

市報つくみ

TSUKUMI

誇りと自信に満ちたまち「津久見」
～ 笑顔と活力あふれる定住拠点 ～

2020
March

3

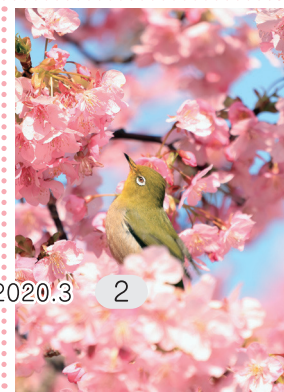
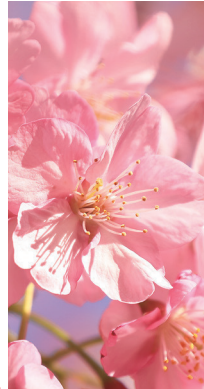
No. 879

Main contents 主な内容

- 第8回豊後水道河津桜まつり …………… 2
- 津久見榎の実少年少女合唱団
創立40周年記念演奏会 …… 3
- 第8回市内合同避難訓練 …………… 4
- トピックス …………… 22～23

第8回 豊後水道河津桜まつり

2月8日から開催されている「第8回豊後水道河津桜まつり」。今年、例年よりも早い開花となり、2月13日には津久見市観光協会から、河津桜の「満開宣言」が発表されました。また、恒例のイベントやお花見会場に加え、津久見の桜の開花を一連のストーリーとして位置づけるために、「つくみの桜」ロゴマークを作成したり、市内の飲食店でランチタイム限定のメニューを提供する「あったかおさくランチ」キャンペーンを開催したりと、「西日本一の桜観光」の実現に向けた新たな取り組みを進めるとともに、たくさんの観光客の方に津久見の桜を楽しんでもらっています。



津久見樫の実青少年少女合唱団創立40周年記念演奏会 Kashinomi Happy 40th Anniversary

STARDUST MEMORIES

～星のかけらの記憶～ in Ajirojima



2020年 3月29日(日)
津久見市民会館大ホール

《プログラム》

- 第Ⅰ部 ・合唱組曲「子馬ものがたり」より
・ 凜しうたいっぱい (かたづけチャオ、ドレミの歌 他)
第Ⅱ部 新作初演 ふるさとミュージカル「星のかけらの記憶」

昼の部 13:30 開場 14:00 開演

夜の部 18:00 開場 18:30 開演

※ 昼夜2回公演

チケット 大人 1500 円 / 子ども (高校生以下) 1000 円

※ 昼と夜のチケットは別々となっています。(全席自由)

チケット販売所 津久見市民会館 市民図書館 市公民館 甲斐楽器 (臼杵市)

主催：津久見樫の実青少年少女合唱団創立40周年記念創作ミュージカル制作発表実行委員会・津久見樫の実会・津久見市・津久見市教育委員会
後援：大分県教育委員会・臼杵市教育委員会・佐伯市教育委員会・大分合同新聞・OBS 大分放送・TOS テレビ大分・OAB 大分朝日放送
エフエム大分・NPO法人大分県芸振

お問合せ先：津久見市教育委員会 生涯学習課 ☎ 0972-82-9528

第8回 市内合同避難訓練

3月15日(日)実施!

東日本大震災から9年が経過しようとしています。津久見市では、南海トラフの巨大地震の津波を想定し、今年度も市内合同の避難訓練を実施します。訓練に参加される各区では、自主防災会と地元消防団および防災士が協力して避難訓練を行っていただきますよう、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

※避難訓練等詳細については、各自主防災会(地区)に従ってください。

※当日、この訓練に地域行事等で参加できない地区もありますので、ご注意ください。

※訓練に参加できない地区でも、防災スピーカーから市内一斉放送を行いますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

