

ゆうゆうと 人が輝く いやしと創作のまち

Monthly Communications Magazine



あわら

2016

2

第144号

平成28年2月15日発行

勝負は、一瞬。

Contents

- 介護予防は元気なうちから 2～5
- 映画「ちはやふる」今春公開！ 6
- 平成28年 行政連絡員のご紹介 7

1月31日 あわら市民かるた大会

今日から始めよう！介護予防

毎日体を動かして 転倒しにくい体づくり

簡単なストレッチでも筋力を鍛えることができます。
毎日体を動かして転倒しにくい体づくりをしましょう。

足指のマッサージ

目安：
20回



足指の間に手指を一本ずつ入れて、足首を回す。

足首ストレッチ

目安：
20回



足を伸ばして床に座り、つま先を前後に動かす。

片足上げ

目安：左右
3セット



いすと水平の高さまで片足ずつ持ち上げ、5～10秒静止。

バランスの良い食事で 低栄養を予防

高齢になると、食が細くなったり、食事が単調になりやすく、**低栄養**状態に陥りやすくなります。次のことを心掛けて低栄養を予防しましょう。

ポイント

- ・1日3食バランスよく食べ、食事を抜かない。
- ・主食（ごはん、パン、めん類）をしっかり食べる。
- ・たんぱく質（肉、魚、豆など）を積極的にとる。
- ・楽しく食べる。



口の健康を保つ 口腔ケア

かむ力が弱くなると口腔内の衛生状態が悪化し、細菌が繁殖しやすくなります。それが誤嚥性肺炎を誘発することもあります。次のことを心掛けて口腔ケアを実施しましょう。

ポイント

- ・歯みがきをして虫歯や歯周病予防を。
- ・よくかんで、唾液の分泌を促し、かむ力を鍛える。



積極的に外出して 閉じこもりを予防

閉じこもりは筋力や意欲を低下させ、長くなると要介護状態になってしまうリスクが高まります。次のことを心掛けましょう。

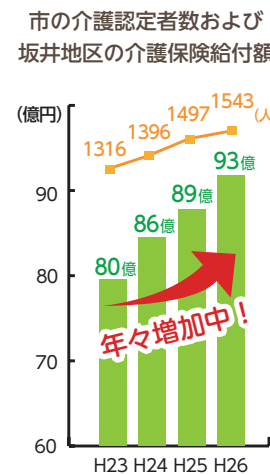
ポイント

- ・家事や庭仕事などできることは自分でやる。
- ・散歩や地域の集いなどで、積極的に外出する。
- ・ボランティア活動など、社会での役割を持つ。



介護予防のポイント
「介護予防のポイントは運動をし、栄養を十分に取ることです。口腔機能を低下させないなど、日常の活動を見直すことも重要です。介護予防は左図のように、簡単なことから始められます。」
また、市が実施している介護予防

どうやって予防すればいいの？



日本は超高齢社会を迎えており、その高齢者の5人に1人が要介護認定を受けている状況です。あわら市では約1600人が要介護認定を受けており、年々その数は増加しています。今は大きな病気や健康の不安がなくとも、知らず知らずに体が衰え、転倒や病気をきっかけとして、寝たきりになるなど、思いがけず介護が必要になることもあります。

「介護が必要なとき」は
思いがけずやってくる

「いつまでも健康に、自分らしく過ごしたい」、そんな思いを実現するために、今日から介護予防に取り組んでみませんか？

いつまでも自分らしく生きるために
介護予防は
元気なうちから

予防をしないと、どうなる？

外出をあまりせず、横になって一日中テレビを見ている、ご飯と漬物などで食事を済ませてしまいうなど活気のない生活を続けていると、心も体もすぐに衰えてしまいます。筋力や意欲が低下すると認知症やうつ病を引き起こす原因にもなります。

- ①足の筋力が低下し、転びやすくなる。
 - ②外に出るのが怖くなり、閉じこもりがちになる。
 - ③活動範囲が狭くなることでさらに筋力が衰え、食欲や意欲も低下する。
- 悪循環に陥り、介護が必要な状態に！

教室では、運動などで楽しく行える予防方法をご紹介しますので、気軽にご参加ください。
「大きな持病がないから大丈夫」「年寄りだから食事は少しで十分」などの思い込みは禁物です。いつまでも自立した生活を送れるように、元気なうちから介護予防に取り組みましょう。



介護予防教室のレクリエーションの様子

こんなサインはありませんか？

- ☐ つまづいたり、転びやすくなった。
- ☐ いすに座った状態から何もつかまらずに立ち上がれない。
- ☐ 外出がおっくうになった。
- ☐ 日用品の買い物をしていない。
- ☐ 食が細くなった。
- ☐ 固いものが食べにくい。
- ☐ お茶や汁物でむせやすくなった。
- ☐ 物忘れが多くなった。
- ☐ 今日が何日か分からない。

チェックが付く人は、要注意！
今日から早速介護予防をしましょう。



介護予防をサポート 元気アップ教室

いつまでも健康で自立した生活を送れるよう、65歳以上の人を対象に介護予防教室を実施しています。

健康チェックリストを受けて必要と判断された人に教室のご案内をしていますので、まずは健康長寿課にご相談ください。

とき・ところ

市が委託した市内4つの事業所で実施していますので、希望の事業所をお伝えください。

事業所（所在地）	曜日	時間
なるぞの森 （二面2丁目301）	水	15時～17時
ナイスケア木村 （市姫三丁目23-4）	金	13時～15時
細川接骨院 （滝7-21）	水	14時～16時
みんなの家 （大溝三丁目4-32）	土	10時～12時

内容

運動、栄養、口腔、物忘れ予防について、以下の内容を複合的に行っています。

- ①機能維持・改善を図るための運動
- ②栄養講座
- ③口の働きの話、口腔体操
- ④脳を活性化するレクリエーション・運動
- ⑤健康チェック

参加費

無料（必要な人には送迎あり。）

健康長寿課まで
気軽にご相談
ください！



健康長寿課 保健師 谷口 富弥

介護予防教室などに通うようになってから、笑顔が増えた人がたくさんいます。

「定期的に通える場所ができ、楽しみが増えた」「家族や友人との会話が増えた」「新しいことに挑戦してみる気持ちになった」などの声を聞くことが何よりうれしいです。

健康長寿課では、一人でも多くの市民の皆さんが介護予防に取り組み、元気で過ごしていただけるように、介護予防教室や支援制度をご案内していますので、気軽にご相談ください。

問合せ 健康長寿課 ☎ 73-8022

中田さんからは社会とつながる心
意気があふれています。若いころ
から仕事を通して培ってきた自分
らしさを、仕事をしたり、積極的
に出掛けたり、人と会って会話し
たりすることで実現しています。
体や頭、感情をフルに使う充実
感のある日常生活そのものが介護
予防につながっているのではない
でしょうか。

