

広島交響楽団オーケストラ音楽鑑賞教室を開催します

問い合わせ 総務課行政係
☎ 22-7719



児童・生徒（小・中・高校生）を対象とした音楽鑑賞教室が開催されます。オーケストラや演奏曲にまつわる楽しい話を交えながらプロのオーケストラの演奏をお届けします。竹原市制施行 65 周年を記念して、竹原市在住又は竹原市内の学校に通う児童・生徒とその保護者は「無料」で鑑賞いただけます。



▲ひろしま都市犬

公演名 広島交響楽団オーケストラ音楽鑑賞教室
指揮：水戸 博之

申込締切 10月27日（金）17時 **はっしー**
（申込みのない人は入場できません。）

主催 広島広域都市圏協議会、(公社) 広島交響楽協会

その他 竹原市以外の広島広域都市圏に居住又は竹原市以外の広島広域都市圏内の学校に通う児童・生徒及びその保護者については有料となります。チケットぴあもしくはセブンイレブン店頭にてお申し込みください。

日時 11月3日（金・祝）15時～16時
（14時30分開場）



▲詳しくはこちら

場所 市民館ホール

対象者 竹原市在住又は竹原市内の学校に通う児童・生徒及びその保護者

※小学生のみ及び未就学児は入場不可

定員 500人（先着順）

鑑賞料 無料

申込方法 市ホームページの申込フォームからお申し込みください。

申込フォームはこちら▶



集団検診を受けましょう

問い合わせ 保健センター
☎ 22-7157

検診日 11月7日（火）～9日（木）

※7日は子宮頸がん検診・乳がん検診なし
※託児あり（要申込）

受付時間 8時30分～12時

場所 市民館（館内及び検診車にて実施）

※保健センターは、10月から改修工事を行うため、場所が市民館に変更になっています。

市民館にはエレベーターがありません。また、駐車台数に限りがあるため、できるだけ乗り合わせ等で来館されるよう、ご協力をお願いします。

申込締切 10月2日（月）必着

●検診項目と料金

検診の種類	対象者（令和6年3月31日基準）	料金	無料対象
特定健診	40歳以上の広島県（竹原市）国保被保険者	無料	—
	40歳以上の社保等の被扶養者	受診券に記載のある額	
後期高齢者健診	後期高齢者医療被保険者	無料	
竹原市健診	40歳以上の生活保護世帯の人	無料	
胃がん検診	40歳以上の人	1,800円	・75歳以上の人 ・広島県（竹原市）国保被保険者 ・市民税非課税世帯の人 ・生活保護世帯の人
肺がん検診	40歳以上の人	700円	
（アスベスト健診）	40歳以上の人 （アスベスト検診の間診で該当した人）	1,100円	
大腸がん検診	40歳以上の人	700円	
子宮頸がん検診	20歳以上の偶数年齢（女性）の人	700円	
乳がん検診	40歳以上の偶数年齢（女性）の人	1,100円	

健診（検診）の詳細や申込方法は、「令和5年度竹原市の健康診査のお知らせ」をご覧ください。冊子は、市民課医療年金係、保健センター、忠海支所にあります。（市ホームページからもご覧いただけます。）

税金の種類

- 国に納める税金（国税） 消費税・所得税・法人税・相続税・贈与税・酒税など
- 県に納める税金（県税） 県民税（個人・法人）・事業税（個人・法人）・不動産取得税・自動車税など
- 市に納める税金（市税） 市民税（個人・法人）・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税など

