

広報

たまの3

2020
No.1231



特集 認知症予防



認知症患者やその家族を
支援する証

僕たちも
温かく見守ります!



主な内容

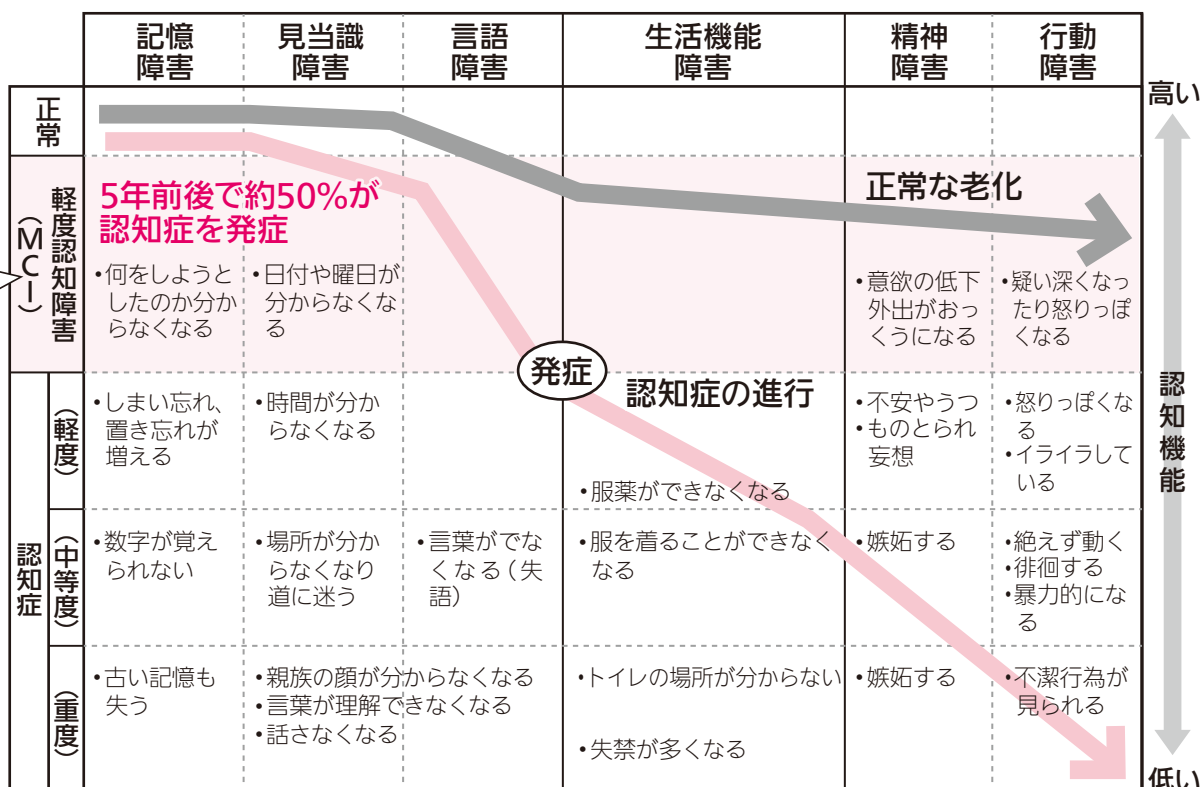
- P4 玉野競輪瀬戸の王子杯
- P5 イベント・講座
- P9 市民センターの見直し
- P10 募集
- P12 カレンダー
- P14 市民病院
- P16 しぶマリ
- P19 防災
- P21 図書館・中央公民館ガイド
- P22 子育てサポート
- P24 玉野市の歩み

認知症サポーター養成講座(日比中学校)
講座内の劇で共演した梅子おばあちゃん(役)と発表した中学生
令和2年2月10日撮影

あなたとご家族に知ってほしい 今日からできる！ 認知症予防

アルツハイマー型認知症の進行例

時間の経過



この段階で早期発見することが大切です！

発症

認知症の進行

認知症の初期症状とは
認知症を早期発見するために、次ページのチェックリストを使って確認してみましょう。

認知症は早期発見が大切
上の表は認知機能の低下によってどのような症状が出るのか簡潔に表したものです。
軽度認知障害(MCI)の段階で発見し、適切に対応することで認知症になるのを遅らせることができます。

軽度認知障害(MCI)とは
軽度認知障害(MCI)とは、同年代の人と比べ、物忘れなどの認知機能の衰えは進んでいます。自立して生活できる状態で、正常な状態から認知症の間の段階を言います。

認知症は老化によるもの？
認知症は、何らかの原因による脳の障害によって起こる症状や状態の総称です。認知症は介護が必要になる原因の第1位(平成28年国民生活基礎調査で、誰もがなりうる病気です)。



認知症を早期発見するために、家族で確認してみましょう



家族みんなで
チェックしよう！

認知症初期症状のチェックリスト

	同じことを何回も話したり、尋ねたりする
	出来事の前後関係がわからなくなった
	服装など身の回りに無頓着になった
	水道栓やドアを締め忘れったり、後片付けがきちんとできなくなった
	同時に二つの作業を行うと、一つを忘れる
	薬を管理してきちんと内服することができなくなった
	以前は、てきぱきできた家事や作業に手間取るようになった
	計画を立てられなくなった
	複雑な話を理解できない
	興味が薄れ、意欲がなくなり、趣味活動などをやめてしまった
	前よりも怒りっぽくなったり、疑い深くなったりした

認知症介護研究・研修東京センター長 山口晴保医師による

3つ以上チェックがある場合は、**認知症の疑い**があります。
心配な人は、かかりつけ医や認知症初期集中支援チーム※にご相談ください。

認知症を予防するために

運動や栄養バランスのとれた食事、また「通いの場」などへの社会参加をすることで、認知症の発症や進行を遅らせることができます。

運動



コグニサイズ

- 掃除や洗濯など家事をする
 - ウォーキングやグランドゴルフなど楽しみながら体を動かす
 - 認知症予防の運動「コグニサイズ※」をする
- ※運動と認知課題の2つを同時に行うエクササイズ

食事

一汁三菜でバランス良く！
緑黄色野菜をしっかりと食べよう！

1食に4つの皿をそろえよう



社会参加



ふれあい・いきいきサロン
百歳体操



認知症カフェ

- 高齢者学級や老人クラブ、ふれあい・いきいきサロン、認知症カフェへ参加する
- 地域のイベントなどへ参加する

※認知症初期集中支援チーム

「自分が認知症かどうか分からない」「親が認知症だと思うけど病院へ受診をしてくれない」など、困っている人にチーム員（医師、介護職、保健師）が相談に応じたり、必要なときにご自宅を訪問します。

オレンジリングをご存知ですか？

オレンジリングは「認知症サポーター養成講座」の受講者にお渡ししています。
認知症サポーターは特別なことをする人ではなく、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る「応援者」です。
1月末現在、市内の認知症サポーター数は8,509人と続々増えています。
詳しくはお問い合わせください。



■相談・問合せ／長寿介護課
地域包括支援センター

☎32-5537
☎33-6600



※新型コロナウイルス感染症予防のため、イベントの一部に変更があります。
詳しくは市ホームページをご覧ください、お問い合わせください。

玉野競輪開設69周年記念 (GⅢ)

瀬戸の王子杯争奪戦

3月5日(木)・6日(金)・7日(土)・8日(日)

初めての人も
気軽にきてね～



ガッツ玉ちゃんも
毎日お出迎え♪

毎日開催イベント

- 勝利者インタビュー (Tシャツ投入あり)
- 玉野物産展 ※6日(金)～8日(日)
- レース検討会…おすすめレース展望
- 未確定車券抽選会…未確定車券2,000円分で1回抽選、豪華賞品が当たります。

入場
無料

駐車場
無料

見るだけ
OK!!

開設記念クオカード
温玉めし柿の種他
先着1,000人
抽選で100人

毎日
プレゼント!!

5日(木) 6日(金)

緒方浩一・佐々木昭彦トークショー
(第3・7・9R発売中)

7日(土)



谷尾美佳ミニライブ
(第4・7R発売中)



ネゴシックス・GO!皆川
お笑いライブ
(第5・9R発売中)

8日(日)



モデル藤木由貴&
カメラマン野澤巨伸トークショー
&ツーショット撮影会
(第5・9R発売中)



山口幸二・山田裕仁・加藤慎平
トークショー
(第2・10R発売中)

※7日(土)は本田晴美さんも加わった
トークショーがあります。

プレゼント企画

はがきで応募!

玉野競輪開設69周年記念

オリジナルクオカード

30人限定

■応募方法／はがき(1人1枚限り)に住
所・氏名・年齢・職業・電話番号・何を見
て応募したか、玉野けいりんに関するご
意見、ご感想を記入のうえ、応募してく
ださい。

■応募先／〒706-0002 築港5-18-1
玉野けいりん「開設69周年
記念プレゼント」係

■締切／3月13日(金)必着

■発表／商品の発送をもって発表に代
えます。

3月8日限定

優勝者当てクイズ

入場者に先着で優勝者当てクイズの
投票用紙を配布します。決勝戦終了後
の表彰式に、優勝選手による抽選で、
投票者の中から5人に全国共通商品券
1万円分がそれぞれ当たります!

テレビ中継

CS放送 スカイパーフェクTV スピードチャ
ンネル/690ch
オッズチャンネル/5・6・7日693ch、8日
691ch

公式facebook・twitter
開催案内やイベント情報、
選手情報などの最新情報を
チェックしてね!