元気うちから活力ある 生活をするのが鍵



谷川 真澄 さん

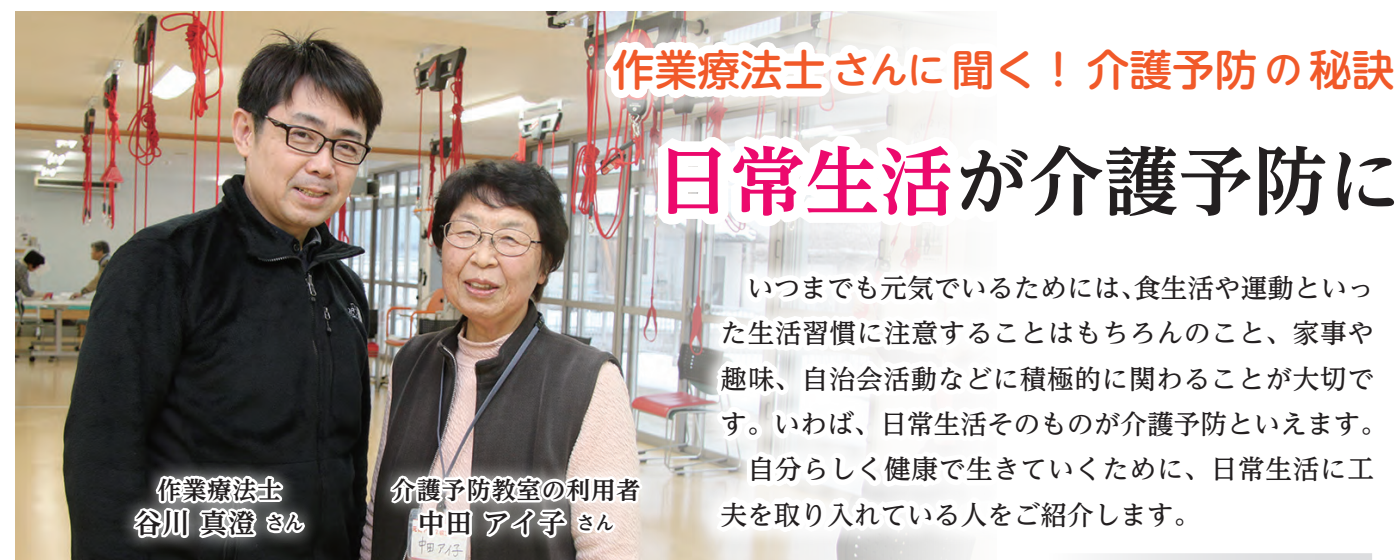
あわらを元気な地域に
教室に通うことで体がよく動
くようになったり、交流するこ
とで表情が明るくなったりと、
参加者の皆さんには良い変化が
見られています。しかし、教室
に通って運動することだけが介
護予防ではありません。予防の
鍵は日常生活の中にあります。
仕事や人との交流がある人

家や社会の中で役割がある人は
いつまでも元気です。中田さん
のように生き生きと生活してい
る人の事例をご紹介しますので、
元気うちから活力ある生活を
することが、いつまでも自分ら
しく生きられる秘訣であるとい
うことを多くの人にお伝えして
いきたいと思っています。そし
て、あわらが「自助」の考え
を持つ人でいっぱい元気な地
域になるよう介護予防をサポー
トしていきたいと思っています。
※自助とは、可能な限り自分で考え、
できることは自分でやっていくこ
と。互助とは自助でできないこと
を家族や友人、地域の力で支え合
うことです。

介護予防講座 出前講座

老人会や地区行
事などで10人以
上集まる機会に、
介護予防出前講座を開催します。

※1地区1回限り。



作業療法士さんに聞く！介護予防の秘訣 日常生活が介護予防に

いつまでも元気であるためには、食生活や運動といっ
た生活習慣に注意することはもちろんのこと、家事や
趣味、自治会活動などに積極的に関わることが大切で
す。いわば、日常生活そのものが介護予防といえます。
自分らしく健康で生きていくために、日常生活に工
夫を取り入れている人をご紹介します。

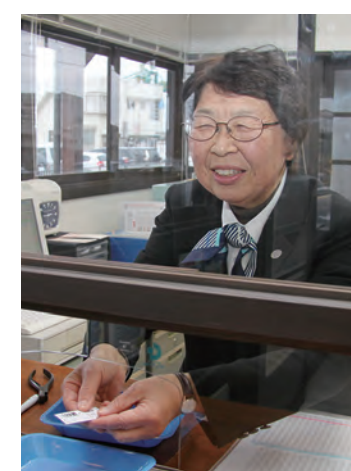
社会とつながっていたい

仕事を続ける意味は？

家にこもっていると足がだめ
になってしまいます。ここで働
いていると、市民の皆さんとの
楽しい出会いもあります。観光
客からの質問に答えなければな
らないことだってあります。決
められた仕事は時間内にやりき
らなければなりません。そんな
刺激がいんです。来るなど言
われるまで来ますよ（笑）。

アルバイト以外の介護予防は？

外に出掛けることです。人と
会い、話をする。出掛けるため
に身なりなど気を遣うことも、
頭を使いますよね。そのほかは、
定年後始めた洋裁。洋服の直し
を友達に頼まれることもありま
す。要するに社会とつながって
いくということですかね。



中田 アイ子 さん
（国影 69歳）

金融関係、介護施設の事務など
を経て、66歳で定年退職を迎える
までの14年間を、えちぜん鉄道
あわら湯のまち駅の駅務員として
勤務。定年後もアルバイトとして
三国港駅で駅務員を続けています。

また、介護予防教室の「元気ア
ップ教室（なるぞの森※）」にも毎週
通っています。※市が事業所に委託

介護予防教室を利用した きっかけは？

娘が健康診断で問題が見つ
かったことがきっかけです。健
康管理の大切さに気付き、介護
予防の知識を学びたいという思
いとともに、定年後、足腰が衰
えていることを感じていたので、
トレーニングをしたいと考え、
教室に参加しました。

教室を利用して良かったことは？

家の二階へ上がる階段は、手
すりがないと上がれなかったん
ですが、つかまらなくてもいい
ようになりました。家でもでき



「人と接するのが好き」とすてきな笑顔で語る
中田さん。

***** ほかにいろいろ！介護予防教室 *****

認知症予防に最適！ 脳活性化教室

と き 月2回 金曜日
9時30分～11時30分

ところ 保健センター

内 容 ・認知症予防のための勉強会
・子ども園との交流会
・運動習慣をつけるための実技指導 など



筋力の低下防止に！ すこやかクラブ

と き 月2回（2時間ほど）

ところ 中央公民館：火曜日 10時～11時30分
湯のまち公民館：木曜日 13時30分～15時

内 容 ・懐メロに合わせて楽しくストレッチ
・ロコモティブシンドローム予防体操
・栄養講座 など



平成 28 年 行政連絡員のご紹介

市では、各区の区長さんを「行政連絡員」に委嘱しました。行政連絡員の皆さんには、市民と市のパイプ役として、広報紙や回覧文書による市政情報の周知など、さまざまな業務をお願いすることになります。

各区の行政連絡員は、次の皆さんです。(行政区順、敬称略)

