

広報

かいなん

症状を、知り、
認める～認知症と向き合う～

2019

12

題字を囲む「オレンジリング」は
認知症サポーターの目印を表わしています



特集 症状を、知り、 認める 認知症と向き合う

—ふたりの出会い ふたりの時間—

山下愛子さん、今年9月で80歳になりましたが、身体はとても元気、おしゃべりも大好きです。でも、お金の計算や約束を忘れることが増えてきました。だから、1年半ほど前に、この場所に通うようになりました。

お仕事が大好きで、何でも進んでこなす愛子さんですが、時折気になる女性がいるようです。伊藤ゆみ子さん、15年くらい前からグループホームにて働くようになりました。元々福祉とは異なる仕事をしており、この世界に入るのには大きな不安があったそうです。しかし、愛子さんとの関わりを通じて学ぶことも多いとのこと。

今回はデイサービスにお伺いし、おふたりの日常を取材させていただきました。「こんなやつたら、きれいにしてきたらよかった。」と恥ずかしがる愛子さんと、「私で良いのですか?」と控えめな伊藤さん。

お話しをお伺いすると、おふたりの関係は、ケアマネジャーとその利用者ではないと感じることに…

【本市における高齢化率と認知症患者の現状と見通し】

本年4月1日現在の人口は50,848人で、その内65歳以上は18,259人であり、65歳以上が占める割合（高齢化率）は35.9%と、約3人に1人が65歳以上となっています。

その内、認知症として判定される日常生活自立度Ⅱ（日常生活に支障をきたすような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意して自立できる程度以上）の人数は、2,252人になります。割合にすると約8人に1人となりますが、この数字は介護認定を受けている人に限るものであり、実際はそれ以上の患者がいると考えられます。

また、令和5年には高齢化率は37%を超え、75歳以上の後期高齢者数も増加傾向であり、認知症はもっと身近な病気になると考えられます。

—毎日仕事で 忙しいです—

「店でお客さんの対応をしたり、お父さんのご飯を用意したり、掃除をしたりで毎日忙しいから、ここでやらなかんことは早く終わらせるようにしてるんよ。」と、気さくに話す山下さん。

しかし、山下さんのお店は数年前に閉めています。

「昔はよう働いたよ。注文取って、重い荷物持って。とにかく身体が丈夫なことが取りえなんよ。」と、山下さんは当時は振り返ります。お店のお手伝いはもちろん、家族の身の周りの世話を欠かさずされたことを、当時を思い出し懐かしそうに語られました。



イベントで趣味のウォーキングを披露する山下さんと伴歩する伊藤さん



皆さんの食器を洗うのも日課の一つ

今はお手伝いの合間に、このデイサービスで仕事をしていると思っています。利用されている方の中で、一番お手伝いをします。そんな山下さんをデイサービスでサポートされている一人に、ケアマネジャーの伊藤ゆみ子さんがいます。伊藤さんについて山下さんは、「伊藤さんとはよく話をするし、一緒に居たら安心するんよ。全てのことで頼りにしてる。何か分からんようになったときは、伊藤さんの所へ聞きにいくんやで。」と、伊藤さんのことを心から信頼しているとのこと。

また、「ここに来たら自分が知らないことを知ってる人がいて、勉強になります。これからもずっとここへ来たいです。」と、山下さんはうれしそうに話されました。

—愛子さんが 大好きなんです—



ケアマネジャー 伊藤 ゆみ子さん

「愛子さんは昔自営業をしていたこともあって、責任感が強い方なんです。デイサービスでも自分から進んで、洗いやご飯の配膳をやってくれます。もしかしたら愛子さんは、ここに仕事をしに来ている感覚になっているのだと思いますね。それが今の愛子さんの生きがいであり、自分の居場所になっているのだと感じるんです。」

伊藤さんが、愛子さんと出合ってから最初の頃は、不安な顔をされて、落ち着かない様子だったとのこと。一年半一緒に時間を過ごして、少しずつ伊藤さんを受け入れてくれるようになったそうです。



二人が寄り添う姿は、まるで家族のようでした

「私自身、愛子さんから教えてもらうことがいっぱいあるんですよ。これまでの人生の出来事も色々教えてくれてね。私は愛子さんを尊敬していますし、大好きなんです。」と伊藤さん。

認知症で記憶がなくなる場合、多くは短期記憶に影響が出ます。「人がこれまで歩んできて形成された人間性はなくならない。」と愛子さんに出会って改めて感じたそうです。

また、「愛子さんには愛子さんらしさを発揮できるように、そして私も人生の先輩から、これからは多くのことを学べるように、サポートを続けていきたい。」と、日々の愛子さんとの会話を思い出しながら語られました。

まずは『知る』

認知症についてどれくらい知っていますか？
正しく理解することが、私たちができる第一歩になります。

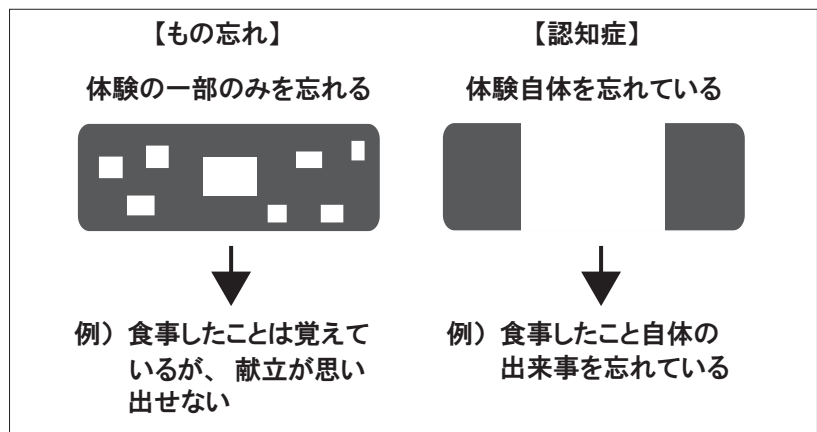
認知症はもの忘れ

認知症とは、脳の委縮や脳梗塞などで、脳の細胞の働きが悪くなったり、脳の司令塔の働きに不都合が生じたり、さまざまな障害が起こり、生活するうえで、支障が、およそ6カ月以上継続している状態です。

誰でも年をとればもの忘れが見られるようになりますが、認知症のものと忘れと加齢によるもの忘れは異なります。

加齢によるもの忘れでは、脳の生理的な機能低下により記憶を再生する能力が低下するため、思い出すまでに時間がかかるようになりますが、認知症では記憶障害の中でも、特に新しく知覚、体験したことを記憶として留めておく機能が障害されるため、食事をしたことや、どこへ出掛けたことなどの体験自体を覚えていないことがで

きくなります。また、加齢によるもの忘れの場合にはもの忘れをしているという自覚がありますが、認知症の人のもの忘れは、体験そのものを忘れることが特徴です。



認知症の種類とその特徴

認知症には、約70以上の種類があると言われていますが、その主なものと症状について紹介します。
【アルツハイマー型認知症】
認知症の約半数を占め、比較的早い段階から記憶障害、見当識障害のほか、不安・うつ・妄想が出やすくなります。

【レビー小体型認知症】

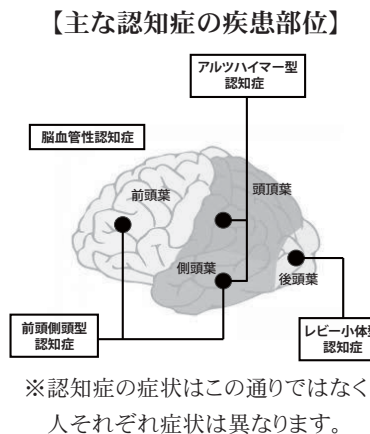
パーキンソン症状や幻視を伴い、症状の変動が大きいのが特徴です。

【前頭側頭型認知症】

我慢をしたり思いやりなど社会性が失われ、「わが道を行く」行動をとる特徴があります。

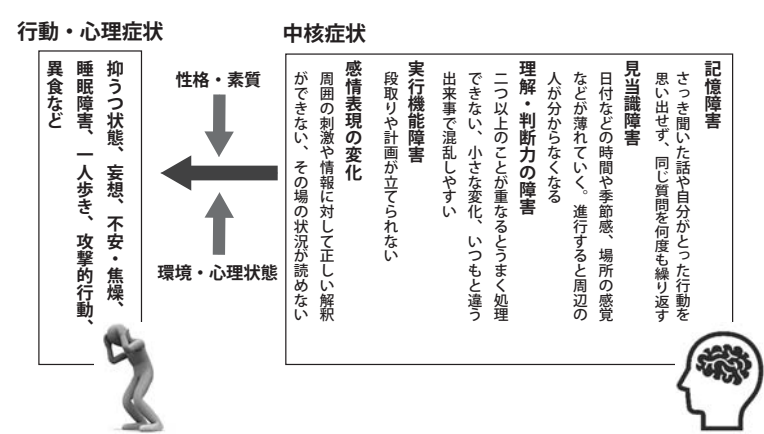
【脳血管性認知症】

意欲が低下したり複雑な作業ができなくなったりします。



認知症の症状

主に脳細胞が壊れることによって起こる「中核症状」と、本人の性格や環境、人間関係などの要因で精神症状や日常生活の行動に支障が出る「行動・心理症状」があります（左図）。「行動・心理症状」が見られる前に、周辺の適切な対応や治療を早期に行うことで、症状が緩和することもあります。



自分事として『受け入れる』

今回、市内の認知症サポート医として、認知症治療に取り組まれている魚谷メンタルクリニックの魚谷院長に「早期受診の意義」を、認知症の人が生活する場であるグループホームで介護福祉士として、認知症の人への支援を行われているグループホームガーデンライフの下村さんに「認知症の人と接するときの心構え」についてお話を伺いました。認知症は、初期での専門の医療機関への受診、また症状に応じた対応が重要です。

