

# 市報うんなん Unnan

4

2021 No.197

特集

市長所信表明 (2ページ)

新型コロナウイルス

ワクチン接種ほか (12ページ)



令和3年

# 市長所信表明

石飛市長は雲南市議会3月定例会の開会にあたり、特に新型コロナウイルス感染症への対応や人口減少対策への取り組みをはじめ、令和3年度の市政運営における基本的な考え方を述べました。



## 市政運営に臨む基本的な姿勢

雲南市では、これまで地域自主組織により、創意工夫した地域づくりが進められ、また、地域の課題解決にチャレンジする多様な活動や人材が育つなど、まちづくりの基礎となるさまざまな取り組みが展開されてきました。

こうしたこれまでの市政運営の基本的な考え方を尊重しつつ、市民の皆様の声に耳を傾け、時代や社会の変化に対応しつつ良いたところはさらに伸ばし、必要などころは修正しながら、是々非々の姿勢で市民本位の行政を展開します。

## 新型コロナウイルス感染症への対応

新型コロナウイルスワクチン接種については、速やかに準備を進めるため健康福祉部に「ワクチン接種対策室」を設置し、迅速かつ適切に接種を開始できるよう全力で取り組みます。

コロナ禍の影響を受ける事業者への支援策として、速やかな地域経済の回復をめざして、特に大きな影響を受けている飲食・宿泊業などへのさらなる支援を行います。

## 人口減少対策

出生数を死亡数が上回る状態が続く中で、進学や就職などによる転出を減らし、引き続き持続可能な地域づくりを進め、人口増加への転換をめざして取り組みます。

医療や介護、買い物など生活に必要な不可欠なものを確保・充実させるとともに、安心して出産や子育てができる環境を整え、子育て負担の軽減を図ることを定住対策、少子化対策の基本として取り組みます。

その上で、豊富な地域資源を守り、これを活かそうと取り組んでいる市民のチャレンジを積極的に支援していくことで、夢と希望が感じられる明るい未来を示すことができると思います。

そのためにも農林業の振興に力を入れ、地域の主要な担い手である兼業農家の支援に取り組むとともに、経営基盤の強化や物流改革などにより収益性を高め、地域経済の活性化につなげます。

私は「雲南プライド」というキーワードを用い、本市で暮らす人々が自らの地域とそこで生み出されるものや文化に対し、胸を張ってその良さを主張していくことができる社会をめざします。その一環として、スポーツ文化活動を積極的に支援し、「雲南プライド」をもつ人材を育成し、お互い

に認め合える仲間づくりや出会いの場の創造につなげます。

## 「みんなで築くまち」に関する

政策

### 地域の担い手の育成確保

地域自主組織から選出された受講生が参



▲地域経営カレッジ全体会の様子

加する「地域経営カレッジ」を開催し、コロナ禍における地域活動のあり方などの課題解決に取り組みました。この地域経営カレッジを引き続き令和3年度も開催します。

### 加茂交流センターの整備

令和2年度内に敷地整備工事および建物の実施設計を完了し、令和3年度内の本体工事の完了をめざして取り組みを進めます。

### ケーブルテレビ伝送路の

### 光ファイバー化整備

令和3年度中の市内全域の幹線工事と吉田町、掛合町の引込宅内工事の完了をめざします。加えて、GIGAスクール構想にも対応するため、通信環境が十分でない市内小中学校13校の整備を実施します。

## 「安全・安心で快適なまち」に

関する政策

### 次期可燃ごみ広域処理施設の

### 整備に向けた検討

令和2年度から奥出雲町および飯南町と連携し、次期施設の基本構想策定作業を進めています。この地域に最も適した廃棄物

処理施設の整備とするため、「民間連携可能性調査」を実施し、経費面やサービス面などのさまざまな観点から検討を進めます。

### 「幸せを運ぶコウノトリ」と

### 共生するまちづくりの推進

「幸せを運ぶコウノトリ」と共生するまちづくりアクションプラン」に基づき、コウノトリの保護や活用に向けて取り組んでいます。このたび、コウノトリのロゴマークを作成しました。市民や事業者の皆さんに活用していただき、コウノトリやコウノトリが住む環境についての理解を広め、コウノトリの保護や活用をさらに進めます。



幸せを運ぶコウノトリと  
共生するまちづくり  
雲南市

▲「幸せを運ぶコウノトリと共生するまちづくり」ロゴマーク



## JR木次線の利用促進に向けた

### 取り組み

人口減少やコロナ禍の影響による利用客減少により、今後トロッコ列車や路線そのものの存続問題に及ぶことを危惧しています。沿線自治体や島根県と一層強力に連携し、国への要望活動をはじめ、これまで以上に利用促進に注力し、安定的な乗車人数の確保および路線の維持につながる活動を展開します。



▲JR木次線

## 水道未普及地域解消事業

令和2年度に着手した大東町山王寺本郷

地区水道整備事業は、令和3年度より管路整備工事に着手し、令和5年度の事業完了に向け、引き続き取り組みます。

## デジタル防災無線の整備

災害時の通信手段を確保し、防災情報を確実に伝達するためのデジタル防災無線システムについては、4月から各世帯などへ戸別受信機の配布を行い、10月からの運用開始に向けて準備を進めます。



▲配布される個別受信機

「支えあい健やかに暮らせるまち」に関する政策

## 田井診療所における巡回診療

### および地域医療の維持に

### 向けた取り組み

田井診療所を会場とする雲南市立病院による巡回診療を、令和3年度も毎週火曜日の午前中に行います。

また、市内全域における地域医療体制の充実を図るため、「雲南市地域医療あり方検討会」を設置し、雲南市立病院を中心とし

て市民の皆さんが安心して医療を受けることができる体制づくりに取り組みます。

## 雲南市地域包括支援センターの

### 事務所移転

令和3年度から地域包括支援センターの事務所を三刀屋健康福祉センター内に移転します。これにより、同施設内の社会福祉協議会、権利擁護センター、生活支援・相談センターなどの連携を強化し、地域包括ケアのさらなる推進を図ります。

## 木次こども園建設事業

新園舎の本体工事は完了し、開園式を4月5日に行います。令和3年度に外構工事および旧園舎を取り壊し、園庭および駐車場の整備を行います。

## 加茂こども園の

### 保育業務委託の開始

4月から社会福祉法人たんぽぽへ業務委託を行い、休日保育や病後児保育など保育サービスの充実を図ります。

## 雲南市

### 子ども家庭総合支援拠点の設置

4月より子ども家庭支援課内に、子ども家庭総合支援拠点を設置し、児童虐待に関



する取り組みを一層強化します。

## 「ふるさとを学び育つまち」に関する政策

### 永井隆記念館施設整備事業

施設の老朽化に伴う建て替え工事が3月に完了し、4月20日にリニューアルオープンを迎えます。永井博士の遺徳を顕彰するとともに、平和教育・平和学習の拠点として、市内外に「如己愛人」<sup>（にょこあいじん）</sup>、「平和を」の精神を広く発信します。



▲永井隆記念館

## 「挑戦し活力を産みだすまち」に関する政策

### 令和3年の米の作付け

全国的な米余りも予想される中ではありますが、島根県産の米は消費者の評価が高いことから需要が多く、昨年並みの作付けを維持するよう市内農家をお願いしたところです。昨年過去最高の認定率となりました「プレミアムつや姫たたら焰米」<sup>（ほむぎまい）</sup>を含め、本市の基幹農作物である米の作付け推進を図ります。

### 有害鳥獣対策

農作物の鳥獣被害防止のために設置される防護柵の経費を助成する予算枠を拡充し、例年被害が拡大する水稻の穂が出始める時期にも対応できるように取り組みを進めます。

また、引き続き市猟友会と連携しながら有害鳥獣の捕獲に取り組みます。

### 畜産振興

令和4年度に開催が予定されている第12回全国和牛能力共進会への出品をめざし、巡回調査、集畜指導会を行うなど出品対策の取り組みを強化します。また、「奥出雲和牛」が、昨年10月に地域団体商標登録さ

れましたので、ブランド力を高める取り組みを一層進め、販売促進などの和牛振興に取り組みます。

### 林業振興

森林環境譲与税を活用し、新植支援の対象を天然林などの伐採跡地へも拡大することや森林資源データを活用した住民座談会を行います。また、木材流通拠点施設を活用した木材出荷対策など流通体制の構築に取り組み、市産材の利用促進につなげます。

### 中心市街地活性化事業

ビジネスホテルの整備については、事業主体となる株式会社共立メンテナンスより、令和4年4月に建設着工し、令和5年4月の開業をめざす旨の方針が示されています。令和3年中に土地賃貸借契約を結ぶよう協議を進めます。

## 「行政経営」

### 雲南市役所分庁舎の整備

水道局の新庁舎は6月に完成し、7月から新たな庁舎で業務を開始する予定です。



# うんなん日和



まちの話題を  
紹介します

雲子ちゃん



2/13(土)

## 吉田キャンドルナイト 杜の灯り

「吉田キャンドルナイト 杜の灯り」が田部家土蔵群周辺で開催され、多くのお客さんが来場しました。

田部家土蔵群周辺がろうそくの優しい灯りで照らされる中、感染症対策が施された会場では田部家に伝わる餅つきなどが行われました。8人で体をぶつけながら杵をこすり合わせる餅つきの迫力にお客さんは圧倒

されました。

餅つきの後には、つきたてのお餅入りのぜんざいや豚汁などがお客さんに振る舞われたほか、ろうそくなどの灯りを楽しみながら食事ができる「暗闇カフェ」ではピアノとバイオリンのコンサートが開催され、お客さんは温かい食事と共に音楽を楽しみました。



▲餅つきの様子



▲ぜんざいなどを受け取るお客さん

2/14(日)

## 「餅さし」行事



吉田町上山の善福寺で恒例の「餅さし」行事が行われました。

この「餅さし」行事は、天保11(西暦1840)年から始まり、今日まで約180年も続いている伝統行事で、大小2つ合わせて約45kgの大餅を肩に担ぎ上げ、片手で持ち上げた回数を競うもので、市の無形文化財にも指定されています。

例年であれば午前0時過ぎに地域の皆さんが「ときの声」を上げながら餅を運びますが、今年は感染症対策のためこれをやめ、当日の朝に観音堂に運ばれました。

感染症対策を行い開催された「餅さし」行事では、地域の方々に見守られる中、参加者たちは大餅を持ち上げ、優勝をめざして競い合いました。

優勝

かわすみ  
川角

だい き  
大輝さん (吉田町)