問合せ 総務課 ☎ 73-8004

行政区名	氏 名	行政区名	氏 名	行政区名	氏 名	行政区名	氏 名
舟津温泉	立尾 章英	河 間	青木 浩一	馬 場	堀田 民雄	名 泉 郷	林田 和三
二面温泉	長谷川 巧	河 水 苑	前川 明美	春 日	栢谷 政司	東 山	城戸 恒彌
田中温泉	手塚 和典	宮前公文	高嶋 勝喜	榛ノ木原	清水與志男	後 山	石田 継治
東 温 泉	小地戸敏雄	北 本 堂	松尾 吉一	中 央	住田 達映	清 滝	長谷部英樹
西 温 泉	脇本 和俊	角 屋	坪田 清孝	北 稻 越	宮崎 旨夫	鎌 谷	牧野 義信
舟 津	前田 篤夫	中 浜	森川 浩一	向ヶ丘	綿谷銑位知	櫛	志田 幸義
二 面	宮崎 修	北 湯 東	富田藤一郎	若 葉 台	田中 喜吉	権 世	上野 芳徳
牛 山	木下 雅司	北 湯 西	小練 実	桜ヶ丘	田邊 克彦	権世市野々	宇城 重雄
松 影	寺木 隆二	赤 尾	長谷川吉弘	伊 井	中嶋 秀行	滝	浅田 雅利
国 影	坪川要一郎	富 津	福島 政男	古屋石塚	中嶋 義夫	青ノ木	近藤 辰浩
新 成	北野 一雄	浜 坂	堂野 實	桑 原	中野 秀幸	宮 谷	砂谷 定俊
井 江 葎	内田 典夫	波 松	東川 継央	清 間	田川 誠一	山 室	坪田 和武
横 垣	(未定)	城	上田 勇和	矢 地	細川 秀己	高 塚	辻 博信
宮 王	柿谷 和男	城 新 田	高橋 信裕	菅 野	山本 清	清 王	出口 誠一
桜	貝守 春男	番 堂 野	竹澤齊二郎	南 稻 越	西田 和弘	山西方寺	細川 和雄
重 義	梶川 政則	十 三	澤寄 幸一	河原井手	広部 孝志	柿 原	酒井 敏雄
番 田	青山 善昭	新	吉川 勝雄	池 口	伊藤 政幸	山 十 楽	嶋谷 幸雄
田 中 々	土橋 政雄	古	達川 昌美	中 川	室田 秀洋	坂 口	見澤 泰夫
堀江十楽	土橋 宗雄	東	高木 四郎	東 田 中	友田 正昭	蓮ヶ浦	毛利 純雄
布 目	大杉 直紀	六 日	稻田 秀治	瓜 生	東 勝美	細 呂 木	上坂淳一郎
轟 木	穴田 裕治	旭	今井 啓二	南 疋 田	野路 英次	橋 屋	清水 義和
新 田	長谷川敬義	新 富	松木 幹夫	北 疋 田	山田 重喜	樋 山	山口 光治
東 善 寺	加藤 英俊	天 王	小林 武一	次 郎 丸	本田 敏明	指 中	伊藤 和弘
谷 畠	三上 栄治	水 口	奥村 良二	御 簾 尾	川内 一憲	沢	小阪 清吉
上 番	岡崎 治夫	十 日	五十嵐正見	北 野	木戸 基義	嫁 威	五郎川忠伸
根 上 り	新 久 誉	脇 出	木村 紀夫	北	上野 誠逸	細呂木駅前	神尾 弥
仏 徳 寺	吉田 昭博	上 八 日	新井 博	前 谷	吉野 司信	日 の 出	椎木 伸一
翠 明	伊藤有希男	八 日	奥中祥次郎	笹 岡	長谷川幸治	岩 崎	桶谷 洋治
光 明	中沢 俊昭	下 八 日	赤尾 政治	熊 坂	坂之上恒夫	寺 町	七郎丸喜好
御 鷹	吉野 拓巳	坂ノ下	大宮 正裕	下 金 屋	南川 幸一	中 鍛 治	末富 攻
中 番	坂井 道春	稲 荷 山	矢野 博	畝市野々	山本 幸男	下 浜	一力 義廣
下 番	藤野 則彦	千 束	小林 敏正	牛ノ谷	山本 一次	新 用	栗原 佳典
玉 木	八木 清	新 用	辻 孝之	上 野	河端 康文	春 日	田嶋 直和

あわら市も
登場!

映画『ちはやふる』今春公開!



上の旬 3月19日
下の旬 4月29日
主演 広瀬すず
野村周平
監督・脚本 小泉徳宏
真剣佑

「ちはやふる」(原作:末次由紀)
平成 19 年から「BE・LOVE」(講談社)で連載中の競技かるたを題材にした青春漫画。単行本の発行部数は 1500 万部を超え、日本テレビでアニメ化もされている人気作品。

競技かるたの奥深さやかるたを通じて成長する登場人物の青春を描き、男女問わず人気がある「ちはやふる」。

あわら市は主人公の「綾瀬千早」が競技かるたに夢中になるきっかけを作った「綿谷新」の出身地として作品に登場します。

あわら市とゆかりの深い「ちはやふる」の実写映画が今春ついに公開されます。市内でも撮影が行われ、大勢の市民の皆さんにもロケ時の炊き出しやエキストラとしてご協力いただきました。ストーリーとともに、映像に登場する「あわら」にも注目ください!

ちはやふるが実写化

▼新のアルバイト先(勝義書店)として描かれる元アンテナショップ。



駅前

.....
大道具さんの手によって、書店に大変身!
.....



伊井地区

▲千早と新が再会する名シーンは伊井地区の桜並木で撮影。

▼千早と太一が東京から新を訪ねて福井にやってくるシーン。



JR 芦原温泉駅



山室地区

▲大勢の市民の皆さんもエキストラとして参加。知り合いが登場するかも!?



▲炊き出しをする皆さん。

福井弁で熱演!
改修 修さん(山室)
にインタビュー



○映画に出演して

エキストラ出演の誘いがあり、撮影現場に行ったところ、思いがけずせりふ付きの役をいただき驚きました。

少し緊張しましたが、撮影現場が慣れ親しんだ場所だったので、構えることなく撮影に臨むことができたと思います。標準語のせりふがあり、「ここは福井弁にした方がいいのでは」と提案したら採用してもらえました。

何度か撮り直したシーンもあり、どれが採用されたのか映画を見るのが楽しみです。

○地元のシーンは必見!

漫画だけでなく、実写版にも地元が登場していてうれしく思います。誇らしいですね。北陸新幹線で福井が目撃されつつある今、「ちはやふる・新のふるさと」としてあわら市をPRできる良い機会だと思います。

あわらの皆さんには、ぜひあわらの風景や知っている人が出ていないかを探しながら、映画を楽しんでもらいたいです。



郷土歴史資料館 だより



..... コラム あわら市の文化財・史跡探訪

第12回 市指定文化財（史跡）堀江公番田館跡

中世のころ、旧坂井郡の西側一帯を支配した堀江公一族の居館跡です。番田と重義の中間にあって、対岸の本庄館と同様竹田川の水利を把握する要地にありました。堀江氏は藤原氏の流れをくむ藤原利仁の子孫と伝えられ、九世の孫實嗣が堀江郷名を姓とし、その始祖となりました。鎌倉時代以来当地に土着した名族でありながら、文明（1470年ごろ）以来朝倉氏に臣従しました。番田に館を造ったのは堀江景忠で、長禄年中（1460年ごろ）のことといわれています。彼は朝倉敏景に従い2500貫の領地を有し、その勢力を誇りました。一時、兵庫郷井向村（坂井市春江町）にも居を移しています。堀江氏は朝倉氏の重臣として加賀の一向一揆と対峙していましたが、永禄10（1567）年堀江景忠の時に一揆勢への内通を疑われ、朝倉勢に攻められました。朝倉義景は2000余騎を差し向け、上番一帯で激しい合戦を展開しましたがなかなか勝敗はつかず、加戸にあった本流院の仲介で和議が成立し、堀江父子は本庄館を出て能登に退きました。