税金を期限内に納めないと…

延滞税（延滞金）がかかります

納期限までに完納されない場合、原則として法定納期限の翌日から完納するまでの日数に応じて計算した延滞税（延滞金）を納付しなければなりません。

●国税（延滞税）

納期限の翌日から2か月は2.4%以降、8.7%（※）

●県・市税（延滞金）

納期限の翌日から1か月は2.4%以降、8.7%（※）

※延滞税・延滞金の率は、毎年変動します。

納税証明書が発行されない場合があります

●国税

期限内に納付していない場合、「未納の税額がないこと」を証明する納税証明書（下記③）は、発行できません。

【参考】納税証明書の種類

- ①納付すべき税額、納付した税額及び未納税額等の証明
- ②所得全額の証明
- ③未納の税額がないことの証明
- ④滞納処分を受けたことがないことの証明

●県・市税

滞納がない証明は発行できません。

滞納処分を受ける場合があります

督促状が送付されてもなお納付されない場合には、財産の差押えなど、法律に定められた強制的な徴収手続を行うこととなります。

納税の緩和制度

災害や病気などによって、一度に納付することができない人のために、納税の緩和制度がありますので、税務署や市役所等にご相談ください。

納税についての相談

随時相談を受け付けていますので、徴収担当者までお問い合わせください。

問い合わせ

国税 竹原税務署 ☎ 22-0506（直通）

県税 西部県税事務所東広島分室

☎ 082-422-6911（代表）

市税 税務課収納係 ☎ 22-7732

夜間納税相談のご案内

事前に連絡をいただければ、税金に関する相談を受け付けますので、ご利用ください。

利用時間 平日の20時まで

場所 税務課（市役所本庁舎1階）

問い合わせ 税務課収納係 ☎ 22-7732

いつも期限内納付にご協力いただきありがとうございます。

今月の納期限 10月2日（月）

◆国民健康保険税…第3期分 ◆後期高齢者医療保険料…第3期分 ◆介護保険料…第3期分

口座振替の登録をされている人は、口座振替日の前日までに残高の確認をお願いします。

「家庭ごみ収集カレンダー」と一部の収集区域のごみ収集日の変更について

問い合わせ 市民課生活環境係

☎ 22-2279

10月から家庭ごみの収集区域を住所の表記に統一し、『家庭ごみ収集カレンダー』の運用を開始します。これに伴い、一部の収集区域では、ごみ収集日が変わります。

利用するごみステーションが該当する収集区域のカレンダーで収集日を必ずご確認ください。(広報たけはら9月号と合わせて各戸配付しています。)

カレンダーの選び方

収集区域は、ごみステーションの設置場所が基準となります。必ずごみステーションの場所(住所)が記載されているカレンダーを使用してください。お住まいの住所とごみステーションの場所(住所)が異なる場合があるため、ご注意ください。

(例) 本町二丁目に住んでいるが、本町三丁目のごみステーションを利用している場合
→本町三丁目のカレンダーを使用する。

令和5(2023)年度 10月～3月 竹原市家庭ごみ収集カレンダー

収集区域：① 竹原町(JR線以北)、中央三丁目・四丁目・五丁目

※は正しく分別し、指定ごみ袋に入れて、決められた収集日に、お住まいの地域で決められたごみステーションに出しましょう。別は「家庭ごみの分別と出し方」をご覧ください。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

冊子「家庭ごみの分別と出し方」について

分別の種別・区分に変更はありませんが、家庭ごみの収集区域を住所の表記に統一したため、合わせて『家庭ごみの分別と出し方』もリニューアルしました。広報たけはら9月号と合わせて各戸配付していますので、新しい冊子に差し替えをお願いします。

ごみの減量を進めよう～ビン類・カン類のリサイクルの推進～

ビン類、カン類は白い指定袋に入れて、決められた日にごみステーションに出すようにしましょう。

ビン類

●ガラスのビンは、大きく分けて2つの分類でリサイクルされます。

ガラスビンのリサイクルすると、ケイ砂や石灰石、ソーダ灰といったガラスビンの主原料となる天然資源を節約できます。また、ガラスを溶融させる際のエネルギー量も削減することができます。

リターナブルビン	洗浄・殺菌をしてそのまま再利用するガラスビン。ガラスが欠けたり割れたりしない限り繰り返し使うことができます。 (例) ビールビン、一升ビン等
ワンウェイビン	一度しか使われないビン。ビンを色別に分け、洗浄した後、細かく砕いてガラス原料の他、アスファルトや建築用断熱材、歩道にあるタイル等幅広く活用されています。 (例) 調味料、栄養ドリンク等のビン

カン類

●スチール缶とアルミ缶があり、それぞれリサイクルされています。

スチール缶	スチール缶、自動車、家電、鉄道、船舶の材料や、ビルや橋梁といった建築資材など、「何にでも」「何度でも」リサイクルできます。 スチール缶のリサイクルは、鉄鉱石から新しく鉄を作る場合に比べ、70%のエネルギーを削減できます。
アルミ缶	アルミ缶にリサイクルされたり、自動車部品等にも利用されています。回収されたアルミ缶から再生地金を作るエネルギーは、ボーキサイトという鉱石から地金を作るときのエネルギーのわずか3%で済むため、エネルギー節約効果が非常に高い特徴があり、「リサイクルの王様」と言われています。