公式フェイスブック



公式ツイッター

※イベントは予告なく変更・中止になる場合があります。

■問合せ／競輪事業課 ☎31-5281



◆◆ イベント ◆◆

【訂正とおわび】広報たまの2月号の記事に誤りがありました。お詫びして次のとおり訂正します。
「たまの新しい特産品のお披露目会(4ページ)」【誤】3月5日(金)【正】3月6日(金)

八浜のお雛様を見に行こう! 3月1日(日)～3日(火) 9時半～15時半 八浜町並み保存拠点施設 無料		江戸時代中期に流行した気品のある顔立ちの享保雛など、貴重なものや珍しいお雛様を展示します。 ☎32-5577(社会教育課) ☎53-9977(八浜町並み保存拠点施設)
第28回 西行まつり&マリンフェスティバル・インたまの2019 ファイナルセレモニー 3月8日(日) 11時～ 渋川カブーロ浜茶屋とその周辺		西行法師が渋川の海岸に立ち寄ったという古事にちなみ西行まつりを開催します。あわせて「マリンフェスティバル・インたまの2019」の閉会を宣言します。 「生と死をみつめる西行」と題した講演会やクイズラリー、藤の実飛ばし大会、西行うどんの無料試食などがあります。 ☎21-3486((公社)玉野市観光協会)
♪屋下がりの図書館ピアノコンサート 3月8日(日) 14時～(13時半開場) 図書館 500円(小学生以下無料) ※全席自由		クラシックの名曲やポピュラーソングをソロや連弾、他の楽器とのアンサンブルなど様々な形態で楽しく演奏します。気軽にお越しください。 ☎090-8710-5935(ピュブル演奏文化研究会・廣畑)
うのずくり展(2011-2019) 3月12日(木)～22日(日) 9時～21時 14日(土) 10時～オープニングイベント ショッピングモールメルカ2階 図書館前スペース		市の移住支援を行う「うのずくり」は、これまでに68組126人の移住・開業者をサポート。うのずくりの活動や移住者などを写真で紹介しします。 20日(金・祝)・21日(土) 10時～12時は空き家の利活用や移住の相談を受け付けます。気軽にご相談ください。 ☎31-1388(うのずくり) ☎32-5505(総合政策課)
☺今月の月鑑 3月15日(日) 9時半～14時 中央公民館 500円		どなたでも参加できます。お茶席が初めての人も、気軽にお手前をお楽しみください。 ☎31-3711(中央公民館)
♪玉野少年少女合唱団 第35回定期演奏会 3月15日(日) 14時～16時 すこやかセンター 無料		昭和52年に結成した市内唯一の少年少女合唱団。小学2年生から高校3年生までの25人が歌や踊り、お芝居などを披露します。 ☎090-5694-0456(玉野少年少女合唱団・川上)
3月鑑賞例会 『KOYOマイムライブ!大道芸バージョン』 3月15日(日) 18時～ 中央公民館		驚きの連続!KOYOワールド! パントマイム、マジック、お芝居が融合します! 鑑賞には料金が必要です。気軽にお問い合わせください。 ☎32-0405(玉野・灘崎子ども劇場)
♪市民会館60周年記念音楽祭 サラコンサート～黒川侑と玉野のバンドたち～ 3月22日(日) 14時～(13時半開場) 市民会館 一般前売り2,000円(当日2,500円)、 学生(大学生以下)1,000円、小学生以下無料(要整理券) チケット:メルカカウンター、玉野市観光協会、Comuni space uz		市民会館築60周年記念及び市民会館で最後となる音楽祭を開催します。 フィナーレ「花は咲く」を大合唱しましょう! 出演:黒川侑、梅村知世、合田友紀、守屋裕美、市内バンド(敬称略) ☎090-5260-9057(玉野みなと芸術フェスタ2019実行委員会 斉藤)
せとうち手づくり市 3月28日(土) 10時～15時(雨天時室内) 市民会館周辺 ※キッズシアターは無料		市内外の様々な人が手作り品を持ち寄って販売します。どなたでも出店可。詳しくは、お問い合わせください。 ☎66-5600(愛育ファーム)
♪2020市民コンサート 「ピアノデュオリサイタル 安田正昭&小野文子」 3月29日(日) 14時～(13時半開場) 荘内市民センター 2,000円 チケット:社会教育課、各市民センター		演奏曲:①ベートーヴェン交響曲第5番ハ短調「運命」 ②チャイコフスキー舞踏組曲「くるみ割り人形」 ※未就学児の入場不可 ☎32-5577(市民コンサート実行委員会事務局 社会教育課内)
♪春だよ!!みんなで歌ウ～ノ 4月5日(日) 13時半～15時半 すこやかセンター 無料		ピアノに合わせて童謡や歌謡曲をみんなで歌いましょう。 ☎090-1332-1543(歌ウ～ノクラブ・藤原)

広告

◆◆ 講座 ◆◆

ジャンル

芸術

音楽

スポーツ

食

祭り

体験

認知症予防・介護教室(市委託事業)
「認知症の症状とわたしたちの関わりについて」
3月14日(土) 9時半～11時半
すこやかセンター 定員30人 無料

河川医院の看護師による認知症の症状や周りの人の関わりについての講座です。
☎32-5144(河川医院)

第1回リアルボイスTODOKERU発表会 &
SHIRITAI勉強会in岡山
3月14日(土)～15日(日) 10時～16時半
天神山文化プラザ(岡山市北区天神町8-54) 各500円

福祉や子育ての知りたいことを身近で聴ける・体験できる2日間。今まで取り上げられなかった障害者の兄弟姉妹「きょうだい」の声を届ける発表会や勉強会(先着30人)、福祉無料相談コンシェルジュがあります。※事前申込必要
☎090-1359-2007(リアルボイス実行委員会・増田)

みんなが輝くまちづくりフォーラム
3月22日(日) 13時～15時半
荘内市民センター 定員100人 無料
電話またはFAXで申込み

県内の介護予防や生活支援サービス事業の紹介、市内の介護予防活動を紹介しします。
☎31-5601 (FAX)31-5638(社会福祉協議会)

玉野法人会 新入社員研修講座
①Aコース4月2日(木)、②Bコース4月3日(金)
9時半～16時45分
産業振興ビル3階 定員20人 会員3,000円、
非会員8,000円(資料代、昼食代含む)
締切:3月13日(金)

人材育成の講師を迎え、社会人として何が必要か、なぜ必要かを具体的に考え行動する、実践を重視した内容です。
社員教育の一環として活用してください。
対象:新入社員、入社3年未満の人、新入社員を指導する人
☎33-5010((公社)玉野法人会事務局)



令和2年度 講座ガイド



玉野レクセセンター

(玉野スポーツネットワーク「V」) 玉 2-3-1

問合せ・受付期間

☎32-3709 ※月曜日休館

3月3日(火) 9時から先着順で受付

◇レクセセンター

曜日	教室名	時間	定員	対象	回数	料金
火	ほぐしヨガ	10:00～11:30	20	成人	15	9,150円
	子育て応援ヨガ	12:30～13:30	20	子育て中の人	12	6,000円
	健美ヨガ(火曜)	13:45～15:15	50	成人	15	9,150円
	新体操	17:00～18:30	40	年長以上	15	7,500円
	やさしいフラダンス	19:00～20:30	20	成人	15	9,150円
	ジュニアバレーボール	19:00～21:00	30	小・中学生	15	7,500円
	バドミントン	20:00～21:30	20	成人	15	9,900円
水	やさしいピラティス&ヨガ	9:10～10:10	30	成人	15	8,400円
	エンジョイビクス	10:20～11:20	30	成人	15	8,400円
	リラックス体操	11:30～12:15	30	成人	15	7,500円
	レクダンス	10:00～12:00	30	成人	15	8,400円
	楽しい体育の時間	13:30～15:30	20	中高年	15	8,400円
	バレエ(入門)	17:15～18:15	15	小1～小4 または初心者	14	7,000円
	バレエ(初級)	18:15～19:15	15	小5以上 または経験者	14	7,000円
	幼児トランポリン	16:00～17:00	15	4歳以上の幼児	14	11,340円
	児童トランポリン	17:10～18:10	15	小学生	14	11,340円
	インドアジュニアテニス	16:30～17:30	12	小1～小3	14	12,040円
	インドアジュニアテニス	17:40～18:40	12	小4～小6	14	12,040円

◇レクセセンター

曜日	教室名	時間	定員	対象	回数	料金
木	太極拳入門	10:00～11:00	30	成人	10	5,600円
	筋膜リリース	13:00～14:00	20	成人	15	8,400円
	健美ヨガ(木曜)	14:30～16:00	50	成人	15	9,150円
	幼児体操(木曜)	16:00～17:00	15	4歳以上の幼児	15	10,650円
	児童体操(木曜)	17:10～18:10	15	小学生	15	10,650円
	初めてのダンス	17:30～18:20	30	5歳～小3	15	7,500円
	初めてのダンス	18:30～19:30	30	小4～小6	15	7,500円
金	ヒップホップダンス	19:40～20:40	30	中高生	15	7,500円
	太極拳	10:00～12:00	30	成人	15	8,400円
	初めてのインドアテニス	9:00～10:00	12	成人	15	8,400円
	インドアテニス	10:10～12:00	12	成人	15	9,150円
	健康リズムビクス	10:30～11:30	30	成人	14	7,840円
	やさしいピラティス	13:00～14:00	30	成人	15	8,400円
	正しい健康づくり	14:00～15:30	20	成人	14	8,540円
	幼児体操(金曜)	16:00～17:00	15	4歳以上の幼児	15	10,650円
	児童体操(金曜)	17:10～18:10	15	小学生	15	10,650円
	健美ヨガ(金曜)	19:00～20:30	50	成人	15	9,150円
	脂肪アタックエアロ	14:00～15:00	30	成人	12	6,720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	8,520円
木	テニス(木曜)	13:30～15:00	10	成人	12	7,320円
金	ナイター ソフトテニス	20:00～22:00	40	中学生	12	7,320円
				高校生以上		8,520円
土	ジュニアソフトテニス	12:00～14:00	50	小学生	12	6,720円
木・土	弓道(週2回)	19:00～21:00	20	小4～中3	10	5,600円
				高校生以上		6,100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	18,000円
金	ゴルフ(金曜)	13:00～15:00	25	成人	12	18,000円

(備考)
※先着順で受け付け、定員になり次第締め切ります。
※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。
※電話申込不可
※料金などを添えて、直接申込み
※詳しくは、レクセセンターへお問い合わせください。



中央公民館 宇野 1-38-1 (ショッピングモールメルカ2階)		問合せ・ 受付期間	☎31-3711 2月26日(水)～3月8日(日)	※定員を上回った場合は抽選 ※1講座につきはがきを1枚持参して申込み	
講 座 名		講師名	開催日	対象・定員	料金
墨彩画		高津 玉峰	毎週(火)	成人12人	年10,000円
俳句		十河 朴風	第2・4(火)	成人20人	年5,000円
絵画教室		多賀 栄一	毎週(火)	成人15人	年10,000円
書道(かな・実用)		岡林 師葉	毎週(水)	成人30人	年10,000円
中高年から始めるらくらくピアノ①		佐藤 綾子	第2・4(水)	成人20人	年5,000円
中高年から始めるらくらくピアノ②		佐藤 綾子	第1(水)	成人15人	年4,000円
ポーセラーツ教室		安井 由美子	第2(木)	成人15人	年4,000円
古典文学講座		藤原 斌	第2(木)	成人20人	年4,000円
ハッピーヨガライフ(朝)		星加 香代子	第1・3(金)	成人15人	年7,000円
リラックス・ヨガ(夜)		星加 香代子	第1・3(木)	成人15人	年7,000円
オカリナ入門		河合 愛子	第2・4(木)	成人20人	年5,000円
美文字定期講座		花房 鈴扇	第1・2・4(金)	成人25人	年10,000円
陶芸教室		須藤 茂幸	第2・3(金)	成人16人	年5,000円
歌えば楽しい!いきいき童謡・唱歌		長尾 節子・森分 真由	第1・3(金)	成人60人	年5,000円
ステンドグラス教室		曲 みつよ	第4(土)	成人10人	年4,000円
英会話(入門・初級・中級)		デール・クラドック	毎週(土)	成人各25人	各12,000円
アーティフィシャルを使ったフラワーアレンジメント		長谷川 冴子	第2(土)	成人10人	年4,000円
初めてのパン・お菓子		山根 康子	第1(土)	成人16人	年3,000円
遊んで学ぼう理科実験教室		藤田 学	第1(日)	(小・中学生)20人	年2,000円
自主講座	民踊、フォークダンス、ピラティス、ヨガ、少林寺、ソーシャルダンス、健康体操、コーラス、吟詠、詩吟、ピアノ、合唱、民謡、三味線、歌謡、大正琴、美文字、パソコン、俳句、川柳、古文書、短歌、洋裁、パッチワーク、刺しゅう、手編み、手芸、和裁、木彫り、着付け、華道、はがき絵、絵手紙、墨彩画、絵画、ちぎり絵、水墨画、仏画・友禅、パン・お菓子作り、中国語、英語・フランス語、囲碁				