準優勝

しばはら  
芝原

こうすけ  
康祐さん (吉田町)



▲優勝した川角さん



2/14(日)

## みとやスポーツクラブ うなんんスポーツフェスティバル



「うなんんスポーツフェスティバル (第32回スポーツ・レクリエーション祭スポレク広場)」が三刀屋文化体育館アスパルで開催されました。

今年は感染症対策として会場を3つに分け、アリーナではカローリング、ロビーではグラウンドゴルフ、小ホールではスポーツ吹矢が行われました。

アリーナのカローリングでは、3～6人で編成されたチーム計6組が参加しました。中には小学生のみで参加したチームもあり、大人に負けない集中力とローラーのコントロールで大健闘しました。各コース、一進一退のせめぎ合いに大盛り上がりでした。各会場、それぞれで軽スポーツを楽しんだ1日となりました。



▲カローリングの説明を聞く参加者

2/27(土)

## 花もちづくり体験♪



「花もち」づくりが一宮自主連合会の主催により一宮交流センターで開催され、三刀屋小学校児童21人が参加しました。

ひなまつりの際に食べられるお菓子として松江地方に古くから伝わる「花もち」を実際に作ることを通して、ひなまつりの文化を児童に伝えるべく開催されました。

地域から講師として参加した高橋幸子さん、巨勢睦子さん、星野博子さん(三刀屋町)の指導のもと、児童たちは捏ねただんご粉に餡子を丁寧に包み、その表面に3色の団子を小さくちぎって自由に花などの模様を飾り付けました。その後、花もちを蒸し器でしばらく蒸した後、児童たちはできたての花もちを味わいました。

参加した児童は「花もちを初めて知った」、「初めて作ったけど、楽しかった」と話しました。



▲花もちづくりの様子

2/27(土)

2/28(日)

## ラメールミュージカルスクール10周年記念公演 ベストセレクションラメール Best Selection Lamer MOMOLY LAND



ラメールミュージカルスクール10周年記念公演「Best Selection Lamer MOMOLY LAND」が加茂文化ホールラメールで上演されました。座席間隔を空けた限定席公演として、2日合わせて約350人が来場しました。

スクール開校10周年を振り返り、これまで上演した音楽劇の名曲の数々が披露されました。「歌声で来場者を元気にしたい」という思いで取り組んできた受講生は、感染対策のためにステージ上の人数を制限したり、立ち位置を工夫したりしながら、1年間の練習の成果を元気いっぱい発表しました。観客はそのひたむきな姿に感動し、カーテンコールでは受講生に割れんばかりの拍手が送られました。



▲間隔を空けた立ち位置で思いっきり演じる受講生



# 雲南病院だより



## 糖尿病ってこんな病気!!

内科診療科部長

糖尿病科

三宅仁美

糖尿病有病者と糖尿病予備群はいずれも約一千万人と言われており、40歳以上の4人に1人が糖尿病もしくはその予備群であり、その数は年々増加しています。

糖尿病は膵臓で作られ出されるホルモン（インスリン）が、十分に出なくなったり（インスリン分泌不全）、働きが悪くなること（インスリン抵抗性）により血糖値が高くなる病気で、遺伝的素因をもとに加齢や日常の生活習慣が誘因となって発症します。特に日本人は欧米人と比べて膵臓からのインスリン分泌が低く、それほど肥満でなくても糖尿病を発症することが知られています。糖尿病のほとんどはこの2型糖尿病と呼ばれるタ

イプですが、免疫異常などでインスリン分泌ができなくなる1型、ステロイド薬などによる薬剤性、妊娠に伴う妊娠糖尿病などのタイプもあります。

### 糖尿病ってなぜ怖い？

血糖値が高い状態が続くことにより血管が傷つきさまざまな臓器に合併症を引き起こします。細い血管が集まっている神経、眼、腎臓に起こる合併症を糖尿病の3大合併症と呼び、大きな血管の障がいでおこるものに、壊疽、脳卒中、虚血性心疾患があります。それぞれ頭文字をとって「じめじ」「えのき」と覚えましょう。ほかに認知症や骨粗鬆症、歯周病、癌などさまざま

な病気のリスクになることが明らかとなっています。このような合併症を進めないために、血糖値をコントロールしていくのが糖尿病の治療になります。

### 糖尿病の症状

糖尿病（高血糖）の典型的な症状は、体重減少、多飲・多尿、易疲労感（だるい・疲れやすい）、手足のしびれ、多尿などです。しかし発症早期には自覚症状はほとんどなく、症状が現れたときはかなり病気が進んでしまっています。早期発見のために健康診断などを定期的な受け、異常を指摘されたときは症状がなくてもすぐに受診するようにしましょう。

### 糖尿病の症状

発症早期には  
自覚症状はありません



異常にのどが渇く



トイレが近く尿の量が多い



たくさん食べても痩せる

症状が現れたときは、かなり病気が進んでしまっています



だるい疲れやすい



手足がしびれたり足がつかる

### 糖尿病合併症

細小血管合併症

し 神経障害



え 壊疽



め 網膜症



の 脳卒中



じ 腎症



虚血性心疾患



き

大血管合併症



感染症



歯周病



認知症



骨粗鬆症

がん

サルコペニア\*

\*筋肉量が減少し筋力や身体機能が低下している状態



# 看護のチカラ

～認定看護師の活動～

皮膚・排泄<sup>はいせつ</sup>ケア認定看護師  
はまむら ゆうこ  
濱村 優子



「子どもから高齢者まで、みんなの  
健やかな皮膚を守りたい」

## ☆皮膚・排泄ケア認定看護師とは何ですか？

創傷・オストミー（人工肛門・人工膀胱）・失禁の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護実践のできる看護師のことで。現在全国で2,581人、島根県では17人（令和2年12月末）が活躍しています。

私は主にWound（創傷：傷や褥瘡）・Ostomy（ストーマ：人工肛門や人工膀胱）・Continence（失禁：便漏れや尿漏れ）などの問題を抱えた患者さんの専門的なケアにあたっています。頭文字をとって「WOCナース」と呼ばれることもあります。

## ☆皮膚・排泄ケア認定看護師の活動

1日の始まりは褥瘡を有する患者の状況を確認します。ベッドサイドでケアにあたっている看護師と、褥瘡ケアの注意点やスキントラブルの原因の除去について共有しています。その他、褥瘡以外の傷がある患者さんに対しては、医師と連携を取って1日も早く治療が進むように努めています。

院内には褥瘡対策チームがあり、褥瘡対策に関わる専任の医師と各病棟に専任の看護師が褥瘡予防の中心的な役割を担っています。褥瘡回診チームは皮膚科医師、リハビリテーション科医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学・作業療法士です。認定看護師の役割として、よりよいケアをめざせるようチームメンバーをつなぐことを大切にしています。

他には外来でストーマケアも行っています。排泄の経路が変わることによって、さまざまな悩みや問題が起こってきます。これからストーマの手術を受ける方に、身体的・精神的な支援を中心に行っています。ストーマとは何かを理解できるように説明し、疑問や不安の軽減をしていきます。そして術後には自分らしい日常生活を取り戻せるように支援しています。



▲病室での皮膚処置の様子

## 《皮膚・排泄ケアの活動内容》

1. 褥瘡管理者としての活動  
褥瘡発生患者、褥瘡ハイリスク患者の見回り、多職種と褥瘡回診  
褥瘡発生状況のデータ管理、褥瘡予防物品の管理
2. 創傷・ストーマ・失禁ケアの実践  
（フットケア、ストーマケア、失禁ケアの外来対応も含む）
3. 患者さんとその家族、スタッフへの指導
4. 院内職員からの相談対応
5. 褥瘡対策委員会の活動
6. 皮膚・排泄ケア領域に関する研修会の院内外での開催
7. 褥瘡や人工肛門をもつ在宅患者の訪問

## ☆今後めざすこと

創傷のある方や、ストーマを造設された方が安心して雲南市で暮らせるように支援したいと思い、皮膚・排泄ケア認定看護師をめざしました。今現在、創傷のある方が自宅へ戻られても、継続した看護ができるよう退院後も外来や訪問などで関わっています。

そして皮膚の問題だけではなく、排泄に関して「自分で完結したい」と願う方の気持ちにも応えたいと思っています。しかし、認定看護師が一人に対応するには限界があります。他の医療スタッフと協力し、一人ひとりの患者に寄り添ったケアを提供していきたいと思っています。



▲職員に対する勉強会





# あなたの健康をサポート♪

## 病院保健師からのちょっと役立つ話

### Vol.6 「健康チェックをしていますか？」

皆さんは定期的に自分の健康チェックをしていますか？

自家用車の定期的な車検と同じように、私たち人間も症状が無くても定期的に検査を受けて、早期発見・早期治療に努めることが大切です。そのために、人間ドックや健康診断があります。

事業所などに勤めている方は、年1回は受ける義務があることから必ず受けています。

しかし、なかなか受ける機会が無い方はどうしたらよいのでしょうか。

そこで、今回は市立病院でどなたでも受けることができる人間ドックについて紹介します。

当院の人間ドックには日帰り人間ドックA・B・Cの3コースがあります。

そのドックの共通検査項目として、身体計測、血圧

測定、視力・聴力検査、尿・血液検査、心電図検査、胸部レントゲン検査があります。コースによっては便潜血反応検査、胃検査などさらに詳しい検査を受けることができます。コース別の検査項目、料金、所要時間については下表をご覧ください。なお、基本的に人間ドックは自由診療（保険外）のため、医療保険を利用することはできませんが、加入されている健康保険などによっては補助や助成金が出る場合もあります。

人間ドックを受けるには事前予約が必要です。市立病院 保健推進課（直通☎0854-47-7510）まで申し込みください。

今回紹介した人間ドック以外にもさまざまな健康診断やがん検診がありますので、「自分は何を受けたらよいのか？」と気軽に相談してください。

表 日帰り人間ドックコース別検査概要

コース名	検査項目（3コース共通）	プラスの検査項目	所要時間	料金（税込）
A	身体計測 血圧測定 視力・聴力検査 尿検査 血液検査 心電図検査 胸部レントゲン検査	便潜血反応検査 胃検査 さらに詳しい血液検査 腹部超音波検査 眼底・眼圧検査 肝炎ウイルス検査	3～5時間	37,400円
C		便潜血反応検査 胃検査 さらに詳しい血液検査		27,500円
B		なし	1.5～2時間	13,200円

