



石飛厚志新市長 初登庁（2月1日）

- 2ページ 市長就任のごあいさつ
- 4ページ 新型コロナウイルスワクチン接種 ほか
- 6ページ うんなん日和
- 10ページ 雲南病院だより
- 15ページ わが家のHOPE
- 18ページ 市役所からのお知らせ ほか
- 28ページ イベント情報 ほか



ママと一緒にお仕事！
お試し「子連れオフィス」開所セレモニー（6ページに記事掲載）

市長就任

のごあいさつ

雲南市の明るい未来をめざして

雲南市長

石^{いし}飛^{とび}厚^{あつ}志^し

1月31日に行われた雲南市長選挙におきまして、市民の皆様のご支援を賜り、市政を担うこととなりました。市政を停滞させることなく、雲南市発展のため、全力で市政運営に取り組んでまいりる所存でございますので、皆様のご支援、ご協力を賜りますようお願いいたします。

私は、市民の皆様の声に耳を傾け、時代の変化や社会の変化に適切に対応し、是々非々の姿勢で市民本位の行政を展開してまいりますので、市民の皆様にも積極的に市政に参加していただきたいと存じます。また、市職員全員が市民の皆様と同じ目線に立って、皆様に寄り添いながら課題解決を一緒に取り組んでまいります。

激しい選挙戦では、厳しい戦いを行ってまいりましたが、ラグビーで申し上げますと「ノーサイド」、戦いが終われば手を取り合って雲南市が抱える課題と一緒に取り組んでまいりたいと考えております。

市政運営にあたって、私の基本的な考え方を申し上げます。

まずは、新型コロナウイルス対策であります。

県と協力しながら全力で進めます。具体的には、ワクチン

ソーシャル
ディスタンス

雲南市



UNN



▲当選証書を受け取る石飛市長



▲市長室で取材を受ける石飛市長

市長プロフィール

- 【氏名】 石飛 厚志
- 【出身】 雲南市掛合町掛合
- 【生年月日】 昭和41年7月12日（54歳）
- 【趣味】 アイスホッケー、オートバイ

主な経歴

- 平成2年3月 早稲田大学法学部卒業
- 平成2年4月 島根県庁入庁
- 平成5年4月
- ～平成9年3月 自治省（現 総務省）に出向
- 平成28年4月 島根県立中央病院経営部長
- 平成31年4月 島根県健康推進課管理監
- 令和2年12月 島根県庁退職
- 令和3年2月1日 雲南市長就任

の子防接種をスムーズに提供できるように、万全の体制づくりを進めます。また、大きな影響を受けている飲食店などの存続に対する支援をさらに進めてまいります。

次に農業を基本とした地域経済の活性化対策であります。

雲南市は、地域資源に恵まれており、これまでもこうした地域資源を活かした農業振興への取り組みは行われており、今後も継続します。また、兼業農家の皆様の耕作意欲の向上や経営の安定化対策として、有害鳥獣の駆除を促進し、耕作放棄地の復元利活用の推進など対策を講じます。

次に人口減少対策であります。

子どもの声があふれる明るい雲南市をめざし、分娩体制、保育・預かり施設の整備を通じて、地域ぐるみで子育てを支援し、安心して子どもを産み育てることができる環境を整える必要があります。青少年のスポーツ、文化活動を積極的に支援し、お互いを認め合える仲間づくりや出会いの場の創造につなげ、雲南市を誇りに思う人材の育成を図ります。

また、これまで雲南市が進めてきた「市民と協働のまちづくり」をさらに進め、市民の皆様、企業の皆様のお力を借りながら、この雲南市に住む方々が誇りを持って暮らせる社会を一緒になってつくってまいります。私は、その誇りを「雲南プライド」というキーワードで呼称することを提案します。この「雲南プライド」が雲南市産の物産、あるいはスポーツや文化活動を行う市民の皆様の胸に、そして市民の皆様の心にさんぜんと輝くように一緒になって頑張ってまいります。

終わりになりますが、雲南市の明るい未来に向かって粉骨砕身の気持ちで着実に取り組みを進めてまいりますので、市民の皆様のご理解ご協力を賜りますようお願いを申し上げます、私の市長就任のごあいさつといたします。

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に関するお知らせ

コビッドナインティーン

vol.8



※掲載している情報は2月15日現在の情報です。最新の情報は市ホームページや問い合わせ先で確認してください。

ワクチン接種

新型コロナウイルスワクチン接種実施本部設置

問ワクチン接種対策室 ☎0854-40-1043・行財政改革推進室 ☎0854-40-1021

新型コロナウイルスワクチンの住民接種を円滑かつ迅速に実施するため、2月15日に「**新型コロナウイルスワクチン接種実施本部**」を設置しました。また同日、その事務局として健康福祉部健康推進課内に「**ワクチン接種対策室**」を置き、接種開始に向けた準備を進めます。



ワクチン接種

新型コロナウイルスワクチン接種の接種券をお届けします

問ワクチン接種対策室 ☎0854-40-1043

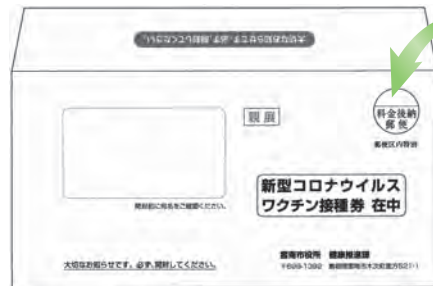
■接種券送付時期

3月中旬から**65歳以上の高齢者の方（昭和32年4月1日以前に生まれた方）**へ順次送付します。

※65歳未満の方は、4月中旬以降の発送予定です。

※送付対象者を変更する場合があります。

届いた接種券は**接種が始まるまで大切に保管してください。**



▲この封筒でお届けします



▲接種券イメージ
(※変更になる場合があります)

■ワクチン接種開始時期・場所

詳細が決まりましたら音声告知放送や市ホームページなどでお知らせします。

～新型コロナウイルスワクチン接種～

新型コロナウイルス感染症が、国民全体に大きな影響を与えています。

新型コロナウイルスワクチン接種は、生命・健康を損なうリスクの軽減や医療への負荷の軽減、さらには社会経済の安定につながることを期待されることから臨時接種として国の指示のもと実施するものです。ワクチンの詳細は追ってお知らせします。

ワクチン接種を受ける方には、ワクチン接種による感染症予防の効果と副反応のリスクの双方について理解した上で、自らの意思で接種を受けていただくこととなります。

接種費用は**無料**です。

新型コロナウイルスワクチン接種券に係る問い合わせ先：

「新型コロナウイルスワクチン接種相談センター」 ☎ 0854-40-1098

新型コロナウイルス感染症の影響により、その世帯の主たる生計維持者の収入が減少した世帯の方は国民健康保険料や後期高齢者医療保険料が減免となる場合があります。

今年度の申請提出期限は **令和3年3月31日(水)** です。

令和元年中に比べて**令和2年中の収入が3割以上減少した場合**は相談してください。

なお、詳細などは市ホームページに掲載しているほか、申請書は税務課または各総合センター市民福祉課で取得できます。

納付が困難な方は債権管理対策課までお早めに相談してください。

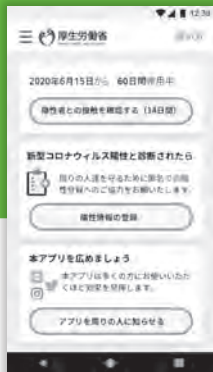
徴収猶予の「特例」を受けられた方へ

- ・ 猶予許可通知書で猶予の期限を確認していただき、猶予期間の終了日までに納付してください。
- ・ 猶予の期限までに納付ができない場合、申請によりほかの猶予を受けられることがあります。この場合、現在の猶予期限までに手続きを完了させる必要があります。

注意点

- ① 猶予期間の終了日は、猶予許可通知書により確認してください。
- ② 猶予期間の終了日までに納付されない場合には、延滞金が発生し、督促状が送付されることがあります。
- ③ 法人市民税と市県民税（特別徴収）については、^{エルタックス}eLTAXからも「徴収の猶予」の申請が可能です。詳しくは地方税共同機構のホームページをご覧ください。

新型コロナウイルス接触確認アプリのインストールをお願いします



厚生労働省

新型コロナウイルス接触確認アプリ
(略称：ココア)

COVID-19 Contact Confirming Application

接触確認アプリは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです

1メートル以内、15分以上の接触した可能性



- ・ 接触に関する記録は、端末の中だけで管理し、外にはなりません
- ・ どこで、いつ、誰と接触したのかは、互いにわかりません
- ※ 端末の中のみで接触の情報（ランダムな符号）を記録します
- ※ 記録は14日経過後に無効となります
- ※ 連絡先、位置情報など個人が特定される情報は記録しません
- ※ ブルートゥースをオフにすると情報を記録しません

- 本アプリは、利用者ご本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能（ブルートゥース）を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができるアプリです。
- 利用者は、陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることを期待されます。

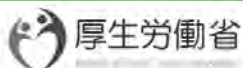
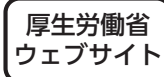
iPhoneの方はこちら



Androidの方はこちら



詳しくはこちら



内閣官房 新型コロナウイルス感染症対策推進室
情報通信技術(IT)総合戦略室

うんなん日和

まちの話題を
紹介します



雲子ちゃん

1/21(木)

子育て中の女性が「働く」、「学べる」、「つながる」、「挑戦」できる複合的な拠点「子連れオフィス」完成



子育てしながら働きやすい環境づくりに向けた取り組みとして、㈱LIFULL FaM（代表取締役 秋庭麻衣さん）、三刀屋地区まちづくり協議会（会長 上代 眞さん）および雲南市の三者が連携し整備を進めていた「子連れオフィス」が、みとや世代間交流施設「ほほ笑み」内に試験的に開所し、これを記念したセレモニーを開催しました。

当日は上代会長や子育て中の女性など関係者がテープカットを行い、開所を祝いました。オンラインにより参加された秋庭さんは「子育てと仕事を一人で黙々と自宅で行うと気持ちが沈むこともある。みんなが集まれる場があることが大切で、仕事や育児を相談しながら取り組み、コミュニティが形成されるとお母さん、そして子どもの“ハッピー”につながる」とあいさつされました。

「子連れオフィス」は、市内の子育て中の女性が

在宅ワークだけでなく、週数回、顔を合わせ一緒に仕事をするにより孤立化を防ぎ、「仕事」と「子育て」の両立をめざすオフィスです。

4月からのオフィス本格稼働へ向け、地域の仕事も受けられるよう、運営体制を整えていきます。



▲子連れオフィスの様子

1/31(日)

第20回ラメール 小中管弦打独奏コンクール



小・中学生を対象とした管弦打楽器の独奏コンクールが、加茂文化ホールラメールを管理運営する㈱キラキラ雲南の主催により同施設で行われ、県内で音楽を学ぶ小中学生が参加しました。

今年度は新型コロナウイルス感染症の影響で多くのコンクールやコンサートが中止となる中で、音楽を学ぶ学生に発表と学びの機会を作りたいとの想いか

入賞者は以下のとおりです。（敬称略）

第1位 小林 眞子さん

（ヴァイオリン・島根大学教育学部附属中1年）

第2位 荊尾 勘太さん（フルート・大田二中2年）

第3位 並河 碧光さん（ヴァイオリン・内中原小6年）

ラメール賞（審査員特別賞）

日野原 楓さん（トランペット・邑智中2年）

ら、万全の感染症対策を講じたうえで開催されました。

参加者一人ひとりが真剣に音と向き合い、ひたむきに演奏する姿に、会場からは惜しみない拍手が送られました。審査には、島根大学教育学部准教授の小坂達也さんをはじめ、県内で指導や演奏をされている先生方があたられ、出演者一人ひとりに具体的なアドバイスや励ましのコメントが贈られました。



