



2015
October
平成27年

10
Vol.796



火消しも走りもまかせとけ!!

市民体育祭で、笑顔でバトンをつなぐ選手たち

(関連記事12ページ)



ボディビルは
生涯スポーツですねー

ひと

クローズアップ



スポーツの秋到来！適度な運動と
休憩で、心も体もリフレッシュ！

井原市
マスコットキャラクター
でんちゅうくん

目次

クローズアップひと P2

大田原市・井原市
友好親善都市盟約30周年記念 P4

平成26年度決算報告 P6

すくすく
子育てページ P10

まちのわだい
Photo News P12

市民のひろば P14

情報のひろば P16

拡大版
今月のおすすめ本 P24

清々しい季節。皆さん、何か体にいいこととしていますか。

このたび芳井健康増進福祉施設ASUWAは10周年を迎え、館内をリニューアルしました。この施設は、平成17年2月、旧芳井町のときに新設し、市が指定管理者として(株)コナミスポーツクラブに管理を委託して

まちかど情報 Pick up

芳井健康増進福祉施設
ASUWAリニューアル



オープン10周年を迎えた
健康増進福祉施設ASUWA

います。10周年を機に、ランニングマシンや足踏みしながら全身を鍛えるクロストレーナー、自転車をこぐ動作で大腿部を鍛えるリカベンントバイクなど、多くのマシンを一新しました。

支配人の川崎一之さんかわさきかずゆきは「現在、年間延べ約11万人を超える人に利用していただいており、最近では高齢者

携帯電話などQRコードの読みとり機能のあるカメラで撮影してください。



◀井原市ホームページ
QRコード



◀広報いばら
(PDF版)QRコード



◀市内の防災・防犯などの情報を知らせる井原市メール配信サービス登録QRコード

※[ibara@xpressmail.jp]に空メールを送信すると、設定をするためのメールが返信されてきます。

笑顔のリレー



あなたの

みなもと

笑顔の源

をお伺いします



原田 節子さん(65歳)

【上出部町】

体を動かしているとき

10年前、友人に誘われたことがきっかけでASUWAに通い始め、毎日運動しています。グループで行うニュージールランド生まれのエクササイズズ・レスミルズに取り組んでいます。中でもお気に入りのボディーステップというプログラムです。これは、軽快な音楽に合わせて体を動かすもので、専用の台を使って昇降しながらパワフルな動きを楽しんでいます。途中、つらいときもありますが、レッスン終了後は、インスタクターや仲間と充実感が味わえるところが魅力です。今後も健康で毎日を送られることに幸せを感じながら続けたいと思っています。

肉体美と健康を探求するボディービルダー

みやじま よしゆき
宮島 義幸 さん(54歳)

=井原町=

ダイエットから競技へ

8月に開催された中四国ボディービル選手権75kg級で、第3位に入賞した宮島さん。「ボディービルを始めて21年になります。最初はダイエットが目的でしたが、48歳のとき、初めて出場した大会で優勝して、それから競技が面白くなり、今では週5、6日、ジムで体を鍛えています。美しい体には、筋トレはもちろん、食事や睡眠も大切です。毎日計画を立てて生活しているの、スケジュール管理や健康管理が自然にできるようになりましたね。目標を持って毎日を過ごし、大会でいい成績を残せたときは最高です」と笑顔で語ります。

運動のススメ

ボディービルは、体を鍛えるだけではないと語る宮島さん。「運動すると血行が良くなり、老廃物が排出されて老化の速度が抑えられるので、若さを保つには最適ですよ。専用の器具がなくても、いすに座ってゆっくり膝の曲げ伸ばしをするだけで、脚力が鍛えられるので、膝関節症や介護予防にもお勧めです。今後競技を続けながら、経験を生かして、健康づくりに役立つ仕事にも挑戦したいと思っています。トレーニングや大会に、快く送り出してくれる妻への感謝の気持ち忘れず、もっと上を目指して、取り組んでいきたいです」



▲リニューアルされた館内

▲楽しく長時間運動できるようテレビの付いたマシン

のみならず、若い利用者も増えてきました。楽しく長時間有酸素運動を行ってもらうため、マシンにテレビを設置しています。またマッサージチェアの更新など館内を快適に過ごしていただけるよう配慮しました」と話します。

利用者の五福久雄さん(67歳)は「会員になり9年になります。ここで、

水泳などをして、ズボンのサイズが94cmから75cmになりました。おかげで糖尿病予備軍、高血圧やメタボのお腹がどこかに行っちゃいました」と笑顔で話します。さらに、本市への居住を歓迎する取り組みとして、転入者を対象に、1世帯につき1回無料で館内施設を利用できる「ウエルカムチケット」を導入しました。チケットは、転入届出日に市民課または各支所にて贈呈します。

一層充実した施設で、健康保持に役立ててみませんか。興味のある人はまず見学を。岡芳井健康増進福祉施設 ASUWA(☎⑦9781)