早期受診の意義は

認知症の経過は個人差が大きいです。早期から適切な治療を受けることで、認知症の進行を遅らせることができます。

認知症の中には、手術や薬物治療で治る病気もあり、早期受診が有効です。



魚谷メンタルクリニック
院長 魚谷 幸司さん

認知症の初期症状は、「日常生活が思い通りにできなくなる」「漠然と違和感を感じ始める」といった戸惑いが生じます。早期に専門医に相談することで、そうした戸惑いの原因はもちろん、その後の生活について一緒に考えていくことができます。

また、認知症と診断されることで、介護サービスなどの公的支援の対象となり、ご本人だけでなく、ご家族の負担軽減にもつながる場合もあります。

誰もがかかる可能性のある認知症ですが、「認知予備力」を高めることが大切です。

具体的な方法には、日頃からの正しい食生活や運動などがあり、生活習慣病の予防することが重要です。楽しんで継続できる趣味を見つけて、人と積極的に交流をすることも、認知予備力を高めることにつながります。

認知症の人と接するときの心構えは



グループホームガーデンライフ
介護福祉士 下村 真岐さん

「認知症」という言葉が一般的に使われるようになり、次第に理解も進んできていると思いますが、まだまだ十分ではないと思います。

認知症は誰もがなる可能性のある病気であり、決して他人事ではありません。だからこそ認知症を患って

いる人には、非常に難しいですが、次のポイントを参考に、温かい目で接してもらいたいと思います。

○認知症の人への対応の心得

「3つのない」

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない

○具体的な対応の7つのポイント

- 1 まずは見守る
- 2 余裕を持つて対応する
- 3 声を掛けるときは1人で後ろから声を掛けない
- 4 相手に目線を合わせて優しい口調で
- 5 穏やかに、はっきりした口調で相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する
- 6
- 7

現在こちらの施設には、9名の方が入居されています。症状の度合いは皆さん違いますが、いつも笑顔で楽しく過ごしてもらいたいと願い、日々サポートしています。

一方、在宅で介護されている方は、常時見守る必要があるため、負担は私たちより大きなものになります。

今後、高齢化社会が進む中で、このようなケースが増えてくると考えます。負担を軽減するために介護サービスを利用することも、長期的に安全に介護するには有効だと思います。



広がる『輪』

地域で、仲間で、認知症の人を見守るためのさまざまな取り組みも行われています。
小さな取り組みの「輪」の一つ一つがつながって、大きな『輪』になることを願います。

安心声掛け訓練 🗣️

警視庁の調査によると、認知症に関わる行方不明者は6年連続で過去最多を更新しています。2018年の1年間に警察が届け出を受理した、認知症に関わる行方不明者は全国で16,927人でした。届け出の受理当日に約7割の人が所在確認されており、地域の見守りや早めの声かけによって、怪我や事故に巻き込まれる可能性が減少します。

市では、認知症の人が自宅などに戻ることができなくなったときに、早い段階で声掛けができるよう、地域で「安心声掛け訓練」を実施しています。



認知症サポーター養成講座 🗣️



認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者（認知症サポーター）になってもらうための講座です。

市内の小中高等学校、自治会やサロン・サークルなどで実施しており、市内には延べ約6,000人の認知症サポーターがいます。

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりに大切なことは、「認知症について正しく理解すること」から始まります。皆さんもぜひご参加ください。

認知症初期支援集中チーム 🧑‍🤝‍🧑

本人や家族などからの相談により、認知症が疑われる人や認知症の人およびその家族を訪問し、生活状況や困りごと、不安などを聞き取り、必要なサービス（介護保険サービスや地域のサークル、医療機関の受診）につなげていきます。チームメンバーは医師、保健師、主任ケアマネージャー、社会福祉士で構成されています。



認知症カフェ（ナラティブカフェ、やすらぎカフェ） ☕

認知症の人が活動を楽しみ、介護する家族がお茶を飲みながら情報交換をする憩いの場です。「これから認知症について不安」や「認知症について理解を深めたい」と思う人など、どなたでも参加できます。

12月の開催日や内容などについては、19ページをご覧ください。

認知症に関する相談窓口について ☎

海南省地域包括支援センター（市役所1階高齢介護課内） ☎ 483 - 8762

身近な相談窓口（ランチ）として、地域ごとに以下の事業所もご利用いただけます。

担当地域	名称	電話番号
黒江・船尾	医療法人 恵友会 (ケアプラネット恵友)	483 - 3000
内海・日方	医療法人 同仁会 (カルフル・ド・ルボ)	483 - 1000
大野・巽	医療法人 辻秀輝整形外科	483 - 3383

担当地域	名称	電話番号
亀川・北野上 中野上・南野上	社会福祉法人 中庸会 (天美苑)	486 - 0662
東・新田・西・鯉川・加茂郷 丸田・戸坂・黒田・丁 方北・方南・女良・大崎	社会福祉法人 平成福祉会 (かぐのみ苑)	492 - 5800
小畑・上・小原 塩津・加茂・仁義	医療法人 恵友会 (ケアプラネット下津)	492 - 5665



寄り添う『想い』

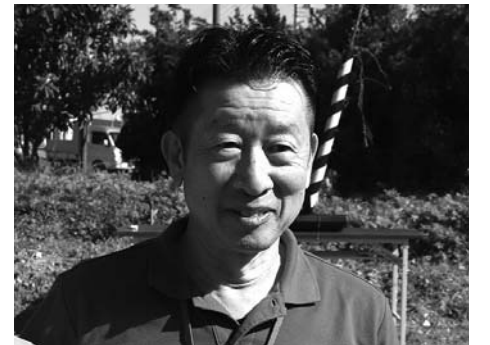
さまざまな立場で認知症対策に取り組まれている方の中から、3名をご紹介します。
「認知症の人も豊かに暮らせる社会の実現に、いま何が必要か？」その『想い』についてお聞きしました。

啓発活動を通じて、認知症への正しい理解を伝えていきたい

グループホームの開設時から18年間、認知症高齢者のケアに取り組んできました。しかし先日、海南省で要介護（要支援）認定を受けた方の中に約2,000人以上の認知症の人がいると知りました。自分は仕事で関わりを持つ200人しか知らないのに、認知症を知った気持ちでいることに気付きました。

認知症については、地域の中で、住民や多（他）職種の方々と共に考え、地域の社会資源を活用しながら、認知症の人をどのように「在宅で支援していくか」、認知症の人とどのように「共生していくか」が大きな課題です。

認知症サポーター養成講座では、早期発見・早期治療（早期対応）の重要性を伝えるのはもちろん、「認知症の人に対する重要、かつ正しいケア方法の理解」も大切です。今後もこの点を強く意識しながら、仲間と共に活動を続けたいと思っています。



キャラバンメイト 谷口 雅章さん
(グループホーム天美苑)

認知症の人と一緒に活動することで、支援の輪を広げていきたい



岩橋 杉子 さん
(ライフパートナー所長)

訪問看護ステーション「ライフパートナー」で介護支援に取り組んでいます。

介護施設は、一般の人からすると普段近寄りたがたいという印象があると思います。

そうしたことから、地域の皆さんと認知症の人が共に活動できる場として、「認知症カフェ」や「オレンジのつどい」などの催しを行っています。認知症の人と一緒に楽しく催しを通じて、皆さんに認知症についての理解を深めてもらうことが支援の輪の広がりにつながると思います。

認知症について悩んでいる人は決して一人で抱え込まず、私たちにSOSを出してください。ここにはきっとあなたの力になれる仲間がたくさんいます。



多くの皆さんが参加した
「オレンジのつどい」

認知症になっても、安心して暮らせるまちづくりを目指して

海南省地域包括支援センターは、市役所1階高齢介護課内にあり、高齢者の介護相談などを受けています。認知症は早期受診、早期対応が重要です。受診や介護サービスにつながっていない人へは、保健と福祉の専門職がチームで支援する「認知症初期支援集中チーム」の訪問活動もしています。

また、認知症の人への理解を広め、見守り体制を作る取り組みも行っています。その一つは、「認知症サポーター養成講座」で、キャラバンメイトと共同して、認知症の人を見守るサポーターを増やす取り組みになります。

さらに、認知症などのために徘徊の恐れがある人を事前に登録することで、徘徊時早期に発見されるよう、警察や介護事業所などの関係機関と「見守りネットワーク事業」も実施しています。

このように「認知症になっても、安心して暮らせるまちづくり」を目指して各種事業に取り組んでいます。



谷本 明美 さん
(地域包括支援センター長)

頼れる地域の相談相手

民生委員・児童委員・主任児童委員

民生委員・児童委員、主任児童委員が、3年間の任期満了による一斉改選で、12月1日より新たに厚生労働大臣から委嘱されました。誰もが安心して暮らせる地域づくりのために、さまざまな活動をしている民生委員・児童委員、主任児童委員を知っていただき、活動へのご理解とご協力をお願いします。

民生委員ってどんな人？

厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。民生委員は児童委員も兼ねています。非常勤の公務員ですが、ボランティアのため報酬はありません。



赤い羽根共同募金 街頭募金の様子

どんな人が民生委員に なっているの？

地域の実情をよく知り、福祉活動やボランティア活動などに理解と熱意がある人で、自治会や区などから推薦された人です。

民生委員・児童委員

高齢者の生活不安、介護の悩み、障害者の支援などの相談に乗っています。

相談に応じた福祉サービスの紹介や、地域福祉活動のお手伝いなどを行っています。

主任児童委員

民生委員・児童委員のうち、

子どもや子育てに関する支援を専門に担当するのが「主任児童委員」です。

相談内容に応じて、相談者の地域を担当する民生委員・児童委員や行政、学校、児童相談所などと連携し、支援活動をしています。

民生委員・児童委員・主任児童委員はどこにいるの？

皆さんの近所にお住まいで、地区ごとに担当者が決まっています。

地域住民である皆さんと同じ立場での、身近な相談相手としての役割を果たします。

どんな相談に乗ってくれるの？

高齢者の介護に関すること、子育てに関すること、健康・医療に関することなど、生活の中で気になっているさまざまな相談をお受けしています。

相談内容をほかの人に知られたりしないか心配

相談内容の秘密を守ることが法律上義務付けられています。相談内容が漏れることはありませんので、安心して相談してください。

訪問に来た人が民生委員・児童委員か確認したい

民生委員・児童委員は必ず左の民生委員証を持参しています。



近所の民生委員・児童委員を教えてほしい

社会福祉課で紹介しています。※内容によっては、他の専門機関をご紹介します。

問 社会福祉課社会福祉係

(☎483・8432)

