



KOHO TOKUSHIMA

広報

とくしま

NO. 881

2012年6月15日

平成24年6月1日現在(前月比)
 人口 257,194人 (-27)
 男 122,140人 (± 0)
 女 135,054人 (-27)
 世帯数 113,664世帯 (+74)
 面積 191.62km²

ホームページ <http://www.city.tokushima.tokushima.jp/>
 携帯 <http://www.city.tokushima.tokushima.jp/i/>



▲収穫の最盛期を迎えた徳島ブランドの枝豆

水都とくしまが育んだ旬のとくしま野菜を食べてみよう

徳島市内で生産された夏のとくしま野菜が旬を迎えています。旬の野菜はおいしくて栄養もたっぷり。さらに地元で採れた野菜は新鮮で安全です。これらを積極的に消費することは食育でも大切とされている「地産地消」につながります。6月は食育月間。健康で生き生きと暮らすためにも、日ごろから旬のとくしま野菜をふんだんに使った食事を心掛けてみましょう。

懸念される野菜の摂取不足

徳島県は、京阪神7市場における年間の青果取り扱い実績が1位であるなど、全国でも主要な農産物の生産地の一つです。

一方、県民の食生活では野菜不足が懸念されており、国

民健康栄養調査結果(平成18～22年の平均)によると、県内の成人男性の1日当たりの野菜摂取量は245gで47都道府県中最下位、成人女性も241gで46位という結果となっています。

さらに、県が行った調査でも、県民の1日当たりの野菜の摂取量は270.6g(平成

22年)で、成人の1日に必要とされる野菜の摂取目標量(350g以上)を大きく下回っています。

徳島ブランドで地産地消を推進

野菜の摂取が不足すると、食事の栄養バランスが偏る可能性があります。

徳島市では、新鮮で安全安心なとくしま野菜のおいしさやその魅力を多くの皆さんに知ってもらい、消費してもらうため、地産地消を推進しています。

市には、徳島ならではの有名ななると金時やスタチなどのほかに、ブロッコリー、ホウレン草、カリフラワーなど、四季折々に多種多様な農産物が生産されています。

特に、市がブランド化し、全国に向けて発信している21品目の野菜や果物「健やか・新鮮徳島ブランド育成目」(徳島ブランド)は、品質も良く安心に評価が高く、消費者に親

健やか・新鮮徳島ブランド育成目旬カレンダー

品目	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
イチゴ												
枝豆												
オクラ												
カリフラワー												
甘藷(サツマイモ)												
キュウリ												
ゴボウ												
小松菜												
シイタケ												
シソ												
ツルムラサキ												
トマト												
ナノハナ												
ニンジン												
ネギ												
野沢菜												
ブロッコリー												
ホウレン草												
レンコン												
スタチ												
ミカン												

野菜の旬々を味わおう

しまれています。

近年は、栽培技術や運送技術などが発達し、多くの野菜がスーパーなどでいつでも購入できますが、野菜を味わうなら旬のものが最適です。旬の野菜は味も良く栄養も豊富。その上、たくさん収穫できるので値段も安く経済的です。

野菜がおいしい旬を知ろう

夏の旬の野菜といえば、ビタミン類が豊富なトマトやオクラなどです。そのほか市内では、緑鮮やかな枝豆の出荷が最盛期を迎えています(上写真)。

市は、枝豆出荷量が県全体の約7割を占めるなど、県内有数の枝豆産地です。市では「湯上がり娘」という品種が多く栽培されており、この品種は甘くてコクがあると市場で人気があります。

上図は「徳島ブランド」の旬

とくしまIPPIN店を巡ろう!



とくしまIPPIN店では、「徳島ブランド」を使ったさまざまな一品メニューを味わえます。メニューは「枝豆と鱧の煮こごり=写真」「徳島レンコンギョーザオクラソースかけ(8面参照)」「ホウレン草スポンジとトマトゼリーのトライフル」など約120種類。

現在、100店舗が認定され、新たに徳島東部地域内の飲食店もIPPIN店に認定されることになりました。市では認定店のガイドブックを作成し、無料で配布しています。皆さんもガイドブックを片手にIPPIN店巡りをしてみませんか。一品メニューは、毎月広報とくしま15日号8面や市ホームページで紹介しています。
[問い合わせ先] 農林水産課(☎621-5246)



の時期を示しています。このカレンダーを参考にそれぞれの野菜が一番おいしいときに味わってください。

市内には、地元の生産者が育てた新鮮な野菜や果物が手に入る産直市が11カ所あります(市ホームページに掲載)。

そのほか、市では徳島ブランドを使った一品メニューを提供する店舗を「とくしまIPPIN店」と認定し、広くPRに努めています(右参照)。

野菜は、ビタミンやミネラル、食物繊維など、現代人に不足しがちな栄養素を多く含んだ健康の維持増進に欠かせない食材です。食育を推進するためにも家族で日ごろの食生活を見直し、毎日の食事に栄養豊富なとくしま野菜を取り入れましょう。

「問い合わせ先」農林水産課
 ☎(021)5246

7月9日から 住民基本台帳法が変わります

「住民基本台帳法の一部を改正する法律」が7月9日から施行されます。

これにより、住民基本台帳カードの取り扱いや外国人住民の手続きが変わります。

施行に伴う主な変更点は次のとおりです。

■住民基本台帳カードは市外に転出しても継続して利用が可能になります

現在は、住民基本台帳カードを所持の人が市外に転出する場合、住民基本台帳カードを返納していただいていた

ますが、原則として継続利用が可能になります。

▶住民基本台帳カード(見本)