大田原市・井原市 友好親善都市盟約30周年記念

でんちゅうくん

東京スカイツリータウンで大活躍

物産展や移住定住コーナーで魅力を発信

9月27日(日)、東京スカイツリータウンで、栃木県大田原市との友好親善都市盟約30周年を記念したイベントを開催しました。

同所1階「ソラマチひろば」では、氏神一番氏のトーク&ミニライブ、両市ゆかりの芸人、千鳥、ブロードキャスト!!、井上マーによるお笑いライブが行われました。

「那須与一が取り持つ縁で結ばれた両市ですが、これを機会に両市の絆をさらに強めるとともに、地方創生の取り組みを推進していきたい」とあいさつしました。ご当地キャラのでんちゅうくんや大田原市観光協会のキャラクター与一くんも参加し、物産展のほか、移住や定住に関するブースを設け、両市の魅力を発信しました。

両市の発展を誓う
日本有数の観光名所で行った初のイベント。開会セレモニーで瀧本市長は

両市の魅力を発信しました。
両市の魅力を発信しました。両市の魅力を発信しました。



両市の魅力を発信する
でんちゅうくん、瀧本市長と与一くん、津久井大田原市長

市議会9月定例会から

条例・補正予算・決算などを審議

9月7日から29日までの23日間、市議会9月定例会が開かれました。一般会計補正予算や条例改正、人権擁護委員候補者の推薦などの人事案件、平成26年度の各会計決算などの案件が審議され、可決・同意・認定されました。

可決・同意・認定された主な議案

◎平成27年度一般会計補正予算

補正額は670万円で、**総務費**

一般会計の予算総額は、202億2,040万円となりました。

- ・地区集会所等整備事業 費補助金 240万円
- ・農林水産業費
- ・林地災害防止事業 430万円

なお、歳出予算の内容は次のとおりです。

◎井原市立小学校、中学校、高等学校及び幼稚園に関する条例の一部を改正する条例について
川相、共和小学校を廃校し明治、共和幼稚園を廃園するもの。

◎井原市の特定の事務を取り扱わせる郵便局の指定の取消しについて
明治、共和、東三原郵便局

で住民票の写しの交付など本市の特定の事務を取り扱わせている指定を取り消すもの。

◎人権擁護委員候補者の推薦について
12月31日をもって任期満了となる人権擁護委員候補者として、佐藤彰雄氏(芳井町)、三宅敦子氏(美星町)を推薦することに同意されました。

◎井原市個人情報保護不服審査会委員の委嘱につき同意を求めることについて
9月30日をもって任期満了となる個人情報保護不服審査会委員に、阿部浩二氏(岡山市)、荒木信之氏(倉敷市)、落合孝子氏(西江原町)、大山裕子氏(神代町)、三宅隆氏(下出部町)を委嘱することに同意されました。

◎平成26年度井原市一般会計歳入歳出決算について
歳入の総額は、208億2,642万円、歳出の総額は203億889万円で、差引額は5億1,753万円となりました。

※決算の詳細は、特別会計の8会計および企業会計の3会計を含め、本誌6から9ページへ掲載しています。



澄川喜一氏の講演



地元ゆかりの芸人によるお笑いライブ



名所・特産品を売り込むでんちゅうくんスタッフ

一方、5階の「スペース634」では、スカイツリーをデザインした澄川喜一氏やエビスビール

日本女子バレーのトップ選手が

熱戦を披露

岡山シーガルズVSデンソー

9月20日(日)、井原体育館で、市体育協会設立40周年を記念し、バレーボールVプレミアリーグ女子のドリームマッチが開催されました。地元岡山シーガルズとデンソーエアリービーズを招待し、熱戦を繰り広げました。満員の観客で埋め尽くされた会場は、歓声と熱気に包まれていました。



華麗なプレーで観客を魅了



シーガルズのメンバー



声援を送る満員の観客



日本代表の宮下遥選手



試合後笑顔でサインに応じる日本代表の山口舞選手



ボランティアの皆さん ありがとうございます



日本代表の山口舞選手

井原市体育協会40年の歩み

年	月	主なスポーツ行事
昭和	28	7 井原後月体育協会が発足
	37	10 第17回国民体育大会ホッケー競技開催
	38	10 第1回市民体育大会開催(井原小学校)
	45	9 国際親善バレーボール試合開催(ハノーバー女子、倉紡)
	50	4 井原市体育協会が新たに発足
	52	3 運動公園完成
		8 高校総体ソフトボール女子開催
	54	10 市民体育館完成
		11 日中交歓卓球大会開催
	58	1 第16回バレーボール日本リーグ井原大会開催(東洋紡×久光製薬、加藤ウ×日立武蔵)
	61	11 第1回全国健康マラソン井原大会開催
平成	5	1 第26回全日本バレーボール選抜女子リーグ井原大会開催(イトヨダ×ニガハ、エチカ×久光製薬)
	17	4 井原市・芳井町・美星町体育協会が合併
	17	10 晴れの国おかやま国体新体操競技開催
	24	9 市グラウンド・ゴルフ場オープン
26	10 市スポーツ少年団が文部科学大臣表彰を受賞	

