



障害福祉だより 24

～住み慣れた地域で
だれもが安心して暮らせるように～

問い合わせ先 地域福祉課

☎0837(52)5227 〔F〕0837(52)1490

10月21日月～10月27日日は、精神保健福祉普及運動期間です

この運動は、地域社会における精神保健福祉に関する理解を深め、こころに病を持つ人の早期治療や社会復帰及び自立と社会参加の促進を図るとともに、こころの健康の保持及び増進を図ることを目的としています。

こころの病気は特別な人がかかるものではなく、誰でもかかる可能性のある病気です。一人で悩まないで身近な人や相談機関などにまずは相談してみましょう。

【行政の相談窓口】

健康増進課 ☎0837(53)0304

地域福祉課 ☎0837(52)5227

宇部健康福祉センター ☎0836(31)3200

受付：8時30分～17時15分(土・日・祝日、年末年始を除く)

【こころの電話相談】

心の健康電話相談 (県精神保健福祉センター内)
こころの健康全般に関する相談電話です

☎083(901)1556 月～金曜日(祝日・年末年始を除く)
9時～11時30分/13時～16時30分

いのちの情報ダイヤル “絆” (県精神保健福祉センター内)
「生きることがつらい」と悩んでいる人やそのご家族のための
電話相談です

☎083(902)2679 火・金曜日(祝日・年末年始を除く)
9時～11時30分/13時～16時30分

こころの救急電話相談(山口県立こころの医療センター内)
精神科受診など早急な対応に関する相談電話です

☎0836(58)4455 24時間対応

みねコミュニティーサロンのお知らせ

みねコミュニティーサロンは、障害のある人がみんなで楽しみながらおしゃべりなどをする「つながりの場」です。内容は、楽しいゲームとおやつ作りです。

日時：11月30日 10時～12時 場所：美祢市民会館1階 多目的ルーム

参加費：200円 持参物：エプロン、三角巾、手拭きタオル
募集人数：20人(定員になり次第締め切らせていただきます。)

申込み方法：11月15日 まで下記までお申込みください。

その他：送迎があります。必要な場合はご相談ください。

(大田中央：9時20分発 → 秋吉公民館：9時40分発)

申込み先：美祢市地域自立支援協議会 地域生活支援部会事務局(地域福祉課内) ☎0837(52)5227 〔F〕0837(52)1490

サロンのお手伝いをしていただける
ボランティアも募集しています!

運動や料理が苦手な人も、みんなで
楽しめる内容を企画しています。
ぜひお気軽にご参加ください!



来てみて認知症カフェ10月カレンダー

ありがとうカフェ 6日 13時～15時
場所：デイサービスセンターありがとう

ほっとカフェ 8日 10時～14時30分
場所：美祢市ボランティアコーナー

なごみカフェ 12日 9時～15時30分
場所：田代台病院デイ・ケアなごみ

カフェゆいしん 16日 10時～12時
場所：Graceful唯心

おしゃべりカフェ 16日 13時～15時
場所：古民家みとう

ふれあいカフェシエンテ 18日 11時30分～14時
場所：シエンテ ※要予約 ☎0837(57)0124

えむカフェ 19日 14時～16時
場所：グリーンヒル美祢

移動市長室(10月予定)

市長が地域に出向き、市民の皆さんの意見を直接お聞きします。

於福公民館 10月29日 10時30分～11時30分

綾木公民館 10月30日 13時30分～14時30分

嘉万公民館 10月30日 15時～16時

※各公民館での移動市長室は先着順に対応させていただきます。
また、多数の面会希望があった場合、1人(1組)あたりの時間を調整させていただきますことをご了承ください。

公共交通に関する座談会

※10月の市役所、各総合支所での移動市長室については、公共交通に関する座談会を下記の場所・日時に開催します。参加は自由です。公共交通について幅広いご意見をお聞かせください。

通常の移動市長室をご希望の方は、お手数をお掛けしますが、左記の移動市長室をご利用ください。

○美祢市民会館 10月28日 14時40分～15時40分

○美東センター 10月28日 10時～11時

○秋吉公民館 10月30日 9時30分～10時30分

問い合わせ先 地方創生推進室 ☎0837(52)1311

犬の登録と狂犬病予防集合注射日程及び会場(秋季)