継続して利用したい場合は、転入届を出す際に(新住所)

地の市区町村窓口に住居カードを持っていき、カードの暗証番号を入力してください。さらに、住民基本台帳の住所を記載するなどの手続きを行うことにより、継続利用が可能になります。

ただし、電子証明書は市外転出により失効します。

■外国人住民にも住民票の写しが付与できるようになります

7月9日以降に市外に転出される外国人住民は、日本人と同様に徳島市に転出届を出して「転出証明書」の交付を受けた後、転入先の市区町村に転入届を出す必要があります。

■住民票の方書の記載が変わります
現在、住民票の現住所欄に方書(マンション名など)は記載され

ておりませんが、7月9日以降に住所を異動された場合は、住民票の現住所欄に方書を記載する必要があります。

また、住所を異動しない人も、本人の申し立てにより、現住所欄に方書を記載することが可能になります。

【問い合わせ先】住民課
(621)5134

新町西地区市街地再開発事業に係る素案の公聴会を開催

徳島東部都市計画新町西地区第一種市街地再開発事業および高度利用地区などに関して、公述人(申し出をし、公述人に決定した人)に意見を述べていただく公聴会を次のとおり開催します。

公聴会は傍聴することができます。

【とき】6月19日(火)19:00～(受け付けは18:30から開始)

【ところ】市役所13階大会議室

【傍聴】150人程度(先着)

※傍聴を制限する場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。また、当日は市役所東側駐車場(JR線路沿い・35台分)が利用できます。

【問い合わせ先】都市政策課(☎621-5265)

梅雨・台風シーズンの到来です 水害や土砂災害に備えましょう

梅雨・台風シーズンに入ると、大雨や大雨により土砂災害や水害が発生する危険性があります。大切な命や財産を守るためには、日ごろから災害に對して十分な備えをしておくことが大切です。

【家の周りをチェック】自宅の周辺で、窓や屋根、雨どい、側溝、擁壁などを点検し、壊

れていれば早めに修理しましょう。

【事前の確認】土砂災害は予測の難しい災害ですが、自分の家が土砂災害危険箇所にあるかどうか、事前に防災マップなどで確認しておくことが大事です。

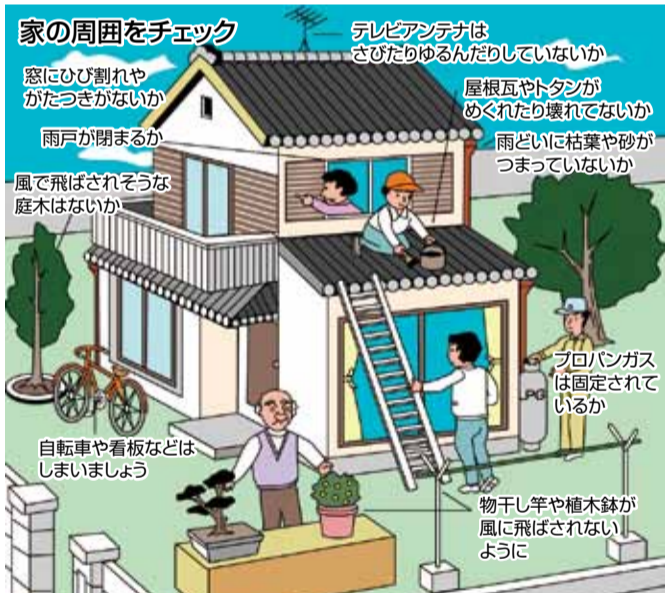
【非常携行品の準備】いざというときに備えて非常用の携行品を準備し、点検しておきましょう。準備するものとしては、携帯ラジオ、懐中電灯、衣類、非常食用

防犯灯電灯料金の助成申請を受け付け

徳島市では、夜間の犯罪防止と、市民の通行の安全を図るため、町内会などの団体が維持管理する防犯灯の電灯料金を助成しています。平成24年度分の申請を、下表の日程で受け付けます。詳しくはお問い合わせください。

	10:00～11:30	13:30～15:00
6月15日(金)	勝占中部コミュニティセンター	津田コミュニティセンター
18日(月)	勝占東部コミュニティセンター	八万中央コミュニティセンター
19日(火)	加茂名コミュニティセンター	入田コミュニティセンター
20日(水)	渭東コミュニティセンター	昭和コミュニティセンター
21日(木)	上八万支所	西富田コミュニティセンター
22日(金)	川内公民館	応神コミュニティセンター
25日(月)	東富田コミュニティセンター	南井上コミュニティセンター
26日(火)	国府コミュニティセンター	加茂コミュニティセンター
27日(水)	沖洲コミュニティセンター	多家良中央コミュニティセンター
28日(木)	佐古コミュニティセンター	渭北コミュニティセンター
6月29日(金)～7月31日(火) (土・祝日を除く)	徳島市役所1階 市民生活課 8:30～17:00	

【問い合わせ先】市民生活課(☎621-5145)



【一時的な大雨に注意】晴れているのに急に積乱雲が発生し、強い雨が降る場合があります。自分自身のいる場所が強い雨が降っていないか、離れた場所から降った雨が渓流や用水路などから河川に一気に流れ込むことなどによ