▲第1位に入賞した小林さん

2/4 木

令和元年度 雲南市優良建設工事表彰式



雲南市では、令和元年度に施工した建設工事の中から優秀な工事を選定し、施工技術の向上と適正な施工の確保を図る目的で、優良建設工事表彰を行いました。

今年度は一般土木5件、建築工事4件、設備工事5件の工事（下記一覧）が受賞し、石飛市長から各部門の代表1社に表彰状が贈られました。

あいさつをする梅木建設(株)代表取締役
梅木聖司さん



部門	工事名	施工業者
一般土木	企業団地関連道路整備事業 市道宇治三代線道路改良工事（第8期）	株式会社常松土建
一般土木	公共土木施設災害復旧事業 平成29年災第374号 元神大別成木線道路災害復旧工事	梅木建設株式会社
一般土木	三刀屋木次 IC 周辺地区都市再生整備計画事業（仮称）元気パーク整備工事（その2）	株式会社都間土建
一般土木	農業用施設災害復旧事業 平成30年災第517/74号 飯石広域農道災害復旧工事	株式会社中澤建設
一般土木	交付金活用道路修繕事業 市道山方寺領線法面対策工事	株式会社渡部特殊土木
建築工事	給食センター建設事業（仮称）雲南市統合学校給食センター建設工事（建築主体）	梅木建設・植田建設・スヤマ産業特別共同企業体
建築工事	清嵐荘整備事業 国民宿舎清嵐荘建設工事（建築主体）	松江土建・都間土建・岡田建設特別共同企業体
建築工事	健康づくり拠点整備事業 雲南市加茂B & G海洋センター改修工事（建築主体）	植田建設・田中工業・都間土建特別共同企業体
建築工事	菅谷たたら山内保存修理事業 令和元年度菅谷たたら山内三軒長屋保存修理工事	有限会社山根建設
設備工事	清嵐荘整備事業 国民宿舎清嵐荘建設工事（電気設備）	島根電気・大成電気水道工業特別共同企業体
設備工事	清嵐荘整備事業 国民宿舎清嵐荘建設工事（機械設備）	新和設備・山陰クボタ・木次設備特別共同企業体
設備工事	給食センター建設事業（仮称）雲南市統合学校給食センター建設工事（電気設備）	三和電気・日新電気特別共同企業体
設備工事	給食センター建設事業（仮称）雲南市統合学校給食センター建設工事（機械設備）	島根水道・木次設備特別共同企業体
設備工事	健康づくり拠点整備事業 雲南市加茂B & G海洋センター改修工事（電気設備）	八興電気・ミケン電設特別共同企業体

2/5 金

雲南市功労表彰並びに 自治功労表彰 表彰式



令和2年度雲南市功労表彰並びに自治功労表彰表彰式を雲南市役所で行い、雲南市功労表彰（9人・1団体）および雲南市自治功労表彰（6人）、感謝状（1団体）（受賞者は18ページに掲載）の授与などを行いました。

受賞された方々を代表して高尾 肇さん（三刀屋町）は「私たちも雲南市の発展の一助を担わせていただいたことを心より嬉しく思う。今後も雲南市のさらなる発展のために受賞者一同それぞれの立場で役目を果たしていく」と謝辞を述べられました。



▲受賞された皆さん

すてきなオンリーワン すまいるナンバーワン すのままでベストワン

～一人ひとりの違いを大切に～

【問】子ども家庭支援センター「すワン」 ☎0854-40-1067

金子^{かねこ}みすゞさんの代表的な詩「わたしと小鳥と鈴と」の中に「みんなちがって みんないい」という一文があります。この言葉のように大人も子どもも一人ひとりの違いを認め合えるような、一人ひとりが生き生きと自分らしさを発揮していけるような、そんな子育てや社会づくりを雲南市はめざしています。

一人で悩まず、 ワンストップ相談窓口「すワン」へ気軽に相談してください

雲南市では、幼児期からの子どもの発達や不登校および就労などの支援を行う総合的な相談窓口として、雲南市子ども家庭支援センター（愛称「すワン」）（以下、「すワン」）を設置しています。

「すワン」は、悩みをもっているお子さん自身、保護者や学校など、お子さんの在籍先、地域の方々からの相談に応じ、さまざまな専門機関と連携しながら問題解決のお手伝いをしています。

…こんな悩みはありませんか？

病気、離婚などのさまざまな事情により子育てに悩んでいる。



言葉の遅れなど子どもの発達が心配だ。



落ち着いて話が聞けない。



人の気持ちが分かりにくい。

字を読んだり書いたり苦手。



相 談

ワンストップ相談窓口 子ども家庭支援センター「すワン」

☎ 0854-40-1067

電話・面接・訪問による相談を受け付けています

※要事前予約。

※秘密厳守で、相談は無料です。



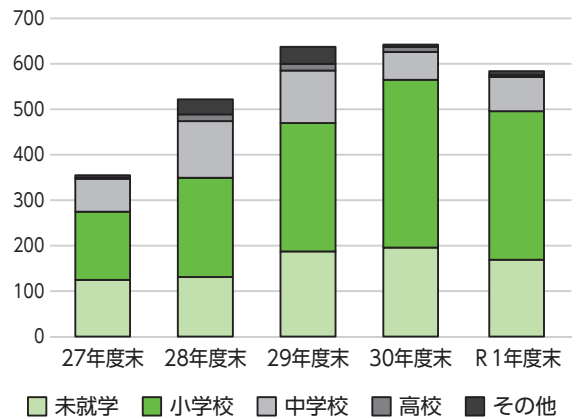
相談件数と内容

「すワン」が子どもや家庭に関わる相談窓口の一元化として平成27年4月に開設されてから6年が経ちます。「すワン」に寄せられる相談は年々増加傾向にあり(図1)、中でも幼児期から高校生の年代までの子どもの成長や発達に関する**教育相談**が総数の9割近くを占めています。特に「発達症」(これまで「発達障がい」と呼称されていたもの)に関連する相談、特別支援教育*に関わる**教育相談**が多くなっています(図2)。

*障がいのある幼児児童生徒の自立や社会参加に向けた主体的な取り組みを支援する視点に立ち、子どもの困っていることを把握し、持てる力を高め、生活や学習上の困難を改善または克服するため、適切な指導および支援を行うもの

<文部科学省ホームページより引用>

図1. 「すワン」相談件数



発達症の子どもの理解と支援を広げよう

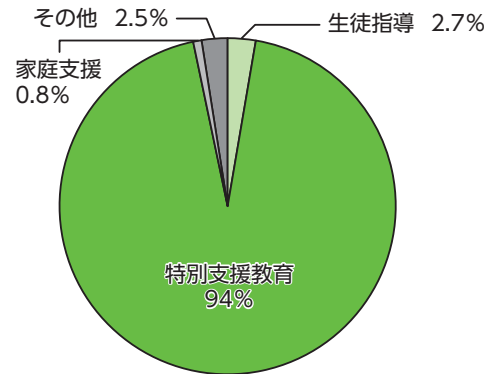
発達症とは

発達症は病気ではありませんが、何らかの要因で中枢神経に機能不全があることによって、コミュニケーションや行動、学習などの能力に偏りが生じると考えられています。医師が診断しますが、症状が合併して現れる場合もあります。

本人や家族、周囲の方々が発達症についてよく理解し、本人にあったやり方で“過ごし方”を工夫することができれば、本人の本来の能力をしっかりと生かせるようになります。

発達症はおおむね以下のようなタイプに分けられています。

図2. 令和元年度 相談の内訳



エルディー LD (学習症)	聞く、話す、読む、書く、計算する、推論する能力のうち、特定のものの習得と使用に著しい困難を示すもの ・読むことが苦手 ・文字を正しく書けない ・文章問題が解けない ・計算が苦手 など
エーディー ADHD (注意欠如多動症)	年齢などから見て不釣り合いな注意力、衝動性・多動性が認められ、活動や学習に支障をきたす状態を示すもの ・集中が続かない ・忘れっぽい ・気が散りやすい ・思いつきで行動する など
エーエスディー ASD (自閉スペクトラム症)	他人との意思疎通や対人関係の形成が難しい状況を示すもの ・あいまいな表現だと分からない ・場の空気が読めない ・感覚が過敏 など

「すワン」からのお願い

保護者の皆さんへ

早めの気付き 早めの相談を。

発達症は家庭や在籍先などでの早期の気付きが重要です。気付きから子どもの状況を正しく理解して子どもの学びやすい、生きやすい環境を整えることが大切です。困ったときは、まずは近くの人や在籍先、「すワン」などに相談しましょう。

地域の皆さんへ

温かな目でサポートを。

子育てに問題があるという捉え方の前に、「何か困っているな?」、「手伝えることはないかな?」という思いで声を掛けてみてください。一緒に子育てを考えていくことで保護者は安心され、解決の糸口が見つかるかもしれません。

雲南病院だより



新型コロナウイルス感染症

親密な関係を保ち予防する

新型コロナウイルス感染症対策室 内科 遠藤 健史
えんどう たけし

新型コロナウイルスが発生し約1年が経ちました。未だに決定的な予防法や治療法が無く、これからも感染症対策を継続していく必要があります。昨年、厚生労働省の方針で発熱などの症状が生じた場合、かかりつけ医療機関（※時間外は救急外来のある医療機関、かかりつけ医療機関がない場合は「健康相談コールセンター」）に相談することとなりました^[1]。この方針に対応するため、雲南市では、病院、診療所、雲南医師会、雲南保健所が連携して診療体制を整え、雲南保健所に相談窓口も開設されました^[2]。ただ、医療機関・介護施設の新型コロナウイルス対策は、建物の構造や勤務職種が施設毎

に異なり一律の方法が決まらないという問題がありました。そこで、雲南保健所に雲南圏域（飯南・奥出雲含む）の各施設を結んだWeb^{ウェブ}研修会や各施設（主に介護施設）の現地点検・指導を行っていただくことで、各施設の環境に合わせた体制整備を進めてきました。

こうした体制整備が進んできていても、「新型コロナウイルスに感染したら、この地域で住みづらくなるのでは」と恐れている方もおられるのではないのでしょうか。感染症対策の基本は、手指衛生・マスク着用・お互いに距離を取ることによる予防です^[3]。この「息が詰まりそうな予防の日々」を乗り切るのに、心理

的な距離ではなく身体的な距離を取り、お互いの親密さを失わない事が重要だと考えています。たとえ相手が感染したことがある方でも、伝染する期間は発症前後の数日間であり、2m程度の適切な距離で接すれば感染する危険性は低いと考えます。親密さを保ちながら距離をとることで、この困難な状況を乗り越えていきましょう。



感染症対策会議の様子

参考情報

- [1] 新型コロナウイルス感染症の感染症法の運用の見直しについて：令和2年9月25日厚生労働省資料
<https://www.mhlw.go.jp/content/10906000/000675463.pdf>
- [2] 雲南保健所ホームページ 健康相談コールセンター ☎0854-47-7777
- [3] 厚生労働省ホームページ 国民の皆さまへ（新型コロナウイルス感染症）https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00094.html