◆第8回市内合同避難訓練【3月15日(日)開催 小雨決行 ※気象警報発令時は中止】

時 間	訓 練 項 目	訓 練 内 容
8:30～ 9:00	各地区消防積載車等による事前放送	消防団積載車等で、訓練が実施されることを地区住民へ周知するための事前放送。
8:45	津久見市防災行政無線による事前放送	防災スピーカーを使用し、市内全域への訓練実施周知の事前放送。
9:00	緊急地震速報(訓練放送)	防災スピーカーを使用し、訓練警報(緊急地震速報)を一斉放送します。
9:03	大津波警報発令(訓練放送)	防災スピーカーを使用し、訓練警報(大津波警報)を一斉放送します。
9:03	緊急エリアメール配信(訓練用メール)	市内に滞在する「ドコモ・au・ソフトバンク」の携帯電話に一方的に配信され、受信すると専用の着信音が流れます。受信するための登録は不要で、受信料などは無料です。(機種によっては配信されないこともあります)登録の有無にかかわらず配信されますので、ご理解ご協力をお願いします。
9:03～ 10:00頃	避難訓練(※避難開始)	大津波警報の発表、避難指示等を受けて避難開始。自主防災会・消防団は避難誘導を行ってください。 ※訓練ですので、けが等には十分注意し、無理をしないで対応可能な範囲内で訓練に参加してください。また、避難時は赤信号での停止や横断歩道の活用など、訓練では交通ルールを遵守してください。
	避難の呼びかけ	上空から大分県防災航空隊のヘリコプター(防災ヘリ)が避難誘導を行います。指定された区の方は、防災ヘリが上空を通過時は、赤旗、黄旗のサイン旗を防災ヘリへ振ってください。※当日の天候・機体の整備次第によっては中止する場合があります。
	市災害対策本部設置	市役所は、災害対策本部を設置。
	地区災害対策本部設置	訓練参加地区(自主防災会)は、速やかに役員の招集を図り、地区災害対策本部を津波浸水区域外に設置。
9:40頃～	避難者数の確認・報告	津波避難目標地点において、訓練参加者数の確認を行い、地区災害対策本部へ報告。
9:40～ 10:00	孤立地区からの救助訓練 ・衛星携帯電話操作訓練	孤立した地区からの救助要請を受け、防災ヘリにて救助。(浦代地区) また、衛星携帯電話の操作方法を習得する。
9:45～ 10:00	避難者数の集計・報告	自主防災会は、各避難場所より避難者数の報告を受け、区内の避難者人数を集計し、市災害対策本部へ報告。
10:00～ 12:00	災害時対応展示(デモ) (青江小学校体育館、同グラウンド)	避難所での避難生活を想定し、非常用電源の展示やドローンの模擬操縦体験等(九電グループ)を実施します。
避難訓練 終了後	各地区自主的訓練	津波避難訓練終了後、各地区で企画・立案した訓練を行います。(初期消火訓練・炊出し訓練・防災備品点検・半島部においての陸間、角落し訓練等)

●問い合わせ先 / 総務課 防災・地域コミュニティ班 ☎82-4111(内線246)



夢(ゆめ)ちゃん



環境ひろば

No.98



燃(ねん)くん

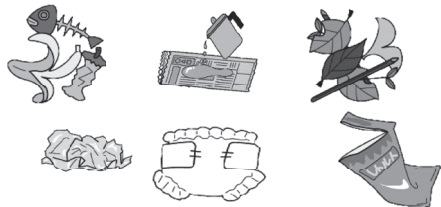
令和2年4月1日から

プラスチック・ペットボトル類の分別収集を始めます

毎日出されているごみの中には、分別することで再資源化ができるプラスチック・ペットボトル類が多く含まれています。津久見市では、令和2年4月1日から、指定ごみ袋で出されているプラスチック・ペットボトル類やうばめ園資源収集に出せない紙類を分別収集することで、ごみ処理経費の軽減につなげたいと考え、以下の方法で分別収集することにしました。ご協力をお願いいたします。

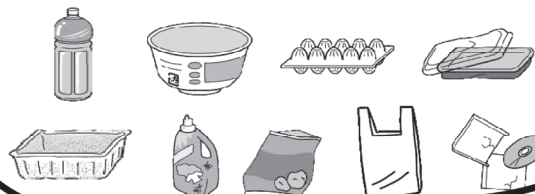
指定ごみ袋に入れるもの

- 生ごみ(調理くず など)
- 食用油(天ぷら油 など)
- 落ち葉・草花
- リサイクルできない紙類(汚れた紙、紙おむつ など)
- 汚れた資源ごみ(レトルト食品の容器類 など) など



透明袋に入れるもの

- ペットボトル(キャップも含む)
 - プラスチック製品
 - ・インスタントラーメンの容器
 - ・たまごパック
 - ・食品トレー
 - ・洗剤等の容器
 - ・お菓子の袋
 - ・CD
 - ・ボウル など
 - うばめ園資源収集に出せない紙類
 - ・写真、紙コップ など
- ※プラ・ペット類については残留物を取除き、洗って乾かす