## 院内でのサージカルマスク着用の徹底

2月22日に当院職員が新型コロナウイルスに感染したことが判明し、これを受け感染経路の検証を行うとともに、感染防止対策の再検証と職員に対する再教育を実施してきました。3月5日には第三者の視点から他医療機関による検証を実施していただき、基本的な感染対策は問題ないとの評価をいただきました。この評価を受け、当院はさらなる感染対策の強化、再発防止策に取り組むこととしました。

院内感染対策の強化として、全職員に勤務中は布マスクやウレタンマスクではなくサージカルマスク（使い捨て不織布マスク）着用を再度、徹底しました。また、入院中の患者さんにも病院内でのサージカルマスクの着用をお願いさせていただきます。

今後も雲南圏域の中核病院としての使命をしっかりと果たすため、院内の感染予防策を改めて徹底し、安心して受診していただけるよう職員一丸となって取り組んで参りますので引き続きご理解賜りますようお願い申し上げます。

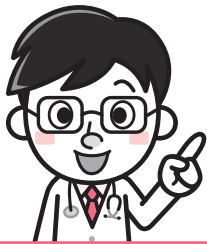


総合診療医が答える

# 「こんな症状や疑問 持っていませんか？」

## 第13回：「夜の頻尿が困る？」

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。

### 「日中はそんなに尿に行かないのに、 夜に尿の回数が増えるのはなぜ？」

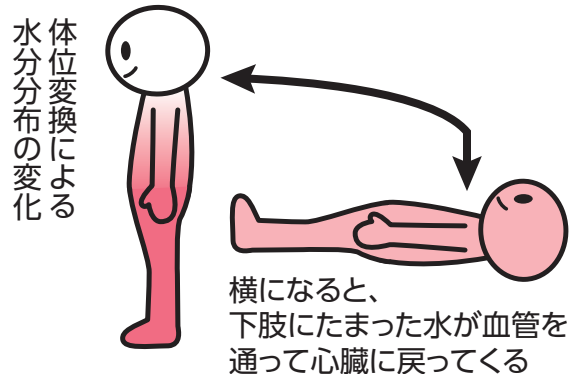
高齢者の方々に夜間の頻尿を訴える方が多くなっています。その原因はさまざまで、高齢者の生活の質を低下させている原因になっています。頻尿を起こす病気として、膀胱炎や前立腺肥大症など治療が必要な病気があります。その一方で、運動不足や両足のむくみが続くことによる頻尿も多く見られ、これは自身で対処可能な状態です。

むくみは体の血液を手足から心臓に十分に戻せなくなると起こります。人間の体の水分は体全体に満遍なく行き渡っており、その運搬を行っているのが血管です。その中でも体の隅々までいった水分を体の中心、心臓まで戻していく血管を静脈と呼びます。心臓の力によって血液が運ばれる動脈と違って、静脈の血液は体の筋肉が収縮することによって、運ばれていきます。そのため、体の筋力が弱ってくると、静脈の血流が悪くなり、むくみが出ます。

なぜ、むくみが夜間の頻尿になるのか？それは横になると、重力の関係で下半身に残っていた水分が重力

の影響が無くなるため、心臓に戻ってきます。すると心臓から出ていく血液が増加し、尿を作る腎臓への血液が増加し、結果、たくさんの尿が作られます。それによって、「日中は尿が少ないのに、夜間に尿が増える」という現状になります。

特に冬場は、運動量も減り、筋力低下が起こりやすく、夜間頻尿になることが多いと思います。できるだけ体を動かして、日中も休む時は足を高くして横になったり、両足をしめるストッキングなどを使うと、夜間の尿の回数が減ることがあります。かかりつけ医をお持ちの方は相談してみましょう。



いただいた切り花



展示した切り花

2月26日、別木重夫さん（掛合町）より、新型コロナウイルスが流行する中、日々緊張感の中で業務をしている職員に対し、心安らぐ一助となればとの思いで切り花300本を贈呈していただきました。いただいた切り花は「ストック」という名の花で、香りもよく色彩もきれいで気持ちがいやかなります。

いただいた切り花は当日、全職員へ配布させていただきました。また、来院された患者さんにも鑑賞してもらうため、当院の正面玄関のエントランスホールに展示させていただきました。

切り花をいただきました

# 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に関するお知らせ

vol.9



※掲載している情報は3月16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

## ファイザー社製ワクチンの特性

問ワクチン接種対策室 ☎0854-40-1043

感染症の発症や重症化を予防することが期待されるワクチン。現時点で承認されている新型コロナウイルス感染症のワクチンは、ファイザー社製のものになります。ワクチン接種を受けるかどうかは、本人の判断によります。ワクチンの特性を十分に理解することが大切です。

### ワクチンの効果・投与方法

ワクチンを受けた人が受けていない人よりも、新型コロナウイルス感染症を発症した人が少ないということが分かっています。  
(発症予防効果報告：約95%)

※他の予防接種との間隔は、原則13日以上空ける必要があります。

販売名	コミナティ® 筋注
効能・効果	新型コロナウイルスによる感染症の予防
接種回数・間隔	2回（通常、3週間の間隔） 筋肉内に注射
接種対象	16歳以上
接種量	1回 0.3mlを合計2回

### ワクチンの種類

メッセンジャー RNA (mRNA) ワクチン

※ mRNAワクチンでは、ウイルスのタンパク質を作るもとなる情報の一部を注射します。人の体の中で、この情報をもとに、ウイルスのタンパク質の一部が作られ、それに対する抗体などができることで、ウイルスに対する免疫ができます。

### ワクチンの成分

これまでのワクチンでは使用されたことのない添加剤が含まれています。本剤の成分に対し重度の過敏症の既往歴のある方は接種できませんので、かかりつけ医に相談してください。

◆有効成分 トジナメラン

◆添加物

- ・ ALC-0315：[(4-ヒドロキシブチル) アザンジル] ビス (ヘキサン-6,1-ジイル) ビス (2-ヘキシルデカン酸エステル)
- ・ ALC-0159：2-[(ポリエチレングリコール)-2000]-N,N-ジテトラデシルアセトアミド
- ・ DSPC：1,2-ジステアロイル -sn- グリセロ-3- ホスホコリン

- ・ コレステロール
- ・ 塩化カリウム
- ・ リン酸二水素カリウム
- ・ 塩化ナトリウム
- ・ リン酸水素ナトリウム二水和物
- ・ 精製白糖

■ファイザー新型コロナウイルスワクチンの接種を受ける方とご家族の方々のためのサイト

<https://pfizer-covid19-vaccinated.jp>



<二次元コード>



## ワクチンの安全性（副反応）

接種後（特に、接種直後～数日間）はご自身の体調に注意しましょう。

下記のような症状や、いつもと違う体調の変化や異常があれば、接種を受けた医療機関などの施設の医師、看護師またはかかりつけ医に相談してください。

### 起こるかもしれない重い症状（頻度不明）

ショック、アナフィラキシー

#### 【症状の発現状況、時期、持続期間など】

ワクチン接種直後から、時には5分以内、通常30分以内に以下の症状が現れた場合、ショック、アナフィラキシーの疑いがあります。

皮膚症状：皮膚のかゆみ、じんま疹、紅斑、皮膚の発赤など

消化器症状：腹痛、吐き気など

視覚症状：視覚の異常

呼吸器症状：声のかすれ、くしゃみ、のどのかゆみ、息苦しさなど

ショック症状：蒼白、意識混濁など

本ワクチンの接種を受けた後しばらくの間は、接種を受けた医療機関などの施設でお待ちいただき、このような症状がみられた場合には、**ただちに**、接種会場となる医療機関などの施設の医師、看護師などに伝えてください。

### 起こるかもしれない体の症状

（接種を受けた方の10%以上に起こったもの）

注射した部位の痛み、腫れ  下痢  筋肉や関節の痛み

頭痛  疲労、寒気、発熱

#### 【症状の発現状況、時期、持続期間など】

●注射した部位の痛みの多くは接種当日に現れ、持続期間は約2日でした。その他の症状の多くは接種翌日に現れ、持続期間は約1日でした。

●これらの症状の多くは、1回目の接種より2回目の接種時に高い頻度で認められました。また、高齢者よりも非高齢者に高い頻度で認められました。

●これらの症状は、通常、数日以内に治まります。なお、病気治療中の方で解熱消炎鎮痛剤などを使用される場合は、主治医・薬剤師に服用について相談してください。また、ひどい痛み、腫れ、高熱など重い症状と思われる場合は、医師の診察を受けてください。

■厚生労働省ホームページ

厚労 コロナ ワクチン

🔍 検索



<二次元コード>

## 予防接種の目的

接種することで感染の恐れのある疾病の発生およびまん延を防止し、公衆衛生の向上および増進に寄与することになります。

予防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うえで、自らの意思で接種を受けましょう。

保険料

## （国民健康保険・後期高齢者医療保険）傷病手当金の支給について 適用期間を延長します

☎市民生活課 ☎0854-40-1031

国民健康保険または後期高齢者医療制度の被保険者が新型コロナウイルス感染症に感染した場合、または発熱などの症状があり感染が疑われる場合に、その療養のために就労することができず、給与などの支払いを受けられなかった方に傷病手当金を支給しています。

適用期間を以下のとおり延長します。

### ■適用期間

令和2年1月1日～**令和3年6月30日**

（ただし、入院が継続する場合などは健康保険と同様、最長1年6ヵ月まで）

申請や詳細などについては市民生活課または各総合センター市民福祉課へ問い合わせください。

16	金	大東 休館、園開放 (●、■の施設) 子育てサロンうしお 9:30～11:30 (海潮 交、要予約) ☎43-9500 お茶会 10:00～ (加茂 子、要予約) ☎49-8355 結婚相談サロン 13:00～20:00 (市) ☎40-1014
17	土	吉田 休館、園庭開放 (○、△の施設)
18	日	吉田、掛合 休館、園庭開放 (○、△、□の施設)
19	月	木次、三刀屋、掛合 休館、園開放 (●の施設) 妊婦サロン・育児相談 (加茂 子) アルコールによる困りごと相談 13:00～ (保、要予約) ☎42-9642
20	火	園開放 (●の施設) 子育てサロン木馬 9:30～12:00 (おおぎ) ☎43-9500 ベビーマッサージ (2～8ヵ月) 10:00～ (木次 子、要予約) ☎42-2030
21	水	園開放 (●、▲の施設) 赤ちゃん教室「みんなよろしくね」9:30～ (大東 子、要予約) ☎43-9500 たんぼひろば (誕生会) 10:00～ (加茂 子、誕生児要予約) ☎49-8355 Heart飯 幼児食編 10:30～ (木次 子、要予約) ☎42-2030 子育てサロンあい♪あいくらぶ 9:30～11:30 (吉田 健セ) ☎74-0078 断酒会 (掛合まめなかセンター)
22	木	加茂 休館、園開放 (●の施設) 子育てサロン木馬 9:30～12:00 (おおぎ) ☎43-9500 もぐもぐ教室 (7～8ヵ月児対象離乳食教室) 10:00～ (加茂 子、要予約) ☎49-8355 よみかたりのじかん 14:30～ (木次 交、要予約) ☎42-1021 3歳児健診 (木次 健セ) 雲南サロン「陽だまり」10:00～15:00 (保) ☎42-9641