市体育協会は、昭和50年4月1日、市内における体育の普及と新興を図るため、前身である井原後月体育協会から独立し発足しました。以来、井原運動公園や井原体育館など施設の充実も相まって、健康で明るく豊かなまちづくりに貢献してきました。

現在、専門部20部、スポーツ少年団12団体で構成され、年間の開催大会数は昨年度で46大会、約13000人もの参加者がありました。

また、新体操フェスティバルや全国健康マラソン井原大会へ有名選手を誘致するなど、より高いレベルの競技に接する機会を提供し、スポーツ活動への意欲を向上させるとともに、若い世代の育成を目指しています。これらの取り組みにより、高校生の駅伝や新体操などが全国トップレベルとなり、市民に元氣と勇気を与えてくれています。

今後もスポーツが持つ可能性を活かしながら、皆さんに親しんでいただける協会となるよう努めていきます。

岡4階、スポーツ課
(☎0869533)

活躍に期待!!
地域おこし協力隊



やまわき よしふみ
山脇 節史さん(39歳)

地域おこし協力隊とは、都市部から地方に移住してまちづくりを進め、地域力の維持強化を図るため委嘱するもので、土地の魅力の発掘やイベントの企画運営に携わります。

山脇さんは、福山市出身。芳井町まちづくり協議会からの派遣要望があり、募集をしたところ応募、同地区へ赴任となりました。「今までの自らの経験を生かし信頼関係を築きながら、地元の人と外部の人が交流できる場を形成したい」と抱負を述べられました。任期は10月1日からの1年間で最長3年まで延長できます。

岡地域創生課
(☎0868550)

平成26年度

決算報告

一般会計決算の状況



平成26年度の決算が9月市議会定例会で審議され、認定されました。各会計の決算の状況や、決算に基づく財政の状況をお知らせします。

図3階、財政課(☎9507)

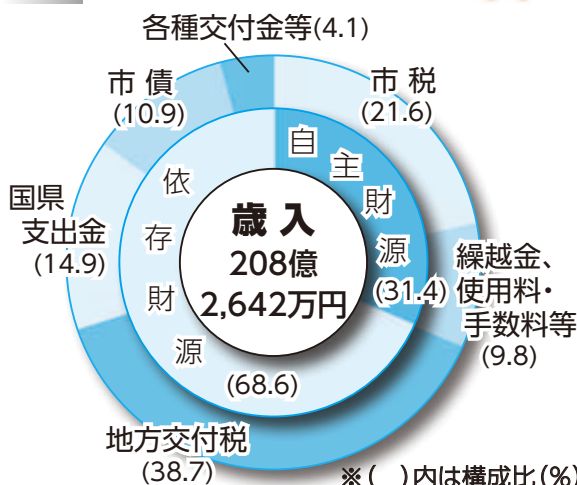
健全財政を維持

平成26年度は、井原市第6次総合計画後期基本計画に掲げる各種施策を着実に推進するため、限られた財源のより重点的、効率的な配分を行い、将来都市像である「美しい自然息づく文化笑顔でつながるひと元気発信都市いばら」の実現に向けて、諸施策を積極的に展開しました。

歳入

自主財源では、法人市民税やたばこ税の減により市税が0・1%減少したものの、繰入金が増などにより前年度比2・4%増となりました。依存財源においては、地方交付税が2・1%減少した一方で、国庫支出金や市債が増加したことなどから、前年度比4・6%増となりました。

区分		決算額
自主財源	市税	45億 357万円
	繰越金、使用料・手数料等	20億3,595万円
依存財源	地方交付税	80億6,407万円
	国庫支出金	30億9,601万円
	市債	22億6,533万円
	各種交付金等	8億6,149万円
計		208億2,642万円



決算額を市民1人当たり 換算してみると・・・



市民1人が
納めた市税 **105,695円**

市民1人に
使われたお金 **476,633円**

(平成27年3月31日現在の人口42,609人で算出)

市税以外の財源は、その多くを地方交付税に依存していますが、合併から10年を迎え、本年度から地方交付税は段階的に削減されています。今後も健全財政を維持しながら、さらなる市民福祉の向上を図るため、より一層、施策の「選択と集中」に努めていきます。