「こころの健康」福祉講座 受講者募集！

	日時	場所	内容	講師名	申込締切
第1回	10月7日(土) 13時30分～15時	ふくしの駅 3階研修室	わかりやすい精神疾患の 基礎知識	医療法人楽生会馬場病院 精神科医師 馬場 麻好 さん	9月28日(木)
第2回	10月12日(木) 13時30分～15時	地域生活支援 センター 365	精神疾患をお持ちの方との かかわり方	訪問看護ステーション 「よつば」管理者 精神科認定看護師 藤森 祥子 さん	10月10日(火)
			交流会		
第3回	10月19日(木) 13時30分～15時	障害福祉サービス 事業所若竹	精神疾患をお持ちの方との かかわり方	訪問看護ステーション 「よつば」管理者 精神科認定看護師 藤森 祥子 さん	10月16日(月)
			交流会		

対象者 精神福祉に関心がある人(高校生以上)

受講料 無料

申込方法 メール、電話、FAXで申し込んでください。

メール、FAXの場合は、氏名、住所、電話番号を記載してください。

申し込み・問い合わせ 竹原市社会福祉協議会

☎ 22-5131 FAX 23-0084

E-mail takeshaky@mx51.tiki.ne.jp



JAPAN HERITAGE
日本遺産

【連載】北前船日本遺産～鳥取市の紹介～

北前船は大阪と北海道を日本海廻りで往復していました。そのため、北前船日本遺産は全国規模でストーリーが展開している点が特徴です。今月号から、北前船日本遺産認定を受けている中国・四国地方の自治体を紹介していきます。今回は鳥取県鳥取市を紹介します。

鳥取県東部に位置する鳥取市は、山陰地方東部の中核都市として発展してきました。豊臣秀吉による鳥取城攻略後に城下が形成され始め、江戸時代前半の池田光政が鳥取藩主を務めた時期に拡大された城下町が現在の市街地の原型です。

鳥取城の西を流れる千代川河口の賀露港は、古くから海上交通の要衝として栄え、北前船も寄港しました。港が一望できる賀露神社の石灯籠には、鳥取を拠点に活動した多くの廻船商人の名前が刻まれています。また、鳥取県無形民俗文化財の賀露神社で2年に1度行われる大祭「ホーエンヤ祭」は、神輿や神官、獅子、武者行列等が船に乗って千代川を下るもので、毎回到ぎわいをみせています。

鳥取市西部に位置する芦崎(現在の青谷地域)も北前船寄港地で、廻船問屋も集住しており、湊神社には廻船問屋から寄進された常夜灯、狛犬、船型の神輿が残されています。鳥取の夏の風物詩「鳥取しゃんしゃん祭」で使われるしゃんしゃん傘は、青谷地域でも生産される因州和紙が使用され、色鮮やかな傘が一斉に舞う姿は圧巻です。

※9月8日(金)から10月11日(水)まで、旧森川家住宅では北前船日本遺産認定を受けている中国・四国地方の自治体を紹介するパネル展を開催しています。



▲ホーエンヤ祭の船御輿

問い合わせ

文化生涯学習課文化財保護係 ☎ 22-2328

土地区画整理事業地内の保留地を売却します

問い合わせ 都市整備課都市計画係
☎ 22-7749

市が施行中の新開土地区画整理事業地内の保留地を一般競争入札により売却します。現状有姿での引渡しになりますので、購入を希望される人は、現地を確認のうえ、入札の参加をお願いします。



売却物件

所在地	面積	予定価格(円)
50 街区 5 画地 (竹原町字下新開)	235.82 m ² (約 71 坪)	12,545,000

※予定価格が最低売却価格となります。

入札参加申込受付期限 10月13日(金)

申込書類 申込書その他の必要書類については、入札実施要領に記載しています。要領は、都市整備課で配布しています。(市ホームページからダウンロードもできます。)