新型コロナウイルス感染症検査（自費検査）

当院では、昨年9月に新型コロナウイルス用PCR検査機器を1台導入し、症状のある患者さんを中心に対応してきました。この度、地域住民の皆さんの要望に応えるため、検査機器を増設し、症状の無い方でも希望されれば全額自己負担で検査を受けられるようになりました。検査方法等詳しくは病院ホームページまたは下記窓口にお問い合わせください。

- 申込方法：電話での申し込みのみ ☎0854-47-7533
- 予約申込時間：平日、14時30分～16時30分
- 検査実施日：平日のみの完全予約制 9時～10時、13時30分～14時30分
- 料 金：PCR検査料 16,500円（税込）
証明書料 1,650円（税込）
- 問い合わせ先：市立病院 新型コロナウイルス感染症対策室 ☎0854-47-7533

病院で働く

医療のプロフェッショナル

病院では、治療を行う医師や看護師をはじめ、さまざまな職種のスタッフが働いています。

その多くは専門性の高いスキルや知識が必要で、国が認める国家資格を有していなければ就けない職種がほとんどです。日進月歩の現代医療に携わる仕事であるために、常に専門知識を磨く努力をする必要があり、高度な専門技術に加えて、コミュニケーションスキルや人間性なども求められます。また、一人の患者さんに複数の医療スタッフが連携して、治療やケアを行う「チーム医療」にも取り組んでいます。

歯科衛生士の仕事について

Interview

～ふじはら たかこ 歯科衛生士・藤原 崇子～



FILE:16

歯科衛生士という職業を選んだきっかけは？

小さな時から、歯科医院には「怖い」、「痛い」のイメージを強く持っていました。しかし、歯科医院に行った時に優しく・丁寧に接してくださった歯科衛生士さんのおかげでそんな不安を感じることなく治療を終えたことがありました。

その体験から、人に寄り添い喜ばれる職業である歯科衛生士になりたいと思うようになったことがきっかけです。

普段どんな仕事をしていますか？

市立病院歯科口腔外科においては、手術前後のさまざまな感染リスク・細菌などによる口腔内トラブルを減らすことを目的とした専門的口腔ケア・口腔指導および病棟を回り、ベッドサイドでの入院患者さんの口腔ケアなども行っています。

附属掛合診療所では、地域住民の皆さんの歯や口腔の健康づくりのための口腔ケア指導や一般歯科治療、訪問診療の介助を行っています。

市立病院で働いてみての感想は？

市立病院では、他職種間での情報の共有ができるため患者さんの全身状態を把握したうえで、口腔ケアをすることの大切さを実感しています。また、口腔外科領域では口腔疾患の手術介助もでき、日々勉強になると共にさらなるスキルアップの必要性を感じています。



歯石を取っている様子



歯の型どりの様子

今後、どのような歯科衛生士になりたいと思っていますか？

口は、呼吸する・話す・食べるなどの機能を維持することはもちろんのこと、口角を上げての笑顔や口を大きく開けて歌うことなどで人にエールを送れる役割もあると思っています。

患者さん一人ひとりの目線に立ち、口の機能と役割を一緒に守っていける歯科衛生士になりたいです。

歯科衛生士の仕事のやりがいを教えてください。

乳幼児から高齢者まで幅広い年齢の方の口の中に携わっていけることが歯科衛生士の強みだと思っています。10年以上続けていけば、泣きながら頑張って治療したお子さんが大きく成長していたり、10年以上のお付き合いができる患者さんもいらっしゃいます。そのような患者さんの経過を見ていくことに充実感や幸せを感じることが出来ます。また、口の健康を通じて全身の病気を予防し、毎日笑顔で過ごしていただけるようお手伝いできることにとてもやりがいを感じています。

歯科衛生士からのお話

4キ4キとした生活は健康なお口から



歯周病



歯の喪失の原因No.1

細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患です。

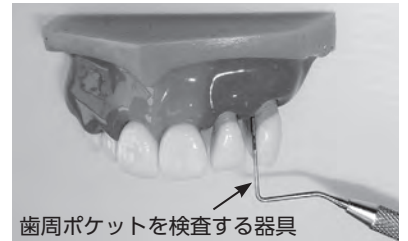
歯と歯肉の境目(歯周ポケット)の清掃が行き届かないでいると、そこに多くの細菌が停滞し歯肉辺縁が「炎症」を帯びて赤くなったり、腫れたりします。そして進行すると歯周ポケットが深くなり、歯を支える土台(歯槽骨)が溶けて歯が動くようになり、最後には抜歯をしなければいけなくなってしまいます。また、歯周病菌が出す毒素によって糖尿病、心筋梗塞、脳梗塞のリスクが高くなります。

～歯周病治療の流れ～

検査

歯周病の進行度を調べます。

〔歯周ポケット(歯と歯茎の境目の溝)の深さを測ります。ポケットが深かったり、出血や膿を認めた場合には要注意です。〕



歯周ポケットを検査する器具

歯磨き
歯石除去

歯磨き指導や歯石の除去を行います。

〔歯の表面には歯石が沈着しますが、実はこの写真のように外からは見えない歯根の部分にも歯石が沈着します。これらの歯石も取り除く必要があります。〕



歯根に沈着した歯石



歯磨き指導の様子

歯磨きにより歯茎が引き締まり、歯石の除去も効果的に行えます。歯石を取り除くことにより、細菌が減りさらに歯茎が引き締まります。

メンテナンス

治療後も歯茎の状況を良くするために定期的にメンテナンスを行います。

歯周病は予防でき、治療も可能です。歯周病の治療をすることは、全身を健康に導きます。大切なのは、予防・診断・治療そして歯科衛生士による専門的なクリーニングなどのメンテナンスを定期的に受けることです。なお、市立病院歯科口腔外科は口腔外科と入院患者さんの口腔ケアに特化した診療を行っていますので、一般的な外来歯科治療(虫歯や歯周病や義歯の治療など)は、かかりつけ歯科医院での治療をお願いしています。口の健康を通じて、全身の病気を予防し、毎日健康で過ごしていただくため、ぜひかかりつけの歯科医院を受診しましょう！



歯科口腔外科の歯科衛生士

総合診療医が答える

「こんな症状や疑問 持っていませんか？」

第12回：「入院すると弱くなる？」

このシリーズでは総合診療医が患者さんからいただいた質問をもとに市民の皆さんが困っている症状や疑問について解説します。



先日いただいた質問はこれです。

「先日退院したんですが、家に帰ってからよく疲れるんです。なぜですか？」

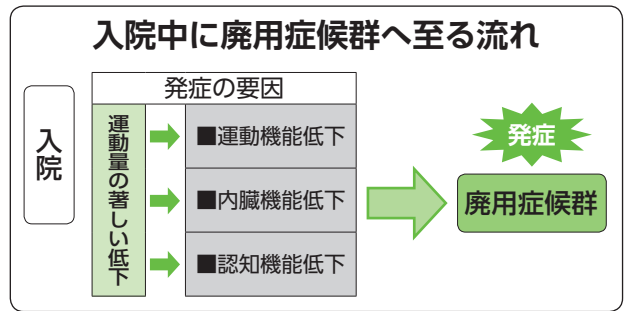
退院後の患者さんで、退院1週間後の外来でよく伺う質問です。多くの患者さんが退院後1週間から1か月間は疲労感を感じて生活していると言われていす。特に歳を重ねるとその傾向が強いとされています。

こういう状態に陥ることを医学的には「**廃用症候群**」と呼びます。程度の差こそありますが、入院中の患者さんに起こる状態です。なぜその様なことが起こるかという、単純に「**入院すると体全体の動きが少なくなるから**」です。経験のある方は分かると思いますが、入院すると身の回りの多くのことが医療介護職によって行われ、入院中は普段の生活の中での動きの多くが無くなります。

身体の機能は、使わないと退化することが分かっており、身体の機能の30～50%程度を使い続けることによってその機能を保つと言われていす。一般的に入院し意識的に動いたり、リハビリテーションをしない限り、運動量は普段の生活に比較すると大きく低下します。最近の研究では、急性の病気で入院した場合、

人間の筋肉は毎日1～3%低下します。さらに20%程度失われると、寝たきりになると言われています。歳を重ねるごとに筋力低下しやすく、高齢者が入院すると、寝たきりになってしまう可能性が高くなります。入院期間が長くなれば、それだけ身体の機能は低下しますし、内臓機能や認知機能も低下します。

超高齢社会を迎え、高齢者の入院が多くなっています。入院しないことが一番ですが、入院した場合、早期にリハビリテーションを行い、自宅で生活できる環境を整えていくことが重要となっています。医療職として、病気のみにとらわれることなく、患者さんの生活での動きを意識しながら病院での治療やケアに当たりたいと思っています。体に気を付けてできるだけ身体を動かす様に心がけていただけると幸いです。



今回の委員会では令和元年度の実績、令和2年度の取り組み状況や今後の方向性について説明し、各委員に活発に議論していただき、その中でたくさんの貴重な意見と提言をいただきました。委員長の島根大学医学部地域医療教育学講座 教授 熊倉俊一さんは今回の委員会のまとめとして、「令和元年度から取り組んでいる附属掛合診療所の運営や田井診療所で行う巡回診療による当該地区への医療貢献度、また医師や看護師など医療職の育成・養成に対する取り組み、特に総合医の育成・養成については県下でも先行している」と認識しており評価できると述べられました。また、最後に「このコロナ禍において経営的にも厳しい状況ではあるが今後も病院が一体となって取り組まれることを期待している」とと激励をいただきました。



評価委員会の様子

1月28日(木)に雲南市立病院新公立病院改革プラン評価委員会を開催しました。この委員会は行政、医療・介護・福祉、住民代表の外部有識者で構成され、当院が策定した改革プランの実績の点検・評価を行います。本来ならば、昨秋に開催する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の対応や感染防止により延期してまいりました。



改革プラン評価委員会 熊倉委員長

雲南市立病院新公立病院改革プラン評価委員会



雲南で未来を考えよう!

雲南市では「子ども×若者×大人×企業チャレンジ」の連鎖による持続可能なまちづくりをすすめており、さまざまな年代・立場の挑戦者たちがチャレンジに取り組んでいます。市内のチャレンジの「今」と「未来」を感じることができる番組を放映しますので、ぜひご覧ください。みんなで雲南市の未来を考えましょう!