おかしいな？と思ったら

地域の高齢者世帯などで、安否の確認ができないなど、おかしいな？と思ったら、お近くの行政の窓口や、民生委員にご相談ください。
早期発見には、身近な地域の皆さんからの情報が必要です。ご協力をお願いします。



市内の民生委員・児童委員 主任児童委員

黒江地区	
担当地区名等	氏 名
室山・室山団地	川端 笹浪
	中井 紀美
	杉本 昌子
北一・北二	清水 修平
北三・北四・北五	干潟 光孝
黒牛・元屋敷・宮ノ坂	立花 美一
市場・南ノ浜	芝村 幸志
西ノ浜・天王	藤原 京子
主任児童委員	中山 佳子

船尾地区	
担当地区名等	氏 名
船尾口・汐見	藤原 博
居村・船尾東	瀧上 勝也
船尾中	神田 育美
西船尾	谷口 志津子
琴ノ浦(矢ノ島除く)	岡本 徳子
河内浜・集橋・昭成	野田 育子
琴ノ浦(矢ノ島)・築港西	角 世知子
荒浜・築港東	阪本 学
東浜西・東浜中	沖殿 貞美
東浜北・東浜東	藤本 恵三
東浜南	小坂 二美
主任児童委員	岡 摂子

日方地区	
担当地区名等	氏 名
千原・海中前・和大宿舎	中野 昌臣
東雲・新生・共栄	栗本 清隆
神田	井上 明
上芦原・井引	高瀬 薫
下芦原・朝日	石倉 正裕
駅二・井松原・今市	永尾 泰和
新浜	西山 卓志
	楠部 千恵美
別所	文子
	進
南ノ丁・御門	黒田 幸子
宮前・里ノ丁	吉田 幸子
日方東・神田(一部)	尾崎 平
奥ノ丁	椿原 かず代
池ノ丁	山本 純司
池崎通	津毛 望
主任児童委員	藤川 幸子
	橋爪 八知代

大野地区	
担当地区名等	氏 名
井田西	大橋 充幸
中ノ丁・上ノ丁	中川 幸恵
西南	中村 保
小中・日東	中西 小百合
薬師谷	立畑 千鶴
布片目・八反田	筈谷 容子
東ノ丁	畑山 盛藏
芝崎・春日	追田 曉子
サニータウン・井田東	岩橋 博志
主任児童委員	才力 美保
	坂本 時夫

内海地区	
担当地区名等	氏 名
大須賀・中須賀・築地	瀧本 健司
蓬来	寺岡 太一郎
東出	岩崎 利明
	横山 秀子
日限	馬場 一博
宮ノ浜・糺	杉本 知與子
船津北・船津南・船津浜	柳瀬 泰子
藤白北	(候補者選考中)
藤白南	岩崎 泰行
	中野 文子
冷水	服部 正行
	服部 晃美
主任児童委員	吉川 裕彰
	青木 仁美

巽地区	
担当地区名等	氏 名
重根	榊原 文夫
	山本 泰子
	高木 美代子
阪井	神出 佐奈江
	松本 良幸
	大東 雅幸
	黒田 清
東畑	川崎 美里
	新谷 好子
別所・扱沢	森下 恵史
	間藤 敬子
主任児童委員	角谷 淳子

亀川地区	
担当地区名等	氏 名
且来	小西 敏文
	松江 順子
	森 幸子
小野田	山崎 弘子
多田	小畑 秀夫
	海渡 善弘
岡田	田中 一孝
	妻木 茂
	岡本 泰弘
主任児童委員	杉田 奈津子
	妻木 なをみ
	角田 みどり

北野上地区	
担当地区名等	氏 名
下津野	土肥 一之
別院	樋口 祐子
野尻	藪中 恵子
孟子	山中 順子
高津	山田 順子
七山一	岩橋 操
七山二	西坂 公雄
七山団地	小谷 きみよ
原野	尾崎 伸治
主任児童委員	田幡 雅代
	山本 香都美

中野上地区	
担当地区名等	氏 名
沖野々	十川 久美
木津	上西 祐子
	平田 貴代
木津団地	草場 満
野上中	山中 ひとみ
	中谷 千万喜
椋木	高倉 増美
	山本 千ヤ子
溝ノ口	堂本 勉
主任児童委員	宮本 昭信

南野上地区	
担当地区名等	氏 名
九品寺	池田 卓司
野上新	井下 まき子
	井上 弘
赤沼・海老谷・上谷	西林 眞由美
次ヶ谷・ひや水	芝崎 千鶴
主任児童委員	山中 幸也

下津地区	
担当地区名等	氏 名
小畑	藤原 吉一
上	伊藤 倫美子
	田中 福一
小原	田中 福一
東	中尾 力
	西本 小百合
新田	宮島 秀世
	山下 勇
西	島津 英継
	石川 義治
蝶川	亀井 芳治
	中岡 幸子
加茂郷	高垣 順子
	五嶋 伸文
丸田	斎藤 君恵
戸坂	橋本 栄次
黒田	石川 一二三
丁	田中 邦彦
方北・女良	北山 雅己
方南	田中 隆
大崎	北東 秀樹
	武田 勝美
塩津	市川 順子
	脇所 武夫
大窪・沓掛	鴻池 知
	和田 邦治
市坪	杖村 禎之
橋本	藤田 隆二
青枝・小松原	岡室 一彦
中	小山 勢至
小南・梅田	川端 敏弘
下	小上 泰信
笠畑・興・上出	笠井 伸也
下出・松尾・土井原	堀 隆
百垣内・曾根田	中谷 厚子
主任児童委員	宮本 年美
	森田 知恵

受章おめでとうございます

秋の叙勲

各界の功労者に贈られる叙勲の受章者が発表され、和歌山県内で38人が受章されました。その中で市内からは2人が受章されましたので、ご紹介します。

《瑞宝双光章》 教育功勞

ふるはた
古畑 武男さん
(75歳 幡川)



昭和43年4月から36年の長きにわたり、学校教育の推進や教育環境の整備、社会教育の充実発展などに尽力されました。

大学では統計学を専攻された古畑さんですが、教育実習で生徒に慕われたことをきっかけに、教諭を目指すことに。「全力を尽くす」との思いで、他校との交流機会の創出、働きやすい職場作りなど、幅広い活動を行われました。

「受章は驚きだが、今までの努力が評価されたのはうれしい。仲間や家族に感謝です。」と、受章についてのお気持ちを述べられました。

多彩な趣味を持つ古畑さん。今も地域活動に従事される中、家庭菜園のほか、自作の音響設備でレコードを楽しまれています。

《瑞宝単光章》 児童福祉功勞

ひら
平 須賀さん
(59歳 藤白)



昭和57年5月から平成29年3月まで保育士・乳幼児保育士として、育児支援や後輩職員の指導などに尽力されました。

また、平成29年からは「里親支援センターなでしこ」において、主任里親支援員として、現在も里親委託推進と里子・里親支援に取り組まれている平さん。「里親制度を一人でも多くの方に知ってもらうことが、子どもたちの幸せにつながる。」と、里親制度における啓発の重要性を語られました。

今回の受章については、「身の引き締まる思い。職場の方々の支えと子どもたちの笑顔があるから頑張ることができた。」と、感謝の気持ちをと元気の秘訣を話されました。

危険業務従事者叙勲

著しく危険性の高い業務に精励した方に対して贈られる叙勲の受章者が発表され、市内からは2人が受章されましたので、ご紹介します。

《瑞宝双光章》 警察功勞

みやもと
宮本 幹也さん
(71歳 重根)



昭和42年10月和歌山県巡査を拝命以来、40年以上の長きにわたり、警察職務に精励し、公共の安全と治安の維持はもちろん、警察職員の健康管理の支援などにも尽力されました。

警衛警護部門に従事した期間が長く、「警衛は計画が最も重要。」と話す宮本さんは、昭和58年の第3回国豊かな海づくり大会（串本町）に皇太子両妃両殿下がお越しになられたときの警衛について、「綿密な計画が求められたが、達成感是非常に大きかった。」と、最も印象に残っていると語られました。

「今回の受章は、職場の皆さんのサポートのおかげ。」と宮本さん、現在行政書士の資格を取得し、新たな舞台で活躍されています。

《瑞宝単光章》 消防功勞

なかぐち
中口 雅博さん
(70歳 下津町丸田)



昭和52年4月に下津町消防士を拝命以来、33年の長きにわたり、消防行政に尽力されました。

「長年続けられたのも、家族や仲間をサポートがあったからです。」と、周りの皆さんへの感謝の想いを述べられました。

自らの危険を顧みず災害現場の第一線でご活躍された中口さん、「消防の制服に袖を通すと、恐怖心よりも人命救助や被害を食い止めるといった、任務の遂行に気持ちのスイッチが切り替わりました。」と、当時を振り返りながら話されました。

現在は、登下校時の見守り隊として子どもたちの安全確保に尽力されており、また学生時代から続けている卓球で体を動かすのが楽しみだそうです。

任期を定めた正規職員を募集

申・問 総務課人事係 (☎ 483 - 8407)
〒 642 - 8501 海南市南赤坂 11 番地

正規職員の育児休業取得に伴う代替職員として勤務する職員（育休任期付職員）を募集します。

募集職種	募集人員	受験資格	任期	採用予定日
一般事務職	2人程度	平成14年4月1日以前に生まれた人	概ね8ヶ月以上2年10ヶ月以内	令和2年4月以降
保健師	1人程度	保健師免許を有する人		
幼稚園教諭	1人程度	幼稚園教諭免許を有する人		
保育士	3人程度	保育士資格か幼稚園教諭免許のいずれかを有する人		

