



特集

万葉歌人 柿本人麿 没後 1300 年



柿本人麿没後 1300 年祭
オリジナルキャラクター
「ひとまるさん」



万葉歌人 柿本人麿 没後 1300 年

益田市民にとって、柿本人麿は子どもの頃から身近な存在です。家族や友人と柿本神社へ初詣に出かけたり、柿本人麿の誕生日とされる9月1日には八朔祭が行われたり、また、県立万葉公園には、万葉集の代表歌人とされる柿本人麿の歌碑や万葉植物園などがあり、レクリエーションの場として幅広い年齢層から親しまれています。そんな地域の宝である柿本人麿は、親しみを込めて「ひとまるさん」と呼ばれています。

石見の宝「ひとまるさん」

益田市には、柿本人麿や雪舟、中世のまち、古墳など数多くの歴史的・文化的遺産があります。また、清流「高津川」や日本海、中国山地など自然豊かなまちでもあります。

その中でも、柿本人麿は『万葉集』第一級の歌人であり「歌聖」として柿本神社に祀られています、その生涯は謎に包まれています。

益田市には、戸田柿本神社、高津柿本神社をはじめ多くのゆかりのある神社や史跡があります。戸田柿本神社は人麿生誕の地といわれています。その生誕を祝って毎年9月1日に「八朔祭」が戸田柿本神社と高津柿本神社で行われています。高津柿本神社では、八朔祭の日に古式豊かな流鏝馬神事も行われ、大勢の人で賑わいます。

伝承によると、石見国府の役人として赴任していた柿本人麿は724年に亡くなり、終焉の地である鴨島に祀られました。その後、万寿3年(1026年)の大津波によって鴨島は海に沈み、人麿のご神体も津波で流され、現在の高津松崎の地に流れ着きました。そして、地元の人たちによって人丸社が建てられ人々の信仰を集めたとされています。江戸時代になり、1681年に津和野藩主の亀井公によって、現在の場所(高津城跡)へ移築されました。こうしたことから、益田は人麿終焉の地であると語り継がれています。

現在でも「ひとまるさん」は石見・益田の宝であり、誇りでもあります。



戸田柿本神社



松崎の碑



高津柿本神社

柿本人麿没後 1300 年祭オリジナルマスコットキャラクター 「ひとまるさん」

柿本人麿没後 1300 年祭実行委員会および推進委員会では、「柿本人麿のまち益田」を全国に発信する取組の一環として、令和3年12月～令和4年3月にマスコットキャラクターの公募を行いました。その結果、小学生から70代の方まで幅広い年齢層の方々から応募があり、マスコットキャラクターの名前は、昔から地元の人たちに親しみを込めて呼ばれている「ひとまるさん」に決まりました。

チェーンソーアートで制作された「ひとまるさん」の木像が、柿本人麿没後 1300 年祭の PR のため、萩・石見空港など市内のさまざまな場所で展示されています。



ひとまるさん

柿本人麿没後 1300 年祭

8月26日(土)・27日(日)

島根県芸術文化センター「グラントワ」で開催

今年、柿本人麿没後 1300 年を迎えます。この記念すべき年を益田市全体で盛り上げるとともに、柿本人麿の魅力を広く発信するため「柿本人麿没後 1300 年祭」を開催します。

さまざまな角度から楽しめる内容になっています。入場は無料です。ぜひお越しください！



8月26日(土)



【柿本人麿没後 1300 年祭に関する問い合わせ先】
柿本人麿没後 1300 年祭実行委員会・推進委員会
☎ 32-3161



石見相聞歌演奏・合唱 10:30 ~ 大ホール

石見相聞歌とは、柿本人麿が詠んだ恋の歌として有名な長歌と反歌 2 首からなる一連の歌のことです。
『万葉集』(巻二 131) をベースに、作曲家・高橋久美子氏が作曲した楽曲を、グラントワ弦楽合奏団、島根邦楽集団、グラントワ合唱団が演奏します。



記念式典 11:00 ~ 大ホール

島根県内外の柿本人麿ゆかりの地から多くの来賓の方をお招きします。



エバーグリーン・ミニコンサート

11:40 ~ 大ホール

柿本人麿や石見神楽などを題材にした「人麻呂哀歌」、高津川を歌った「悠久の川」を演奏予定です。



和歌披講 13:00 ~ 大ホール

和歌披講を伝承する会の 6 名が、古式に則り、袷袴(けいこ)と狩衣(かりぎぬ)の装束で人麿ゆかりの歌を情感豊かに歌い上げます。



記念講演会 13:30 ~ 大ホール

「万葉集と相聞歌」
講師：坂本信幸氏(奈良女子大学名誉教授・高岡市万葉歴史館名誉館長)
「一千三百年続く人麿信仰と石見」
講師：川島芙美子氏(山陰万葉を歩く会会長)

8月27日(日)



創作朗読劇「人麿さん物語」

10:30 ~ 大ホール

益田の人麿歌集『愛しき妹と海のうた』に基づき、新たに創作された朗読劇です。朗読、群読、歌、映像で人麿さんの歌と生涯を語ります。



創作神楽「人麿伝」高津神楽社中

13:00 ~ 大ホール

新たに創作された石見神楽「人麿伝」を高津神楽社中が上演します。



人麿の里 全国万葉短歌大会 13:30 ~ 小ホール

秋葉四郎氏(短歌誌「歩道」発行人)による記念講演と、短歌大会表彰式を行います。表彰式では、選者による講評もあわせて行います。

8月26日(土)・27日(日)



展示・書籍販売・万葉茶会 9:00 ~ ホワイエ

- 「伝承が語る人麿の生涯とゆかりの地」をテーマにした展示「鴨島立体模型」を初公開します！
- 万葉ゆかりの書籍や地元作家の書籍販売
- 茶道裏千家石見淡交会青年部によるお茶席
抹茶券 500 円 ※お茶席は 26 日(土) 10:00 ~ 14:00 のみ



ひとまるマルシェ

12:00 ~ 中庭広場

各種飲食ブースの出店を予定しています。
○時間 12:00 ~ 16:00

【問い合わせ先】市協働のひとづくり推進課 ☎ 31-0621

『チャットボット健康相談』をぜひご利用ください

「チャットボット健康相談」は、健康に関する悩みや質問に対して自動的に答えてくれます。
次のような時は、気軽にご利用ください。

病院に連れて行った
ほうがいいのか？

つわりが辛い…
なんとかならない？



頭痛が起きたときの対処法は？

転んで頭を打ってしまいました。
受診の目安は？

●このほかにも…

- ・子どもが落ち着いた時に
- ・仕事の合間に
- ・移動中に…など、気軽に調べたい時に



※実際の画面とは異なる場合があります

チャットボットで
解決しない場合は…

保健師・看護師
などの相談スタッフへ
電話で相談することも
できます！

ますだ健康ダイヤル 24

フリーダイヤル

0120-506-103

睡眠の質を上げるための日常生活
の注意点は？

子どもが薬を吐いてしまいました。
新しく飲ませてもいい？

スマートフォンやパソコン
など、さまざまな情報端末で
利用できます。



幅広い相談テーマに対応しています

- 子どもの相談（0～6歳） ●女性・男性に多いからだの悩み ●こころの不調や悩みの相談
- 季節限定の相談（花粉症・熱中症・インフルエンザ） ●からだの相談（ちょっとした不調・健診結果の見方）

※このサービスはティーバック株式会社が運営しています。 ※当サービスは、必ずしも疾病の予防を保障するものではありません。

▼URL

～ ご利用はこちらから ～

https://app.chatplus.jp/chat/visitor/3159fab2_136?t=btn&bw=480



I LOVE YOU

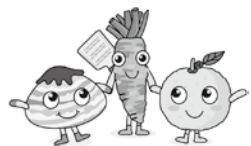
「手話」をやってみよう！

【今月の手話】 元気・頑張る・張り切る

両手をグーにして肘を張ったら、こぶしを2回
力強く下に動かす。

【問い合わせ先】 市障がい者福祉課 ☎ 31-0251 FAX 31-8120





ますだ地元経済 “もっともっと” 応援券

エネルギー・食料品価格等の物価高騰の影響を受けた各世帯への経済支援と新型コロナウイルス感染症により疲弊した地域経済および地域活力の回復を図るために、市内の登録店で利用できる「ますだ地元経済 “もっともっと” 応援券」を発行します。

「ますだ地元経済 “もっともっと” 応援券」の概要

- 対 象 世 帯 令和5年7月1日時点で市内に住民登録がある世帯
○発 行 額 1世帯あたり 10,000 円分の商品券 (1,000 円×10 枚綴り)

< 応援券の内訳 >

地元応援券	共通券
6,000 円分	4,000 円分
市内に本店・本社がある登録店 (地元のお店) で利用できる券	全ての登録店で利用できる券

- 配 布 方 法 対象世帯の世帯主宛にゆうパックでお届けします。
※配達員が手渡しします。
※ 7 月 29 日から約 2 週間をかけて市内各世帯へお届けするため、地区によってはお届け時期にばらつきがあります。
※ご不在の場合「不在連絡票」が投函されますので、再配達を依頼または郵便局が指定する窓口でお受取りください。

- 利 用 期 間 令和 5 年 7 月 29 日～ 令和 5 年 12 月 31 日
※応援券は届き次第利用できます。
※利用期間を過ぎた場合、応援券は利用できませんので、早めにご利用ください。
※応援券は、第三者への転売や譲渡、換金はできません。

- 利 用 店 舗 ますだ地元経済 “もっともっと” 応援券取扱登録店で利用できます。
※応援券を利用できる店舗には、取扱登録店として店頭等にステッカーが掲示されています。
※応援券配布時に登録店の一覧表を同封しています。また、一覧表は市ホームページにも掲載しています。
※登録店の情報は随時更新します。最新情報は、市ホームページをご覧ください。



市内事業者の方へ

取扱登録店は、随時募集しています。
申請方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

市ホームページ

「ますだ地元経済 “もっともっと” 応援券について」▶



【問い合わせ先】

- 事業に関すること……………市産業支援センター ☎ 31-0341 FAX 22-0437
○取扱登録店の申請・換金請求…益田商工会議所 ☎ 22-0088 FAX 23-4343
美濃商工会 本所 ☎ 52-2537 FAX 52-2536
美濃商工会 匹見支所 ☎ 56-0220 FAX 56-0753

益田市 LINE 公式アカウントを開設しています！

LINE アプリをダウンロードして友だち登録をすると、益田市から災害時の緊急情報や防災情報のほか、市政・イベント情報などが届きます。

友だち登録の方法 (次のいずれか)

- ・右記の二次元コードを読み込んで友だち追加
- ・LINE の検索画面で「益田市」または ID 検索で「@masudacity」を検索し、「益田市」のアカウントを選択して友だち追加



友だち登録はこちら！

友だち登録をお願いします！



問 市政企画課 ☎ 31-0112

LINE 公式アカウントのトーク画面イメージ▶

8月27日(日)は

益田市議会議員一般選挙

の投票日です

投 票

● 投票できる方

投票できるのは、選挙人名簿に登録されている方です。この名簿には次の条件を備えている方が登録されています。

年 齢：平成 17 年 8 月 28 日以前に生まれた方

住 所：益田市内に住所があり、引き続き 3 カ月以上住民登録をしている方

※ 8 月 9 日以降に市内で転居の届出をした方は、前住所の投票所での投票となります。

※ 選挙期日前に益田市外に転出した方は投票することができません。

※ 鉛筆、シャープペンシル、油性ボールペンなどを持参し、投票用紙に記入することができます。

(ご自身の点字器の持参もできます)

● 投票所入場券

投票所入場券は、1 枚のハガキに一人ずつ入場券を印刷し、郵送します。表面に、お名前、投票場所、開始時間・閉鎖時間が記載してあります。当日投票所に行く際にお持ちください。

裏面は、期日前投票所で投票の際に必要な期日前投票宣誓書です。期日前投票に行く際は、ご自身の入場券の表面を確認のうえ、事前に裏面の期日前投票宣誓書を記入してお持ちください。

なお、投票日当日(8月27日)に投票される方は、期日前投票宣誓書への記入は不要です。

もし投票所入場券が届かない場合や、お持ちいただくのを忘れた場合でも、選挙人名簿の登録を確認できれば投票することができます。

● 選挙公報の配布

候補者の氏名、経歴、政見等を掲載した選挙公報を、新聞折込を通じて投票日の前々日までに配布します。届かない場合や新聞を購読していない場合で、郵送による配布を希望される方は、市選挙管理委員会事務局までご連絡ください。なお、選挙公報は、益田市役所・美都分庁舎・匹見分庁舎および各公民館に備えていますのでご利用ください。また、益田市のホームページ(<https://www.city.masuda.lg.jp/>)にも掲載します。

【申込み先】市選挙管理委員会事務局 ☎ 31-0462 ☎ 31-0536

開 票

● 開票は即日開票

〈日 時〉 8月27日(日) 20:00 ~ (予定)

〈場 所〉 益田市人権センター『あすなろ館』(須子町)

〈開票速報〉 開票所前に掲示するほか、益田市のホームページにも掲載する予定です。

<https://www.city.masuda.lg.jp/>



みんなの一票大切に!