【問い合わせ先】危機管理課
(621)5527

「みちピカ事業」の参加団体を募集

徳島市は、ボランティア団体による道路の清掃活動を支援する「みちピカ事業」を実施しています。

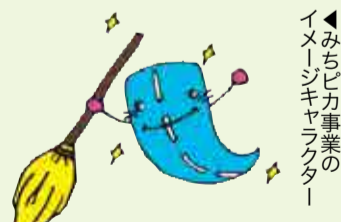
【対象】町内会、企業、学校などの団体

【活動内容】市が管理する道路の清掃および除草。集めたごみは、市の分別方法に従って分別してください。

【支援内容】清掃用具の支給、傷害・賠償保険への加入費用の負担、搬入されたごみの処理(無料搬入券の交付)など※担当する道路には、団体名や事業名などを記した表示板を設置することができます。

【申し込み方法】所定の「みちピカ事業認定申請書」(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、直接、道路維持課(市役所5階)へ。

【問い合わせ先】道路維持課(☎621-5338)



◆みちピカ事業のイメージキャラクター

市役所1階証明コーナー・各支所で税務証明書を交付

税務証明書は、市役所2階資産税課20番窓口のほか、市役所1階住民課1番窓口(証明コーナー)や最寄りの各支所(市内14カ所)でも交付していますので、ご利用ください。

◆証明コーナーと支所で交付できる税務証明の種類

▶個人の市・県民税に係る＝所得課税証明、所得証明、納税証明

▶個人の資産税に係る＝評価証明(支所を除く)、課税証明(支所を除く)、納税証明

▶軽自動車税納税証明(法人は車検継続検査用に限る)

※上記以外の税務証明の交付や、未申告や未納、申告・名義変更・納税後間もない場合などは、市役所2階資産税課20番窓口へお

願います。証明コーナーや支所では取り扱いがないのでご注意ください。

◆本人確認書類の提示をお願いします

窓口に来られた人の顔写真が付いた有効期限内の▷運転免許証▷パスポート▷住民基本台帳カード▷官公署が発行した免許証などを提示してください。

なお、代理人が請求する場合は、依頼人が記載した委任状の提出が必要です。詳しくはお問い合わせください。

【手数料】1通350円※ただし、車検継続検査用の軽自動車納税証明書は無料です

【問い合わせ先】住民課(☎621-5140)、資産税課(☎621-5071)、各支所の所在地や電話については、市民協働課(☎621-5510)

受診しましょう!がん検診 7月から検診スタート

がんなどの早期発見・早期治療のため、徳島市では、7月1日から12月20日まで、各種がん検診などを実施します。

検診の対象となる人には、6月下旬に、受診券、無料クーポン券をお送りしますので、受診時には必ずお持ちください。

検診期間の後半になると混み合いますので、早めに受診してください。なお、職場などでがん検診などを受ける機会のある人は、職場検診が優先されます。

[問い合わせ先]保健センター(☎656-0530)

糖尿病予防大作戦 運動教室の参加者を募集

「からだを若返らせる筋力トレーニング」をテーマに開催します。希望の日程を選んでお申し込みください。

[とき]▶64歳までの人=6月29日(金)・7月6日(金)の各日13:00~14:00▶65歳以上の人=6月29日(金)・7月6日(金)の各日14:30~15:30

[ところ]保健センター元気回復室

[対象]医師から運動制限を受けていない市民

[定員]各日20人(先着)

[参加費]無料

[準備物]運動しやすい服装、タオル、水分補給のための飲み物など

[申し込み方法]保健センター(☎656-0534)へ。

元気高齢者づくり教室の 参加者を募集

要介護状態にならないために、運動・栄養・口腔の分野から総合的に転ばない身体づくりを目指しましょう。

[とき]7月5日(木)13:30~15:00

[ところ]保健センター会議室

[対象]65歳以上の市民(ただし、介護保険認定者を除く)

[内容]歯科医師と歯科衛生士による口腔機能向上のための講話

[定員]30人(先着)

[参加費]無料

[準備物]筆記用具

[申し込み方法]保健センター(☎656-0534)へ。



~徳島市国民健康保険加入者の皆さんへ~ 7月から特定健康診査が始まります!

徳島市では、徳島市国民健康保険の加入者を対象に、特定健康診査を実施します。

特定健康診査は、糖尿病などの生活習慣病を早期に把握し、将来の脳卒中や心筋梗塞(こうそく)を予防することを目的に実施するものです。対象者には6月末に受診券を送付します。自分のからだの状態をチェックするため、健診を受けましょう。

[対象]徳島市国民健康保険加入者で、昭和12年10月1日~昭和48年3月31日生まれの人

[実施期間]7月1日(日)~12月20日(休)(昭和12年10月1日~昭和13年3月31日生まれの人は9月30日(日)まで) [自己負担額]1,000円

[実施場所]県内委託医療機関(医療機関の一覧表は受診券に同封)。受診の際は、各医療機関に事前にお問い合わせください。

[受診に必要なもの]受診券と徳島市国民健康保険証

[問い合わせ先]保険年金課(☎621-5159)