▲堀江公番田館跡

第5回ふるさと講座 ふるさとのかきものー芦原焼ー

今回は芦原温泉街で作り続けられてきた芦原焼についてお話しします。芦原焼は旧開花亭の北にある窯元で、代々「久世天声」を名乗ってきました。初代は横山大観や久保田米蓮に日本画を習い、石川県立工業高校で絵画の教師を務めていました。人生の転機となったのが日露戦争です。この従軍で知人となった石田正珍（日露戦争当時第十一師団参謀長）が退役後あわら温泉に別荘を持ち、そこに初代を招いて焼き物を作らせたのが芦原焼の始まりです。以降現在まで温泉街とともに歩んできた芦原焼を紹介します。

と き 2月21日（日） 13時30分～
ところ 研修室1（3階）
講 師 九千房 英之（当館学芸員）
入場料 無料



▲現在の芦原焼窯元

郷土歴史資料館（金津本陣 IKOSSA 2階）
休館日 月曜日・第四木曜日
※これらの日が祝日の場合はその翌日
開館時間 9時30分～18時（最終入館17時30分）
問 合 せ ☎ 73-5158



▲抹茶碗 初代久世天声作

福井しあわせ元気国体2018 福井しあわせ元気大会2018

国体 がやってくる！



もっと知ろう！ 平成30年福井国体



問 合 せ 国体推進課 ☎ 73-8033

競技紹介！

カヌースプリント

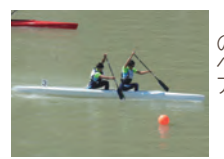


静水面で一定の距離（200m、500m、1000m）と水路（レーン）を決め、複数の艇が一斉にゴール目指してスタートし、その着順を競う競技です。国民体育大会では200mと500mが行われます。

種目は座った姿勢で両側にブレード（水かき）があるパドルを交互にこいで進むカヤック（K）と、片膝立ちの姿勢でブレードが片側だけのパドルをこぐカナディアン（C）の2種目があります。それぞれシングル（1人乗り）とペア（2人乗り）があり、カヤックはフォア（4人乗り）もあります。



▲カヤックのシングル



▲カナディアンのペア

競技方法・会場

水路の幅は9m×9レーンです。各艇はフライング防止のための自動発艇装置のスターティングブロックに艇の先端を入れ、横一線に並びます。スタートを示す電子音

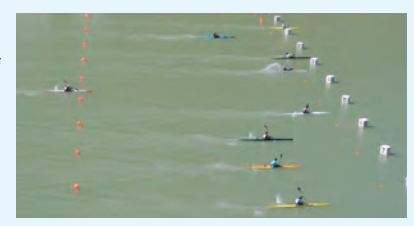
やピストルの音でスタートします。ゴールラインに艇の先端が早く着いた人から1位、2位の順となり、予選・準決勝を勝ち上がり、決勝で1位から9位までの順位が決まります。

福井国体での会場は北潟湖です。

▶ゴールの様子



▲和歌山国体の水路



最終回！ 吉弘先生の恋愛講座⑤

禁止用語

今回のテーマは「日常的にもあまり使わないようにしたい用語」です。具体的には、「だって」「どうせ」「なんで」「一応」「ただ」「なんかさ」「～ていうか」「どうして」「～みたいな」などの言葉です。いろいろな場面でこれらの言葉が出てくるときがありますが、聞いていると曖昧すぎてどう接してよいか悩まされます。例えば、「なんで」「どうして」の言葉は、興味があって聞くのか、それとも早くその理由が聞きたいのかというときに出ます。A「私、会社辞めようと思ってるの」B「え～なんで」A「・・・」です。この「・・・」に入るのが「Bさんのせいで・・・」だとしたら。まずは気持ちに寄り添って「そうなんだ、今会社辞めようかどうしようか迷っているんだね」と返事をすると本音が聞けたりしますよ。言葉を丁寧に使っていきましょう。

ワンポイントアドバイス 言葉には魂があります。丁寧に相手に寄り添った言葉を探して伝えましょう。



吉弘 淳一さん 福井県立大学 社会福祉学科 准教授

（第1回婚活イベント監修）

市では、男女の出会いを応援する「縁結び推進事業」に取り組んでいます。婚活イベントの開催は広報紙やHP、メールマガジンなどでお知らせしています。

自主防災組織を設立して

防災訓練を行いましょう！



- 消防署からの協力（技術的支援）
・ 消火訓練（消火器、消火栓などの取り扱い指導）
・ 救命講習（AEDの取り扱い、応急手当・心肺蘇生法の指導） など
■ 市からの協力（物的支援）
・ 保存食（アルファ米）、保存飲料水の提供
・ 訓練に必要な消耗品（ブルーシート、ロープなど）の支給 など
■ 消防署からの協力（技術的支援）
・ 消火訓練（消火器、消火栓などの取り扱い指導）
・ 救命講習（AEDの取り扱い、応急手当・心肺蘇生法の指導） など
■ 市からの協力（物的支援）
・ 保存食（アルファ米）、保存飲料水の提供
・ 訓練に必要な消耗品（ブルーシート、ロープなど）の支給 など

市では、市内各地区を対象に自主防災組織の設立を進めています（組織率75.0% 1月30日現在）。自主防災組織が防災訓練を行う際には、市と消防署が全面的に協力します。災害に備え、自主防災組織を設立して、訓練を実施しましょう。まずは、市にご相談ください。

平成27年 訓練の実施状況

【実施地区】
舟津温泉、二面温泉、田中温泉、東温泉、西温泉、井江、宮王、番田、轟木、新田、光明、下番、河間、北潟東、北潟西、浜坂、波松、新、古、旭、天王、八日、春日、榛ノ木原、北稻越、向ヶ丘、清間、菅野、南稻越、下金屋、名泉郷、東山、後山、清滝、鎌谷、棚、権世、権世市野々、宮谷、指中、嫁威、岩崎、寺町、中鍛冶、下浜、新用（吉崎）、春日（吉崎）
（計47区）
【主な訓練内容】
避難誘導訓練、AED講習、濃煙体験、講習（避難の心得など）、初期消火訓練、消火栓取扱訓練、防火講習、救命講習、消火器取扱訓練、非常炊出し訓練、非常持出品についての講習、防災資機材取扱訓練、防災講話、対策本部設置運営訓練、救出訓練、負傷者救出・移送訓練、被害状況調査訓練、安否確認訓練、応急救護訓練
※詳細は、市のホームページをご覧ください。

空き時間を有効活用！ 統計調査員を募集

市では、国が実施する各種統計調査（国勢調査など）に従事していただく統計調査員を募集しています。

統計調査に従事する人は、あらかじめ市への登録が必要で、統計調査実施の際に都合が合えば、調査員として活動していただくことになります。

内容	資格	報酬	申込み
調査対象（世帯や事業所）の訪問や、調査票の配布・回収・点検	20歳以上の健康な人で、警察・選挙・税務に直接関係のない人	1回の調査につき2～5万円程度	政策課 ☎73・8005

子育てしやすいまちについて一緒に考えませんか？ 子ども・子育て会議の委員を募集

「若い世代が、住み、生み、育てたくなるまち」を基本理念に、市の子ども支援、子育て支援の事業計画を策定しています。支援の充実を市民の皆さんとともに考えていくため、会議（年2回程度）に委員として参画していただける人を募集します。

募集人数 3人以内

資格 4月1日時点で20歳以上の市内在住者

任期 4月1日～平成30年3月31日

提出書類 「あわらし子ども・子育て会議募集委員申込書」に「あわらし子ども・子育て支援の充実に関する意見（400字程度）」を添えて提出してください。



申込み	【期限】3月4日（金）必着
申込書は、子育て支援課で配布するほか、市のホームページからもダウンロードできます。	持参、郵送またはメールで提出してください。
〒919-0692 あわらし市三丁目1番1号 あわらし役所 子育て支援課 ☎73・8021	✉kosodate@city.awara.lg.jp