分別されたプラスチック・ペットボトル類の収集日・集積所

■収集日■

- ・月曜日 警固屋区、入船区、川上区、青江区、川内区、畑区
- ・火曜日 岩屋区(高洲町は除く)、彦ノ内区、中田区、西ノ内区、宮本町・上宮本町
- ・木曜日 徳浦区、堅浦区、長目区、千怒区
- ・金曜日 日代地区、四浦地区、中央町・高洲町

■集積所■

- ・地区の不燃ごみ集積所

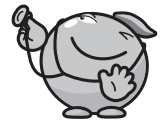
「第2次一般廃棄物処理基本計画」を策定

令和2年1月に、「第2次一般廃棄物処理基本計画」を策定しました。



津久見市廃棄物減量等推進審議会会長の成松親善氏から川野市長への審議会答申

●問い合わせ先 / ドリームフューエルセンター 環境保全課 ☎82-1560 ☎82-9513



◆子ども医療費助成(新小学1年生)の申請はお済みですか?◆

現在お持ちの『未就学児用受給資格者証』は、令和2年3月31日までの期限となっているため、4月1日受診分から『小・中学生用の受給資格者証』が必要となります。

まだ手続きがお済みでない方は、切換えの申請を受け付けていますので、下記の必要なものをお持ちいただき手続きしてください。

※申請のあった方には、『受給資格者証』を順次郵送いたします。

【必要なもの】

- ①保護者のマイナンバーカード
※通知書の場合は、申請者本人確認のため、運転免許証等(顔写真つき)が必要です。
- ②印鑑(シャチハタ不可)
- ③対象児の保険証

◆3月1日～8日は「女性の健康週間」◆

厚生労働省では、毎年3月1日から3月8日までを「女性の健康週間」と定め、女性の健康づくりを国民運動として展開しています。

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすためには、生活の場(家庭、地域、職域、学校)を通じて、女性の様々な健康問題を社会全体で総合的に支援することが重要です。

女性の健康を包括的に支援するため、厚生労働科学研究費補助金により研究班が作成し、情報発信を行っています。



◆不要入れ歯リサイクルご協力のお願い◆

津久見市では、不要入れ歯リサイクル活動として、市内2か所に不要入れ歯回収ボックスを設置しています。

リサイクル活動による収益は、ユニセフを通じて世界の子どもたちへの支援に使われていきます。また、収益の一部は、津久見市社会福祉協議会の活動資金として役立てられます。

不要になった入れ歯等をお持ちの方は、ぜひ回収へのご協力をお願いいたします。

▼設置場所 …………… 津久見市役所・津久見市社会福祉協議会

▼リサイクルをお願いするもの … 不要になった入れ歯
(歯にかぶせた金属・歯に詰めた金属・歯と歯をつないだ金属)

◆乳幼児健診日程◆

	日付・受付時間	会場	対象
4か月児健診	3月5日(木) 13:15~13:30	市民会館	2019年(令和元年) 10月生まれ
10か月児健診	3月5日(木) 13:30~13:45	市民会館	2019年(令和元年) 5月生まれ
3歳6か月児健診	3月12日(木) 13:15~13:30	市民会館	2016年(平成28年) 8月、9月生まれ

※ 子どもの体調の悪い場合は延期しましょう。

※ 母子健康手帳を忘れずに。

※ 健診案内時に同封している問診票を事前に記入してお持ちください。



◆令和2年度特定健診(健康診査)について◆

国民健康保険加入の方

津久見市健康推進課 82-4147

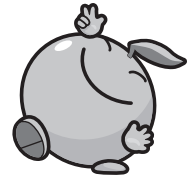
「令和2年度特定健診(健康診査)・がん検診に関する受診希望調査票」を郵送します。

対象者 国民健康保険加入者で、19～74歳の方全員

発送日 3月13日(金)

返信期限 **4月3日(金)** 同封の返信用封筒にて返信してください。

◆日程や受診方法等についても、受診調査票に記載しています。



大分県後期高齢者医療加入の方

大分県後期高齢者医療広域連合 097-534-1771

対象者 大分県後期高齢者医療の被保険者の方

※かかりつけのお医者さんで生活習慣病の診療等を受けている方、同年度中に健康診査またはそれに相当する健康診査を受診された方は、必ずしも受診する必要はありません。

日程・場所 令和2年度4月に発行される「健康カレンダー」をご参照ください。

持参するもの ①保険証

②健康診査受診券(青色のはがき)