【受験資格、採用などにかかる留意事項】

- ①保育士資格と幼稚園教諭免許の両方を有する人は、保育士と幼稚園教諭の両方の職種に応募することができます。
 - ②受験資格欄の免許資格については、令和2年3月末までに取得する見込みの人も受験可能です（取得できなかった場合は採用資格を失います）。
 - ③試験合格者は成績順に採用候補者名簿に登載し、その上位の人から採用を行います。正規職員の育児休業の取得状況などにより採用が年度途中になる場合や、採用されない場合があります。
- ※採用候補者名簿の有効期限は、二次試験の合格発表の日から3年間としています。
- このため、名簿の有効期限内であれば、再度任用される場合があります。

【試験日時】

- ▶一次試験 一般事務職・保健師は令和2年1月12日(日)、幼稚園教諭・保育士は令和2年1月19日(日)に実施します。
- 詳細は、募集要項をご確認ください。

- ▶二次試験 令和2年2月9日(日)に面接(予定)

【申込方法】 12月2日(月)～24日(火)(土日を除く8時30分～17時15分)の間に総務課（市役所4階）へ提出。郵送（必ず簡易書留郵便とすること）の場合は、24日(火)までの消印有効。

【募集要項・申込用紙配布場所】

市役所1階受付、総務課、下津行政局、各支所・出張所、教育委員会、物産観光センター(土日は市役所1階受付、下津行政局、物産観光センター)

※募集要項・申込用紙は市ホームページからもダウンロードできます。また、郵送でも請求可。

スポーツ賞の推薦について 問 教育委員会生涯学習課（☎ 492 - 3364） 海南市体育協会事務局（総合体育館内 ☎ 483 - 4300）

本市在住で、スポーツ水準の向上やスポーツの振興に貢献し、その功績が著しい人・団体に対し、規定により、海南市体育事業実行委員会長（海南市長）が表彰します。

該当すると思われる人は、所属する競技団体（連盟・協会）を通じて申請してください。

対象期間 平成31年1月1日～令和元年12月31日の期間における競技成績

申請締切 令和2年1月7日(火) 17時必着
申請先

▶ 〒649 - 0121 海南市下津町丸田 217 番地 1
海南市教育委員会生涯学習課内
海南市体育事業実行委員会事務局

▶ 〒642 - 0022 海南市大野中 1106 番地
海南市体育協会事務局

注意事項 海南市体育協会加盟団体には、団体宛に申請書を送付しています。非加盟団体は、申請書を所属競技団体を通じて請求してください。



表彰式の様子（昨年度）

防災行政無線の試験放送が実施されます 問 危機管理課（☎ 483 - 8406）



地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、国による全国瞬時警報システム（Jアラート）を用いた情報伝達試験が実施されます。

【試験実施日時】 12月4日(水) 11時頃

【情報伝達手段】 防災行政無線（戸別受信機、防災ラジオをお持ちの人にも同様に試験内容が流れます。）

【放送内容】 ①チャイム ②これは、Jアラートのテストです。×3回
③こちらは防災海南市です。 ④チャイム

※万一、お近くの防災行政無線が鳴らなかった場合は、お手数ですが、危機管理課までご連絡ください。

第5回住民協議会（最終回）の開催について 問 企画財政課（☎ 483 - 8405）

市民の皆さんが「自分ごと」として、地域の課題について解決策を考える住民協議会では、これまで4回にわたってコミュニティ施設（集会所や児童館・児童会館、公民館）のあり方をテーマに意見交換を行ってきました。今回、参加者の意見の取りまとめに向けた最終の意見交換が行われます。傍聴は自由です。皆さん、一緒に考えてみませんか。

【日時】 12月15日(日) 14時～17時

【場所】 市役所3階会議室



参加者の皆さんによる意見交換の様子

海南市物品・役務提供受注資格者追加登録の申請

申・問 管財情報課（☎ 483 - 8412）



市役所と物品や役務提供（物品リース・清掃業務など）の取引を希望する場合、受注資格者登録が必要です。令和2年度に登録を希望する人は、次の事項に留意のうえ、期限までに申請書や必要書類を提出してください。

なお、現在、海南市物品・役務提供受注資格者登録をしている人は、今回の申請は必要ありません。

【受注資格の有効期間】

令和2年4月1日～令和3年3月31日

【申請書の交付期限】 12月20日(金)

【提出期間】 12月2日(月)～20日(金)

【その他】

▶ 申請書は管財情報課窓口で交付のほか、市ホームページからもダウンロードできます。

▶ 窓口での書類の交付・提出などについては、土・日を除きます。

海南市病院事業物品・役務提供入札参加資格者追加登録の申請

申・問 海南医療センター事務局
総務管理室（☎ 482 - 4521）



海南市病院事業（海南医療センター）と物品や役務提供（物品リース・各種委託業務など）の入札参加を希望する場合、登録が必要です。令和2年度に登録を希望する人は、次の事項に留意の上、期限までに申請書や必要書類を提出してください。

なお、現在、海南市病院事業物品・役務提供入札参加資格者登録をしている人は、今回の申請は

必要ありませんが、海南市物品・役務提供受注資格者登録をしている人は、別途登録が必要です。

【入札参加資格の有効期間】

令和2年4月1日～令和3年3月31日

【申請書の交付期限】 12月20日(金)

【提出期間】 12月2日(月)～20日(金)

【その他】

▶ 申請書は海南医療センターホームページからダウンロードしてください。

▶ 窓口での書類提出については、土・日を除く午前9時～午後5時です。

第19回和歌山県市町村対抗ジュニア駅伝競走大会 代表選考会

問 教育委員会生涯学習課（☎ 492 - 3364）



日時 12月24日(火)

【小学生】15時30分集合、16時30分開始

【中学生】16時30分集合、17時30分開始

場所 紀三井寺公園陸上競技場（和歌山市毛見200）

対象 本市に在住・在学している小学4～6年生（4年生はオープン参加）および中学生

選考内容

▶ 小学生、中学生女子 2,000 m

▶ 中学生男子 3,000 m

申込方法 下記の申込先に備え付けの申込書に必要事項を記入のうえ提出

申込締切日 12月6日(金)

申込先 教育委員会生涯学習課、海南市体育協会事務局（総合体育館内 ☎ 483 - 4300）

任期を限った職員の登録者募集
(会計年度任用職員)

申・問 子育て推進課 (☎483 - 8582)
〒642 - 8501 海南市南赤坂11番地
申・問 教育委員会学校教育課 (☎492 - 3348)
〒649 - 0121 海南市下津町丸田217番地1

【申込書・募集要項配布場所】

市役所1階受付、子育て推進課(市役所1階)、下津行政局、教育委員会、各支所・出張所、物産観光センター(土日は市役所1階受付、下津行政局、物産観光センターのみ)
※市ホームページからもダウンロードできます。

【申込受付期間】 12月2日(月)～16日(月)

(土日を除く8時30分～17時15分)

【申込方法】 資格・免許証(写)を添付し、①は

子育て推進課(市役所1階)、②は学校教育課(教育委員会)へ持参。代理人による提出はできませんが、郵送による提出はできません。

【選考日】 12月22日(日)

※選考日以降も採用予定数に達しない場合は、随時受付を実施します。

【選考方法】 面接・書類審査

【その他】 詳細は、会計年度任用職員登録者募集要項をご確認ください。

募集職種	職務内容	採用予定数	応募資格	任用期間	基本報酬額
①保育士	保育所・子ども園での乳幼児の保育	10人程度	保育士資格を有する人	令和2年4月1日から1年間	月額 157,800円
②幼稚園教諭	幼稚園での園児の教育(担任の補助など)	4人程度	幼稚園教諭免許を有する人	※任期満了後、再度の任用の可能性有	

- ◆基本報酬額は予定額を表示しています。また、任期満了後に再度任用された場合、在職期間に応じ一定の加算があります。
- ◆基本報酬のほか、費用弁償(交通費)、期末手当(2.6月/年、令和2年度は1.51月/年)などの支給制度があります。
- ◆選考の結果採用とならなかった人も、令和3年3月31日まで登録者名簿に登録されます。

海南市民交流施設の愛称・ロゴマークが決定しました

海南市民交流施設の愛称を募集した結果、全国より566件のご応募をいただきました。審査の結果、愛称については下記の通り決定し、併せてロゴマークも作成しました。たくさんのご応募ありがとうございました。

【愛称】 海南 nobinos (カインアン ノビノス)

【考案者】 松木 圭三 様(大阪市北区)

【提案理由】 「のんびりする」でノビノス。「のびのびできる巣」のような意味からもノビノス。市民が思い思いの過ごし方をする、そんな風景をイメージしました。

施設は令和2年4月19日(日)開館を予定しており、会議室などの予約は2月1日より市公共施設予約システムにおいて受け付けを開始する予定です。なお、会議室などの利用は、5月7日以降となりますのでご了承ください。

予告サイト: <http://www.kainan-nobinos.jp> 問 教育委員会生涯学習課 (☎492 - 0143)

海南
nobinos

人権作文・人権標語に関する
コンテスト入賞者を紹介します

問 市民交流課人権推進係
(☎483 - 8439)

◆第69回「社会を明るくする運動」作文コンテストの入賞

県内の小・中学校から7,747点の応募作品があり、次の児童が入賞されました。

更生保護法人 和歌山県更生保護協会理事長賞 小学生の部

○題名「笑顔の輪」 橋本 みやび さん(亀川小学校5年)



◆第5回「かいなん人権標語コンテスト」入賞者決定

合計1,175点の応募をいただき、選考の結果、次の皆さんが入賞されました。

優秀賞(敬称略)