【用語解説】

- ▼自主財源＝市税や施設使用料など、市が自主的に調達できる財源
- ▼依存財源＝国や県の基準に基づき交付されたり、割り当てられたりする財源
- ▼国庫支出金＝市が行う特定の事業に対して、財源の一部として国や県から交付されるお金
- ▼義務的経費＝支出が義務付けられ、任意に削減できない極めて硬直性が強い経費
- ▼消費的経費＝各種団体への補助金など、支出効果が単年度または短期間に終わり、後年度に形を残さない経費
- ▼投資的経費＝道路、公園、学校、公営住宅の建設など、社会資本の整備などに要する経費
- ▼扶助費＝法律に基づき、生活困窮者、高齢者、児童、心身障害者等に対して行っているさまざまな支援に要する経費
- ▼公債費＝市が借り入れたお金の償還金
- ▼物件費＝消費的性質を持つ経費で、旅費、需用費(消耗品費、印刷製本費)などが該当



井原バスセンターの整備



小学校全学年で
35人以下学級を編成



市立高等学校校舎の新築



加圧式給水車の導入



出部公民館の新築

中でも、「経済・雇用対策」、「学力向上対策」に重点を置き、地域経済の活性化と、きめ細やかな指導により確かな学力を育成する教育を推進したほか、福祉施策や生活基盤整備など、市民生活に直結した各種施策を着実に推進しました。

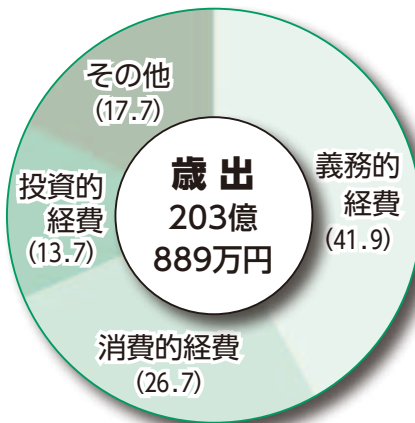
その結果、前年度繰越額4,805万円を含め、26年度の一般会計最終予算額216億1,825万円に対し、決算額は歳入総額208億2,642万円、歳出総額203億889万円で歳入歳出差引額は5億1,753万円となり、健全な収支のもと、所期の成果を上げることができました。

歳出

義務的経費では、人件費、扶助費、公債費ともに増加し、前年度比5.2%増となりました。

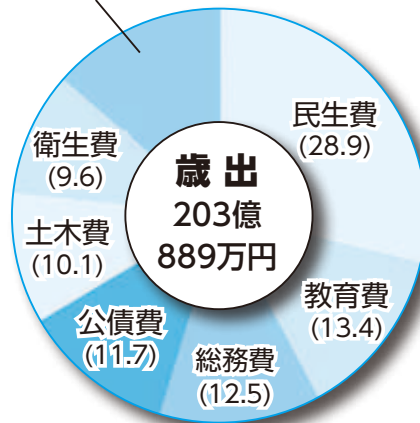
消費的経費については、消防組合負担金の減により、補助費等が減少したものの、物件費や維持補修費の増により、前年度比0.5%増となりました。

投資的経費においては、井原バスセンター、市立高校、出部公民館の整備事業実施などから、普通建設事業費が増加し、前年度比20.1%増となりました。



※ ()内は構成比 (%)

農林水産業費(3.3)、消防費(3.3)、商工費(2.9)、諸支出金(2.8)、議会費(1.1)、労働費(0.2)、災害復旧費(0.2)



※ ()内は構成比 (%)

区分		決算額
義務的経費	人件費	28億7,122万円
	扶助費	32億4,973万円
	公債費	23億8,287万円
消費的経費	補助費等	29億1,012万円
	物件費	24億1,557万円
	維持補修費	9,040万円
投資的経費	普通建設費等	27億9,087万円
その他	繰出金	30億8,319万円
	積立金	4億4,399万円
	貸付金等	7,093万円
計		203億 889万円

区分	決算額
民生費	58億6,479万円
教育費	27億1,951万円
総務費	25億3,151万円
公債費	23億8,287万円
土木費	20億5,992万円
衛生費	19億6,096万円
農林水産業費	6億7,888万円
消防費	6億6,934万円
商工費	5億8,256万円
諸支出金	5億6,784万円
議会費	2億2,073万円
労働費	3,795万円
災害復旧費	3,203万円
計	203億 889万円

決算報告

特別会計などの状況

順調な決算になりました



特別会計決算

会計名	歳入	歳出	差引
国民健康保険	50億 490万円	49億4,642万円	5,848万円
簡易水道	6億5,460万円	6億2,512万円	2,948万円
住宅新築資金等貸付	411万円	116万円	295万円
後期高齢者医療	5億3,124万円	5億3,124万円	-
公共下水道	24億6,682万円	24億6,682万円	-
介護保険	45億5,648万円	45億5,254万円	394万円
芳井住宅団地開発	1億3,534万円	1億3,534万円	-
美星畑地かんがい給水	2,845万円	2,845万円	-

