

2026

10

令和8年  
No.1012

広報

ますだ

## 清流高津川 いかだ流し

清流高津川を舞台に、手作りのいかだがのんびり川下り。  
笑顔と歓声があふれる、夏の風物詩です。



益田市公式ウェブサイト



益田市公式 SNS でも市からのお知らせなどをお伝えしています



LINE



YouTube



X (エックス)



Instagram

# 益田市立 雪舟の郷記念館

Sesshu Memorial Museum

## 2026.10.3(Sat) Renewal Open



第1  
展示室

益田市立雪舟の郷記念館リニューアルオープン記念特別展開催！！

令和8年10月3日（土）～11月30日（月）

## 寧波と益田ーもう一つの海のシルクロードー

益田市が友好都市提携を結ぶ中国・寧波市は、古くから国際貿易都市として栄え、明代には日本船の入港地に指定されていました。勘合を有する遣明船はこの港を目指して渡航し、多くの舶来品を日本にもたらしました。

日本海に面し天然の良港を有する益田も、豊富な材木や鉱物資源を背景に日本海交易の拠点として発展し、寧波を経て多くの物資がもたらされたと考えられています。

こうした交流の中で、文化を求めて海を渡った人物が画僧・雪舟等楊です。雪舟は応仁元年（1467）に遣明船で寧波へ渡り、中国各地で名品に学びました。帰国後、益田もその創作活動の重要な拠点の一つとなり、益田氏が所持した『益田兼堯像』（益田市立雪舟の郷記念館蔵）や『四季花鳥図屏風』（京都国立博物館蔵）、萬福寺・医光寺に伝わる庭園などにその足跡が残されています。

本展では、交易と文化を通じて海を越えて結ばれていた寧波と益田の関係を、出土品や美術作品から紹介します。それは東へと延びるもう一つの「海のシルクロード」を探る試みでもあります。



重要文化財  
雪舟等楊／竹心周鼎賛  
『益田兼堯像』  
益田市立雪舟の郷記念館蔵  
【前期展示】



重要文化財  
雲谷等與／天祐紹杲賛  
『雪舟等楊像』  
山口県立美術館蔵  
【前期展示】



重要文化財  
雲谷等益／玉宗瑠賛  
『雪舟等楊像』  
山口市・常栄寺蔵  
（山口県立美術館寄託）  
【後期展示】



益田市指定文化財  
『華南三彩貼花文五耳壺』  
益田市・萬福寺蔵



益田市指定文化財  
高村光雲  
『雪舟禪師像』  
益田市立雪舟の郷記念館蔵

前期:10月3日（土）～10月31日（土）

後期:11月1日（日）～11月30日（月）

※一部展示替えがあります。

## 寧波市と益田市の交流 ～雪舟がつないだ、海を越える友情～



雪舟ゆかりの歴史を礎に、平成3年10月20日、友好交流議定書を締結した寧波市と益田市。以来、文化・スポーツ・農業・経済など、さまざまな分野で交流を重ねてきました。友好交流議定書締結35周年を記念し、これまでの交流の中で寧波市から益田市へ贈られた記念品などを、雪舟の郷記念館と歴史文化交流館「れきしーな」展示ルームで公開します。



「景德鎮花器一对」  
高さはなんと157cm！  
5周年の記念品。



### ▲「寧波府図」(唐土勝景画稿)

雪舟筆唐山勝景画稿(原本雪舟、江戸時代の模写)の寧波府部分。平成16年、寧波市から贈られた正絹織物。  
※歴史文化交流館「れきしーな」展示ルームで公開



### ▼楊雪峰「古代貿易船の模型」

明の時代の貿易船。上海交通大学の研究成果に基づき制作されたもの。30周年の記念品。

同時開催

## 水墨の精華—受け継がれる水墨の美—



市立雪舟の郷記念館のリニューアルオープンを記念し、現代を代表する水墨画家の作品を紹介します。雪舟から受け継がれた日本独自の水墨画は、現代においても新たな表現へと広がり続けています。伝統と革新が織りなす、水墨画の豊かな世界をぜひご覧ください。

現代水墨画家7名から寄贈された作品を初公開▶

荒井 克典  
岡原 鬨鶴  
小林 東雲  
新田 芳道  
中村 紫苑  
濱中 応彦  
藤原六間堂

(敬称略・五十音順)



小林東雲『白鷹図』



岡原鬨鶴『雪舟渡明図』



新田芳道『soko ni wa』

会場：市立雪舟の郷記念館

開館時間：9:00～17:00(入館は16:30まで)

休館日：毎週火曜日[ただし11/3(火・祝)は開館]、11/4(水)

入館料：一般500円(400円) / 小中高150円(120円)

※( )内は20名以上団体料金および各種割引料金

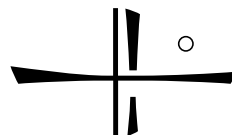
※電子決済が利用できます

★1枚のチケットで2つの展覧会を観覧できます！

最新の情報はこちら！

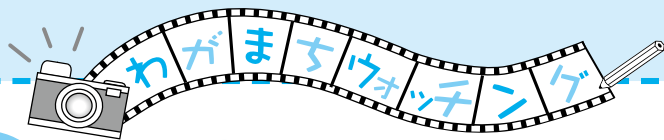


雪舟の郷記念館 Instagram



益田市立 雪舟の郷記念館

Sesshu Memorial Museum



6/27



世代を超えて集い、学び、支え合うことができる  
地域の新たな拠点です

### 豊川拠点整備事業が完了

豊川公民館、放課後児童クラブ、豊川小学校の家庭  
科室、消防団倉庫、豊川保育園の5つの施設を一体  
的に整備した豊川拠点整備事業の完了を記念し、竣  
工式および祝賀会が開催されました。当日は地域住  
民や関係者約250名が参加し、施設を見学するなど、  
地域の新たな拠点の完成をみんなで喜びました。

### 益田市立図書館へ 書籍を寄贈いただきました

公益社団法人益田法人会様から市立図書館へ児童  
向け図書15冊を寄贈いただきました。寄贈は平成  
22年度から現在まで続いており、今回で合計759  
冊になりました。図書館貸出カウンターの前に寄贈  
本のコーナーを設置していますので、ぜひ手に取っ  
てみてください。

7/22



調べ学習などにお役立てください

### 匹見と美都をグッと身近に！「ヒキミトコーナー」 番外編

まちづくりコーディネーターとして活躍する石橋留美子さんの素顔を  
美都地域総務課が紹介します。



#### 自らがつくり、指針としてきた言葉 “人と人をむすぶ お結びさん”

石橋さんは、平成20年度に市が委託する「まちづくりコーディネーター」として匹見地域で活動を開始し、令和2年度からは美都地域にも活動範囲を拡大。地域の情報発信や関係人口・交流人口の拡大、地域活性化対策など多岐にわたって活躍されています。相談ごとがあれば現地へ駆けつけ、企画や取材、各団体との調整などを通じて人と人をむすぶ、それが石橋さんのスタイルです。

関係人口の拡大では、ゆず収穫体験の企画立案を行うことで、地域団体と県外の方々をマッチングしたり、大学からの要請を受け、調査研究先として美都地域の方々と大学生をむすびつけました。人と人をむすび、化学反応が起きていることが石橋さんのやりがいになっています。



美濃商工会青年部員を取材する石橋さん(右)

情報発信では、石橋さんの熱意で放送開始に辿り着いた、ひとまるビジョン新コーナー「地域の宝 美濃商工会青年部」があります。青年部員の地域への熱い思いと頑張り、地元の方々は「地域の宝」として期待していることもあり、その姿を多くの方に知ってほしいと美濃商工会とひとまるビジョンに企画提案し、放送が決定しました。

石橋さんは、「人と人をむすぶ お結びさん」として、美都地域と匹見地域に笑顔と交流の輪を広げ続けています。

掲載記事は  
こちら▼



検索してみよう

ヒキミトコーナー

【問い合わせ先】市地域振興課 ☎ 31-0600

# 地域の輪が、 子どもたちの 未来をひらいていく

## ひとが育ち 輝くまち 益田

— 益田市のひとづくり — Vol.4

この連載では、「ひとが育ち 輝くまち 益田」の実現に向けて、ひとづくりの取組や、そこで育まれるひとの成長や変化を紹介します。

### — ふるさと・ひとつなぎ コーディネーター —

学校と地域をつなぎ、子どもたちの学びや体験をサポートする「ふるさと・ひとつなぎコーディネーター」。

益田市で活動する6人のコーディネーターを3カ月連続で紹介します。

#### 子どもたちの声



「川で高い所からの飛び込みにチャレンジできてうれしかった。」  
「地域の人から野菜をもらえて美味しいカレーや豚汁ができた。」  
「はじめて本格的なお茶を体験できて、益田の歴史に触れることもできて良かった。」  
「昆虫探しや朝ごはんづくりなど、普段できないことを地域の人とできて楽しかった。」

#### 地区出身者の声



「匹見が大好きなので、進学で離れた後でも、関わる機会があるのは嬉しいです。」  
「益田地区を離れた後も地域と関わる機会があればと思っていたので、そんな時間があるのが嬉しい。」

#### まとめ

子どもたちは地域の中で、地域の大人からたくさんのことを学びます。子どもたちがさまざまな大人と出会い、多様な価値観に触れる「ライフキャリア教育」をこれからも大切にしていきます。



匹見峡レストパークでの川遊び



夏休みの昆虫探し



ご飯作りの後は輪になって振り返り



萬福寺でのお茶体験

#### 匹見地区担当

森本 貴満 さん



のびのび自由に遊ぶなかで主体的に生きる力を。

匹見の皆さんのあたたかい関わりを土台に、子どもたちがやりたいことを遊びの中でたっぷりできる場を作っていきます。

#### ★印象に残っている活動

ご飯作りで野菜切り、火おこしなど自主的に動ける子どもたちですが、「自由時間が欲しい」という声もあり、もっと自由に遊べる時間も作りたいと思いました。

#### ★地域の人の声

「子どもたちに関われるのは嬉しいし元気が出る。」  
「子どもが名前を呼んでくれて頼ってくれてとても嬉しかった。」

#### 益田地区担当

伊藤 大河 さん



たくさんの人の「やりたい！」で溢れた街に！

地域の人の「やりたい！」を実現するために、大人と子ども、地域と学校の新たなつながりを作ります！

#### ★印象に残っている活動

夏休みは地域の大人と子どもで昆虫探し。「どうすれば見つかるだろうか？」と大人と子どもが一緒になって、本気で頭を悩ませる姿が印象的でした！

#### ★地域の人の声

「子どもたちと楽しい活動をたくさん作りたい。」  
「大人同士の新たなつながりを作りたい。」

皆さんの声をお聞かせください！



連載をより良くしていくために、ご意見・ご感想をお寄せください。



【問い合わせ先】市秘書広報課 ☎ 31-0112 / 市ひとづくり推進課 ☎ 31-0622



# リサイクルプラザ通信

第280号

## ～秋の「エコリス・フェア」のお知らせ～

日時：10月25日(日) 9:00～13:00

- ★家具抽選会：申込締切 10月25日(日) 12:00 抽選開始 10月25日(日) 12:30
- ★花の寄せ植え教室：10:00 スタート 参加費 500 円  
※事前の申込みが必要です。(定員になり次第締切)
- ★リユースコーナー：プラスチックの衣装ケース、おもちゃなどまだ使える物を無償でお譲りします。
- ★衣類回収：破れ、汚れがなく、洗濯済みのものに限りです。(男女共スーツはご遠慮ください)  
※ 10月24日(土)・25日(日)の2日間のみ受付けます。
- ★リユース古本市：9:00～13:00 汚れ、破れ等のない書籍をお持ちください。  
※古書、雑誌、全集はご遠慮ください。
- ★フリーマーケット：新鮮野菜市、木工品、雑貨など ※マイバッグ持参でお越しください。
- ★地産地消抽選会：地元益田の何かが当たる抽選会(家具抽選会終了後)

## 10月の体験教室

|          |                         |                            |
|----------|-------------------------|----------------------------|
| 4日(日)    | 多肉植物寄せ植え教室              | 13:00～15:00                |
| 9日(金)    | 着物でワイドパンツ作り             | 13:00～16:00                |
| 10日(土)   | ぞうり作り                   | 10:00～15:00                |
| 11日(日)   | 帯でスマホポーチ作り              | 13:00～16:00                |
| 12日(月・祝) | ソーイング教室                 | 13:00～16:00                |
| 17日(土)   | ソーイング教室                 | 13:00～16:00                |
| 18日(日)   | ガラスでアクセサリー作り<br>サンドブラスト | 10:00～11:30<br>13:00～15:00 |

※教室への申込みは事前に電話または FAX でお願ひします。  
※平日に対応できる教室もありますのでお気軽に問い合わせください。

※リサイクルプラザでは施設見学者を募集しています。自治会、サークル等の団体や個人でも受付可能です。1 時間程度でごみの分別作業や埋立処理場を見学できます。各地域や家庭でのごみの分別推進に役立ちますので、電話または FAX で申込みください。