犬の登録と狂犬病予防集合注射を実施しますので、生後3か月以上で今年度未接種の犬を飼っている人は、最寄りの会場で必ず受けさせてください。

既登録犬は事前にハガキを郵送しますので、必ずご持参ください。

犬が死亡している場合は、下記の問い合わせ先までご連絡ください。なお、新規登録の犬は登録料が必要です。

※市内動物病院で注射を受けられる際にも必ずハガキをご持参ください。

※安全のため、会場へは注射時に犬をしっかりと固定できる人とご来場ください。



秋芳地域

実施月日	場所	時間
10月9日 函	嘉万公民館	9時～9時15分
	別府公民館	9時25分～9時40分
	岩永公民館	10時～10時15分
	秋芳保健センター	10時25分～10時40分

美東地域

実施月日	場所	時間
10月10日 函	赤郷交流センター	8時50分～9時
	美東総合支所裏消防機庫付近	9時10分～9時20分
	綾木ふるさとセンター	9時30分～9時40分
	真長田定住センター	9時50分～10時

美祢地域

実施月日	場所	時間
10月11日 函	堀越簡易郵便局付近	9時10分～9時15分
	伊佐公民館	9時30分～9時40分
	於福公民館	10時～10時10分
	重安駅	10時20分～10時25分
	下領・お宮付近	10時35分～10時40分
	市民会館東側	10時45分～10時55分
	美祢来福センター	11時5分～11時15分
	大嶺郵便局付近	11時30分～11時35分
	南大嶺駅	11時45分～11時50分
	四郎ヶ原駅	13時20分～13時25分
厚保公民館	13時30分～13時40分	
豊田前公民館	14時～14時10分	

料金

登録料金	3,000円
注射料及び手数料	2,950円

問い合わせ先 生活環境課【☎0837(53)1090】
美東総合支所総合窓口課【☎08396(2)5004】
秋芳総合支所総合窓口課【☎0837(62)1910】

10月は循環型社会形成推進月間です

市民一人ひとりが3R(リデュース・リユース・リサイクル)を意識し、次の点に気を付けて、循環型社会を形成しましょう。

- ▶ごみの分別をしっかりとしよう。
- ▶生ごみリサイクルをしよう。
- ▶食事の作りすぎ、食べ残しはやめよう。
- ▶買い物ではマイバックを持参しよう。
- ▶フリーマーケットを利用しよう。

問い合わせ先 生活環境課【☎0837(53)1090】

各種相談

年金

10月9日函 美祢市民会館
9時30分～12時、13時～15時30分

予約先 宇部年金事務所【☎0836(33)7111】

農業問題

10月8日函 農業委員会事務局
9時～11時30分 ※開催1週間前までに要予約

予約先 農業委員会事務局【☎0837(52)5241】

職業

10月9日函 サンワーク美祢 11時～15時30分
10月23日函 サンワーク美祢 11時～15時30分
10月28日函 嘉万公民館 13時30分～14時30分

問い合わせ先 宇部公共職業安定所【☎0836(31)0164】

人権

10月2日函 綾木公民館 13時30分～16時30分
10月9日函 秋芳地域福祉センター 13時30分～16時30分
10月16日函 美祢市民会館 9時～12時
美東地域福祉センター 13時30分～16時30分
10月23日函 別府公民館 13時30分～16時30分

問い合わせ先 山口地方法務局人権擁護課【☎083(922)2295】

行政

10月16日函 美祢市民会館 10時～12時
10月23日函 別府公民館 13時30分～16時30分
問い合わせ先 市民課【☎0837(52)5230】

心配ごと

毎週水曜日13時30分～16時30分
(※受付は16時まで)
10月2日函 美祢市社会福祉協議会、綾木公民館
10月9日函 於福公民館、秋芳地域福祉センター
10月16日函 美祢市社会福祉協議会、美東地域福祉センター
10月23日函 美祢市社会福祉協議会、別府公民館
10月30日函 美祢市社会福祉協議会
問い合わせ先 美祢市社会福祉協議会【☎0837(52)5222】

司法書士による
無料法律相談
13時30分～15時30分

10月3日函 美祢市役所
※11月7日函 美東総合支所
(※10月31日函予約開始)

弁護士による
無料法律相談
13時30分～15時20分

10月17日函 美祢市役所
(10月10日函予約開始)

予約先 市民相談室【☎0837(52)5230】

保健だより



子育てサークル

10月7日(日)	10時～11時30分	厚保公民館
10月8日(日)	10時～11時30分	伊佐公民館
10月15日(日)	10時～11時30分	美祢市保健センター
10月17日(日)	10時～11時30分	於福公民館
10月23日(日)	10時～11時30分	美東保健福祉センター
10月24日(日)	10時～12時	豊田前公民館
10月29日(日)	10時～11時30分	秋芳保健センター