特別会計は、特定の事業を行う場合や、特定の歳入・歳出を一般会計と区分して整理する必要がある場合に設置する会計で、本市には、8事業の特別会計があります。経常経費の節減合理化、投資的経費の重点的・効率的執行に努める一方、収入の完全確保に努めるなど、収支の均衡を図り、おおむね順調な決算となりました。



公営企業会計決算

会計名	収入	支出	純利益
水道	5億7,117万円	5億1,711万円	5,406万円
病院	25億8,374万円	29億3,652万円	▲3億5,278万円
工業用水道	2,874万円	2,137万円	737万円

公営企業会計は、一般の会社と同じように独自の収入でその経費をまかなう「独立採算」を原則とする会計です。本市には、地方公営企業法に基づく3事業の公営企業会計があり、病院事業会計では赤字の決算となりました。

基金の状況

区分	前年度末現在高	年度末現在高	前年度比
一般会計	175億 395万円	175億3,870万円	100.2%
特別会計	5億3,446万円	4億8,508万円	90.8%
合計	180億3,841万円	180億2,378万円	99.9%

基金は、特定の目的のために積み立てておく市の「貯金」で、32の基金があります。前年度に比べて、1,463万円減少しています。



市債現在高の状況

区分	前年度末現在高	年度末現在高	前年度比
一般会計	189億7,192万円	190億7,364万円	100.5%
特別会計	154億6,048万円	152億8,146万円	98.8%
合計	344億3,240万円	343億5,510万円	99.8%

市債は、道路や公共施設の整備など、多額の費用が必要な場合に借り入れる長期の「借金」のことです。前年度に比べて、7,730万円減少しています。





決算に基づく財政指標の状況

～財政の健全度は保たれています～

市では、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律(財政健全化法)」の規定により健全化判断比率と資金不足比率を公表します。

区分		市の状況	早期健全化基準	財政再生基準
健全化判断比率	実質赤字比率	赤字なし	12.94%	20.00%
	連結実質赤字比率	赤字なし	17.94%	30.00%
	実質公債費比率	12.1% (12.3%)	25.0%	35.0%
	将来負担比率	— (—)	350.0%	—
資金不足比率	市の状況	経営健全化基準		
	該当なし	20.0%		

※()内表示は前年度数値

健全化判断比率

健全化判断比率を示す指標は、実質赤字比率、連結実質赤字比率、実質公債費比率、将来負担比率の4つがあります。その指標のうち、どれかひとつでも早期健全化基準を超えると「早期健全化団体」に、財政再生基準を超えると「財政

再生団体」になり、それぞれ、早期健全化計画、財政健全化計画を策定し、早急に財政改善に取り組みなければなりません。

平成26年度決算に基づく比率について、実質赤字比率と連結実質赤字比率は黒字となっています。

また、実質公債費比率は早期健全化基準を下回るとともに、将来の財政状況を示す将来負担比率は充当可能な財源が将来負担額を上回ったため、数値がなく、各指標とも健全度が保たれていると言えます。

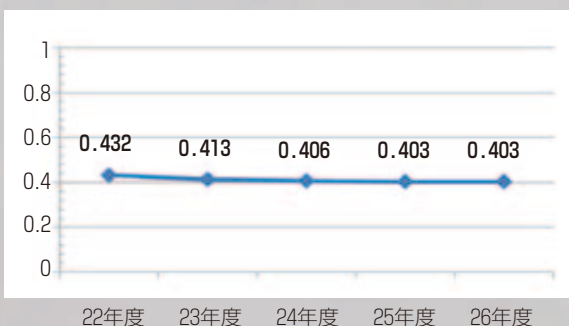
資金不足比率

公営企業会計における財政状況を表す指標に資金不足比率があります。これは、資金の不足額が事業規模に対し、どの程度の割合かを示すものです。この基準を上回った場合、経営健全化のための計画を立てることになります。

本市では、すべての公営企業会計で資金不足は生じていません。

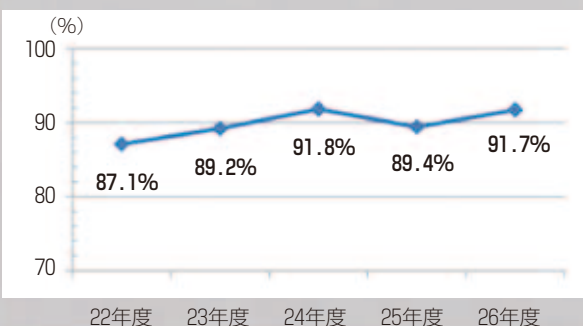
財政力指数

財政力指数は、地方公共団体の財政力を示す指標であり、1に近づくほど市税などの自主財源の割合が高く、財政力の強い団体とされています。



経常収支比率

経常収支比率は、市税や交付税など経常的な収入で、人件費や扶助費など最低限必要な経常的経費を賄っているかを示す指標です。高い数値を示す場合、余剰財源が少なく、財政の硬直化が進んでいるとされています。