当日投票

- 投票場所は投票所入場券に記載されています。ご確認ください。
- 投票開始時間は朝 7:00 です。終了時間は投票区によって違います。

投票区	投票場所	投票所を開く時刻	投票所を閉じる時刻	投票区	投票場所	投票所を開く時刻	投票所を閉じる時刻
1	益田市役所	午前7時	午後7時	26	中西公民館	午前7時	午後6時
2	市民学習センター	午前7時	午後7時	27	内田集会所	午前7時	午後6時
3	吉田小学校	午前7時	午後7時	28	鎌手公民館	午前7時	午後6時
4	雪舟橋自治会館	午前7時	午後7時	29	平口会館	午前7時	午後6時
5	下本郷ふれあい会館	午前7時	午後7時	30	種公民館	午前7時	午後6時
6	久城会館	午前7時	午後7時	31	地域活性化交流館 (真砂複合施設)	午前7時	午後6時
7	水質管理センター	午前7時	午後7時	32	城山会館	午前7時	午後5時
8	益田小学校	午前7時	午後7時	33	二条公民館	午前7時	午後6時
9	益田東中学校	午前7時	午後7時	34	美濃公民館	午前7時	午後6時
10	益田高等学校いわみの記念館	午前7時	午後7時	35	東仙道公民館	午前7時	午後6時
11	高津中学校	午前7時	午後7時	36	三谷集会所	午前7時	午後5時
12	県立西部高等技術校	午前7時	午後7時	37	笹倉自治会館	午前7時	午後5時
13	高津公民館	午前7時	午後7時	38	美都分庁舎	午前7時	午後6時
14	益田市総合福祉センター	午前7時	午後7時	39	丸茂郷集会所	午前7時	午後6時
15	安田小学校	午前7時	午後7時	40	久原中倉人元木集会所	午前7時	午後5時
16	安田公民館	午前7時	午後7時	41	(旧)二川へき地保育所	午前7時	午後6時
17	北仙道公民館	午前7時	午後6時	42	匹見分庁舎	午前7時	午後6時
18	豊川公民館	午前7時	午後6時	43	高齢者コミュニティセンター	午前7時	午後4時
19	豊田公民館	午前7時	午後6時	44	小原公会堂	午前7時	午後4時
20	羽場会館	午前7時	午後6時	45	三葛集会所	午前7時	午後4時
21	梅賀山コミュニティセンター	午前7時	午後6時	46	匹見下公民館	午前7時	午後4時
22	西益田公民館	午前7時	午後6時	47	石谷老人福祉センター	午前7時	午後4時
23	白岩多目的集会所	午前7時	午後6時	48	広瀬自治会館	午前7時	午後4時
24	小野公民館	午前7時	午後6時	49	道川公民館	午前7時	午後4時
25	飯浦ふれあい福祉館	午前7時	午後5時				

期日前投票

- 投票日当日に仕事や旅行で出かけるなど、投票所へ行くことができない方は、期日前投票をご利用ください。
 - ご自宅に届く投票所入場券の裏面に期日前投票宣誓書が印刷されています。
- 期日前投票にお出かけの前に、記入してからお持ちください。名前は自署してください。

投票場所	期日前投票期間	投票時間	該当地区
益田市役所	8月21日(月)～8月26日(土)	8:30～20:00	全地区
美都分庁舎	8月21日(月)～8月26日(土)	8:30～18:00	全地区
匹見分庁舎	8月21日(月)～8月26日(土)	8:30～18:00	全地区
ホタルの里農業センター	8月22日(火)	9:00～12:00	柏原・愛栄・火打岩(上)・中倉
葛籠公民館	8月22日(火)	9:00～11:00	葛籠・金谷
板井川自治会館	8月23日(水)	9:00～11:00	板井川
下道川上集会所	8月22日(火)	9:00～11:00	下道川下・下道川上
日の里集会所	8月22日(火)	13:30～15:30	日の里
落合会館	8月23日(水)	9:00～11:00	千原・戸村・道谷下・道谷上・矢尾

投票所の混雑状況（過去の例）

令和元年8月益田市議会議員一般選挙

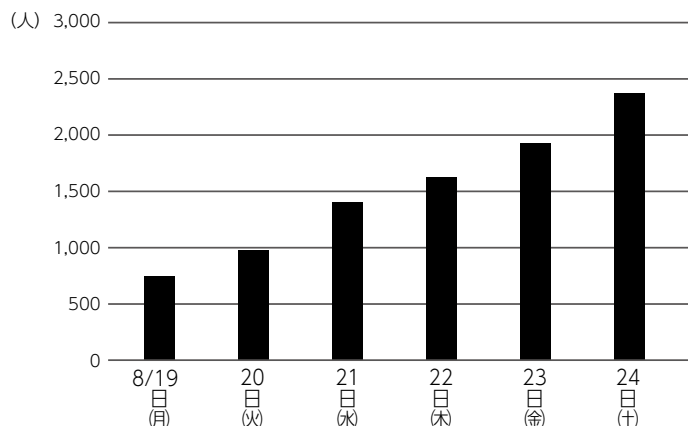
【1】期日前投票所（参考：益田市役所）

- 水曜日から土曜日までが混み合う傾向にあります。
- 特に、投票日の前々日の金曜日、前日の土曜日は大変混み合います。
- 一日のうちでは、「午前9時から午前11時まで」が混み合う傾向にあります。

期日前投票者数（日別）

益田市役所	
8月19日(月)	741 人
8月20日(火)	978 人
8月21日(水)	1,405 人
8月22日(木)	1,626 人
8月23日(金)	1,936 人
8月24日(土)	2,385 人

合 計 9,071 人



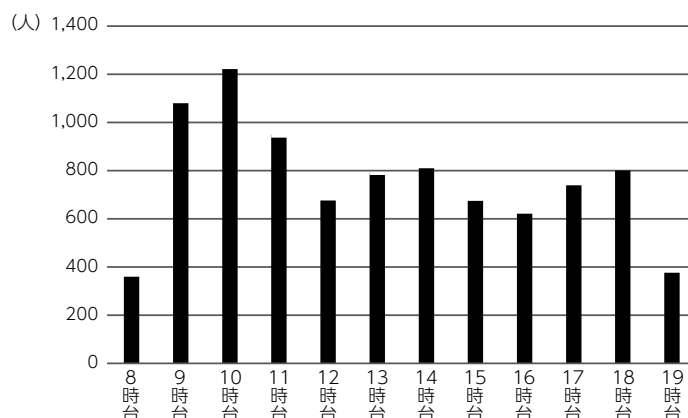
※参考：令和元年8月益田市議会議員一般選挙

8：30～20：00の投票者数の日別合計（期日前投票期間：8月19日から8月24日まで6日間）

期日前投票者数（時間別）

益田市役所			
8時台	357 人	14時台	809 人
9時台	1,081 人	15時台	673 人
10時台	1,221 人	16時台	619 人
11時台	937 人	17時台	739 人
12時台	676 人	18時台	804 人
13時台	781 人	19時台	374 人

合 計 9,071 人



※参考：令和元年8月益田市議会議員一般選挙

8：30～20：00の投票者数の時間別合計（期日前投票期間：8月19日から8月24日まで6日間）

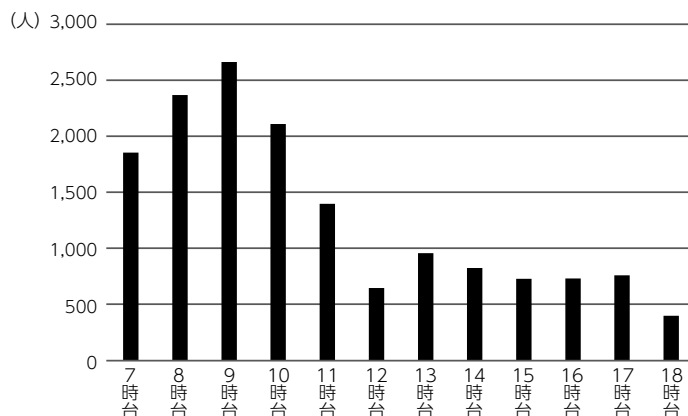
【2】当日の投票所

- 午前中に混み合う傾向にあります。

当日投票所（時間別）

投票者数			
7時台	1,851 人	13時台	960 人
8時台	2,363 人	14時台	828 人
9時台	2,660 人	15時台	730 人
10時台	2,107 人	16時台	734 人
11時台	1,397 人	17時台	759 人
12時台	648 人	18時台	402 人

合 計 15,439 人



参考：令和元年8月益田市議会議員一般選挙

当日の投票所すべてを合計した投票者数

マイナンバーカードの交付申請ができます！

マイナンバーカードの交付申請ができる「マイナンバーカード申請窓口」を市役所に設置しました。専用のタブレット端末を使って顔写真の撮影から申請まで手続きができます。本人確認書類等の必要書類をお持ちいただき申請いただくと、後日、マイナンバーカードをご自宅に郵送します。

窓口の設置期間は令和5年10月末までです。マイナンバーカードをまだお持ちでない方は、この機会にぜひご利用ください。

◆窓口の設置場所および受付時間

※「マイナポイント予約等支援窓口」と同じ窓口です

〈場所〉市役所本館1階 総合案内横 〈受付時間〉平日8:30～17:00

【問い合わせ先】 ☎ 31-1065（直通） ※左記につながらない場合 ☎ 31-0224（市民課）

◆美都地域・匹見地域は、次の日程で出張窓口を開設します！

○美都地域〈場所〉ふれあいホールみと

〈時間〉9:30～16:00

〈開設日〉8月7日(月)・25日(金)、9月5日(火)・19日(火)、10月5日(木)・20日(金)

○匹見地域〈場所〉匹見タウンホール

〈時間〉10:00～15:30

〈開設日〉8月9日(水)・30日(水)、9月13日(水)・28日(木)、10月11日(水)・26日(木)

◆必要書類

(1)「通知カード」または「個人番号通知書」

(2) 本人確認書類

以下のA書類1点またはB書類2点の原本

A書類…顔写真付き公的身分証明書

[運転免許証、運転経歴証明書(平成24年4月1日以降に交付のもの)、旅券、身体障害者手帳など]

B書類…A書類以外の身分証明書

[健康保険証、介護保険の被保険者証、社員証など]

(3) 住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）



通知カード

または



個人番号通知書



住民基本台帳カード

※顔写真付きでないタイプあり

申請の流れ

受付

申請書類記入

本人確認

写真撮影・申請

手続完了

約1カ月～2カ月後

ご自宅へ郵送



※通知カードを紛失等でお持ちでない場合は、A書類2点またはA書類1点+B書類1点が必要になります。

※通知カードをお持ちでなくA書類がない場合は、カードの受取りに市民課窓口にお越しいただく必要があります。

【問い合わせ先】 市市民課 ☎ 31-0224

自転車損害賠償保険等に参加していますか？



身近な交通手段として利用されている自転車は「車両」の一種です。自転車利用中に相手にケガを負わせてしまい、**高額な損害賠償を請求される事例が全国的に発生しており、社会問題になっています。**

自転車による事故は、誰もが加害者にも被害者にもなる可能性があります。万が一に備えて自転車保険の加入に努めましょう。

また、日頃の点検と整備も大切です。年に1回程度は、自転車店で点検整備をしてもらいましょう。

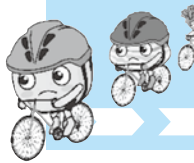
自転車保険については、保険会社・共済団体・自転車店等へご相談ください。



※「自転車損害賠償保険等」とは、自転車の交通事故により他人の生命または身体を害した場合において生じた損害を賠償するための保険または共済のことをいいます。

【問い合わせ先】 市観光交流課 ☎ 31-0331 / 市危機管理課 ☎ 31-0601

—“暮らしやすいまち 訪れたいまち 100ZERO^{ゼロ}のまち 益田”を目指して—



「益田市自転車ネットワーク計画」を策定しました！



《「益田市自転車ネットワーク計画」とは》

自転車は、子どもから高齢者まで幅広い世代にとって、手軽で便利な交通手段であり最も身近な乗り物です。また、CO2を排出しない環境に優しい乗り物でもあります。しかし、最近では歩道上で歩行者と自転車が接触する事故が増加するなど、さまざまな問題が発生しています。そのため、歩行者と自転車の安全性を確保することは、現在、社会的にとっても重要な課題となっています。

益田市では、令和2年に「益田市自転車活用推進計画」を策定し、「自転車によるまちづくり」を進めていますが、市街地での自転車通行空間の整備が進んでいないことが課題となっています。この計画では、歩行者と自転車の安全性を確保するため、アンケート調査やパブリックコメントの結果を踏まえ、国道や県道、市道を含めた広範な自転車ネットワークと自転車通行空間の整備方針を定めています。

計画期間：令和5年度から令和11年度までの7年間（最初の2カ年は準備期間）

《基本理念・基本方針》



基本理念

自転車も歩行者・自動車も 誰もが安全・快適に利用できる道路空間の創出



基本方針1 益田市の地域特性を踏まえた効果的な自転車ネットワークの形成

特に自転車需要の多い通学路や自転車がよく利用される施設・路線を中心に、事故の発生状況などを踏まえながら、自転車ネットワーク路線を選定します。

基本方針2 自転車と歩行者の安全性を両立した自転車通行空間の整備推進

自転車通行空間の整備を進めるとともに、自転車が車道を通行することで自動車との接触事故のリスクが高まる可能性のある区間などでは、自転車歩行者道も活用しながら歩行者・自転車の安全性を両立できる整備形態を検討します。

基本方針3 交通ルールの遵守・他者への配慮による安全で安心なまちづくり

自転車乗用時の交通ルールの徹底を図ることで歩行者の安全・安心を確保します。また、自動車ドライバーに対しても、自転車に配慮した運転の意識啓発を行い、道路を利用する全ての人が、他者に思いやりのある行動ができるような環境を醸成します。

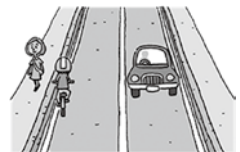


《自転車の交通ルール》 自転車安全利用五則が改定されました。

自転車安全利用五則

第一則 車道が原則、左側を通行。歩道は例外、歩行者を優先

- ・自転車は軽車両、自動車の仲間なので車道の左側を走るのが原則です！
- ・歩道は歩行者が優先です。車道寄りを徐行して、歩行者が多い際は降りて押し歩きましょう。