【問い合わせ先】市リサイクルプラザ啓発棟(休館日：火曜日)下波田町 490 番地

☎ 26-7474 ☎ 26-7475 ✉ plaza-kei@maro-v.jp

ホームページ▶



## 令和8年度 宝くじコミュニティ助成事業

### 安田地区連合自治会

### コミュニティ活動備品としてテント・会議用テーブルを整備

安田地区連合自治会では、宝くじコミュニティ助成事業を活用し、テントと会議用テーブルを整備しました。

新しく整備された備品は地区イベントや日々の地域活動に活用され、地区住民の参加や交流がこれまで以上に活発になることが期待されます。



※(一財)自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報として、宝くじの受託事業収入を財源とし、コミュニティ活動の助成事業を実施しています。

【問い合わせ先】市地域振興課 ☎ 31-0600



## 移住・定住希望者へのサポートを行なっています

市では、移住・定住の促進を目的に、新たな「移住・定住」推進プロジェクト事業を実施しています。

この事業では、移住・定住に関心のある方々のうち、若者世代をはじめとした新たなライフステージを検討されている方々に、多様なライフキャリアを実現できる益田市の暮らしの魅力を体感していただくため、短期お試し移住体験やいわみ暮らし留学事業、移住者交流イベントを実施しています。

また、関係人口や移住検討者の相談窓口も開設しています。

### 【相談窓口を開設しています】

市外・県外にお住まいのご親戚やご友人で、益田市への移住をお考えの方がおられましたら、ぜひご紹介ください。

市公式  
ウェブサイト▶



相談予約は  
こちら▶



先輩移住者のリアルな声が聞ける

### 関係人口・移住検討者の相談窓口を開設しました！

**対象** 益田市外在住で、益田市への移住や関係人口としての活動を考えている方

**相談お申し込みは3ステップ！**

- 相談窓口用の公式LINEに登録
- 以下の内容を送付
  - ・お名前(フルネーム)
  - ・相談内容
  - ・相談形式(来館/オンライン)
  - ・相談日時(希望)
- 職員が日程を調整して、相談日をお知らせします

※相談は1件限りとさせていただきます

相談を受けるのは…

一般社団法人益田まちづくりセンター（公益財団）

益田まちづくりセンターは、益田市へ移住したメンバーが多く在籍する、地域づくりや移住定住支援を行っている団体です。益田暮らしのリアルをお伝えし、具体的な活動や移住の準備の相談にも対応します。移住を検討している方、関係人口として活動したい方、ぜひ私たちとお話しませんか？

実際に相談に対応する先輩移住者の例

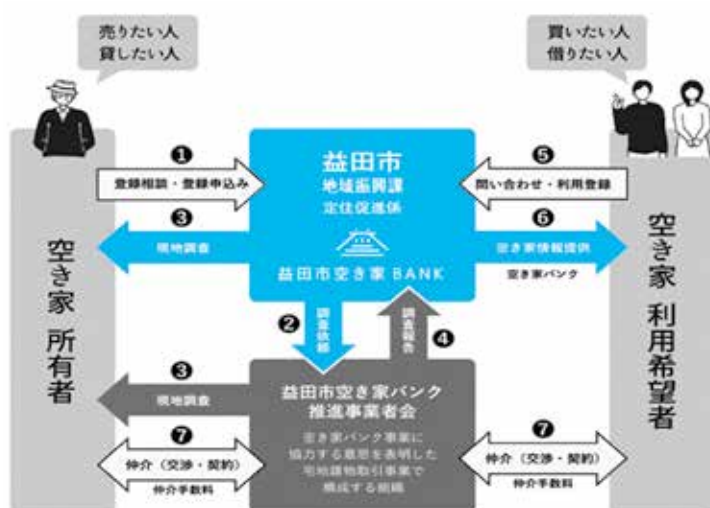
（左） 益田市地域振興課 （中） 一般社団法人益田まちづくりセンター（公益財団）  
（右） 一般社団法人益田まちづくりセンター（公益財団）  
TEL: 0192-22-7121 FAX: 0192-22-7122 E: kankou@machizukuri.or.jp（受付 月曜）

暮らし・移住・定住に関するウェブサイト



## 益田市空き家 BANK

市では、市内の空き家の情報をUIターン希望者等に提供する「空き家バンク制度」を実施しています。空き家バンク制度を通して、UIターンの促進や地域の活性化を目指しています。賃貸または売買可能な物件をお持ちの方は地域振興課までご相談ください。



### 登録に係る補助金等

- ①登録物件に対する固定資産税額に相当する額の奨励金  
… 千円未満切り捨て（上限3万円）
- ②空き家内に残る家財道具等の処理費用に対する補助金  
… 対象経費の1/3（上限3万円）



【登録中の物件】



空き家バンク制度はこちら▲  
(市公式ウェブサイト)



空き家物件情報ははこちら▲  
(空き家バンクナビ)

### 登録できない物件

- 土砂災害特別警戒区域(通称:レッドゾーン)内にある物件
  - 現在、雨漏り・シロアリの被害がある物件
  - 家に向かう接道がない物件または接道が他人名義の物件（公道を除く）
- ※その他、物件調査の結果、物件の状態などにより登録できない場合があります。



## もっと楽しく もっと元気に！ けやきの会

# 大人の寺子屋 第8期 けやき学園 参加者募集

特定非営利活動法人 NPO-MASUDA はこの度、一般団体「けやきの会」と改名しましたが、事業はこれまでと同様に実施します。今年度も「生きがいづくり・仲間づくり・健康づくり」をめざした「けやき学園」の講座を下記のとおり実施しますのでお気軽にご参加ください。

| 期日・時間                           | 講座番号・講座名              | 講座内容                                                                                                                         | 講師                                    |
|---------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 10月21日(水)<br>13:30～15:30        | ①<br>一人芝居<br>「雪舟物語」   | 「歌で地元を元気にしたい」というシャンソン歌手の講師による「雪舟物語」は、雪舟さんの一生や益田とのつながりをコミカルに描く体感型の一人芝居です。他に自作の「雪舟音頭」の合唱やクイズなど、楽しく学べる工夫満載の企画です。                | 「雪舟の庭を愛でる会」<br>シャンソン歌手<br>柳井 沙羅 氏     |
| 11月18日(水)<br>13:30～15:30        | ②<br>演劇入門             | 「鬼退治をした桃太郎」、今度は何を退治するのでしょうか。「舞台に出てみたい・裏方で関わってみたい」と思われている方、お集まりください。経験の有無、年齢、性別等は問いません。15分程度の楽しい劇で、12月20日の市民余芸大会出場をめざす演劇体験です。 | 演出家<br>殺陣師<br>斎藤 雅寛 氏                 |
| 12月9日(水)<br>13:30～15:30         | ③<br>ボッチャで楽しく         | パラリンピック正式種目のボッチャは、年齢、性別、障がいの有無にかかわらず全ての人がともに楽しむことができ、初心者でも簡単にできる軽スポーツです。動きやすい服装でご参加ください。                                     | 益田市身体障害者<br>福祉協会<br>益田市レクリエー<br>ション協会 |
| 令和9年<br>1月20日(水)<br>13:30～15:30 | ④<br>益田が誇る<br>医の先駆者たち | 医学史に多大な功績を残した秦佐八郎、右田朝子、米原恭庵は益田市の誇りです。何度聞いても、そのたびに理解が深まり、現在私たちが当たり前のように医療を受けることができるのは、先人たちのお陰であることに感謝の念を抱きます。スライドショーでお届けします。  | けやきの会<br>スタッフ                         |
| 令和9年<br>2月10日(水)<br>13:30～15:30 | ⑤<br>歌声サロン            | 歌声サロンは人気の講座で、毎年多くの方が参加されています。前半はおなじみのエバーグリーンさんによる「益田の歌」とリクエストコーナー、後半はゲストの柳井沙羅氏によるシャンソンと楽しいトークです。楽しく幸せな癒しのひと時をお過ごしください。       | エバーグリーン<br>シャンソン歌手<br>柳井 沙羅 氏         |

☆場 所 市立市民学習センター

☆受講料 1日 500 円（当日徴収）

☆申込み 電話での申込み、またはハガキに受講希望講座番号・住所・氏名・電話番号を明記して投函してください。  
当日参加も可能ですが、講座一週間前までに申込みください。  
申込みされた方は全員受理します。天候等で日程変更がある場合は連絡します。



【申込先】 〒698-0026 益田市あけぼの本町 3-15 島田ビル 202 号 けやきの会 宛  
☎ 070-3773-3860

### けやきクラブ（健康麻雀）のお誘い

けやき学園とは別に「けやきクラブ（健康麻雀）」を実施しています。「飲まない・喫わない・賭けない」の健康麻雀は認知症やフレイル予防に効果があるといわれ、7年前から毎週30名近い人が楽しんでいます。初めての方には一から手ほどきします。  
・開催日時 毎週木曜日 13:30～16:00 ・場所 市立市民学習センター ・参加費 500 円 ・申込先 けやきの会

【問い合わせ先】 市地域振興課 ☎ 31-0600 ☎ 23-7708

益田市

# 防災訓練

テーマ「知る・体験する・備える」

いざという時に備えよう！

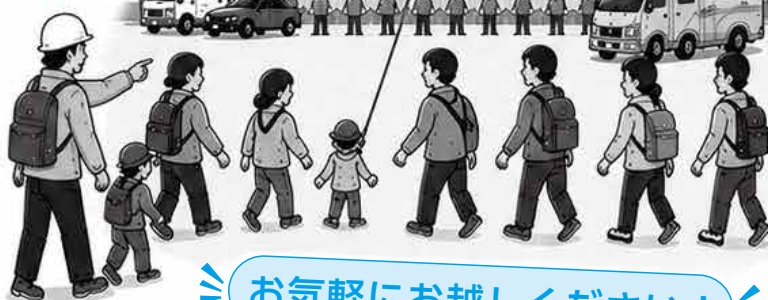
開催日

10月25日(日)

8:00~11:00頃

場所

益田市波田町イ481  
益田市立地域活性化交流館



お気軽にお越しください！

## 第1部

8:00~

真砂地区を対象とした避難訓練

- 訓練放送をもとに避難を開始
- 各地区の実情に応じた避難を行う
- 自主防災組織等による避難所開設
- 災害対策本部との情報共有



## 第2部

9:00頃~11:00頃

## 会場での防災イベント

楽しく体験・見学しながら、防災について学びましょう！

### 消防・警察の救助訓練



仮設の倒壊建物からの救助訓練などを実施します。

### 防災ヘリコプターによる訓練、機体の展示



防災ヘリによる救助訓練の見学や、機体を間近でご覧いただけます。

### 災害時に活躍する特殊車両の展示



通信確保や情報収集、避難支援などに活躍する車両を展示します。

### 避難所体験



避難所の環境や備蓄品を体験し、いざという時に役立つ知識を学びます。

### ワークショップで防災を学ぶ(ボッチャ体験)



ボッチャを通して防災の大切さなどを楽しく学びます。

### 真砂の取組

今回は、真砂地区が主体となり訓練を企画しました。防災食のアレンジ等にも取り組めますので楽しみに！

- 防災クイズ
- 応急手当

など盛りだくさん！



みなさまのご参加をお待ちしています！

【問い合わせ先】市危機管理課 ☎ 31-0601



野焼きは  
禁止されています！

野焼きは一部例外を除き法律で禁止されており、罰則（5年以下の懲役、1,000万円以下の罰金）も設けられています。

「煙で窓が開けられない」「洗濯物に臭いがつく」「煙で体調が悪くなった」等の苦情も寄せられています。また、火事を引き起こした事例もあります。

畑や庭から出た草木であっても、焼却せずに土に還す、または燃やせるごみの指定袋に

詰めてごみステーションに出すなど、近所迷惑にならないようお願いします。

問 市環境衛生課

☎ 31・0232



### 益田市病児保育室

「ぞうさんのせなか」  
見学会

病児保育室は、病気で保育園や学校に行くことができないときに利用できる施設です。看護師・保育士がケアを行います。

子どもは突然病気にかかることがあります。事前に施設の様子を知っておくことで、いざという時も安心して利用できます。利用予定のある方や利用したことがあるお子さんも、この機会に遊びに来てください。当日は事前登録の受付も行います。

※登録の際は母子手帳をお持ちください。

日 11月8日(日)

9:00～11:00

場 益田市病児保育室

「ぞうさんのせなか」

(益田赤十字病院敷地内)

※益田赤十字病院の駐車場からお入りください。

内容 施設内のおもちゃで遊ぶ・施設の利用案内

問 益田市病児保育室

「ぞうさんのせなか」

☎ 25・7980



### 中小企業退職金共済

(中退共) 制度

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。国からの有利な掛金助成や、税法上の優遇も受けられ手数料もかかりません。家族従業員やパートタイマーも加入できます。