23	金	大東 休館、園開放 (●、■の施設) おはなし会 10:00～10:30 (三刀屋 子) ☎45-9500 お話の日 10:30～11:00 (掛合 子) ☎080-2909-4713 妊婦サロン・育児相談 (斐伊 交) 結婚相談サロン 13:00～20:00 (市) ☎40-1014
24	土	吉田 休館、園庭開放 (○、△の施設) 結婚相談サロン 10:00～13:00 (Aコープきすき店2F) ☎40-1014 子育ての悩み、心配事についての個別相談会 9:00～ (おんせんキャンパス、要予約) ☎48-0007
25	日	吉田、掛合 休館、園庭開放 (○、△、□の施設) はじめの一步のおはなし会 14:00～ (木次 交、要予約) ☎42-1021
26	月	木次、三刀屋、掛合 休館、園開放 (●の施設) リフレッシュ講座 整体 9:30～ (木次 子、要予約) ☎42-2030
27	火	園開放 (●の施設) 子育てサロン木馬 9:30～12:00 (おおぎ) ☎43-9500 たまごクラブ (妊婦さんサロン) 10:00～ (加茂 子、要予約) ☎49-8355 リフレッシュ講座 骨盤 (6ヵ月未満のママ) 13:30～ (木次 子、要予約) ☎42-2030 妊婦サロン・育児相談 (大東 健セ)
28	水	園開放 (●、▲の施設) たんぼひろば (ベビーマッサージ) 10:00～ (加茂 子) ☎49-8355
29	木	大東、加茂、木次、吉田、掛合 休館 昭和の日 断酒会 (三刀屋 健セ)
30	金	大東、加茂、木次、三刀屋 休館 園開放 (●、■の施設) もぐもぐ教室 (9～11ヵ月児対象離乳食教室) 10:00～ (加茂 子、要予約) ☎49-8355 結婚相談サロン 13:00～20:00 (市) ☎40-1014

園開放		
●	あおぞら保育園	9:00～11:00 (要予約)
	たちばら保育園	9:30～11:00
	みなみかも保育園	9:00～12:00 (試食の予約: 前日16:00まで)
	吉田保育所	9:00～12:00 (要予約・前日まで) ※12日以降、23日を除く
▲	大東保育園	9:00～12:00 (試食の予約・前日16:00まで)
■	かもめ保育園	9:30～12:00 (試食の予約・前日16:00まで)
◆	田井保育所	9:30～11:30

園庭開放	
○	大東、西、海潮こども園、たちばら保育園※、三刀屋こども園※、佐世幼稚園、寺領幼稚園 (※の施設は要予約)
△	掛合保育所
□	斐伊、吉田、田井保育所

- 注意
1. いずれも行事のあるときは除く
  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. 遊具は小学生以上は利用しないこと
  6. 使った遊具は片付けること
  7. 利用後は施錠を忘れずにすること



# うんなんカレンダー

# 4月

市 雲南市役所 保 雲南保健所 交 交流センター 子 子育て支援センター 図 図書館(室、センター) 健セ 健康福祉センター  
 (例: 大東 図 = 大東図書館) ※市外局番はいずれも0854です。

1	木	加茂 図 休館、園開放 (●の施設) 認知症の人と家族の会サロン「色えんぴつ」 10:00~12:00 (保) ☎40-1095 断酒会 (吉田ふるさとセンター)
2	金	大東 図 休館、園開放 (●の施設) 結婚相談サロン 13:00~20:00 (保) ☎40-1014
3	土	吉田 図 休館、園庭開放 (○、△の施設) 子育てサロンよちよち 9:30 ~ 11:30 (久野 交) ☎47-0040
4	日	吉田、掛合 図 休館、園庭開放 (○、△、□の施設)
5	月	木次、三刀屋、掛合 図 休館、園開放 (●の施設) 子育てサロンぽかぽかひろば 9:30 ~ 11:30 (幡屋 交) ☎43-2800
6	火	園開放 (●の施設) 子育てサロン木馬 9:30~12:00 (おおぎ) ☎43-9500 トコトコ散歩 10:30 ~ (木次 子、要予約) ☎42-2030
7	水	園開放 (●の施設) 妊婦サロン・育児相談 (掛合 子、要予約) ☎40-1045
8	木	加茂 図 休館、園開放 (●の施設) 乳児健診 (木次 健セ) 子育てサロン木馬 9:30~12:00 (おおぎ) ☎43-9500 子育てサロンぽっぽ 9:30~11:30 (佐世 交) ☎43-2110 雲南サロン「陽だまり」10:00~15:00 (保) ☎42-9641 若者の就労支援事業・フリースペース 14:00 ~ 16:00 (三刀屋 健セ) ☎40-1042

9	金	大東 図 休館、園開放 (●、■の施設) 結婚相談サロン 13:00~20:00 (市) ☎40-1014
10	土	吉田 図 休館、園庭開放 (○、△の施設)
11	日	吉田、掛合 図 休館、園庭開放 (○、△、□の施設)
12	月	木次、三刀屋、掛合 図 休館、園開放 (●の施設) トコトコ散歩 10:30 ~ (木次 子、要予約) ☎42-2030 妊婦サロン・育児相談 (三刀屋 子)
13	火	園開放 (●の施設) 離乳食教室 (R2.8月生) (加茂 健セ) 子育てサロン木馬 9:30 ~ 12:00 (おおぎ) ☎43-9500 こころの健康&もの忘れ相談 13:00~ (保、要予約) ☎42-9642
14	水	園開放 (●、▲の施設) 子育て教室「いっしょに遊ぼう」9:30 ~ (大東 子、要予約) ☎43-9500 たんぽぽひろば (はじめましての会) 10:00~ (加茂 子) ☎49-8355 春のお散歩 10:00~12:00 (掛合体育館、~7日 要予約) ☎080-2909-4713 1歳6ヵ月児健診 (木次 健セ) 就業相談会 (移動ナースバンク) 13:00~ (ハローワーク雲南) ☎42-0751
15	木	加茂 図 休館、園開放 (●、◆の施設) 子育てサロン木馬 9:30~12:00 (おおぎ) ☎43-9500 もぐもぐ教室 (5~6ヵ月児対象離乳食教室) 10:00 ~ (加茂 子、要予約) ☎49-8355 誕生会 10:30 ~ (木次 子、誕生児・参加者要予約) ☎42-2030 乳児健診 (木次 健セ) オレンジカフェうんなん (認知症カフェ) 10:00~11:45 (市、参加料300円) ☎40-1095

雲南市役所 代表 ☎ 40-1000

健康推進課 ☎ 40-1045

乳 幼 児 健 診 (4ヵ月、10ヵ月、1歳6ヵ月、3歳児健診)	13:00 ~
妊 婦 サ ロ ン	10:00 ~ 11:00
育 児 相 談	9:30 ~ 11:00
離 乳 食 教 室	10:00 ~ 11:00 (受付 9:30 ~)
断 酒 会	19:00 ~ 21:00

〈市立図書館の利用案内〉 開館時間9:00~17:00  
 三刀屋図書室 ☎45-2239 吉田図書室 ☎74-0219 掛合図書センター ☎62-0189

〈市立図書館の利用案内〉 開館時間10:00~18:00  
 大東図書館 ☎43-6131 加茂図書館 ☎49-8739 木次図書館 ☎42-1021

市立図書館の新着の本 (抄)  
 ▼真山 仁「ロッキード」 ▼中村 哲「希望の一滴 中村 哲、アフガン最期の言葉」 ▼桜庭一樹「桜庭一樹のシネマ桜吹雪」 ▼河野 啓「デス・ゾーン 栗城史多のエベレスト劇場」 ▼阿川佐和子「ばあさんは15歳」 ▼柴代雄介「旅する練習」 ▼まはら三桃「零から0へ」 ▼宮城谷昌光「公孫龍 青龍篇 巻①」 ▼奥田英朗「コロナと潜水服」 ▼八木宏典「最新日本の農業図鑑」

新着の本は市立図書館のいずれかにあり、貸出中のときは予約(取り寄せを含む)ができます。  
 本の検索には、右記二次元コードの雲南市立図書館ホームページ「蔵書検索」を利用してください。



# 知っていますか? 「うんなん幸雲体操」

雲南市では、高齢になっても、住み慣れた地域で、元気に生き生きとした生活が送れるよう、筋力低下を防ぐ「うんなん幸雲体操」の普及に取り組んでいます。令和3年2月末時点で、市内54カ所、総勢650人が参加しています。

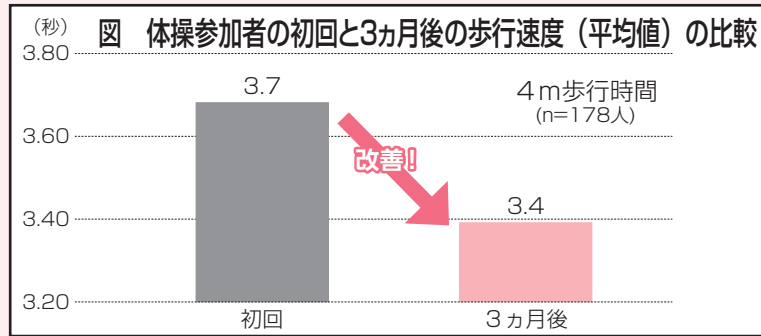
この体操では10段階（約220g～2.2kg）に調整可能な“おもり(写真参照)”を手首や足首に巻き付け、椅子に座ってゆっくりと手足を歌に合わせて動かします。

体操参加者の体力測定データを分析した結果（右図参照）、体操を週1回以上、3カ月間継続すると歩行速度が速くなるなどの体力の維持・向上が図られることが分かりました。



おもりは1本220g

中を開くとおもりが10本まで挿入できます



歩行速度以外の握力・バランスなどについても改善が見られました

現在、雲南夢ネットで毎日放送しています。一人でもできますが、近所のグループなどで取り組み、習慣化すると効果が現れやすいようです。

安全に効果的に実施していただけるよう、市では以下の条件で、グループへのおもり・CD・体操パネルの貸し出しや、運動の専門家であるリハビリテーション専門職(作業療法士、理学療法士)を派遣しています。

新型コロナウイルスの流行により、外出の機会が減り、体力の低下が気になっている皆さんにお薦めの体操です。身近な仲間と声を掛け合って始めてみませんか?