第二則 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

- ・信号や交通標識には自動車やバイクと同様に従わなければなりません！
- ・信号を守らないと、他の車両や歩行者と衝突し、交通事故の被害者にも加害者にもなる恐れがあります。一時停止標識では必ず止まって、左右の安全をしっかりと確認してから進行しましょう。



第三則 夜間はライトを点灯

- ・無灯火運転は危険です！
- ・ライトを点灯すると、前方の照射だけでなく、他の車両や歩行者に自転車の存在をアピールでき安全です。



第四則 飲酒運転は禁止

- ・酒気を帯びて運転することはできません。～飲んだら乗らない！車もバイクも、自転車も！～



第五則 ヘルメットを着用

- ・自転車利用者による死亡事故のうち、多くの方が頭部を損傷しています。
- ・令和5年道路交通法の改正により、全ての利用者がヘルメット着用に努めなければなりません。



《計画の対象区域・優先的計画策定エリア》

対象区域は益田市全域とします。

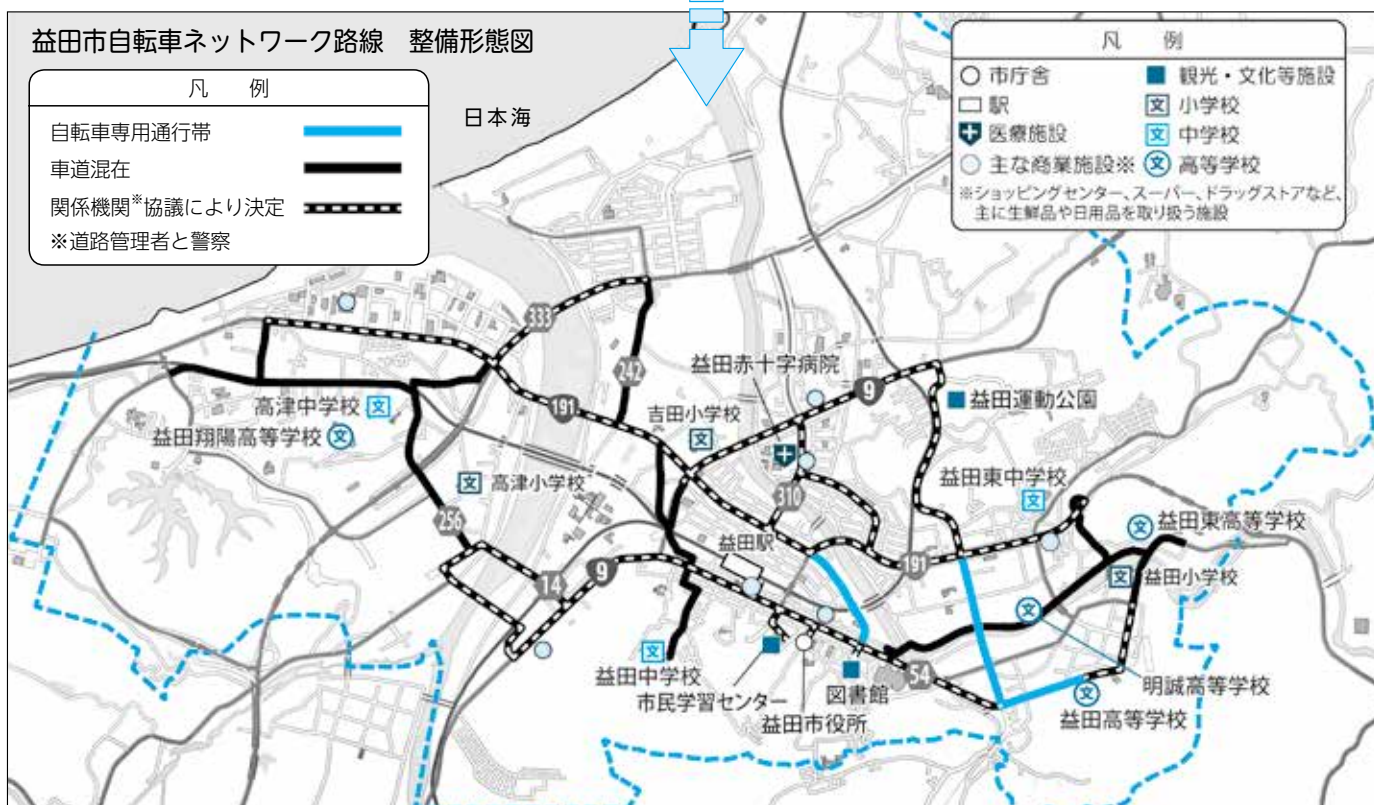
特に自転車交通量や自転車関連事故が多く、早期に安全性を確保すべき区域を優先的計画策定エリアとし、自転車ネットワーク路線を整備していきます。

《自転車ネットワーク路線選定の考え方》

優先的計画策定エリア内の国道、県道、市道を対象に以下の6つの観点で自転車ネットワーク路線を選定しました。



- ①市内の主要施設を結ぶ路線 ②自転車関連事故が多発している路線
- ③自転車と自動車の接触事故の恐れのある路線 ④中学校、高等学校の自転車通学で多く利用されている路線
- ⑤自転車の利用増加が見込まれる路線 ⑥自転車ネットワークの連続性を確保するために必要な路線



《整備イメージ》

該当路線を益田市の地域事情を考慮して、次の「自転車専用通行帯」「車道混在」「自歩道内安全対策」の3つの形態で整備をしていきます。

自転車専用通行帯

- 自転車の走行位置と進行方向を示す通行帯を整備する。
- 車道と自転車を視覚的に分離する。
- 幅員 1.5m 以上。
(やむを得ない場合 1.0m 以上)



車道混在

- 車道内に自転車の通行位置を矢羽根等で示し、自動車に注意喚起を促す。
- 幅員 1.0m 以上。
(交通状況に応じ 0.75m 以上)



自歩道内安全対策

- 歩道内での通行位置の分離や自転車の降車、徐行を促す表示等で歩行者の安全を確保する。



写真出典：国土交通省ウェブサイト (<https://www.mlit.go.jp/road/road/bicycle/index.html>)

今年度からネットワーク路線を年次的に整備していきます。
詳しくは、市ホームページをご覧ください。



出典：仙台市「自転車通行空間における法定外表示ガイドライン」

【問い合わせ先】市土木課 ☎ 31-0363



福祉医療費医療証 (資格証)の更新申請

現在、福祉医療費医療証(資格証)をお持ちの方で、有効期限が令和5年9月30日(出ま)でとなっている方は更新の手続きが必要です。8月初旬に更新に関する書類を郵送しますので、申請に必要なものをご確認いただき、次の提出先までお持ちください。

- ・ 障がい者福祉課
- ・ 美都地域総務課
- ・ 匹見地域総務課

提出期限 8月31日(休)まで

※なお、郵送で申請をする場合は、更新申請書に必要事項を記入のうえ、申請に必要なものの写しを必ず添付してください。

問 市障がい者福祉課

☎ 31・0251

FAX 31・8120

市美都地域総務課

☎ 52・2312

FAX 52・2190

市匹見地域総務課

☎ 56・0302

FAX 56・0362

不動産に関するルール が変わります

令和6年4月1日から、不動産(土地・建物)の相続登記の申請が義務化されます。○正当な理由なく義務に反した場合、10万円以下の過料が科されます。

○「既に発生している相続」も義務化の対象となります。○今のうちから、相続した土地・建物の相続登記をしましょう。登録免許税が免税される場合があります。

詳しくは法務局ホームページでご確認いただくか、お近くの法務局に問い合わせください。

松江地方法務局ホームページ「相続登記が義務化されます」



問 松江地方法務局益田支局

☎ 22・0429 (直通)



不動産登記推進
イメージキャラクター
「トウキツネ」

自筆証書遺言書保管制度

法務局 大事な遺言書
預かります

ご自身で書いた遺言書を法務局で保管する制度です。

大切な遺言書の紛失や改ざんを防止できますので、ご自身の財産を家族へ確実に託す方法のひとつとして自筆証書遺言を検討されるに当たって、ぜひ本制度をご利用ください。

ご利用には事前予約および手数料が必要です。

詳しくは法務局ホームページでご確認いただくか、お近くの法務局に問い合わせください。

松江地方法務局ホームページ「自筆証書遺言書保管制度について」



問 松江地方法務局益田支局
☎ 22・0429 (直通)

「こどもの人権相談」強化週間

松江地方法務局と島根県人権擁護委員連合会では、こどもをめぐるさまざまな人権問題の解決を図るための取組として、次のとおり全国一斉「こどもの人権相談」強化週間を定め、通常より時間を延長して電話相談を受付けます。

学校での「いじめ」や家庭内における児童虐待など、学校生活や日常生活の中で悩みがある方やその保護者の方は、一人で悩まずにご相談ください。相談は無料で、秘密は守られます。

「こどもの人権相談」強化週間

8月23日(水)～8月29日(火)

☎ 0120-007-110 (フリーダイヤル)

8:30～19:00 (土・日曜日は10:00～17:00)

※法務局職員または人権擁護委員が相談に応じます。



【問い合わせ先】

松江地方法務局人権擁護課 ☎ 0852-32-4260



募集



自筆証書遺言書保管制度
イメージキャラクター
「遺言書ほかんガルー」

益田市教育審議会委員

市では、教育上の諸課題に
対して、学校・家庭・地域お
よび関係諸機関との連携によ

り、協働して教育の振興を図るため、益田市教育審議会条例に基づき教育審議会を設置しています。

このたび、教育にかかる諸課題について、広く意見を聴取し、より良い教育行政の推進を図るため、委員の一部を公募により選考します。

募集人員

男性委員：1名

女性委員：1名

募集期間

8月1日(火)～21日(月)

黙とうのお願い

「広島・長崎祈りの日」「戦没者を追悼し平和を祈念する日」

広島市、長崎市に原爆が投下されて78年目を迎えます。
次の日時には、原爆と戦争により亡くなられた方々へのご冥福と恒久平和を祈り、黙祷をしましょう。



- 広島祈りの日 8月6日(日) 8:15
- 長崎祈りの日 8月9日(水) 11:02
- 戦没者を追悼し平和を祈念する日 8月15日(火) 12:00

応募資格

- ・令和5年8月21日現在で、満20歳以上の方
- ・益田市に住所を有する方
- ・益田市議会議員・益田市職員ではない方
- ・教育上の課題に関心を持ち、平日昼間の会議に出席できる方
- 任期 9月1日から令和7年8月31日まで
- 応募方法 益田市教育審議会委員応募申込書と小論文を、郵送ま

たは窓口持参により提出してください。申込書は、市ホームページからダウンロードできます。

- ・郵送：8月21日(月) 必着
- ・窓口持参：8月21日(月) ※17:15まで

〔小論文のテーマ等〕

テーマ：今後の学校教育の在り方について

様式：400字詰め原稿用紙3枚以内(原稿用紙以外の書式での提出は不可)

選考方法

益田市教育審議会委員公募要領に基づき、選考委員会を設置し選考します。

〔提出・問い合わせ先〕

〒698-0024

駅前町17-1

益田駅前ビルEAG A1階

益田市教育委員会事務局

教育総務課

☎ 31・0441

土砂災害防止に関する 絵画・作文

国土交通省と島根県では、小・中学生の皆さんに土砂災害およびその防止対策についての理解と関心を深めていただくために、次の要領で

作品を募集しています。

応募資格 小・中学生

課題 土砂災害(がけ崩れ、土石流、地すべり等)および

その防止対策に関するもの

※絵画については、サイズや書き方は自由です。

※作文については、400字詰め原稿用紙で、小学校低

学年(1〜3年生)は2〜3枚程度、高学年(4〜6

年生)は3〜4枚程度、中学生は4〜5枚程度としま

す。

※絵画・作文ともに未発表のものとし、絵画は裏面に、

作文は文頭にタイトル、学

校名、学年、氏名(ふりが

な)を明記してください。

募集期間 9月15日(金)まで

提出先

〒690-8501

松江市殿町8番地

島根県土木部砂防課「絵画・

作文」担当宛

問 県土木部砂防課 管理係

☎ 0852・22・5206

戦没者遺児による慰霊 友好親善事業の参加者

日本遺族会では、戦没者遺児に対する慰藉の一環とし

て、父等を国に捧げた戦没者

の遺児が、一度は亡き父等の

眠る地に赴き心ゆくまでの慰

霊追悼を行うとともに、現地

の方々との友好親善を深める

ことを目的とした「戦没者遺

児による慰霊友好親善事業」

を実施しています。

対象 戦没者の遺児

実施地域

マリアナ諸島、東部ニュー

ギニア、ビスマーク諸島、ソ

ロモン諸島、フィリピン、台

島根あさひ社会復帰促進センター 開所15周年記念フォーラム

島根あさひ社会復帰促進センターは、平成20年10月の運営開始から今年で15年目を迎える刑務所です。その間、受刑者の改善更生と社会復帰の実現を目指し、地域と一体となってさまざまな取組を行ってきました。

これまでの施設運営を振り返りながら、今後の在り方について広く議論するため、記念フォーラムを開催します。ぜひお越しください。



日 8月26日(土) 13:00〜17:00
27日(日) 9:00〜13:00

場 島根県立大学 浜田キャンパス講堂(浜田市野原町)

★入場料無料・事前申込み不要

★刑務所作業製品などの販売もあります!