※一部対象外あり。詳しくはホームページをご覧ください。

詳しくはこちら



問 中退共本部

☎ 03・6907・1234

10月1日は

「浄化槽の日」です

「浄化槽の日」は、昭和60年の浄化槽法施行を記念して制定されました。

浄化槽は、家庭から出る雑排水を微生物の力を利用してきれいな水に戻してから川へ放流する設備です。

浄化槽設置者の皆さんには誤った使い方による水質悪化・悪臭を防ぐため、有資格

者による適正な維持管理をお願いします。

合併処理浄化槽設置補助金(単独処理浄化槽や汲み取り便槽から合併処理浄化槽への転換や新設をする場合に、設置費用の一部を補助します。補助要件があるほか、予算に限りがありますので、詳しくは市公式ウェブサイトをご覧ください。

詳しくはこちら



問 市下水道課

☎ 31・0323

10月1日～7日は

「公証週間」です

公正証書は、法務大臣から任命された法律の専門家である公証人が作成する公文書で、特別な効力があり、法的安心・安全の仕組みづくりに大きな役割を果たしています。

☆公証役場は国の機関です。

相談は無料、秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

相談受付時間

8:30～17:00

(土・日・祝日を除く)

☆10月の「休日無料相談」

日 10月4日(日)

10:00～15:00 (要予約)

問 浜田公証役場

(浜田市野原町1826-1)

いわみーる2階)

☎ 0855・22・7281

### 文化協会だより

★第8回フォトコンテスト  
写真展

日 10月2日(金)～4日(日)

(最終日 16:00より表彰式)

場 キヌヤ益田ショッピングセンター

￥ 無料

問 岡崎茂喜

☎ 0907136・5983

大畑秀人

☎ 08005755・3377



ミドル・シニア向け

『就労のためのパソコン講習』(基礎編)

就職したいがパソコンスキルが心配な方、もう一度ワード・エクセルの基礎技能を習得して就職につなげたいミド

ル・シニア向けの講習を開催します。

日 10月28日(水) 30日(金)  
9:30～15:30

場 浜田市総合福祉センター  
研修室1

(浜田市野原町 859-1)

内容 3日間でワード・エクセルの基礎技能を学びます。

定員 12名(選考の上、決定)

※事前の申込みが必要です。  
応募条件 再就職を希望されている方で3日間参加可能な方。文字入力がある程度できる方。

申 問 ミドル・シニア仕事センター 浜田

電話 0855・25・5111

FAX 0855・25・5112

## 住宅入居者

### 特定公共賃貸住宅

空き住宅・家賃(8月18日現在)

①須子住宅(3LDK)

58,700円

②諏訪住宅(3LDK)

45,000円

※特定公共賃貸住宅に入居する子育て世帯の家賃を、入居者からの申請により、通

常家賃から最長6年間につき20%減額できる制度があります。

### 定住住宅

空き住宅・家賃(8月18日現在)

①山根下団地1(2DK)

25,000円

②梨の木ハイツ(1LDK)

21,000円

(オール電化、エアコン付)

③コーポおかもと(1LDK)

20,700円

(エアコン付)

※別途

◎外灯・共同水栓等の共益費

◎浄化槽管理費

◎TV共同受信費(須子住宅)

\*須子住宅以外はケーブルテレビへの加入が必要です。

◎駐車場使用料(須子住宅、諏訪住宅、梨の木ハイツ、コーポおかもと)

申込期間

随時入居申込み、順番待ち登録を受付けます。

その他 申込資格等、詳しくは問い合わせください。

申 問 島根県住宅供給公社

益田住宅管理事務所

電話 31・1530

31・1530

31・1530



相談・催し

### 労働相談会

「パワハラ」「突然の解雇」「残業代が支払われない」「勤務態度に問題のある社員に困っている」など、職場でのお困りごとはありませんか。

ひとりでは悩まず、専門家に相談ください。

日 10月18日(日)

10:00～15:00

場 いわみーる(浜田市野原町 1826-1)

相 談 料 無料

相 談 員 弁護士、労働組合役員、会社経営者など

※秘密は厳守します。

対象 労働者、事業主どちらの相談も受付けます。

パートやアルバイトについての相談も受付けます。

※事前予約者優先ですが、当日受付もしますので、12:00までに会場にお越しください。

詳しくはこちら

島根県労働委員会(会事務局)

電話 0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

0852・22・5450

### 「法の日」 司法書士無料法律相談

日 10月4日(日)

13:00～17:00

※予約優先ですが、予約なしでも相談は受付けます。

※予約がない場合は15:00で終了します。

場 市立市民学習センター  
103 研修室

相談内容

不動産の相続・売買等の不動産登記、会社の設立・役

相 談 料 無料

申 問 司法書士総合相談センター

電話 0852・60・9211

※毎週月・火・木曜日

12:00～15:00

島根県司法書士会事務局

電話 0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

0852・24・1402

令和8年度

## 益田市二十歳の集い

次のとおり開催します！

日 時 令和9年1月3日(日) 13:30～  
(受付 13:00～)

会 場 島根県芸術文化センター  
「グラントワ」大ホール

対象者 平成18年(2006年)4月2日から  
平成19年(2007年)4月1日までに生まれた方

【申込み・問い合わせ先】

市ひとづくり推進課 ☎ 31-0622 FAX 31-0641

✉ hitozukuri@city.masuda.lg.jp

ゴーヤ写真展



公益社団法人益田法人会では、夏の暑い時期に室内の温度を下げる効果のあるグリーンカーテンでお馴染みのゴーヤの写真展を開催します。プラントで見事に育ったゴーヤの数々をぜひご覧ください。

日 10月1日(木)～14日(水)

8:30～17:15

(土・日曜日を除く)

場 市役所1階

多目的スペース

問 公益社団法人益田法人会

事務局 ☎23・7640

第40回 ますだ産業祭

〈時間〉9:00～15:30 ※雨天決行  
〈場所〉市立市民学習センター周辺  
〈イベント内容〉わいわい村、石見神楽、赤ちゃんハイハイ競争 など

【問い合わせ先】

益田商工会議所青年部事務局 (担当: 狩野・石川)

☎22-0088 FAX23-4343 益田 YEG 検索

女性のための再就職応援セミナー

再就職に向けて、何から始めていいかわからない。子育て中で就職したいが一步を踏み出せない。そんな女性を応援するセミナーです。

日 11月19日(木)

14:00～16:00

場 いわみーる301研修室

(浜田市野原町1826-1)

講師 森山 和子氏

(国家資格キャリアコンサルタント)

内容 自分らしい働き方を考えよう、会いたいと思わせる履歴書の書き方、面接対策 他

定員 先着15名程度

※事前の申込みが必要です。

無料

応募締切 11月18日(水)

その他

託児希望の方は11月10日(火)までに申込みください。

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

申込みはこちら

くにびき学園公開講座

「アクアス裏話」シロイルカの人工保育」ここでもしか聞けない飼育現場の本当のお話

2024年の夏、しまね海洋館アクアスで実際に取組んだ1頭のシロイルカの人工保育には、想像もできなかった苦労や涙、最高の喜びがありました。動物管理監・獣医として、水族館の全ての生き物が健やかに暮らせるよう取組む日々についてお話しいただきます。

日 11月17日(火)

13:00～14:45

場 本会場

いわみーる(定員144名)

オンライン会場

市立市民学習センター

104 研修室

匹見下公民館

ほかに県内数カ所

講師 三島有紀氏

(公益財団法人しまね海洋館 海獣展示課長・獣医師)

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

申 問 くにびき学園(島根県社会福祉協議会)

☎0852・32・5981

第2回 ツムゲバ「空き家を活用したまちづくり」

本フォーラムは、空き家を起点に関わりシロから広がる地域の「つながり」について、市外の事例を聞いて、みんなで学びながら考える場です。

事例発表者には、奥出雲町のゲストハウスオーナーや、津和野町で地域食堂やフリースペースに取組んでいる方々をお招きします。

この機会に、あなたの身近な「空き家」について、一緒に考えてみませんか?

日 10月21日(水)

13:00～16:00

場 日原コミュニティセンター

タカタリベ

(津和野町日原245-1)

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

参加費 無料

申 問 島根県西部県民センター 益田事務所 石西地域振興課

☎31・9751

FAX31・9525

独身男女の縁結び

今月の開催

はぴこ交流サロン益田会場では、毎月第2土曜日に独身男女の結婚相談を行なっています。縁結びボランティアが無料で紹介や婚活イベントなどの情報提供を行い、あなたの素敵な出会いをお手伝いします。

今月の開催日時

日 10月10日(出)

昼の部 10:00～12:00

夜の部 19:00～20:00

場 市立保健センター

2階 多目的室(益田駅前ビルEAG内)

申 問 島根県公認団体 益田・吉賀・津和野はぴこ会(会長: 金本)

☎090・7542・7554

※相談は予約の方を優先させていただきます。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

※当日は身分証明書(顔写真付きのもの)をご持参ください。

## 10月は里親月間です

## 里親になりませんか



さまざまな事情により家族と一緒に生活できない子どもたちがいます。里親とは、こうした子どもを自分の家に迎え入れ、家庭的な環境の中で愛情を込めて養育してくださる方です。

子どもが好きで、愛情と熱意を持って真心を込めて養育してくださる方を求めています。長期の養育だけではなく、月に1～2回程度、土日や長期休み中に数日間といった短期間の家庭生活体験をさせてくださる方も求めています。

里親になるためには特別な資格は必要ありませんが、必要な研修を受講すること、里親を希望する方とその同居人が欠格事項に該当しないこと、経済的に困窮していないことが必要です。

【問い合わせ先】 益田児童相談所 ☎ 22-0083



## 国道 488 号交通規制（全面通行止め）



〈工事内容〉 風車輸送ルートにおける支障樹木の伐採（高所作業車・クレーン車による作業）

〈工事場所〉 益田市匹見町澄川地内 国道 488 号（株）八万物産様の前後、未改良区間）

〈規制の種類〉 全面通行止め

〈工事期間〉 10月3日(土)～11月1日(日)、毎週土曜日、日曜日通行止め

※ 平日、祝日は通行可能

〈通行止め時間〉 9:00～12:00、13:00～16:00

【緊急車両（救急車等）の通行について】 下記ホットラインまでご連絡ください。

緊急時専用ホットライン **090-4507-4394**



詳細はこちら▲

【問い合わせ先】 戸田建設(株) 益田匹見風力発電事業建設工事作業所 現場事務所 ☎ 58-0377

## 困ったら 一人で悩まず 行政相談

行政相談は、国や行政などへの苦情や意見・要望を受け、担当行政機関とは異なる立場から、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かす仕組みです。

総務省では、行政相談の利用を促進するため、9月～10月の2か月間を「行政相談月間」として、皆さんに行政相談を広く知っていただくための取組を行なっています。

また、総務省では、民間有識者（ボランティア）である行政相談委員を委嘱しています。

行政相談委員は、行政相談所を開設するなどして、住民の皆さんから国や行政などへの苦情や意見・要望等を受け、その解決のための助言や関係機関に対する通知等を行なっています。

★益田市においても、行政相談委員が行政相談所を開設しています。

★相談日等は広報ますだカレンダーでご確認ください。

★相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にお越しください。



【行政相談に関する問い合わせ先】

総務省島根行政監視行政相談センター（きくみみ島根） 行政監視行政相談課 ☎ 0852-21-3630

～生活習慣病予防教室～

40～69歳の方限定!!

# 益ます元気教室

## 高血圧・脳卒中予防講座

●病態編 10月2日(金)

講師：おちハートクリニック 院長 越智 弘 医師

●栄養編 10月21日(水) 講師：市栄養士

場所：市立保健センター 3階大ホール (益田駅前ビル EAGA 内)

時間：14:00～15:30

医師による病気の仕組みや原因、その予防についての話と、栄養士による食事のポイントについての話があります。測定会や体験を交えた内容も予定しています。

【申込み・問い合わせ先】市健康増進課 ☎ 31-0214

こちらから申込みできます



## 健康 & 10月 子育てだより

### 問い合わせ先

市立保健センター (☎ 23-7134)

健康増進課 ☎ 31-0214

地域医療対策室 ☎ 31-0213

子ども家庭支援課 ☎ 31-1381

子ども福祉課 ☎ 31-0243

美都地域総務課 ☎ 52-2312

匹見地域総務課 ☎ 56-0302

メールアドレス

hoken-center@city.masuda.lg.jp

### 島根県がん対策推進条例制定 20 周年記念イベント

地域みんなで学ぼう

## がんと共に生きる社会を考える

10月3日(土) 13:30～15:30 (開場 12:30)

【会場】益田赤十字病院 研修棟 1 階

入場無料

### 講演

●治療と仕事の両立支援

島根産業保健総合支援センター 須山 朋子 氏

●糖尿病・心不全とがんとの関わり

～健康寿命を伸ばすために～

医療法人たいじん堂 松本医院 松本 祐二 氏

### 音楽療法

●～音楽でつながるひととき～

音楽療法士 宮崎 真理子 氏

【主催】益田赤十字病院

【共催・問い合わせ先】

ほっとサロン益田 ☎ 080-3055-8407

詳細はこちら▲



## がんセット検診

検診日 10月25日(日) ※申込期限:10月15日(木)

受付時間 9:00～11:30/13:00～14:30

会場 市立市民学習センター

| 検 診   | 対象者       | 料 金     |
|-------|-----------|---------|
| 胃がん   | 40 歳以上の方  | 1,100 円 |
| 乳がん   | 40 歳以上の女性 | 2,000 円 |
| 子宮頸がん | 20 歳以上の女性 | 900 円   |