絵本で心ふれあう時間を



～読書に親しむ環境づくりをしましょう～

乳幼児期は、子どもが絵本に初めて出会い、読み聞かせてもらったり、自ら手に取って見たりして、読書活動に親しむ時期です。

乳幼児期から本との関わりを持たせていくことは、読書への興味関心を高め、読書活動から得た発見や驚きをもとに、自分なりのイメージをふくらませる想像力の育成につながります。



絵本選びのポイント



- ①きれいな色で、明るく温かみのある絵のもの
- ②身近なテーマで、シンプルなストーリーのもの
- ③声に出して読んだときに、リズムカルなもの
- ④分かりやすく、繰り返しのあるもの

これからの季節は、読書を楽しむのに最適です。家族で、ゆったりとふれあう時間を作って、子どもと一緒に絵本を楽しみましょう。



閩井原図書館(☎⑥0822)

こぞだて カレンダー 11月

- 井原児童会館 (☎⑥ 8117)
- 井原市子育て支援センター (☎⑥ 4970)
- 木之子児童会館 (☎⑥ 4404)
- 高屋児童会館 (☎⑥ 3760)
- たかや子育て支援センター (☎⑥ 0102)
- つどいの広場 (☎⑥ 7708)
- 芳井児童会館 (☎⑦ 1312)

日時	内容	ところ	主催	
4日(水) 10時～	実りの秋だ～!	井原児童会館	井原市子育て支援センター	
5日(木) 10時～	小さい秋みつけた!! ～秋の自然物であそぼう!～	高屋南保育園園庭	たかや子育て支援センター	
6日(金) 10時30分～	リズム遊び♪	芳井児童会館	芳井児童会館	
10日(火) 10時30分～	リズム遊び♪	井原児童会館	井原児童会館	
12日(木) 10時～	絵本大好き♡おはなし会	井原図書館	たかや子育て支援センター	
13日(金) 10時～	講習「乳幼児との関わり」	井原保健センター 2階集会室	つどいの広場	
16日(月) 13時30分～	おひさまバースデー	つどいの広場	つどいの広場	
18日(水) 10時～	いらっしゃいませ! お店屋さんにようこそ	西江原公民館	井原市子育て支援センター	
19日(木)	10時～	小さい秋みつけた!! ～秋の自然物であそぼう!～	高屋南保育園園庭	たかや子育て支援センター
	10時30分～	笑って健康元気アップ事業 ～親子ヨガ♪～	高屋児童会館	高屋児童会館
20日(金) 10時30分～	リズム遊び♪	木之子児童会館	木之子児童会館	
26日(木) 10時～	第7回親子de遊ぼうフェスタ!! ～英ちゃんと遊ぼう☆～ 峯田 英治 先生	高屋南保育園	たかや子育て支援センター	



食べて！動いて！快腸生活

～便秘の予防は食生活から～



秋は、夏に比べて水分の摂取量が減り、寒暖差で自律神経が乱れやすく、便秘を起こしやすい時期です。便秘は、食欲不振、肌荒れ、腹痛など、全身に悪影響を及ぼします。生活習慣を見直して、便秘を予防しましょう。

便秘の種類と要因

便秘は、腸管機能の異常によるものと、疾病によるものがあります。腸管機能の異常による便秘は、次のようなタイプに分けられます。

①弛緩(しかん)性

大腸の運動機能の低下により起こります。運動不足、水分・食物繊維不足、腹筋力の低下、極端なダイエットなどが要因です。

②直腸性

排便の我慢を繰り返すことが要因です。排便を我慢していると、直腸の感覚が低下し、便意が起こりにくくなってしまいます。

③けいれん性

腸管の自律神経失調により起こります。精神的なストレスや環境の変化などが要因です。



便秘予防の対策は・・・

【①弛緩性、②直腸性便秘の場合】

●朝食をしっかり食べる

朝食は、腸を刺激してスムーズな排便を促すために重要です。余裕を持って起床し、同じ時間に食事をして排便リズムを整えましょう。



●水分と食物繊維を取る

緑黄色野菜、ゴボウ、レンコン、サツマイモ、カボチャ、豆類、海藻、キノコ、パイナップル、バナナ、乳製品などがお勧めです。

●日常生活に運動を取り入れる

腹筋運動、ウォーキングや水泳、ヨガなどの運動は、腸の働きを高めます。生活の中で、歩いたり、階段を使ったりして、体を動かすことを心掛けましょう。



【③けいれん性便秘の場合】

●刺激性の少ない食事に

冷たい食品、脂質の多い食品、炭酸飲料などを避けましょう。

●ストレスに注意

ストレスや冷えなどによる自律神経の乱れは、胃腸の働きを鈍らせます。リラックスできる習慣づくりや、体を冷やさない工夫をしましょう。



発熱や嘔吐、便に血が混じるなどの症状がある場合は、緊急性の高い疾病の可能性があるので、すぐに医療機関を受診しましょう。

☎健康医療課(☎②8224)