■後期高齢者医療制度に加入している人は

徳島県後期高齢者医療広域連合が実施する健康診査をご利用ください。受診は無料。対象者には、受診券または健康診査申込書が同連合から送付されます。詳しくは、徳島県後期高齢者医療広域連合(☎677-3666)へお問い合わせください。



日本脳炎予防接種を受けましょう

日本脳炎予防接種は、平成17年度から5年間、積極的な勧奨を差し控えていましたが、現在は通常通り受けられるようになっています。

接種勧奨差し控えにより、接種の機会を逃した平成7年6月1日~平成19年4月1日生まれの人は、20歳の誕生日の前々日まで、定期予防接種として、1期・2期(ただし2期は1期接種を受けた9歳以上の人が対象)を受けられます。対象となる人は、主治医と相談の上、委託医療機関で接種してください。

予診票は再発行できますので、母子健康手帳を持って保健センターへお越しください。

[問い合わせ先]保健センター(☎656-0540)

ダイエットウォーキング教室の 参加者を募集

[とき]6月26日(火)13:30~15:00

[ところ]保健センター会議室

[対象]医師から運動制限を受けていない市民(本年度開催した同教室に参加していない人)

[定員]20人(先着)

[参加費]無料

[準備物]運動しやすい服装、靴、タオル、水分補給のための飲み物など

[申し込み方法]保健センター(☎656-0534)へ。

糖尿病予防大作戦

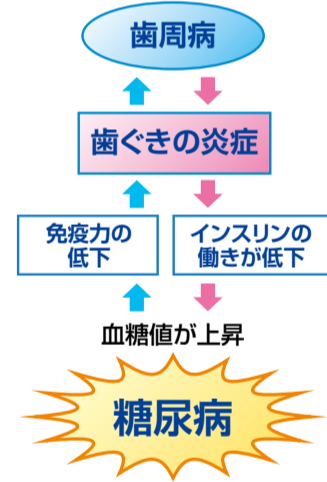


Q&A 歯科編 ①

Q 糖尿病と歯周病って関係があるの?

A 歯周病になると歯ぐきに炎症を起こし、インスリン(血液中で血糖の上昇を抑える)の働きを低下させる物質が出てくるため、糖尿病が悪化します。

【糖尿病が歯周病を悪化させるメカニズム】



また、糖尿病があると免疫力が低下し、歯周病が発症しやすくなります。

歯周病予防には、歯や歯のまわりの組織に付着した歯垢(プラーク)をすぐに取り除くことが大切です。そのためには、日ごろからしっかり歯みがきをしましょう。

[問い合わせ先]保健センター(☎656-0534)

不用品活用



【譲ります】品名(使用年数)

▷介護用尿取りパット(女性用・夜型)(未使用)▷鍵盤ハーモニカ(6年)▷シンビジュアルム(2年)▷一輪車(14インチ)(5年)

※全て無償

【譲ってください】▷大人用自転車▷自転車用チャイルドシート(前・後ろ用)▷ルームランナー▷ガス式トーチバーナー▷ベビーカー▷DVDレコーダー▷子ども用自転車

【申し込み方法】はがきに、希望の品(1人1枚1品目)、住所、名前、電話番号を記入し、6月22日(金)(必着)までに、消費生活センター(〒770-0834 元町1-24)へ。同23日(土)に抽選を行い、当選者だけにご連絡します。

【問い合わせ先】消費生活センター(☎625-2326 火曜・祝日は休み)

7月の 子育て施設インフォメーション

在宅育児家庭相談室【津田保育所「あっぶ」】

☎662-0246 土・日・祝日休み

◆とび入り保育「七夕の集い」

[とき]7月6日(金)10:15~11:00

◆親子の広場「おかあさんと一緒にあそぼう」

[とき]7月9日(月)10:45~11:15

◆親子の広場「水あそび」

[とき]7月12日(木)・27日(金)10:15~11:15

在宅育児家庭相談室【国府保育所「あいあい」】

☎642-3656 土・日・祝日休み

◆親子の広場「絵本とおはなし」

[とき]7月3日(火)11:30~12:00

◆プレママ・プレパパ講座「妊娠中の生活について」

[とき]7月11日(水)13:30~15:00

◆保健師さんの育児相談

[とき]7月18日(水)13:30~15:00

【親子ふれあいプラザ(ふれあい健康館1階)】

☎657-0065 月曜日休館 開館時間9:00~18:00 (日・祝日は16:00まで)

▷子育てセミナー「みんなでしゃぼんだまをとぼそう!」=6日(金)10:30~11:20▷絵本の読み聞かせ=毎日10:30~11:00、14:30~15:00▷七夕かざりをつくろう★=3日(火)10:30~11:20▷子育てカウンセリング※=11日(水)10:30~15:00▷お誕生パーティー(7月生まれ)※=20日(金)10:30~11:20 ※は要予約。★は先着30人

【子育て安心ステーション(アミコビル5階)】

☎654-4460 火曜日休館 開館時間10:00~17:00

▷七夕会=6日(金)11:00~11:30▷新米パパママ講座①「これからのマタニティライフ」(交流会や相談も)※=8日(日)14:00~16:00定員:妊娠中期までの人(夫婦)5組程度▷ママのリフレッシュ講座「レッツベビーダンス&ストレッチ」※★=18日(水)10:30~11:30▷パパとふれあい講座「ファーストサイン講座」※★=28日(土)10:30~11:30 ※は要予約。★は定員8組程度(先着)