※定員に達した時点で申込受付を終了します。詳細は市公式ウェブサイトでも確認できます。▶▶▶



申 問 市健康増進課 ☎ 31-0214

## 大腸がん検診

◆対 象 者：益田市に住所を有する 40 歳以上の方

◆料 金：800 円 (生活保護世帯の方は無料)

◆検査方法：2 日分の便を取り、便の中に血液が混ざっていないか検査します。

◆受診方法：①容器配布期間に配布場所で容器を受け取ってください。

②容器提出日に提出場所にお持ちください。

### 【検査容器配布・提出】

| 配布・提出場所  | 容器配布期間<br>(平日 8:30～17:15) | 提出日<br>(9:00～10:00) |
|----------|---------------------------|---------------------|
| 市立保健センター | 9月24日(木)<br>～10月23日(金)    | 10/6(火)・10/29(木)    |
| 益田公民館    |                           | 10/7(水)・10/28(水)    |
| 高津公民館    |                           | 10/7(水)・10/28(水)    |

※検診結果は約 1 カ月後にご自宅に郵送で届きます。

※美都、匹見、吉田、豊川、中西、小野、西益田、北仙道、種、真砂地区でも大腸がん検診を実施します。別途回覧されるチラシをご覧ください。

## 自死遺族 分かち合いのつどい

大切な人を自死で突然失う衝撃。これ以上つらいことはありません。

でも、どうか一人で悩まないでください。一緒に痛みを語り合いませんか。

自死遺族だけで運営し、秘密は固く守られます。

日 10月24日(土) 14:00～17:00

\*交流会 15:30～

自死問題、遺族支援に関心がある方との交流会です。  
(参加費 300 円)

場 市立市民学習センター 202 研修室

問 しまね分かち合いの会・虹 (事務局：桑原)

☎ 090-4692-5960

10月には臓器移植普及  
推進月間・造血幹細胞  
移植普及推進月間



移植医療は、医療者と患者だけでなく、第三者の方からの善意による提供があつて成り立っています。

『提供したい』『提供したくない』どちらも一人ひとりの平等で大切な意思です。家族で話し合い、大切な意思を表示しましょう。

問 しまねまごころバンク

(出雲市塩冶町223-7)  
☎ 0853・22・2556

骨髄移植ドナー支援事業

骨髄・末梢血幹細胞移植の実現やドナー登録者の増加につなげるため、市内に住む骨髄移植の提供者(ドナー)を対象に、奨励金を交付しています。

提供者(ドナー) 1日2万円  
※提供者が通院(検査)・入院に要した日数(通算7日を上限)

※申請方法など、詳しくは問い合わせください。

問 市健康増進課

☎ 31・0214

令和8年度 健康ますだ市21運動部会

# 運動チャレンジ

チャレンジ期間…10月から12月のうち1カ月

運動 チャレンジとは? 普段から意識していることやこれを機に頑張りたいことなど、自分にあった目標を立てて、1カ月間いつもより意識して身体を動かしてみましょう。

①目標(何をどのくらい行うか)を立てよう

目標(例):ウォーキングを30分する・お手伝い運動をする など

②応募用紙に達成状況を記入しよう

③チャレンジが終了したら応募しよう

期間中に1人1回

応募者の中から抽選で

景品プレゼント(15名)

※当選された方には、令和9年2月頃に連絡します。

応募締切 令和9年1月13日(水)

応募方法  
①～④の  
いずれか

①しまね電子申請サービス ②FAX:0856-23-7134(健康増進課)

③ ☒ kenkou@city.masuda.lg.jp

④郵送・持参 〒698-0024 益田市駅前町17-1 駅前ビルEAGA内

健康ますだ市21推進協議会 運動部会 事務局

市公式ウェブサイトから応募用紙のダウンロードやしまね電子申請サービスによる応募ができます▶



健康ますだ市21運動チャレンジ

【問い合わせ先】健康ますだ市21推進協議会 運動部会(事務局:市健康増進課) ☎ 31-0214

人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる街をつくる  
島根\*創生 SHIMANE SOUSEI 2nd

「カラダにまめなメニュー」で毎日の食事をもっと健康に

島根県では、野菜や減塩などの基準を満たした惣菜や弁当、飲食店メニューなどを「カラダにまめなメニュー」として認定しています。外食や中食でも健康的な食事を選びやすい環境づくりを進めています。この度、益田市の飲食店メニューが、野菜の基準を満たした「もりもり野菜」メニューに認定されました。野菜をしっかり食べたい方におすすめです。ぜひお店で味わってみてください。



お食事処 味(あけぼの西町1-8)

認定メニュー 野菜炒め定食(野菜量:約300g)

野菜の目標摂取量は、1日当たり350gです

認定制度について  
詳しくはこちら▶



※認定メニュー登録のご相談はこちらへ…島根県益田保健所 ☎ 31-9547

医師会健康フォーラム2026特別講演

講演  
テーマ

人生100年時代を  
輝いて生きる脳科学

中野信子先生に学ぶ  
～長い人生を軽やかにするヒント。

日時 2026.10.25[日] 12:30開場/13:00開演 ※14:30開演 開演予定

場所 島根県芸術文化センター  
グラントワ小ホール  
〒698-0022 島根県益田市有明町5-1-5  
近鉄駅南口:グラントワ/有明町

入場料 無料 申込 不要となんでも聴講いただけます  
定員 450名



主催:公益社団法人 益田市医師会  
後援:益田市  
お問い合わせ:医師会健康フォーラム2026実行委員会事務局 TEL 0856-31-0545



サジテレビ「ホンマでっか!?TV」等出演  
脳科学者 中野 信子 氏

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>18</b><br> お出迎え<br>しまね家庭の日<br><b>★第19回萩・石見空港マラソン全国大会</b><br>●島根県社会人サッカーリーグ2部                                                                                         | <b>19</b><br>●月例杯G・G大会 <br>休館   | <b>20</b><br>ノーマイカーデー<br>1.6歳児健診 <br>休館                                                                                                               | <b>21</b><br>●移動ナースバンク(ハローワーク益田)13:00～16:00<br>●福祉職場相談会(ハローワーク益田)13:30～15:30<br>休館                                                                                                                                                                  | <b>22</b><br>●司法書士無料法律相談 <br>13:00～17:00<br>(要予約 ☎0852-60-9211)<br>休館  | <b>23</b><br>●老人・ひとり親相談 <br>10:00～15:00<br>●西中国陸上競技大会  | <b>24</b><br> お出迎え<br>●おはなし会  14:00～<br>●西中国陸上競技大会  |
| <b>25</b><br><b>★エコリス・フェア</b><br>●すくすくフェスタ  10:00～<br>●西中国陸上競技大会 <br>●島根県シニアサッカーリーグ  | <b>26</b><br>●心配ごと相談(東仙道公民館)10:00～12:00<br>休館                                                                      | <b>27</b><br>●出張年金相談  10:00～15:30<br>(要予約 ☎0855-22-0670)<br>休館     | <b>28</b><br>●ひとり親家庭無料法律相談(いわみーる)13:30～15:30(前々日までに要予約 ☎0852-32-5920)<br>●求職者のための出張相談会(中国労働金庫益田支店)10:00～16:00(要予約0855-25-5111就職サポートセンター・島根)<br>●浜覚杯G・G大会 <br>休館  | <b>29</b><br>2歳歯科健診 <br>休館                                             | <b>30</b><br>2歳歯科健診 <br>休館                             | <b>31</b><br>休館                                                                                                                                                                                                      |

 市民学習センター  保健センター(益田駅前ビルEAGA)  子育て支援センター  人権センター  総合福祉センター  商工会議所  図書館  歴史文化交流館  雪舟の郷記念館  
 ひだまりパークみと  市民体育館  市民球場  陸上競技場  庭球場  サッカー場  自由広場  弓道場

| 空港情報 10月1日～24日の時刻表     |               |
|------------------------|---------------|
| 東京(羽田) ⇒ 萩・石見 ⇒ 東京(羽田) |               |
| 8:50 → 10:25           | 11:05 → 12:35 |
| 16:00 → 17:35          | 18:25 → 20:00 |

| 空港情報 10月25日～31日の時刻表    |               |
|------------------------|---------------|
| 東京(羽田) ⇒ 萩・石見 ⇒ 東京(羽田) |               |
| 9:05 → 10:45           | 11:25 → 12:55 |
| 15:35 → 17:10          | 17:50 → 19:25 |

**【問い合わせ先】**  
 萩・石見空港利用拡大促進協議会事務局 ☎23-0990  
 ※最新の運航状況は ANAウェブサイト (www.ana.co.jp) 等でご確認ください。

＊ANA725便(午前の到着便)の到着時間にあわせて実施  
 柴犬によるお出迎え   
 第1土曜日 第2土曜日 第3土曜日 第4土曜日

| 休日診療場所 内科・小児科 9:00～12:30 |                                         | 当番薬局                     |
|--------------------------|-----------------------------------------|--------------------------|
| 4日(日)                    | 休日応急診療所<br>☎ ☎ 31-4199                  | ファーマシイ薬局 益田センター ☎31-1270 |
| 11日(日)                   | いしみつ耳鼻咽喉科<br>クリニック<br>☎31-4133 ☎31-4134 | 益田薬局 緑ヶ丘店 ☎24-1541       |
| 12日(月・祝)                 | 休日応急診療所<br>☎ ☎ 31-4199                  | ファーマシイ薬局 益田センター ☎31-1270 |
| 18日(日)                   | ゆたかファミリークリニック<br>☎25-7000 ☎25-7001      | リリイ薬局 ☎25-7363           |
| 25日(日)                   | 休日応急診療所<br>☎ ☎ 31-4199                  | 大谷に成堂薬局 乙吉店 ☎24-2377     |

- ★受診の際は必ず事前に電話で連絡をしてください。電話受付 8:40～(受診の予約ではありません)
- ★持参するもの：健康保険の資格がわかるもの(マイナ保険証、資格確認書等)、医療費助成の受給者証、使っているお薬が分かるもの、診療代
- ★休日応急診療は日曜日、祝日、12/31、1/2、1/3に実施しており、一時的な応急診療や処置を行います。医師の判断により益田赤十字病院、医師会病院への受診をおすすめすることがあります。
- ★診療場所等は変更になる場合がありますので、市公式ウェブサイトで確認してください。



**夜間・救急外来体制**  
 益田赤十字病院および益田地域医療センター・医師会病院の両方で担当しています。

**★まず健康ダイヤル24**  
 フリーダイヤル

**0120-506-103**

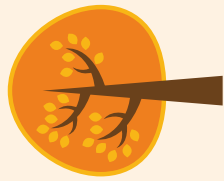
◎利用方法

電話がつながりましたら、お名前、年齢を告げてください。医師・保健師・看護師等が健康相談などに応じます。いつでも無料で相談できます。(24時間年中無休)



チャットボットの利用は  
 こちらからどうぞ →

※「広報ますだ」から抜き取ってご利用ください。



# ますだ10月カレンダー



令和8年  
October

# 10

| SUN 日                                                                                             | MON 月                             | TUE 火                                                                                                        | WED 水                                                                                                                                                                         | THU 木                                                                                                                                           | FRI 金                                                                                                                                           | SAT 土                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 27                                                                                                | 28                                | 29                                                                                                           | 30                                                                                                                                                                            | 1<br>ノーマイカーデー<br>交通安全県民の日<br>●行政相談 10:00~12:00                                                                                                  | 2<br>●石見法律相談センター無料相談<br>10:00~15:40<br>(要予約 ☎0855-22-4514)                                                                                      | 3<br>お出迎え<br>●来ぶりりマルシェ 10:00~<br>●おはなし会 11:00~<br>●ふれあいG-G大会<br>●全日本卓球選手権島根県予選<br>(一般の部) 体<br>●益田24時間ウルトラトラックレ<br>ース 陸<br>●島根県ユースサッカーリーグ 自<br>●なでしこサッカーリーグ2部 サ |
| 4<br>●島根県社年軟式野球大会 球<br>●全日本卓球選手権島根県予選<br>(一般の部) 体<br>●益田24時間ウルトラトラックレ<br>ース 陸<br>●島根県ユースサッカーリーグ 自 | 5<br>休館 子 や ひ<br>●島根県ユースサッカーリーグ 自 | 6<br>●おはなし会 11:00~<br>●無料法律相談<br>(ふれあいホールみと) 13:00~15:00<br>(要予約 ☎22-7256)<br>休館 歴 雪 や グ<br>●島根県ユースサッカーリーグ 自 | 7<br>乳児健診 保<br>休館 湯<br>●おはなし会 11:00~<br>●無料法律相談<br>(ふれあいホールみと) 13:00~15:00<br>(要予約 ☎22-7256)                                                                                  | 8<br>●無料法律相談 総<br>13:00~15:00 (要予約 ☎22-7256)<br>●ふれあい福祉・老人・ひとり親<br>相談 総 10:00~15:00<br>●心配ごと相談 (道川公民館)<br>9:00~11:00<br>●道の駅サンエイト美都杯G・G<br>大会 ひ | 9<br>●無料法律相談 総<br>13:00~15:00 (要予約 ☎22-7256)<br>●ふれあい福祉・老人・ひとり親<br>相談 総 10:00~15:00<br>●心配ごと相談 (道川公民館)<br>9:00~11:00<br>●道の駅サンエイト美都杯G・G<br>大会 ひ | 10<br>お出迎え<br>★はぴご交流サロン開設<br>(益田会場)<br>★健康ますだ市21フエス<br>ティバル<br>●おはなし会 11:00~<br>●島根県ユースサッカーリーグ 自<br>●高円宮杯U-18サッカーリーグ サ                                         |
| 11<br>●島根県ユースサッカーリーグ 自                                                                            | 12<br>スポーツの日<br>●島根県ユースサッカーリーグ 自  | 13<br>●こころの相談 (益田保健所)<br>13:00~16:00 (要予約 ☎31-9545)<br>●出張年金相談 市 10:00~15:30<br>(要予約 ☎0855-22-0670)<br>休館 子  | 14<br>●定例経営相談 商 13:30~15:00<br>(要予約 ☎22-0088)<br>●求職者のための出張相談会<br>(中国労働金庫益田支店) 10:00~<br>16:00 (要予約 ☎0855-25-5111<br>就職サポートセンター・島根)<br>●グリーンひだまり杯G・G大会 ひ<br>3歳児健診 保<br>休館 や 湯 | 15<br>●心配ごと相談 人 10:00~12:00                                                                                                                     | 16<br>●石見法律相談センター無料相談<br>10:00~15:40<br>(要予約 ☎0855-22-4514)<br>●西部若者サポートステーション<br>出張相談会(ハローワーク益田)<br>11:00~12:00                                | 17<br>●ろうそくのおはなし会 図 14:00~<br>●高円宮杯U-15サッカーリーグ サ                                                                                                               |

