続きには印鑑をお持ちください。
- 問合せ/  
玉野市地域子育て支援センター  
玉原保育園/玉原2-7-41 ☎31-6192  
築港ちどり保育園/築港2-15-16 ☎21-3347  
子育て支援課 ☎32-5554

### 親子の健康づくり すこやかセンター ☎31-3310

★印の行事は予約制

日	曜日	事業名	時間	場所
4	火	3歳児健診(H22年8月生)	13時15分～14時	すこやかセンター
6	木	★幼児の発達相談	9時～	
6	木	★すくすく親子アレルギー教室	13時～15時	
7	金	乳児健診(H25年3月16日～31日生、H25年4月生)	13時15分～14時	
12	水	育児相談	10時～11時	
18	火	★幼児の発達相談	9時～	
20	木	1歳6か月児健診(H24年7月生)	13時15分～14時	
26	水	らくらく離乳食教室	13時半～15時	荘内市民センター
3/5	水	★エンゼルスクール	10時～11時半	
3/6	木	★幼児の発達相談	9時～	
3/7	金	乳児健診(H25年5月生)	13時15分～14時	
27	木	にこにこ子育て相談	10時～11時	

広告

# 子育て応援ページ

## 児童館だより ☎32-3778

### ●わくわくランド(巡回児童館)

- 日時/2月21日(金) 10時~11時
- 場所/東児市民センター
- 内容/手遊び、ふれあい遊び、ボールプール、つくって遊ぼう!(おひなさま作り) など
- 対象/0歳~就園前の子どもとその保護者

参加自由

### ●にこここタイム

- 日時/2月28日(金) 10時半~11時半
- 場所/児童館
- 内容/手遊び、ふれあい遊びなど  
※栄養士が食生活についてお話しします。
- 対象/0歳~就園前の子どもとその保護者

参加自由

### ●ぶちにごタイム

- 日時/2月13日(木)、20日(木)、27日(木) 14時~(15分程度)
- 場所/児童館
- 内容/手遊び、ふれあい遊び、パネルシアターなど
- 対象/0歳~就園前の子どもとその保護者

参加自由

### ●えほんの時間

- 日時/2月5日(水)、12日(水)、19日(水)、26日(水) 10時半~
- 場所/児童館
- 内容/絵本や紙芝居などの読み聞かせ
- 対象/0歳~就園前の子どもとその保護者

参加自由

### ●なかよしパーク



参加自由

- 日時/2月14日(金) 10時半~11時
- 場所/児童館
- 内容/ボールプールやすべり台などを使って身体を動かして遊ぼう!
- 対象/幼児(2~3歳児) 親子

### ●手作りクラブ作品展

子どもたちの力作を見に来てください。

見学自由



- 日時/2月20日(木) 13時~2月26日(水)
- 場所/児童館
- 内容/クラブ活動で制作した作品を展示します。(トールペイント、巾着袋、ビーズ織りなど)

(休館日) 2月3日(月)、7日(金)、10日(月)、11日(火)、17日(月)、21日(金)、24日(月)

広告





### 水道修繕当番表

カレンダーの月曜日をご覧ください。

- 期間は、月曜日朝8時から翌週月曜日朝8時
- 東児・山田地区は(有)コーサン商会(☎66-5219)へ

■問合せ/水道課 ☎33-9666



### 玉野けいりん

開催案内と配当金 61#

☎0180-998866 (レース実況)

☎0180-998811 (2車単・3連単)

☎0180-998812 (2枠複・2枠単・2車複・3連複・ワイド)

※開催日が重なって、カレンダーに特に記載がない場合は、全レース併売です。

### 《人口の動き》

H25.12月31日現在 ※( )内は前月比  
※住民基本台帳に記載されている数値

●世帯数	28,036 ( -34)	●出生	25人
●人口	63,625 ( -74)	●死亡	77人
●男	30,902 ( -46)	●転入	108人
●女	32,723 ( -28)	●転出	116人
		●その他	14人 (職権消除等)