問い合わせ先：保健医療介護連携室 ☎0854-40-1095

グループの条件は次の5つです。

- ① 5人以上のグループまたは団体であること
- ② 週に1回以上活動することが可能であること
- ③ 3ヵ月以上続けること
- ④ グループに代表者を1人設けること
- ⑤ 自主的に体操を行うことができること

雲南市では、子どもの体力や運動能力向上、健全な生活習慣定着を促すため、幼児期から楽しく体を動かすさまざまな取り組みを行っています。中でも幼児の体力・運動能力調査(わくわくうんなんビッグ)は平成24年度から継続して行っており、前年度は、新型コロナウイルスの感染拡大防止の対策として、3つの密の状況を避けながら園・所、地域、行政が普段以上に連携を図り、安全に配慮して測定を実施することができました(今年度の様子を研究所うんなんのホームページで紹介しています。ぜひご覧ください)。

## 新型コロナウイルス流行期の子どもへの体力

これまでの結果では、雲南市の子どもたちは、「走る・跳ぶ・投げる」といった基本的な運動能力について、標準的な体力を維持しながらも年々少

体力は、体を思いどおりに動かすためだけでなく、病気にかかりにくくするためにも必要なものです。子どもの健やかな育ちに体力の維持・向上は欠かせないものです。また、日頃のさまざまな活動や遊び、経験を通じて子どもの体力は形成されます。

とはいえ、これまでの分を取り戻そうと、急に普段よりもたくさんきつい運動を行うとけがの危険性を高めたり、運動が嫌い(苦手)になってしまうことがあります。

子どもたちは、長引く感染状況の中、不安やストレスを感じているかもしれません。4月は年度の始まりで、新しい生活に慣れるよう心も体も準備が必要です。まずは家の周りの散歩などで、春を感じながら少しずつ体を動かし、ゆっくりとスタートしてみたいかがでしょうか。

☎0854-49-9050  
身体教育医学研究所うんなん

## つ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!

## 今こそ無理なく楽しく身体活動

体力は、体を思いどおりに動かすためだけでなく、病気にかかりにくくするためにも必要なものです。子どもの健やかな育ちに体力の維持・向上は欠かせないものです。また、日頃のさまざまな活動や遊び、経験を通じて子どもの体力は形成されます。

とはいえ、これまでの分を取り戻そうと、急に普段よりもたくさんきつい運動を行うとけがの危険性を高めたり、運動が嫌い(苦手)になってしまうことがあります。

子どもたちは、長引く感染状況の中、不安やストレスを感じているかもしれません。4月は年度の始まりで、新しい生活に慣れるよう心も体も準備が必要です。まずは家の周りの散歩などで、春を感じながら少しずつ体を動かし、ゆっくりとスタートしてみたいかがでしょうか。



## 雲南市スペシャルチャレンジ実践報告会

雲南市内の  
チャレンジを  
応援して  
ください!!

チャレンジ精神あふれる子ども、若者の学びと成長を後押しする「雲南市スペシャルチャレンジ制度」3期生の実践報告会を開催し、その様子をオンライン配信しました。

第一部では、採択された中高生（ジュニア）、大学生（ユース）、若者（ホープ）の計24組が取り組みや、成果を報告しました。委員や参加者から「今後どのように取り組みを展開していくのか」また「ぜひサービスを利用させてほしい」など質問や励ましのコメントをいただき、今後の取り組みへの決意を新たにしました。

また、第二部では、雲南市地方創生アドバイザー<sup>やまもとけいた</sup>山元圭太さん、NPO法人ETIC<sup>エティック</sup>代表理事<sup>みやぎ</sup>宮城治男さんと市内のチャレンジ実践者によるトークセッションを行い、雲南市の取り組みが国や他地域にどのような影響をもたらしているか、市内外で活動する雲南市に関わる“人”の豊かさについて客観的な目線での雲南市を語っていただきました。



▲実践報告会の様子

この事業はふるさと納税制度などを活用し、若者のチャレンジに、チャレンジ資金およびプロジェクトのサポートを行う制度です。令和3年度も4期生の募集を行います。詳しくは、下記の専用ウェブサイトに掲載しています。

雲南スペチャレで検索

<http://www.co-unnan.jp/special/>

若者のチャレンジの応援と、制度へのご支援を引き続きよろしくお願ひします。

**【問い合わせ先】 政策推進課 ☎0854-40-1011**

### 国際交流員(CIR)の異文化交流コーナー

# Hello again!

## うん、なんでしよう



こんにちは、デレクです。

いよいよ春が来て、花粉が飛び始め、自然に囲まれている屋外か、ガラス窓に守られてくしゃみのない屋内のどちらで春を楽しむか、私はよく悩んでいます。初めて来日したとき、日本のいろいろな木々や花に対してのアレルギーがなかったのですが、6年目の今の私は少しアレルギーが出たようです。おそらく、心と習慣が日本人のようになり、身体も徐々にこの列島の人々みたいに花粉症に苦しむようになっているかもしれません。

ソファの上でも桜の下でも、いつも楽しめるのは読書です。子どもの頃には読むことが難しくて悔しいと思っていましたが、母はよく励ましてくれたり、同じ本を読んで、その本について話し合ってくれたりしたおかげで、高校を卒業するころには好きになっていました。大学生時代には、読書が大好きになり、特に哲学と歴史とロシア文学が好きになりました。その時から、たくさんの哲学や歴史の本を読み、いろいろな国の文学も読み始めました。アメリカ、ロシア、日本、イギリス、コロンビアなど、文学への興味

をたくさんの言語や国に広げてきました。

最近、外への旅行は難しくなっていますが、本は「どこでもドア」やどこでも見える窓みたいなもので、本を通して旅行したり、冒険したり、笑ったり、泣いたりすることができると思います。漫画であれ、文学であれ、想像力を使いながら、無限な世界を迎え、本で冒険しましょう！お勧めの本があれば、（特に日本文学）ぜひ教えてください。



▶自宅の机の様子

周藤和真さん・真美さんのお子さん



**るかちゃん** (木次町西日登)  
令和2年4月5日生まれ  
1歳おめでとう🎉  
るかの笑顔が家族みんなを明るくして  
るよ😊 元気に笑顔で育ってね♡

岡哲世さん・さつきさんのお子さん



ゆうき  
**佑季ちゃん** (大東町新庄)  
令和2年4月4日生まれ  
一歳おめでとう🎉  
たくさん遊んで元気に過ごそうね♡

わが家の **HOPE**

4月で満1歳  
おめでとう🎉

梅木健さん・佳子さんのお子さん



さくら  
**桜ちゃん** (木次町里方)  
令和2年4月11日生まれ  
お姉ちゃんとお兄ちゃんが大好きな  
桜ちゃん♡  
いっぱい笑って大きくなってね🎉

石原壮汰さん・恵美さんのお子さん



みなと  
**湊叶ちゃん** (大東町下阿用)  
令和2年4月7日生まれ  
お誕生日おめでとう🎉  
いたずら好きな元気な子♡  
パパみたいに大きくなってね🎉

原啓太さん・菜奈未さんのお子さん



ゆわ  
**悠羽ちゃん** (三刀屋町根波別所)  
令和2年4月6日生まれ  
一歳おめでとう♡  
甘えん坊で笑顔が可愛いゆわくん😊  
元気にすくすく育ってね♡

大坂悟さん・洋子さんのお子さん



あゆむ  
**歩ちゃん** (木次町湯村)  
令和2年4月20日生まれ  
一歳おめでとう🎉 あゆくんの笑顔は  
家族みんなの癒し♡ 姉たちと仲良く  
元気に大きくなってね🎉

古瀬和也さん・あいさんのお子さん



ひろ  
**皓ちゃん** (木次町下熊谷)  
令和2年4月15日生まれ  
ひろくん1歳おめでとう🎉  
ひろくんの成長が楽しみだよ🎉  
これからも元気にすくすく育ってね🎉

伊藤亨さん・志穂さんのお子さん



ちひろ  
**千紘ちゃん** (三刀屋町古城)  
令和2年4月13日生まれ  
ちーさん1歳おめでとう🎉 陽気な音楽  
を聞くと踊り出す千紘さん、これから  
もノリノリに、沢山笑って過ごそうね🎉

### 5月で満1歳(令和2年5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**4月7日(水)**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控にきれいにのみおさまらないことがありますのでご注意ください。  
※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。



はやみず  
早水 怜さん・藍さんのお子さん



のぞみ  
**希ちゃん**（掛合町掛合）  
令和2年4月27日生まれ  
お誕生日おめでとう🎉 いつも元気  
いっぱいなのんちゃん♥ 食べて遊  
んで、元気に大きくなってね🎉

わかつき  
若槻 大さん・未希さんのお子さん



かんな  
**奏那ちゃん**（掛合町掛合）  
令和2年4月25日生まれ  
奏那ちゃん誕生日おめでとう🎉 生まれ  
てきてくれて本当にありがとう♥ 家族み  
んなで楽しい時間を過ごしていこうね🥰