1歳6か月児健康診査

10月18日(金)	13時～13時30分	美祢市保健センター
-----------	------------	-----------

2歳6か月児歯科健康診査

10月30日(日)	13時～13時15分	美祢市保健センター
-----------	------------	-----------

糖尿病予防教室【1回目】

10月31日(日)	13時30分～15時30分	美東保健福祉センター
-----------	---------------	------------

ベビーとママのつどい

10月24日(日)	13時30分～15時	美祢市保健センター
-----------	------------	-----------

妊婦学級

10月17日(日)	13時30分～15時30分	美祢市保健センター
-----------	---------------	-----------

もぐもぐひろば

10月3日(日)	10時～11時	美祢市保健センター
----------	---------	-----------

育児相談

10月7日(日)	13時30分～15時	美祢市保健センター
10月15日(日)	10時～11時30分	美東保健福祉センター
10月25日(金)	13時30分～15時	秋芳保健センター

からだリフレッシュセミナー

【1回目】10月1日(日)	13時30分～15時30分	美祢市勤労青少年ホーム
【2回目】10月10日(日)	9時～15時30分	美祢市保健センター
【3回目】10月16日(日)	13時30分～15時30分	美祢市保健センター
【4回目】10月23日(日)	13時30分～15時30分	美祢市勤労青少年ホーム
【5回目】10月29日(日)	13時30分～15時30分	サンワーク美祢

10月の日曜休日当番医

美祢市医師会	診療時間	9時～17時
6日(日)	原田外科医院	大嶺町前川通 (☎0837(52)0756)
13日(日)	中元医院	伊佐町稲荷町 (☎0837(53)0323)
14日(日)	山本医院	大嶺町中村上 (☎0837(52)1516)
20日(日)	白井クリニック	於福町金山2区 (☎0837(56)1122)
22日(日)	札幌クリニック	大嶺町吉則 (☎0837(52)2847)
27日(日)	三澤医院	西厚保町大村 (☎0837(58)0011)

美祢郡医師会	診療時間	9時～17時
6日(日)	美東病院	美東町大田 (☎08396(2)0515)
13日(日)	時澤医院	秋芳町秋吉 (☎0837(62)0015)
14日(日)	美東病院	美東町大田 (☎08396(2)0515)
20日(日)	あきよし竹尾クリニック	秋芳町秋吉 (☎0837(63)0088)
22日(日)	美東病院	美東町大田 (☎08396(2)0515)
27日(日)	さかい内科クリニック	秋芳町秋吉 (☎0837(62)1200)

10月は「ピンクリボン月間」です。



ピンクリボンは、乳がんの早期発見・早期治療の大切さを伝えるシンボルです。乳がんは女性がんのトップですが、早期発見で90%以上が治る病気でもあります。

「忙しいから」「見つかったら怖いから」と検診を受けていない人はいませんか。もし自分ががんにかかってしまったら…と想像してみてください。

市では40歳以上の女性を対象に乳がん検診を実施しています。ご自身や家族を守るために一歩を踏み出して検診を受けてみませんか。

がん検診に関する問い合わせ先 健康増進課 (☎0837(53)0304)

10月10日は「目の愛護デー」です。

普段目の疲れを感じていませんか？私たちは情報の80～90%を目から得ているといわれています。その大切な目を普段から労わってあげましょう。



- パソコンやスマートフォンの画面を1時間見続けたら、10分ほど目を休ませる
- 疲れを感じたら、温かいタオルなどを目に当てる
- 窓の外などできるだけ遠くを見る
- 目の周りをほぐして、筋肉の血行を良くする
- 意識してまばたきをし、目の乾燥を防ぐ

データで見る美祢市

まちのうごき (令和元年9月1日)

人口	24,080人	前月比	▲2人
男	11,339人	前月比	6人
女	12,741人	前月比	▲8人
世帯数	11,022世帯	前月比	25世帯

()内は県下総数

	人身事故			物損事故
	件数	死者	傷者	
8月中	3(275)	0(8)	3(333)	64(3,508)
累計	30(2,151)	1(28)	44(2,660)	460(25,247)
昨年対比	6(▲543)	1(1)	14(▲630)	▲61(▲1,857)

8月16日(金)～20日(火)の5日間、台湾において「美祿市ふるさと人材育成事業」市民海外研修を実施しましたので、まず今回は、その研修(前半)の様子について、紹介します。

この研修は、市内中学生・高校生を台湾に派遣し、現地学校での交流及び観光地の視察を通して、外国の文化と社会に対する認識を深めるとともに、コミュニケーション能力を育て、国際理解の視野をもつ人材の育成を図ることを目的とし実施されています。