申込方法 必要書類を直接窓口を持参又は郵送
※郵送の場合 10月12日(木) 必着

開札日時 10月25日(水) 10時

開札場所 市役所地階 第2会議室

その他 売却物件や入札手続きなどの詳細については、入札実施要領をご覧ください。

市有地を売却します

問い合わせ 総務課資産活用係
☎ 22-7719

売却方法 一般競争入札

入札参加申込受付期間

9月11日(月) 8時30分～21日(木) 11時

開札日時 9月22日(金) 10時

売却物件 仁賀町字荒神畷 3941 番 1

建物付土地 662.00 m² (約 200 坪)

入札参加資格 2年以上市外に住所を有し、かつ
居住しているもので、定住を目的として市内に
転入しようとする者 ※その他要件あり

申込書その他必要書類や物件の詳細は、冊子(総務課・支所へ備え付け、又は市ホームページからダウンロード)をご覧ください。

詳しくはこちら▶



マイナンバーカードに関する手続きのご案内

忠海支所でも手続きができます！

- ・電子証明書の新規発行及び更新
- ・暗証番号の初期化再設定
- ・マイナンバーカードの受け取り 等

夜間・休日開庁のご案内

マイナンバーカードの受取、電子証明書の更新のため、次の夜間・休日に開庁しますので、ご利用ください。なお、マイナンバーカードに関する業務以外はお受けできませんので、ご了承ください。

夜間開庁日時 9月14日(木)、28日(木)、10月12日(木) 17時15分～19時

休日開庁日時 9月24日(日)、10月29日(日) 9時～12時

受付場所・問い合わせ 市役所1階 市民課市民係 ☎ 22-7734

※ご自身のマイナンバーカードの受取り場所については交付通知書の「交付場所名」及び「交付場所所在地」をご確認ください。交付通知書に記載の交付場所以外で受取りを希望される場合、前営業日までの事前連絡が必要です。

いざというときのために ～台風に備えましょう～

問い合わせ 危機管理課
☎ 2 2 - 2 2 8 3

本格的な台風シーズンを迎えました。災害から命や財産を守るため、日頃から家庭や地域で話し合い、以下の点に注意し早めに行動しましょう。



1 日頃からの備え

- ハザードマップ等を活用して住んでいる地域の危険箇所、避難場所、避難経路を確認しましょう。なお、ハザードマップは、市のホームページで見ることができ、危機管理課でも配布しています。
- 災害の危険性のない親戚宅や知人宅などの安全な場所に避難することも考えましょう。
- 避難の際に持ち出す非常持出品に加え、マスクや消毒液、体温計を準備し、服用薬、粉ミルクなどの各家庭で必要と思われるものも確認しておきましょう。
- 水や食料などの備蓄品を最低3日分、各家庭で用意しましょう。
- いざというときに慌てず行動できるように普段から集合場所や安否確認の方法などを家族で話し合いましょう。
※人が1日に必要な水の量は3リットルといわれています。
断水に備え、風呂に水をためる方法も有効です。



2 台風が接近したときには

- 気象台が発表する最新の防災気象情報をテレビ、ラジオ、携帯電話、インターネットなどで随時確認しましょう。
- 家の周りを点検し、飛ばされそうな物は室内に取り込む、または固定しましょう。
- 大雨や暴風による災害に巻き込まれないよう、不要な外出は控えましょう。
- 警戒レベル3、4が発令されていない場合であっても、異変を感じた場合や避難に時間のかかる場合は自らの判断で早めに避難しましょう。

3 避難するときには

- 避難は原則として徒歩で行い、歩きやすい靴を履きましょう。
- 非常持出品は、リュックサック等に入れて背負い、両手が使える状態にしましょう。
- 家族や隣近所の人と声を掛け合って、早めに避難しましょう。
- 避難場所への避難が危険な場合は、近くの安全な場所に避難するか、屋内の高いところに避難するなどできるだけ安全な行動をとりましょう。

マイナポイントキャンペーン第2弾の申込み期限は9月末まで

マイナポイント第2弾は9月30日で終了しますので申込みはお早めをお願いします。
スマートフォン等による申込みのほか、市役所本庁・忠海支所では申込みのお手伝いをしています。