フェイスブック▶

【問い合わせ先】

島根あさひ社会復帰促進センター開所15周年記念フォーラム
実行委員会 ☎ 0855-45-8171(代表)

湾・バシー海峡、東部ニュー

ギニア、西部ニューギニア、

ミャンマー、マーシャル・

グループ諸島、中国

参加費用 10万円

(集合場所までの往復交通

費等は含まれていません)

その他 実施期間、募集人員、

申込方法など、詳しくは問

い合わせください。

問 一般財団法人 島根県遺

族連合会(松江市)

☎ 0852・21・4025

各種自衛官

※試験期日、会場は変更する場合があります。

★自衛官候補生

(陸上・海上・航空自衛隊)

応募資格

日本国籍を有し、採用予定月の1日現在で18歳以上33歳未満の男女

応募期間 9月5日(火)まで

試験期日

・筆記試験・適性検査

※ウェブ試験方式

9月13日(水)～18日(月・祝)

のうち指定する1日

・口述試験・身体検査

9月23日(土・祝)～25日(月)

のうち指定する1日

試験内容

筆記試験(国語・数学・地理

歴史・公民および作文)、口

述試験、適性検査、身体検

査および経歴評定

※経歴評定とは、多様な経歴を有

する受験者の能力を総合的に

評価するものです。該当する資

格・免許等は自衛隊島根地方協

力本部にご確認ください。

試験会場

・筆記試験・適性検査

受付時にお知らせします。

・口述試験・身体検査
陸上自衛隊出雲駐屯地

★一般曹候補生

(陸上・海上・航空自衛隊)

応募資格

日本国籍を有し、採用予定月の1日現在で18歳以上33歳未満の男女

応募期間 9月5日(火)まで

試験期日(1次)

9月15日(金)～17日(日)のうち

指定する1日

試験内容(1次)

筆記試験および適性検査

(紙による試験またはウェブ

試験方式)

試験会場(1次)

松江・出雲・浜田市内および

隠岐の島町内

(受付時にお知らせします)

★航空学生

(海上・航空自衛隊)

応募資格

日本国籍を有する高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)

・海上自衛隊

令和6年4月1日現在で18

歳以上23歳未満の男女

・航空自衛隊

令和6年4月1日現在で18

歳以上21歳未満の男女

応募期間 9月7日(木)まで

試験期日 9月18日(月・祝)

試験内容

筆記試験(国語・数学・英語、地理歴史・公民または理科のうち1科目)、適性検査

試験会場 松江地方合同庁舎、

浜田市内

問 自衛隊島根地方協力本部

(松江市向島町134番10号)

☎ 0852・21・0015



離職者等再就職訓練

★パソコン・経理資格取得

コース

初心者を対象に、一般事務に必要なパソコン操作、経理事務の基本的な知識技能の習得を目指します。あわせて、ビジネスマナーやコミュニケーション能力など職業人として求められるスキルを身につけます。

募集定員 15名

応募資格 求職者

受講料 無料(ただしテキスト

代等13,000円程度、そ

の他資格取得に関する費用

が必要)

訓練期間

9月27日(水)～令和6年1月

26日(金)

訓練会場 ㈱タイピック

(常盤町7-3)

募集期間 9月11日(月)まで

応募方法

お近くのハローワークの窓

口で相談のうえ、「入校願

」を提出してください。

入校検定日 9月14日(木)

検定会場 県立西部高等技術

校 視聴覚教室

選抜方法 筆記試験(国語・数

学)、面接試験

合格発表 9月20日(水)

問 県立西部高等技術校

総務企画課(後藤)

☎ 22・2450

✉ seibukotogi@pref.shi

mane.lg.jp



第53回 8/5 益田水郷祭

時 間 18:00～21:00 ★花火打ち上げは20:00～(予定)
内 容 屋台村18:00～/神事18:30～/花火20:00～(予定)
※ステージイベントは実施しません。

場 所 高津川河口

問 益田水郷祭実行委員会(一般社団法人益田市観光協会内)

☎ 22-7120

第48回 8/14 匹見こいこい夏祭り

時 間 18:00～21:00
場 所 匹見タウンホール裏駐車場
内 容 地元神楽社中による神楽上演等のステージ、
納涼花火(20:30頃から)、各種夜店

問 匹見こいこい夏祭り実行委員会 ☎ 56-0305

地震防災対策の現状調査に係る 住民向けアンケート

内閣府では、今後の防災対策に向けて、皆さんの声を反映させるため避難意識等に関する調査を実施します。ぜひご意見をお聞かせください。

回答いただいた内容は、個人が特定できないよう取りまとめた後、今後の防災対策の検討に活用させていただきます。

○実施期間 8月31日終了予定

○回答フォーム <https://en.surece.co.jp/kaiko2023/>

○回答の際は、次のことにご注意ください。



- ・回答は1人1回限りです。
 - ・回答の途中で、回答状況を一時保存することはできません。
 - ・選択式の設問は該当する選択肢をチェックしてください。
- また、記述式の設問はできるだけ具体的にご回答ください。

【問い合わせ先】

内閣府政策統括官（防災担当）付参事官（防災計画担当）付
大竹、吉田 ☎ 03-3501-6996

就労のためのパソコン講習 （基礎&応用編）

パソコンを習って就職につな
げたい女性のための講習です。

日 10月23日（月）・25日（水）・27日（金）

9:30～15:30

場 株式会社システムズ
（三宅町1-19）

内容 3日間でワード・エク
セル・パワーポイントを学
びます。

定員 12名

（定員になり次第締切）

参加料 無料（テキスト代無料）
応募条件

・就職を希望する方で、3日
間の参加が可能な方

・パソコン操作がある程度で
きる方

申問

就職サポートセンター島根
レディース仕事センター

☎ 0855・25・5207

FAX 0855・25・5112

✉ ladyshamada@shimane-
jss.net

にっぽん縦断こころ旅 お手紙募集

NHK・BSプレミアムで
放送予定の「にっぽん縦断こ
ころ旅（2023秋の旅）」。

9月18日に北海道をスター
トし、青森、秋田から山陰の
鳥取に飛び、島根、山口、福岡
を目指します。

番組では、皆さんからの
手紙で旅のルートを決定する
ため、市（町・村）内の「忘れ
られない場所・風景」にまつ
わる手紙を募集しています。

島根県の放送予定
11月6日（月）～10日（金）
応募期限 9月19日（火）必着

応募内容
住所、氏名、電話番号、性
別、年齢、思い出の場所、
風景にまつわるエピソード

応募方法
番組ホームページ
<http://nhk.jp/kokorotabi>

FAX
03-3465-1327

郵送 〒150-8001
NHK「こころ旅」係

問 NHKふれあいセンター
0570-066066

または
050-3786-5000

秋の動物駆逐用 煙火保安講習

野生動物からの農作物被害
防止対策として「動物駆逐用
煙火（動物追払い用花火）」が
ありますが、この煙火を使用
するためには講習会を受講
し、煙火消費保安手帳の取得
が必要となります。

次の日程で講習会を開催し
ますので、受講希望の方は農
林水産課まで申込みくださ
い。

すでに保安手帳を取得され
ている方については、年1回
の講習会受講が義務付けられ
ています。このための更新講
習会を兼ねていますので、ぜ
ひ受講してください。

【中西会場】
日 9月29日（金）
18:30～19:30
場 中西公民館

【匹見上会場】
日 9月30日（土）
10:00～11:00
場 匹見上公民館

【匹見下会場】
日 9月30日（土）
14:00～15:00
場 匹見下公民館

【西益田会場】

日 10月1日（日）
10:00～11:00

場 白岩多目的集会所

【益田会場】

日 10月1日（日）
14:00～15:00

場 益田市人権センター

※各会場とも30分前から受付
開始

講習会に持参するもの

◆新規の方

・負担金 5,500円

※新規の方は、1,000円の
補助をしますので、印鑑をお
持ちください。

・写真（3カ月以内に撮影した
もので、3cm×2.5cmのもの）

※裏面に氏名を記載してくだ
さい。着帽・サングラス・背
景のあるものは不可。

◆更新の方

・負担金 2,500円

・お持ちの煙火消費保安手帳
◆再交付・5年更新の方

・負担金 5,000円

・写真（3カ月以内に撮影した
もので、3cm×2.5cmのもの）

※裏面に氏名を記載してくだ
さい。着帽・サングラス・背
景のあるものは不可。

申問 市農林水産課

☎ 31・0313

20 ノーマイカーデー しまね家庭の日 ●月例杯G・G大会 ●島根県ユースサッカーリーグ	川崎ナイター ●出張年金相談 10:00～15:30 (要予約 ☎0855-22-0670) 休館	22 川崎ナイター ●ひとり親家庭無料法律相談 (いわみーる) 13:30～15:30 (前日 までに要予約 ☎0852-32-5920) ●求職者のための出張相談会 (西部高等技術校) 10:00～16:00 (要予約 ☎0855-25-5111 就職 サポートセンター・島根) 2歳児歯科健診 休館	23 川崎ナイター ●手話による年金相談(浜田年金 事務所) 13:00～16:00 (要予約 8/16迄 ☎0855-22-0670) 休館	24 川崎ナイター ●手話による年金相談(浜田年金 事務所) 13:00～16:00 (要予約 8/16迄 ☎0855-22-0670) 休館	25 川崎ナイター ●老人・ひとり親相談 10:00～15:00 ●石見法律相談センター-無料相談 10:00～15:40 (要予約 ☎0855-22-4514) ●心配ごと相談(三川公民館) 10:00～12:00 夜神楽 19:30～21:00 八幡・神武(津田神楽社中)	26 ●おはなし会 14:00～ ●グリーンひだまり杯G・G大会 ●島根県ユースサッカーリーグ
---	---	--	---	---	---	--

27 ●U-16陸上競技大会島根県予 選会 ●高田宮賜杯島根県U-18サッカ- リーグ	浦和競馬 1歳6カ月児健診 休館	29 浦和競馬 休館	30 浦和競馬 休館	31 浦和競馬 休館
--	----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

空港情報 8月1日～31日の時刻表

東京(羽田) → 萩・石見 → 東京(羽田)	
8:45 → 10:15	10:50 → 12:25
16:05 → 17:35	18:10 → 19:50
大阪(伊丹) → 萩・石見 → 大阪(伊丹)	
7:20 → 8:20	8:50 → 9:55

★大阪便は**8/11～8/15**の期間限定運航です。

※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。

【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



8月の献血

20日(日)	ゆめタウン益田	高津七丁目	10:00～12:00 13:30～16:00
--------	---------	-------	----------------------------

【問い合わせ先】

島根県赤十字血液センター献血推進課

☎0852-23-9469



8月の健康相談 ※要予約

4日(金)	9:00～11:30	市立保健センター
25日(金)	9:00～11:30	市立保健センター

【申込み先】 市健康増進課 ☎31-0214

休日診療場所 内科・小児科 9:00～12:30 当番薬局

6日(日)	休日応急診療所	☎ 31-4199	天津薬局	☎24-2515
11日(金・祝)	村野医院	☎31-2400 31-2401	みずほ薬局	☎31-2500
13日(日)	休日応急診療所	☎ 31-4199	あおい薬局	☎31-1951
20日(日)	たかせ内科	☎25-7373 25-7325	調剤薬局サンズ	☎25-7858
27日(日)	休日応急診療所	☎ 31-4199	あけぼの調剤薬局	☎31-0195

★土曜日は、**かかりつけ医など市内の診療所に診療時間を確認のうえ受診してください。**

★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)

※休日応急診療所は、EAGA2階 市立保健センター内にあります。

★持参するもの：保険証、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、市ホームページで確認をしてください。

※「広報ますだ」から抜き取ってご利用ください。

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。

★ますだ健康ダイヤル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)

又ますだ 8月カレンダー



8

令和5年
August

SUN 日

30

MON 月

31

TUE 火

1

大井ナイター
ノーマイカーデー
交通安全県民の日
●おはなし会 図 10:30～

WED 水

2

大井ナイター

乳児健診 保

休館 湯

THU 木

3

大井ナイター

●行政相談 人 10:00～12:00

FRI 金

4

大井ナイター

●弁護士による無料法律相談 人
10:00～15:00 (要予約 ☎31-0412)
●ふれあいG・G大会 ひ

SAT 土

5

船橋ナイター

★益田水郷祭
●来ぶらりマルシェ 図 10:00～
●おはなし会 図 14:00～
●天皇賜杯全日本軟式野球大会
島根県予選 図

6

船橋ナイター

●天皇賜杯全日本軟式野球大会
島根県予選 図

7

船橋ナイター

●ごろの相談 (益田保健所)
13:30～15:00 (要予約 ☎31-9545)

8

船橋ナイター

●移動経営相談 (中西公民館)
9:30～11:00 (要予約 ☎22-0088)
●出張年金相談 市 10:00～15:30
(要予約 ☎0855-22-0670)

9

船橋ナイター

●定例経営相談 商 13:30～15:00
(要予約 ☎22-0088)
●求職者のための出張相談会
(西部高等技術校) 10:00～16:00
(要予約 ☎0855-25-5111 就職
サポートセンター・島根)

10

浦和競馬

●心配ごと相談 (匹見下公民館)
9:00～11:30
●男女なかよしベアG・G大会 ひ

11

浦和競馬

山の日

12

★はぴご交流サロン開設
(益田会場)

●おはなし会 図 14:00～
●島根県シニアサッカーフェス
ティバル 図

休館 子 や ひ

13

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

●心配ごと相談 人 9:00～12:00
●移動経営相談 (安田公民館)
9:30～11:00 (要予約 ☎22-0088)

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

大井ナイター

●司法書士・行政書士無料法律
相談 人 13:00～17:00
(要予約 ☎0852-60-9211)

17

大井ナイター

●石見法律相談センター無料相談
人 10:00～15:40
(要予約 ☎0855-22-4514)
●西部若者サポートステーション
出張相談会(ハローワーク益田)
11:00～13:00

18

大井ナイター

●ろうそくのおはなし会 図 14:00～
●島根県スポーツ推進委員研修
会 兼 女性スポーツ推進委員
研修会 図
●島根県ユースサッカーリーグ 自

19

大井ナイター

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

14

浦和競馬/大井ナイター
(リレー開催)