いしはら  
石橋 征典さん・睦美さんのお子さん



ねね  
**寧々ちゃん**（大東町大東）  
令和2年4月22日生まれ  
1歳おめでとう🎉  
笑顔、仕草に癒やされてるよ☆  
生まれてくれてありがとう♥

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



## 「キョロパス」から「ワンコパス」に！ 「雲南市内小中学生限定！ワンコイン市民バス乗り放題パスポート」の販売

市内の小中学生を対象に「ふるさと雲南キョロキョロ探検パスポート事業」を実施し、市民バス乗車券の年間パスポートの販売を行っています。

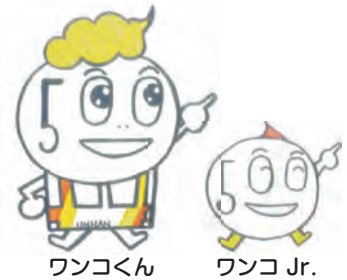
令和3年度はパスポートの名称をその特徴をより分かりやすく表現した

### 「雲南市内小中学生限定！ワンコイン市民バス乗り放題パスポート」(ワンコパス)

に変更して販売を行います。

このパスポートは、該当の期間中、何度でも市民バスが利用できる乗車券で、休日などに子どもたちが市内を運行する市民バスを利用して地域を巡ることや、図書館などの市内の施設に行きやすくすることで、子どもたちの活発な活動を促し規則正しい生活の支援を目的としたものです。

ワンコバスキャラクター



【対象】 市内の小中学生で、購入を希望される児童生徒

【利用期間】 4月1日(木)～令和4年3月31日(木)

【購入方法】 保護者の了承の上、次の販売場所で代金と引き換えて購入できます

【代金】 1セット500円(税込み)

【購入場所】 大東公園市民体育館・加茂文化ホールラメール・木次経済文化会館チェリヴァホール・三刀屋文化体育館アスパル

#### <注意事項>

学校への通学、団体活動での移動、部活動での移動(遠征)などでの使用を主な目的としたワンコパスの購入・使用は本事業の目的としていません。趣旨に反する利用は認められませんので、ご理解のほどお願いします。

【問】 キャリア教育政策課 ☎ 0854-40-1074



# 市役所からの お知らせ

## お知らせ

ありがとうございました

雲南市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  
メトロ電気工業株式会社  
(愛知県安城市)

市民アンケートにご協力  
ください！

### 政策推進課

☎08544011011

市のまちづくりの達成状況を把握するため、毎年、市民生活の現状に関するアンケート調査を実施しています。

このたび、より多くの市民の皆さんのご意見を今後のまちづくり活かししていくため、インターネットでの回答受付を開始しました。

下記二次元コードをスマートフォンなどで読み込み、アンケートに回答してください。

回答内容は統計数値として集計処理します。個人別のデータを公開することはありません。

### 【調査対象】

20歳以上で

市内在住の方

### 【回答期限】

4月30日(金)まで



〈二次元コード〉

出雲大東駅・加茂中駅  
営業日時の変更

### うんなん暮らし推進課

☎08544011014

出雲大東駅と加茂中駅では、4月1日より次のとおり営業日時を変更します。

### ◆出雲大東駅

・営業日：月曜日から土曜日  
まで（祝日含む）

・営業時間：8時から12時30分まで、13時30分から17時  
まで

### ◆加茂中駅

・営業日：月曜日から土曜日  
まで（祝日含む）

※第2水曜日を除く

・営業時間：7時から11時30分まで、14時から16時20分  
まで

松江地方気象台(気象情報)  
電話番号が変わります

### 防災安全課

☎08544011027

各種気象情報を提供している松江地方気象台の電話番号が4月1日から変わります。

◆平日（8時30分から17時15分まで）

☎0852213794

### ◆夜間・休日（終日利用可能）

☎0852215270

※自動音声による気象情報の提供となります。音声ガイダンスの案内をもとに操作してください。

## 暮らし・手続き

協働で叶える市民活動  
促進事業補助金

### 地域振興課

☎08544011013

市民活動団体が主体となつて行う、市との協働による事業について助成希望団体を募集します。

【補助対象】 市民活動団体

### 【補助率等】

補助対象経費額の100%  
以下

【補助限度額】 20万円  
※予算がなくなり次第終了します。

雲南市LED防犯灯  
整備事業費補助金

### 防災部くらし安全室

☎08544011027

市では、LED防犯灯を整備する自治会などに対し、その設置費に係る経費を対象に補助金を交付します。

申請手続きは、市ホームページをご覧ください。防犯安全課くらし安全室または各総合センター自治振興課へ問い合わせください。

### 【交付対象】

自治会および広域の自治会世帯員をもって構成する公共的団体

### 【補助金額】

① 既設電柱などへ共架する場合  
合（共架新設・更新）  
限度額 2万円

② 支柱設置による場合（新設）  
限度額 4万円

※球替えのみは対象外



# 広 告 枠

私たちは、雲南市のまちづくりを応援しています。



## 【防災】雲南市防災WEB版ハザードマップを公開します。

災害時に安全で確実な避難行動をとるためには、事前に自宅や学校、職場付近にどのような危険性があるかを知っておくことが重要です。

雲南市では、ハザードマップの改訂に合わせて、防災に必要な情報を地図に重ねて閲覧することができる、雲南市防災WEB版ハザードマップのサービスを4月より開始します。

雲南市防災WEB版ハザードマップでは、お使いのパソコンやスマートフォンから最新の土砂災害の危険箇所、河川の浸水想定区域、避難所など住宅地図や航空写真に重ねて閲覧することができます。

このWEB版ハザードマップは、本市と地図製品の供給等に関し災害応援協定を締結している株式会社ゼンリンの詳細な地図を基盤にしたサービスです。



▲実際の画面

下記の方法により閲覧できます。

雲南市ホームページ → 「防災情報」 → 「お知らせ・更新情報」 → 「雲南市防災ハザードマップ」のページにある「雲南市防災WEB版ハザードマップ」を選択します。

【問】防災安全課 ☎ 0854-40-1027

## 税金などの納付は便利で確実な口座振替をお勧めします！

税金や保険料などの納付は便利な口座振替をお勧めしています。納め忘れがなく、毎月金融機関へ行く必要がありません。また、納付額が通帳に記載されるため納付記録にもなります。

☆口座振替の手続きは、取扱い金融機関の窓口でできます。

○必要なもの・・・①預貯金通帳 ②通帳届出印

※口座振替依頼書は、市内の取り扱い金融機関（山陰合同銀行、島根県農業協同組合、しまね信用金庫、島根銀行、中国労働金庫、ゆうちょ銀行）の窓口へ備え付けてあります。

### 【毎月の納期】

振替日は毎月末日（12月は25日）です。また、末日に振替ができない場合は、翌月15日に再振替します。ただし、振替日が金融機関の休業日に当たるときは翌営業日となります。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
毎月分(料)※	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
市県民税			○		○		○			○		
固定資産税		○		○					○		○	
軽自動車税		○										
国民健康保険料				○	○	○	○	○	○	○	○	○
後期高齢者医療保険料				○	○	○	○	○	○	○	○	○

※毎月分(料)・・・保育所保育料・認定こども園保育料、学校給食費、住宅使用料、上・下水道使用料

### 【注意】

- ・口座の預貯金残高が不足していると振替ができませんので、預貯金残高に注意してください。
- ・軽自動車を取得された方など、新たに税金が発生する方はお早めに手続きをお願いします。
- ・口座振替の手続きが遅れると、次の月からの振替となります。

【問】債権管理対策課 ☎ 0854-40-1035

### 高齢者等運転転免許証 自主返納支援事業

防災部くらし安全室

☎085440-1027

有効期間内のすべての運転免許を自主返納された65歳以上の方や、身体障害者手帳などを所持の方など一定の要件に該当する方に、申請により市民バス・市内タクシーで利用できる「優待乗車券」と市内温浴施設の「入浴券」を交付します（総額2万円以内）。申請できるのは、一人1回限りです。

申請手続きは、市ホームページをご覧ください。くらし安全室または各総合センター自治振興課へ問い合わせください。

#### 【対象となる方】

- ・自主的に有効期間内のすべての運転免許を返納し、運転転免許証の取消の日から起算して5年以内で、次に該当する市民の方
- ・65歳以上の高齢者の方、身体障害者手帳、児童養護施設・知的障害児施設などの児童福祉施設の料金割引証、精神障害者保健福祉手帳、療育手帳、特定疾患医療受給者証、戦傷病者手帳

をお持ちの方  
クマの目撃情報を  
配信しています

林業畜産課

☎085440-1050

雲南市安全安心メールを利用して、クマの目撃情報を受け取ることができます。

#### 【登録方法】

①次の登録用アドレスに空メールを送信  
unan-anzen@expressmail.jp

※二次元コード読み取り機能付き携帯電話

話などを利用の場合

は、下記二

次元コード

からメールアドレスを読み

取ることができます。

②返信メールに記載されたアドレス（URL）に接続

③登録画面から必要な情報を入力し、「クマの目撃情報」を選択して「確認」ボタン

を選択

④登録内容を確認し、「登録」ボタンを押して登録は完了

です。

【雲南市安全安心メールとは】  
雲南市安全安心メールでは、防災情報や火災発生などに関する情報など、安全安心



〈二次元コード〉

に関わる市からの緊急かつ重要な情報を配信しています。

### 土地・家屋価格等 縦覧帳簿の縦覧

税務課

☎085440-1034

令和3年度固定資産税（土地・家屋）の縦覧帳簿による縦覧を次のとおり行います。

#### 【縦覧帳簿】

①土地価格等縦覧帳簿  
（所在、地番、地目、地積、価格を記載）

②家屋価格等縦覧帳簿  
（所在、家屋番号、種類、構造、床面積、価格を記載）

#### 【縦覧できる方】

市内に所在する土地または家屋に対して課する固定資産税の納税者

※土地（家屋）のみを所有している方は、土地（家屋）

の縦覧帳簿だけが縦覧できます。免税点未満の方は縦覧できません。

【縦覧日時】  
4月1日(木)から5月31日(月)まで 8時30分から17時まで  
(土・日・祝日を除く)

【縦覧場所】 税務課

## 子育て・保健・福祉

雲南市休日診療

健康づくり政策課

☎085440-1040

市では、市民の皆さんが休日でも安心して医療機関を受診できるように、市内の医師、雲南市立病院の協力のもと、日曜日の休日診療を行っています。市内の医師が当番制により診療を行います。令和3年度は次のとおり実施します。

#### 【実施場所】

雲南市立病院内科外来

#### 【診療時間】

- 4月から11月まで 9時から13時まで
- 12月から3月まで 9時から17時まで

#### 【診療科】

内科（小児科含む）

※受診の際は必ず雲南市立病院へ連絡してからお越しください。

#### 【連絡先】

雲南市立病院

☎085447-7500  
※保険証、各種医療費助成受給者証、お薬手帳をお持ちください。

#### 【休日診療実施日程表】

※全て日曜日

9～13時	4月	4、11、18、25日
	5月	9、16、23、30日
	6月	6、13、20、27日
	7月	4、11、18日
	8月	1、22、29日
	9月	5、12、26日
	10月	3、10、17、24、31日
	11月	7、14、21、28日
	12月	5、12、19、26日
	9～17時	1月
2月		6、13、20、27日
3月		6、13、27日