徳島市にふるさと納税していただいた人を阿波おどりにペアで招待します

ふるさと応援寄附金(ふるさと納税)として、徳島市に3万円以上寄附していただいた人を対象に、阿波おどりの市内有料演舞場指定席(S席)にペアで招待します。

本場の阿波おどりを堪能していただける良い機会ですので、市外にお住まいのご家族や友人にもぜひ紹介ください。

ふるさと応援寄附金として3万円以上を寄附していただいた人※寄附の申し込みだけでは対象となりません。7月13日(金)まで、本市口座に入金が確認された人が対象です。

都道府県市区町村に対する寄附金のうち、20000円を超える部分について、寄附される人の所得に応じ、一定限度まで、所得税および住民税(都道府県市区町村民税)から控除されます。

夏休み わくわく大発見キャンプ

【とき】8月7日(火)~9日(木)(2泊3日)
【内容】無人島でのシュノーケリングや磯遊びなど、楽しい活動がいっぱいのキャンプ
【対象】市内の小学5・6年生
【定員】64人(抽選)
【参加費】4,000円
【申し込み方法】所定の申込用紙で、6月27日(水)までに、社会教育課(〒770-8571 幸町2-5 電話621-5417)へ。徳島市ホームページ「電子申請」からも申し込み可。

徳島城博物館 夏休みこども教室

♪夏休み歴史教室「かぶと作り」
【とき】7月28日(土)・29日(日)13:30~16:00
【内容】段ボールで、原寸大の着装ができる「かぶと」を制作
【対象】小学生以上の児童とその保護者
【定員】各日10組(抽選)
【参加費】無料(高校生以上は入館料が必要)
【準備物】のり、筆記用具、雑巾、新聞紙、厚紙を切るはさみ、カッター、ガムテープ
♪子ども連句教室
【とき】8月1日(水)~3日(金)10:00~11:30(1日だけの参加も可)
【対象】小学生以上(保護者同伴歓迎)
【参加費】無料(高校生以上は入館料が必要)
【準備物】筆記用具

【入館料】大人300円、高校・大学生200円、中学生以下は無料
【申し込み方法】いずれもはがき(住所、名前、電話番号、学年、希望の教室名を記入)または電話で、7月26日(水)までに、徳島城博物館(〒770-0851 徳島町城内1-8 電話656-2525)へ。

とくしま動物園 サマースクール

【とき】7月29日(日)・8月5日(日)9:30~16:20
【内容】エサの調理や獣舎の清掃、動物解説板の作成、ふれあいなど
【対象】小学4~6年生とその保護者
【定員】各日10組(抽選)
【参加費】無料(昼食は各自用意)
【申し込み方法】はがきに学校名、学年、名前、保護者の住所、名前、電話番号と希望日を書いて、7月1日(日)~15日(日)(必着)に、とくしま動物園(〒771-4267 淡野町入道22-1 電話636-3215)へ。徳島市ホームページ「電子申請」からも申し込み可。

2012夏 いろいろなことにチャレンジしてみよう! 夏休みイベントの参加者募集

とくしま植物園 夏休み親子教室(前半)

Table with 3 columns: 教室名, 日時, 参加費・内容など. Includes activities like hydroponics and plant care.

ふれあい健康館 「夏休み子ども特別講座」

Table with 3 columns: 講座名, 日時, 定員・受講料・材料費・準備物. Includes pottery, drawing, and other crafts.

図書館通信 新図書館サービス④ 「自動貸出機」
新図書館では、自動貸出機を6階に2台、5階に1台導入しています。画面の指示に従って簡単な操作をすることで、自分で貸し出し手続きができる全国でも珍しく、県内の公共図書館では初となるサービスです。

5月の予約ランキング

- 一般図書
1 ナミヤ雑貨店の奇蹟 東野 圭吾/著 角川書店
2 舟を編む 三浦 しをん/著 光文社
3 三匹のおっさん(ふたたび) 有川 浩/著 文芸春秋
4 サファイア 渡 かなえ/著 角川春樹事務所
5 ベトロ 今野 敏/著 中央公論新社

児童図書

- 1 ようちえんがばけますよ 内田 麟太郎/文 くもん出版
2 ええところ ぐすのき しげのり/作 学研教育出版
3 おかあちゃんがつくったる 長谷川 義史/作 講談社
4 こびと大百科 なばた としたか/作 長崎出版
5 ココロ屋 梨屋 アリエ/作 文研出版

市立図書館の本は、図書館の窓口や徳島市ホームページから貸出予約できます。対象は、市内在住・在勤・在学または石井町・北島町在住の人です。郷土図書・漫画など、予約できないものもあります。

移動図書館【いずみ号】 ◆7~9月日程◆

Table with 6 columns: 月日, 駐車場所, 時間, 月日, 駐車場所, 時間. Lists the schedule for the mobile library 'Izumino' across various locations.