◆今月は市県民税(3期)、国民健康保険税(5期)、後期高齢者医療保険料(4期)、介護保険料(5期)の納付月です。

# 令和8年度 健康ますだ市21 フェスティバル



スローガン

つろうて 楽しく 健康づくり

日時

10月10日(土)

9:30~13:00 (9:00 開場)

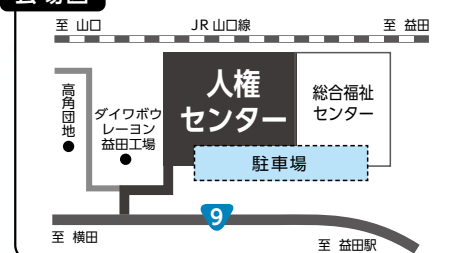
会場

益田市人権センター

入場無料

主催：健康ますだ市21推進協議会

会場図



講演

《多目的ホール》

10:10~11:00

手話・要約筆記  
あります

「いつまでも自分の脚で歩くために」

～子どもたちの笑顔から広がる、地域の健康と未来～

講師

益田地域医療センター

医師会病院

理学療法士 高野 博之 氏

ピラティスインストラクターなど各種資格を保有。市内保育施設等での活動実績あり。



健康チェック

《ロビー・研修室・娯楽教養室》 11:10~13:00

♥骨密度測定

♥血管年齢測定

♥肌年齢測定(新)

♥AGEs 体内糖化度測定(新)

オープニング

表彰式



《多目的ホール》 9:30~10:10

♠益田版 益ます元気体操

♠ますだ版 7020 良い歯の表彰

♠7028 特別賞表彰

その他

《研修室・ステージ》 11:00頃~13:00

★手話体験 ～あゆみの里～

★こころの相談 ～松ヶ丘病院～

★カレンダー・マグネットづくり

～人権擁護委員～

専門部会コーナー 《多目的ホール》 11:15 ~ 13:00

食生活部会

食からはじめる  
元気な毎日

- ・ベジチェック (野菜摂取量の測定)
- ・野菜レシピの試食
- ・正しい手の洗い方(体験)
- ・地産地消甲子園 一品料理コンテスト投票

運動部会

はかって納得！  
健康づくり

- ・今の自分の状態を知ろう
  - ・体組成計測定
  - ・立位年齢測定
  - ・長座体前屈
- ・スカットボール(体験)

歯科部会

よく噛んで  
一生元気に！

- ・かむ力AI判定！  
グミを噛んだ分割数でかむ力を測定します！
- ・握力測定  
フレイルに気づこう！
- ・歯科医師ミニ講話
- ・歯っぴーミニゲーム

心の健康部会

肩の荷おろして  
フフッと笑おう

- ・唾液でストレスチェック
  - ・やってみよう！呼吸法
  - ・ストレス発散方法を見つけよう(体験・展示)
- いろいろなグッズをお試しできます。

問い合わせ先

健康ますだ市21推進協議会 事務局 市健康増進課 ☎31-0214

無料

益田鹿足歯科医師会からのご案内

要予約

## 歯科健診

期間  
限定

11月9日(月)～14日(土)



〈対象者〉

すべての年齢



しばらく歯科受診していない

歯科健診を  
受けてみたいお口の困りごと  
相談があるかかりつけ  
歯科医がない

お気軽にお電話ください！

## 益田市

## 実施歯科医院 「ご予約お待ちしております」

|              |          |                 |          |         |          |
|--------------|----------|-----------------|----------|---------|----------|
| 大庭歯科医院       | ☎23-6222 | さいとう<br>歯科医院    | ☎22-1755 | 万葉歯科医院  | ☎24-2500 |
| 大畑歯科医院       | ☎23-2755 | 歯科緑ヶ丘<br>クリニック  | ☎24-2266 | 美都歯科診療所 | ☎52-2544 |
| おむら歯科医院      | ☎22-5120 | しらがみ歯科<br>クリニック | ☎31-0202 | みゆき歯科   | ☎31-2272 |
| かもしま歯科       | ☎32-3132 | 澄川歯科医院          | ☎52-7118 | 棕歯科医院   | ☎22-2210 |
| こころ歯科        | ☎27-0939 | 大同歯科医院          | ☎23-0167 | 安村歯科医院  | ☎23-7717 |
| ことぶき<br>歯科医院 | ☎24-0770 | 匹見歯科診療所         | ☎56-0202 |         |          |

## 津和野町

|        |               |        |               |                |               |
|--------|---------------|--------|---------------|----------------|---------------|
| 財間歯科医院 | ☎0856-72-0038 | 永田歯科医院 | ☎0856-74-0010 | 吉賀町<br>こうの歯科医院 | ☎0856-78-2033 |
|--------|---------------|--------|---------------|----------------|---------------|



問い合わせ先

益田鹿足歯科医師会 おむら歯科医院 ☎22-5120

医師会健康フォーラム  
2026 特別講演

# 人生100年時代を 輝いて生きる 脳科学

中野信子先生と学ぶ～長い人生が軽やかになるヒント。



なかの のぶこ  
**中野 信子** 氏

脳科学者/医学博士/認知科学者/  
東日本国際大学教授/京都芸術大学客員教授

1998年東京大学工学部応用化学科卒業。2008年東京大学大学院医学系研究科脳神経医学専攻博士課程修了。2008年フランス国立研究所ニューロスピニにて博士研究員として勤務。2010年帰国。研究・執筆を中心に活動2013年東日本国際大学客員教授。横浜国立大学客員准教授に就任。2015年東日本国際大学教授に就任。2020年京都芸術大学客員教授に就任。現在、脳や心理学をテーマに研究や執筆の活動を精力的に行っている。科学の視点から人間社会で起こりうる現象及び人物を読み解く語り口に定評がある。

<テレビ出演>

- ・テレビ朝日「ワイド!スクランブル」毎週金曜コメンテーター
- ・NHKBSプレミアム「英雄たちの選択」
- ・フジテレビ「ホンマでっか!?TV」
- ・日本テレビ「有吉ゼミ」他多数

日時 2026.10.25 [日] 12:30 開場 / 13:00 開演 ※14:30 閉演予定

場所 島根県芸術文化センター  
グラントワ小ホール  
〒698-0022  
島根県益田市有明町5-15

入場料 無 料  
定員 450名  
申込 不 要

となたでも  
自由に聴講  
いただけます

▽最新情報



MAJIMA MEDICAL ASSOCIATION

出展企画 ■中野信子先生 著書販売コーナー<先着サイン入り> ■松ヶ丘病院 認知症相談コーナー ※出展企画は当日変更となる場合がございます。ご了承ください。  
■あすかクリニック ■益田鹿足歯科医師会  
■益田地域医療センター医師会病院 臨床検査科 睡眠と脳の健康～睡眠時無呼吸症候群セルフチェック&検査紹介～

主催：公益社団法人 益田市医師会

後援：益田市 / お問い合わせ：医師会健康フォーラム2026 実行委員会事務局 Tel. 0856-31-0545



# 子育て世代にやさしいまち、ますだ

## 『ますだ子育て応援宣言企業』が

あなたの「働きたい」と「育てたい」を応援します。



市では、子育て世代の方々を支援するために「ますだ子育て応援宣言企業登録制度」を設けています。

この制度は、子育てにやさしい職場づくりを行うことを宣言する企業を市が登録・公表することによって、子育て世代の方々が安心して暮らし、働ける環境づくりを推進するものです。

現在、登録企業は58社。働きやすく、子育て支援に積極的な企業が多数参加しています。

※本制度や登録企業の宣言内容など、詳細はこちら▶▶▶

※登録企業は随時募集しています。



市公式ウェブサイト  
(ますだ子育て応援宣言企業)



### ●登録企業一覧 [登録企業数：58社(令和8年8月現在)]

- |                        |                     |                |
|------------------------|---------------------|----------------|
| 1. (医) 正光会             | 23. (株) ホンダカーズ石見    | 44. 匹見郵便局      |
| 3. サン電子工業 (株) 益田工場     | 26. (株) キューサイファーム島根 | 45. 波田郵便局      |
| 4. (公社) 益田市医師会         | 27. 正栄工業(株)         | 46. 鎌手郵便局      |
| 5. (福) 暁ほほえみ福祉会        | 28. (有) アサヒ工業       | 47. 東仙道郵便局     |
| 7. シマネ益田電子(株)          | 29. (株) 英成工業        | 48. 澄川郵便局      |
| 8. 益田赤十字病院             | 30. 益田郵便局           | 49. (株) 技研設備   |
| 9. (株) 三建技術            | 31. 美濃郵便局           | 50. フコク生命保険(相) |
| 10. (株) コガワ計画          | 32. 益田駅前郵便局         | 51. (株) ワークス   |
| 11. イオンリテール(株) イオン益田店  | 33. 二条郵便局           | 52. (株) 野村組    |
| 12. 高橋建設(株)            | 34. 飯浦郵便局           | 53. 日新建設(株)    |
| 13. (福) 梅寿会            | 35. 益田小浜郵便局         | 54. 東西建設(有)    |
| 14. 三光ビル管理(株)          | 36. 益田染羽郵便局         | 55. 日精販(有)     |
| 15. 益田興産(株)            | 37. 益田本町郵便局         | 56. (株) 桐田組    |
| 16. 大畑建設(株)            | 38. 石見横田郵便局         | 57. 双洋電機(株)    |
| 17. 第一生命保険(株) 益田営業オフィス | 39. 白上郵便局           | 58. みつわ工業(有)   |
| 18. 北陽電気工事(株)          | 40. 益田高津郵便局         | 59. (有) 斎藤造園   |
| 19. 宮田建設工業(株) 益田支店     | 41. 津田郵便局           | 60. 伸和産業(株)    |
| 20. 中国道路(株)            | 42. 二川郵便局           | 61. (株) メイワ    |
| 21. (株) ひょうま           | 43. 美都郵便局           | 62. (株) 森本建設   |
| 22. 平成道路(株)            |                     |                |

※第2号、第6号、第24号、第25号については登録取消等のため欠番

【問い合わせ先】市子ども福祉課 児童福祉係 (益田駅前ビル EAGA 1 階)

☎ 31-0243 ☒ kosodate@city.masuda.lg.jp

わたしたちを守る、  
わたしたちが守る、

## 地域医療



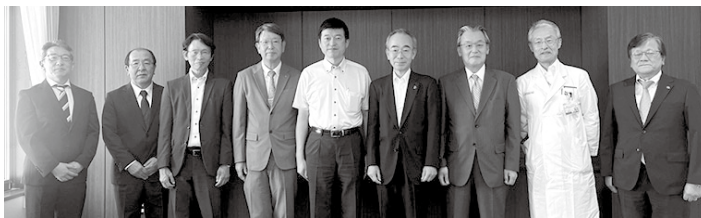
No.192

市地域医療対策室 ☎ 31-0213

8月10日

### 大阪医科薬科大学を訪問しました

姉妹都市・高槻市にある大阪医科薬科大学を、益田市医師会の大畑会長・益田地域医療センター医師会病院の齊藤院長とともに市長が訪問しました。同大学の研修医は医師会病院で初期臨床研修を受けており、この縁をさらに深める機会となりました。市長は「人口減少、担い手不足の中で、益田市医師会・医師会病院・行政が連携して医療の持続可能なモデルを築きたい」と述べ、引き続きの協力をお願いしました。