※広域連合から5月下旬までに送付されます。

費用 健康診査にかかる費用は年1回のみ無料です。

◇健康コラム ～①あなたのエネルギーの目安と、②主食の量～ ◇

←活動強度→

①	身長 cm	標準体重 kg	低い 25kcal	普通 30kcal	高い 35kcal
	145	46.3	1,150	1,400	1,700
	150	49.5	1,200	1,500	1,730
	155	52.9	1,300	1,600	1,800
	160	56.3	1,400	1,700	2,000
	165	59.9	1,500	1,800	2,100
	170	63.6	1,600	1,900	2,200
	175	67.4	1,700	2,000	2,300
	180	71.3	1,800	2,100	2,500

身長と、活動強度(低い～高い)に当てはまるところにある数字が、1日に必要なエネルギーの目安です。

【活動強度の目安】

低い…歩行は1日1時間程度。軽作業やデスクワーク中心。

普通…歩行は1日2時間程度。立ち仕事中心。

高い…重い肉体労働が1日に1時間以上。(農業、漁業、建設業等)

②	エネルギー量	ごはん1食 (kcal)	パン1食 (kcal)
	1,200kcal	100g (168kcal)	6枚切り 1枚 (168kcal)
	1,400kcal	125g (210kcal)	5枚切り 1枚 (200kcal)
	1,600kcal	150g (252kcal)	6枚切り 1枚半 (252kcal)
	1,800kcal	175g (294kcal)	5枚切り 1枚半 (300kcal)
	2,000kcal	200g (336kcal)	6枚切り 2枚 (336kcal)

1日に必要なエネルギー量がわかったら、次はエネルギーのおよそ半分を占める主食の量を確認しましょう!

ごはんのめやす

- 100g=コンビニおにぎり1個分
- 150g=普通茶碗軽く1杯
- 250g=外食の定食や丼



エネルギーは食品などを選ぶものさしにはなりますが、それがすべてではありません。大事なのは**体重コントロール!!** 体重はこまめに計りましょう。



●申込・問い合わせ先 / 健康推進課 ☎82-9523

こどもの病気対策法¹³⁸

—新型コロナウイルス感染症—

大分大学客員教授 是松聖悟

2019年12月以降、中国湖北省武漢市から新型コロナウイルス感染症の患者が急増し世界に広がっており、心配されていることだと思います。

コロナウイルスは以前より日本でも確認されています。医療機関で検査する迅速診断キットはないので馴染みはなかったと思われますが、風邪の一因です。ほとんどのヒトが何度か感染しているはずです。

しかしこれまで種を超えた感染の大流行で世界を震撼させてきました。それは2002-2003年に中国から世界に広がった重症急性呼吸器症候群(SARS)コロナウイルス感染症(コウモリ)のコロナウイルスがヒトに感染したと、2012年にサウジアラビアで発見された2015年には韓国でも流行した中東呼吸器症候群(MERS)感染症(ヒトコブラクダ)のコロナウイルスがヒトに感染した)です。

今回の新型コロナウイルス

感染症がどのようなものか、まだ十分にわかってはいませんが、これまでの情報からおそらく飛沫感染と接触感染で感染するものであろうことが示唆されています。治療薬、ワクチンはおろか、医療機関での検査手段もありません(病院を受診しても診断できません)が、標準的な感染症対策で予防可能であることが示唆されています。

咳、くしゃみで感染するため、これらの症状がある場合はマスクをしてヒトに感染させないようにしてください。自分自身は風邪ですんでも、感染させた家族や他人が肺炎になることもあります。また、予防には手洗い、うがい、アルコール消毒が有効です。ウイルスを保菌しているがら無症状のヒトもいます。ウイルスが付着した手で触れた物を介しての接触感染もありえますので、多数が触るスイッチ、ドアノブ、手すりなども消毒することを励行してください。

新型コロナウイルス感染症の5つのポイント

- ・ 治療薬、ワクチン、医療機関での検査手段はない。
- ・ 咳、くしゃみで感染することが示唆されている。
- ・ ウイルスが付着した手で触れた物を介しての接触感染もありえる。
- ・ 手洗い、うがい、アルコール消毒などをすべき。
- ・ 多数が触るスイッチ、ドアノブ、手すりなども消毒することを励行する。