庄内公民館 (庄内市民センター) 用吉 1186-1		問合せ ・ 受付期間	☎71-1522 3月4日(水)～13日(金) ※定員を上回った場合は抽選	
講 座 名	講師名	開催日	対象・定員	料金
パン・ケーキ教室	山根康子	第2(水)	成人20人	年13,000円
男性料理教室	中本慶子	第2(木)	成人男性12人	年12,000円
自主講座	民踊、フォークダンス、日舞、ハワイアンダンス、民舞、 太極拳、傘おどり、武術太極拳、詩吟、男声コーラス、 女声コーラス、銭太鼓、大正琴、ジャズバンド、カラオケ、 オカリナ、書道、囲碁、編み物、手芸、押し花、生け花、 きもの着装、絵手紙、ちぎり絵、墨彩画、自然農法食材料理、中国語講座			
その他	※庄内市民センターの多目的ホールの使用許可申請は、使用 日の6か月前から受け付けます。 新年度の予約は、3月2日(月)から受付開始 ※電話申込不可			

和田公民館 (和田市民センター) 和田 3-1-2		問合せ	☎81-8244	
講 座 名	講師名	開催日	対象・定員	料金
しめ飾り作り	小銭松一	12月中旬	成人20人	800円
うどん作り	高橋勝子	2月中旬	成人20人	500円
百歳体操、はつらつ健康教室、フラダンス、卓球、合唱、ピアノ、カラオケ、詩吟、ご詠歌、洋裁、和裁、はがき絵				

築港公民館 築港1-7-20		問合せ	社会教育課 ☎32-5577
自主講座	社交ダンス、カラオケ、詩吟、クラフト、囲碁		

田井公民館 (田井市民センター) 田井 4-10-5		問合せ ・ 受付期間	☎21-2909 3月2日(月)~4月3日(金)	
講 座 名	講師名	開催日	対象・定員	料 金
健康料理教室	岡田充子	第3(火)	成人24人	全12回 年4,000円 (材料費別)
インターネット講座	岡部成行	毎週(木)	成人15人	1期全10回 5,000円
自主講座	卓球、体操、社交ダンス、日本舞踊、ヨガ、傘踊り、 ストレッチ、フォークダンス、太極拳、民舞、エアロビクス、 ディスコ、ダンス、ピラティス、コーラス、カラオケ、 詩吟、大正琴、バイオリン、ピアノ、オカリナ、邦楽、 書道、俳句、手編み、手芸、茶道、華道、水墨画、 各種料理、3B体操、健康学習、サロン、吹矢、かるた ※インターネット講座は2期も開催予定			

八浜公民館 (八浜市民センター) 八浜町八浜 165-1		問合せ ・ 受付期間	☎51-2006 3月2日(月)～13日(金)	
講 座 名	講師名	開催日	対象・定員	料金
パン・お菓子教室	山根康子	第3(木)	成人20人	年13,000円
はがき絵	高津玉峰	第1(火)	成人20人	年6,000円
童謡	山本利夫	第2(木)	成人40人	年3,000円
リフレッシュヨガ	星加香代子	第2・4(金)	成人20人	年8,000円
自主講座	フォークダンス、かんたんボールエクササイズ、フラダンス、健康ストレッチ、はつらつ健康教室、ピアノ、オカリナ、カラオケ、大正琴、編み物、パッチワーク、刺し子、陶芸、フラワーアレンジメント、囲碁・将棋同好会			
	(大崎公民館) クラフト、パソコン、手話、百歳体操、着付け(日本伝統文化教室)、童謡			



◆◆ 講座 ◆◆

玉公民館 (玉市民センター) 玉 5-1-15	問合せ ☎32-4823
自主講座 日舞、ヨガ、社交ダンス、民謡、ハワイアンダンス、健康体操、 自彊術、ストレッチ、書道、詩吟、生け花、茶道、囲碁	

玉原公民館 (玉原市民センター) 玉原 2-7-45		問合せ	☎31-8491	
講 座 名		開催日	対象・定員	料金
新春囲碁大会		1月中旬	制限なし	1,000円
自主講座	フォークダンス、リフレッシュダンス、太極拳、 百歳体操、イキイキ体操、民謡、ヨガ、カラオケ、 少年少女合唱、大正琴、ギター、ピアノ、詩吟、歌、 手話、パソコン、小物づくり、ハンドメイド、手編み、囲碁			

サンライフ玉野 宇野 2-2-20		問合せ 受付 期間	☎21-5111 3月2日(月)～16日(月) ※水曜日を除く	
講座名	講師名	開催日	定員	料金
卓球講座	斉藤利史	4月～9月 第1・3(金)	18人	全12回 6,200円
表装講座	藤田國基	4月～9月 第1・3(火)	10人	全12回 7,400円
絵画講座	茂 正隆	4月～9月 第1・2・3(土)	12人	全18回 7,400円
からだコンディ ショニング	小笠原奈緒美 日本コンディショニング 協会認定インストラクター	4月～9月 第1・3(火)	14人	全12回 6,200円
星香ハタヨガA	星加香代子 OSK認定講師	5月～9月 第2・4(木)	18人	全10回 5,200円
星香ハタヨガB	星加香代子 OSK認定講師	5月～9月 第1・3(金)	18人	全10回 5,200円
モーニング パワーヨガ	星加香代子 OSK認定講師	5月～7月 第1・3(日)	18人	6回 3,100円
その他	※定員人数になり次第募集を締め切る場合があります。 ※定員人数を下回る場合は、開講できない場合があります。 ※講座の見学を希望される人は、3月開催中の講座を見学できます。			

奥玉分館 (玉市民センター) 奥玉 1-23-7	問合せ ☎31-1328
自主講座 リズム体操、地踊り、健康体操、民謡、日舞、新舞踊、自彊術、 大正琴、カラオケ、歌謡、童謡、コーラス、太鼓、キーボード、 読書、詩吟、手芸、洋裁、押絵、木目込み、編み物、生け花、 水墨画、栄養改善、消費生活研究、将棋、人形劇、演劇	

日比公民館 (日比市民センター) 日比 3-1-1		問合せ 受付 期間	☎81-8023 4月1日(水)~24日(金)	
講 座 名	講師名	開催日	対象・定員	料金
大正琴	木下恵子	第2・4(木)	成人25人	年6,000円
自主講座	地踊り、民謡、日舞、社交ダンス、百歳体操、ヨガ、太極拳、 はつらつ健康教室、御詠歌、オカリナ、 ギター・マンドリン、短歌、洋裁、空手、卓球、囲碁			

山田公民館 (山田市民センター) 山田 447-2		問合せ 受付 期間	☎41-2035 2月25日(火)～ 3月19日(木)	
講座名	講師名	開催日	対象・定員	料金
卓球教室	佐原勝巳	毎週(月・木・金)	成人20人	月300円
料理教室	畠瀬登美子	第1(月)	成人20人	月800円
自主講座	気功太極拳、卓球(白石シニア、水曜会、金曜会)、親子卓球、 フォークダンス、3B体操、大人ののためのピアノ講座、 三味線、詩吟、カラオケ、パッチワーク、染色&リサイクル、 フラワーアレンジメント、水墨画			

東児公民館 (東児市民センター) 梶岡 700	問合せ ☎41-1511
自主講座 はつらつ健康体操、太極拳、フォークダンス、リズム体操、 オカリナ、大正琴、大人ののためのピアノ講座、バイオリン、 詩吟、ソーイング、編物、卓球、囲碁 ----- (鉾立公民館)太極拳、カラオケ、手描友禅、囲碁、写友会	

ミネルバ(生涯学習センター) 和田 4-7-1		問合せ・受付期間	☎83-9200 3月21日(土)～4月5日(日) ※月曜日休館、3月25日(木)は臨時休館		
	講 座 名	講 師 名	月(曜日)	対象・定員	料金
定期・随時講座	源氏物語講座	藤原 斌	5月～2月	一般30人	全10回 7,000円
	陶芸教室	岡本 啓介	5月～2月	一般15人	全10回 7,000円
	フラワーアレンジメント教室	原田 良子	5月～2月	一般20人	全10回 6,000円
	やさしい絵画教室	浮田 秀雄	5月～2月	一般15人	全10回 7,000円
	アンニョン韓国語教室(入門・初級)	姜 光美	5月～2月	一般30人	全18回 12,000円
	ビギナーズ英会話教室	Stephen Langley	5月～2月	一般20人	全18回 12,000円
	ミネルバ歌の広場	小野 典子	5月～2月	一般40人	全10回 6,000円
	ストレッチ(真向法)体操教室	榎本 聖子・難波 欽子	5月～9月	一般40人	全8回 5,000円
	パソコン講座ワード	藤目 泰明	6月～7月	一般15人	全10回 7,000円
	パソコン講座エクセル	藤目 泰明	11月～12月	一般15人	全10回 7,000円
	パン作り教室	山根 康子	4月～7月	一般12人	全4回 2,800円
	★玉野総合医療専門学校講座	専門学校教員	8月下旬	一般40人	無料
イベント	★歴史講座	未定	10～11月	一般40人	無料
	★大学公開講座	未定	10～11月	一般30人	無料
	箏コンサート	美 峰 会	6月14日(日)	120人	無料
	親子陶芸教室	岡本 啓介	7月19日(日)	親子18組	無料
	親子読書教室	海本 友子	7月26日(日)、8月22日(土)	親子15組	無料
	ミネルバ作品展(第13回)	ミネルバ講座生	10月15日(木)～17日(土)	一般多数	無料
	オカリナコンサート	土笛と風	11月1日(日)	120人	無料
	ダンスパーティ&コンサート	グローブ・ユニティー・ジャズ・オーケストラ	2月21日(日)	100人	無料
その他	★印はたまの地域人づくり大学関連講座 ミネルバにはがき1枚を持参して直接申し込むか、返信用はがきで申込み 詳しくは、ミネルバ、各市民センター、中央公民館の案内チラシをご覧ください。				

4月1日(水)から 市民センター(公民館)が変わります!