今年は、台湾中部にある南投県立水里国民中学と姉妹校協定を結んでいる於福中学校の藤井校長を団長とし、市内中学生7人と高校生2人の計9人が研修生として参加しました。

また、現地サポートメンバーとして、於福中学校教員1人、市企画政策課職員1人、台北観光・交流事務所職員が同行しました。

研修生のほとんどが初めての海外研修であり、期待と不安が入り混じる中、全員元気に美祿市を出発し、福岡空港を経て台湾の桃園国際空港に到着しました。

研修初日は、台北市内にある美祿市台北観光・交流事務所と台湾のランドマークである台北101を視察しました。その後、台北駅から台湾高速鉄道(台湾新幹線)に乗り、台中駅まで移動しました。ちなみにこの台湾新幹線も日本製で車両の一部は日立製作所笠戸事業所(下松市)で製造されています。

美祿市台北観光・交流事務所

台北市の台北世界貿易センター展示ビル5階にある事務所を視察し、現地で行っている業務内容などを紹介しました。



台北101

高さ508mを誇る台北101は、台湾一の高層ビルで、89階にある展望台(高さ382m)までは、5階の入口から分速1,010m(当時世界最速)のエレベーターで昇り、所要時間はわずか37秒です。



このビルの建設には、日本の企業も携わっています。またこのエレベーターは日本製であり、随所に日本の技術が生かされていることを知りました。

研修2日目は、今回の最大の目的である南投県立水里国民中学との交流事業を行うため、台中市の宿泊先からバスで約1時間半かけ、南投県立水里国民中学に向かいました。

水里国民中学交流歓迎会

水里国民中学に到着すると、多くの生徒や学校関係者の皆さんにあたたかく出迎えていただき、体育館で開催された歓迎会では、台湾原住民の歓迎のダンスの後、お互いに英語で自己紹介や地域・学校などの紹介を行い、一緒にゲームを楽しみました。



水墨画体験

昼食後、中学校へ戻り、水墨画体験をしました。水墨画の先生の指導のもと、紙に墨と絵具で台湾の絶滅危惧種「石虎(タイワンヤマネコ)」を描きうちわに張り付けました。



玉山国家公園管理所

玉山国家公園管理所では、台湾で一番高い山「玉山」の自然について学びました。「玉山」は日本が台湾と統治していた時代には「新高山(にいたかやま)」と呼ばれていた山です。

歓迎夕食会・ホームステイ

歓迎夕食会は、水里国民中学PTAの人が経営する民宿の中庭で開催され、地元特産品を使った料理などでおもてなしをいただきました。

この歓迎夕食会には、学校関係者だけでなく地元の人々もいろいろな差し入れを持参して参加され、台湾のおもてなし文化を体感でき、研修生も水里国民中学

の生徒たちと身振り手振りを交え、積極的にコミュニケーションを取るなど、とても和やかな会となりました。



その後、研修生は、この民宿に水里国民中学の生徒たちと一緒に宿泊し、交流を深めました。

交流事業最終日の研修3日目は、台湾中部を代表する景勝地「日月潭(にちげつたん)」に移動し、遊覧船クルーズ、カヌー体験等を行いました。

遊覧船クルーズ・カヌー体験・お別れ

水里郷側のご配慮により、水里国民中学PTAによる遊覧船クルーズと通常一般開放されていない日月潭内のカヌー練習場で特別にカヌー体験を行うことができました。

遊覧船クルーズでは、ガイドさんの説明を聞きながら風光明媚な日月潭を楽しみました。

カヌー体験では水里国民中学の生徒のサポートを受け2人1組で乗船しました。

最初は恐る恐るパドルを漕いでいましたがすぐに慣れ、スムーズに湖面を進んでいました。



昼食会場では、水里国民中学の生徒たちとの最後の食事ということもあり、お互い会話も弾み、男女問わず記念写真を撮るなど、別れを惜しむ姿も見受けられました。

水里国民中学の皆さんは、雨が降っていたにもかかわらず、バス駐車場まで見送りに来られ、最後の最後までもてなしていただき、研修生もいろいろと感じることに多い有意義な交流事業になったのではと感じています。

来年は、水里国民中学の生徒を美祿市で受け入れる予定ですので、関係者と交流プログラムなどの打ち合わせと準備をしっかり行います。研修後半の様子は、来月の広報で紹介します。

問い合わせ先 観光振興課 ☎0837(62)1430