小学生の部

○一人じゃない 支える人が きっといる
葛西 世(中野上小学校5年)

○だいじょうぶ その一ことが 思いやり
鳴神 知希(加茂川小学校6年)

○思いやり 広げていこう まずは自分から
山本 朋奈(加茂川小学校6年)

中学生の部

○気付こうよ 違う個性の すばらしさ
大竹 凜(亀川中学校2年)

○流されない NOと言える その強さ
最田 勘太(東海南中学校1年)

○さりげなく かけた言葉に 思いやり
栢本 彩咲(巽中学校3年)

高校生・一般の部

○言えるかな? 「おはよう ごめんね ありがとう」
橋爪 八知代(日方)

○真心で 寄り添う仕草が おもてなし
中南 桂太(和歌山市)

○何気なく 言われた言葉で 傷がつく
坂上 琉華(海南下津高等学校2年)

※小冊子「かいなん人権標語」は、市役所1階受付、下津行政局、各支所・出張所、市民交流センター、各公民館、方集会所、住民センターで無料配布します。



道の駅活用事業に関するお知らせ

問 産業振興課農林水産係
(☎483 - 8464)

道の駅活用事業に参画する民間事業者が決定しました

市では、平成31年3月に策定した「海南市道の駅整備基本計画」に基づき、市が計画している道の駅整備事業を進めるにあたり道の駅の魅力的かつ効率的な運営を見据え、設計から施設完成後の管理運営まで一連の取り組みに携わる民間事業者を、学識経験者などの外部委員を中心に構成した海南市道の駅活用事業者選定委員会での選定を経て、決定しました。

今後、今回選定した事業者が、市議会の承認を得て、完成後の施設の管理運営を行うことを想定し、取り組みを進めてまいります。

1. 事業者名 株式会社ダイナックパートナーズ(本社所在地:東京都新宿区)

2. 選定経過
7月5日 第1回海南市道の駅活用事業者選定委員会
7月16日 公募事業募集要項公表
8月19日 第2回海南市道の駅活用事業者選定委員会
8月22日 質疑に対する回答
9月13日 応募締切(応募2事業者)
10月10日 第3回海南市道の駅活用事業者選定委員会
10月25日 答申





しめ縄づくり
日時 12月22日(日)
① 9時30分～
② 13時～
場所 歴史民俗資料館
対象 小学生以上
定員 各25人(先着順)
材料費 300円
持ち物 はさみ、しめ縄を入れる袋



マリア幼稚園からのお知らせ
①幼稚園で遊ぼうよ(無料)
日時 12月18日(水)
10時～11時
内容 「クリスマスリース」を作ろう
申込方法 12月13日(金)までに左記まで電話にて
②園庭開放(無料)
日時 12月4日(水)・11日(水)
10時～11時30分
※参加者は当日受付まで
③④共通
対象 未就園児とその保護者
※子育て相談にも応じます
問い合わせ マリア幼稚園
(☎482・2190)



おやこ体操教室
親子で遊びをとおして楽しくすごしましょう。
日時 12月12日(木)
10時～11時
※原則、毎月第2・第4木曜日に開催しています。
場所 海南スポーツセンター
参加費 1回500円
指導者 赤松由美子さん
問い合わせ 海南市スポーツ振興グループ
(☎483・4300)

海南市わんぱく公園

開園時間 9時～17時
休館日 月曜(祝日の場合翌日)

問い合わせ ☎484・5810 ホームページ <http://wanpaku.pya.jp/>

12月のイベント

- ★年末年始のお休み 12月29日(日)～令和2年1月3日(金)
- ★友の会会員特典お正月飾り 12月22日(日)・24日(火)10時・13時(電話で希望日時を要予約)
- ★古梅先生の人気俳句教室 毎月第1水曜 13時30分～(1回500円・予約不要)
- ★田村まさみ先生の大人向け粘土教室 10時～14時30分(日時などの詳細は事務所へ)
- ★守山鷺声先生の横笛教室 毎月第4水曜 14時～(詳細は事務所へ)

1日(日)	13時 木工作講 (要10名 200円) ～妖怪と仲良し～	15日(日)	13時 県動物愛護センター 飼育方講習と譲渡30分 場 創作工房 (講習)
7日(土)	14時 園長の自然教室 (要20名 300円) ～冬の森林観察～	15日(日)	13時 お菓子作り講 (要10名 500円) 30分 ～柿とみかんのねりきり～
8日(日)	13時 押し花講 (要10名 400円) ～2020年 ネズミのカレンダー～	15日(日)	14時 園長とあそぼう (30名) 場 風の子劇場 ～自然クイズ大会～
14日(土)	14時 園長の自然教室 (要20名 300円) ～野鳥観察会～	22日(日)	10時～16時 海南ベンチャーズ 場 風の子劇場 ～なつかしのサウンドがいっぱい～
	要…要予約 講…外部講師による教室 場…場所 ※天候その他により変更・中止する場合があります。	22日(日)	11時 お菓子作り講 (要10名 500円) ～クリスマスケーキとデコレーションお寿司～
		22日(日)	14時 園長とあそぼう (30名) ～ウラジロ飛行機飛ばし～

<その他自主定例イベント> 場 風の子劇場 (クラフト体験のみ創作工房)
○わんぱくウルトラクイズ (毎週(土)・(日)12時30分～) 園長のむずかし～い自然クイズに勝ち抜こう!
○ジャンケンポン大会 (毎週(土)・(日)12時45分～) 最後まで勝ち残ったらお楽しみが待ってるよ～♪
○クラフト体験 (有料) (毎週(土)・(日)14時頃～) 見本の中から作りたいものを選んで体験できます!
○お楽しみビンゴゲーム (毎週(土)・(日)15時～) 月に5回参加すると、家族に1つ感謝のプレゼントがあるよ!

12月

日程	開催場所
2日(月)	亀川公民館
4日(水)	黒江防災コミュニティセンター
10日(火)	わんぱく公園 (★)
11日(水)	北野上公民館
13日(金)	巽コミュニティセンター和室(◆)
16日(月)	巽コミュニティセンター
17日(火)	大野公民館
20日(金)	内海公民館
25日(水)	下津防災コミュニティセンター
26日(木)	市民会館

12月の子育てひろばは、みんなで楽しく「クリスマス会」です。みんなの笑顔に誘われて、あわてんぼうのサンタさんがプレゼントを抱えてやってくるかも♪



子育てひろば



時間 10時開始
11時30分終了
対象 幼稚園・保育所に入る前の子どもとその保護者
★わんぱく公園は外あそび「トレジャーハント」
10時30分～11時30分
◆巽コミュニティセンター和室はベビーマッサージ
①10時～ ②10時50分
対象は1歳程度まで
参加費 子ども1人100円
持ち物 お茶、タオルなど
(ベビーマッサージには必ずバスタオルが必要)※汚れてもいい服装でお越しください。



日程(12月)	開催場所
3日(火)	内海公民館
5日(木)	巽コミュニティセンター
9日(月)	大野公民館
12日(木)	亀川公民館
18日(水)	市民会館
19日(木)	下津防災コミュニティセンター
24日(火)	北野上公民館

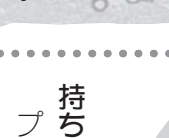
問い合わせ 教育委員会生涯学習課
(☎492・3349)

ほっとカフェ



子育て中の皆さんが自由に交流できる場を開設しています。どの会場へも自由に何回でもお越しください。
時間 9時30分～11時30分
(時間内の出入りは自由)

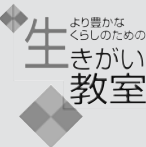
子どもの健やかな成長のために



①歯を丈夫にするフッ化物塗布
日時 12月25日(水)
14時30分～15時30分
場所 海南保健福祉センター
対象 1歳6カ月児健診終了後、6歳誕生日の前日まで過去3カ月(90日)以内にフッ化物塗布をしていない人
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、ハンドタオル
申込期限 当日の正午まで
②モグモグ教室
日時 令和2年1月9日(木)
13時30分～15時30分
場所 海南保健福祉センター
対象 令和元年8月1日～9月30日生まれの子どものとその保護者、妊婦の人

持ち物 母子健康手帳、エプロン、ハンドタオル
申込期限 12月27日(金)
③④共通
申し込み・問い合わせ 健康課 ☎483・8441
五月山こども園からのお知らせ
①育児講座(無料)
日時 12月5日(木)
10時30分～
内容 「自分を知って子育てに活かそう!」
講師 和歌山大学教育学部 教授 米澤好史 さん
②園庭開放(無料)
日時 12月20日(金) 10時～
対象 未就園児とその保護者
③④共通
問い合わせ 五月山こども園
(☎483・8888)





対象 概ね 50 歳以上の人
受講料 無料。ただし、材料費等は自己負担。

申し込み・問い合わせ

- ▶各地区公民館
(開館時間13時30分～17時、19時～21時30分)
- ▶下津地域の教室について
下津防災コミュニティセンター(☎492-0251)
- ▶拝待体育館の健康体操について
教育委員会生涯学習課(☎492-3349)