3月は「自殺対策強化月間」 みんなが、誰かのゲートキーパー

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。話をよく聞き、一緒に考えてくれるゲートキーパーがいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心を与えます。

▼**気付き・声掛け**
眠れない、食欲がない、口数が少なくなったなど、いつもと様子が違う人がいたら、まずは声を掛け、話すきっかけを作ってあげましょう。

▼**話を聞く**
まずは、しっかりと悩みに耳を傾けましょう。本人を責めたり、安易に励ましたり、相手の考えを否定することは避けましょう。

▼**つなぎ**
早めに、悩みや問題に応じた専門機関に相談するよう促しましょう。一緒に相談に行こうと勧めることも安心につながります。

▼**誰かに相談を**
自殺する人が最も多い病気が、うつ病といわれています。うつ病を防ぐには上手にストレス発散をすることがや一人で対処できない問題が起こったら、誰かに相談し、一人で考え込まないことが大切です。

▼この相談専門の窓口

●あわらし保健センター
臨床心理士による相談（予約制）
電話 ☎73・8023

●坂井健康福祉センター
専門の医師による相談（予約制）
電話 ☎73・0609

●ホッとサポート福井
日程 月～金曜日 9時～17時
電話 ☎26・4400

●この健康相談統一ダイヤル
☎0570・064・556
健康長寿課
☎73・8023

▼この相談専門の窓口

●あわらし保健センター
臨床心理士による相談（予約制）
電話 ☎73・8023

●坂井健康福祉センター
専門の医師による相談（予約制）
電話 ☎73・0609

●ホッとサポート福井
日程 月～金曜日 9時～17時
電話 ☎26・4400

●この健康相談統一ダイヤル
☎0570・064・556
健康長寿課
☎73・8023

悩みごと総合相談会

とき 3月19日（土）
13時～16時

ところ 坂井健康福祉センター
精神科医師、弁護士、
女性相談員など専門
家による個別相談

費用 無料

申込み 【期限】3月15日（火）
電話でお申し込みください。
坂井健康福祉センター
☎73・0609

スクールソーシャル ワーカーを募集します

市では、福祉の面から児童・生徒や保護者をサポートするスクールソーシャルワーカーを募集します。

募集人数 1人

資格 ①社会福祉士
②精神保健福祉士
③過去に教育または福祉の分野の活動経験がある人

任期 4月1日～平成29年3月31日

勤務時間	勤務地	時給	申込み
原則週2日 各6時間	市内小中学校	①②2000円 ③1500円	【期限】3月4日（金） 履歴書を郵送または持参してください。
		〒919-0692 あわらし市三丁目1番1号 あわらし役所 教育総務課 ☎73・8039	

放課後子どもクラブ 児童支援員を募集

市では、小学校の放課後や夏休みなどに児童を預かる放課後子どもクラブを開所しています。クラブで子どもたちの遊びや生活指導をしていただけの人を募集します。

募集人数 7人

資格 65歳未満で、保育士、教員免許、社会福祉士の資格がある人を優先

採用日 4月1日

内容 ・児童の安全確保
・生活指導

勤務時間 月～金
【学校登校日】
14時～18時

勤務地	時給	申込み
金津、中央、細呂木、芦原、北潟の各子どもクラブ（予定）	900円	【期限】2月29日（月） 履歴書（写真添付）を郵送または持参してください。
		〒919-0692 あわらし市三丁目1番1号 あわらし役所 文化学習課 ☎73・8041

企業のPRにもご活用ください！ ふるさと納税の返礼品を募集

市では、ふるさとあわらしサポート基金（ふるさと納税）に寄付をされた人へ進呈する返礼品を提供していただける協賛事業者を募集しています。

対象 市内で製造、加工、販売、サービスなどを行っている事業者

協賛事業者のメリット

- ・返礼品パンフレットやホームページなどを通して、事業者名・商品名を市がPRします。
- ・返礼品発送時にパンフレットを同封するなど、自社商品の販売促進・PRができます。

申込み	返礼品の額
詳細は、募集要項をご覧ください。募集要項および申込書などは政策課で配布するほか、市のホームページからもダウンロードできます。	政策課 ☎73・8005
寄付金額	返礼品の額 （消費税・送料込み）
1万円以上	3000円
2万円未満	3000円
2万円以上	6000円
3万円未満	6000円
3万円以上	9000円
5万円未満	9000円
5万円以上	1万5000円
10万円未満	1万5000円
10万円以上	3万円

※返礼品の代金（定額）は市が負担

福井ビズカフェ in あわらし 「創業・起業」セミナー

ふくい産業支援センターから講師を招き、「創業・起業」セミナーを開催します。

創業に興味のある人、これから創業を考えている人、創業後に学びたいという人など、皆さんぜひご参加ください。

とき 2月24日（水）
13時30分～15時30分
（受け付け 13時～）

ところ	内容	講師	参加費	定員	申込み
金津本陣IKOSSA 3階 研修室1	・先輩創業者から聞く創業のタネ ・アイデアを生む発想法	創業マネージャー 森川 徹志 氏	無料	先着20人	観光商工課 ☎73・8030

油彩画とドローイング約 50 点の穏やかな作品世界

3月6日(日)まで開催



アートドキュメント 2015
佐川晃司展
絵画—見ることの向こう

会場風景

第8回

陶芸教室・ガラス講座・ろう染めクラブ作品展 【観覧無料】

金津創作の森で開講している陶芸教室、ガラス講座、ろうけつ染めクラブの合同作品展です。
制作テーマに沿って作られた作品など日ごろの成果を一堂に集め、ものづくりの喜び、楽しさを発信します。

と き：3月19日(土)～27日(日) ※22日(火) 休館
ところ：アートコア ミュージアム-1、ギャラリー、ホワイエ

【関連イベント】3/19(土)・20(日)・27(日) 開催

★お休み処 13:00～15:30

各講座生の作品を使い、お茶とお菓子でおもてなし(有料)

★チャリティー楽市 11:00～15:30

各講座生の作品をチャリティー価格で販売



昨年の会場風景

見学会開催

陶芸教室はどんな雰囲気だろう？どんな作品が作れるの？
というあなた、教室の様子を見に来てみませんか？参加を希望する人は、前日までに創作工房までお申し込みください。

開催日程

【1B】 3/3 (木) 15:00～ 【1C】 3/3 (木) 19:00～
【2B】 3/10 (木) 15:00～ 【2C】 3/10 (木) 19:00～
【3A】 3/24 (木) 11:00～ 【3B】 3/24 (木) 15:00～
【3C】 3/24 (木) 19:00～

※各回 30 分程度、【 】内はクラス名

【お問い合わせ】
創作工房 TEL: 73-7802



あわら市民かるた大会を初開催

◆1月31日(日) あわら市武道館



「ちはやふる」にちなんで「第1回あわら市民かるた大会」が開催されました。小学生から大人まで約60人が参加し、有段者、無段者、初心者各部門に分かれて競技かるたで熱戦を繰り広げました。

有段者の部では、参加者が華やかなはかま姿で試合に臨み、スピード感あふれる試合を展開していました。また、専用のかるたを使用した初心者の部では、勢いよく札に飛び込む小学生もいて、みんなが試合を楽しんでいました。

古屋石塚テクノパークが完売！

あわら市の工業団地「古屋石塚テクノパーク」に東工サッシュ株式会社(福井市)とイヌイ株式会社(大阪市)の工場が進出することが決定し、1月27日に市役所で工場立地に関する協定書調印式が行われました。