マイナポイント申込時に必要なもの

- ・マイナンバーカード（令和5年2月末までに申請した、利用者証明用電子証明書搭載のもの）
- ・本人名義（未成年の場合は法定代理人名義も可）のキャッシュレス決済サービス
※事前準備が必要なものもあるため前もってご確認ください。
- ・カード受取時に設定した数字4桁の暗証番号
- ・公金受取口座を登録する場合、口座番号がわかるもの（本人名義に限る）



受付場所・問い合わせ 市役所1階 市民課市民係 ☎ 2 2 - 7 7 3 4

新型コロナワクチン 令和5年秋開始接種をお知らせします

問い合わせ 保健センター

☎ 22-4699

10月3日（火）から、新型コロナワクチン秋開始接種を開始します。65歳以上の人と基礎疾患がある人は、重症化リスクが高いことから、接種をおすすめしておりますので、接種のご検討をお願いします。

費用 無料

対象者 初回接種（1・2回目接種）を終了した人

接種時期 10月3日（火）から令和6年3月30日（土）まで

接種間隔 前回接種日から3か月経過した後

使用ワクチン オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン

接種券の色 ピンク色

接種券の発送時期（予定）




対象者	発送時期
令和5年5月に3～6回目を接種した人	9月中旬
令和5年6月に3～6回目を接種した人	9月末
令和5年7月に3～6回目を接種した人	10月末
令和5年8月に3～6回目を接種した人	11月末
上記以外の人	9月下旬以降

（注意）

オミクロン株対応ワクチンを一度も接種していない人など、以前送付した接種券を使用していない人は、お手元の接種券を使用して接種することができます。紛失した場合は、再発行できませんのでお問い合わせください。

予約方法 9月12日（火）から予約を開始します。接種券がお手元に届いたら、次の方法で予約をお願いします。

※以前送付した接種券を使用する人は、9月12日（火）以降に予約可能です。

ネット予約	 ※竹原市のホームページからもアクセスできます。
電話予約	竹原市予約受付・相談ダイヤル（平日9時～16時） ☎ 050-3625-9555
ハガキで申込 （65歳以上限定）	黄色の封筒に同封している専用ハガキに、希望する医療機関名などを記入し、投函してください。

○生後6か月から11歳の子どもの接種について

子どもを対象とした新型コロナワクチン接種も実施しています。これまでに送付した接種券を使用して、専用の「オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン」を接種することができます。

費用 無料

接種場所 米田小児科医院

その他 接種の際は、保護者の同意と同伴が必要です。

お手元に接種券のない人は、保健センターまでお問い合わせください。

9/24（日）～30（土）は結核予防週間です

問い合わせ 保健センター

☎ 22-7157

結核は今でも新しい患者が発生し、命を落としている重大な感染症です。

一般的な結核の症状は、2週間以上続く咳や痰です。特にお年寄りは倦怠感が続いたり、急に痩せて体調を崩したりした場合も結核の可能性あります。

結核は、今は効果的な治療薬があり、服薬を確実に行えば治る病気で、早期発見・早期治療が大切です。年に1度は健診を受け、咳や痰が続くようなら、早めに受診しましょう。

竹原市中小企業者等燃料費等高騰対策支援金を給付します

原油価格や電気・ガス料金を含む物価高騰等の影響を受ける中小企業者等の負担を軽減するため、市内の中小法人・個人事業主及び農業者・漁業者の皆さまに、市独自の支援金を給付します。

給付対象者

令和5年4月以前から継続して事業を行っており、直近の事業年分（個人事業主の場合は令和4年分）の確定申告について、水道光熱費及び燃料費を事業経費として計上している、下記の①～③のいずれかにあてはまる者

- ①市内に本店もしくは本社等があり事業所・工場・店舗・施設などを運営する法人又は個人事業主
 - ②次期作付け等を検討している農業者
 - ③芸南漁業協同組合又はその組合員である漁業者
- ※要件等詳細につきましては、下記までお問い合わせください。