場所	日時	内容(講師)
黒江防災コミュニティセンター (☎483-5220)	6日(金) 14:00～	私たちができる食育 (中尾卓嗣さん)
	19日(木) 14:00～	健康体操 (小西美智子さん)
日方公民館 (☎482-6865)	6日(金) 14:00～	健康講座 (高齢介護課)
	20日(金) 14:00～	健康体操 (小西美智子さん)
内海公民館 (☎482-2158)	6日(金) 14:00～	健康体操 (小西美智子さん)
	7日(土) 14:00～	教養講座(映画会)
大野公民館 (☎483-5150)	9日(月) 14:00～	健康体操 (小西美智子さん)
	19日(木) 14:00～	ハンドベル (もみの木)
亀川公民館 (☎483-5282)	7日(土) 14:00～	人権講座 (ビデオ鑑賞)
	16日(月) 14:00～	健康体操 (小西美智子さん)
巽コミュニティセンター (☎487-4753)	13日(金) 14:00～	健康体操 (小西美智子さん)
	19日(木) 14:00～	教養講座「寄せ植え」 (明渡一起さん)
北野上公民館 (☎488-0988)	12日(木) 14:00～	健康体操 (小西美智子さん)
中野上公民館 (☎487-4726)	2日(月) 14:00～	健康体操 (小西美智子さん)
	12日(木) 14:00～	小学生としめ縄づくり (北野上郷土史サークル)
南野上公民館 (☎487-1481)	5日(木) 14:00～	健康体操 (小西美智子さん)
	14日(土) 14:00～	寄せ植え講座「お正月用」 (明渡一起さん)
市民交流センター	休講	
下津防災コミュニティセンター		
塩津コミュニティセンター		
大崎会館 (☎492-2110)	17日(火) 14:00～	料理教室「男の料理教室」 (足立まゆみさん)
拝待体育館	11日、18日 (木)14:00～	健康体操 (小西美智子さん) ※11日は初心者向け

認知症カフェ

どなたでもご参加ください

①やすらぎカフェ

日時 12月17日(火) 13時～15時
場所 内海中央地区集会所(名高287番地7)
内容 クリスマスを音楽で楽しもう・認知症相談
参加費 100円



②ナラティブカフェ

日時 12月12日(木) 13時30分～15時30分
場所 ハニーホーム東雲2階(小野田1633番地13)
内容 和太鼓を用いたリフレッシュ体操・交流会
参加費 100円

問い合わせ・申し込み

- ①公益社団法人認知症の人と家族の会
和歌山県支部(☎432-7660)
 - ②NPO法人紀伊の風(☎487-0446)
- 【共通】海南市地域包括支援センター
(☎483-8762)

休日在宅当番医(12月) ※受付9時～16時

夜間の問い合わせは
和歌山県救急医療情報センター(☎426-1199)

1日(日)	さいかクリニック	下津町丁	☎494-1111
8日(日)	くらはしクリニック	黒江	☎483-4013
15日(日)	恵友病院	船尾	☎483-1033
22日(日)	木村医院	沖野々	☎487-3100
29日(日)	たきもと内科クリニック	阪井	☎485-2322
	山西内科	藤白	☎483-2200
30日(月)	岩橋医院きみのファミリークリニック	紀美野町下佐々	☎489-2150
	いぬい内科呼吸器内科クリニック	名高	☎483-4030
31日(火)	西本内科外科医院	下津町黒田	☎492-2241
	さくらクリニック	名高	☎484-5001

※一部変更する場合がありますので、市役所、消防署、日刊紙などでお確かめください。

献血にご協力ください(12月)

※諸事情により変更する場合があります。

22日(日)	10:00～12:00	スーパーセンターオークワ
	13:00～16:30	海南店



対象 65歳以上の市民で、日常生活で主治医より運動制限を受けていない人(原則4回参加できること)
定員 20人(超えた場合抽選)
申込締切日 12月20日(金)

日程	時間	場所
令和2年1月9日(休)	10時～12時	市民会館2階ホール
1月16日(休)	10時～11時30分	市民会館2階ホール
1月23日(休)	10時～11時30分	市民会館2階ホール
1月30日(休)	10時～11時30分	市民会館1階第1集会室

いきいき百歳体操は、簡単な介護予防の体操です。左記により開催しますので、お気軽にご参加ください。



いきいき百歳体操参加者募集

持ち物 タオル、飲み物
服装 動きやすいもの
問い合わせ 高齢介護課地域支援係
(☎483-8762)

高齢者に関する夜間・休日相談窓口

高齢者に関するさまざまな相談を受け付けています。相談内容に応じて、適切な機関などにつながる支援をしています。

夜間休日相談日時

▼12月10日(火)、24日(火)

17時15分～19時(電話相談)

▼12月15日(日) 8時30分～12時(窓口・予約制)

※休日窓口相談は、12月13日(金)までに左記へ要予約。

問い合わせ

海南市地域包括支援センター(高齢介護課内)
(☎483-8762)



医療センター

お問い合わせ ☎482-4521

外科について

外科部長 中井 博章

当医療センターの外科についてご紹介します。

当科では消化器外科一般と乳腺外科の診療を行っています。

消化器外科としては、消化管(食道、胃、小腸、大腸、肛門)と実質臓器(肝臓、胆嚢、膵臓)の病気を中心に、手術および内視鏡での治療を担当しています。

手術が必要な病気はさまざまですが、代表的なものとしては、主に消化器がん、乳がんなどの悪性疾患と、胆石症、痔、ヘルニアなどの良性疾患があります。

今回は、悪性疾患(癌)についてお話しします。

日本人に特に多いとされる大腸癌や胃癌などは、早期癌の状態ではほとんど自覚症状がないため、自発的にがん検診を受けることをお勧めします。また、女性では乳癌が多く、こちらも、がん検診を受けずに早期癌の状態で見つかるのは困難です。

日本人は、現在2人に1人の割合で癌になると言われていますが、大腸癌、胃癌、乳癌のいずれも、早期で見つければ治る病気となっています。中でも大腸癌や胃癌は、早期では内視鏡を使って切除することも可能ですし、それが難しい場合でも、従来の開腹手術に比べて体にかかる負担の少ない腹腔鏡下の手術が普及しており、当院でも取り入れています。

近年は高齢の患者さんが増えてきていますが、一昔前と比較して体への負担が少なく、手術を受けていただけるようになっています。

また、手術後の早期離床(体が弱っていくのを防ぐため、状態に応じて早期に立位・歩行などができるようになること)にも取り組んでおり、退院後も入院前と同様の日常生活を送っていただけるよう、手術後の早期からのリハビリはもちろん、手術前のリハビリにも力を入れています。

今後も地域の皆さんに良質な医療を提供できるように努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

いきいき

健康ライフ



手づくりみ
その味を食卓
に加えてみま
せんか。
期間 令和2年1月24日(金)
26日(日) 9時〜12時



みそ作り

教室・講座

①令和2年1月6日(月)
②随時受付
問い合わせ 自衛隊和歌山
地方協力本部有田募集案
内所(☎0737・82・
6631)

受付締切日
令和2年1月6日(月)

①中卒(見込含)17歳未満の人
②18歳以上33歳未満の人
(32歳の人は、詳しくは
左記まで要問い合わせ。)

③自衛官候補生
応募資格

④陸上自衛隊高等工学校
生徒(一般)



防衛省からのお知らせ

募集

募集種目(①は男子のみ)

放送大学 4月入学生

放送大学は、令
和2年4月入学生
を募集しています。
10代から90代の幅広い世
代、約9万人の学生が、大
学を卒業したい、学びを楽
しみたいなど、さまざまな
目的で学んでいます。



※電話は平日の9時〜12時

(☎487・4570)

〒642・0019

海田市重根西二丁目7番地4

海田市農村婦人の家

申し込み・問い合わせ

令和2年1月14日(火)必着

申込締切

記まで郵送、もしくは電

話でお申し込みください。

申込方法 住所・氏名・電話

番号に「みそ作り参加希

望」と記入しはがきで左

記まで郵送、もしくは電

話でお申し込みください。

持ち物 エプロン(袖付の

もの)、三角巾、筆記用具

講師 生活研究グループ

定員 20人(先着順)

参加費 2,500円

場所 市民交流センター 2階和室

読み手 下津第一中学校の皆さん

●下津図書館

日時 12月15日(日) 15時〜15時30分

場所 市民交流センター 2階和室

読み手 下津第一中学校の皆さん

●児童図書館

日時 12月1日(日) 15時〜15時30分

場所 児童図書館

読み手 海南中学校の皆さん

●下津図書館

日時 12月21日(土) 14時〜15時35分

場所 市民交流センター ふれあいホール

内容 「怪盗ブルーの月泥棒」

●児童図書館

日時 12月22日(日) 13時30分〜15時

場所 市民会館2階 大ホール

内容 「名犬ラッシー」

●下津図書館

日時 12月21日(土) 14時〜15時35分

場所 市民交流センター ふれあいホール

内容 「怪盗ブルーの月泥棒」

●児童図書館

日時 12月22日(日) 13時30分〜15時

場所 市民会館2階 大ホール

内容 「名犬ラッシー」

●下津図書館

日時 12月21日(土) 14時〜15時35分

場所 市民交流センター ふれあいホール

内容 「怪盗ブルーの月泥棒」

●児童図書館

日時 12月22日(日) 13時30分〜15時

場所 市民会館2階 大ホール

内容 「名犬ラッシー」

おすすめ本の福袋

絵本・児童書の福袋を40セット用意していま
す。どんな本が入っているかはお楽しみ♪

●児童図書館

期間 12月21日(土)〜令和2年1月12日(日)

※読んだ後は返却をお願いします。

「夢ブック」読書感想文・読書感想画 コンクール作品展

「夢ブック贈呈事業」により、小学校の新1年
生に贈られた本を対象にした、読書感想文・感
想画や課題図書を展示します。

●下津図書館(マルチルーム)

期間 12月21日(土)〜令和2年1月19日(日)

冬の映画会

●下津図書館

日時 12月21日(土) 14時〜15時35分

場所 市民交流センター ふれあいホール

内容 「怪盗ブルーの月泥棒」

●児童図書館

日時 12月22日(日) 13時30分〜15時

場所 市民会館2階 大ホール

内容 「名犬ラッシー」

絵本のよみかたり会 12月14日(土)

●下津図書館

時間 14時〜14時30分

読み手 「てんとむし」の皆さん

●児童図書館

時間 15時〜15時30分

読み手 「ぐりとぐらの会」の皆さん



リサイクル・ブックフェア

●下津図書館(市民交流センター 1階展示室)

日時 12月14日(土) 13時30分〜

●児童図書館

日時 12月21日(土) 9時30分〜

※1人5冊まで。どなたでも参加できます。

※本を持ち帰る袋は各自ご持参ください。

新着図書 ～今日のイチオシ～

▶下津図書館 『線は、僕を描く』砥上 裕将/著

大学生の霜介は、水墨画の巨匠・篠田湖山と出逢った。
なぜか湖山に気に入られた彼はその場で内弟子にさ
れてしまうが、湖山の孫(干瑛)は、それに反発し…。

▶児童図書館 『ひとすじの光』ウォルター・ウィック/文・写真

「光は固体でも液体でも気体でもありません」

では、何からできているのでしょうか?