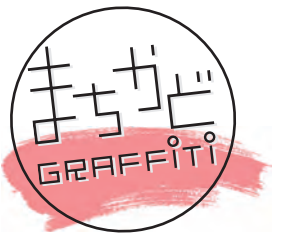
2社の工場進出決定によって、分譲していた工業団地はこれで完売となりました。また、従業員を現地採用する予定もあるとのこと。



▲東工サッシュ株式会社
の角谷雅和会長

▲イヌイ株式会社の
吉田裕司社長

まちかど graffiti では、広報係が取材した“あわらの話題”をお届けします！



新しい扉を開いていく

◆1月10日(日) グランディア芳泉



あわら市成人式には、本年度20歳を迎える314人のうち263人が出席しました。新成人を代表して宗澤洋さん(柿原)と前田琴子さん(古)が「震災に遭った人たちが多くの困難を乗り越えて復興したように、私たちも失敗を恐れずに新しい扉を開いていきたい」と決意の言葉を述べました。

会場では華やかな振り袖やスーツに身を包んだ新成人たちが友人や恩師との再会を喜び、近況や思い出話に花を咲かせていました。

ご寄付ありがとうございます

JA花咲ふくい芦原支店から、2万5000円をご寄付いただきました。これは、同店が行ったチャリティーイベントやバザーの売上金です。

地域子どもたちへの食育活動の普及に役立ててほしいとのことで、教育長に手渡されました。



有料広告を募集!

一般用封筒、ホームページ、広報紙に
広告を掲載しませんか?

一般用封筒

■掲載する封筒

- ・角1型封筒 4000枚
- ・角2型封筒 1万6000枚
- ・長3型封筒 5万枚
- 広告の色彩 単色(黒のみ)
- 広告の規格(単位:cm)
- ・角1型封筒 縦12.0×横9.0
- ・角2型封筒 縦10.0×横8.0
- ・長3型封筒 縦5.0×横8.0
- 掲載場所 封筒の裏面
- 掲載枚数 各4枚
- 掲載料
- ・角1型封筒 8000円
- ・角2型封筒 2万4000円
- ・長3型封筒 6万円

■申込み

3月31日(木)までに、所定の申込書に広告の版下案を添えてお申し込みください。

ホームページ(30000アクセス/月)

■バナー広告の規格

- ・サイズ 縦90ピクセル×横270ピクセル
- ・画像形式 GIF(アニメーション不可) または JPEG
- ・データ容量 50KB以下
- 掲載場所 市のホームページトップページ 上部と下段 (http://www.city.awara.lg.jp/)
- 掲載枚数 10枚
- 掲載料 1月 1万円
- 申込み 掲載希望月の前々月の末日までに、所定の申込書に広告案を添えてお申し込みください。 同一の広告は、6カ月まで連続して掲載することができます。

広報紙(毎月10350部発行)

■広告の規格(単位:cm)

- ・1枠 縦5.0×横8.3
- ・2枠 縦5.0×横17.0
- 掲載場所 お知らせページの下段
- 掲載枚数 6枚
- 掲載料
- 【市内事業者】1枠 1万円
- 【市外事業者】1枠 1万5000円
- 申込み 掲載しようとする号の発行日の1カ月前までに、所定の申込書に広告の版下案を添えてお申し込みください。 同一の広告は、連続する号3回まで掲載することができます。

問合せ 詳細は、市のホームページをご覧ください。

政策課 ☎73-8005



あわら市の環境について考える「環境展」を開催します。
皆さんも、地球に優しいエコ活動について一緒に考えてみませんか。
とき 3月5日(土) 13時～
ところ 中央公民館
内容 ・「グリーンカーテンコンテスト」「わが家のエコ宣言」表彰
・細呂木小学校、本荘こども園、あわら市観光協会、エコ市民会議による活動発表
・エコ市民会議総会
・おもちゃの病院

環境展を開催します

健康になるコツを学ぼう!
自分の体の状態を理解して、より健康になるコツを学びましょう。
とき 3月14日(月) 10時～11時30分
(受け付け 9時20分～)
ところ あわら市保健センター
内容 ・運動・栄養・休養の話
・健康測定
「血液さらさら測定」または「姿勢のゆがみ測定」のどちらかを選択してください。
(先着各20人)
講師 健康運動指導士 長島 寿恵氏
参加費 無料
申込み 【期限】3月11日(金) 健康長寿課 ☎73-80023

健康になるコツを学ぼう!

あわら市エコ市民会議事務局
(市民生活課内) ☎73-80017



問合せ あわら市エコ市民会議事務局
(市民生活課内) ☎73-80017

グリーンカーテンコンテスト
結果発表

△敬称略▽

【一般の部】

最優秀賞

龍田 裕子

優秀賞

永岡 稔

三位

細川 秀己

がんばったで賞

永岡 千代子

良く茂ったで賞

酒井 新一郎

エコで賞

小南 雪子

おすそ分け賞

笹原 すす子

来年もがんばりま賞

高橋 千津子

【事業所の部】

最優秀賞

伊井こども園

優秀賞

芦原こども園

三位

本荘こども園

がんばったで賞

パナソニック(株)アイ

良く茂ったで賞

S社デバイスソ

癒されるで賞

リユージョ事業部

来年もがんばりま賞

子育支援センター

問合せ

あわら市エコ市民会議事務局
(市民生活課内) ☎73-80017

▶一般の部
最優秀賞

▶事業所の部
最優秀賞



えち鉄で行く「大人の遠足」

予約の取れないちよつぱりぜいたくな花見へ出掛けませんか?

とき 4月10日(日)

8時30分～16時40分

集合 あわら湯のまち駅(雨天決行)

※詳細は後日参加者に連絡します。

内容 ・ぶらり福井城址散策

・足羽川の桜並木をめぐりながら、中華料理店で昼食

・グリフィス記念館

・浜町界隈散策

参加費 サポーターズクラブ

会員 2000円

※当日、会員登録ができません(年会費は個人1000円、ファミリー5000円)。

※往復電車代、昼食代を含む。

履きなれた靴でご参加ください。

その他 先着40人

申込み 【期限】3月18日(金)

あわら市えちぜん鉄道サポーターの会事務局(市民生活課内)

☎73-80017

予防接種はお済みですか?

3月1日から7日は、予防接種に対する関心を高める「子ども予防接種週間」です。4月からの入園・入学に備えて必要な予防接種を済ませましょう。

この機会に接種忘れがないか、一度、母子健康手帳などでご確認ください。

問合せ 健康長寿課 ☎73-80023

合同企業説明会を開催

多くの県内企業が集まり、会社情報や採用計画などの最新情報がいち早く入手できます。詳しい内容は「働くなら、福井」のホームページをご覧ください。

●ふるさと企業魅力発見キャリアフェア

対象 大学・短大・高専・専修学校

などの学生(学年不問)、Uターンを考えている若年者(既卒者)、保護者、大学関係者

とき 3月5日(土) 11時～17時

(受け付け 10時30分～)

ところ サンドーム福井

参加費 無料

問合せ 福井県労働政策課

☎20-0390

●ふくいで決めようUターン就職フェア

対象 平成29年3月に大学等卒業予定者、Uターン就職希望の社会人(金沢会場を除く)。

とき・ところ

名古屋	大阪	金沢	東京
4月17日(日) 13時～16時30分	4月16日(土) 13時～17時	4月13日(水) 13時～16時30分	4月9日(土) 13時～16時30分
愛知県産業労働センター	OMビル	石川県地場産業振興センター	東京都立産業貿易センター台東館