(左から) 医師会病院・大石事務長、益田市医師会・天野事務局長、医師会病院・齊藤院長、益田市医師会・大畑会長、山本市長、大阪医科薬科大学・佐野学長、南副学長、勝間田病院長、大野副学長



大阪医科薬科大学総合診療科の鈴木富雄教授とも面会しました

8月12日

### 市長と県立石見高等看護学院生との意見交換会を開催しました！

県立石見高等看護学院に地域推薦で入学した在学生 13 名と市長、益田地域医療センター医師会病院の齊藤院長、益田赤十字病院・医師会病院の各看護部長、先輩看護師たちが一堂に会し、意見交換会を開催しました。市長から「思いを大切に 3 年間学び、若いうちにさまざまなことに挑戦してほしい」と温かいエールが送られました。

看護部長からは「家族や周囲への感謝を忘れず、基礎的な生活力を身につけて」との力強いアドバイスがありました。学生たちも「勉強は大変だけど頑張りたい」「実習で患者さんから多くを学んでいる」「看護にやりがいを感じている」と、それぞれの熱い思いを語ってくれました。

地域医療の未来を担う若者たちの成長が、とても頼もしく感じられた一日でした。



## 益田市コミュニティ活動施設 バリアフリー化等補助金

市では、コミュニティ活動等を行う団体が、市内の施設で多くの人が利用し、障がいのある方の利用が見込まれる場合に必要「合理的配慮の提供」に要した経費について、補助金を交付しています。

令和9年3月末までに完了する事業が補助対象です。申請を検討される場合はお早めにご相談ください！

#### ■ 補助対象団体

継続してコミュニティ活動等を行う団体（地域住民グループ、ボランティア団体、特定非営利活動法人等の非営利団体）※特定の期間、特定の方を対象とした活動は対象となりません。

#### ■ 補助対象事業および補助金額

コミュニティ活動等を行う団体が、所有または通年で管理する施設に対して実施する「合理的配慮の提供」で、次の①・②のいずれかに該当する場合、経費の2分の1の額を補助しています。

| 区 分                                                                | 補助率  | 補助限度額 |
|--------------------------------------------------------------------|------|-------|
| ①コミュニケーションツール作成および物品購入<br>(例) 点字案内や音声チラシの作成、折り畳み式スロープ、滑り止めマットの購入など | 2分の1 | 10万円  |
| ②工事施工<br>(例) 手すり、スロープの設置など                                         |      | 20万円  |

※申請は1つの補助対象団体につき上記区分それぞれ1回限りです。ただし、1つの申請において各区分の経費を同時に申請することができます。

※事業実施後の申請は受付できません。そのほか、制度の詳細については問い合わせください。

【問い合わせ先】市障がい者福祉課 ☎ 31-0251 ☎ 31-8120



# 国民年金だより



## ★国民年金保険料の育児免除制度が始まります！

子を養育する国民年金第1号被保険者について、その子が1歳になるまでの期間に係る国民年金保険料が免除される制度が令和8年10月から新たに始まります。

### 【対象となる方】

国民年金第1号被保険者で令和8年10月以降、1歳になるまでの子（※）を養育する実父母・養父母  
※実子、養子、特別養子縁組の監護期間にある子および養子縁組里親に委託している要保護児童も該当します。

### 【保険料が免除される期間】（令和8年10月以降に限ります）

＜実母の場合＞……………産前産後免除期間（詳しくは広報ますだ5月号をご覧ください）に引き続く9カ月間  
＜実父または養父母の場合＞…子を養育することになった日の属する月から1歳になる誕生月の前月まで

### 【育児免除制度のメリット】

- ・育児免除を受けた期間は、保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。
- ・すでに保険料免除や学生納付特例が承認されている場合であっても、届出をすることで育児免除期間として取扱われます。
- ・保険料納付後の届出も可能で、納付済みの育児免除期間分の保険料は充当または還付されます。

### 【届出先】

市保険課（☎31-0216）・美都地域総務課・匹見地域総務課または浜田年金事務所です手続きをしてください。

また、マイナポータルからスマートフォン等で電子申請することもできます。

※詳しい制度の内容や電子申請方法については、日本年金機構ホームページをご覧ください▶▶▶



## ★年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。支給要件に該当しない場合には支給されません。

受取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が行います。

### 【対象となる方】

- 老齢基礎年金を受給している方（以下の要件をすべて満たしている必要があります）
  - ・65歳以上である
  - ・世帯員全員の市町村民税が非課税となっている
  - ・年金収入額とその他所得額の合計が約93万円以下である
- 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方（以下の要件を満たしている必要があります）
  - ・前年の所得額が約492万円以下である

### 【請求手続き】

#### ①新たに年金生活者支援給付金を受給できる方

対象となる方には、日本年金機構から請求可能である旨のお知らせが送付されます。

同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に必要事項を記入の上、提出してください。

#### ②年金の受給を始める方

年金の請求手続きとあわせて、お近くの日本年金機構（年金事務所）で手続きをしてください。

※給付金の詳しい内容については、給付金専用ダイヤルへ問い合わせください。

『給付金専用ダイヤル』☎0570-05-4092（ナビダイヤル）



年金生活者支援給付金 検索

### ○浜田年金事務所 出張年金相談

相談日 10月13日(火)・27日(火)

相談場所 益田市立市民学習センター 104 研修室

相談時間 10:00～15:30

【予約・問い合わせ先】浜田年金事務所 ☎0855-22-0670

### ☆要予約

相談日の1カ月前から受付

※定員に達した時点で受付は終了します。

※予約の際は、お手元に基礎年金番号の分かるものをご用意ください。

※年金相談には、基礎年金番号がわかる書類（基礎年金番号通知書、年金手帳、年金証書または年金額改定通知書などに記載されています）、マイナンバー（個人番号）がわかるもの、本人確認ができる身分証明書（運転免許証等）などをお持ちください。代理の方の場合には、委任状と代理の方の本人確認ができる書類が必要です。

※浜田年金事務所でも電話での予約が必要です。

【問い合わせ先】市保険課 ☎31-0216

慶弔だより

(8月31日まで)

緑

ご結婚

夫 左山 優さん 下本郷町  
妻 小林 和泉さん 飯田町

夫 難波 大輝さん 遠田町  
妻 穴澤 夏実さん 遠田町

夫 村田 啓也さん かもしま北町  
妻 清水 優那さん かもしま北町



ご誕生

\*村穂 蓮くん 東町  
(父：一祥 母：真央)

\*三輪 羽琉ちゃん かもしま北町  
(父：雄飛 母：春月)

\*湯面 藍くん 昭和町  
(父：龍 母：涼)

\*中島 琥珀くん かもしま西町  
(父：玄貴 母：奈美)

\*稲垣 宏汰朗くん 東町  
(父：紳司 母：ちなみ)

\*金本 虎大くん あけぼの本町  
(父：哲也 母：ひとみ)

\*川上 叶葉ちゃん 横田町  
(父：智也 母：明子)

\*高橋 風唄くん 三宅町  
(父：迅世 母：乃愛)

\*藤井 景唯くん 七尾町  
(父：智也 母：優希)

\*外尾原 樂くん あけぼの西町  
(父：慎也 母：知佳)

\*篠原 玲夏ちゃん 遠田町  
(父：俊朗 母：真理子)



おくやみ

染羽町 篠原 佐保子さん 85

幸町 田原 香音子さん 93

東町 山崎 直美さん 47

元町 堀本 敏幸さん 82

駅前町 美濃 淑恵さん 74

中島町 野村 一男さん 88

中島町 大畑 正巳さん 71

下本郷町 波田 千鶴子さん 88

あけぼの本町 田中 敦さん 72

高津町 大羽 多喜男さん 88

高津四丁目 藤田 隆子さん 83

高津六丁目 宇京 弘子さん 89

須子町 廣田 保祐さん 85

須子町 大畑 千代江さん 97

遠田町 大庭 ヨシエさん 103

遠田町 永戸 秀明さん 76

遠田町 伊藤 晴美さん 73

津田町 山本 文子さん 96

土田町 寺田 康憲さん 77

木部町 澁谷 サツキさん 96

大草町 渡邊 道代さん 83

大谷町 御神本 淳一さん 81

横田町 青木 和枝さん 90

横田町 大庭 啓助さん 86

向横田町 椋木 昭雄さん 71

桂平町 岡崎 松枝さん 95

飯浦町 児玉 カヨ子さん 102

戸田町 藤岡 伸男さん 98

内田町 品川 博さん 84

内田町 宅野 勇さん 91

虫追町 桐木 久美子さん 79

白上町 城市 清美さん 64

匹見町澄川 寺戸 薫さん 76

匹見町道川 秀浦 定雄さん 93

※本人または親族の方の承諾を得たもののみ掲載しています。

※掲載承諾書に記入された内容で掲載しています。

I LOVE YOU

「手話」をやってみよう！

【今月の手話】

朝・おはよう・起きる



【問い合わせ先】

市障がい者福祉課 ☎ 31-0251 FAX 31-8120

グーにした手を  
こめかみに当てて、  
下におろします。

広告

広告

広告

第10回

みんなあつまれ!!

# すくすく フェスタ

入場  
無料

子どもも大人も  
みんな笑顔に!

家族みんなで楽しめる! 体験いっぱいの日♪

2026

10/25日

10:00~12:30

会場

益田市立図書館

## 視聴覚室

### ★ 人形劇

#### おだんごばん

開場 9:50 開演 10:00

おばあさんが焼いたおだんごばんが、ころころ転がって大冒険! いろんな動物に食べられそうになりますが...

♪ぼくは、てんかのおだんごばん♪おはなしの繰り返しとかわいい歌を、みんなで楽しもう!



### ★ ゴッチャガクダン

#### GOCCHAとあそぼ!

開場 11:00 開演 11:10

ギターやたいこ、ピカピカ楽器の音が大集合!! みんなで歌って、手拍子して、元気いっぱいに体を動かそう!



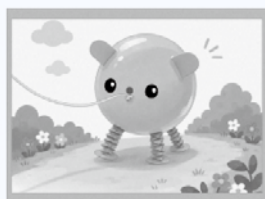
## 会議室

10:00-12:30

### バルーン工作

#### 「お散歩動物ふうせん」

世界に一つだけのペットをつくって、一緒にお散歩しよう!



## 絵本・児童コーナー

10:00-12:30

#### ● 絵本の中をのぞいてみよう!

- ポストカードをプレゼント

#### ● すくすく工作

- 遊べる工作だよ!

#### ● すくすくアート

- 手形をアートにしよう!



10:00-12:30

### すくすくマルシェ

お弁当、パン、スイーツ、フリーマーケット、手作りアクセサリー、衣類など、盛りだくさん。子どもも大人も楽しめます。



駐車場は、  
益田市役所・(株)タイピックもご利用いただけます。

問い合わせ

益田市教育委員会  
ひとづくり推進課 (益田市元町11-26)  
TEL 31-0622 FAX 31-0641

主催 みんなあつまれ!! すくすくフェスタ実行委員会

共催 おはなしパーク, たあびいちいるの会, もこもここの会  
バルーンショップBLUESKY, 子育て支援センター

後援 益田市教育委員会

## 第19回

**10月18日(日) 開催**

## 交通規制のお知らせ

空港マラソン当日の交通規制についてお知らせします。

コース周辺にお住まいの方にはご迷惑をおかけしますが、ご協力をよろしくお願いします。

全体交通規制図



12:40 ~ 15:10の間

柿本神社前は、「きもの&フォトやまさき」前  
を境に、東は「料亭上田」まで  一方通  
行となり、西は「柿本神社下」まで  車両  
通行止となります。



**ご協力  
お願いします  
ビュン！**



**12:00～14:10の間** 市原持石農道、喜阿弥高津農道  車輛通行止

12:20 ~ 14:00 の間 持石南田線  車輛通行止

**12:20 ～ 14:10 の間** 空港管理道、空港山林道線、向内田山  
の手線  車輛通行止

12:30 ~ 14:40 の間 市道市原喜阿弥線、市道市原西線  
 車輛通行止

12:40～14:50の間 「萩・石見空港IC」から「松原バス停」  
まで  一方通行となります。



【当日の開催案内】 ☎ 0120-300-158（自動音声案内）

【交通規制・駐車場の詳細】大会ホームページ <https://www.airport-marathon.jp/>

【問い合わせ先】 萩・石見空港マラソン全国大会実行委員会事務局

  31-0648

※大会当日は事務局の電話はつながりませんのでご注意ください。



大会ホームページ



スポーツ振興くじ助成事業

### 駐車場のお知らせ

県立益田翔陽高校、高津中学校、高津小学校、高津学校給食センター、県立西部高等技術校、旧益田競馬場周辺駐車場、県益田合同庁舎、益田市役所、市立市民学習センター、NTT益田電話交換所南駐車場が利用できます。駐車台数に限りがありますので、できるだけ乗り合せてお越しく下さい。また、県益田合同庁舎前、市立市民学習センター前、JR 益田駅前に停留所を設置し、会場行きの無料シャトルバス・シャトルタクシーを運行しますのでご利用ください。