光の正体を写真と簡潔な文章で解き明かします。

館内整理日(両館共通) 12月27日(金)

年末年始臨時休館日(両館共通)

12月29日(日)〜令和2年1月3日(金)

※休館中の返却は、本・雑誌は返却ポストへ、
その他の紙芝居などは開館時にお願いします。

年末の本の貸出冊数について

年末・年始の休館により、下記期間中、両館
合わせた貸出冊数を、本のみ10冊に変更します。

期間 12月15日(日)〜28日(土)

イベント

書初会(毛筆・硬筆)

日時 令和2年

1月1日(水)・

2日(木)

9時〜16時

場所 春日神社

(大野中1056番地)

対象 小・中学生(硬筆は

幼稚園児も参加可)

参加費 無料(毛筆と硬筆、

片方の参加に限りです)

課題 自由(作品返却なし)

持ち物 【毛筆】 書道用具

(筆・硯・下敷・文鎮など)

【硬筆】 鉛筆・下敷など

※用紙・墨滴は不用

結果発表

令和2年1月10日(金)頃か

ら春日神社で掲示

展覧 令和2年1月18日(土)

26日(日) 10時〜16時

【場所】春日神社

表彰式

令和2年1月26日(日)

【毛筆】 9時30分〜

【硬筆】 11時〜

問い合わせ 春日の森書芸会

木下さん(☎483・7547)



有料広告

イベント

A・G・A・R・Aマルシェ

日時 12月1日(日)、令和2年2月2日(日) 9時～15時
※農水産物の販売は、原則10時30分まで
場所 JR海南駅西側広場
出店台数 約30台

イベント出演者募集

日時 令和2年2月2日(日) 場所 JR海南駅西側広場
募集締切日 令和2年1月17日(金)
※申込み多数の場合は抽選
申し込み・問い合わせ (一社) 海南市観光協会 (☎484・3233)



海南吹奏楽団定期演奏会

第1部は「スピリティッド・アウェイ」千と千尋の神隠しより」ほか、第2部は、「みんなが夢中になったこと」をテーマに、映画音楽やゲーム音楽のほか、小さいお子さんも踊れる企画(パプリカやブンバ・ポーン)でお楽しみください。

日時 12月15日(日)

13時30分開演(13時開場)

場所 市民交流センター
入場料 無料

問い合わせ 岡本さん (☎090・6370・4507)



海南吹奏楽団の皆さん

ボイスカウトとお餅つき

日時 12月21日(土) 10時～
場所 浄国寺(黒江933)
参加費 一家族500円 (昼食付)
申込期限 12月15日(日)
申し込み・問い合わせ 事務局 南方さん (☎482・4020)

お知らせ

ご存知ですか？
「特急くろしおがお得です！
紀勢本線をご利用ください」

海南海草老人福祉施設事務組合
入札参加資格審査申請

海南海草老人福祉施設事務組合が発注する物品の製造・販売などの入札に参加を希望する場合は、申請書と必要書類を提出してください。

有効期間 2年間
(提出年度を含む)

提出期間

12月2日(月)～令和2年1月31日(金)(休業日を除く)の間の8時30分～17時(12時～13時除く)

提出方法

持参または郵送
令和2年1月31日の消印有効
※提出書類の詳細は、左記までお問い合わせください。

※申請様式は、海南海草老人福祉施設事務組合ホームページ(<http://asuragi.nac.go.jp>)からダウンロードできます。

提出先・問い合わせ

〒640・1121
紀美野町下佐々1408番地7
海南海草老人福祉施設事務組合
(☎489・3631)

有料広告

お知らせ

海南市プレミアム付商品券

10月1日より、プレミアム付商品券を販売しています。申請書の提出、商品券の販売・使用には期限がありますので、次の項目をご確認ください。

市ホームページまたは申請書などと同封のお知らせにも記載しています。

①申請書の提出

住民税非課税の人が商品券を購入するには、12月25日(水)までに申請書の提出が必要となります。

②商品券の販売期間

販売期間は令和2年3月16日(月)までになります。

③商品券の使用期限

使用期限は令和2年3月31日(火)までになります。期限を過ぎた商品券の使用や返金はできません。必ず期限までに使用してください。

問い合わせ

①社会福祉課 (☎483・8432)
②・③プレミアム付商品券担当 (☎483・8660)

12月3日～9日は障害者週間です

障害者週間



障害者週間は、障害のある人もない人も、互いに、その人らしさを認め合いながら共に生きる社会(共生社会)の実現を目指しましょう。

▼障害者への不当な差別的取扱い禁止されています

障害者差別解消法では、役所や会社、お店などの事業者が、障害のあることを理由に、サービスの提供を拒否することや、サービスの提供にあたって場所や時間帯などを制限すること、障害のない人にはつけない条件をつけることなどが禁止されています。

(不当な差別的取扱いの例)

○障害があることを理由に、アパートを貸してもらえない。
○車いすを利用していることを理由に、飲食店などへの入店を断られる。

▼障害者への合理的配慮が求められています

障害者差別

解消法では、役所や事業者に対して、障害のある人から、社会の中にあるバリアを取り除くために何らかの対応を必要としているとの意思が伝えられたとき、負担が重すぎない範囲で対応すること(事業者については、対応に努めること)が求められています。



(合理的配慮の例)

○窓口などで聴覚障害のある人に、筆談など音声とは別の方法で伝える工夫をする。

○車いすの人が電車などの交通機関に乗る場合、手助けをする。

▼障害者虐待の防止

家族などの養護者、障害者福祉施設などの職員、勤務先の人などから虐待を受けたと思われる障害者を発見したときは、速やかに市役所に通報や相談をしてください(法令による通報義務があります)。

有料広告

※緊急に保護が必要な場合は110番、重篤な傷病がある場合は119番へ。

相談・通報窓口

●社会福祉課 (☎483・8602)
●海南市・紀美野町障害者基幹相談支援センター (休日・夜間相談窓口) (☎488・6305)

ヒアリングブースシステムを貸し出ししています



難聴の人が、会議などで音声を取りやすくするヒアリングブースシステムの装置を貸し出しています。対象 本市に住所を有する聴覚に障害がある人、またはその人が参加する会議などを主催する団体など

貸出期間

7日以内

費用

無料

その他 装置を使用するにはシステムに対応した補聴器などが必要です。

問い合わせ

社会福祉課 (☎483・8602)

相談（12月）

consult information

日…日程 時…時間 場…場所 相…相談者 ☎…電話番号

※相談はすべて無料です。

法律（弁護士）相談（予約制）		
日	10日(火)	時 13時～15時30分
場	住民センター ☎ 487 - 1839	

日	24日(火)	時 13時～16時
場	市役所5階 会議室5 C	
☎	483 - 8454（市役所受付）	
※申込は相談日の1週間前から （休日除く、9時～17時） 先着10人		

障害者相談（予約制）

身体・知的

日

11日(水)

時

9時30分～12時

場

海南保健福祉センター

日

11日(水)

時

13時30分～16時

場

下津保健福祉センター

相

療育センター A O I

☎

483 - 0454

相

障害児者相談支援事業所らん

☎

488 - 6314

精神

日

25日(水)

時

9時30分～12時

場

海南保健福祉センター

日

25日(水)

時

13時30分～16時

場

下津保健福祉センター

相

国保野上厚生総合病院

☎

489 - 2908

相

障害児者相談支援事業所らん

☎

488 - 6314

教育相談		
日	月～金（祝日などを除く）	
時	8時30分～17時	
場	市民会館	☎ 482 - 2507
日	月～金（祝日などを除く）	
時	8時30分～17時15分	
場	教育委員会	☎ 492 - 3348

健康相談	
日	24日(火)
時	14時～15時
場	住民センター
※血圧測定や検尿も無料	
健康手帳持参（お持ちの人）	
☎	483 - 8441（健康課）

子育て何でも相談（予約制）		
日	20日(金)	時 10時～15時
場	市役所1階 相談室	
相	和歌山児童家庭支援センターきずな	
☎	483 - 8430（子育て推進課）	

心配ごと相談	
日	6日(金)・13日(金)・20日(金)
時	10時～16時
場	海南保健福祉センター1階相談室1
☎	483 - 6777 (社会福祉協議会)
日	10日(火)
時	13時～16時
場	下津保健福祉センター1階 トレーニングルーム
☎	493 - 2711
(社会福祉協議会下津事業所)	
※詳細は、広報紙「かいなんし社協」をご覧ください。	

行政相談（国）		
日	13日(金)	時 10時～16時
場	海南保健福祉センター1階相談室1	
日	10日(火)	時 13時～16時
場	下津保健福祉センター	
☎	483 - 8455（市民交流課）	

海南医療センター医療相談		
日	月～金（祝日などを除く）	
時	8時30分～17時	
場	地域連携室	☎ 483 - 8785

消費生活相談	
日	月～金（祝日などを除く）
時	9時30分～16時
場	市民交流課
☎	483 - 8777
（海草地域消費生活相談窓口）	

生活支援相談		
日	月～金（祝日などを除く）	
時	8時30分～17時15分	
場	生活支援相談窓口（社会福祉課）	
☎	483 - 8432（社会福祉課）	

海南保健所各種相談

健康診断書発行・エイズ検査・肝炎ウイルス検査(以上、予約制)・検便

日 9日(月)、23日(月)

時 9時30分～10時30分(受付)

骨髄バンクドナー登録(予約制)

日 9日(月)、23日(月)

時 10時30分～11時30分

こころの健康相談(予約制)