市民の ひろば

このページでは、
皆さまから寄せられた作品を
紹介します。



『乱舞(天神峡)』写真

やまさきのぶこ
山崎 信子さん (笹賀町)

初めて撮影に行き、優雅な舞に感動しました。



『夏の娘』きりえ

なかにい ようこ
中新 暢子さん (上出部町)

駆け足で過ぎた夏の思い出のひと
コマをきりえに残しました。



『スーツ』洋裁

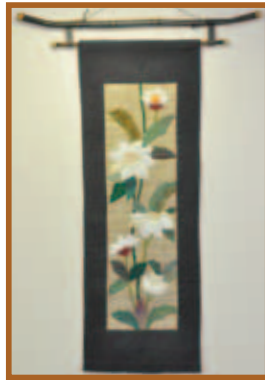
はらだ かずこ
原田 和子さん (西江原町)

紅葉色の服を作りました。モール糸の
生地で針が通らず、難しかったです。



暑中見舞い用に、涼しさの
感じられるものをモチーフに
描きました。

『ぶどう』絵手紙
とひ まさこ
土肥 昌子さん (高屋町)



『掛軸』パッチワーク

かけや えみこ
掛谷 恵美子さん (大江町)

葉っぱの配色に変化を付けて、法草華
の花をパッチワークにしました。



『さんまとすだち』絵手紙

みやけ きよこ
三宅 貴代子さん (上出部町)

七輪で焼いていた頃を思い出しながら、
旬のさんまを描きました。

川柳
柳 題「焼く」
お綺麗ねの「お」の辺にある嫉妬心

三村 脇子さん
(井原町)

(井原町)

俳句
抱き寄する母の軽さや 吾亦紅

坂本 一恵さん
(井原町)

(井原町)



9/12 中世夢が原大神楽



9/12 ワールド・ファースト
エイド・デー in井原



9/6 ほっぶすてっぴ
おやこdeぼん

今月の
笑顔



社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が発行されます

～年末調整・確定申告まで大切に保管を～

今年の1月1日から12月31日までに納付した国民年金保険料は、今年分の所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象になります。

社会保険料控除を受けるためには、支払ったことを証明する書類の添付が義務付けられています。このため国民年金保険料を納付した人には、倉敷西年金事務所から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。

控除証明書の送付時期

- ・1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納めた実績がある人→11月上旬に送付
- ・上記に該当しない人で、10月1日から12月31日までに国民年金保険料を納めた人
→平成28年2月上旬に送付

控除証明書は大切に保管し、年末調整や確定申告のときには、必ずこの証明書(または領収証書)を添付してください。また、家族の国民年金保険料を納付した場合も、納付した本人の社会保険料控除に加えることができます。家族宛てに送られた控除証明書を添付して申告してください。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」についての問い合わせ先

☎0570-058-555(日本年金機構専用ダイヤル)

※050から始まる電話を使用して問い合わせる場合は、

☎03-6700-1144(同上)にお掛けください。

閩倉敷西年金事務所(☎086-523-6393)
1階、市民課 (☎②9514)

高齢者インフルエンザ予防接種

～事前に電話予約をしてください～

高齢者などを対象としたインフルエンザの予防接種を実施します。

対象者 市内在住で次のいずれかに該当する人

- ①65歳以上の人
- ②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある人

接種期間 10月1日(木)～

平成28年3月31日(木)

※接種開始時期、終了時期は医療機関により異なります。必ず事前に医療機関へ電話予約をしてください。

接種回数 1回

接種場所 市内または県内の医療機関

※県外の医療機関での接種を希望する人は、接種前に健康医療課(井原保健センター内)へお問い合わせください。

自己負担金 1,000円

※生活保護世帯の人は、自己負担金が無料になります。接種前に福祉課または各支所の市民福祉係へ申請してください。

持参品 健康保険証など年齢や住所の確認ができるもの



閩健康医療課(☎②8224)

介護サービス事業者を募集します

～入所待機者の緩和を目指して～

市では、第6期介護保険事業計画により施設整備目標を定め、民間事業者主体による基盤整備を進めています。平成27年度は、次の施設を整備する事業者を募集します。

事業所種別		事業所規模
地域密着型サービス事業所	認知症対応型通所介護事業所	1箇所、定員10人
	小規模多機能型居宅介護事業所	1箇所、定員29人
	認知症対応型共同生活介護事業所	1箇所、1ユニット、定員9人

なお、28年度は以下の施設の開設事業者を募集予定です。

事業所種別		事業所規模
地域密着型サービス事業所	小規模多機能型居宅介護事業所	1箇所、定員29人
	認知症対応型共同生活介護事業所	1箇所、1ユニット、定員9人
広域型特定施設	特定施設入居者生活介護施設(軽費老人ホーム混合型)	1箇所、定員50人