「心おどる水都・とくしま連」で踊りませんか

ことしの阿波おどり本番にそるいのデザインの浴衣を着て「心おどる水都・とくしま連」で踊る踊りを募集します。阿波おどりの経験は問いません。ことしから、子ども踊りを新設しましたので、ぜひご参加ください。

【とき】8月14日(火)・15日(水)17:00~20:00(着付けが必要なのは15:00~)
【募集人数】各日とも男踊り・女踊り・子ども踊り各40人(抽選)
【参加費】無料
【用意するもの】▶男踊り・子ども踊り=足袋、踊りパンツ、さらしなど▶女踊り=肌着、足袋、下駄など
【申し込み方法】所定の用紙またははがきに①住所、名前(ふりがな)、年齢、性別、電話番号②希望日(14日または15日)、希望パート(女踊り・男踊り・子ども踊り)③阿波おどりの経験年数を書いて、7月13日(金)までに、直接または、郵送(当日消印有効)、ファクスで観光課(〒770-8571 幸町2-5 市役所3階 電話621-5232 電話621-5457)へ。徳島市ホームページ「電子申請」からも申し込みできます。※阿波おどりが中止になった場合は、このイベントも中止となります。

2012年阿波おどりチケット

7月1日(日) 10:00~ 全国一斉に発売!

有料演舞場 (市役所前・藍湾浜・紺屋町・南内町) 8月12日(日)~15日(水) 第1部18:00~20:00/第2部20:30~22:30

Table showing ticket prices for different seating areas: S指定席, A指定席, B指定席, C自由席.

選抜阿波おどり大会 前夜祭:8/11(土)=アスティ&とくしま 選 抜:8/12(日)~15(水)=文化センター・あわぎんホール(郷土文化会館)

Table showing ticket prices for the selected festival: 会場, 時間, 区分, 前売り料金, 当日料金.



INFORMATION

とくしま 掲示板

内…内容 日…日時 員…定員 準…準備物 場…場所 対…対象者 費…費用(表記なしは無料) 申…申し込み方法 問…問い合わせ先
☎…電話番号/FAX…ファクス/HP…ホームページ/✉…メールアドレス/★電子申請可…市ホームページ「電子申請」から申し込み可

掲載した情報誌を年4回送付
▶チラシの送付▶自主事業のチケット先行予約▶自主事業のバックステージ・ツアーやプレ・セミナーへご招待(抽選) — などの特典があります。会費・登録料は無料です。

●所定の申し込み用紙に記入の上、直接またはファクスで、文化センター(徳島町城内1 ☎653-2185 FAX653-2187)へ

パソコンインターネット活用講座(実務向け)コース

●6月27日(水)～9月6日(木) 19:00～21:00(全10回) = 水曜コースと木曜コースの2コース ●シビックセンター4階活動室 ●Windows Vistaの基本操作、



Excel、インターネット、メールの活用 ●日本語入力、マウス操作ができる人 ●各コース15人(抽選) ●10,750円(別途教材費2,000円が必要) ●6月21日(木)までに、同センター(☎626-0408)

障害のある人が学べるパソコン講座

●7月4日～11月21日の毎週水曜日13:30～16:30(全20回) ●社会就労センターかもな(南庄町5) ●Windows Vistaの基本操作、文字入力、インターネット、メールなど ●市内在住で身体障害者手帳をお持ちの人 ●8人(抽選) ●3,570円(テキスト代) ●障害者生活支援センター眉山園(☎633-3331) ●障害福祉課(☎621-5177 FAX621-5300)

ふれあいパソコンブログ作成講座

●①7月7日(土)9:30～12:30 ②7月18日(水)13:00～16:00のいずれか1回を選択 ●ふれあい健康館(沖浜東2) ●各5人(先着) ●3,500円(テキスト代) ●同館(☎657-0194)

農業者対象のパソコン研修

●7月10日(火)10:00～15:00 ●穴吹カレッジサービス(寺島本町東3) ●Word、Excelの基本操作などの実習 ●市内の認定農業者または認定志向農業者 ●20人(抽選) ●6月29日(金)(必着)までに、はがきまたはファクスに〈住所/名前/電話番号〉を書いて、農林水産課(〒770-8571 幸町2-5 ☎621-5247 FAX621-5196)へ

とくしま植物園の各教室

●市内在住・在勤・在学の人 ▶手作り石けんワークショップ ●7月3日(火)1班=10:00～

12:00/2班=13:30～15:30 ●学生以上 ▶ラベンダーのミルク石けん ●100人各班10人(抽選) ●1,000円 ●わくわく自然教室 ●7月7日(土)13:00～16:00 ●竹を切って水てっぽうを作ろう!(木の葉てっぽうも) ●20人程度(抽選) ●1人200円(材料費・保険料込み) ●サタデー★サンデー園芸教室 ●7月14日(土)13:30～15:30 ●玄関を飾る背の高い寄せ植え ●25人(抽選) ●3,000円 ●はがきに〈教室名(手作り石けんワークショップは希望の班も)/住所/名前/電話番号〉を書いて、6月25日(月)(必着)までに、とくしま植物園緑の相談所(〒771-4267 渋野町入道45-1 ☎636-3131)へ★電子申請可

●100人(先着。当日16:00まで受け付け) ●1個1,000円(材料費) ●シビックセンター(☎626-0408)



ニュースポーツのつどい

●6月23日(土)9:00～12:00 ●内町小学校体育館・グラウンド(直接会場へお越しください) ●内ペタンクとカローリング ●市民 ●カローリング参加者は体育館シューズ ●スポーツ振興課(☎621-5427)

エンジョイイングリッシュ! ～絵本であそぼう～

●6月24日(日)10:00～11:00 ●徳島市国際交流協会1階和室(市役所新蔵分庁舎内 新蔵町1) ●外国人の先生にやさしい英語の絵本を読んでもらったり、歌を歌ったりします ●就学前までの子ども ●同協会(☎622-6066)