市では、市民センター（公民館）の機能の見直しを行い、4月から以下のとおり変更を進めています。

定期講座やサークル活動で利用される場合は、今までと変わらず利用できます。

1 証明書の交付や税金などの納付の取扱いが変わります

市民センターで行っていた、住民票など各種証明書の交付や、市税・保険料などの納付の取扱いを終了します。

**証明書がコンビニなどで取得できるようになりました
お年寄りや身体に障害のある人には宅配サービスでお届けします!**

○各種証明書がお近くのコンビニなどで 取得できます(1月6日から開始)

取扱い時間が広がり、土、日、祝日も証明書が取得できるようになりました。

■**取扱い時間**／6時半～23時

【各種証明書】※**マイナンバーカードが必要**

- ・住民票の写し ・住民票記載事項証明書
- ・印鑑登録証明書
- ・戸籍事項証明書
(全部事項証明書、個人事項証明書)
- ・戸籍の附票の写し ・所得課税証明書



○証明書の宅配サービスを開始します (4月1日から開始)

各種証明書を職員が対象者の自宅へお届けする宅配サービスを開始します。
※詳しくは「広報たまの4月号」でお知らせします。

■**対象**／75歳以上のみの世帯や身体に障害のある人など

マイナンバーカードの交付申請をサポートします

顔写真の無料撮影など市職員が手厚くサポートします。

■**時間**／(平日・日曜開庁日)8時半～17時15分 ※水曜日は19時まで

■**持ち物**／身分証明書(免許証や保険証など)

■**場所・問合せ**／市民課 ☎32-5521



税金などの納付がコンビニや郵便局でもできるようになります

これまでの金融機関での窓口納付や口座振替に加え、4月1日から発行する納付書では、全国の主要コンビニや中国地方の郵便局での納付も可能となります。

【コンビニや郵便局で納付可能な税・保険料など】

個人住民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税種別割、後期高齢者医療保険料、介護保険料、国民健康保険料、市営住宅使用料、市営駐車場使用料、水道料金・下水道使用料

2 職員数が変わります

(現在) 3～4人体制 → (変更後) **2人体制**※ ※市内市民センターは3人体制

3 地域の活動や行事などの支援を強化します

地域活動の推進のため、職員を配置し、地域の活動を支援します。

引き続き職員がいますので、ご不明なことがあれば、これまでどおり相談にお越しく下さい。

■**問合せ**／協働推進課 ☎32-5567

◆◆ 募集 ◆◆

介護認定調査員募集

内 介護保険認定申請のあった被保険者を訪問・調査し、調査票を作成、その他認定業務や補助など

勤務形態 会計年度任用職員(認定調査員)

募集人員 若干名

報(例) 1日6時間、週5日勤務の場合月額13万5千円

資 介護支援専門員・保健師・看護師・准看護師・社会福祉士・介護福祉士など、いずれかの資格を持つ人

試験日 3月23日(月)

※詳細は別途通知します。

申 履歴書と資格者証の写しを持参または郵送

締 3月16日(月)

※詳しくはお問い合わせください。

申 問 長寿介護課

☎ 32・5534

〒 706・8510

宇野 1-27-1

臨時調理員・

洗浄作業員募集

給食調理員

勤務条件 ①1日7時間×週5日勤務、②1日5時間×週5日勤務

勤務時間 ①8時15分～16時半(休憩含)、②8時15分～14時半(休憩含)

洗浄作業員

勤務条件 1日3時間×週

5日勤務

勤務時間 ①8時15分～16時半(休憩含)、②8時15分～14時半(休憩含)

5日勤務
勤務時間 13時半～16時半
共通

勤務場所 学校給食センター

募集人員 各若干名

申 履歴書を持参または郵送

申 問 学校給食センター

☎ 31・6441

〒 706・0014

玉原 2-16-43

学校協働ボランティア募集

教育を支援する地域ボランティアを募集しています。

内 丸付け、読み聞かせ、剪

せん定、学校行事の準備、登

下校の見守り、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、各学校・園にお問い合わせください。

問 社会教育課

☎ 32・5577

〒 706・0014

国税専門官募集

資 ○平成27年4月2日～平成11年4月1日生まれの人

○平成11年4月2日以降生まれで次に該当する人

①大学卒業及び令和3年3月までに大学卒業見込み

②人事院が①と同等の資格があると認める人

申 インターネット

申 込専用アドレス

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

go.jp/juken.html

8082・2211・9211

市立高等学校インターシッ

事業受入事業所募集

高次生のインターンシッ

プを受け入れませんか。

期 7月、8月のうち2～3日間程度

対 市内に事業所を有する企業

期 3月27日(金)～4月8日(水)
資料請求 問 広島国税局人事第一課試験研修係

☎ 8082・2211・9211

市立高等学校インターシッ

事業受入事業所募集

高次生のインターンシッ

プを受け入れませんか。

期 7月、8月のうち2～3日間程度

対 市内に事業所を有する企業

申 受入申込書を提出

※様式は市ホームページで入手可

締 3月31日(火)

その他 受け入れを行った中小企業者は、若年者応援企業として登録すると、中小企業ステップアップ支援事業の優遇措置の対象となる場合があります。

申 問 商工観光課

☎ 33・5005

イベントカレンダー

への掲載イベント募集

マリンフェスティバルinたまの2020のカレンダーの作成にあたり、期間中に市内で開催を予定しているイベント情報を募集します。

締 3月6日(金)

対 イベント主催者または関係者

※内容により掲載をお断り

する場合もあります。
申 問 (公社) 玉野市観光協会
☎ 21・3486

統計調査員募集

10月1日を基準日として、国勢調査が実施されます。国勢調査は5年に1度実施される、我が国で最も大きな統計調査です。

調査を進めるにあたり、多くの統計調査員の協力が必要です。

統計調査員に関心のある人や、その他の統計調査も担当してみたいという人は、ご連絡ください。

令和2年国勢調査統計調査員の任期

8月5日(水)～11月4日(水)(予定)

※調査の件数などに応じて報酬があります。

申 問 総務課

☎ 32・5516

地域子ども楽級「おさらい会」学習アドバイザー募集

放課後、希望する小学3年生を対象に、算数の問題を一緒に考えたり、丸付けをしたりなど学習支援をする学習アドバイザーが不足しています。

「地域の子」を「地域の力」で育てるためのお手伝いをしませんか。

■日時／毎月1～2回、学習支援(15～16時)と、その前後の打ち合わせ

■報酬／1回1,500円程度

■問合せ／青少年育成センター

☎ 33-5115

広告

令和2年度市営住宅 入居者定期募集

市営住宅が空いた場合の入居希望者を募集します。
対次の全ての要件に該当する人

- 住宅に困っている
- 収入基準を満たす
- 暴力団員でない
- 市税に滞納がない

収入基準
○一般の世帯：世帯の合計月額所得が15万8千円以下
○高齢者の世帯、障害者や小学校就学前の子がいる世帯：世帯の合計月額所得が21万4千円以下

期 3月2日(月)～16日(月)
申 申込書類を提出
※申込書は都市計画課

抽選日 3月26日(木) 13時半
申 問 都市計画課
☎ 32・5544

令和2年度手話奉仕員 養成講座生募集

日 4月13日～約1年間(毎週月曜日) 18時半～20時半
場 すこやかセンター
対 3月31日時点で中学校卒業以上

定 20人
料 無料(別途テキスト代)
締 3月27日(金)
申 問 福祉政策課
☎ 32・5556

第51回玉野美術秀作展 募集

対 令和元年度に中央展または県展で入選した市内在住作家の作品(洋画・日本画・水墨画・書道)、巡回中の場合はその代替作品(遺作)、その他文化協会から特別に推薦された作品

出展数 1人1点
締 3月31日(木)

会期 ○前期5月26日(火)～31日(日) 10時～17時
○後期6月2日(火)～7日(日) 10時～17時
※前後期最終日は16時まで

場 中央公民館
申 所定の申込用紙に記入のうえ、社会教育課まで持参またはFAX

※申込用紙は社会教育課で配布
申 問 社会教育課
☎ 32・5577
FAX 32・1329

子育てファミサポ情報

内 入会説明会(提供会員)
日 3月5日(木)、19日(木)
9時半～16時半

※要予約
※事業説明に40分～50分、手続に10分程度かかります。

持 印鑑
申 場 問 子育てファミサポ・サポート・センター(児童館内)
☎ 32・3778

求職者支援訓練 (4月～6月開講コース) 受講者募集

雇用保険を受給できない求職者などを対象に、全国の民間教育訓練機関が実施する「就職」を目的とした公的な職業訓練です。

募集科 基礎コース・実践コース(介護福祉、事務分野、デザイン分野など)

※開講日、訓練期間(2～6か月)などは各コースによって異なります。

受講料 原則無料(テキスト代などは自己負担)

※一定の要件(収入・資産等)を満たす人は、「職業訓練受講給付金」が支給される場合があります。

問 ハローワーク玉野
☎ 31・1555

春期玉野市ジュニア テニス教室(硬式)

日 4月12日(日)～5月31日
8時45分～10時 全8回
場 玉原テニスコート
料 9千円

対 小学2年生～中学3年生
定 16人
締 4月5日(日)

申 問 玉野市テニス協会
☎ 32・2358

農業委員・農地利用最適化推進委員 募集

- 募集期間/3月2日(月)～27日(金)
- 任期/7月20日～令和5年7月19日(3年間)

■職務内容/

○農業委員

毎月の総会での議案の審議や決定、推進員との連携による現場活動など

○推進委員

農地の利用集積や耕作放棄地の解消などを図るための現場活動、毎月の総会での意見具申など

- 募集人数/農業委員9人、推進委員13人

- 報酬月額/農業委員会長35,000円、副会長32,000円、農業委員・農地利用最適化推進委員31,000円(特別給年1回)

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 問合せ/農業委員会事務局(農林水産課内)
☎ 32-5561



市ホームページ

タマノクルーズ

「玉野&瀬戸内の今を海上から観る!」

宇野港から直島諸島を回遊した後、造船所の沖合から進水式を見学し、下津井港に上陸、かつて北前船の寄港で賑わった回船問屋などを見学します。

料金など詳しくは、お問合せください。

- 日時/3月28日(土) 10時半出港～17時帰港(受付10時～)