雲南市でわき起こるチャレンジをお茶の間で
11ch
雲南夢ネット

子ども×若者チャレンジ編 3/17(水) 18(木) 19時～ (リピート放映*あり)

取り組み事例発表

- COSMOSプロジェクト**
佐藤有華さん・奥井真規さん (三刀屋高校)
雲南市で多文化共生を広めるために外国人と交流するイベントや情報発信を行うプロジェクト。
- 雲南絵本プロジェクト**
加武美咲さん (大東高校)
雲南を舞台にした絵本を作り、子どもたちに地元の魅力を届けるプロジェクト。
- 雲南モビリティシフト**
杉原雅也さん (幡屋便利軒)
雲南市の自動車産業が持続可能となっていく変化の起点となるよう、自動車産業を販売から体験やシェアへ組み直しを行う
- 私が地域にできる貢献とは**
駿馬香穂さん (島根大学)
うんなんチャレンジラボに参加し、飯石地区の地区計画を住民に伝える方法を提案。
- 市民の健康に光を!**
杉村卓哉さん (光プロジェクト(株))
「ひかりフィットネス」による雲南市健康延伸事業。

子ども×若者チャレンジ対談 雲南で起こるチャレンジの連鎖とは

西村元葵さん (三刀屋高校)・小村優希さん (トリニティカレッジ出雲医療福祉専門学校)・佐藤緑さん (認定NPO法人カタリバ)・小俣健三郎さん (NPO法人おっちらボ)

大人×企業チャレンジ編 3/24(水) 25(木) 19時～ (リピート放映*あり)

取り組み事例発表

- コロナ禍における地域活動のあり方**
小林和彦さん (新市いきいき会)
コロナ禍における地域活動のあり方について研究成果報告。
- 若者・女性の参画推進・拡大**
多々野健寿さん・梶谷知世さん (加茂まちづくり協議会)
若者・女性の地域活動への参画を推進・拡大するための情報発信方法の検討・試行。
- 子育てしながら働きやすいまちへ**
秋庭麻衣さん (株)LIFULLFaM
古谷日菜子さん (雲南オフィスメンバー)
子育て中の女性が「働く」「学べる」「つながる」「挑戦」できる拠点「子連れオフィス」を試験的に整備し、子育てと仕事の両立を支援。
- いつまでも、誰もがであるきたくなるまちへ**
竹中友章さん (ヤマハ発動機(株))
陶山佳一さん (八日市地域づくりの会)
電動低速モビリティを活用し、地域と協働しながら社会課題の解決やまちづくりにチャレンジ。
- 生活習慣病からあなたを守るプログラム**
菅原勉さん (住友生命保険 (相))
地域での生活習慣病の重症化予防に向けたスマートフォンアプリを活用した取り組み。

大人×企業チャレンジ対談 なぜ東京のベンチャー企業が雲南へ?

上代尊司さん (三新塔あきば協議会)・大塚裕樹さん (たすき(株))
雲南市ソーシャルチャレンジ特命官: 岡晴信さん (株)竹中工務店)・田久保博樹さん (株)ヒトカラメディア)

*リピート放映時間: 21時・23時・翌日1時・3時・7時・11時・13時・15時・17時

【問】政策推進課 ☎0854-40-1011

奥井大智さん・莉紗さんのお子さん



りくと
陸斗ちゃん(三刀屋町根波別所)
令和2年3月4日生まれ
誕生日おめでとう♥
いつも笑顔いっぱい みんなを癒やしてくれてありがとう😊♥



荒木弘明さん・望さんのお子さん



しかのすけ
鹿之介ちゃん(大東町下阿用)
令和2年3月27日生まれ
お兄ちゃんとお姉ちゃんに揉まれて大変だけど無事に一歳おめでとう🎉

福島潤さん・由美さんのお子さん



はるま
悠天ちゃん(加茂町加茂中)
令和2年3月19日生まれ
我が家に来てくれてありがとう♥
遊ぶことが大好きなはるま🎵
色々経験しながら大きくなってね🎵

吾郷中さん・友美さんのお子さん



りのあ
莉愛ちゃん(三刀屋町給下)
令和2年3月10日生まれ
りのちゃん1歳おめでとう🎉
家族みんなでたくさん笑って過ごそうね🎵 元気に大きくなってね♥

4月で満1歳(令和2年4月生まれ)のお子さんを募集!

写真に①お子さんの名前(ふりがな)、②お子さんの誕生日、③ご両親の名前(ふりがな)、④住所、⑤電話番号、⑥コメント(40字程度)を添え、郵便またはE-Mailで**3月8日(月)**までに情報政策課へ送付ください。

郵送される場合のあて先
〒699-1392 雲南市木次町里方 521-1
雲南市役所情報政策課「わが家のHOPE」係

E-Mailを送られる場合のあて先
jyouhouseisaku@city.unnan.shimane.jp
(タイトルは「わが家のHOPE」としてください。)

【問】情報政策課 ☎0854-40-1015

※携帯電話で撮影される場合、顔のアップを撮影されると中にきれいにやさまらないことがありますので注意ください。

※市ホームページおよび子育てポータルサイトにも「わが家のHOPE」を掲載します。 ※お送りいただく個人情報は「わが家のHOPE」以外の目的には使用しません。

※郵便物またはメールが届きましたら、情報政策課から「到着確認」の電話をかけます。投稿後、当課から電話がないときは問い合わせください。

子育てポータルサイト
ゆっくり、子育て。雲南市

子育て情報をひとまとめにしたサイトです。ぜひ、活用ください。
<http://kosodate-unnan.jp> または、右記の二次元コードから



雲南市公式のアプリが便利です!

雲南市の子育て、防災、各種イベント情報や市役所からのお知らせをスマートフォンやタブレットでいつでも・どこでも・簡単に確認できる雲南市公式アプリ「雲南アプリ」が便利です。

雲南アプリダウンロードサイトはこちらから
<http://hokkori-unnan.jp/korekara/unnan-app/>



【問】情報政策課 ☎0854-40-1015

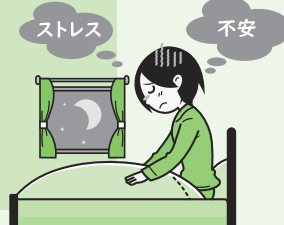
あなたのところ、お元気ですか？

新型コロナウイルス感染拡大やそれに伴う影響で、不安や疲れなどを感じていませんか？周りに迷惑をかけてはいけなと無理をいませんか？ストレス状態が長く続くと、こころやからだにさまざまな変化があらわれることがあります。



～こんな症状はありませんか？「うつサイン」～

- 「疲れているのに、2週間以上眠れない日が続いている」
- 「食欲がなくて、体重が減っている」
- 「体がだるくて、気分が重い」
- 「以前よりも、頭痛や肩こりがひどい」
- 「イライラ、そわそわ気持ちが落ち着かなくなる」 など



「うつ病」とは決して“心の弱さ”からくる病気ではなく、ストレスによる脳の伝達物質のバランスの崩れが原因で起こり、誰もがかかる可能性のある病気です。服薬や休息など適切な治療をすれば良くなる病気です。周囲につらそうな人がいたら、まずは優しく声を掛け、ゆっくり話を聞いてみてください。そして、周囲や自分自身も「うつサイン」を感じた時は、早めに相談機関（医療機関、保健所、市役所など）へ相談しましょう。

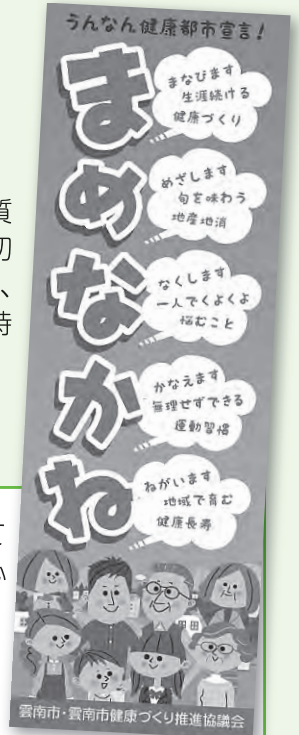
「なくします 一人できよくよ 悩むこと（うんなん健康都市宣言より）」

こころの健康相談窓口

厚生労働省では、全国の月別自死者数が最も多い3月を「自死対策強化月間」と定めています。市では市民の皆さんの「こころの健康相談」を行っています。こころの健康や心身の不調などについて、保健師が相談に応じます。電話または来所により相談できます。

雲南市役所 健康推進課 ☎0854-40-1045
 健康づくり政策課 ☎0854-40-1040
 雲南保健所 ☎0854-42-9642

月曜日～金曜日8:30～17:15（祝日、年末年始を除く）



市では、からだを動かすことの「楽しさ」と「大切さ」を市民へ伝える住民ボランティアとして、第6期生29人の地域運動指導員（以下、指導員）を養成しました。9月から11月まで4回にわたって行った養成講座では、身体活動や転倒予防の講義はもちろんのこと、ストレッチ・筋力トレーニング、移動動作を測定・評価する「健脚度測定」の方法や「水中運動」の指導方法、さらに市内で行われている「うんなん幸雲体操」の実技など、幅広い内容を学習し、修了式を迎えました。養成講座を修了した第6期生からは「地域で少しずつ取り組んでいきたい」、「相手の立場や状態を見ながら、その人にあった、楽しくできる運動を心掛けたい」など前向き

地域運動指導員「第6期生」養成講座が修了しました

こげなことしとーます



このコーナーでは、健康づくりに役立つ情報や身体教育医学研究所うんなんの活動についてお知らせします！

身体教育医学研究所うんなん
 ☎0854-49-9050



第6期生の皆さん

「からだを動かすことが市民の皆さんにより身近なものとなるよう、研究所では引き続き研修会等を通して指導員の活動を支援していきます。地域の皆さん、「誰かと一緒に楽しく体を動かしたい」、「そんな時はぜひ、地域運動指導員に声を掛けてください！」

これから市民の皆さんと共に
 楽しくからだを動かします

な感想が多く聞かれました。また、「自分の仕事にもつながら効果的な方法が学べた」という感想もありました。

雲南市内のチャレンジを
応援してください!!

事業創出ラボ「SHIFT」

新型コロナウイルスの影響などにより、「アフターコロナ社会*」に向けて、さまざまな事業分野で変革のときを迎えています。また、人口減少に伴う市場縮小、先行きが不透明な中で、持続可能なまちづくり・継続的な事業に向け、新たな価値創造や事業創出が求められています。

そのような中で、企業経営の考え方を移行（シフト）し、新たな事業構想を描く学習機会の提供や相談支援を実施す

る「事業創出ラボ『SHIFT』」の講座を開催しています。

同業種だけでは解決できない事業課題を、他業種・多様な主体や専門家がつながることで「壁」を越えていけるような環境整備に取り組んでいます。また、市内で事業を営む経営者の伴走支援にあたり、経営者の実践力を高める学習機会を提供することで受講者同士のネットワーク形成を図っています。

※アフターコロナ社会…新型コロナウイルス感染症によって変わったこれからの社会



▲三密を避けるため、健康の森で開催



▲焚火を囲んでアイデア出し

国際交流員(CIR)の異文化交流コーナー

Hello again!