★匹見こいこい夏祭り

15

大井ナイター

●移動ナースバンク(ハローワーク
益田) 13:00～16:00

16

令和5年度
特定外来生物防除講習会

アライグマ・ヌートリアの防除講習会を開催します。

この講習会では、特定外来生物の適切な捕獲と安全に関する知識および技術の講習を受けることができます。また、すでに防除従事者証をお持ちの方の更新講習会も兼ねています。

受講後、申請者は市の防除従事者になることができ、アライグマ・ヌートリアの捕獲等ができるようになります。

受講希望の方は、農林水産課まで申込みください。

【益田会場】

日 8月8日(火)
18:30～20:00

場 市立市民学習センター
多目的ホール

【美都会会場】

日 8月4日(金)
18:30～20:00

場 都茂公民館

【匹見会場】

日 8月9日(水)
18:30～20:00

場 匹見上公民館

対象者

・新規の方



・防除従事者証の従事登録期間が令和5年9月30日までとなっている方

講習会に持参するもの

筆記用具・印鑑

申込期限

開催日の3日前まで

申問 市農林水産課

☎ 31・0313

女性のための
再就職応援セミナー

働きたいけどブランクがあつて何から始めていいのかわからない。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を開催します。

日 8月30日(水)

10:00～12:00

場 いわみーる301研修室
(浜田市野原町)

内容

・自分を伝えるコミュニケーションワーク
・会いたいと思わせる履歴書の書き方

・模擬面接ほか

講師 今岡文香氏(国家資格
キャリアコンサルタント)

定員 16名

※事前申込が必要です。

※託児を希望する方は問い合わせください。

参加料 無料

申込締切 8月28日(月)

※託児希望の方は8月23日(水)

申問 レディース仕事セン
ター浜田

☎ 0855・25・5207

FAX 0855・25・5112

住宅入居者

特定公共賃貸住宅

空き住宅・家賃(6月16日現在)

①須子住宅(3LDK)

..... 58,700円

②諏訪住宅(3LDK)

..... 45,000円

匹見定住住宅

空き住宅・家賃(6月16日現在)

①山根下住宅(2DK)

..... 25,000円

島根県定住促進賃貸住宅

空き住宅・家賃(6月16日現在)

①梨の木ハイツ(1LDK)

..... 30,000円

(オール電化、エアコン・

駐車場あり)

※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)

*諏訪・山根下住宅はケーブル

テレビへの加入が必要です。

◎駐車場使用料(須子住宅)

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

☎ 31・1530

相談・催し

講演会

「子どものてんかん」

学校生活や日常生活が普通に過ごせるように、発作時の対応や心理的な支援など、てんかんに対する正しい知識を深めるための講演会です。

日 8月21日(月)

13:30～15:30

場 益田合同庁舎5階会議室

講師 東本和紀氏(島根大学

医学部小児科助教)

対象 家族、教職員、施設職員

等てんかんに関心のある方

参加費 無料

定員 50名

申込締切 8月14日(月)

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては中止する場合があります。

申問 公益社団法人 日本てん

かん協会島根県支部事務局

☎ FAX 0852・23・5320

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 8月12日(土)

・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

(駅前ビルEAG A内)

申問 島根県公認団体 益田・

吉賀・津和野はぴこ会

(事務局・金本)

☎ 090・7542・7554

※相談は、予約の方を優先させていただきます。



みんなで歩こう！



第7回 東仙道地区



四ッ山 歴史 ウォーキング^{登山}

全行程約 2km のうち、
平坦地は 1km、残りは
険しい登山コース
です。

8/27(日) ※雨天中止

9:00 受付開始 9:30 開会 12:00 解散予定

集合場所 美都町朝倉 多目的広場駐車場
(さくらドームの対岸)

参加料 200 円

対 象 小学生以上の健康な方

定 員 先着 100 名

服装・持ち物 服装は長袖、長ズボンなど虫よけ対策を各自でお願いします。
また、十分な飲み物等の熱中症対策をお願いします。

主 催 四ッ山歴史ウォーキング実行委員会
(東仙道ちいき協議会 / 四ッ山保存会 / 東仙道健康づくりの会 / 東仙道公民館)

申込み 東仙道公民館 (☎ 52-2540 ☎ 52-2193)
※ 8月18日(金) 締切

ゴールした後に、新米
カレー、かき氷をご用
意しています！



新米が当たる抽選会
があるよ～！

東仙道地区には、益田市の日本遺産構成文化財のひとつで
ある神寶山八幡宮しんぼうざんはちまんぐうがあり、四ッ山は神寶山八幡宮と同じく益
田氏と大変関わりが深い城山とされています。

そんな歴史的に注目されている四ッ山の四の岳から一の
岳までを歩いてみませんか？



東仙道ちいき協議会は平成 30 年 4 月に設立されました。「助け合える東仙道にする！」
「歴史や資源を守り、活かす東仙道にする！」「元気にいきいき暮らせる東仙道にする！」
の 3 つの柱を中心に活動しています。



問い合わせ先

市立保健センター (FAX 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
 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

8月は「食品衛生月間」です

気温や湿度が高くなる夏期は、食中毒が特に発生しやすい季節です。

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。

食中毒は、飲食店だけでなく、毎日の家庭の食事でも発生しており、発生する危険性がたくさん潜んでいます。

家庭での発生では、症状が軽かったりすることから、風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒とは気づかれず重症化したり、死亡したりする例もあります。

食中毒は簡単に基本的な予防方法をきちんと守れば予防できます。それでも、もし、腹痛や下痢、気分が悪くなった時は、お医者さんに相談しましょう。



《家庭でできる食中毒予防》

- ①食品の購入
 - ・消費期限を確認する
 - ・保冷剤や氷と一緒に持ち帰る
- ②家庭での保存
 - ・持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる
 - ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下に保つ
- ③下準備
 - ・肉や魚は、野菜など生で食べるものから離しておく
 - ・肉や魚を切ったまな板や包丁はよく洗い、熱湯をかける

- ④調理
 - ・調理の前に手を洗う
 - ・十分に加熱する
 - ・電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする
- ⑤食事
 - ・食事の前に手を洗う
- ⑥残った食品
 - ・長時間室温で放置しない
 - ・清潔な器具、容器で保存
 - ・温め直すときも十分に加熱する

参考…厚生労働省ホームページ

食中毒予防の3原則
「つけない」「増やさない」「やっつける」

★お肉はよく焼いて食べよう
 肉を生で食べると細菌やウイルスによる食中毒や感染症のリスクがあります。
 特に、バーベキューは火加減が難しく、生焼けになることが多いことや保存温度が高くなりやすいこと、調理器具を清潔に保つことが難しいので注意しましょう。
 中心部までしっかりと加熱し、生肉を取り扱う箸と食べる際の箸は必ず分けましょう。
 また、生肉を触った後はしっかりと手を洗いましょう。

難病専門相談

患者やその家族の方を対象に、専門医による個別相談を行います。相談は無料で、秘密は固く守ります。
 相談を希望される方は、相談日の2週間前までに申込みください。

【脳神経内科】

日 9月20日(水)

9:30～16:00

場 益田保健所 応接室

担当医 島根県立大学

脳神経内科専門医

山下一也先生

【膠原病内科】

日 11月11日(土)

10:30～15:00

場 益田保健所 応接室

担当医 島根大学医学部

附属病院 膠原病内科医

一瀬 邦弘先生

申 問 益田保健所 医事・難

病支援課 ☎ 31・9549

《患者会の紹介》

★ほほえみ会(パーキンソン病)

★藍の葉会(炎症性腸疾患)

★笑みの会(リウマチ)

★ひとまる会(脊髄小脳変性症・多系統萎縮症)

難病患者・家族が互いに情報を共有し励まし合い、交流や研修を行なっています。

こころの相談

お気軽にご相談ください。
 相談は無料で、秘密は固く守ります。予約が必要です。

日 8月7日(月)

13:30～15:00

場 益田保健所

申 問 益田保健所 健康増進課

☎ 31・9545

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 8月26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

203 研修室

問 しまね分かち合いの会・虹

(事務局・桑原)

☎ 090・4692・5960

健康ますだ市 21 推進協議会 歯科部会

達成者募集中!!

ますだ版 7020 良い歯の運動

ますだ版 7020 運動とは…?

70 歳以上で自分の歯が 20 本以上ある方を増やし、いつまでもおいしく食べて元気におしゃべりできる
健康生活を送ることを目指す取組です。

対象者 下記の生まれ年に該当する方で、自分の歯が 20 本以上ある方

70 歳（昭和 28 年生）・75 歳（昭和 23 年生）・80 歳（昭和 18 年生）

85 歳（昭和 13 年生）・90 歳（昭和 8 年生）・95 歳（昭和 3 年生）

100 歳（大正 12 年生）…



応募方法 8 月 31 日休までに、市内協力歯科医院で診察を受け応募してください。

※事前に歯科医院に予約をして受診してください。

表彰式 7020 達成者の方を対象に、10 月 22 日(日)に開催の「健康ますだ市 21 フェスティバル」において表彰式を行う予定です。

※詳しくは、市立保健センター、美都・匹見各分庁舎、各公民館に設置しているチラシをご覧ください!

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

健康ますだ市 21 行動目標

質の良い睡眠をとろう



人は人生の 3 分の 1 の時間を「睡眠」に費やすようにできています。

日本人は世界的に見ても睡眠時間が短いといわれています。

睡眠の役割は疲労を回復することです。寝ている間に身体や脳の疲れを休息させて、修復・再生しています。睡眠時間が充分でなかったり、質が悪かったりすると、心身に大きな負担がかかります。また、睡眠不足は生活に支障をきたすだけでなく、生活習慣病の原因となることや、うつ病などの心の病の引き金になることもわかってきています。

心身ともに健康で過ごすために、「健康づくりのための睡眠指針」を参考にして自分の睡眠を見直してみましょう。

～おまけ～

睡眠中に分泌される
成長ホルモンは、筋肉、骨、内臓、皮膚などのダメージを修復し、疲労回復に導く重要なホルモンです。

「寝る子は育つ」

のみならず

「寝るおとなは若返る」



健康づくりのための睡眠指針 2014

～ 睡眠 12 箇条 ～

1. 良い睡眠で、からだもこころも健康に。
2. 適度な運動、しっかり朝食、ねむりとめざめのメリハリを。
3. 良い睡眠は、生活習慣病予防につながります。
4. 睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。
5. 年齢や季節に応じて、ひるまの眠気で困らない程度の睡眠を。
6. 良い睡眠のためには、環境づくりも重要です。
7. 若年世代は夜更かし避けて、体内時計のリズムを保つ。
8. 勤労世代の疲労回復・能率アップに、毎日十分な睡眠を。
9. 熟年世代は朝晩メリハリ、ひるまに適度な運動で良い睡眠。
10. 眠くなってから寝床に入り、起きる時刻は遅らせない。
11. いつもと違う睡眠には、要注意。
12. 眠れない、その苦しみをかかえずに、専門家に相談を。

出典：厚生労働省「健康づくりのための睡眠指針の改定に関する検討会」報告 平成 26 年 3 月「健康づくりのための睡眠指針 2014」より

★児童扶養手当の現況届を忘れずに



児童扶養手当を受給している方は、毎年8月に「現況届」の提出が必要です。該当の方は7月末にお送りする通知をご覧ください、必要書類をお持ちのうえ、手続きにお越しください。なお、所得制限により手当が全部支給停止の方も手続きが必要ですが、全部支給停止の方については、今年度から郵送による手続きが可能となりました。市から書類を郵送しますので、必要事項を記入のうえ、同封の返信用封筒にて返送または、下記の窓口へお持ちください。

【受付期間】8月1日(火)～31日(木) 8:45～17:00 ※土・日・祝日を除く

【受付場所】・駅前ビル EAGA1 階 市子ども福祉課 ☎ 31-0243

・美都分庁舎 市美都地域総務課 ☎ 52-2312

・匹見分庁舎 市匹見地域総務課 ☎ 56-0302

※児童扶養手当とは

父母の離婚や父または母が死別、一定の障がい、生死不明、1年以上遺棄、拘禁、裁判所からのDV保護命令、未婚で出生などにより、18歳に到達した年度の3月31日（児童が心身に中度以上の障がいのある場合は20歳未満）までの間にある児童を養育している父、母、または養育者に支給されます。申請には戸籍謄本のほか、添付書類が必要です。

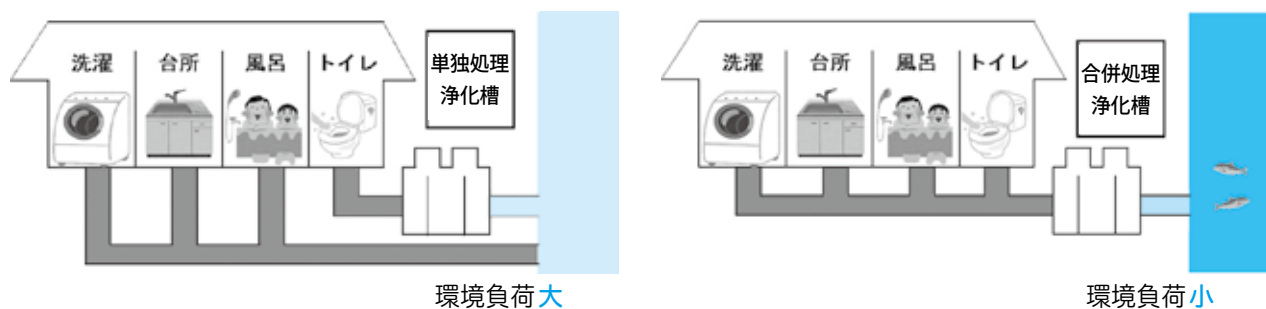
※児童扶養手当現況届受付期間中の8月16日(水)、22日(火)に「出張ハローワーク！ひとり親全力サポートキャンペーン」を開催します。詳しくは、児童扶養手当現況届の通知に同封の案内文をご覧ください。