- 場所/産業振興ビル 1階ロビー

- 定員/50人

- 申込み/所定の申込用紙に記入し、はがき、FAX、またはメールで申込み

- 締切/3月13日(金) 必着

- 申込み・問合せ/

MESファシリティーズ(戸澤) ☎ 23-2185

FAX 31-5210 ☐ travel@mesf.co.jp

〒706-0012 玉2-11-1

「タマノクルーズ実行委員会」



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

○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。

■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)
※開催日が重なっていて、
特に記載がない場合は、
全レース併売です。

各種相談

料金：無料

	日時	場所	問合せ
市民法律相談 (予約制)	12日(木)、25日(水) 13時～16時	市役所1階 市民相談室	市民相談室 ☎32-5506
※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3回まで			
消費生活相談	9日、23日(月) 9時半～12時	市役所1階 市民相談室	市民課 ☎32-5521
消費問題 弁護士相談 (予約制)	9日(月) 13時～16時10分	市役所1階 市民相談室	市民相談室 ☎32-5506
男女共同参画 の法律相談 (予約制)	21日(土) 13時～16時	日の出 ふれあい会館	☎33-7867
男女の日常相談	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
県中央児童相談所 巡回相談(予約制)	19日(木) 10時～17時	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	☎33-5115
弁護士相談 (予約制)	5日(木)、17日(火) 10時～15時	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
なやみごと相談	13日(金) 9時～12時	山田市民センター	総務課 ☎32-5516
精神保健福祉 相談(予約制)	16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	4月10日(金) 13時半～	水道庁舎1階 会議室	3月31日(火)までに 都市計画課へ ☎32-5538
年金相談 (予約制)	4月7日(火) 水道庁舎1階大会議室 21日(火) 玉市民センター 28日(火) 水道庁舎1階大会議室 10時～12時、13時～16時		予約受付 3月2日(月)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。			
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～17時	図書館	福祉政策課 ☎32-5556

金 土

市役所窓 口

住民票・税証明の発行など、取扱業
務は限られます。

○窓口延長日／4日、11日、18日、
25日(水)
17時15分～19時

□日曜開庁／1日、29日、4月5日
8時半～17時15分

※3月は最終週の日曜日も開庁します。

6

7

13

14

いわき平ナイター場外
(F I)～15日

20

21

井上クリニック
(宇野) ☎32-0831
中谷外科病院
(田井) ☎31-2323
桜井歯科医院
(和田) ☎81-8314
東清掃センター ☎21-3383
国際トラック支援久留米
場外(GⅢ)～22日
松戸ナイター場外(F I)～22日

27

28

《人口の動き》

令和2年1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

(内訳)

●世帯数 27,595 (5) ●出生 19 人
●人口 58,798 (-36) ●死亡 81 人
●男 28,697 (-9) ●転入 148 人
●女 30,101 (-27) ●転出 118 人
●その他 -4 人
(職権消除等)





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、または086-801-0018
休日:18時～翌朝8時
平日:19時～翌朝8時

市民病院情報コーナー

●脳ドック(要予約) ●禁煙外来(要予約)
■日時/毎週月曜 10時～ 14時～16時
■場所/2階ドック室 ■場所/1階外来

●糖尿病教室(日時はカレンダーに記載)
糖尿病の治療はなぜ必要?
外食メニューの選び方

◆問合せ/市民病院 ☎31-2101

シータコールセンター ☎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
※休日当番医を受診 する前に必ず電話 してください。	市内の交通事故発生状況 令和2年1月1日～1月31日		納期のお知らせ 納期限 3月2日 ・国民健康保険料(8期)・介護保険料(8期)・ 後期高齢者保険料(8期)・下水道受益者負 担金(4期) 納期限 3月10日 ・水道料金・下水道使用料(6期) 納期限 3月31日 ・国民健康保険料(9期)・介護保険料(9期) 後期高齢者保険料(9期)	
内科 外科 歯科 ごみ		人身事故件数 死者数 負傷者数		
令和元年	14件	0人	15人	
昨年対比	3件	－1人	3人	
玉野市民病院 (宇野) ☎31-2101 玉野三井病院 (玉) ☎31-4187 垣内歯科医院 (宇野) ☎21-3414 (有)ヒノデ建設 (迫間) ☎71-6008 奈良記念場外 (GⅢ)	1 K.サービス (築港) ☎31-0899 ～9日 別府場外 (FⅠ) ～4日	3	4	5 玉野競輪開設69周年 記念 (GⅢ) ～8日
青井医院 (宇野) ☎21-4370 みやもと整形外科 (東紅陽台) ☎71-3030 木下歯科医院 (田井) ☎31-5545	8 8 (株)苅田組 (田井) ☎21-4046 ～16日 向日町場外 (FⅠ) ～11日 久留米場外 (FⅠ) ～11日	9 9 10	11	12 松山記念場外 (GⅢ) ～15日
田川医院 (和田) ☎81-8345 玉野市民病院 (宇野) ☎31-2101 近藤歯科医院 (西田井地) ☎41-1566	15 15 (有)エンセイ建設 (玉) ☎21-3936 ～23日 高松場外 (FⅠ) ～18日	16 16 17 認知症カフェ瀬戸の海 (歯科医師による口腔ケア についての講話) すこやかセンター大会議室 10時～15時	18 18 糖尿病教室 (市民病院 2 階 講堂) 13 時半～14 時半	19
竹原内科医院 (迫間) ☎71-0101 大西病院 (田井) ☎33-9333 白髪歯科医院 (築港) ☎32-2880 東清掃センター (粗大ご み持込受付のみ) (解体ごみ、 伐採ごみは不可) ☎21-3383	22 22 (有)妹尾設備 (田井) ☎32-3344 ～30日 名古屋場外 (FⅠ) ～25日 ナイター競輪日刊スポーツ杯 (FⅠ) ～25日	23 23 24	25	26 ウィナーズカップ福井 場外 (GⅡ) ～29日
玉野中央病院 (築港) ☎31-1011 山田外科医院 (和田) ☎81-7197 そのだ歯科医院 (和田) ☎81-6771 広島場外 (FⅠ) ～31日	29 29 三宅設備 (田井) ☎31-4438 ～31日	30 30 31	KCT番組表 デジタル 312チャンネル ★広報たまのニュース／ 広報たまの音声版を放送します。 ★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。 ★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。 【問合せ】 秘書広報課 ☎32-5533 3月の放送スケジュール 8:00 広報たまのニュース 11:00 再放送番組 13:00 広報たまのニュース 16:00 再放送番組 20:00 広報たまのニュース 23:00 再放送番組 ※上記時間帯以外は、地域 ニュースを放送します。	

※このページは抜き取ってご利用になれます。

玉野市民病院の医療現場から、皆さんに役立つ情報をお送りします

玉野市民病院特集

■問合せ／
市民病院 ☎31-2101

玉野市民病院を より身近に感じてもらいたい!



「7つの健康習慣を実践しましょう」

今月は玉野市民病院内科の三島先生にお話を伺いました。

先生の担当は。

内科全般の診察をしており、専門は動脈硬化症や肥満、脂質代謝、糖尿病などの生活習慣病から加齢・高齢による老年病まで幅広く担当しています。

治療にあたって心がけていることはありますか。

患者さんの症状にかかわらず、「断らない」診察を心がけています。

外来診療や救急の治療などで積んだ多くの経験を活かして、断らない医療を実現して参りたいと考えています。

どのような治療をしていますか。

老化には「生理的老化」と「病的老化」の2つがあります。

「生理的老化」とは、加齢に伴って目が見えにくくなる、耳が遠くなるなど、体の変化が現れる症状のことを言い、「病的老化」



とは、疾病やけがなどによって体の変化が現れる症状のことを言います。

老年病では、これら2つの老化の症状が混ざり合った状態なので、患者さん一人ひとりの症状を総合的な視点から判断して治療を進めていくことが必要になります。

当院は、年齢が75歳以上の、いわゆる後期高齢者の方に多く来院いただいておりますので、自身のライフワークとして加齢によって難しくなる自立した生活を、少しでも長く持続できるように手助けし、光り輝く「光輝」高齢者として健康長寿な生活を送っていただきたいと考えています。

健康のために気をつけてもらいたいことはありますか。

健康長寿の秘訣は「ブレ

スローの7つの健康習慣」として、①適切な睡眠をとる②喫煙をしない③適正体重を維持する④過度の飲酒をしない⑤定期的運動をする⑥朝食を毎日食べる⑦間食をしないの7つの習慣が提唱されています。一つずつを見れば特別なことではありませんが、実際はなかなかできないものです。

内科 三島 康男 医師

岡山大学医学部を卒業後、岡山大学病院、国立療養所南岡山病院などを経て、平成16年から玉野市民病院に勤務。

趣味は映画で、休日には映画鑑賞を楽しんでいる。

市民の皆さんに一言

肌寒い日とともに、季節の変わり目なので、体調には十分ご留意いただき、体の不調や変化を感じることがありましたら、お気軽に市民病院までお尋ねください。



広告



◆ お知らせ ◆

健康たま〜る
ポイント対象事業

各種検診

成人の健康づくり

場所：すこやかセンター

25 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：20歳〜70歳までの女性

料金：500円

6 金 すこやかセンター 13時半〜14時半

4/3 金 すこやかセンター 13時半〜14時半

※ストッキングは着用しないでください。

献血

11 水 玉野市役所 9時半〜11時半

玉野市役所 12時45分〜16時

◎行事など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

○岡山いのちの電話
☎086・245・4343
(24時間年中無休)
○岡山県自殺対策推進センター
☎086・224・3133
(火・金9時半〜12時、13時〜15時)

【相談先】
このころの不調や不安などのサインを感じたら、一人で悩まず、早めに相談してください。

3月は全国的に自殺者数が最も多い月です
日本は自殺者数が多く、その数は全国で年間約2万人、県内では約200人以上です。
本市の自殺者数は、5年間（平成25年〜29年）の合計が46人、年平均9.2人で、そのうち、男性が7割以上を占めています。

3月は自殺対策強化月間

※祝日、年末年始を除く
○よりそいホットライン
☎0120・279・3388
※24時間対応
○備前保健所
☎086・272・3934
(8時半〜17時15分)
※土日祝、年末年始を除く
【相談先】
すこやかセンター
☎31・3310

4月2日は世界自閉症啓発デー

4月2日〜8日は「発達障害啓発週間」

自閉症を持つ人は、脳の発達の違いから「他人の気持ちや感情を理解すること」「言葉を適切に使うこと」「新しいことを学習すること」などが苦手な傾向にあります。
そのため、真面目に取り組んでいても誤解されることがあります。

自閉症などの発達障害は、日常生活で制限を受けることの多い障害です。
発達障害について理解することは、障害のある人だけでなく、誰もが幸せに暮らすことのできる社会の実現につながります。
皆さんのご理解とご支援をお願いします。
閏福祉政策課
☎32・5556