## 春の全国交通安全運動

4月6日(火)～4月15日(木)

- ・子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全確保
- ・自転車の安全利用の推進
- ・歩行者などの保護を始めとする安全運転意識の向上

雲南市交通安全対策協議会

(くらし安全室 ☎0854-40-1027)





# 国民健康保険の資格取得・喪失の手続きをお忘れなく

4月は就職、離職、転出などで国民健康保険の資格の取得や喪失が最も多くなる時期です。

特に就職、離職に伴う国民健康保険の手続きを忘れられることが多くあります。

これまで会社の健康保険に加入されていた方が離職した場合は、国民健康保険の資格取得の手続きが必要です。また、国民健康保険に加入されていた方が就職などにより会社の健康保険に加入された場合は、国民健康保険の資格喪失の手続きが必要です。忘れずに手続きを行ってください。

## こんなときは必ず14日以内に届け出を！

	こんなとき	届出に必要なもの
資格取得・変更	他の市区町村から転入してきた	転出証明書
	職場の健康保険をやめた	職場の健康保険の離脱日を確認できる証明書
	職場の健康保険の被扶養者から外れた	扶養が外れたことを確認できる証明書
	子どもが生まれた	健康保険証、母子健康手帳
	同じ市内で住所が変わった 世帯主や氏名が変わった 世帯が分かれたり、一緒になった	健康保険証
	修学のために別に住所を定める	健康保険証、在学証明書
	生活保護を受けなくなった	保護廃止決定通知書
	外国籍の方が加入する	「特別永住者証明書」または「在留カード」
資格喪失	他の市区町村に転出する	健康保険証
	職場の健康保険に加入した 職場の健康保険の被扶養者になった	国民健康保険と職場の健康保険の両方の健康保険証（未交付の場合は加入を証明するもの）
	国民健康保険の被保険者が死亡した	健康保険証
	生活保護を受けるようになった	健康保険証、保護開始決定通知書
	外国籍の方が脱退する	健康保険証、「特別永住者証明書」または「在留カード」

マイナンバー利用開始に伴い、国民健康保険の手続きに個人番号の記載と本人確認が必要となります。

### 本人の都合によらない離職者（非自発的離職者）の国民健康保険料の軽減制度

倒産や解雇、雇い止めなど本人の意思によらない離職（非自発的離職）者に対して、国民健康保険料が軽減されます。該当する場合は、市役所または各総合センター市民福祉課で手続きをしてください。

#### 1. 軽減の内容

- ・国民健康保険料の計算に用いる前年の所得（※給与所得のみ）を、該当者の方については30/100したものに置き換えて計算します。
  - ・軽減の期間は離職の翌日から、その翌年度の末までの間です（最長2ヵ年分）。
- ※同一世帯の、他の国民健康保険加入者については通常どおりの取り扱いとなります。

#### 2. 軽減対象となる離職者の条件

次のいずれの条件も満たす方が対象です。

- (1) 離職日時点で65歳未満である。
- (2) 雇用保険の受給資格を有する（もしくは有していた）。
- (3) 雇用保険受給資格者証の離職理由の番号が次の場合 ⇒ 11、12、21、22、23、31、32、33、34

#### 3. 届出に必要なもの

- (1) 雇用保険受給資格者証（離職事由の確認のため必要です）  
※既に雇用保険の受給期間を終え、証がお手元がない場合はハローワークにおいて再交付を受けてください。また事前に上記対象条件に該当しているか、確認されることをお勧めします。
- (2) 印鑑

【問】市民生活課 ☎ 0854-40-1031

## バス・タクシーの利用 料金を助成します

長寿障がい福祉課

☎0854401042

普通自動車運転免許をお持ちでない高齢者や障がいのある方に、市民バスや市内タクシーで使える優待乗車券を券面額の半額で交付し、お使いいただくことで市民バスや市内のタクシーの利用料金を助成します。

【対象者と手続き】

助成の対象となるのは普通

対象者	確認書類
65歳以上の方	健康保険被保険者証等65歳以上であることを確認できる書類
各種手帳をお持ちの方	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
特定疾患医療受給者証をお持ちの方	特定疾患医療受給者証
児童福祉施設の料金割引証をお持ちの方	児童福祉施設の料金割引証

自動車運転免許をお持ちでない方で、上表の対象者のいずれかに該当する方です。優待乗車券の交付手続きは、それぞれ次の確認書類をお持ちの上、長寿障がい福祉課または各総合センター市民福祉課へお越しください。

※対象者の確認は毎年度初めて優待乗車券の交付を受けられるときに行います。

【優待乗車券の有効期間】  
令和5年3月31日まで

【優待乗車券が使用できるバス・タクシー】（ ）内は1回の乗車の使用上限額

- ・市民バス（200円）
- ・だんだんバス（300円）
- ・だんだんタクシー（300円）
- ・市内のタクシー（1500円）

### 【優待乗車券の種類と交付額】

優待乗車券の種類	交付額
100円券 10枚つづり(1,000円分)	500円
500円券 10枚つづり(5,000円分)	2,500円

※交付上限  
券面額で年度内36,000円  
(交付額で18,000円)まで

## 令和3年度協会けんぽ 島根支部保険料率変更

保健医療介護連携室

☎0854401095

全国健康保険協会（協会けんぽ）島根支部の健康保険料率および介護保険料率は3月分（4月納付分）より変更となります。

※任意継続被保険者の方は、4月分（4月納付分）からとなります。

【健康保険料率】  
現行 10・15%  
変更後 10・03%

【介護保険料率】  
現行 1・79%  
変更後 1・80%

◆皆さんの健康づくりへの取り組み（インセンティブ制度）が評価され、健康保険料率の引き下げにつながりました。

【問い合わせ先】

全国健康保険協会島根支部  
☎0852595140

協会けんぽの特定健診

保健医療介護連携室

☎0854401095

全国健康保険協会（協会けんぽ）に加入している40歳か

ら74歳の被扶養者の皆さんが受診できる健診は、協会けんぽの特定健診です。協会けんぽの特定健診は協会けんぽから費用補助があります。

健診の申し込みは、希望の健診機関に直接予約をお願いします。受診の際には「受診券」と「保険証」が必要です。

※受診券は自宅に送付します。

詳細は協会けんぽ島根支部ホームページに掲載しています。

【問い合わせ先】  
全国健康保険協会島根支部  
保健グループ  
☎0852595204

軽自動車税種別割の減免申請

【対象】  
・身体障がい者などのために使用する軽自動車などで、一定の要件を満たすもの  
・その構造が専ら身体障がい者などの利用に供するため

減免されます。

【申請に必要なもの】  
・軽自動車税種別割減免申請書（個人番号または法人番号の記載が必要です）  
・減免申請内容が確認できる書類（身体障害者手帳・戦傷病者手帳・精神障害者保健福祉手帳・療育手帳の写しなど）  
・該当車両の車検証の写し  
・運転する方の運転免許証の写し  
・委任状（代理人の方が提出される場合）  
・納税義務者のマイナンバーが確認できるもの（マイナンバーカード・通知カードなど）  
・提出される方の本人確認ができるもの（運転免許証など）

【申請の受付期間】  
4月1日(木)から5月31日(月)の間に税務課または各総合センター市民福祉課まで提出してください。

【留意事項】  
減免を受けることができるのは一人の障がい者などに対して普通自動車、軽自動車を問わず一台に限られます。詳しくは税務課に問い合わせください。



## 緊急通報サービス助成 事業補助金

長寿障がい福祉課

☎0854-40-1042

市では、住み慣れた地域での在宅生活支援のひとつとして、急病や災害などの緊急時に対応できる緊急通報サービスの加入費用や月額使用料などの一部について助成を行っています。

### 【助成対象サービス】

民間事業者が提供する次のサービスです。

#### ●基本サービス

- 緊急通報サービス（非常用ボタン）
- 見守りサービス（メールスイッチ・火災報知機・扉開

- 閉センサーなど）
- 身に付けるサービス
- ペンダント式非常用ボタンなど

### 【助成対象者】

住民税非課税世帯で、次のいずれかに該当する方。

- 一人暮らし高齢者世帯
  - 高齢者のみの世帯
  - 高齢者と障がい者のみの世帯
  - 一人暮らし障がい者世帯
- ※「月額使用料」、「身に付けるサービス」は別途要件があります。

### 【助成金額】

- 初期設置費用 2万2千円
  - ペンダント式非常用ボタン 3万6千円
  - 月額費用 1320円
- 対象事業者や申請方法などの詳細は、長寿障がい福祉課または各総合センター・市民福祉課まで問い合わせください。



## 相談

### 若者の就労支援事業 フリースペース

長寿障がい福祉課

☎0854-40-1042

家庭で長期間過ごしておられる方で、就職しておられない方を対象に、のんびり過ごすことができるフリースペースを開設しています。また、専門職が本人や家族の相談に応じます。予約は不要です。で、気軽に参加してください。

#### 【日時】

毎月第1木曜日（4月のみ第2木曜日）14時から16時まで

#### 【場所】

三刀屋健康福祉センター

#### 【内容】

参加者の希望や状況に合わせて、交流・相談・お話・工作などを行います。

#### 【参加料】 無料

#### 【その他】

専門機関による相談も実施しています。

## ひきこもり相談窓口

あなたのそばに、「ひきこもり」について相談できる場所があります。

ひきこもりは、誰にでも起こりえます。まずは、些細なことでも何でも、安心して相談してください。本人や家族に寄り添いながら、お話をお聞きします。今は働いていなくて家にいる、近所のコンビニなどには出掛けるが、普段は一人で家にいる、長年外に出ていないなど、一人ひとりの状況に応じて、必要とする支援を紹介します。悩みや苦しみを抱え込む前に、「悩み」や「気になっていること」など、どのようなことでも結構ですので、あなたのタイミングで気軽に相談窓口までお聞かせください。

また、ひきこもりで苦しんでいる本人にとって、家族が一番身近な支援者です。家族の方も相談してください。



### ◆雲南市の相談窓口

- 長寿障がい福祉課 ☎0854-40-1042（平日8:30～17:15）
- 雲南市社会福祉協議会生活支援・相談センター ☎0854-45-3933（平日8:30～17:30）
- きすき相談支援センターおれんじ（雲南市基幹相談支援センター） ☎0854-47-7101（平日8:30～17:00）