【問い合わせ先】 市子ども福祉課 ☎ 31-0243

補助制度を利用して

単独処理浄化槽から合併処理浄化槽に切り替えませんか？

単独処理浄化槽は、トイレの水洗化を目的に、平成12年度までに普及した浄化槽です。単独処理浄化槽では、トイレ以外の台所や風呂、洗濯などで使われた生活雑排水は処理されず、そのまま川へ流されています。



市では、水環境を良くするため、住宅に合併処理浄化槽を新たに設置する費用の一部を補助しています。5人槽の場合、最大で722,000円の補助を受けることができます。この機会に、トイレに加え生活雑排水も処理できる合併処理浄化槽への転換をご検討ください。

補助金の申込方法や対象地区、条件などは、市ホームページをご覧ください。か、下水道課まで問い合わせください。なお、工事着工後の申請は補助の対象とならないので、必ず工事に着手する前に申請してください。

【問い合わせ先】 市下水道課 ☎ 31-0323

市ホームページ▶



えっとまめな介護だより Vol.27

市では、介護人材を確保するために離職防止と多様な人材の確保に重点を置いた取組を推進しています。
今回は、6月に開設した「訪問看護ステーション花 hana」さんにインタビューしました！

ケアを必要とされている方のお宅に
看護師が訪問し、体温・脈拍・血圧など
の測定、食事・排せつ・入浴などの介
助、清拭、リハビリなどを行います。ま
た、体のケアだけでなく、利用者の方や
その家族の方の不安に寄り添うなどの
心のケアも行います。
さらに、花 h a n a には助産師の免許

「訪問看護」とはどのようなサービス
ですか？

インタビューは、
管理者の大庭さん
が答えてください
ました♪



「訪問看護ステーション花 hana」の皆さん
(左から棕さん、大庭さん、勝部さん)



を持つ職員もおり、赤ちゃんから高齢者
の方まで、幅広く対応できます。

なぜ訪問看護事業所を立ち上げよう
と思ったのですか？

以前、私は病院の看護師として勤務し
ていました。入院している方と関わる中
で、「自宅が恋しく、帰りたい」という
声が多くありました。また、コロナ禍で
患者さんと家族が思うように会えず、お
互いに辛い思いをされているところを
見てきました。もし在宅のまま支援がで
きれば、自宅への恋しさや家族と会えな
い気持ちを解消し、患者さんに安らいで
いただけたらいい、立ち上げました。

一日の流れについて教えてください

利用者の方の居宅を訪問し、支援を行
います。初めて花 h a n a を利用される
方については、利用者の方とその家族、
花 h a n a の職員で顔合わせをします。
また、今はオープンしたばかりのため、
市内の病院や居宅介護支援事業所など
を訪問し、挨拶をしたり、訪問する体制
を整えるための準備をしたりしていま
す。

新人の頃の忘れられないエピソード
を教えてください

注射を打つのにとても緊張していた

のですが、患者さんから「心配しなくて
も大丈夫よ」と声をかけていただきまし
た。その時に、自分ではなく相手に意識
を向け、相手に寄り添っていかなければ
と気づかせてもらったことを、今でも覚
えています。

これから医療・介護従事者を指す方
へメッセージをお願いします

世の中には素晴らしい仕事がたくさん
あります。その中でも医療や介護の仕
事は、直接人と出会い、関わり、その人
の人生に寄り添い、その人の大切にして
いることを一緒に分かち合える素敵な
仕事だと思っています。仲間が増えると嬉し
いです。

くほんと一息く
趣味は何ですか？



休日は、家族や友人と遊びに出かけ
たり、おいしいものを食べたり、飼って
いる犬とゴロゴロしたりしています。
旅行やライブも楽しんでいます。花や
緑、海や川など自然に触れたり眺めたり
するのも好きです。事務所から見え
る夕日もとてもきれいです。

インタビューにご協力いただいた大庭
さん、ありがとうございました♪



ご結婚

夫 溢田 昇太さん 須子町
妻 吹金原 麻紀さん 須子町

夫 神田 竜希さん 中須町
妻 広田 みゆさん 中須町

夫 月川 雄太さん 浜田市相生町
妻 大畑 彩花さん 中島町

夫 三原 永遠さん 鹿足郡吉賀町
妻 田原 歩果さん 高津六丁目



ご誕生

*川上 ことちゃん 久城町
(父: 俊樹 母: 真子)

*小川 湊大くん 三宅町
(父: 明宏 母: 遥)

*佐々木 結望ちゃん 中島町
(父: 直樹 母: 恵理)

*LE TRAN NGOC TAM ちゃん 常盤町
(父: LE BA MINH 母: TRAN THI QUYEN)

*河野 ひのりちゃん 中島町
(父: 哲也 母: 雅子)

*松崎 初ちゃん 遠田町
(父: 真 母: 七海)



おくやみ

本町	椿道子さん	72
東町	高野智子さん	76
多田町	中島憲明さん	76
水分町	植松健二さん	77
駅前町	中野かな枝さん	68
赤城町	大谷浩さん	62
中須町	澁谷治男さん	70
久城町	齋藤英一さん	86
久城町	豊田綾子さん	62
下本郷町	松本初枝さん	96
下本郷町	川本ヤス子さん	78
乙吉町	大谷末子さん	82
乙吉町	寺尾初子さん	83
あけぼの町	田中毅さん	83
高津五丁目	三浦孝さん	85
須子町	領家哲夫さん	92
須子町	吉岡サツ子さん	91
遠田町	松崎文子さん	85
津田町	田原照子さん	75
木部町	田中禮枝さん	98
木部町	野崎松江さん	88
波田町	平谷啓介さん	88
横田町	品川サツキさん	91
横田町	中島昭美さん	83
神田町	大佐古ツタエさん	95
向横田町	廣兼富士代さん	98
向横田町	石川喜美代さん	76
白岩町	中岡實さん	86
飯浦町	宮廻哲朗さん	67
飯浦町	松浦繁子さん	91
喜阿弥町	大内信子さん	96
虫追町	藤原富久人さん	90
虫追町	岩崎一郎さん	90
匹見町澄川	中谷富江さん	86

「お知らせ放送」の内容を
市ホームページでもご覧いただけます！

放送中の「お知らせ放送」の内容を、市ホームページに掲載しています。放送を聞き逃してしまったときや内容を詳しく確認したいときなどにご利用ください。



※「おくやみ放送」は除きます。

市ホームページ

※新規放送原稿は1週間分をPDFファイルで掲載しています。

問 市政企画課 ☎ 31-0112

お詫びと訂正

広報ますだ7月号3ページの掲載内容に一部誤りがありました。

皆さまにご迷惑をおかけしましたこととお詫びし、次のとおり訂正します。

●訂正箇所

(正) 市観光交流課空港対策室
☎ 23・0990

※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。

広告

広告

広告

★「国民年金付加年金制度」のお知らせ

国民年金第1号被保険者（自営業、学生など）や65歳未満の任意加入被保険者は、定額保険料（令和5年度：16,520円）に加えて付加保険料（月額400円）を納めることで、将来の老齢基礎年金の額を増やすことができます。付加年金の年金額は、200円×付加保険料納付月数となります。

〈例〉付加保険料を10年間納付した場合

付加保険料納付額＝400円×12月×10年＝48,000円

付加年金の年金額＝200円×12月×10年＝24,000円／年額

※48,000円の付加保険料で、24,000円（年額）が付加年金額として老齢基礎年金に上乗せされます。

【注意事項】

- ・付加保険料の納付は、申し込んだ月分からとなります。
- ・第2号被保険者（会社員や公務員）の方や第3号被保険者（第2号被保険者に扶養されている配偶者）は付加保険料を納付できません。
- ・国民年金基金加入者は付加保険料を納付できません。→

【手続に必要なもの】

- ①基礎年金番号がわかる書類 ②本人確認ができる書類

【手続先】

市保険課（6番窓口・受付番号票③）☎ 31-0216

市美都地域総務課・市匹見地域総務課または浜田年金事務所で手続きをしてください。

国民年金基金とは・・・

国民年金第1号被保険者の方が、老齢基礎年金に上乗せして加入できる公的な年金制度です。

毎月の掛金は加入時の年齢、性別、選択する給付の型と口数によって決まります。

〈問い合わせ先〉

全国国民年金基金島根支部 ☎ 0120-65-4192

《浜田年金事務所 出張年金相談》

相談日 8月8日(火)・22日(火)

相談場所 市立市民学習センター 104 研修室

相談時間 10:00～15:30

☆要予約 相談日の1カ月前から受付

※なお、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わかるものをご用意ください。

《浜田年金事務所 手話による年金相談》

相談日 8月24日(木)

相談場所 浜田年金事務所

相談時間 13:00～16:00

☆要予約 8月16日(火)までに予約

予約方法 電話またはFAX ※代理可

（記載事項：住所、氏名、FAX番号、相談内容、相談希望時間）



〔年金相談の予約・問い合わせ先〕浜田年金事務所 ☎ 0855-22-0670 ㊚ 0855-23-0442

※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身分証明書が必要です。

※浜田年金事務所で開催される場合も、電話での予約が必要です。



意見や提言を「市長への手紙」で

市政に対する意見や提言などをお寄せください。秘密は厳守します。なお、ホームページで公開することがありますので、下記の記載事項に沿ってお寄せください。「市長への手紙」と明記するか、左下のマークを貼付してお送りください。

＜記載事項＞

1. 住所・氏名・電話番号
2. 意見・提言の題名
3. 現状と問題点
4. 意見・提言内容
5. 予想される効果
6. 希望する回答方法（郵送もしくはEメールのどちらか）または回答を希望しない場合はその旨
7. いただいた意見公開の可否（可・否）※必ずご記入ください。