参加費 無料

申込み 福井県若者・定住支援課

☎20-0387

キックベース競技 参加者募集

第2回市民スポーツ祭で、キックベース競技に参加しませんか。ソフトバレーボールを使った野球形式のゲームで、気軽に楽しめるスポーツです。

とき 3月6日(日)

・開会式 8時30分～

・競技開始 9時～

ところ トリムパークかなづ体育館

対象 16歳以上の市内在住者

※高校生は除く(定時制4年生可)。

チーム 体協各支部単位のチームで、選手7人以上10人以内で編成

申込み 【期限】2月25日(木) 17時

申込書はスポーツ課にあるほか、市のホームページからもダウンロードできます。

市体育協会事務局(スポーツ課内) ☎73-8043

職場の悩みごと無料相談会

解雇や賃金のことなど、労使関係で悩みや困りごとはありませんか?労働問題の専門家が相談に応じます。

事前の申し込みは不要です。秘密は厳守しますので、労働者、使用者、その家族など気軽にお越しください。

とき 3月12日(土)

13時30分～16時30分

ところ アオッサ 6階研修室

申込み 福井県労働委員会

☎20-0597

窓口の手続きには
マイナンバーが必要です

1月から、税務関係や社会保障関係の手続きで、マイナンバーが必要になりました。

手続きの際は「通知カード」と「本人確認書類」を必ずお持ちください。

詳しくは、各担当課にお問い合わせください。

制度全般に関する問合せ ☎0120-95-0178 (無料)
平日9時30分～22時、土日祝9時30分～17時30分

ガラスアート教室を開催しています

リサイクルガラス(廃材ガラス)で創るガラスアートは、とても簡単なのに、びっくりするくらい綺麗な光輝く絵ができます。

★ガラスアート体験受付中(毎月第3日曜日)

小学校・児童館・老人ホームなど、出張ガラスアート講座も多数実施しています。



一般社団法人日本フォトガラスアート協会
〒919-0633 あわら市花乃辻4-17-7
TEL 0776-97-9646 http://japan-pga.com

仕組。碑文は新しい時代の

成したことによって、それ
までの海運に代わって集荷

「明治三十年秋九月鐵路
竣工瀛車始通爾來瀛運一變

第100話 仲仕組

気持ちは？ よもやま？！ ありがとう！！

市長コラム



▲仲仕組創立記念之碑

ものはないでしょうか。
の気概と使命感に倣うべき

先端をいく仲仕組の高揚感
にあふれてさらに続きま

山を鑿し河に架橋し、鉄路
が完成した。烟を飛ばし、

北陸新幹線福井延伸事業
はいよいよ本格化します。

あわら市の明治の先輩たち
の気概と使命感に倣うべき

ベビースタ

H28.1.1 ~ 1.31 届出順 <敬称略>

氏名	性別	お父さん	お母さん	行政区
川端ひまり	女	和幸	歩	南正田
石川 幸慈	男	浩慈	実穂	東
太田 健介	男	真揮	由布子	沢
細井 天翔	男	悟志	絵里奈	西温泉
坪田 瑞生	男	航	茜	榛ノ木原
藤井 結月	女	展広	美樹	中番
阪田 洋佑	男	洋平	早紀	河間
佐孝 怜香	女	俊光	由香里	北湯西
谷口 結海	女	俊文	加純	指中
堀川 慶真	男	貴裕	早織	桜ヶ丘
高戸 啓伍	男	克浩	ほずみ	河間
西野孝太郎	男	敏次	遥香	二面温泉
山 陽向	女	泰健	沙弥香	布目
津田 三実	女	智士	愛	北湯西
今藤左和子	女	芳秀	裕子	滝



◆「声の広報」のテープをご希望の人は、
あわら市社会福祉協議会 ☎73-2253) へ

市役所探検！
広報キッズ

第27回 ごみの話

「衣食住」って言葉は聞いたことあるかな。「衣」は着るもので、「食」は食べるもの、「住」は家などのことだね。この中のどれか一つが欠けても、人間は生きていけないってこと分かるでしょ。

でもね、衣食住がきちんと満たされると、要らなくなるものだって出てくるよね。そう、料理した後の野菜の切れ端とか、紙くず、空き缶などのごみだね。つまり、ごみは人間の暮らしに必ず付いて回るものなんだ。

市では、家庭から出されるごみを、燃やせるごみや燃やせないごみ、資源ごみ、廃プラスチックなど、色んな種類に分けて収集しているけれど、これはみんながそれぞれ決められた曜日や時間までに、決められた袋や排出容器などで分別してステーションに出してくれるからできることなんだ。

日にちも関係なく分別されないままだと見苦しいし、リサイクルもできなくなるからね。ごみ収集車や焼却施設などの故障の原因にもなるんだって。

ほかにも、金属製粗大ごみや乾電池、蛍光灯など特別な方法で収集しているごみや、産業廃棄物など収集できないものもあるから、迷ったときは、市民生活課 ☎73-8018) に問い合わせてね。

ぼくたちの生活とは切っても切れないごみ。あわら市民が1日に出すごみの量は、1人当たり880グラムもあるんだって。だから、市民一人一人がごみの減量化に取り組めば、地球にもきっと優しくなるんじゃないかな。

編集後記
映画「ちはやふる」のロケ現場の撮影に行ったところ、通行人のエキストラをすることになりました。ただ歩くだけでも緊張してしまいましたが、果たして映っているのでしょうか。また、駅ホームの観光看板を映画用にデザインしたりと、少しでも広報係も携わっています。皆さんも知っている人が出ていないか、あわらのシーンは目を凝らして見ていてくださいね。(ゆ)

3月の老人福祉センター利用日

	百寿苑	市姫荘
1火	一般	
2水	新郷	坪江B
3木		坪江A・剣岳
4金	★山方・里方・温泉	
7月	一般	クラブ活動
8火	一般	★細呂木B
9水	北湯・浜坂	★金津
10木		
11金	★本荘	
14月	一般	
15火	一般	★伊井A
16水	波松	伊井B
17木		細呂木A・吉崎
18金	★新郷	
22火	一般	クラブ活動
23水	一般	一般
24木		一般
25金	一般	
28月		
29火		
30水		
31木		

★は通所事業です。クラブ活動日は入浴できません。

市姫荘利用地区の内訳は次のとおりです。

伊井A	伊井・清間・矢地・菅野・南稲越・河原井手・池口
伊井B	古屋石塚・桑原
坪江A	中川・東田中・瓜生・南正田・北正田・次郎丸・御簾尾・北野・北・前谷・上野
坪江B	笹岡・熊坂・下金屋・畝市野々・牛ノ谷・名泉郷
細呂木A	滝・青ノ木・宮谷・坂口・蓮ヶ浦・細呂木・橋屋・樋山・細呂木駅前
細呂木B	山西方寺・柿原・山十楽・指中・沢・嫁威・日の出・清王

リサイクルバンク

《ゆずります》

生ごみ処理機、学習机(椅子付き)、木製滑り台、ソファ(5人用)、金津小学校女子制服上下(150cm 冬用)

《ゆずってください》

北陸高校女子用制服・体操服上下(Mサイズ)

問合せ 市民生活課 ☎73-8018

あわらで



市内で働いている皆さんに、自分の職場を紹介していただきます。

問合せ 観光商工課 ☎73-8030

公益社団法人

あわら市シルバー人材センター 主査



すみや みちあき 墨谷 道映 さん (33)