こんにちは、デレクです。

今年、ようやくたくさんの雪が降りました。雲南市に初めて来たとき、「冬はたくさんの雪が降りますよ」と言う人が多かったのに、最初の2年はちょっとしか降りませんでした。ほとんどの大人はたくさんの雪が降るのは好きではないと思いますが、私にとってはすごく懐かしくて大好きです。

子どもの頃、両親はいつも「家に居れば、家事をやらせるよ」と言っていたので、兄弟と一緒に外に行き、冬でも外で遊ばないといけなかったです。雪の上に横になって体で天使の形を作ることや兄弟と一緒に雪だるまやかまくらを作ったり、雪合戦をしたり、ソリに乗ったりしてよく遊びました。伝統的な飴も作りました。「Maple Snow Candy」という飴で、メープルシロップと塩を混ぜて煮込んで、雪の上に注ぎます。冷えると硬くなり、それを取って食べます。

オハイオ州の冬は寒くてたくさん雪が降るため、冬のスポーツも人気です。アイスホッケーやアイススケート、ソ

うん、なんでしょう



▲雪かきをするデレク
◀実際に作ってみたMaple Snow Candy



リのレースなどをしたり、見たりすることができます。

今でもオハイオ州の子どもががしているの分かりませんが、子どもの頃、友達や兄弟、両親などにクリスマスプレゼントや誕生日プレゼントを買って贈るために、近所の家を回り、大人がやりたくない仕事を代わりにしていました。冬は雪かきで、秋は落ち葉の片付け、春と夏は車を洗ったり、芝生を刈ったりして、一軒につき3~10ドルをもらいました。兄弟や友達と一緒にそういう仕事をする時、結構楽しいといつも思っていました。

もう、雲南市では雪が解け、いよいよ春に入ります。オハイオ州の春はやや寒くてぬかみが多い季節なので、以前は春があまり好きではなかったのですが、雲南市に来てから桜を見るのが楽しみでたまらないくらい春が好きになりました。雪が解け、桜が芽生えるとともに、皆さんの心の中で幸せの芽も生えて咲くようお祈り申し上げます。



市役所からの お知らせ

お知らせ

おめでとうございます

◎雲南市功労表彰

文化の振興に永きにわたり
ご尽力いただきました
加茂古大寺踊り保存会(加茂町)
土地改良区役員として永き
にわたりご尽力いただきました

高尾 肇さん(三刀屋町)

白築 進さん(吉田町)

民生委員、児童委員、主任児
童委員として永きにわたりご
尽力いただきました

岩田 泰成さん(大東町)

多田 納崇道さん(加茂町)

多賀 静香さん(三刀屋町)

島 克代さん(木次町)

中村 七朗さん(三刀屋町)

学校医、学校歯科医として
永きにわたりご尽力いただき
ました

濱本 直治さん(大東町)

松下 卓己さん(木次町)

◎雲南市自治功労表彰

市議会議員として永きにわ
たりご尽力いただきました

(故)周藤 強さん(木次町)

監査委員として永きにわた
りご尽力いただきました

谷戸 邦夫さん(三刀屋町)

教育委員会委員として永き
にわたりご尽力いただきました

小川 真里さん(掛合町)

農業委員会委員として永き
にわたりご尽力いただきました

竹内 勉さん(吉田町)

消防団副団長として永きに
わたりご尽力いただきました

妹尾 裕司さん(大東町)

妹尾 芳行さん(三刀屋町)

◎雲南市長感謝状

学校給食を通じて児童・生
徒の健康増進に永きにわたり
ご尽力いただきました
株式会社井谷明盛堂(木次町)

ありがとうございました

雲南市と関係施設に次のご
寄附をいただきました。厚く
お礼申し上げます。

◎雲南市

企業版ふるさと納税

株式会社バント(東京都渋谷区)

ウチヤマコーポレーション

株式会社(東京都港区)

◎加茂図書館

図書カード

公益財団法人ごうぎん
島根文化振興財団(松江市)

安全便利な口座振替の手続きはお早めに♪

市では、市税等の納付について安全便利で納付忘れのない口座振替を推奨しています。

県外にお住まいの方にはゆうちょ銀行が便利です。固定資産税と軽自動車税種別割については3月中の手続きをおすすめします。

利用可能金融機関

山陰合同銀行 島根県農業協同組合 島根銀行 しまね信用金庫 中国労働金庫 ゆうちょ銀行

申込方法

- 申込書：「雲南市 口座振替依頼書・自動払込利用申込書」に、必要事項を記入し、押印します。
- 提出先：指定の振替口座の金融機関各支店窓口へ提出してください。

注意事項

1. 申込書提出後、口座振替が可能となるまでには、約2ヵ月の期間を要します。
2. 振替日は毎月月末です(12月は25日)。ただし、振替日が金融機関の休業日の場合、翌営業日となります。月末に振替できなかった場合は、再振替(翌月15日振替)を行います。
3. 過年度課税分(随時期分)および納期限を過ぎたもの(再振替を除く)は、口座振替の対象外となります。
4. 申込書の「振替方法」は「1 期別」、「2 全期前納」のいずれかを選択してください。市県民税と固定資産税の年額(年4期)をまとめて第1期に納付したい場合は「2 全期前納」を選択いただきます。
5. 申込書の「通帳届出印」が口座振替の指定口座の届出印であることを確認ください。
6. その他注意事項は、申込書の裏面をご覧ください。

【問】債権管理対策課 ☎ 0854-40-1035

民生委員・児童委員の交代

健康福祉総務課

☎0854・40・1041

令和3年2月1日付けで、次の方が厚生労働大臣から民生委員・児童委員に委嘱されました。

【担当区域】
板持 浩美さん（木次町）

【担当区域】

木次町寺領（新殿・古殿・井戸・上字山・下字山・城角）

【退任者】

宇都宮 晃さん（木次町）
令和2年8月13日まで

鉄の未来科学館 閉館

吉田総合センター自治振興課

☎0854・74・0211

鉄の未来科学館（吉田町吉田）は、3月31日㈫をもって閉館します。入場券や菅谷たたら山内・鉄の歴史博物館との共通券をお持ちの場合は、早めの利用をお願いします。※積雪状況により、来館者の安全が確保できないと判断した場合は、臨時休館とする場合があります。来館の際は事前に開館状況を確認してください。

【受付時間】

9時から16時まで

【休館日】 月曜日

【問い合わせ先】

鉄の未来科学館

☎0854・74・0921

（公財）鉄の歴史村地域振興事業団

☎0854・74・0311

暮らし・手続き

狂犬病予防集合注射

環境政策室

☎0854・40・1033

犬を飼育するときは、狂犬病予防法に基づき、市へ登録しなければなりません。また、飼い犬は狂犬病予防注射を毎年受けさせる義務もあります。

令和3年度の集合注射の日程は下記のとおりですので、ご都合をつけてお出掛けください（なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、予定を変更する場合があります）。

時間・場所は、市ホームページおよびケーブルテレビのデータ放送で3月中旬より確認できます。飼い主の方へは

地域	実施日
大東町	4月21日(水)~23日(金)
加茂町	4月28日(水)
木次町	4月14日(水)、15日(木)
三刀屋町	4月7日(水)、8日(木)
吉田町	4月16日(金) (川手地区は4月15日(木))
掛合町	4月9日(金)

別途ハガキにより案内します。

【持ち物】

●登録が済んでいる場合

・予防注射料

1頭につき3,100円

（内訳：注射料金2,500円、注射済票交付手数料600円）

・案内ハガキ

●新規に登録する場合

・1頭につき6,100円

（内訳：登録料3,000円、予防注射料3,100円）

【お願ひ】

・令和2年度より、注射料金が変更になっていますので

注意してください。

・犬の咬傷事故は飼い主の責任です。必ず犬の管理ができる方がお連れください。

・犬の首輪や胴輪などが抜け

ないよう、しっかりと装着してください。

・犬のふんは、必ず持ち帰って処理してください。

・市の集合注射を利用されなかつた場合は、市から予防注射についてハガキを送付しますので、市内外の動物病院で狂犬病予防注射の接種を受けていただき、環境政策室または各総合センター市民福祉課へ届け出をお願いします。

◆マイナポイントの付与期間が令和3年9月末まで延長

◆マイナポイントについて？

◆マイナポイントの付与期間が令和3年9月まで延長されます。

◆対象者

令和3年3月末までにマイナバーカードを申請された方（既にマイナバーカードをお持ちの方を含む）

現在、二次元コード付きのマイナバーカード交付申請書が順次送付されています。

ぜひ、期間内にマイナバーカードを申請し、マイナポイント事業を利用しましょう。

【問い合わせ先】

マイナバー総合フリーダイヤル

☎0120・95・0178

市民生活課

☎0854・40・1031

マイナポイントの付与期間が令和3年9月まで延長されます。

※マイナポイントの予約者数が予算の上限に達した場合には、マイナポイントの予約が締め切られる可能性があります。

◆対象者

令和3年3月末までにマイナバーカードを申請された方（既にマイナバーカードをお持ちの方を含む）

現在、二次元コード付きのマイナバーカード交付申請書が順次送付されています。

ぜひ、期間内にマイナバーカードを申請し、マイナポイント事業を利用しましょう。

【問い合わせ先】

マイナバー総合フリーダイヤル

☎0120・95・0178

今月の税金

- 国民健康保険料（第9期）
- 後期高齢者医療保険料（第9期）

納期限は3月31日(水)です。

口座振替の方は、前日までに残高を確認してください。

**軽自動車・原付などの
異動手続きはお早めに**

税務課

☎0854-40-1034

軽自動車税種別割は、毎年4月1日現在で軽自動車・原動機付自転車などを所有している方に課税されます。軽自動車、原動機付自転車などを処分したり、譲渡したりしたとき、その手続きをしないまま4月1日を経過した

車種	問い合わせ先
原動機付自転車（125cc以下）・ 小型特殊自動車	税務課または 各総合センター市民福祉課
軽二輪（126cc～250cc）	中国運輸局島根運輸支局 ヘルプデスク ☎050-5540-2071
二輪小型自動車（251cc以上）	
軽三輪・軽四輪自動車	軽自動車検査協会島根事務所 ☎050-3816-3083(コールセンター)

場合、前年度に引き続き令和3年度分が課税されますので、3月中に手続きをお願いいたします。なお、所有者の都合でしばらく使っていないという理由では、廃車手続きはできません。

軽自動車税種別割の納期は5月末です。税額は5月中旬にお知らせします。手続きの際は、上の表の問い合わせ先に直接問い合わせください。

**デジタル防災無線整備事業
世帯向け戸別受信機の
無償貸与申請**

防災部くらし安全室

☎0854-40-1027

市では災害時などに緊急情報を聞くことができる防災無線の戸別受信機(防災ラジオ)を、1世帯に1台、無償で貸与します。

戸別受信機の無償貸与には、「戸別受信機貸与申請書」の提出が必要です。

自治会未加入世帯など、貸与申請をされていない世帯は、市報1月号や市ホームページを確認し、くらし安全室または各総合センター自治振興課に「戸別受信機貸与申請書」を提出してください。

毎月第3日曜日は

うんなん家庭の日

雲(うん)と遊ぼう!! 南(なん)でも話そう!!