定期的に実施されている相談は欄外にまとめています。

金	土
	㈱あおい設備 1 (南七区) ☎51-2728 ～3日 奈良記念場外(GⅢ) ～3日
7	全日本選抜高松 8 場外(GⅠ)～11日
特設人権相談 14 (レクレセンター) 10時～15時 ☎32-5506	男女共同参画の 15 法律相談 (日の出ふれあい会館) 13時～16時 (予約制) ☎33-7867 四日市記念場外 (GⅢ)～18日
21	静岡記念場外 22 (GⅢ)～25日
玉野競輪開設 28 63周年記念 (GⅢ)～3月3日	3/1

### 市内の交通事故発生状況

平成25年1月1日～平成25年12月31日

	人身事故件数	死者数	負傷者数
平成25年	319件	1人	386人
昨年対比	-41件	0人	-68人



### 各種相談

	日時	場所	問合せ
介護相談	平日 8時半～17時15分	社会福祉協議会	☎31-5601
心配ごと相談	毎週金曜日 13時半～15時半	社会福祉協議会	☎31-5601
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	☎32-3840
知的障害者(児)相談	毎週月曜日 (祝日除く) 10時～15時	NPO 法人かもめ (宇野 1-30-11)	☎21-3758
男女共同参画の日常相談	水・祝日を除く 毎日 9時～16時	日の出 ふれあい会館	☎33-7867
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
精神保健福祉 相談 (予約制)	2月17日(月) 13時半～15時	こころの里	2月14日までに 備前保健所へ ☎086-272-3934
年金相談 (予約制)	3月4日、18日、 25日(火) 10時～12時、 13時～16時	メルカ3階 ホール1 ※18日は 東児市民センター	2月3日から 岡山西年金事務所へ ☎086-214-6541
※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。			
住宅無料相談会 (予約制) リフォームなど	3月10日(月) 13時半～	水道庁舎1階 会議室	2月28日までに 都市計画課へ ☎32-5544
労務無料相談 (予約制)	毎週水曜日 (第5水曜日を除く)	社会保険労務士会 (岡山市北区野田 屋町 2-11-13)	前日までに社会 保険労務士会へ ☎086-226-0164
障害者就労 相談	平日 8時半～17時15分	障害者就労 支援センター	☎32-1113
消費生活相談	毎月第2・4水曜日 9時半～12時	市民相談室	☎32-5521

# カレンダーのページ

# 2月

## 休日当番医

(診療時間)

- 内科 9時～17時
- 外科 9時～17時
- 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. 又は 086-272-9939  
休日：18時～23時  
平日：19時～23時