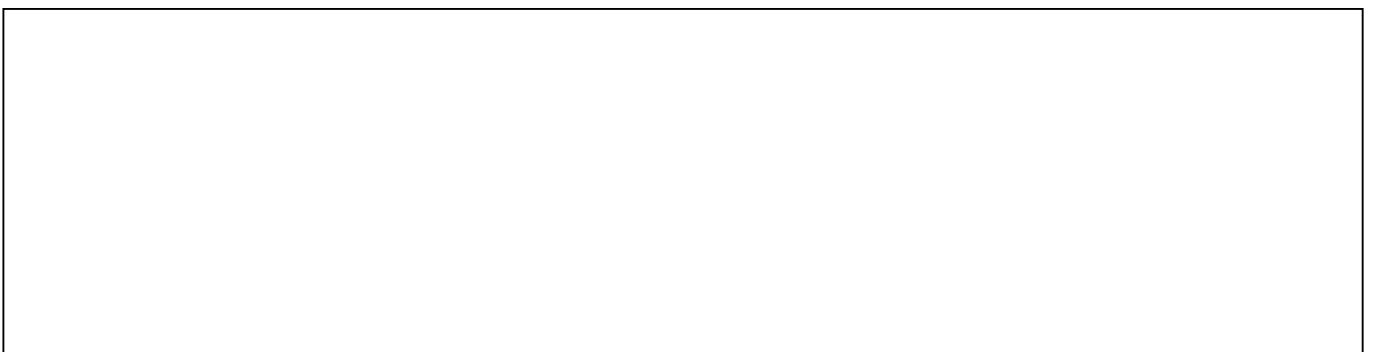
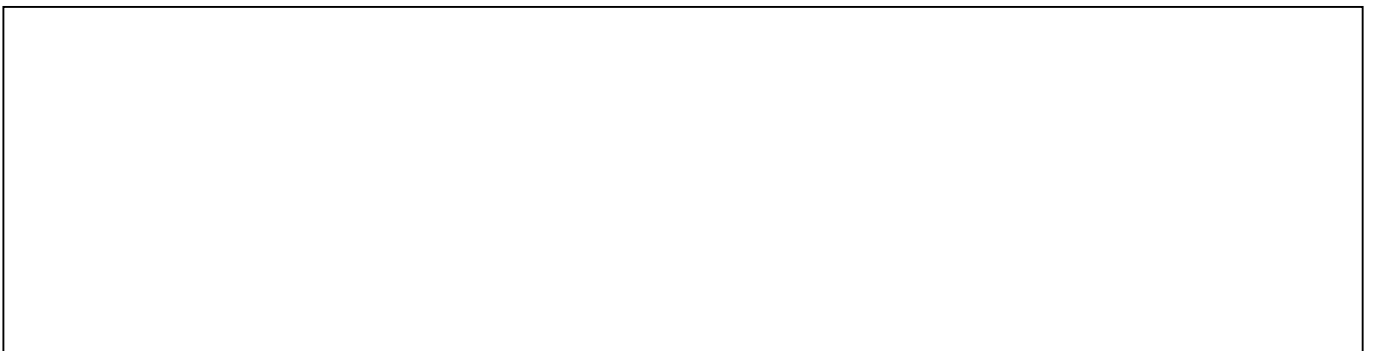
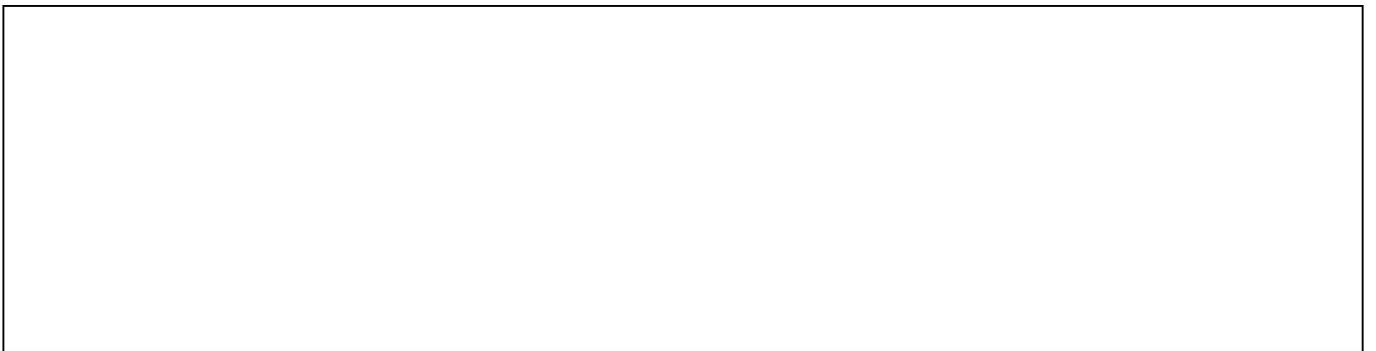
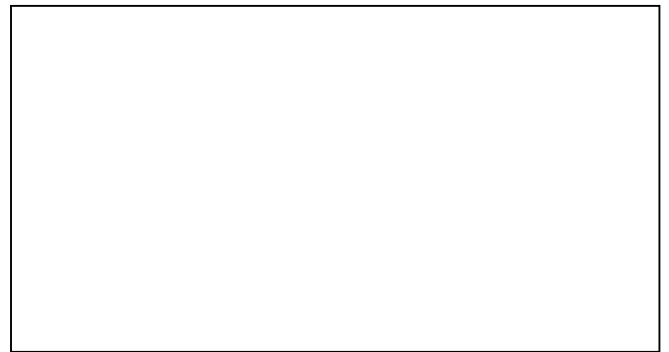
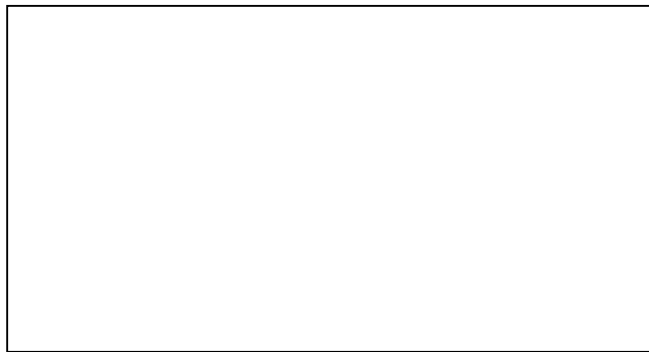
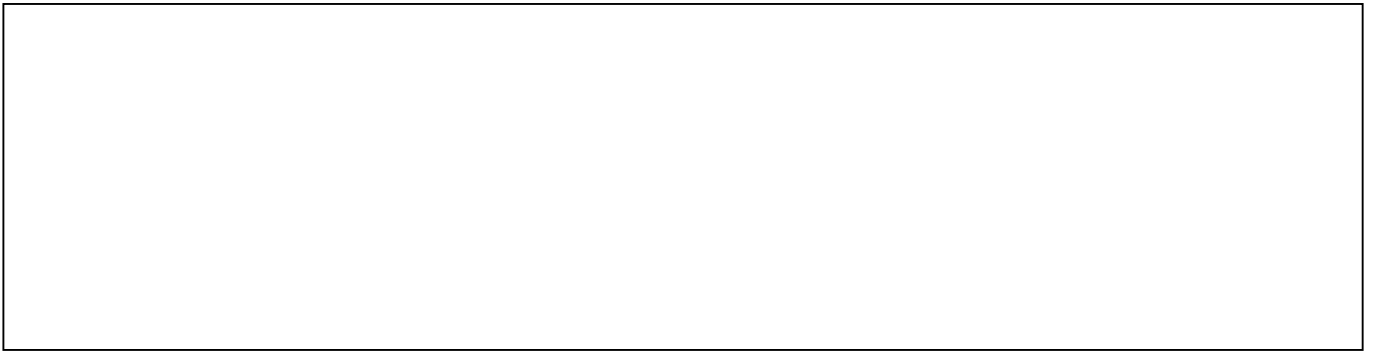
市長への手紙

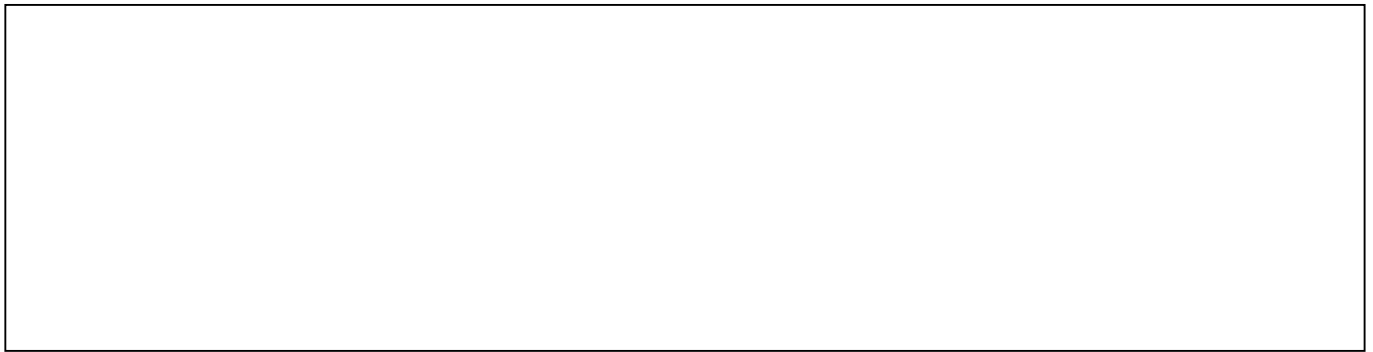
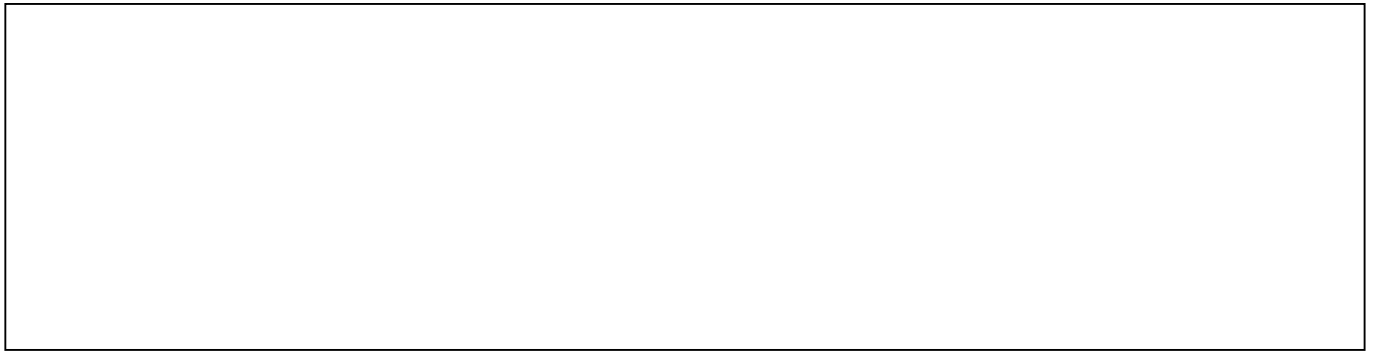
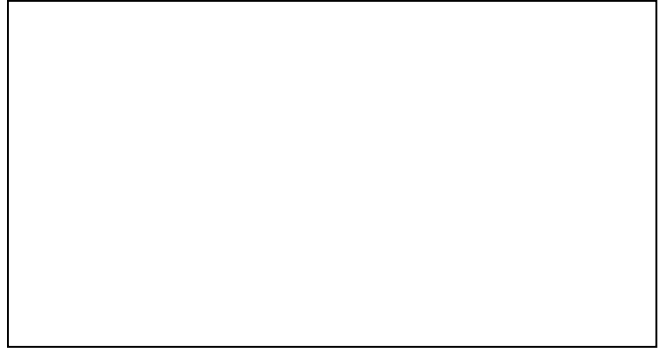
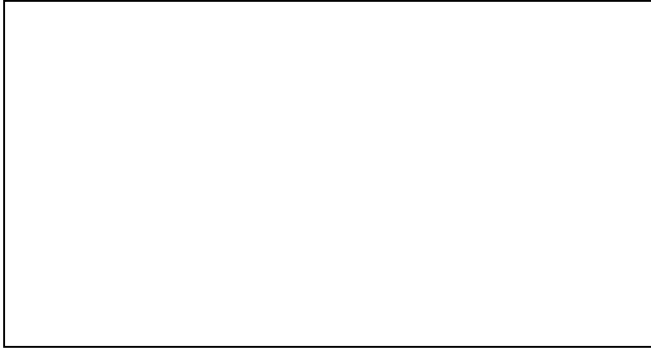
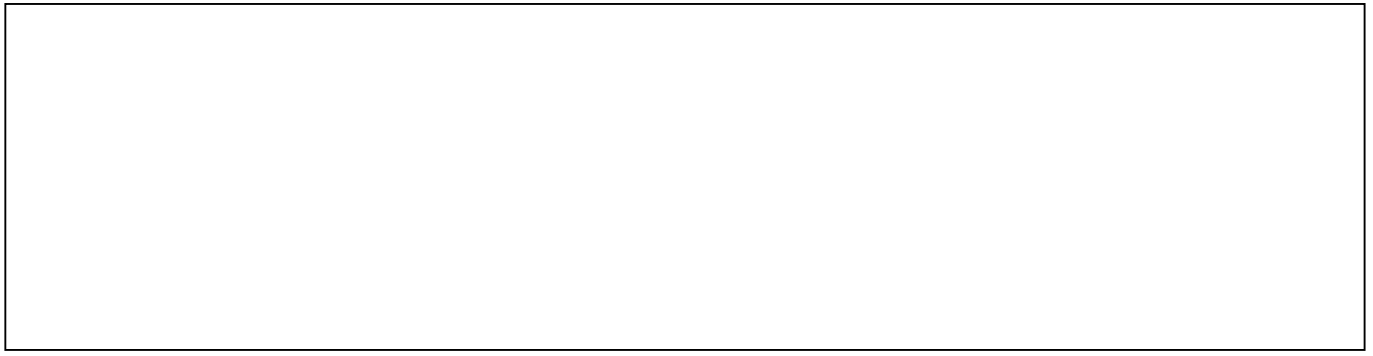
手紙：〒698-8650 常盤町1番1号 秘書課宛 FAX：23-2456

メール：hisyo@city.masuda.lg.jp（件名は「市長への手紙」）

※住所・氏名がないと回答できかねますのでご注意ください。







令和5年度後期



参加者募集中!

益田市民スポーツ・文化教室

★8月14日(月) 9:00 から市民体育館窓口で受付を開始します。



ジュニア教室

参加料(10回分): 1,650円



キッズサッカー

10月中旬(土) 16:30~18:00
対象: 年中~小学2年
場所: アリーナ他

小学生テニス

9月下旬(土) 10:30~12:00
対象: 小学3年~6年
場所: テニスコート

ソフトテニス

9月下旬(土) 9:00~12:00
対象: 小学1年~6年
場所: テニスコート

体操

通年で開催中 随時受付
対象: 小学1年~中学生
場所: アリーナ



★教室の開催が難しくなった場合は、回数に応じて料金を返金いたします。
※各地域でのスポーツ活動をサポートする「出前教室」も受付けています。

★スポーツ安全保険について

一般: 任意加入 高校生以下: 加入が必要
※保険料は加入後の返金はいたしかねます。
※教室終了後の自主練習は保険適用外になります。
※前期教室で加入された方は必要ありません。



文化教室

参加料(10回分): 3,300円

楽しいうれしい手芸

9月中旬(木) 10:00~12:00
対象: 一般
場所: 小会議室

楽しい切り絵

10月中旬(木) 10:00~12:00
対象: 一般
場所: 小会議室

実用書道

9月中旬(木) 10:00~12:00
対象: 一般
場所: 小会議室



お昼のスポーツ教室

参加料(10回分) 一般: 3,300円、高校生以下: 1,650円

※グラウンドゴルフ(5回分): 1,650円

たのしいユニカール

10月上旬(月) 10:00~12:00
対象: 一般
場所: 柔剣道場

NEW ソフトエアロビクス

9月中旬(火) 10:00~11:15
対象: 一般
場所: 大会議室

ピラティス午前

9月中旬(火) 10:00~11:15
対象: 一般
場所: 柔剣道場

ピラティス午後

9月中旬(火) 14:30~15:45
対象: 一般
場所: 柔剣道場

NEW 楽ちん体操

9月中旬(火) 10:00~11:15
対象: 一般
場所: 大会議室

かんたん健康ヨガ(初級)

9月中旬(火) 13:30~14:45
対象: 一般
場所: 柔剣道場

かんたん健康ヨガ(中級)

9月中旬(木) 13:00~14:15
対象: 一般
場所: 柔剣道場

ダイエットエアロビクス

9月中旬(木) 14:30~15:45
対象: 一般
場所: 柔剣道場

スポンジテニス

9月中旬(木) 9:30~11:30
対象: 一般
場所: アリーナ



リラックスヨガ(午前)

9月下旬(金) 10:30~11:45
対象: 一般
場所: 大会議室

リラックスヨガ(午後)

9月下旬(金) 13:30~14:45
対象: 一般
場所: 柔剣道場

楽しい初級フラダンス

9月中旬(木) 15:00~16:15
対象: 一般
場所: 大会議室

フラダンス(入門編)

9月中旬(土) 10:30~11:45
対象: 小学生~一般
場所: 大会議室

グラウンドゴルフ

9月下旬(火) 9:30~11:30
対象: 一般(5回)
場所: 陸上競技場

経験者テニス

9月中旬(火) 9:30~11:30
対象: 一般
場所: テニスコート

初級者テニス

9月中旬(金) 9:30~11:30
対象: 一般
場所: テニスコート

やさしい筋力トレーニング

9月中旬(木) 10:00~11:15
対象: 一般
場所: 柔剣道場



夜のスポーツ教室

参加料(10回分) 一般: 3,300円、高校生以下: 1,650円

※ナイター初級者テニス(5回分): 1,650円

リフレッシュヨガ

9月中旬(火) 19:00~20:15
対象: 一般
場所: 柔剣道場

初級者バドミントン

9月中旬(金) 19:30~21:30
対象: 小学生~一般
場所: アリーナ

ナイター初級者テニス

9月中旬(木) 19:00~21:00
対象: 一般(5回)
場所: テニスコート

卓球

9月中旬(木) 19:00~21:00
対象: 小学生~一般
場所: アリーナ

初めてのスポンジテニス

9月中旬(金) 19:00~21:00
対象: 一般
場所: アリーナ

しえいぶあっぷフラダンス

10月下旬(金) 19:30~20:45
対象: 一般
場所: 大会議室

合気道入門

9月中旬(金) 18:00~19:15
対象: 小学4年~一般
場所: 柔剣道場

NEW 弓道

9月中旬(木) 19:00~21:00
対象: 一般
場所: 弓道場

★夜間の活動のため、
学生のみで参加する
場合、送迎は確実に
お願いします。

【問い合わせ先】

益田市民体育館

☎FAX 23-6283

✉ undou-k@iwami.or.jp



リサイクルプラザ通信

第242号

👑 令和5年度標語コンテスト 最優秀賞決定!!