給付額

対象経費合計額の1/10（1,000円未満切捨）
※給付上限額 10万円

対象経費

市内にある事業所又は店舗において、直近の事業年中（個人事業主の場合は令和4年中）に事業用として支払った水道光熱費及び燃料費

申請方法

申請書類を事務局（竹原市役所地下1階第1会議室）に原則郵送してください。

申請期間

9月19日（火）～12月8日（金）
（当日消印有効）

詳しくはこちら▶



問い合わせ

- ①9/11～12/20の間 竹原市中小企業者等燃料費等高騰対策支援金申請受付事務局 ☎22-2312
- ②上記期間以外 産業振興課商工観光振興係 ☎22-7745

オレオレ詐欺・還付金詐欺にご注意！！ ～電話でお金のお話が出たらそれは詐欺じゃけえ！！～



竹原市内で、特殊詐欺のアポ電が多発しています。竹原警察署管内では、昨年は5件の認知がありました。今年は、7月末現在において警察が把握した特殊詐欺被害の認知はありませんが、依然として、息子や孫になりすました「オレオレ詐欺」や市役所の職員になりすました「還付金詐欺」のアポ電が発生しており、気が抜けない状況です。

こんな言葉や、犯人からの指示にはご注意ください！

○オレオレ詐欺

- ・病院に行ってカバンが無くなった。
- ・カバンには会社の重要な小切手が入っている。
- ・お金を用意してほしい。
- ・知り合いがお金を取りに行く。



○還付金詐欺

- ・介護保険料の過払い金を返します。
 - ・期日が過ぎていますが、今日なら手続きができます。
 - ・近くのATMで手続きができます。
- ⇒その後、携帯電話で指示を受けながらATMの操作をし犯人が指示した数字を入力、送金させられる。



竹原警察署からのお願い

- ①まず一呼吸落ち着いて、本人に電話をして確認を。
- ②知らない人に絶対にお金を渡さないでください。
- ③ATMで還付金の受取手続きはできません。
- ④おかしい電話はすぐ切って110番通報！
- ⑤防犯機能付き電話の導入をご検討ください。

問い合わせ 竹原警察署 ☎22-0110

竹原市からのお知らせ

特殊詐欺による高齢者の被害を未然に防止するため、特殊詐欺対策電話機等の購入者に対して補助金を交付しています。申請するには、購入前に事前申請が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

問い合わせ 危機管理課 ☎22-2283



▲詳しくはこちら

骨折を予防して健康寿命を延ばそう！④

健康寿命を延ばすには
転ばないカラダづくりと
骨折しない丈夫な
骨づくりが大切です。

～骨密度チェックのすすめ～

骨がもろくなり骨折しやすくなる病気を「骨粗しょう症」と言います。自覚症状がないため、知らず知らずの間に骨粗しょう症になっていることも少なくありません。また、痛みなどの症状が現れた時には骨粗しょう症が進行しているおそれもあります。自分の骨の健康状態を知る方法として「骨密度測定」の検査があります。特に女性は症状がなくても50歳を超えたら定期的に受けることをおすすめします。

骨粗しょう症のリスクが高いのはどんな人？

- 65才以上
- 閉経を迎えた女性
- 若いとき極端な食事制限（ダイエット）をした
- 偏食（特にカルシウムやビタミンDの不足）
- 血のつながりがある家族が骨粗しょう症で骨折（大腿骨や圧迫骨折）したことがある
- たばこを吸う
- お酒を飲む量が多い
- 運動不足
- 骨折をしたことがある

問い合わせ 市民課医療年金係 ☎ 22-7734

無料！

「ふくし健康まつり」で 骨密度測定を実施します！

- 内容 骨密度測定（超音波測定法）
※希望者には栄養相談も行います。
- 日時 9月24日（日）9時30分～14時30分
（受付14時まで）
- 場所 保健センター前
- 対象者 16才以上



健康まつりで「骨」に関する
講座も無料実施！

健康講座 「若さの秘訣は骨！さあ骨貯金を始めよう」

- 講師 (株)メディカルフィットネスB-1
健康運動指導士 松本 直子 先生
（まつもと なおこ）
- 日時 9月24日（日）1回目10時30分～12時
2回目13時～14時30分
- 定員 各回25人（要申込）
- 申込先 保健センター
- 申込締切 9月20日（水）
- その他 軽い運動もしますので、動きやすい服装と運動靴でお越しください。