3月21日(日)

社会教育課 ☎0854-40-1073

※「貸与申請書」は市ホームページから様式をダウンロードできます。

なお、戸別受信機の配布は今年4月から順次行い、防災無線を活用した防災情報の発信などの運用は10月開始を予定しています。

子育て・保健・福祉

令和2年度

がん検診・特定健診

保健医療介護連携室

☎0854-40-1095

医療機関で受診する個別がん検診、特定健診などは、3月31日(水)までです。まだ受診

していない方は、早めに受診しましょう。

◆個別がん検診

大腸がん検診、乳がん検診、子宮頸がん検診

◆個別特定健診等

対象は国民健康保険、後期高齢者医療保制度に加入している方です。受診券が必要で、紛失した方は問い合わせください。

詳しくは、令和2年度雲南市成人健診(検診)のしおりを確認してください。

障がいのある方の暮らしを支えます

長寿障がい福祉課

☎0854-40-1042

市では、障がいのある方の重度化、高齢化やご家族などの死亡による社会的な孤立化を見据え、地域の福祉事業所などと連携し、障がいのある方の生活を地域全体で支える体制づくりを4月から行います。

ご家族の病気や事故など「もしも」の時に一時的な受け入れ施設の調整など適切な支援を受けることができるよう、対象となる方の相談や事前登録を受け付けます。

【対象者】

毎月19日は

食育の日

3月19日(金)

健康づくり政策課 ☎0854-40-1040

自宅です生活をしている方で左記のいずれかに該当する方

- ・障害者手帳など(身体、療育、精神)をお持ちの方
- ・自立支援医療受給者証(精神通院)をお持ちの方
- ・指定難病に罹患している方

【問い合わせ先】

- ・障害福祉サービスを利用されている方
- ・障害福祉サービスを利用され利用されていない方

雲南市基幹相談支援センター(きすき相談支援センターおれんじ)

☎0854-47-7101

相談

年金出張相談

出張相談での年金手続き・相談は予約制となります。

相談日	場所
3月24日(水)	雲南市役所本庁舎2階 203・204 会議室
予約は「前日(前営業日)まで」にお願いします	
予約相談開始時間	10:00～14:45 (終了予定 15:30)



- ①年金手帳など基礎年金番号の分かるものを準備ください。
- ②0852-23-9540へ電話をしてください。
- ③音声案内が流れますので「1」の後に「2」を選択してください。
- ④担当者に「雲南市役所での出張相談予約」と伝えてください。
- ⑤担当者の質問に答えてください。

予約・問い合わせは、
松江年金事務所へお気軽に



予約ダイヤル

0852-23-9540

【問】市民生活課 ☎0854-40-1031

募集

男女共同参画 推進委員会委員公募

男女共同参画センター
☎0854・42・1767

市では男女共同参画の推進にあたり、広く市民の皆さんの意見を審議に反映するため「男女共同参画推進委員会委員」を公募します。

【募集人員】 若干名
【委員の任期】 委嘱日から2年間

【内容】 市が選任する有識者などの委員とともに、市の男女共同参画の推進に関する基本的かつ総合的な施策および重要事項の調査・審議

【応募資格】 市内在住で満18歳以上(令和3年4月1日現在)の方

【応募方法】 次の必要事項を記入の上、郵送・FAXまたは直接、男女共同参画センターに提出してください。

- ①住所 ②氏名(ふりがな)
③生年月日 ④性別 ⑤電話番号 ⑥応募の理由
※様式は自由です。

※提出された個人情報 は本目的以外には一切使用しません。

【選考方法】

提出された書類により、審査の上、決定します。なお、選考結果は決定後本人宛に文書で通知します。

【応募期間】

3月1日(月)から3月15日(月)まで(郵送の場合は、当日消印有効)

【申し込み先】

〒699・1334
雲南市木次町新市3
雲南市男女共同参画センター
☎0854・42・1839

市営・県営住宅の 入居者募集

建築住宅課

☎0854・40・1065

◆市営住宅など入居者

【募集期間】 3月5日(金)から3月12日(金)17時締切

【募集団地】

3月1日(月)に市ホームページ、島根県住宅供給公社ホームページへ掲載します。

【決定方法】

選考により入居者を決定します。

◆県営住宅、公社定住促進 賃貸住宅入居者 随時募集しています。

【問い合わせ・申し込み先】

雲南住宅管理事務所
8時30分から18時まで
(土・日・祝日を除く)
☎0854・47・7151

海上保安官募集

境海上保安部管理課
☎0859・42・2532

◆海上保安官採用試験

【日時】 一次試験 6月6日(月)
【対象】 大学卒業(見込み含む)から30歳未満まで

【申し込み期限】

3月26日(金)から4月7日(水)まで

◆海上保安学校学生採用試験(特別)(10月入校)

【日時】 一次試験 5月16日(日)
【対象】 高校卒業した翌日から13年を経過していない者

【申し込み期限】

3月26日(金)から4月2日(金)まで

自衛官等募集

自衛隊島根地方協力本部
☎0852・21・0015

◆幹部候補生（一般）
（陸上・海上・航空自衛隊）

【応募資格】

日本国籍を有し、令和4年4月1日現在、22歳以上26歳未満の方（20歳以上22歳未満の方は大卒（見込み含む）、修士課程修了者など（見込み含む）は28歳未満の方

【試験科目】 筆記試験

【応募期間】

3月1日(月)から4月28日(水)まで

【試験期日】

5月8日(土)・9日(日)

※9日は飛行要員希望者のみ

◆一般曹候補生（第1回）

【応募資格】

日本国籍を有し、採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満の方

【試験科目】

筆記試験および適性検査

【応募期間】

3月1日(月)から5月11日(火)まで

【試験期日】

5月22日(土)・23日(日)

◆技術海上幹部・航空幹部

【応募資格】

日本国籍を有し、学校教育法による大学（短期大学を除く）において、次の部門（海上自衛隊（艦船・航空機・武器、情報通信、安全保障、語学、心理）、航空自衛隊（情報通信、研究開発、衛生（看護・心理）、安全保障）を専攻し、

【試験科目】

筆記試験、口述試験および身体検査

【応募期間】

3月1日(月)から5月21日(金)まで

【試験期日】

6月21日(月)

◆技術海曹・技術空曹

【応募資格】

日本国籍を有し、令和3年4月1日現在、20歳以上で、令和3年7月1日までに資格・免許など（気象予報士・第2種電気主任技術者・第3種電気主任技術者他）を有する方

【試験科目】

筆記試験、口述試験および身体検査

【応募期間】

3月1日(月)から5月21日(金)まで

【試験期日】

6月21日(月)

◆技術海曹・技術空曹

【応募資格】

日本国籍を有し、令和3年4月1日現在、20歳以上で、令和3年7月1日までに資格・免許など（気象予報士・第2種電気主任技術者・第3種電気主任技術者他）を有する方

【試験科目】

筆記試験、口述試験および身体検査

【応募期間】

3月1日(月)から5月21日(金)まで

【試験期日】

6月21日(月)

◆技術海曹・技術空曹

日本国籍を有し、令和3年4月1日現在、20歳以上で、令和3年7月1日までに資格・免許など（気象予報士・第2種電気主任技術者・第3種電気主任技術者他）を有する方

【試験科目】

筆記試験、口述試験および身体検査

※資格・免許などは変更になることがあります。

身体検査
【応募期間】 3月1日(月)から5月21日(金)まで
【試験期日】 6月18日(金)
※各試験の試験会場は受付時にお知らせします。

【問い合わせ先】

自衛隊島根地方協力本部
☎0852・21・0015
<http://www.mod.go.jp/pcol/shimane>

国税専門官募集

国税課
☎0854・40・1034

国税庁では、国税専門官を募集しています。採用試験の募集要項は次のとおりです。

【受験資格】

- ・平成3年4月2日から平成12年4月1日生まれの者
- ・平成12年4月2日以降生まれた者で次に掲げるもの
- (1)大学を卒業した者および令和4年3月までに大学を卒業する見込みの者
- (2)人事院が(1)に準ずると認めらる者

【受験申し込み受付期間】

●インターネット申し込み
3月26日(金)9時から4月7日(水)受信完了分まで
※申し込み専用アドレス
<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

●郵送または持参による申し込み
3月26日(金)から3月29日(月)まで（消印有効）



〈二次元コード〉

【第1次試験】
試験日…6月6日(日)
試験地…松江市・岡山市・広島市
島市

試験科目…基礎能力試験・専門試験

【受験およびパンフレットの請求、問い合わせ先】

広島国税局人事第二課

☎082・221・9211

大東税務署

☎0854・43・2360

詳細は国税庁ホームページ（国税専門官試験採用）をご覧ください。

<https://www.nta.go.jp/about/recruitment/kokusen/02.html>



イベント情報

桜のまち 自慢の桜紹介

市内には、たくさんの桜の名所があります。また、河津桜、ソメイヨシノ、御衣黄などさまざまな品種の桜を約3カ月に渡って楽しむことができます。今回は、市内の代表的な桜の名所と開花時期を紹介します。

なお、花見スポットへは下記の衛生対策の上、お出掛けください。

- ・体調が優れないときのお花見はやめましょう。
- ・密となる状況を避け、ソーシャルディスタンスを確保しましょう。
- ・食べ歩きや長時間の飲食は控えましょう。



河津桜

ソメイヨシノ

【開花時期】3月下旬～4月上旬
斐伊川堤防桜並木、三刀屋川河川敷、大東町丸子山公園、加茂文化ホールラメール周辺など

【開花時期】4月上旬～4月中旬
道の駅掛合の里、吉田町川手地内など

しだれ桜

【開花時期】3月下旬～4月上旬
加茂町三代（段部）地内

御衣黄

【開花時期】4月中旬～5月上旬
三刀屋川河川敷（三刀屋町三刀屋地内）など

市内の道の駅、飲食店などで使用されている雲南市観光協会が作製した桜をPRする「ランチョンマット」

河津桜

【開花時期】2月下旬～3月下旬
赤川河川敷（大東町養賀地内）、大東中学校周辺など



【問】観光振興課 ☎ 0854-40-1054

その他

雲南法務局証明サービスセンターを利用してください

松江地方法務局出張支局
☎ 0853 22 9804

松江地方法務局では、雲南合同庁舎1階に「雲南法務局証明サービスセンター（法務局登記証明コーナー）」を開設し、土地・建物の登記事項証明書、会社・法人の登記事項証明書および印鑑証明書の交付事務を取り扱っています。また、自宅や事務所からオンラインにより請求した登記事項証明書などを同サービスセンター窓口で受け取ることもできますので併せて利用をお願いします。

【設置場所】雲南合同庁舎1階
【取扱時間】平日のみ
9時30分から12時まで
13時から15時30分まで
(土・日・祝日、12月29日から1月3日までを除く)

島根県最低賃金改定

商工振興課

☎ 0854 40 1052

島根県内の事業場で働くすべての労働者とその使用者に適用される島根県最低賃金が、令和2年10月1日から

時間額 792円

に改定されています。

また、特定最低賃金（産業別）についても改定されています。詳しくは島根労働局ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】

島根労働局貸金室

☎ 0852 31 115





日本一短い 感謝の手紙

今月は木次町の皆さんの感謝の手紙です。

vol. 104 雲南市青少年健全育成協議会 (教育委員会社会教育課)
☎0854-40-1073

お母さんへ

わたしがよりうりを手伝っているとき、野菜の切り方などをおしえてくれてありがとう。これからもよろしく！

娘へ

料理の時いつも手伝ってくれて本当にありがとう。大人になったときつとおいしい料理が作れるようになるよ。

お母さんへ

金曜日ののびのびで、わたしがげろをだした時、びょういんにつれていってくれてありがとう。すごく元気になったよ。

娘へ

兄弟やお友だちといつも自分から「わけよう。」としますね。すてきな心、あなたの元気がなによりです。

S先生へ

大豆を育てる時、そだて方をおしえてくれてありがとう。ありがとうございました。大豆がたくさんできました。

児童へ

おたよりありがとう。大豆がたくさんできてよかったね。感謝してもらってうれしくなりました。

お母さんへ

いつも、おいしいごはんを作ってくれてありがとう。いつもおいしいよ。これからもよろしくね。

娘へ

お手紙ありがとう。こちらこそ、いつもおいしそうにご飯を食べてくれてうれしいです。元気に大きくなつてね。

お母さんへ

いつもおいしいごはんを作ってくれてありがとう。とくに、ハンバーグがすきだよ。これからもよろしくね。

娘へ

頑張り屋で何でも挑戦していく姿にいつも感心させられます。くやしくて涙が出る、そんなところも素敵だよ。

図書館のみなさんへ

町たんけん、みんなで図書館に行かせてもらったとき、たくさん教えてください。くださってありがとう。ありがとうございます。

小学生さんへ

ありがとうございます。図書かんについて知ってもらえてうれしいです。これからも図書かんへ来てくださいね。

国民健康保険高額医療・高額介護合算療養費の支給漏れについてのお詫び

雲南市では、平成20年度から制度化された国民健康保険高額医療・高額介護合算療養費の支給について、平成22年から令和元年の間、一部の世帯に対して、支給申請の案内が漏れていたことが判明しました。対象者の皆様には多大なご迷惑をお掛けし、不適切であったことを深くお詫び申し上げます。なお、令和元年度支給決定分まで時効を迎えておりますが、さかのぼりお支払いします。