教育サポートセンターからのお知らせ

「ほっとタイム」不登校を考える保護者の会
学校に行きづらいお子さんのことを一緒に考えてみませんか。
【テーマ】不登校に寄り添って育てにくさを感じる子どもとともに
☎3月21日(土) 13時半〜15時半(奇数月第3土曜日)
対学校を休みがちなお子をもつ保護者

ほっとスペース家族の会

ニート・ひきこもりなど、社会に出づらいうら20〜30歳くらいのお子さんを持つ家族の座談会です。
毎月第3火曜日 14時〜17時
※途中参加可能
料無料
場園 教育サポートセンター
☎33・5115

風しんの抗体検査は受けましたか？

全国的に風しんが流行しているため、今まで予防接種の機会がなかった人を対象に、抗体検査・予防接種を実施しています。

- 対象／昭和37年4月2日〜昭和54年4月1日生まれの男性
- 料金／無料(クーポン券を持参)

抗体検査

クーポン券を持参のうえ、対象医療機関にて抗体検査を受検してください。

抗体あり

風しんへの抵抗力があります。

抗体なし

予防接種を受けましょう

風しんへの抵抗力がありません。

あなたは対象ですか？
自分と周りの人を守るために抗体検査・予防接種を受けましょう！

対象の男性へ！



市ホームページ



※詳しくは、市のホームページをご覧ください。

■問合せ／健康増進課 ☎31-3310

令和元年度中に発行したクーポン券の有効期限が延長されました

令和2年3月31日 → 令和3年3月31日まで延長

クーポン券が手元にない場合は、すこやかセンター窓口で発行します。

◆◆ お知らせ ◆◆

記号説明 日 日時 場 場所 申 申込み 締 締切 持 持ち物 問 問合せ

令和2年度ごみ分別収集カレンダーを配布します

ごみ分別収集カレンダーを各衛生組合を通じて、配布します。

枚数に不足が生じた場合は、環境保全課、東清掃センター、各市民センターでお渡しします。

問 環境保全課 32・5520

粗大ごみの臨時収集を行います

日 4月4日(土) 8時半～16時半

※粗大ごみのみ直接持ち込み可

※地区により収集時間が異なります。

申 電話 4月3日(金) 12時

※1点ごとに料金が必要

※直接持ち込むと、収集より料金が4割安くなります。

※品目や大きさにより料金が異なります。

※詳しくは、お問い合わせください。

場 申 問 東清掃センター 21・33383

下水道課からのお知らせ

紛らわしい訪問販売にご注意を！

排水設備の点検・清掃に関して、市の委託を受けているかのような紛らわしい

言葉を使って、訪問する業者が見受けられますが、市の委託で業者が各家庭に伺うことはありません。点検・清掃を依頼する場合は見積りや契約の内容を十分確認しましょう。

契約によるトラブルなどの相談は、岡山県消費生活センター(086・226・0999)へ。

下水道使用料・受益者負担金の使い道

○下水道使用料

家庭や事業所などから出る汚れた水をきれいにするため、主に下水道処理場

ポンプ場の運転管理や下水道管の清掃、補修といった

下水道施設の維持管理費用に使われます。

○受益者負担金

建設工事費の一部として使われます。新しく下水道が利用可能となった地域の

土地所有者などの皆さんに、土地の面積に応じて負担していただくものです。

問 下水道課 32・2777

国民健康保険の加入・脱退の手続きは忘れなく！

国民皆保険制度とは、すべての人が何らかの健康保険に加入する制度です。

次の事実が発生したら、14日以内に届け出をしてください。

加入

○出生

○退職などで社会保険などの資格を喪失した場合

○他の市町村から転入した場合 など

脱退

○死亡

○就職などで社会保険などの資格を取得した場合

○他の市町村へ転出する場合 など

必要書類

本人確認書類、マイナンバー確認書類など

※代理人の場合は委任状などをお持ちください。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 保険年金課 32・5528

忘れずに国民年金の手続きをしましょう

会社員・公務員など(2号被保険者)

○退職したとき

会社員・公務員などの配偶者(3号被保険者)

○配偶者が退職したとき

○配偶者の扶養でなくなつたとき

持 本人確認書類、マイナンバー確認書類など

※詳しくは、お問い合わせください。

問 保険年金課 32・5528

岡山西年金事務所 086・214・2163

国民健康保険に加入している人へ

第三者が原因でけがや病気をしたときは届出が必要です



交通事故などで保険証を使って治療を行った場合は、保険年金課へ「第三者行為による傷病届」などの提出が必要です。

※保険診療ではなく、自由診療(病院が治療行為について金額決定を行う)で全額病院へ支払った場合は、必要ありません。

第三者行為の対象となるもの

- ・交通事故(車、バイク、自転車など)
※自損事故も対象となる場合があります。
- ・傷害事件
- ・施設内での事故(介護、福祉、スポーツジムなど)
- ・飲食店などの食中毒
- ・他人の飼い犬や飼い猫にかまれた
- ・他人の落下物に当たった

この他にも該当になる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

■問合せ／保険年金課 32-5528

第8回

しずまり

10万匹に1匹!?

白ナマコ

～渋川マリン水族館だより～



会いにきてね～

皆さんを幸せに!

白ナマコは大変貴重なことから、昔から「縁起が良い」「幸運を呼ぶ」と言われています。なぜ白いのかというと、色素が欠乏するアルビノだからです。透明感があり、輝いて見えます。

■問合せ／渋川マリン水族館(玉野海洋博物館) 81-8111



税務課からのお知らせ

確定申告書第二表の記入漏れに注意してください

寄附金税額控除額、配当割額控除額、株式等譲渡所得割額控除額、生命保険料控除額の内訳など第二表が正しく記入されていない場合は、市民税・県民税額に影響が生じるため、提出前に再度確認してください。

平成31年度市民税・県民税納税通知書の発送について

新たに課税または税額が変更になった人に、平成31年度の普通徴収の納税通知書（随時分）を3月中旬（3月31日納期限）に発送します。

税額が変更になった人は、以前送付した納税通知書ではなく、今回送付する納税通知書を使用してください。

詳しくは、送付する変更（決定）通知書の「変更理由」をご覧ください。

※生活が苦しく、市民税・県民税の支払いが困難な場合は、そのままにせず、早目に相談ください。

農耕作業用自動車未登録の人は申告が必要です

農耕作業用自動車（刈り取り脱穀作業車を含む）や、小型特殊自動車（三輪を含む）をお持ちの人で、未登録の場合、申告が必要です。税務課までお越しください。

商品であって使用しない軽自動車等の軽自動車税種別割の課税免除について

中古軽自動車等販売業者が、商品として所有し、かつ販売を目的として展示している中古軽自動車等については、一定の要件を満たしていれば、申請により軽自動車税種別割が課税免除されます。

※申請書は税務課、市ホームページで入手可。

受付期間 4月1日（水）～10日（金）

共通
問 税務課

☎ 32・5510

県内の特定最低賃金改定

○船舶製造・修理業、船舶機関製造業…954円（令和元年12月18日改定）

○各種商品小売業…880円（令和元年12月25日改定）

特定最低賃金が適用されない労働者は、「岡山県最低賃金833円（令和元年10月2日改定）」が適用されます。

問 岡山労働局

☎ 086・225・2041

たまの思い出エピソード

王子ファンシーランド（1989年～1995年）は現在の「おもちゃ王国」の前に開園していた遊園地です。あなたの家にも写真が残っているかも！

娘が小さいころ、遊びに行きました。その時のキャラクターショーの写真です。
こどもはオオカミのキャラクターが怖くて大泣きしていたのを覚えています。懐かしいな～！
投稿者／キョロさん（玉野市／50代女性）



あなたや家族の思い出投稿してみませんか？詳しくはこちら↓



市ホームページ

平成29年9月25日に玉野市手話言語条例が施行され、平成30年5月号広報たまのから毎月手話を掲載しています。次回が24回目で2年経ちます。

これからも手話を共に学び、安心して暮らせるまちの実現を目指しましょう。



玉野市聴覚障害者福祉協会

手話をおぼえよう㊼

「花」

花が開くさまで「花」、「花が咲く」の意味を表します。

両手首を前後で合わせ、右に回転しながら、同時に手を開く。

■問合せ／福祉政策課 ☎ 32-5556

市ホームページ

バナー広告募集

- 募集枠／H60ピクセル×W120ピクセル
- 期間／月単位（最長年度内まで）
- 料金／1枠2万円（市内業者は半額）

玉野市 ホームページ 広告

検索

■問合せ／秘書広報課 ☎ 32-5533

広告

◆◆ お知らせ ◆◆

グロスターホームステイ事業が2年に1度の実施となります



毎年夏休みにアメリカの姉妹都市・グロスター市に中高生を派遣している本事業が、費用の見直しと参加者確保のため、募集人数を5人から10人に増やし、2年に1度の実施になります。

参加人数が増えることで参加費用が現在より抑えられる見込みです。令和3年度はホームステイを行わないので、参加を考えている中高生の皆さんは令和2年度での参加をご検討ください。(次回は令和4年度)

※詳しくは広報たまの4月号でお知らせします。

■募集期間／4月1日(水)～20日(月)(予定)



■応募方法／応募用紙に記入し、持参または郵送

※4月に学校を通してパンフレットと応募用紙を配布します。

※応募用紙は、4月1日(水)から秘書広報課、市ホームページ、各市民センターでも入手可。

■料金／10人参加の場合、自己負担額38万円程度(総経費58万円程度。助成金20万円(上限)あり)

※参加人数や為替、燃料の価格などの影響により変動する場合があります。

■問合せ／秘書広報課 ☎32-5500

ご存じですか?「栄養委員」

玉野市栄養改善協議会は創立45周年を迎えました

栄養委員とは、食生活の改善活動や健康づくりのための普及活動などを行っている地域の健康づくりボランティアです。

「私達の健康は私達の手で」をスローガンとし、市内14地区320人の栄養委員が、子どもから高齢者まで、食を通じた健康づくりを地域で展開しています。

○野菜摂取増加の推進活動(活動の一例)

栄養委員が考案した「野菜1皿70g」のレシピをカードにして、様々な場面で配布しました。

また、イベントを通して、野菜重量当てクイズなどを楽しみながら野菜摂取量の増加を呼びかけています。



■問合せ／すこやかセンター ☎31-3310



○栄養委員になるには

市が開催する「栄養教室」に参加し、食生活の改善や健康づくりに関する講習を受けます。

教室を修了し、栄養委員の活動を希望する人はどなたでも栄養委員になることができます。

栄養教室の募集は毎年4月に行っています。詳しくは広報たまの4月号をご覧ください。

3月9日は雑穀の日

～おいしく食べよう玉野雑穀～

3月9日(月)～15日(日)は、「全国雑穀週間」として、雑穀の魅力を発信し、全国で盛り上げていく一週間です。

健康のために、玉野産雑穀を食べてみませんか。

■日時／3月8日(日) 10時～(なくなり次第終了)