## 市民病院情報コーナー

### ●脳ドック(要予約)

- 日時/毎週月曜日 10時～
- 場所/2階ドック室

### ●禁煙外来(要予約)

- 日時/毎週木曜日 14時～16時
- 場所/1階外来
- 問合せ/市民病院 ☎31-2101

シートコールセンター ☎31-1411 (予約受付時間/7時～17時) おかけ間違いのないようご注意ください。

日	月	火	水	木
<p>※休日当番医の内科、外科、歯科をよくご確認ください。</p> <p> 内科  外科  歯科</p>	<p><b>市役所窓口延長日業務</b></p> <p>住民票・税証明の発行等、取扱業務は限られます。 ○窓口延長日/5日、12日、19日、26日(水) 17時15分～19時 □日曜開庁/2日(日)、3月2日(日) 8時半～17時15分</p>	<p><b>納期のお知らせ</b></p> <p>国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料(8期) 納期限 2月28日</p>		
<p> 長崎医院 (用吉) ☎71-4800 <b>2</b></p> <p> 玉野市民病院 (宇野) ☎31-2101</p> <p> 八浜駅前歯科医院 (八浜町大崎) ☎51-3551</p>	<p> (株)スナミ工業所 (宇野) ☎31-6230 ~10日 <b>3</b></p>	<p> なやみごと相談 (行政・人権相談) (八浜市民センター) 9時～12時 ☎32-5506 <b>4</b></p>	<p> 小松島S級場外 (F I) ~7日 <b>5</b></p>	<p><b>6</b></p>
<p> 日赤玉野分院 (築港) ☎31-5117 <b>9</b></p> <p> 中谷外科病院 (田井) ☎31-2323</p> <p> 仲田歯科医院 (築港) ☎21-2949</p>	<p> 市民法律相談 (市役所1階市民相談室) 13時～16時(予約制)。2月3日から市民相談室へ ☎32-5506 <b>10</b></p> <p> (有)加藤水道工業所 (築港) ☎21-3482 ~17日</p>	<p> 満木内科小児科 (用吉) ☎71-0747 <b>11</b></p> <p> 大西病院 (田井) ☎33-9333</p> <p> 半井歯科医院 (築港) ☎21-2861</p>	<p> 調停相談 (文化センター) 13時～15時 ☎21-2908 <b>12</b></p> <p> 糖尿病教室 (市民病院2階ドック控室) 13時半～15時</p>	<p> 相続・境界等財産の手續相談 (社会福祉協議会) 13時半～15時半(予約制) ☎31-5601 <b>13</b></p>
<p> たなべ内科 (八浜町八浜) ☎51-3600 <b>16</b></p> <p> 山田外科医院 (和田) ☎81-7197</p> <p> 橋本歯科医院 (奥玉) ☎31-8148</p>	<p> (株)田中水道工業所 (玉) ☎31-3093 ~24日 <b>17</b></p>	<p> 法律相談 (社会福祉協議会) 10時～15時(予約制) ☎31-5601 <b>18</b></p>	<p> おもちゃ王国杯 (F II) ~21日 <b>19</b></p>	<p> マタニティスクール(前期) (市民病院2階講堂) 13時半～15時半 <b>20</b></p>
<p> 油原医院 (和田) ☎81-8235 <b>23</b></p> <p> 松田病院 (和田) ☎81-7821</p> <p> はしもと歯科医院 (長尾) ☎33-0055</p>	<p> (有)ハチスイ (八浜町大崎) ☎51-1062 ~3月3日 <b>24</b></p>	<p> 市民法律相談 (荘内市民センター) 13時～16時(予約制)。2月3日から市民相談室へ ☎32-5506 <b>25</b></p>	<p> 糖尿病教室 (市民病院2階ドック控室) 13時半～15時 <b>26</b></p>	<p> 県中央児童相談 (教育サポートセンター) 10時～ ☎33-5115 <b>27</b></p>
<p> こやま医院 (八浜町見石) ☎51-3333 <b>3/2</b></p> <p> たまがけリハビリテーションクリニック (玉) ☎31-6803</p> <p> 林歯科医院 (玉) ☎32-4824</p>	<p> 常山工業(有) (広岡) ☎71-1305 ~3月10日 <b>3/3</b></p>	<p><b>KCT 番組表</b> アナログ 13チャンネル デジタル 312チャンネル</p> <p>■問合せ/秘書広報課 ☎32-5533</p>	<p><b>2月の放送スケジュール</b></p> <p>9:30 たまのニュース 14:30 たまのニュース 15:30 再放送番組 19:30 たまのニュース 20:30 再放送番組 0:30 たまのニュース 1:30 再放送番組</p> <p>★たまのニュース/ KCTワイドで放送された玉野市の出来事をまとめて、前半と後半に分けて放送します。 ★再放送番組/ これまでに放送した市民チャンネルを放送します。</p>	