日 11日(水)・25日(水) 時 13時30分～

医療安全相談 日 月～金 (祝日除く)

エイズ即日検査(予約制)

日 23日(月) 時 17時～19時

☎ 482 - 0600

市民相談・家庭児童相談		
日	月～金（祝日などを除く）	
時	9時～16時30分	
場	市役所1階 相談室・家庭児童相談室・母子相談室	
☎	483 - 8454（市役所受付）	

国保・年金相談（予約制）	
日	17日(火) 時 14 時～15時 30 分
場	住民センター ☎ 487 - 1839
※予約の受付は当日 11 時まで	

納期限のお知らせ 12月25日(水) 納期限までの納付を	■固定資産税	第3期	税務課収納係（☎483-8418）
	■国民健康保険税	第6期	保険年金課収納係（☎483-8435）
	■介護保険料	第6期	高齢介護課介護保険係（☎483-8761）
	■後期高齢者医療保険料	第6期	保険年金課収納係（☎483-8435）
	※納付には、便利・確実・安心な口座振替をお勧めします。		

情報ひろば

お知らせ

市議会の模様は生中継で配信しています

市議会ホームページから、パソコンやスマホなどで、市議会の映像をご覧いただけます。

12月3日(火)から一般質問（議員が市民を代表し、市の行政全般について、現在の状況や将来の方針などを質問します）が始まる予定です。議会を身近に感じていただくため、ぜひご視聴ください。本会議の日程

（一般質問）

12月3日(火)～5日(木)

（議案審議）

12月6日(金)・9日(月)

（委員長報告・質疑・討論・採決
12月19日(木)

※日程は会議の進行状況により変更となる場合があります。



議会中継
QRコード

問い合わせ 議会事務局

（☎ 483・8700）

住民基本台帳ネットワークシステムの一時停止

機器更改作業のため、住民基本台帳ネットワークシステムが一時停止します。

これに伴い、次の停止日は終日、一部の手続きを行うことができません。

停止日 12月3日(火)～6日(金)

停止業務 マイナンバーカードの交付・情報更新

（住所変更など）、住民票写しの広域交付など

問い合わせ 市民課

（☎ 483・8501）

和歌山地方法務局における戸籍事務の取り扱いの変更

令和2年1月6日(月)から、県内に住所を有する人の国籍事務（帰化許可申請・届出による国籍の取得・離脱、国籍に関する相談）は、各支局での取り扱いがなくなり、和歌山地方法務局のみの取り扱いとなります。

問い合わせ

和歌山地方法務局戸籍課

（☎ 422・5131）

消防本部より「火の用心」

①年末消防特別警戒実施

年末は、火の取扱いの不注意による火災が多く発生しています。

消防本部・消防署・消防団では、12月26日(木)～31日(火)の間、市内全域で警戒活動を実施し、火災の未然防止に努めます。

家庭・職場

での火の取扱いには十分注意し、おやすみ前に火の元の点検を再度お願いします。

②つかり火災にご用心

空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節です。

寒さが厳しくなり、暖房器具などの火を使う機会が増えます。「慣れ」や「油断」から火災を起こさぬよう、日頃から火災予防の心掛けをしましょう。

問い合わせ

①消防本部総務課

（☎ 483・8710）

②消防本部予防課

（☎ 483・8711）

一般競争入札により市有地を売却します

売却物件

海南市七山772番地43
外1筆 1795㎡

【入札実施要領の配布】

期間 12月2日(月)～27日(金)

（平日のみ）

時間 9時～17時

場所 管財情報課

（市役所4階）

【入札】

日時 令和2年1月30日(木)

場所 市役所4階会議室4 A

問い合わせ 管財情報課

（☎ 483・8411）

12月10日～16日は北朝鮮人権侵害問題啓発週間です

拉致問題は国民的課題であり、関心と認識を深めていくことが大切です。

拉致の可能性を排除できない人がいるとの認識の下、捜査・調査などを推進していきますので、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ 海南警察署

（☎ 482・0110）

有料広告

郵便局と共に地域活性化を

10月15日、市では市内の郵便局、野上郵便局及び貴志川郵便局と互いに連携することで地域の活性化と市民生活の向上を目指すため、包括連携協定を締結しました。

当初から実施する事業としては、郵便局員の方が発見した道路損傷や不法投棄、高齢者や子どもの異変などについて、市へ情報提供されます。

また、今後はより幅広い分野での連携に取り組んでいく予定です。



▲日本郵便キャラクター「ぼすくま」と一緒に宗紀北地区統括局長(右)と神出政巳市長

地域福祉懇談会を中学校区ごと(8地区)に開催 地域で安心して暮らせるように

地域における福祉課題の解決に向け、地域住民ができることは何かを話し合う地域福祉懇談会に、207名の参加がありました。

皆さんには、地域の良いところや課題などをワークショップ形式で出し合っていただき、その中から自分たちができることは何かを考えていただきました。

今回いただいたご意見は、策定中の第2次地域福祉計画・地域福祉活動計画に反映させていただきます。



▲問題解決に向け、たくさんの意見が出ました

防災フェスティバルと健康まつりを開催 防災意識と健康意識の向上に

10月20日、海南保健福祉センターにおいて、「防災フェスティバル」と「健康まつり」を開催しました。

防災フェスティバルでは消防車の展示や起震車による地震体験などが、健康まつりでは、血圧や骨密度測定による健康チェックなどが行われ、子どもからお年寄りまで多くの人でにぎわいました。



▲消防職員と一緒に消火訓練 ▲健康チェックを受ける皆さん

鈴木姓と佐藤姓の連携による復興支援 業様の協力で家庭用品を被災地へ

台風19号により、多数の浸水被害が発生した栃木県佐野市に対し、海南特産家庭用品協同組合の多くの加盟企業様から無償で提供いただいた5万点以上の家庭用品を送りました。

企業様からは「災害時はお互い様。一刻も早く復旧することを願っている。」など、それぞれ熱い思いを持ってご提供いただきました。

※本市と佐野市は、「鈴木姓」「佐藤姓」ゆかりの地として連携を確認しています。



▲皆さんの想いも被災地へ届けられました

ねんりんピック紀の国わかやま 2019 地域と世代を超えた交流の輪

11月9日から12日の日程で開催された「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」。本市では太極拳交流大会を10日、囲碁交流大会を10日と11日の2日間の日程で開催しました。

全国各地から本市を訪れた534人の選手の皆さんは、それぞれの種目で日頃の努力を発揮され、また全国各地の選手との交流を深められました。なお、太極拳交流大会では、和歌山県の「チーム陣」が優勝、「シルク・ド・WAKAYAMA」が第3位と素晴らしい成績を収められました。

また、会場にはおもてなしコーナーも設置され、来場された皆さんは、観覧のほか、さまざまなおもてなしイベントで楽しみました。

大会は各種団体、ボランティアなどの皆さんのお力添えのおかげで、無事に終わることができました。この場を借りて感謝申し上げます。



▲美しい演武に会場が魅了されました



▲おもてなしコーナーも皆さんに好評でした



▲一局一局熱戦が繰り広げられました



応募方法 1月に誕生日を迎えるお子さん(満1～3歳)の写真に、①名前(ふりがな)②生年月日③住所④連絡先を明記の上、メールでご応募ください(ただし、市内在住の人に限りです)。
宛先 企画財政課広報広聴係(kikakuzaisei@city.kainan.lg.jp) **締切日** 12月10日(火)

海南市 成人を祝う会

を開催します

市では、晴れやかなスタートを切る新成人の皆さんをお祝いするため、「成人を祝う会」を開催します。懐かしい恩師やご友人と楽しい時間をお過ごしください。



日時 令和2年1月12日(日)
受付 12時30分から
開会 13時30分
場所 海南市民交流センター
(海南市下津町下津 500 番地 1)
対象 平成11年4月2日～
平成12年4月1日生まれの方

※参加者は、案内状(11月に発送済)をお持ちください。
※市外へ転出された人は、生涯学習課(☎492-3349)まで
ご相談ください。

令和元年度 年末年始の休館について

	23日 (月)	24日 (火)	25日 (水)	26日 (木)	27日 (金)	28日 (土)	29日 (日)	～	2日 (木)	3日 (金)	4日 (土)	5日 (日)	6日 (月)	7日 (火)	
市役所・行政局・支所・出張所	○	○	○	○	○	×	休み				×	×	○	○	
医療センター(通常診療) ^{※1}	○	○	○	○	○	×					×	×	○	○	
福祉センター(海南・下津)	○	○	○	○	○	×					×	×	○	○	
下津図書館	×	○	○	○	×	○					○	○	×	○	
市民交流センター	×	○	○	○	○	○					○	○	×	○	
児童図書館	×	×	○	○	×	○					○	○	×	×	
歴史民俗資料館	×	×	○	○	○	○					○	○	×	×	
下津室内プール	○	○	×	○	○	○					○	○	○	○	
市民温水プール	×	○	○	○	○	○					○	○	×	○	
市民会館	○	○	○	○	○	○					○	○	○	○	
住民センター	○	○	○	○	○	○					○	○	×	○	○
物産観光センター	○	○	○	○	○	○					○	○	○	○	
わんぱく公園	○	○	○	○	○	○					○	○	○	○	
体育施設 ^{※2}	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
つり公園しもつピアランド	○	○	○	○	休み				○	○	○	○	○		

※1 救急受診については、別途お問い合わせください。(☎482-4521)

※2 総合体育館・市民体育館・拝待体育館・市民運動場・東部運動場・沖野々スポーツ広場・市民テニスコート・東部テニスコート・下津テニスコート・下津総合運動場・梅田ゲートボール場・丸田ゲートボール場・海南スポーツセンター

人 □/50,435人 (男23,635人 女26,800人)

(令和元年10月末日現在)

世帯数/22,262世帯

出生28人 転入70人 死亡66人 転出94人 (令和元年10月1日～31日)



市の木 サクラ



市の花 ミカン