### ◆島根県の相談窓口

- 島根県ひきこもり支援センター ☎0852-21-2885（平日8:30～17:15）

【問】長寿障がい福祉課 ☎0854-40-1042

交通事故でお困りでは  
ありませんか？

防災部くらし安全室

☎0854-40-1027

島根県では、交通事故に関するさまざまな悩み事について無料相談を行っています。自動車保険、交通事故の損害・慰謝料、示談など、面接のほか、電話や郵便による相談もできます。

◆島根県交通事故相談所

【相談日時】

土、日、祝日および年末年始を除く毎日  
9時から12時まで、13時から16時まで

【場所】 島根県庁南庁舎別館

【問い合わせ先】

☎0852-22-5102

◆浜田相談室

【相談日】 毎週水曜日

9時から12時まで、13時から16時まで

【場所】 浜田合同庁舎1階

【問い合わせ先】

☎0855-29-5563

※このほか、出雲などで巡回相談を行っています。新型コロナウイルス感染症の状況から開催を見合わせています。

## 募集

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】

4月5日(月)から4月12日(月)17時締切

【募集団地】

4月1日(木)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

雲南市シルバー人材

センター会員募集

健康福祉総務課

☎0854-40-1041

雲南市シルバー人材センターでは、会員の募集を

行っています。

【会員要件】

- ・おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方
- ・シルバー人材センターの趣旨に理解賛同した方
- ・入会説明を受け、入会申込書を提出し、理事会で承認を受けた方
- ・定められた会費を納入しているだけの方(年会費2500円)

【配分金(就労金)】

働いた仕事量に応じて支払われます。

【入会説明会】

毎月1日、15日の2回(土・日・祝日の場合は翌日)10時から11時30分まで

【場所・問い合わせ先】

雲南市シルバー人材センター

☎0854-42-3642

くにびき学園東部校

受講生募集

健康福祉総務課

☎0854-40-1041

くにびき学園は、実践的なフィールドワークや現地学習、地域団体との交流の場などを通じ、卒業後に地域の中で楽しくやりがいをもって、いきいきと活動できるような学びを提供します。

【修学期間】

2年間(9月から令和5年8月)

【開校日】 毎週金曜日

【学習拠点】

いきいきプラザ島根(松江市)

【定員】 50人程度

【受講資格】

学習意欲旺盛かつ地域活動に関心のある60歳以上の方

【授業料等】

- ・受講申込金…1万円
- ・受講料年額…1万8千円
- ・傷害保険料年額…2500円程度

【募集要項・願書】

雲南市社会福祉協議会や、くにびき学園などで配布して

います。

※くにびき学園ホームページよりダウンロードも可能。

【出願期限】 6月30日(水)必着

【学園説明会】

学習内容や学園生活などについての学園説明会および授業見学会を開催します。詳しくはくにびき学園ホームページに掲載しています。  
<https://www.kunibiki-gakuen.jp/>

【問い合わせ先】

くにびき学園東部校(島根県社会福祉協議会)  
☎0852-32-5981

# 広告枠



# イベント情報

## 「瑞風バス」が4月から運行再開します

JR西日本の「TWILIGHT EXPRESS 瑞風」は、定期検査および新型コロナウイルス感染症の影響により運行を休止していましたが、4月15日(木)から雲南市への立ち寄り観光を再開します。

雲南市への立ち寄り観光は、「たたら製鉄の遺構と茶の湯文化・松江の探訪」と題し、2泊3日の山陽・山陰コース(周遊)の2日目になります。市民の皆さんには、沿道から小旗を振っていただくなど歓迎いただきありがとうございます。今後の運行については、感染防止対策の観点からバス2台に分乗して観光地を巡ることとし、行程が次のとおり変更されます。

また、瑞風バスによる市内の立ち寄り観光の日程は次のとおりですが、道路や気象、新型コロナウイルス感染症の状況により変更される場合がありますので注意してください。

### 4～6月の立ち寄り観光の予定日(いずれも木曜日)

4月15日、22日、5月13日、27日、6月10日、17日、24日

### 立ち寄り観光の行程

「TWILIGHT EXPRESS瑞風」(宍道駅7:54着)

8:10頃 瑞風バス宍道駅発

↓ 宍道 ~ 国道54号(市役所前 8:30頃) ~ 三刀屋木次IC(インターチェンジ) ~ 吉田掛合IC

9:00頃

●「菅谷たたら山内」見学(～9:30頃) / ●「田部家邸内、土蔵群」見学(～10:45頃)

10:45頃

↓ 吉田掛合IC ~ 三刀屋木次IC ~ 木次大橋(11:05頃 通過)

### 1号車

↓ 木次駅 ~ 木次神社前 ~ 日登

11:20頃

●「食の杜 かやぶきの家」昼食

12:30頃

↓ 飯石広域農道 ~ 県道松江木次線

13:05頃

●「神楽の宿」出雲神楽鑑賞

13:50頃

↓ 県道松江木次線 ~ 広域農道 ~ 三刀屋木次IC

15:00頃 明々庵(松江市)

17:00頃 「TWILIGHT EXPRESS瑞風」乗車(松江駅)

### 1号車



### 2号車



気象状況や道路事情などにより行程、時間が変更になる場合があります。

### 2号車

↓ 飯石広域農道 ~ 県道松江木次線

11:40頃

●「神楽の宿」出雲神楽鑑賞

12:25頃

↓ 県道松江木次線 ~ 飯石広域農道

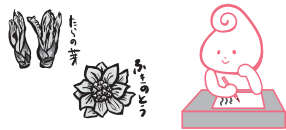
13:00頃

●「食の杜 かやぶきの家」昼食

14:10頃

↓ 広域農道 ~ 三刀屋木次IC

【問】観光振興課 ☎0854-40-1054



## 日本一短い 感謝の手紙

今月は大東町の皆さんの感謝の手紙です。

vol. 105 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

おばあさんへ  
いつもおいしいうりやうりをつくってくれて  
ありがとう。  
まごへ  
この頃たくさん食べるようになり、作る方  
も気合が入ります。元気に毎日過ごせます  
ように。ありがとう。

お母さんへ  
いつも親切にしてくれてありがとう。友達  
の家に送ってもらって遊んだらもつと仲よ  
くなれたよ。いつも本当にありがとう。  
わが子へ  
どういたしまして。感謝のきもちを聞くこ  
とができて、うれしいきもちになったよ。

ともだちへ  
いつもぼくのことをみてくれてありがとう  
ございます。ぼくはとてもうれしいので、  
これからもつづけてね。

お父さんへ  
ごはんをつくってくれてありがとう。てつ  
だっているときにとてもたいへんだった  
よ。これからもがんばってね。

ともだちへ  
まえのうしおこどもえんであそんでくれて  
ありがとう。しんゆうだよ。

M先生へ  
まえは、トランプをやらせてくれてあ  
りがとうございます。また3がつきもやり  
たいです。たのしかったです。

パパへ  
クロちゃんのさんぽにいくのがたのしいよ。  
こんどは、みんなといっしょにいこうね。

# 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。

## 永井隆記念館リニューアルオープン

建て替え工事のため、約3年間休館していました永井隆記念館が、下記のとおりリニューアルオープンします。

【日時】 4月20日(火) 9:00  
【観覧料】 個人 300円  
          団体 240円(20人以上) ※19歳未満は無料  
【所在地】 三刀屋町三刀屋199番地3  
【連絡先】 ☎0854-45-2239  
【休館日】 月曜日(月曜日が祝日の場合は開館)  
          祝日の翌日、年末年始

皆さんの来場ををお待ちしております。なお、新型コロナウイルス感染症対策として、入場を制限する場合があります。

【問】 社会教育課 ☎0854-40-1073

### 「平和の折り鶴」を募集します

リニューアルオープンする永井隆記念館では、館内に捧げる「平和の折り鶴」を次のとおり募集します。

ご協力をお願いします。

●折り鶴は、おおむね7.5cm四方の色紙を使って作成してください。

●折り鶴は、50羽程度を丈夫な糸でつなげた状態としてください。

なお、上部の糸は、50cm程度の余裕を取ってください。

●折り鶴の受け付けは、社会教育課で行います。

なお、設置場所に限りがありますので、折り鶴の数がおおむね2千羽に

達した時点で募集を終了します。



### 市立図書館三館合同資料展示

## 「永井隆物語 ～永井隆記念館オープン記念～」

各館ごとにテーマがあります。併せて三刀屋町内施設などで所蔵されている資料をお借りして展示します。

- ・木次図書館「永井隆博士の生涯～雲南市創作市民演劇2021「永井隆物語」紹介～」
- ・大東図書館「己の如く人を愛せよ～永井隆博士のことば～」
- ・加茂図書館「永井隆記念館とうちらの本箱」

【展示期間】 4月1日(木)～4月28日(水)

※各館の休館日は13～14ページまたはホームページなどで確認してください。

【問】 木次図書館 ☎0854-42-1021

### 雲南市創作市民演劇

## 「永井隆物語」

脚本・演出：亀尾佳宏

科学者として、医師として、父として、そして神を信じるものとして、隆は後世に何を遺そうとしたのか。

今年の市民劇は、雲南市でこれまでに動員数が一万人を超える異色の市民劇の最新作。永井隆記念館のリニューアルオープンに合わせて上演します！

【とき】 4月24日(土) 17:30開場、18:30開演

4月25日(日) 13:00開場、14:00開演

【ところ】 木次経済文化会館チェリヴァホール

【入場料】 【全席指定・定員200人】 一般2,000円(当日2,500円)、大学・高校生1,000円(当日1,500円)、4歳～中学生500円(当日700円)

※障がい者手帳保持者割引あり(半額・要事前申し込み)

※3歳以下の入場はご遠慮ください。

【問】 雲南市演劇によるまちづくりプロジェクト

実行委員会事務局(チェリヴァホール内) ☎0854-42-1155



### キラキラ雲南文化講座

## 「赤い夕陽の満州で」

【お話し】 高橋 勲(古代鉄歌謡館)

【とき】 4月29日(木・祝)  
13:00開場 13:30開演

【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

●市報うんなん No.197 2021年4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 36,987人 (-52人)

男性 17,845人 (-24人)

女性 19,142人 (-28人)

世帯数 13,689世帯 (-13世帯)

令和3年3月1日現在(先月比)