## 大会当日の石見交通バスの運行について

萩・石見空港マラソン全国大会当日の交通規制に伴い、下記の二重取消線部分の時間帯のバスは運休となります。ご迷惑をおかけしますがご協力をお願いします。

### 【蟠竜湖線】

※10月18日(日)のみ

|                  |                  |                  |                  |                  |                  |                  |
|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 益田駅              |                  | 蟠竜湖入口            | 西部技術校入口          | 松ヶ丘              | 蟠竜湖              | 松ヶ丘病院            |
| 12:34            | →                | 12:48            | <del>12:49</del> | <del>12:50</del> | <del>12:50</del> | <del>12:52</del> |
| 松ヶ丘病院            | 蟠竜湖              | 松ヶ丘              | 西部技術校入口          | 蟠竜湖入口            |                  | 益田駅              |
| <del>13:10</del> | <del>13:12</del> | <del>13:12</del> | <del>13:13</del> | 13:14            | →                | 13:25            |

### 【二条線】

※10月18日(日)のみ

|                  |                  |                  |                  |                  |                  |                  |                  |
|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 小島               |                  | 白上               | 中西小学校前           | 白上コミセン前          | 西呑               | 妙雲寺前             | 松原               |
| 12:45            | →                | 13:09            | <del>13:09</del> | <del>13:09</del> | <del>13:10</del> | <del>13:10</del> | <del>13:11</del> |
| 松原下              | 登郷               | 市原               | 五反田              | 内田               | 庄の田              | 廿子               | 円通和              |
| <del>13:11</del> | <del>13:12</del> | <del>13:13</del> | <del>13:14</del> | <del>13:15</del> | <del>13:16</del> | <del>13:17</del> | <del>13:18</del> |
| 人丸下              | 高津               | 須子               | 福祉センター前          | 労働会館前            | 益田駅              |                  |                  |
| <del>13:18</del> | <del>13:19</del> | <del>13:22</del> | <del>13:23</del> | 13:24            | 13:26            |                  |                  |

## 空港マラソン会場で「マラソンフェスタ」開催！

【日 時】10月18日(日) 10:00～16:00

【場 所】県立万葉公園 太陽の広場

※当日のタイムスケジュールなど、詳しくは大会ホームページでご確認ください。▶



★飲食・販売ブース出店 10:00～16:00 県立万葉公園 太陽の広場

益田の食材を使用した飲食ブースが並びます！

マラソン大会記念グッズや神楽グッズ、益田の名産品なども販売します！

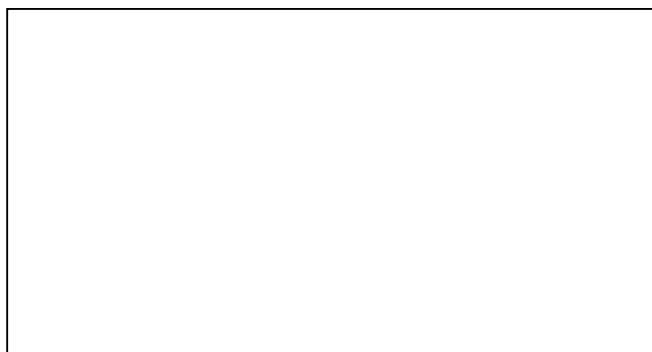
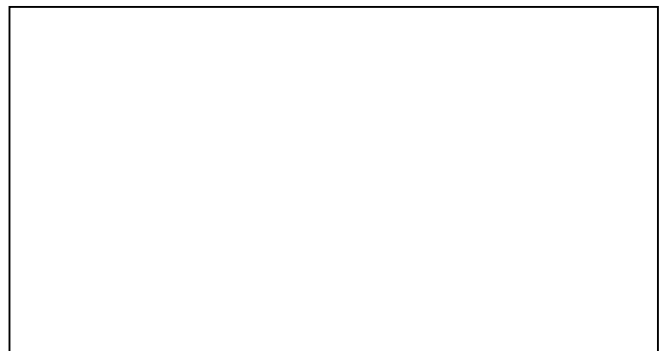
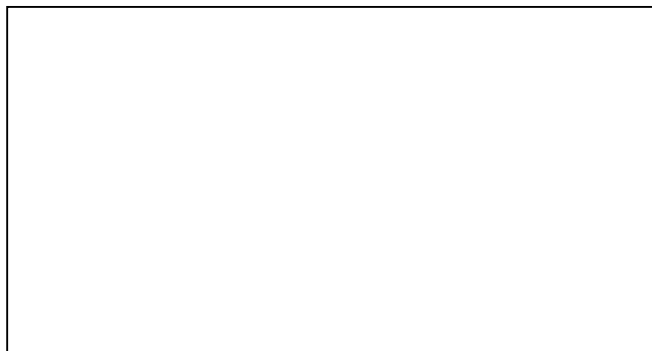
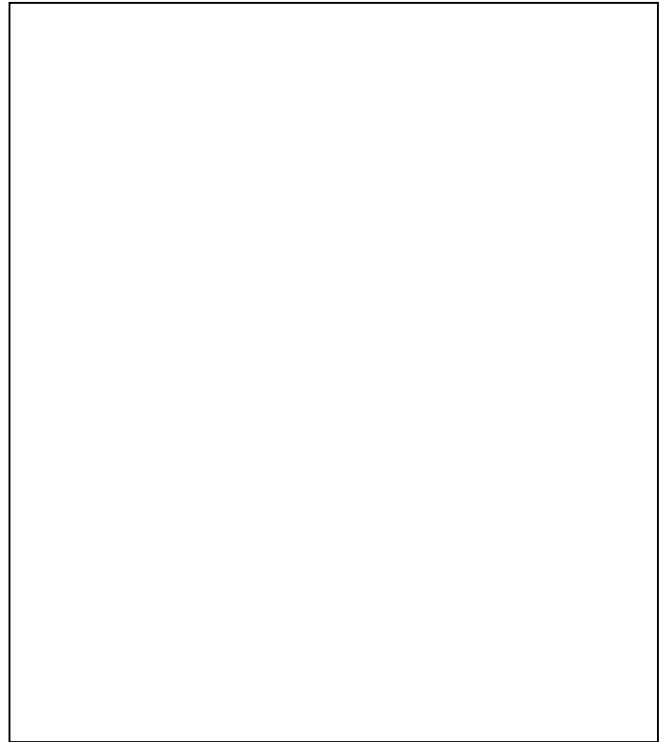
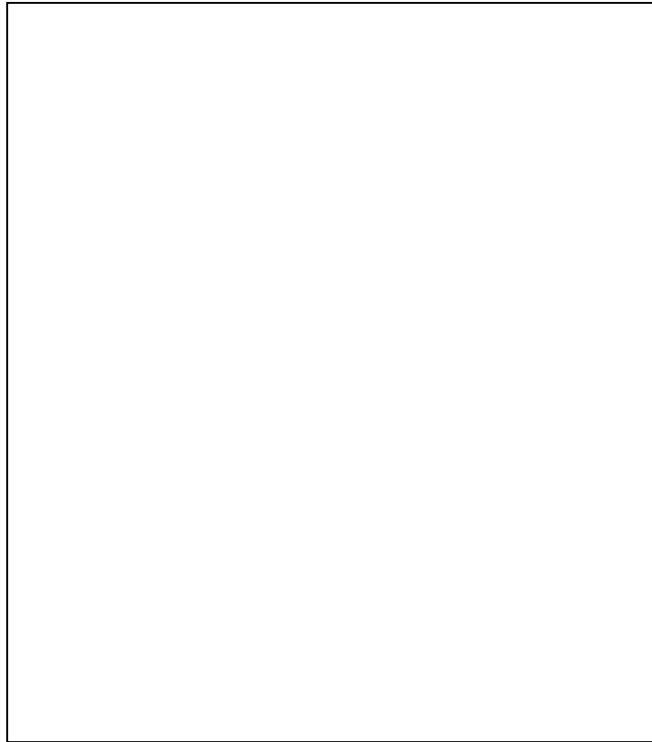
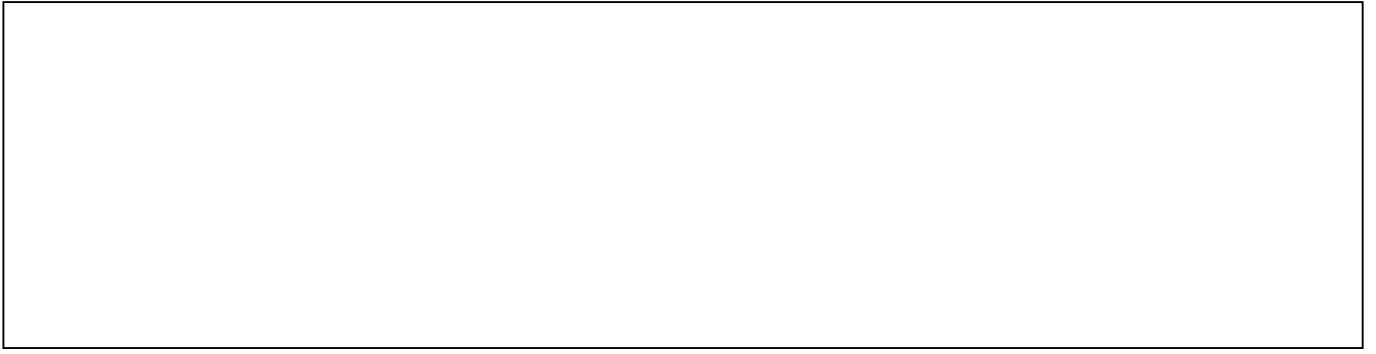
★ステージ 10:30～16:00 県立万葉公園 太陽の広場ステージ