子育て応援だより No.201



★社会福祉課 子育て支援班★

津久見市地域子育て支援センター

じゃん・けん・ぽん

3月の
主な
イベント

- 3月 2日(月) 自由遊び
- 3月 3日(火) ひな祭り会
- 3月 4日(水) おもちゃで遊ぼう
- 3月 5日(木) 電車で出かけよう(要予約) ☆12組限定
- 3月 6日(金) 戸外遊び
- 3月 9日(月) からだを動かそう
- 3月10日(火) リトミック教室 講師 山崎 麻衣先生
- 3月11日(水) 身体測定
- 3月12日(木) 誕生会
- 3月13日(金) 自由遊び
- 3月16日(月) あかちゃん&プレママデー
- 3月17日(火) 思い出製作(要予約) 人数制限なし
- 3月18日(水) 自由遊び
- 3月19日(木) リズム遊び
- 3月23日(月) 戸外遊び
- 3月24日(火) 避難訓練
- 3月25日(水) 自由遊び
- 3月26日(木) ティータイム(予約あり・託児あり)
- 3月27日(金) 粘土遊び

※5日は上浦の児童館に電車遊びに行きます。お弁当を持って出かけましょう。☆切符代がかかります。予約締切は3日です。

※10日のリトミック教室は10時45分までにお集まりください。なお、兄弟児の託児はいたしておりません。

※16日は1歳未満のお子さんと保護者の方が対象です。(1日中)兄弟児の託児はいたしておりません。

※17日の思い出製作の予約締切は10日です。

※30日、31日は新年度準備のため、お休みさせていただきます。ご了承ください。

※活動内容は変更する場合があります。ご了承ください。ご不明な点があればお問い合わせください。

●問い合わせ先 子育て支援センター ☎83-5560

3月の児童館活動

なのはな児童館(地蔵町) ☎82-7287

やまびこクラブ

子どもお花教室

生け花を通して、花を生ける楽しさを感じてもらい、子どもの想像力や集中力を養成します。

日時 3月10日(火) 16時～

※利用料500円(花代)

※定員になり次第締め切らせていただきます。

子ども空手教室

楽しく空手をしながら心と体を鍛えましょう。

日時 3月25日(水) 16時～

指導者 新国際空手道連盟 芦原会館

※参加費は無料です。動きやすい服装でお越しください。

ベビータッチケア教室

講師の指導のもと、お母さん方が自分のお子さんをマッサージをします。

日時 3月5日(木) 10:30～12:00

準備物 バスタオル、飲み物(お茶、ミルク等)

※利用料1,500円(オイル・おやつ代)

※赤ちゃんの体調不良によるキャンセル料は発生しません。予防接種の当日、翌日は避けてください。



図書館ボランティア

“たんぽぽ”



絵本の読み聞かせ・紙芝居・パネルシアターなどみんなで楽しく遊ぼう!

●日時 3月14日(土) 14時～
3月28日(土) 14時～

●場所 市民図書館2階会議室

●問い合わせ先 市民図書館 ☎85-0080



なのはな児童館



■開所日 月曜日～土曜日(祝日は除く)

■場所 津久見市地蔵町4-10

■利用時間 9:00～17:00

■費用 児童館の利用は無料ですが、施設にかかった費用など徴収する場合があります。(調理室を使用する時に別途徴収があります。)

※広いホールがあり、おもちゃ、遊具、絵本と充実しています。園庭も広く、ブランコ、滑り台等の遊具もあります。

<問い合わせ> なのはな児童館 津久見市地蔵町4-10 ☎82-7287



福祉情報

3月手話通訳者設置日

市役所社会福祉課に手話通訳者を設置しています。

▼3月の設置日

9日(月)・16日(月)・23日(月)
30日(月)

▼設置時間 8時30分～12時
13時～16時30分

※プライバシーの保護には細心の注意を払っています。

▼問い合わせ先

社会福祉課 障がい支援班

☎82・9519

ヨガ教室

▼日時 3月18日(水) 10時～

▼料金 無料

※動きやすい服装でお越しください。

※ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。

※定員になり次第締切らせていただきます。

▼場所・申込・問い合わせ先
地域活動支援センター

ばれっと ☎83・5324

「心の病」家族相談の開催

▼日時 3月21日(土)

10時～12時

▼開催場所

津久見市地蔵町白津あけぼの会

(障害者福祉サービス事業所
ジョイントリー内)

▼問い合わせ先

☎82・8442 神田

心の健康相談

▼内容 精神保健・福祉・医療

に関する相談(心の相談、精神疾患の医療・日常生活・社会復帰に関する事、認知症、アルコール・薬物依存、ひきこもり、思春期問題等に関する事)

▼相談日 3月19日(木)

▼相談担当者 専門医

▼相談場所 中部保健所

※要予約。面接相談です。

予約は前日の午前中までにお願いたします。

▼問い合わせ先

中部保健所 ☎62・9171

手話講習会(入門基礎課程)

手話に興味のある方お待ちしております!