■場所／道の駅みやま公園直売所

■内容／○玉野産黒米を使ったお餅の無料配布(10時～)
※先着200人

○黒米、もち麦など雑穀の販売

○雑穀スイーツの試食販売

■問合せ／玉野市雑穀生産組合事務局
(道の駅みやま公園直売所内) ☎32-0115

広告



防災玉野市

情報収集編



■問合せ／危機管理課 ☎32-5560

地震や台風などの自然災害は、ある日突然やってきます。あらゆる方法で災害情報を入手し、災害に備えましょう。

☑ 玉野市防災メールマガジンから収集

台風接近や地震の際に気象情報や避難情報、震度などの防災に関する情報をメールでお届けします。

登録方法

- ①mail.tamano-city@raidan.ktaiwork.jp に空メールを送信
- ②自動返信メールのアドレスにアクセス
- ③必要事項を入力し、登録完了

注意事項

- メールの送受信にかかる費用は登録者の負担となります。
- ドメイン指定受信などの受信制限設定をしている場合は、設定変更が必要です。
- 【許可ドメイン／アドレス】 city.tamano.okayama.jp / jyouhou@city.tamano.okayama.jp



メール
(登録用)

👤☆ その他から収集

- 市ホームページ「防災情報」を検索
- 「おかやま防災情報メール」へ登録
- 県ホームページ「総合防災情報システム おかやま防災ポータル」を検索
- テレビ、ラジオ
- スマートフォンなどで各種防災アプリを取得
- 防災行政無線（市内 49 か所に設置）を聞く
- 防災広報ダイヤル（☎33-6610）で防災行政無線の放送内容を再確認



市ホームページ

3月1日～7日は春の火災予防運動

『ひとつずつ いいね!で確認 火の用心』

昨年、市内で発生した火災 22 件のうち、出火原因が「たき火」の火災は、全体の約 7 割 (15 件) を占めています。火災予防運動を機に一度、火災予防を心がけましょう。

■住宅防火いのちを守る7つのポイント

【3つの習慣】

- 寝たばこをしない。
- ストーブは、燃えやすいものから離す。
- 火のそばを離れるときは、必ず消す。

【4つの対策】

- 住宅用火災警報器を設置する。
- 住宅用消火器を設置する。
- 寝具、衣類及びカーテンなどは防災品を使う。
- 隣近所の協力体制をつくる。

■放火を防ぐ5つのポイント

- 家のまわりには、燃えやすいものは置かない。
- 門灯などをつけて明るくする。
- 物置などは必ず施錠をする。
- ゴミは必ず決められた場所・日に出す。
- 車やオートバイなどのカバーは防火性のものを使う。

■住宅用火災警報器の設置率は市内で70%

住宅用火災警報器の設置は義務です。未設置の家は、あなたと家族の命を守るために、一日も早く設置してください。

また、定期的な作動確認（ボタンを押す、ひもを引く）や10年を目安にした交換も大切です。



サイレンを鳴らします

火災予防運動周知活動の一環で、各地区消防団機庫のサイレンを鳴らします。

■日時／3月1日(日) 7時(約2分間)

火災で亡くなる原因で最も多い「逃げ遅れ」を防ぎ、火災から命を守るために、「住宅用火災警報器」を必ず設置しましょう!

■問合せ／消防本部予防課 ☎31-5712

市職員の給与などの状況

市職員の給与などについて、市民の皆様により一層のご理解をいただくため、その概要をお知らせします。

1 人件費の状況 (平成30年度普通会計決算)

住民基本台帳人口 (平成31年3月31日)	歳出総額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 (B/A)
59,328人	千円 22,727,645	千円 719,173	千円 4,757,524	% 20.9

(注)人件費には、市長・議員などの給料・報酬などを含んでいます。
普通会計とは、決算統計で用いられる会計区分で、玉野市の場合は、一般会計、市立玉野海洋博物館事業特別会計に、下水道事業会計の一部を合わせたものです。

2 職員給与費の状況 (平成31年度普通会計予算)

職員数 A	給 与 費				1人当たり 給与費 (B/A)
	給 料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B	
546人	千円 2,153,555	千円 483,298	千円 859,723	千円 3,496,576	6,403,985円

(注)給与費は当初予算に計上された額です。
給与費には共済費(民間の社会保険料相当分)を含んでいません。
職員手当には退職手当を含んでいません。

3 職員の初任給の状況 (平成31年4月1日現在)

区 分	初 任 給	採用2年経過後
一般行政職	大学卒	180,700円
	高校卒	148,600円

4 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額状況 (平成31年4月1日現在)

区 分	10年未満	10年以上 20年未満	20年以上 30年未満	30年以上
一般行政職	大学卒	232,688円	305,183円	381,942円
	高校卒	189,400円	296,433円	356,167円

5 一般行政職の標準職務別職員数の状況 (平成31年4月1日現在)

区 分	部長級	課長級	補佐級	係長級	主任級 主事級	計
職員数	10人	38人	64人	86人	83人	281人
構成比	3.6%	13.5%	22.8%	30.6%	29.5%	100.0%

(注)区分の欄は、代表的な標準職務を記載しています。

6 職員手当の状況

(1)期末・勤勉手当 (令和元年度) (2)退職手当 (平成31年4月1日現在)

区 分	期末手当	勤勉手当	区 分	自己都合	早期・定年
6月期	1.300月分	0.925月分	支 給 率	勤続20年	19.6695月分
12月期	1.300月分	0.975月分		勤続25年	28.0395月分
計	2.600月分	1.900月分		勤続30年	34.7355月分
				勤続35年	39.7575月分
				最高限度	47.709月分
			1人当たり平均 支給額(30年度)		144万円
					1,988万円

(3)特殊勤務手当 (平成30年度)

- 職員全体に占める手当支給職員の割合…… 47.6%
- 支給職員1人当たり平均支給年額…… 34,980円
- 手当の種類…… 16種類
- 手当の内容……じん芥処理作業に従事したとき、災害対応業務に従事したとき、汚泥処理作業に従事したときなど

(4)時間外勤務手当 (平成30年度)

- 支給総額…… 13,278万円
- 支給対象職員1人当たり平均支給年額…… 311,691円

(5)その他の手当 (平成31年4月1日現在)

- 扶養手当……配偶者、子どもなどの区分により扶養親族1人につき6,500～15,000円
- 住居手当……借家の家賃により最高27,000円
- 通勤手当……交通機関利用者は運賃を基礎として最高55,000円、自動車などの使用者は距離区分により5,400円～16,100円

7 特別職の報酬などの状況 (令和元年度)

区 分	給料・報酬月額 (減額前)	期末手当支給割合			退職手当	
		6月期	12月期	計	(算定方式)	(1期の手当額)(支給時期)
市 長	752,000円 (減額前 940,000円)	2.225月分	2.275月分	4.50月分	給料月額×在職月数×0.4	18,048千円 任職ごと
副市長	679,500円 (減額前 755,000円)				給料月額×在職月数×0.25	9,060千円 任職ごと
教育長	598,500円 (減額前 665,000円)				給料月額×在職月数×0.15	3,591千円 任職ごと
議 員	450,000円	1.875月分	1.925月分	3.80月分	—	—

- (注) 1 市長、副市長、教育長の給料月額は、減額後のものです。ただし、退職手当については、減額前の給料月額で計算します。
2 退職手当の「1期の手当額」は、条例上の給料月額及び支給率に基づき、市長、副市長については、1期(4年=48月)在任した場合、教育長については、1期(3年=36月)在任した場合における退職手当の額です。

8 給与の減額の状況

厳しい市の財政状況の中、事業実施のための財源を確保するため、次の減額を行っています。
○昨年度に引き続き、給料を市長は20%、副市長、教育長は10%減額しています。なお、期末手当は、この減額後の給料月額を元に計算されます。

9 部門別職員数の状況 (各年4月1日現在)

区 分	職員数		対前年増減数	
	平成30年	平成31年	平成30年	平成31年
一 福 祉 社 行 政 係 を 除 く	議 会	6	6	0
	総 務	92	90	△ 2
	税 務	25	26	△ 2
	労 働	1	1	0
	農林水産	18	18	0
	商 工	9	9	△ 1
	土 木	36	36	△ 1
	小 計	187	186	△ 6
福 祉 関 係	民 生	106	110	1
	衛 生	39	37	△ 1
	小 計	145	147	0
一般行政 計		332	333	△ 6
特 別 行 政	教 育	100	96	△ 1
	消 防	119	117	2
	小 計	219	213	1
普通会計 計		551	546	△ 5
公 営 企 業 な ど	水 道	18	19	0
	下 水 道	20	20	0
	病 院	131	133	9
	そ の 他	28	28	△ 1
	小 計	197	200	8
合 計		748	746	3

※ 職員数は、一般職に属する職員数で、退職者、派遣職員などを含み、臨時及び嘱託職員を除いたものです。

図書館・中央公民館ガイド

(文化センター)

※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。

●ギャラリー●

2月26日(水)～3月1日(日)	令和元年度中央公民館グループ・サークル作品展	9時～17時	※最終日は16時まで
3月 3日(火)～ 8日(日)	令和元年度中央公民館グループ・サークル絵画作品展	9時～17時	※初日12時から最終日16時まで
3月14日(土)～19日(木)	住吉写真展・灘崎ひょうたん組合 写真展・作品展	9時～17時	※初日13時から最終日16時まで
3月21日(土)・22日(日)	有田書道塾 書道展	9時～17時	※22日は15時まで
3月26日(木)～29日(日)	UNO 絵画教室 第14回UNO絵画作品展	9時～17時	※最終日は16時まで

中央公民館 ☎31-3711

《令和元年度 利用者と館長との懇談会》

テーマ『～開館3年を振り返って～
皆様と考えるこれからの玉野市立図書館・中央公民館』

■日時/3月20日(金・祝) 13時半～15時半

■場所/第1・2研修室

■定員/20人(先着順)

■締切/3月19日(木)

総合カウンターまたは電話にてお申込みください。

《バリアフリー上映会》 上映作品『船を編む』

■日時/3月22日(日)
13時半～ ※13時開場

■場所/多目的室(大)

■定員/100人(先着順・
申込不要)

音声ガイドや字幕を
付けた映画を上映します。



《小説に出てくるクラシックの 世界を楽しもう!》

■日時/3月29日(日)
14時半～16時
※14時開場

■場所/多目的室(大)