勤続11年。屋外の仕事や障子・ふすま張り、屋内作業に関する仕事の紹介を担当。現場確認などで外に出ることも多い。2児の父で、通勤途中に上の子をこども園へ送るのが日課。

人との出会いは宝

高齢者と接することが多い職場です。会員さんとは年齢差がありますが、皆さん優しく、親しみを持って接して下さいます。いろんな経験をされており、いろんなことを知っているの、話していて楽しいし、大変勉強になります。

忙しいときほど心に余裕を持つように心掛けています。最高齢の会員さんは91歳。会員さんと接していると、自分はまだまだだと感じますが、徐々に、皆さんのように社会に貢献していきたいと思っています。仕事を依頼されるお客さまと仕事をする会員さん、どちらにも喜んでいただけるように頑張ります。

インタビューの完全版は市のHPをご覧ください→



公益社団法人 あわら市シルバー人材センター

(あわら市国影13-13)

「働く」元気なシニア世代が集う活動の拠点です。臨時的・短期的な仕事の紹介を通して、60歳からのセカンドライフを応援します。豊かな経験や知識、技能を地域社会や自分のために生かしませんか。



会員募集中！ 特に次の仕事ができる人を募集しています。
屋内清掃、剪定、お茶碗洗い、草刈り・草取り ☎97-6088

メール配信サービス

防災・若者就活支援・子育て情報のほか、婚活支援情報・ねっとdeあわら更新情報などをメールで配信していますので、ご登録ください。

※ パソコンでの登録方法は、市のHPをご覧ください。
※ 迷惑メール対策で「受信拒否」の設定を行っている場合は、「@city.awara.lg.jp」ドメインを受信できるように設定してください。

登録



災害情報テレフォンサービス

聞き取りにくかった防災行政無線の内容を確認できます。

☎0180-99-7000 (自動案内)

3月くらしのカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
第3日曜日は「家庭の日」 毎月第3日曜日は「家庭の日」家族ふれあいデーです。家族そろって出かける。家族そろって食事をする。家族みんなで笑う・・・。「家族と過ごす時間」を大切にします。	所得税と市・県民税の申告は3日15日(火)までに！！	1市民生活課延長窓口(証明書発行)19:00まで市役所 開放デー9:30～11:00北湯こども園	2燃やせないごみ収集日資源ごみ収集日(廃プラスチック) 開放デー9:30～11:00あわら敬愛こども園 心配ごと相談13:00～16:00市姫荘	3 開放デー9:30～11:00伊井こども園、金津こども園	4 開放デー9:30～11:00妙安寺こども園、芦原こども園	5 おはなしホイホイ14:00～14:30金津図書館
6市民生活課日曜窓口(証明書発行)8:30～12:00市役所 休日当番医内国立あわら病院(あわら)☎79-1211内春日レディスクリニック(春江)☎51-6080外あんねん整形外科医院(春江)☎58-0500	7 こころの相談(要予約☎73-8023)9:30～12:00保健センター 行政相談14:00～16:00セントピアあわら	8市民生活課延長窓口(証明書発行)19:00まで市役所 開放デー9:30～11:00白藤こども園、本荘こども園 行政相談・人権相談13:30～16:00金津本陣IKOSSA	9資源ごみ収集日(空き缶・空き瓶・ペットボトル・スプレー缶) 開放デー9:30～11:00伊井こども園 心配ごと相談13:00～16:00保健センター	10 もぐもぐ教室9:30～10:00保健センター 開放デー9:30～11:00芦原こども園、細呂木こども園	11 開放デー9:30～11:00金津東こども園	12 おはなしホイホイ14:00～14:30金津図書館
13市民生活課日曜窓口(証明書発行)8:30～12:00市役所 粗大ごみ持ち込み日8:30～16:30広域圏清掃センター☎74-1314 休日当番医内市立三国病院(三国)☎82-0480内ともだクリニック(坂井)☎66-6161外市立三国病院(三国)☎82-0480	14 結婚相談13:00～16:00市姫荘 人権相談13:30～16:00セントピアあわら	15市民生活課延長窓口(証明書発行)19:00まで市役所農地法に基づく許可申請締切日 開放デー9:30～11:00善久寺こども園	16燃やせないごみ収集日資源ごみ収集日(廃プラスチック) 開放デー9:30～11:00伊井こども園 心配ごと相談無料法律相談(要予約☎73-2253)13:00～16:00市姫荘	17 年金相談いねす(坂井市)10:00～12:00、13:00～15:30 3歳児健診13:00～14:15保健センター 2歳児歯科健診14:00～14:15保健センター	18 開放デー9:30～11:00あわら敬愛こども園	19 開放デー9:30～11:00金津こども園 おはなし会11:00～11:30芦原図書館 おはなしホイホイ14:00～14:30金津図書館
20市民生活課日曜窓口(証明書発行)8:30～12:00市役所 春分の日家庭の日 休日当番医内柴田医院(あわら)☎78-6263内春江病院(春江)☎51-0029外木村病院(あわら)☎73-3323	21振替休日 ※燃やせるごみの収集はありません。	22市民生活課延長窓口(証明書発行)19:00まで市役所燃やせるごみ市内一斉収集日	23資源ごみ収集日(空き缶・空き瓶・ペットボトル・スプレー缶) 開放デー9:30～11:00伊井こども園 心配ごと相談13:00～16:00保健センター	24	25おばあちゃんの味の日	26 おはなしホイホイ14:00～14:30金津図書館
27市民生活課日曜窓口(証明書発行)8:30～12:00市役所 粗大ごみ持ち込み日8:30～16:30広域圏清掃センター☎74-1314 休日当番医内加納病院(あわら)☎73-1001内石黒皮膚科クリニック(春江)☎51-6700外東外科医院(丸岡)☎66-2228	28 結婚相談13:00～16:00市姫荘	29市民生活課延長窓口(証明書発行)19:00まで市役所	30燃やせないごみ収集日資源ごみ収集日(廃プラスチック) 心配ごと相談13:00～16:00市姫荘	31	あわら市の人口28年2月1日現在 男13,765人(－6) 女15,315人(－4) 世帯数10,047世帯(－4) ()は前月比 29,080人(－10)	
市庁舎太陽光パネル発電量(1月1日～1月31日) 積算発電電力量446kWh ↓(換算すると) CO₂削減量140kg-CO₂ ■問合せ市民生活課☎73-8018		休日当番医診療時間9:00～17:00 ●急な発熱やせき、のどの痛みなど、インフルエンザに似た症状のある人は、事前に当番医へ連絡し、受診方法をご相談ください。受診の際にはマスクを着用してください。 ●当番医が変更されている場合がありますので、消防署(☎51-0119)にお問い合わせの上受診されるようお願いいたします。時間外の急患は、消防署へご連絡ください。		子ども救急医療電話相談 お子さんの急病などで、受診すべきか迷うときは小児科医が電話でアドバイスします。 相談時間月～土19:00～23:00、日・祝9:00～23:00 ☎25-9955(＃8000) ※慢性疾患や育児相談には応じられません。 ※電話によるアドバイスです。診断や治療ではありません。		あわら市の広報 ●ホームページhttp://www.city.awara.lg.jp/ ●ねっとdeあわらホームページ上であわらのまちかど情報を動画配信 ●広報紙広報あわら(毎月15日発行) ●メールマガジンお得な情報をメールで配信 ●あわら市役所Facebookリアルタイムなあわらの話題を楽しくお届け