●期 間 / 令和2年4月8日～令和3年3月31日
(毎週水曜日 47講座)

●場 所 / 津久見市公民館 1階研修室ほか

●時 間 / 19時～21時

●テキスト代 / 7,100円

●申込締切 / 3月27日(金)

●申込・問い合わせ先 /

津久見市社会福祉協議会
津久見市社会福祉課

☎82-5000

☎82-9519



安心お守りキットに登録しませんか!

「安心お守りキット」とは障がいのある方や65歳以上の高齢者などが、病気やケガ等の緊急の場合に、ご自身の生命や身体にかかわる情報を支援者にいち早く医療機関などに伝えるためにあらかじめ備えるものです。

ご自身の状態や緊急連絡先、かかりつけ医等を記入した紙をプラスチック製の容器に入れて冷蔵庫に保管することをルールとしています。

申請により、登録された情報などを「市役所」「社会福祉協議会」「消防署」「区長」「民生委員児童委員」等で共有することで、緊急時に迅速かつ的確な支援・救援を行うことが可能となります。



●登録申請・問い合わせ先 / 長寿支援課

☎82-9533

長寿支援課 津久見港出張所

☎82-5666

社会福祉課

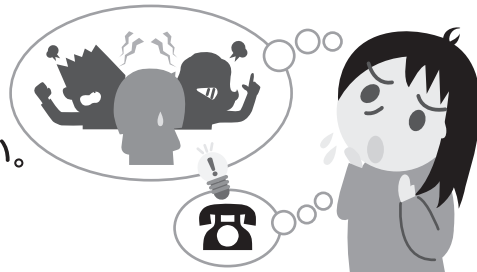
☎82-9519

障がい者を虐待から守りましょう

虐待は障がい者の尊厳をおびやかし、自立や社会参加をさまたげます。虐待は絶対あってはならないことですが、虐待と気づかないまま起きているおそれもあります。虐待を防ぐためには、一人ひとりがこの問題を認識して、小さな兆候を見逃さずに早期に発見することが大切です。

虐待の疑いがあると思われた場合には、

障がい者虐待防止センターへ通報してください。



障がい者の虐待は……

- 虐待をしている人に、虐待している認識がない場合があります。
- 虐待を受けている人が虐待だと認識できなくて、被害を訴えられない場合があります。

障がい者虐待は3種類に分かれます

障害者虐待防止法では、虐待を以下の3種類に分けています。

○養護者による障がい者虐待

障がい者の家族や同居する人による虐待のことです。

○障害者福祉施設従事者などによる障がい者虐待

障害者福祉施設や障害福祉サービス事業所で働いている職員による虐待のことです。

○雇い主による障がい者虐待

障がい者を雇っている事業主などによる虐待のことです。

●問い合わせ先 / 津久見市障がい者虐待防止センター(社会福祉課内)

☎82-9519

☎82-7666

E-mail:tsu-fukushi@city.tsukumi.lg.jp

FAX82-9466

公民館は
集い、学び、結ぶところ
地域力を高めます

公民館だより

No.98
津久見市公民館
☎82-2469
FAX82-7410

3月の休館日／9日(月)・20日(祝)・23日(月)

今年度の公民館まつりは、 中止とします。

3月7日(土)・8日(日)に予定していましたが「公民館まつり」は、新型コロナウイルスの感染予防対策の関係から中止となりました。

市民の方々および関係者の皆様には、大変ご迷惑をおかけして申し訳ありません。

なお、公民館主催の各教室も3月中はお休みしますので、ご理解のほどよろしくお願ひします。

◎3月の津愛大学

修了式
学習会



※3月18日(水)に予定していましたが津愛大学の修了式および講演会は中止となりました。ご理解のほどよろしくお願ひします。

☆☆ 新年度大学生を募集 ☆☆

※津愛大学では、来年度も楽しく魅力ある学習会を予定しております。

○市内に居住、お勤めの60歳以上の方なら誰でも参加できます。

○会費は年間1,000円です。
※参加をお待ちしております。

… 申込み・詳しくは公民館 (☎82-2469) まで …

津愛大学
大学生募集