徳島城博物館七夕まつり

●7月3日(火)～6日(金) ●同館ラウンジ ●江戸時代の乞巧菓(きっこうでん)の七夕飾りを再現し、仙台七夕の笹飾りを展示します。 ●七夕茶会 ●7月1日(日)10:00～15:00 ●同館和室 ●裏千家淡交会徳島県支部によるお点前 ●500円(別途入館料が必要) ●同館(☎656-2525)

宮城・仙台復興応援物産市を開催します



●7月8日(日)10:00～16:00 ●国際東船場113ビル1階

募集

小松海岸クリーン大作戦

小松海岸(川内町旭野)で清掃活動を行うボランティアを募集します。

●7月8日(日)10:00～11:00(小雨決行・順延なし)

●7月5日(木)(必着)までに、電話かファクスで、〈名前/連絡先/参加人数〉をまちづくり推進課(☎621-5270 FAX621-5273)へ★電子申請可

文化センター友の会会員

友の会会員になると▶催しやチケットの発売情報などを

人権教育・啓発専門講座

●ホテル千秋閣(幸町3)など ●市民 ●詳しくはお問い合わせください。 ●7月6日(金)までに人権推進課(☎621-5167) ※どの回からも参加できます

日時	テーマ
7/18(水)	刑を終えて出所した人の人権
8/16(木)	障害者・いのちの大切さ
9/20(木)	13:30 高齢者の人権
10/31(水)	15:00 ネット社会の人権問題
11/16(金)	女性の人権
12/5(水)	同和問題
1/23(水)	人権全般

考古資料館 考古“楽”入門講座

対象	開催日	時間	内容
中学生・高校生コース	7/14(土)	午前の部 10:00～12:00	○「考古学」って何? ○考古資料の見方と取り扱い
		午後の部 13:00～17:00	○勾玉づくり ○銅鐸・銅鏡づくり ○土器・土製品づくり
大学生・社会人コース	7/21(土)	午前の部 10:00～12:00	○考古学と文化財保護 ○考古資料の見方と取り扱い
		午後の部 13:00～17:00	○勾玉づくり ○銅鐸・銅鏡づくり ○土器・土製品づくり
小学生コース ～チャレンジ!! 子ども学芸員～	8/11(土)	午前の部 10:00～12:00	○「考古学」って何? ○土器・石器にさわってみよう!!
		午後の部 13:00～17:00	○勾玉をつくってみよう!! ○銅鐸・銅鏡をつくってみよう!! ○土器・土製品をつくってみよう!!

●考古資料館研修室(国府町西矢野) ●小学生コースは50人、その他のコースは25人(各先着) ●同館(☎637-2526)

ふれあい健康館短期講座受講生募集

日時	講座名	定員、受講料、準備物
7/8(日) 13:00～15:00	雑草生け花	25人(抽選)。受講料500円。材料費500円。
7/28(土) 13:30～15:30	藍染めミニスカート 絞り染め	20人(抽選)。受講料500円・材料費1,000円。エプロン、タオル、染色用手袋、新聞紙。
8/2～11/15 第1・3(木)(10月のみ) 10/18、10/25) 19:30～20:30	チャモロダンス	30人(抽選)。受講料4,000円(8回分)。動きやすい服装。
8/7～9/18 第1・3(火) ①13:00～14:30 ②15:00～16:30	親子ふれあいベビーマッサージ	生後1カ月～1歳の子どものと保護者各6組(抽選)。受講料2,000円・材料費3,000円(ともに4回分)。バスタオル、保護者は汚れてもいい服装。

【申し込み方法】はがき(1枚1講座)に講座名、住所、名前、性別、年齢、電話番号を書いて、講座開始日の7日前(必着)までに、ふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16 ☎657-0194)へ。市ホームページ「電子申請」からも申し込みできます。

スプレー缶・ライターなどのごみの出し方にご注意を!

市では燃やせないごみの収集日に、たびたび収集車の火災や爆発事故が発生しています。原因としては、危険物(スプレー缶・ガスボンベ缶・ライターなど)の混入が考えられます。危険物を出す際には、必ず次のルールを守ってください。

■スプレー缶・ガスボンベ缶の出し方

①中身(ガス)を必ず使い切る ②屋外の風通しの良いところで穴を開ける ③ほかの燃やせないごみとは区別し、別の透明か半透明のポリ袋に入れて、燃やせないごみの日に出す

■ライターの出し方

①中身(ガス)を必ず使い切る。使い切れないライターは、ガス抜きをしてください。ガス抜きの方法と注意事項は、日本喫煙具協会ホームページをご覧ください ②燃やせないごみの日に出す

【問い合わせ先】市民環境政策課(☎621-5202)

「お殿様講座Ⅲ」受講生募集

開講日	内容
7/14(土)	「徳島藩の隠れた改革者～6代藩主蜂須賀宗貞」
7/21(土)	「徳島藩史上最高齢52歳で相続した殿様～7代藩主蜂須賀宗英」
7/29(日)	「高松松平家から養子に入った殿様たち～8代藩主宗鎮・9代藩主至央」

※時間はいずれも10:00～11:30

【ところ】徳島城博物館講座室
【講師】根津寿夫(徳島城博物館学芸員)
【定員】約60人(抽選)
【受講料】1,000円(入館料込み)
【申し込み方法】往復はがきに、「お殿様講座」参加希望と明記の上、住所、名前、返信宛名を書いて、7月6日(金)までに、徳島城博物館(〒770-0851 徳島町城内1-8 ☎656-2525)へ。



とくしま市民遺産を巡ろう!