問い合わせ 保健センター ☎ 22-7157

「介護予防自主グループ」を紹介します！

今回は「心も体も元気にみんなが幸せに楽しい毎日が過ごせるように」という想いで活動をしている自主グループ「しあわせはつらつ体操」を紹介します。

参加者全員で準備、片付けをし「ここではみんな同級生」を合言葉に、間違っても、出来なくても、笑い飛ばして和気あいあいと集まっています。「ここに来ると話ができる」「関節が痛くなっても体操をすると治るから今もここに来られる」と話されていました。毎月参加者のお誕生日会をし、参加出来ていることのお祝いもしています。



「しあわせはつらつ体操」

- 設立時期 平成28年5月
- 場所 忠海東地域交流センター
- 開催日時 毎週木曜日 10時～11時30分
- 特徴 基本に忠実な体操を実施。歌やゲームと楽しいことが好きな集まりです。



介護予防自主グループについてのお問い合わせは、健康福祉課介護福祉係（☎ 22-7743）へ。

祝100歳！ おめでとうございます

問い合わせ 健康福祉課介護福祉係

☎ 22-7743

9月18日は敬老の日です。

令和5年4月1日から令和6年3月31日までの間に100歳になられる19人に、ご長寿のお祝いとして、市長が記念品とお祝い金をお贈りします。

いつまでもお元気で長生きしてくださいね。

ご長寿の秘訣をお聞きしました



神原 義雄 さん

ご長寿の秘訣は？

80歳まで機械関係の仕事をしていました。今は毎日、体操して元気に過ごしています。

今年度100歳になられるみなさん▶

氏名	住所
おおの ともこ 智子 さん	忠海東町二丁目
おかの いっえ 逸枝 さん	吉名町
おくもと としえ 敏枝 さん	竹原町
かんばら よしお 義雄 さん	忠海東町三丁目
しいの ふみ 富美 さん	竹原町
ふじい のりお 典雄 さん	竹原町
まつい あやこ 綾子 さん	忠海中町四丁目
みと さだかず 定和 さん	本町一丁目
みよし みえ 美枝 さん	下野町
よしもと せつこ 節子 さん	竹原町

このほか9人が100歳になられます。

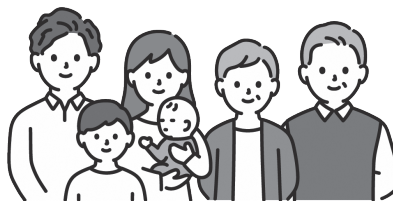
9月は世界アルツハイマー月間です

1994年、「国際アルツハイマー病協会」は、世界保健機関（WHO）と共同で、毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、認知症に関する様々な活動を行っています。この機会を利用し、認知症の理解を深め、正しい知識を身につけるとともに、認知症になっても本人や家族が安心して暮らせる地域づくりについて考えてみましょう。

1 認知症啓発イベント

- きんさい！ まちの保健室
- どなたでも気軽に立ち寄り、健康のこと、家族のことなどご相談ください。
- 日時 9月26日（火）9時30分～11時30分
- 場所 市役所ロビー
- テーマ 「もの忘れ… 何でも相談」
- ※簡単にできる「もの忘れ相談プログラム」を使って認知症相談もお受けします。
- 問い合わせ 健康福祉課介護福祉係
☎ 22-7743

- 認知症啓発図書コーナーの設置
- 認知症関連図書の特設コーナーを設置しています。
- 期間 9月14日（木）～27日（水）
- 場所 市立竹原書院図書館
- 問い合わせ 市立竹原書院図書館 ☎ 22-0778



2 認知症カフェを開催しています

認知症カフェとは？

認知症の人やその家族・知人、医療やケアの専門職、そして認知症に関心のある人などが気軽に集まり、交流を楽しむ場です。市内に2か所あり、悩み事の相談や情報交換など自由に過ごしていただけます。

- 梅一輪
- 日時 毎月第3土曜日 13時30分～14時30分
- 場所 大井地域交流センター
- 参加費 100円
- 問い合わせ 楽生会居宅介護支援事業所
☎ 22-0256

- よってみんなさいカフェ
- 日時 毎月第2金曜日 14時～15時
- 場所 多機能型事業所あさひサロンスペース
- 参加費 100円（事前予約が必要です）
- 問い合わせ 竹原病院
☎ 22-0963