【対象者】 福祉医療助成を受給しておられる世帯で、国民健康保険と介護保険の両方を利用して、1年間（毎年8月～翌年7月）に両方の自己負担額を合算した額が一定額を超えた世帯

○平成28年度～令和元年度支給決定分

（算出対象期間：平成26年8月1日～平成30年7月31日）

市において、診療報酬明細書により計算し、対象者の方へご案内いたしました。

○平成22年度～平成27年度支給決定分

（算出対象期間：平成20年4月1日～平成26年7月31日）

診療報酬明細書の保存期間が過ぎ、自己負担額が確認できないため、ご自身が保管されている領収書（医療分、介護分）のご提示により額を計算し、本制度に該当すると確認できた場合にお支払いいたします。

【問】 市民生活課 ☎ 0854-40-1031






木次線に乗ってみよう ♪

シリーズ
26

【高校に進学される新入生の皆さん、在校生の皆さん】

通学に必要な定期券を木次線の駅で購入することも、木次線を守るための取り組みにつながります。

特に、この春から高校へ進学され、木次線で通学される新入生の皆さんは、ぜひ木次線の駅「加茂中駅」、「出雲大東駅」、「木次駅」で定期券を購入ください。

そのほか、新幹線・特急やくもの切符なども木次線の駅で購入することができます。

木次線の駅で購入された切符などの売り上げは、JR木次鉄道部の売り上げになりますので、ぜひ「買って」、「乗って」支える取り組みを、よろしくお願いします。





市では、JR木次線の利用促進と沿線の活性化を目的として、木次線沿線自治体・商工会・観光協会などで組織する「木次線利活用推進協議会」を立ち上げ、利用促進イベントや企画列車、情報発信などを行っています。

木次線利活用推進協議会事務局 うんなん暮らし推進課
☎0854-40-1014 ホームページ：<http://kisuki-line.jp/>

【問】 木次線利活用推進協議会事務局（うんなん暮らし推進課内） ☎0854-40-1014

くらしの消費生活窓口



島根県消費者センターマスコット
キャラクターだまされないゾウくん

電力の契約の切り替えは慎重に！

平成28年4月1日より電力の小売全面自由化が始まりました。新たな事業者の参入もあり、さまざまな事業者が料金プランを提示している中、国民生活センターおよび各地の消費生活センター、経済産業省電力・ガス取引監視等委員会などには、電話勧誘・訪問販売をきっかけとした電気の契約の切り替えに関するトラブルの相談が寄せられています。

消費者へのアドバイス

1. 電気料金のプランや算定方法をよく説明してもらい、確認しましょう。
2. 勧誘してきた会社と新たに契約する会社の社名や連絡先を確認しましょう。
3. 検針票の記載情報は慎重に取り扱しましょう。
4. 契約を変更してしまってもクーリング・オフなどができる場合があります。
(事業者に来訪を要請したり、営業のため、または営業として行われる取り引きは除外)
5. 契約している電力会社が事業撤退する場合などでもすぐには電気は止まりませんが、早めに電力会社の切り替え手続きを行ってください。

相談窓口

電話勧誘・訪問販売での契約トラブルのほか、契約を結ぶに当たり、不明な点や不審なことなどがあれば次の相談窓口をご利用ください。

- 経済産業省電力・ガス取引監視等委員会 相談窓口
☎03-3501-5725
- 消費者ホットライン ☎【局番なし】188

相談・問い合わせ・出前講座依頼先

雲南市消費生活センター ☎0854-40-1123 FAX0854-40-1039

子育て支援センターなどの 3月 スケジュール



図書館だより

市立図書館の利用案内



三刀屋図書室 “うちの宝箱” (永井隆記念館内)
 建て替え工事のため長期休館中です (4月開館)。
 三刀屋地区まちづくり協議会より三刀屋交流センター図書コーナー「ひなたぼっこ」で所蔵されていた図書5,500冊をご寄贈いただきました。これまで「ひなたぼっこ」で利用していた図書は、4月中旬から三刀屋図書室で利用できます。
 電話：0854-40-1073

吉田図書室 (吉田交流センター内)
 電話：0854-74-0219
 開館時間：9:00~17:00
 休館日：毎週土・日曜日、祝日

掛合図書センター “陽だまり館” (掛合交流センター内)
 電話：0854-62-0189
 開館時間：9:00~17:00
 休館日：毎週日・月曜日、祝日

木次図書館 ☎0854-42-1021 開館時間：10:00~18:00

3月の休館日
 毎週月曜日、20日(土・祝) 図書整理日：31日(水)

イベント案内
 ☆よみかたりのじかん 18日(木) 14:30~
 事前に予約が必要です。詳しくは問い合わせください。

大東図書館 ☎0854-43-6131 開館時間：10:00~18:00

3月の休館日
 毎週金曜日、20日(土・祝) 図書整理日：31日(水)
 臨時休館：1日(月) (蔵書点検のため)

イベント案内
 ☆おはなしたまごのお話会 7日(日) 14:00~
 事前に予約が必要です。詳しくは問い合わせください。

加茂図書館 ☎0854-49-8739 開館時間：10:00~18:00

3月の休館日
 毎週木曜日、20日(土・祝) 図書整理日：31日(水)
 臨時休館：1日(月)~4日(木) (蔵書点検のため)

新着の本 (抄)
 以下の本は木次・加茂・大東図書館のいずれかにあり、どこでも借りることができます。貸出中のときは予約(取り寄せを含む)ができます。各館へ問い合わせください。本の検索には、市立図書館ホームページ《蔵書検索》が利用できます。

市立図書館ホームページ→



▼土谷和生「こふのとりに 土谷和生句集」▼河出書房新社編「死にたい」「消えたい」と思ったことがあるあなたへ▼タラ・ウェストパー「エデュケーション 大学は私の人生を変えた」▼今尾恵介「市町村名のつくり方 明治・昭和・平成の大合併で激変した日本地図」▼タナハシ・コウツ「僕の大統領は黒人だった パラク・オパマとアメリカの8年⑤」▼鶴見太郎「イスラエルの起源 ロシア・ユダヤ人が作った国」▼さらだたまこ「親も自分もすり減らない!? シングル介護術」▼大石 始「益隆の戦後史「ふるさと」の喪失と創造」▼辻 直美「レスキューナースが教える新型コロナ×防災マニュアル コロナ禍で災害が起きて生き抜く!」▼タサノ志麻「志麻さんの台所ルール 毎日のごはん作りがラクになる。一生ものの料理のコツ」▼moko「かわいくてとっても可愛い! 紙のおもちや」▼稲田和彦 監修・文「図説日本刀大全 決定版②」▼森 鶏二「里見香奈イナズマの一手 勝利をもぎ取る100の技」▼尾崎世界観「身のある話と、歯に詰まるワタシ」▼岸本葉子「ふつうでない時をふつうに生きる」▼椎名 誠「遺言未滿」▼沼崎英雄「アンダークラス」▼新 胡桃「星に帰れよ」▼麻生 幾「餓月」▼伊東院 静「いとまの雪 新説忠臣蔵・ひとりの家老の生涯⑤」▼宇佐見 雅「推し、燃ゆ」▼大山淳子「あざかりやさん④まぼろしチャーハン」▼黒川博行「騙る」▼佐々木 謙「道楽シリーズ⑨雪に撃つ」▼志賀 寛「彼女のスマホがつかない」▼山川 環「処方箋のないクリニック」▼そえた信「地べたを旅立つ 掃除機探偵の推理と冒険」▼原田ひ香「一橋桐子(76)の犯罪日記」▼原浩「火喰鳥を、喰う」▼姫野カオルコ「青春とは、」▼藤野千夜「じい散歩」▼村山由佳「雪のなまえ」▼青山美智子「お探し物は図書室まで」▼岸田奈美「家族だから愛したんじゃない、愛したのが家族だった」▼西田 靖「子どもを連れて、逃げました。」▼新宮文明「脳がみるみる返る脳活性おりがみ」▼秋川 滝美「ひとり旅日和 縁結び!」▼斜線室有紀「茶園とは探偵の不在なり」▼村山早紀「約束の猫」▼ディーリア・オーエンズ「ザリガニの鳴くところ」▼ララ・プレスコット「あの本は読まれているか」

大東 教室・相談			
大東子育て支援センター (あおぞら保育園内)	子育て教室「お別れ会」(あおぞら保育園) 赤ちゃん教室「大きくなったね」(あおぞら保育園)	3日(水) 10日(水)	9:30~11:30 (※要予約) 9:30~11:30 (※要予約)
子育てサロン			
木馬 (おおぞ)		火・木曜日 (30日(火)を除く)	9:30~12:00
ぽかぽかひろば (幡屋交流センター)		1日(月)	9:30~11:30
よちよち (久野交流センター)		6日(土)	9:30~11:30
ぽつぽつ (佐世交流センター)		11日(水)	9:30~11:30
うしろ (海潮交流センター)		12日(金)	9:30~11:30
地域サークル			
おおぎっこサークル (阿用交流センター)	「ひなまつり会」	4日(水)	9:30~11:30 (※要予約)
問い合わせ先 ▶ 大東子育て支援センター (あおぞら保育園内) ☎43-9500			

加茂 支援センター			
加茂子育て支援センター	お茶会 たんぼぼ広場 (誕生会) ※3月生まれのお友達を予約してください たんぼぼ広場 (大きくなったねの会) ※行事があっても通常利用できます。	5日(金) 10日(水) 17日(水)	10:00~ (1時間程度) 10:00~ (1時間程度) 10:00~ (1時間程度)
教室・相談			
加茂子育て支援センター	もぐもぐ教室 (5~6ヵ月児対象離乳食教室)	4日(水)	10:00~ (※要予約)
	もぐもぐ教室 (7~8ヵ月児対象離乳食教室)	11日(水)	10:00~ (※要予約)
	もぐもぐ教室 (9~11ヵ月児対象離乳食教室)	18日(水)	10:00~ (※要予約)
	たまごクラブ (妊婦さんサロン)	23日(火)	10:00~ (※要予約)
	育児・離乳食に関する相談や、不安や心配事などがあれば、気軽に相談してください。電話相談を受け付けています。(9:00~17:00)		
問い合わせ先 ▶ 加茂子育て支援センター ☎49-8355			