玉野市フェイスブック連動企画



# たまののびきごと

<http://www.facebook.com/tamanocity>

いいね! **1417**人(1月1日現在)  
※玉野市フェイスブックページのいいね!の数



## 1月12日(日) 玉野市成人式

1月12日(日)、ダイヤモンド瀬戸内マリンホテルで成人式が執り行われました。

今年の成人は671人。そのうち462人が式典に出席しました。会場のあちこちで、「元気だった〜?」、「久しぶり〜」と友人との再会を喜ぶ声が聞こえてきました。

実行委員が企画した「はたちの集い」では、ビデオレターで登場した中学校の先生に大きな歓声が上がリ、抽選会では462人から幸運にも選ばれた5人にプレゼントが贈られるなど、終始笑顔に包まれていました。

新成人の皆さん、おめでとうございます。



## 1月12日(日) 玉野市消防出初式

火の用心、マッチ一本火事の元! 1月12日(日)に市民会館で消防出初式が行われました。消防長をはじめ、市内の消防分団員が一堂に会し、各種表彰や名誉団員顕彰など、厳粛な雰囲気のもと行われましたよ。

地域の安心のために日々尽力してくださっている消防団のみなさん。ありがとうございます!

空気が乾燥している今日この頃。火の元にはご用心ご用心。



## 1月11日(土) 郷土芸能発表会

1月11日(日)、ショッピングモールメルカで郷土芸能発表会が開催されました。

地域ごとの踊りに加え、今年はみやま踊りが初披露。軽快な音の中に合わせた優雅な踊りに、お客さんも一緒に手拍子するなど楽しんでいました。

市の無形文化財に指定されている波知獅子舞では、獅子が頭を噛んで回るパフォーマンスに、驚いて泣き出す子どもたちの姿も。きっと良い年になるからね。

また当日はもちつきと即売会も行われ、つくたての餅を買うために長蛇の列ができていました。



## 12月19日(木) いしいひさいち原画展

12月19日に「最後!で最初?のいしいひさいち原画展」に行ってきました。

会場のたまのミュージアムには、玉野市出身の漫画家・いしいひさいちさん直筆の原画がどんと勢揃い!

試行錯誤の様子が伺える貴重な原画を、鼻がくっついちゃうくらい間近で観ることができます。集まった16作品は、コミカルな飾り付けあり、パネルを使った解説ありと、とても楽しい展示ばかり。

漫画にちなんだテレビゲームができて、アニメも見れて、限定の記念グッズも買えちゃうこの原画展。開催は5月6日(火)まで。ぜひ足を運んでみてください!



## 12月22日(日) 代打の神様がやって来た

12月22日(日)、玉野市民総合運動公園野球場で、元阪神タイガースの八木裕さん(玉野市出身)、久慈照嘉さんによる野球教室が開催されました。

子どもたちは間近で接する元プロ野球選手たちに目を輝かせ、準備運動やランニング中も一緒になって楽しんでいました。

グローブの使い方から、ボールの持ち方、投げ方など、積極的に質問をする姿からは、少しでも野球が上手になりたいという気持ちが伝わってきました。

子どもたちの中から未来のプロ野球選手が出てくるか!?ガンバレ!



## 編集後記

カラーページはみどりの館みやまに出荷している村田樹男さんに一日密着しました。

朝はなんと5時前にはみやまに到着。暗いうちから野菜を陳列し、いったん帰宅してようやく食事と大忙し。

その後もビニールハウスで春菊、畑でネギの収穫、水洗いに袋詰め、バーコード貼り、いつ休んでいるのかと不思議に思うほどの働きぶり。野菜を栽培する大変さを感じた取材になりました。野菜を残さずに食べよう!!

2月2日(日)に、みやま祭りが初開催されます。豚汁無料配布など楽しいイベントが盛り沢山。

暖かい服装で遊びに行こう!

発行・編集

岡山県玉野市政策部秘書広報課 〒706-8510 岡山県玉野市宇野1-27-1

TEL 0863 (32) 5533 FAX 0863 (32) 5507

<http://www.city.tamano.okayama.jp> / Eメール [kouhou@city.tamano.okayama.jp](mailto:kouhou@city.tamano.okayama.jp)



玉野市の広報紙は環境にやさしい大豆インキを使用しています