■定員/50人(先着順・申込不要)
小説の中に登場するクラシック曲を
シーンの解説とともに、ピアノの
生演奏でお楽しみください。



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。

3月4日 (第1水曜日)	10:00～10:30	大崎公民館
	10:50～11:30	横田公民館
	14:00～14:30	日比幼稚園前
3月11日 (第2水曜日)	10:00～10:30	玉原公園(交番となり)
	10:50～11:30	荘内南幼稚園前
	14:00～14:30	向日比1丁目 コミュニティハウス
3月17日 (第3火曜日)	10:00～10:30	さくらのさく郷
	11:00～11:30	ケアハウス コスモス
	11:50～12:30	番田公民館
	14:30～15:00	東紅陽台2丁目集会所

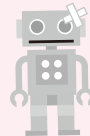
＊＊新着図書のご案内＊＊

暁天の星 樺野 道流
本意に非ず 上田 秀人
虎を追う 櫛木 理宇
スワン 呉 勝浩
妻の終活 坂井 希久子
夜はおしまい 島本 理生
カッコウの微笑み 福田 和代
まちがいまちによろこ 齊藤 倫
そ 村上 康成
リュックをしょって アドリブ 佐藤 まどか

※最新の新着図書については、
図書館新刊案内をご覧ください。
(各市民センターにあります)

＊おもちゃの病院＊

■日時/3月28日(土)
10時～14時
■場所/多目的室(大)
■料金/原則無料
※壊れたおもちゃと部品、
説明書、新しい電池を持
ってきてね♪
※コンピュータ
ゲーム機はお
取り扱いでき
ません。



♪ おはなしのへや定例イベント♪

●おはなしどんでんランド

3月14日(土) 10時半～11時

■テーマ/ありがとう

■内 容/読み聞かせ、紙芝居ほか

■出 演/絵本だいすきたまの

●えいごで本をたのしもう!

3月21日(土) 10時半～11時

■対 象/4歳以上

■内 容/読み聞かせ、紙芝居ほか

■出 演/TOBY

●おはなしのひろば

3月28日(土) 10時半～11時15分

■テーマ/新生活

■内 容/読み聞かせ、紙芝居ほか

■出 演/絵本だいすきたまの

3月の休館日
図書館・中央公民館

2日(月)、9日(月)～13日(金)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

※休館中は返却ポストへ。DVD、相互貸借の本は開館中に総合カウンターまでお持ちください。

図書館 ☎31-3712

広告



子育てサポート



子育て支援センターだより

子育て広場(園庭開放)へ遊びに来てね!

同世代の子どもたちと出会うチャンスです。

■開放日/毎週火・木曜日(9時半～11時)

■場所/各支援センター

■対象/就学前の子どもと保護者

【保育園・こども園の園庭開放日 3月実施日】

田井11日 宇野 11日 玉4日 和田4日

渋川4日 大崎4・18日 八浜11日

サンマリン11日 銚立11日 紅陽台ちどり4日

子育て広場(プレイルーム)で一緒に遊ぼう

保育士が訪問します。

■日時/3月11日(水) 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受け付けます。

■利用日/月～金曜日(電話または来園)

【保健師来園日】

保健師が育児・健康などについての相談に応じます。

築港ちどり保育園 3月10日(火) 10時半～11時

槌ヶ原ちどり保育園 3月19日(木) 10時半～11時

あちらこちらで木の芽が膨らみ始め、春がやってきましたね。
暖かい日には親子で散歩を楽しみ、春の草花を探してみませんか?

子育て支援センター職員

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、お子さんを預かります。

※事前登録が必要

■対象/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できます。(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

■料金/1日1,800円(おやつ・昼食代を含む)

■場所/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

※登録時には印鑑をお持ちください。

令和2年度の利用登録

年度ごとに登録が必要です。現在登録している人も再登録してください。

■登録受付/3月16日(月)～

◆問合せ/

地域子育て支援センター

玉原認定こども園/玉原2-7-41

☎31-6192

築港ちどり保育園/築港2-15-16

☎21-3347

槌ヶ原ちどり保育園/槌ヶ原948

☎71-3042

就学前教育課/市役所3階

☎32-5573

予防接種を受けましょう

3月1日～7日は「子ども予防接種週間」

4月からの入園や入学、進級に備え、必要な予防接種を受けて、病気を未然に防ぎましょう。

不明な点は、かかりつけ医またはすこやかセンターへ相談してください。



ワクチンで防げる
病気から子どもたち
を救いましょう!

■問合せ/すこやかセンター ☎31-3310

親子の健康づくり

場所: すこやかセンター ☎31-3310

★印の行事は予約制 ☆印の行事は案内文をお送りします。

日曜日	事業名	時間
5 木	★幼児の発達相談	9時～
6 金	☆乳児健診(R1年5月生)	13時15分～14時
10 火	☆3歳児健診(H28年9月生)	13時15分～14時
11 水	育児相談	10時～11時
17 火	★幼児の発達相談	9時～
19 木	☆1歳6か月児健診(H30年8月生)	13時15分～14時
24 火	★ハローベビースクール	14時～15時半
25 水	らくらく離乳食教室	13時半～15時
4/3 金	☆乳児健診(R1年6月生)	13時15分～14時

広告



※新型コロナウイルス感染症予防のため、イベントの一部に変更があります。
詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

子育てサポート



児童館だより



児童館ホームページ

えほんの時間

- 日時／3月4日・11日・18日・25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～就園前の子どもと保護者



えほんの時間の様子

ぷちにごタイム

- 日時／3月5日(木) 14時～(15分程度)
- 内容／手遊び・ふれあい遊び・パネルシアターなど
- 対象／0歳～就園前の子どもと保護者

参加
自由

参加
自由

にこにこタイム

- 日時／3月6日(金) 10時半～(40分程度)
- 場所／児童館
- 内容／大きな紙や長い紙にお絵かきしてみよう！
※汚れても良い服装でお越しください。
- 対象／1歳～就園前の子どもと保護者

参加
自由

わくわくランド(巡回児童館)

- 日時／3月12日(木) 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・エアージャンプ・新聞紙
を使って遊ぶなど
- 対象／0歳～就園前の子どもと保護者

参加
自由

ぴよぴよタイム

- 日時／3月19日(木) 10時半～(40分程度)
- 場所／児童館
- 内容／子育てママの体幹トレーニング
- 対象／生後3か月～3月で1歳になる子どもと保護者

参加
自由

共通

◆場所・申込み・問合せ／児童館 ☎32-3778

休館日 3月2日(月)、9日(月)、12日(木)、16日(月)、
20日(金・祝)、23日(月)、30日(月)

あなたの子育てを応援！
不安や心配なことは相談！
誰でも気軽に利用可能！

子育て世代包括
支援センター
たまのっこルーム



子育て世代包括支援センターとは、妊娠期から子育て
期にわたる切れ目のない子育ての支援を目指した機
関です。

専用の個室(たまのっこルーム)があり、赤ちゃんの
健康や成長をはじめ、離乳食の作り方など育児に関す
る悩みなどを保健師や栄養士に相談できます。

- 日時／平日 8時半～17時15分
- ※予約不要
- 場所・問合せ／すこやかセンター ☎31-3310

ハローベビースクール(両親学級)

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。

- 日時／3月24日(火) 14時～15時半
(受付13時45分～)
- 対象／妊婦、パートナー、家族
- 内容／妊婦体験、沐浴体験、赤ちゃんの抱っこ体験、
先輩パパママの体験談、保健師の話など
- 定員／20組
- 料金／無料
- 持ち物／親子健康手帳
- 申込み／電話(要予約)
- 場所・申込み・問合せ／
すこやかセンター ☎31-3310



広告

市制80周年に向けて

玉野市の歩み -1ページ-

市制80周年
8月3日まで
あと5か月
玉野市

○あなたは玉野市を知っていますか？

玉野市について、住んでいても知らないことがあるかもしれません。市制80周年に向けて玉野市の歩みを振り返ります。

初回（1ページ目）は、「玉野市」という市名になるまでの物語。玉野市が誕生した昭和15年8月3日までの数か月には譲れない闘いがありました。



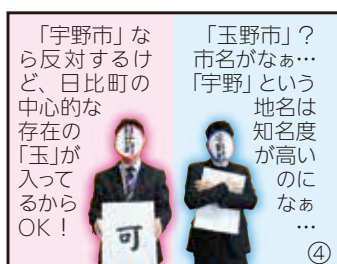
宇野町、日比町の両町共に合併に賛成。



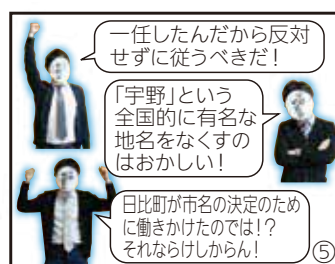
県知事に市名などを一任。順調な合併協議の進行を新聞で褒められる。



県知事から両町に「玉野市」になると通知があり、意見を求められた。



日比町は納得したが、宇野町は市名が不満などの意見が出てまとまらず、意見書を提出しなかった。



宇野町民の中でも様々な意見が出てきた結果、反対意見が強固なものとなった。



宇野町会は意見書を「却下」で提出。全国初の出来事として報道された。



その後、宇野町町民大会は賛成したが、自警団は反対。様々な市名も話題に上がったが、うまくいかなかった。



県知事は再考を求め、地場企業もなだめたが姿勢は変わらなかった。県知事は辞任覚悟で上京。



内務省が総合的に判断し、「玉野市」として市が誕生することとなった。

編集後記

岡山弁って
おもれえな⑨



三猿の「見ざる・聞かざる・言わざる」は有名ですね。岡山弁で言うとイラストのようになります。

今月の特集で認知症初期症状のチェックリストを掲載しました。認知症を早期発見したり、予防したりするためには、家族などの支援が必要です。家族で「よく見て・よく聞いて・よく話して」みてはいかがでしょうか。

岡山弁では「よお見よーる・よお聞きよーる・よおよーる」と言います。まずは対象者をよく見て、対象者や家族の話をよく聞いて、自分や家族の意見をよく言ってみてください。

Instagram



「#すみたま」をつけて投稿された写真の中から、とっておきの1枚をご紹介します。



フォロー1,727人
(2月1日現在)

公式インスタグラム



Find us on Facebook

公式フェイスブック

今月の1枚はこちら!

1月14日(火)から県内のセブンイレブンで販売されている「温玉めし風おむすび」。ぜひご賞味ください!

投稿者:
yurihanadaさん

いいね! 2,809人
(2月1日現在)

発行・編集

岡山県玉野市政策財政部秘書広報課 〒706-8510 岡山県玉野市宇野1-27-1
TEL 0863 (32) 5533 FAX 0863 (32) 5507
Eメール <https://www.city.tamano.lg.jp> / kouhou@city.tamano.lg.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