8

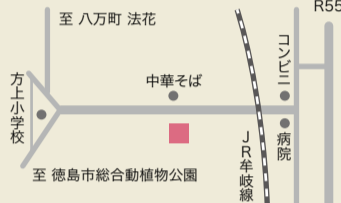
弁天山

自然にできた山としては日本一低いと国土地理院に認定されている弁天山(標高61m)。弁天山よりも低い大阪市の天保山、仙台市の日和山は、いずれも人工の山です。平安時代、この付近一帯は海であり、弁天山は小さな島でした。室町時代までに陸地化し、山となったと推測されています。この由来から海の神様が祭られ、古くから村人に親しまれてきました。現在も地元住民で結成された保存会により整備・維持されています。

平成14年以降、標高にちなんだ6月1日に山開きが行われています。テレビなどで

全国で紹介されて以来、年間1万5千人以上が登頂しています。ことしの山開きには約200人が参加。若手県庁の渡辺不二夫さんは「観光パンフレットで弁天山を知り訪れました。地域の皆さんにとっても愛されているんですね」と、賑わいに驚いていました。

標高61m、日本一低い自然の山



【問い合わせ先】
文化振興課(☎621-5314)

地産地消認定 とくしまIPPINを食べよう! 8

徳島レンコンギョーザ オクラソースかけ



- 材料[5人分]
- ◆オクラソース
オクラ…10本
酢、麵つゆ、ラー油…各大さじ5
- ◆レンコンギョーザ
キャベツ…1/8玉
ニラ…1/4束
豚ミンチ…500g
レンコン…500g
ショウガ、醤油、塩、こしょう、ごま油、片栗粉…各適量

食材メモ オクラ

アフリカ原産のオクラは、陸蓮根(おかれんこん)ともいい、日本で一般的に食べられるようになったのは戦後のこと。正体は食物繊維のペクチン、アラビンなどで、血圧やコレステロールを下げる働きがあります。ほかにもビタミンやカロテンなど栄養たっぷり。栄養価を損なわないためには、生で食べるか、ゆで時間を短めにすると良いでしょう。

●作り方

- ① オクラをスライスし、調味料を合わせてオクラソースを作る。
- ② キャベツとニラを細かく切る。
- ③ ②と豚ミンチ、調味料、片栗粉をよく混ぜる。
- ④ スライスしたレンコンの片面に片栗粉を薄くつけて③を挟み、全体に片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ⑤ オクラソースでいただく。

●このメニューが食べられる「とくしまIPPIN店」
あじの里 みはら =写真提供 富田町2 ☎623-7886

【問い合わせ先】農林水産課(☎621-5246)

徳島市が認定する「とくしまIPPINメニュー」と、ブランド食材の豆知識をご紹介します!

5月の 市政 ピックアップ



徳島駅に図書返却ポスト設置

5月14日、JR徳島駅構内に市立図書館の図書返却ポストが設置されました。開設式に出席した原市長は「今後もサービス向上に努め、素晴らしい図書館を目指します」とあいさつ。ポストは列車が運行している時間に、DVDやCDを除く図書の返却に利用できます。



徳島市戦没者追悼式

市立文化センターで5月23日、平成24年度徳島市戦没者追悼式が行われました。原市長は式辞で「再び悲しみの歴史を繰り返さないよう、平和への誓いを新たにします」とあいさつ。参列した遺族約350人が慰霊の祭壇に献花を行いました。



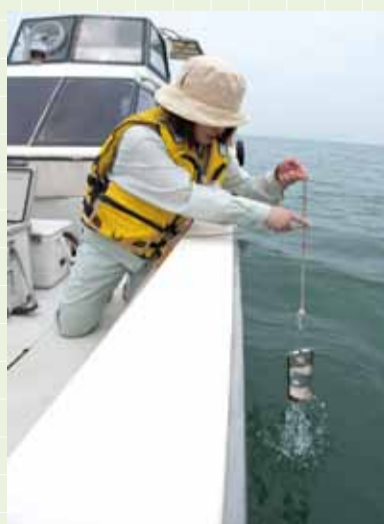
レイリア市から親善訪問

5月17日、姉妹都市であるポルトガルのレイリア市から、ラウル・カストロ市長を団長とする7人の訪問団が原市長を表敬訪問。原市長の歓迎に対し、カストロ市長が「両市がますます協力し合い発展を目指しましょう」と応えました。



徳島市立高校創立50周年記念講演会

ことし創立50周年を迎えた市立高等学校は5月17日、市立文化センターで記念講演会を開催しました。卒業生2人の講話のほか、オーケストラ部、合唱部の生徒たち約40人と、卒業生で声楽家の若槻量子さんとの協演が行われました。



小松海水浴場の水質を調査

海水浴シーズンを控え5月24日、川内町の小松海岸沖で水質検査を行いました。海水浴エリア内2カ所で透明度などを確認したほか、専門機関で分析するために海水を採取しました。