～多数のご応募ありがとうございました～

「小さな意識で エコへとつながる

小さなエコで 地球が変わる」 島田 千穂 さん（東陽中学校）

8月の体験教室

5日(土)	おからワッフル作り	13:00～15:00
6日(日)	衣類のリフォーム相談	13:00～16:00
19日(土)	パッチワーク	13:00～16:00
20日(日)	咲き織りでコースター作り 多肉植物の寄せ植え教室	10:00～12:00 13:00～14:00
26日(土)	衣類のリフォーム相談	13:00～16:00
27日(日)	ガラスでアクセサリ作り サンドブラスト	10:00～11:30 13:00～15:00

8/5(土)

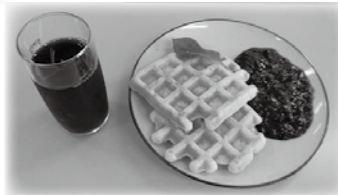
④ 持ってくる物 ⑤ 参加費

おからワッフル作り

小学生から大人まで参加できます。
みんなで作って一緒に食べましょう!

④ エプロン、三角巾

⑤ 200円程度



※教室への申込みは事前に電話またはFAXをお願いします。

※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。

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 <http://www.m-sougou.net/plaz-kei/index2.htm>

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/>



来ぶらりマルシェ

8月5日(土)

10:00～14:00 益田館 前庭

手作りの食べもの、ハンドメイド雑貨や
アクセサリなど、いろいろなお店が並びます☆



夏の工作ワークショップ

風鈴を作ろう!

10:30～ 児童コーナー

プラカップにビーズや小物を飾って
オリジナルの風鈴を作しましょう♪

※参加費不要、材料がなくなり次第
終了します。



8月の特集

大人向け 『怖い話』

夏の夜といえば、怪談。とびきり怖い話でゾッとすれば、
暑さも忘れられるというものです。この夏は、日本の
ホラー小説を中心に、怖くてドキミな話を集めます。

こども向け 7月・8月連続特集

『これで解決! 夏休みの宿題』

7月に引き続き、夏休みの宿題に悩む子どもたち
や親御さんへ、宿題のヒントになるような本をたく
さん集めてお待ちしております。

<8月の休館日>

【益田館】31日(休)

【美都館】毎週月曜日・祝日・31日(休)

※ふれあいホールみとの都合により臨時休館する場合があります。

【匹見館】なし

お盆の間も通常どおり
開館しています!!

【島根県芸術文化センター「グラントワ」】

YAMAZAKI
MOTO
CO



幕末から明治へ、
激動の日本を
絵筆でわたった
石見の天才

山本栞谷《牧童図》明治時代
東京国立博物館蔵
Image: TNM Image Archives

2023
7/8(土) 8/28(月)

【前期】7月8日(土)～7月31日(月)
【後期】8月2日(水)～8月28日(月)

【開館時間】9:30～18:00(最終入場17:30まで)
【休館日】毎週火曜日(8月15日は開館)
【観覧料】一般1,000円、大学生600円、小中高生300円
※企画展のみの料金

山本栞谷《桃花雀図》[部分]
慶応2年(1866) 個人蔵



山本栞谷と
津和野藩の
絵師たち

没後150年

関連プログラム

◎ 美術講座「津和野藩の絵画史」

8月12日(土) 14:00～15:30

【講師】角野広海(当館主任学芸員)

【会場】講義室 申込不要／参加無料／先着40名

◎ グラントワteaガーデン「つわ乃茶」

8月13日(日) 10:30～

【会場】美術館ロビー 無料／先着100名

※観覧券またはミュージアムパスポートが必要です。

◎ ギャラリートーク

7月30日(日)、8月26日(土) 各日14:00～

申込不要／参加無料

※観覧券またはミュージアムパスポートが必要です。



企画展
特設サイト



島根県立石見美術館

島根県芸術文化センター「グラントワ」内

いつ
どこ

企画展関連プログラム
「teaガーデン」同日開催

津和野を拠点に活躍する
邦楽グループ「韻ひびき」による
箏と胡弓の演奏をお届けします

いつでもどこでも音楽祭

津和野邦楽グループ

韻
コンサート

世良 紀子

帯名 久仁子

藤原 文香

2023 8/13(日) 開場13:30/開演14:00(終演14:40ごろ)
会場・大ホールホワイエ 観賞無料(全席自由/申込不要/先着順)

いわみ芸術劇場ホール再開記念



2023.

8.11(金祝)

グラントワ
大ホール

開場16:00

開演17:00

全席指定・税込

8,800円

※未就学児入場不可

※チケット完売の場合はご容赦ください



チケット
残り
わずか

令和5年度
夏休み!グラントワ
たんけんツアー!!!

日時 2023 8/14(月) 10:00～11:45 会場 グラントワ 大ホール

参加対象 小学生(保護者同伴可) 参加費 300円(税込)

参加方法 以下の専用QRコードから申込(各回別)

参加申込
受付開始 7/30(日) 9:00～
10:00～11:45 / 13:30～15:15

詳しい内容はグラントワホームページをご覧ください

いわみ芸術劇場ホール再開記念

チケット
好評
発売中



製作 松竹

令和5年度(公社)全国公立文化施設協会主催 西コース

松竹大歌舞伎

2023年9月10日(日) 開場13:15/開演14:00
会場・グラントワ大ホール

[全席指定・税込] S席8,000円/A席6,000円/B席3,000円
※未就学児入場不可



9
23
土・祝

会場 島根県芸術文化センター
「グラントワ」大ホール

開場13:00 料金 一般2,000円/小学生以下1,000円
開演13:30 ※当日各500円増 ※3歳未満の膝上鑑賞無料

※無料託児サービスあり(9/16までにグラントワまで申込)

【歴史文化交流館】

企画展「大正昭和レトロ展」

今、古き良き日本の姿に注目が集まっています。ある人にとっては懐かしく、ある人にとっては新鮮な輝きを放つ昭和レトロの家具や雑貨。どこか懐かしさを感じさせる温かみのあるデザインが昭和を知らない若者たちの間でも人気となっています。この企画展では、そんな大正・昭和時代に注目しました。懐かしのアイドルや洋楽のレコードコレクション、ちゃぶ台、ガラス食器、看板、足踏みミシン、文房具、おもちゃ等を展示します。

また、同時開催として、益田市出身の活動弁士「徳川夢声」の直筆脚本を、夢声ゆかりの品とあわせて初公開します。



レコードコレクション

- 会 期 8月11日(金・祝)～10月15日(日)
- 会 場 歴史文化交流館・展示ルーム
- 観覧料 無料
- 休館日 毎週火曜日

歴史文化交流館の愛称が決定しました！

愛称「れきしーな」

〈愛称の由来〉

「歴史って、いいな」と子どもたちを含めて皆が楽しんでくれるような施設になるといいです。また、歴史のことならなんでもここへ、という意味もこめて。

愛称考案者：山下奈美さん（静岡市在住）

◆ 歴史文化交流館 本町6番8号 ☎ 23-2635

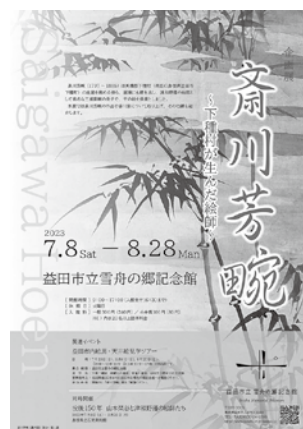
【雪舟の郷記念館】

企画展「斎川芳畹 ～下種村が生んだ絵師～」

斎川芳畹（1797～1885）は美濃郡下種村（現在の益田市下種町）の庄屋を務める傍ら、画業にも精を出し、津和野藩の絵師として高名な三浦紫畹に師事し、竹の絵を得意としました。

本展では斎川芳畹の作品や斎川家について取り上げ、その功績を紹介します。

- 会 期 開催中～8月28日(月)
- 会 場 雪舟の郷記念館
- 入館料 一般300円(240円)・小中高100円(80円)
※()内は20名以上団体料金
- 休館日 毎週火曜日



企画展ポスター

イベント

益田市内絵馬・天井絵見学バスツアー（案内付）

見学先：雪舟の郷記念館、大草八幡宮、神寶山八幡宮、笹倉八幡宮、歴史文化交流館

- 日 時 8月6日(日)、8月20日(日)
① 9:00～12:30 ② 13:30～17:00
※①、②とも同じ内容です。
- 集合・解散 雪舟の郷記念館
- 参加条件 開催日に企画展「斎川芳畹～下種村が生んだ絵師～」をご観覧ください。
- 参加料 無料 ※当日の入館券または雪舟さんパスポートが必要です。
- 申込み 各開催日の3日前までに、雪舟の郷記念館へお電話ください。



大草八幡宮（大草町）

◆ 雪舟の郷記念館 乙吉町イ 1149 ☎ FAX 24-0500



プラサ DE ますだん

Happy Birthday

8月生まれ

申込み
問い合わせ先

市政企画課 ☎ 31-0112 FAX 23-2456
✉ seisaku@city.masuda.lg.jp



※音訳・点訳の広報もあります



1歳

須藤 いちか ちゃん

我が家のアイドルいっちゃん。元気に育ってね!

投稿者: 家族みんな



1歳

稲垣 良汰朗くん

我が家のアイドルりょうちゃん。毎日かわいい笑顔ありがとう。

投稿者: 父、母



2歳

小川 結望 ちゃん

ゆのちゃんお誕生日おめでとう♥元気に大きくなってね♪

投稿者: じいじ、ばあば



2歳

末永 謡 ちゃん

おしゃべり上手なうたちゃん。たくさんお話を聞かせてね。

投稿者: じーじ・ばーば



2歳

窪田 翔馬くん

食いしん坊のしょうくん! いっぱい食べて大きくなってね!!

投稿者: 父・母



5歳

三好 由夏ちゃん

お誕生日おめでとう! いつも笑顔でいてね!

投稿者: お父さん・お母さん



6歳

佐藤 由彩ちゃん

なんでもがんばってるゆさちゃんステキだよ! 大好き♥

投稿者: 父・母



6歳

8歳

竹内 和生くん(右側)

竹内 心美ちゃん(左側)

お誕生日おめでとう! いっぱい大きくなあれ

投稿者: パパ・ママ

投稿大募集!

「プラサ DE ますだん」へあなたも投稿しませんか?

10月号への掲載申込み期間は 8月1日(火)～17日(木) です!

- ★ 10月生まれのますだん
- ★ ますだんの輪 (クラブ・サークルなど、益田市で活動するさまざまな団体を紹介)
- ★ ますだん掲示板 (募集やイベント情報などを投稿できます)
- ★ 伝えたいことば～ありがとうのメッセージ
- * 申込み方法は、市ホームページでご確認ください。
- * 「〇月生まれのますだん」は、しまね電子申請サービスからも投稿できます。



市ホームページ

【申込み・問い合わせ先】 市政企画課 ☎ 31-0112 ✉ seisaku@city.masuda.lg.jp



※広報ますだんは、市役所(各分庁舎含む)、市立保健センター、市立市民学習センターのほか、グラントワにも備えてあります。



植木鉢の受け皿などちよつとした水たまりも蚊の発生源に。蚊に悩まされないために、まずは皆さん、家の周りの点検を!

(Y☆P)

夏真っ盛りの8月。今年の夏は4年ぶりの「ノーマスクの夏」。マスク生活に慣れたとはいえ、やっぱり夏のマスクは暑かった。さて、夏は蚊のシーズン。夏祭りやキャンプなどの屋外イベントで刺されたり、夜中に「ブーン」という羽音で安眠を妨げられたりと悩ましい季節。

ちなみに、8月20日は「世界モスキート・デー(蚊の日)」。

※編集後記※

市の人口 (6月末現在)

世帯	21,258	世帯(△)	8)
人口	43,926	人口(△)	55)
男性	20,808	男性(△)	28)
女性	23,118	女性(△)	27)
出生	19	死亡	54
転入	47	転出	67
※ () 内は前月比			
※ 住民基本台帳より			