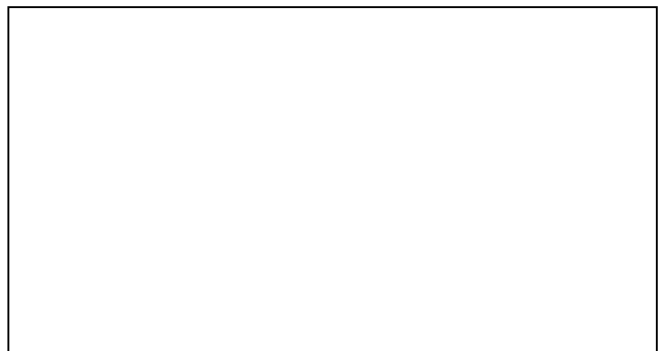
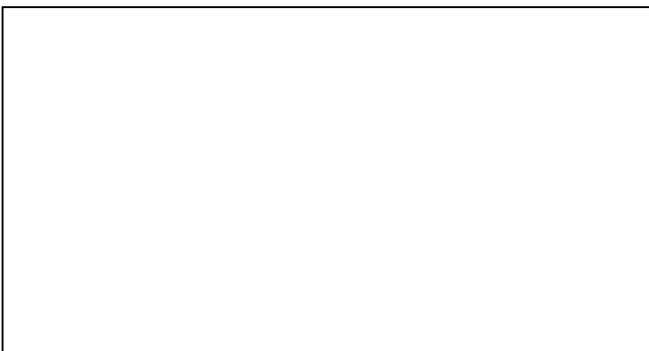
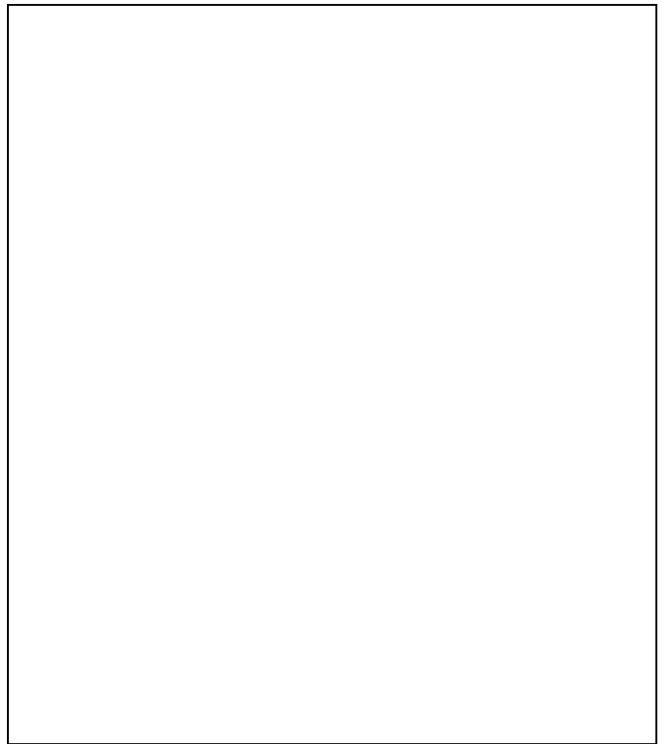
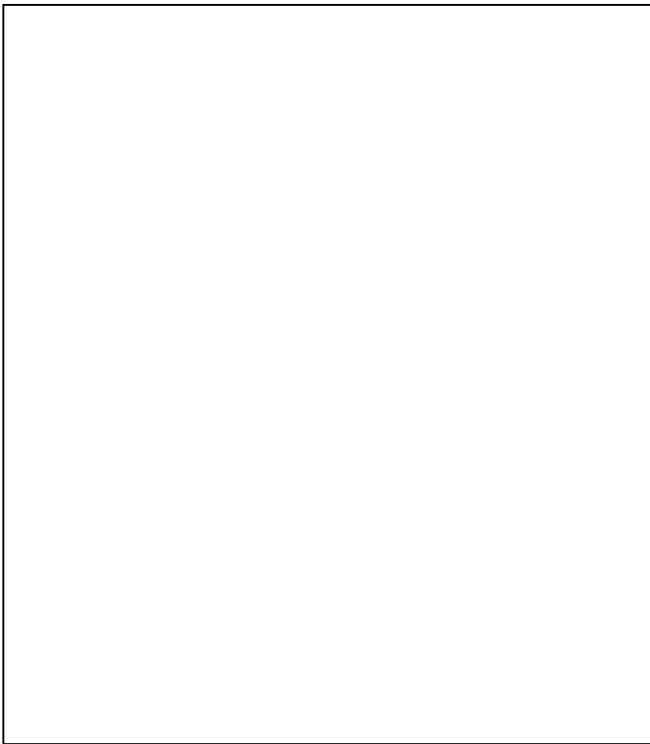
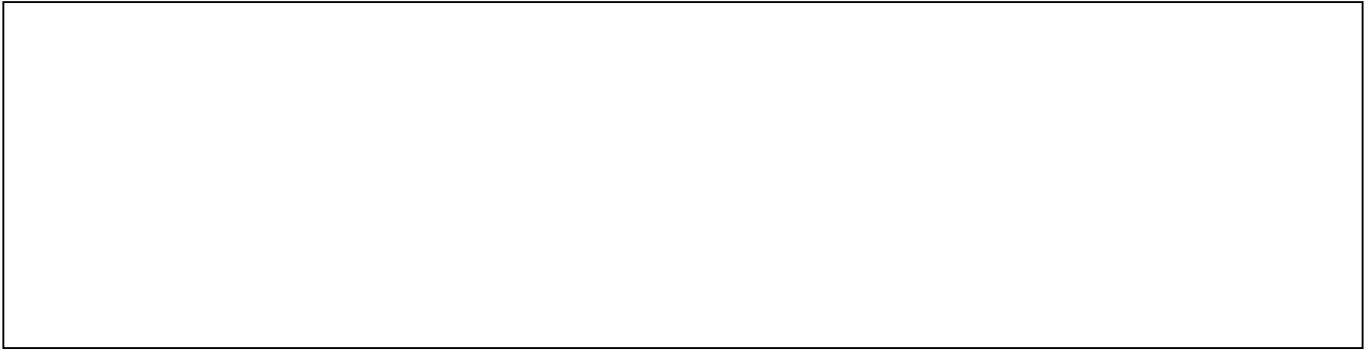
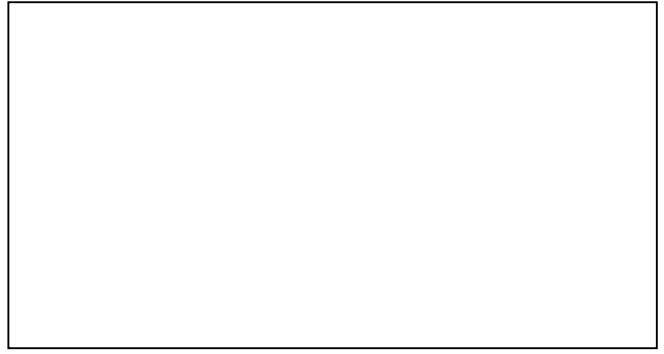
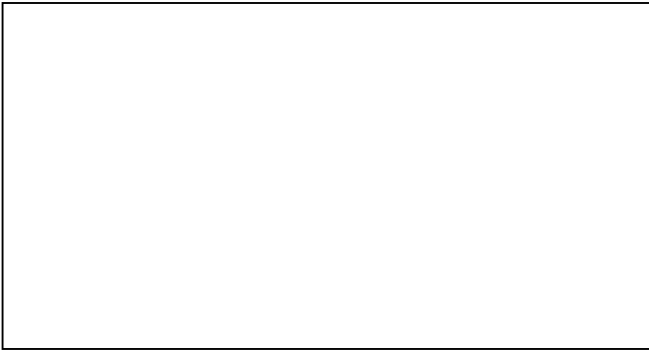
和太鼓演奏をはじめ、ダンスや丸茂神楽社中による石見神楽の上演もあります。

ぜひ会場でお楽しみください！

みんなて  
遊びに来てね～！







【島根県芸術文化センター「グラントワ」】

公式SNSで最新の情報をCheck!



facebook



Instagram



北斎の  
ようこそ、  
版画の世界へ



石見版  
企画展

北斎

永田コレクションの全貌公開第二章  
葛飾北斎期  
TAITO  
戴斗期

2026  
【前期】9/19(土)・10/12(月)  
【後期】10/15(水)・11/9(月)  
島根県立石見美術館

高校生以下  
無料

【開館時間】9:30~18:00(展示室への入場は17:30まで)  
【休館日】9/24(木)・29(火)、10/6(火)・13(火)・20(火)・27(火)、11/4(水)  
※10/14(水)は北斎展は休室、コレクション展のみ観覧できます  
【観覧料】(当日券)一般1,000円、大学生600円  
(前売券)企画・コレクション展セット:一般900円、大学生500円  
葛飾北斎・画「北斎漫画 九編」(部分) 島根県立美術館蔵(永田コレクション)

グラントワ  
Grand Toit

グラントワ開館21周年感謝祭  
きんさいデー



2026  
10/11 SUN  
10:00-14:30

※美術館は18:00まで開館(最終入場17:30) ※一部有料  
※小雨決行

グラントワ中庭広場 ほか

ご家族やお友達と一緒に、ぜひお越しください。

参加無料 「グラントワのお仕事たいけん!」  
今年のきんさいデーは、子どもたちのための「グラントワのお仕事たいけん!」を企画しました。この機会にぜひ、ご参加ください。

▶参加費 | 無料(事前申込が必要です) ▶対象 | 小学1年生~高校生  
※体験内容・時間・定員・対象年齢などの詳細は、きんさいデーチラシ、グラントワ公式ホームページをご確認ください。



AYAKA 20th

心が震える歌声を  
ぜひ会場でお楽しみください。

絢香

20th ANNIVERSARY LIVE TOUR

2026.11.15(日) 入場料 全席指定一税込み

開場 16:00 開演 17:00 9,900円 ※未就学児入場不可  
いわみ芸術劇場大ホール

チケット好評発売中



響く舞う魅せる

中四国9県が誇る民俗芸能が島根に集結!

第68回

中国・四国ブロック民俗芸能大会

2026年11月8日(日)9:30開場/10:00開演

グラントワ大ホール 入場無料 全席自由  
※整理券配布はございません

出演

【出雲市】国指定・大土地神楽保存会神楽方(写真左)

【益田市】県指定・益田系操り人形保持者会(写真右)

その他中四国各県から1団体ずつ出演!

※各県の出演団体、出演順などは、HPをご確認ください。

【歴史文化交流館「れきしーな」】

市立雪舟の郷記念館リニューアルオープン記念特別展  
「寧波と益田ー交流の軌跡ー」

室町時代、雪舟が遣明船で中国・寧波に渡り天童寺で「首座」の称号を贈られたことが、寧波市と益田市の交流の由来とされています。両市の交流の歩みを記念品や関連資料とともに紹介します。



《寧波府図》（唐山勝景画稿） 2004 年、寧波市から贈られた正絹織物。

- 会 期 10月3日(土)～11月30日(月)
- 会 場 市立歴史文化交流館「れきしーな」展示ルーム
- 観覧料 一般：200円(160円)／高校生以下無料  
※( )内は20名以上団体料金
- 休館日 毎週火曜日 [11月3日(火・祝)は開館]、11月4日(水)

9月28日(月)～10月2日(金)は、  
展示入替のため「展示ルーム」  
は休室します。

◆ 歴史文化交流館「れきしーな」 本町6番8号 ☎ 23-2635

こんにちは

としょかん

です



益田館：☎ 22-4222  
美都館：☎ 52-2481  
匹見館：☎ 56-1144  
<https://library.masudanohito.jp/>



**10/3 (土) 来ぶらリマルシェ**

10:00～14:00 益田館 前庭

いろいろなお店が出店します！お楽しみに♪

10月・11月は  
2カ月連続!! **読書週間特集**

毎年10月27日～11月9日は読書週間です。  
読書の秋、図書館でお気に入りの1冊を☆

**\*大人向け\***『ジャーニー』  
いつもの毎日を少し離れて、この秋は本の旅へでかけてみませんか。

**\*こども向け\***『アナザー・ワールド』  
ページを開くと、過去や未来、遠い国や不思議な世界があなたを待っています☆

**リユース古本市 出店**

**10月25日(日) 9:00～13:00**  
リサイクルプラザ

リサイクルプラザで開催される  
エコリスフェアに、図書館から  
リユース古本市を出店します！  
ぜひご来場ください☆



**第13回 古本よみの市**

寄付受付：11月9日(月)～13日(金)  
開 催 日：11月14日(土)・15日(日)  
【場所】市立市民学習センター ホワイエ  
※詳細は広報ますだ 11月号でお知らせします。

放送大学公開講演会  
**「南極の生物と生育環境」**

**入場無料** **10月4日(日) 10:30～12:00**  
益田市立図書館 2階 視聴覚室

**【講師】大谷 修司 氏**  
(島根大学名誉教授／放送大学島根学習センター客員教授)

**【定員】20名** (事前申込制：締切 9/27)

**【申込み・問い合わせ先】** 市ひとづくり推進課 ☎ 31-0622  
放送大学島根学習センター ☎ (0852) 28-5500

# プラサDEますだん

**12月号投稿大募集!**  
申込期間は  
10月1日(木)～19日(月)です!



## Happy Birthday

10月生まれ

申込み  
問い合わせ先

市秘書広報課 ☎ 31-0112 FAX 23-2456  
✉ hisyo@city.masuda.lg.jp



1歳

いと  
**坂崎 衣都**ちゃん  
いつも笑わせてくれて  
ありがとう これから  
もすくすく育てね  
投稿者:父・母



1歳

せな  
**大石 聖椰**くん  
初めてのお誕生日おめ  
でとう! いつも可愛い  
笑顔をありがとう!  
投稿者:父・母



2歳

あさひ  
**伊藤 彩陽**ちゃん  
笑顔が可愛いあさひ  
ちゃん♡生まれてきて  
くれてありがとう!  
投稿者:父・母



2歳

みか  
**栗崎 未華**ちゃん  
おめでとう! アニメの  
ゴリラを見て「ママ!」  
と呼ばないでね!  
投稿者:パパ・ママ



2歳

よしゆき  
**岩永 佳幸**くん  
とにかくかわいい我が  
家のアイドル! いつも  
癒しをありがとう!  
投稿者:家族のみんな



5歳

とうじゅ  
**原 橙寿**くん  
いつも可愛すぎる橙く  
ん。橙くんに出逢えて本  
当に幸せです  
投稿者:父・母



5歳

みなと  
**福原 湊士**くん  
おしゃべりが大好きな  
湊士くん。いっぱいお話  
してね。  
投稿者:父・母



9歳

きい  
**清水 希生**ちゃん  
優しく素直なきーちゃ  
ん! 生まれてきてくれ  
てありがとう!  
投稿者:父・母

**※お詫びと訂正※** 令和8年8月号32ページに掲載した稲垣良汰朗くんのふりがなに誤りがありました。  
正しくは「りょうたろう」です。お詫びして訂正します。

### 市の人口 (8月末現在)

|             |        |          |
|-------------|--------|----------|
| 世帯          | 21,039 | 世帯 (20)  |
| 人口          | 41,662 | 人 (△ 4)  |
| 男性          | 19,750 | 人 (13)   |
| 女性          | 21,912 | 人 (△ 17) |
| 出生          | 21     | 人        |
| 死亡          | 48     | 人        |
| 転入          | 73     | 人        |
| 転出          | 50     | 人        |
| ※ ( ) 内は前月比 |        |          |
| ※住民基本台帳より   |        |          |

今月号の表紙は清流高津川を彩った「いかだ流し」。特集ではリニューアルを迎えた「雪舟の郷記念館」を紹介しました。どちらも素敵な益田の魅力。皆さんに『益田らしさ』が伝わると嬉しいです。

(えん)

※編集後記※

### 益田市 LINE 公式アカウント

【問い合わせ先】  
市秘書広報課 ☎ 31-0112

登録は  
無料!

## 災害時の避難情報等を いち早くお届けします!



受け取れる主な情報



避難情報



気象・災害情報



その他の緊急情報

今すぐ登録! ※友だち登録後、受信設定すると情報を受け取れます。

右の二次元コードを  
読み取ってください▶



「友だち追加」からID検索

@masudacity