木次 支援センター			
木次子育て支援センター	おひなさま誕生会	2日(水)	10:30~ (※誕生児・参加者要予約)
	Chanみまママのハンドメイド教室	3日(木)	10:00~ (※要予約)
	おひるねアート (1歳まで)	5日(金)	10:00~ (※要予約)
	産後ウォーキングレッスン	8日(月)	10:00~ (※要予約)
	じんわりあったかお灸時間	9日(火)	10:00~ (※要予約)
	リフレッシュ講座 骨盤矯正 (6ヵ月未満のママ)	10日(水)	13:30~ (※要予約)
	コパコチのりべき運動あそび	17日(水)	10:00~ (※要予約)
	リフレッシュ講座 整体 (年齢不問)	24日(水)	10:00~ (※要予約)
	笑けるほど痛い足もみ講座	25日(木)	10:00~ (※要予約)
	ミュージックケア (年齢不問)	29日(月)	10:00~ (※要予約)
教室・相談			
木次子育て支援センター	ベビーマッサージ (助産師)	16日(火)	10:00~
	離乳食教室 (9~11ヵ月)	22日(月)	10:30~ (※要予約)
	ベビーマッサージとママの軽運動 (3~7ヵ月)	23日(火)	9:30~ (※要予約)
問い合わせ先 ▶ 木次子育て支援センター ☎42-2030			

三刀屋 支援センター			
三刀屋子育て支援センター	赤ちゃん広場	23日(火)	10:00~10:30
問い合わせ先 ▶ 三刀屋子育て支援センター ☎45-9500			

吉田 社協子育てサロン (あい・あいくらぶ)			
吉田健康福祉センター	フリースペース	17日(水)	9:30~11:30
問い合わせ先 ▶ 雲南市社会福祉協議会吉田支所 ☎74-0078			

掛合 支援センター (分室: 掛合体育館)			
分室	ひな祭り誕生会	4日(水)	10:00~11:30 (※要予約)
	リフレッシュ教室	10日(水)	10:00~11:30 (※要予約)
	お話の日	19日(金)	10:30~11:00
問い合わせ先 ▶ 掛合子育て支援センター ☎080-2909-4713			

園(所)開放日			
大東	海潮こども園 ●	11日(水)	9:00~11:00
	大東保育園	毎週水曜日 (24日、31日(火)を除く)	9:00~12:00 試食の予約: 前日16:00まで
	かもめ保育園	毎週金曜日 (26日を除く)	9:00~12:00 試食の予約: 前日16:00まで
	あおぞら保育園	毎日(平日) (30日(火)、31日(水)を除く)	9:00~11:00 (※要予約)
加茂	たちばら保育園 ◆	月曜日~金曜日 (平日)	9:30~11:00
	みなみかも保育園	月曜日~金曜日 (平日) (19日(金)まで)	9:30~12:00 試食の予約: 前日16:00まで
吉田	吉田保育所 △	3日(水)	9:30~11:00
	吉田井保育所 △	18日(水)	9:30~11:30
問い合わせ先 ▶ 子ども政策課 ☎40-1044			

●の施設および大東、西こども園は土曜日、日曜日に園庭を開放しています。
 ○の施設および佐世、寺嶺幼稚園は土曜日、日曜日、春休みなどに園庭を開放しています。
 ▲の施設および掛合保育所は日曜日に園庭を開放しています。
 △の施設および木次こども園、斐伊保育所は土曜日の午後、日曜日に園庭を開放しています。
 ◆の施設および三刀屋こども園は土曜日、日曜日に園庭を開放していますが、事前に予約が必要です。

注意 1. いずれも行事のあるときを除く 2. 保護者同伴で利用すること
 3. 水道は使わないこと 4. ごみは持って帰ること
 5. 小学生以上は遊具を利用しないこと 6. 利用後は施設をきれいにすること

3月議会

【問】 議会事務局 ☎40-1004

◆雲南市議会 3月定例会			
本会議（開会・市長所信表明・議案上程・説明）	1日(月)	9:30～	議 場
本会議（議案質疑）	2日(火)	9:30～	
本会議（会派代表質問）	3日(水)	9:30～	
本会議（一般質問）	4日(木)～9日(火)	9:30～	
予算審査特別委員会	9日(火)	本会議終了後	
産業建設常任委員会	10日(水)・11日(木)	9:30～	全員協議会室
教育民生常任委員会	12日(金)・15日(月)	9:30～	
総務常任委員会	16日(火)・17日(水)	9:30～	
予算審査特別委員会	19日(金)	9:30～	
本会議（委員長報告・討論・採決・閉会）	22日(月)	13:30～	議 場

※新型コロナウイルス感染対策のため、開始時間・日程は変更になる場合があります。

3月の健診・教室など

【問】 健康推進課 ☎40-1045

◆育児相談		
掛合子育て支援センター	3日(水) (要予約)	9:30～
三刀屋子育て支援センター	8日(月)	
加茂子育て支援センター	15日(月)	
大東健康福祉センター	23日(火)	
斐伊交流センター	26日(金)	

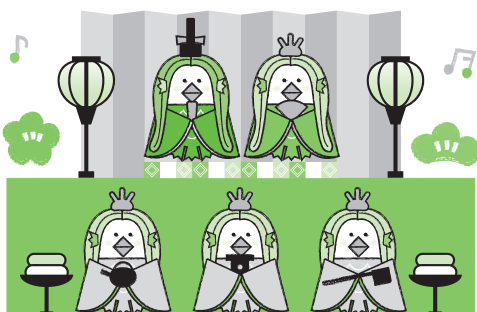
◆断酒会		
吉田ふるさとセンター	4日(木)	19:00～21:00
掛合まめなかセンター	17日(水)	
三刀屋健康福祉センター	29日(月)	

◆乳幼児健診				
乳児健診	大東・加茂地区の方	大東健康福祉センター	4日(木)	13:00～ (4ヵ月児、10ヵ月児健診)
	木次・三刀屋・吉田・掛合地区の方	木次健康福祉センター	11日(木)	13:00～ (4ヵ月児、10ヵ月児健診)
幼児健診	大東・加茂地区の方	木次健康福祉センター	17日(水)	13:00～ (3歳児健診)
	木次・三刀屋・吉田・掛合地区の方		25日(木)	13:00～ (1歳6ヵ月児健診)

◆その他相談				
はじめての子育て講座「親子の絆教室」	下熊谷交流センター	2日(火)	14:00～16:00	(※要予約) 定員20組
【問】 子ども家庭支援課 ☎40-1067		9日(火)		
認知症のひとと家族の会サロン「色えんぴつ」	雲南保健所	4日(木)	10:00～14:00	
【問】 保健医療介護連携室 ☎40-1095				
若者の就労支援事業・フリースペース	三刀屋健康福祉センター	4日(木)	14:00～16:00	
【問】 長寿障がい福祉課 ☎40-1042				
こころの健康&もの忘れ相談		9日(火)	13:00～15:00	
【問】 雲南保健所 ☎42-9642				
就業相談会（移動ナースバンク）	ハローワーク雲南	10日(水)	13:00～16:00	
【問】 雲南公共職業安定所 ☎42-0751				
雲南サロン「陽だまり」		11日(木) 25日(木)	10:00～15:00	
【問】 雲南保健所 ☎42-9638				
アルコールによる困りごと相談		15日(月)	13:00～15:00	
【問】 雲南保健所 ☎42-9642				
交通事故巡回相談	出雲市役所	18日(木)	9:00～15:00	
【問】 交通事故相談所 ☎0852-22-5102				
オレンジカフェうんなん（認知症カフェ）	吉田健康福祉センター	18日(木)	10:00～11:45	参加料：300円
【問】 保健医療介護連携室 ☎40-1095				

献血 【問】 市民生活課 ☎40-1031

木次町		
JALまね 雲南地区本部	29日(月)	10:00～11:30
大東町		
雲南市立病院	29日(月)	13:30～16:30



【問】 うんなん暮らし推進課 ☎40-1014

◆結婚を希望する独身男女のための結婚相談			
結婚相談サロン	雲南市役所 3階相談室	5、12、19、26日(金)	13:00～20:00
	Aコープきすき店 2階	27日(土)	10:00～13:00

【問】 教育支援センター ☎48-0007

◆おんせんキャンパスの活動や子育ての悩み、心配事についての相談会			
個別相談会	おんせんキャンパス (旧温泉小学校)	20日(土・祝)	① 9:00～ ② 10:00～ ③ 11:00～ ④ 12:00～ (要予約・一人45分間)

※内容、場所、日時の順に記載。市外局番は記載のないものはいずれも0854です。

INFORMATION

掲載している健診・教室・各種イベントなどについて、新型コロナウイルスの感染拡大予防のため中止・延期となる可能性があります。開催などの詳細は各問い合わせ先に確認してください。

2021雲南市桜まつりメインイベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、例年4月上旬に開催する「雲南市桜まつり」メインイベント（駅前ステージイベント、「幸運なんです。雲南です。」体感フェア、花火大会）を中止します。臨時駐車場の整備や仮設トイレの設置とあわせて感染予防の啓発を進めていきますので、お越しの際は衛生対策の徹底をよろしくお願いいたします。

放送大学公開講座

「我々の購買行動を待ち受ける『心理的罖』
—社会心理学と行動経済学の視点から—」

講師：山口裕幸さん（九州大学大学院人間環境学研究院教授、
放送大学福岡学習センター客員教授）

衝動買いしたり、うまい宣伝文句につられてつい買ってしまったり。購買行動の背後に潜んでいる心理や行動について分かりやすくお話しします。悪徳商法の被害を受けないようにする心構えについても考えていきます。

と き 3月13日(土) 14:00~16:00

と ころ 雲南市役所本庁舎 2階会議室

入 場 料 無料（定員20人、要申し込み）

【問】社会教育課 ☎0854-40-1073

古代鉄歌謡館展示「早春のシキシ展」

と き 3月7日(日)~28日(日)

9:00~17:00（火曜休館）

と ころ 古代鉄歌謡館 ギャラリー

入 場 料 無料

【問】古代鉄歌謡館 ☎0854-43-6568

みんなの歌声サロン

～春の歌、青春の歌特集～

と き 3月27日(土) 13:30~15:00

と ころ 古代鉄歌謡館

参加料 無料

※マスクを着用の上、参加してください。

【問】古代鉄歌謡館 ☎0854-43-6568

サウンドライブしまねin雲南 雲の音祭り2021



雲南を中心に、島根県各地で活躍するミュージシャンが集結！ ソーシャルディスタンスに気を付けながら、2年ぶりの生のステージをお届けします！ どうぞお楽しみに！

MC：おしゃべりエンターテイナーゆーき

ゲスト：マイトリー・矢田太朗・澤田利明・佐藤一仁

出演：わくわくドラム教室／谷の人／DRIVE AWAY

はっしーとひかるちゃん／佐藤智充／琴巳

ペパーミント★倶楽部バンド／菅田茂

と き 3月28日(日) 12:30開場、13:00開演

と ころ 加茂文化ホールラメール（大ホール）

入 場 料 一般1,000円、高校生500円、中学生以下無料（要整理券）

※限定180席

【問】ラメール ☎0854-49-8500

菅田茂ライブLIVE! in ふれあいホール



と き 3月25日(木) 20:00開演

と ころ 加茂文化ホールラメール ふれあいホール

入 場 料 500円

※限定30席

【問】ラメール ☎0854-49-8500

●市報うんなん No.196 2021年3月発行

発行・編集／雲南市役所 政策企画部 情報政策課

〒699-1392 雲南市木次町里方521-1

☎0854-40-1015 FAX 0854-40-1019

✉ unnan-city@city.unnan.shimane.jp

市報うんなんに対するご意見、ご感想をお寄せください。

人口 37,039人（-63人）

男性 17,896人（+7人）

女性 19,170人（-43人）

世帯数 13,702世帯（-9世帯）

令和3年2月1日現在（先月比）



この印刷物は環境に配慮し、大豆油に変わり米ぬか油を使用したライスインキで印刷しています。