応募資格

応募時に法人格を持つ団体

受付期間

10月26日(月)～平成28年1月15日(金)

応募方法

介護保険課備え付けの申込書に記入し、応募書類を添えて介護保険課へ持参

※申込書などは10月15日(木)10時から配布します。また、郵送による申し込みはできません。

閩2階、介護保険課(☎②9519)



お知らせ

田中苑 權の木ライトアップ

紅葉が美しい田中苑内の「權の木」をライトアップし、昼間とは違った幻想的で色鮮やかな紅葉をご覧いただけます。点灯期間中には、文化協会茶道部によるお茶席や田中美術館夜間開館を行います。

- とき 10月24日(土) 18時～21時
11月6日(金) 17時～20時
- ・お茶席 10月31日(土)、11月3日(火)、6日(金)
・田中美術館夜間開館

10月31日(土)と

11月6日(金)

※通常営業時間を延長して開館します。

※入館は19時30分までです。

ところ 田中苑
岡地域創生課(☎②88050)

教育委員各役職に再任

9月30日に開催された市教育委員会定例会において、左記の2人が再任されました。

教育委員長

藤井秀彦氏(美星町)

平成28年9月30日まで

委員長職務代理者

鈴木千恵氏(井原町)

平成28年3月31日まで

年末調整説明会

所得税の源泉徴収を行っている事業所もしくは事業者を対象に、年末調整の仕方や各種書類の提出方法などを説明します。

とき 11月13日(金) 13時30分～

ところ アクティブライフ井原
岡笠岡税務署

☎0865・62・3470

おかやま マイバッグキャンペーン

市では、家庭ごみを少しでも減らすため、11月に「おかやまマイバッグキャンペーン」を実施します。

家庭からは、毎日生ごみや容器など多くのごみが出されています。このキャンペーンは、レジ袋の削減を通して環境に優しいエコ・ライフスタイルを広めることを目的としています。

誰にでも身近にできる「お買い物でエコ」、ぜひご協力をお願いします。

岡2階、環境課(☎②9515)

宝くじ助成事業 一切偲会館の整備

井原町の本町自治連合会では、平成27年度の宝くじ助成を受け、正座椅子や座卓などの備品を購入しました。



これにより、高齢者の利用しやすい環境が整い、地域コミュニティのさらなる醸成が期待されます。

岡1階、協働推進課(☎②9508)

緊急告知端末器「お知らせくん」 ～接続はお済みですか？～

各世帯に配布している緊急告知端末器「お知らせくん」の接続はお済みでしょうか？まだ接続されていない場合は、早めに接続をお願いします。

～次のような場合はお問い合わせください～

- ・市内に住民登録があり、まだ配布されていない世帯で配布を希望する場合
- ・接続の方法が分からない場合



～すでに設置がお済みの方へ～

付属の電池ボックスに内蔵されている乾電池について、同じ電池を長期間使用していると、本体の故障や火災の原因につながる可能性があります。1年に1回を目安に、各ご家庭で電池を新しいものに交換してください。

岡3階、企画課(☎②9511)

大気中の放射線量の測定結果

地上1m
単位: $\mu\text{sv}/\text{h}$
(マイクロシーベルト/時間)

測定日: 10月1日	
測定値	
市役所	0.079
芳井支所	0.056
美星支所	0.083

<参考>
県のモニタリングポストでの過去の平常値
0.043 ~ 0.104 $\mu\text{sv}/\text{h}$
岡2階、環境課
(☎②9515)

**公営住宅
入居者募集
情報**

■入居期日 12月1日(火) ■申込締切 11月2日(月)
※申し込みに必要な書類がありますので、早めにお問い合わせください。

■ 図2階、都市建設課(☎②9527)



住宅名	構造	その他	戸数
一般住宅(家賃は入居される世帯の収入や住宅の条件によって設定されます)			
折口(大江町)	鉄筋コンクリート造・4階建	3DK(单身可)	1戸
祝部(東江原町)	鉄筋コンクリート造・4階建	3DK(单身可)	1戸
向町(井原町)	鉄筋コンクリート造・5階建	3DK(单身可)	1戸
西方(西方町)	鉄筋コンクリート造・4階建	3DK(单身不可)	4戸
匠(下稲木町)	鉄筋コンクリート造・4階建	3DK(单身不可)	7戸
新町(井原町)	鉄筋コンクリート造・3階建	3DK(单身不可)	1戸
青野寿恵宗(青野町)	木造・平屋建	3LDK(单身不可)	2戸
細見(野上町)	木造・平屋建	3LDK(单身不可)	1戸
与井(芳井町与井)	木造・平屋建	3DK(单身可)	1戸
熊石田Ⅱ(美星町星田)	木造・平屋建	3DK(单身不可)	1戸
熊石田Ⅲ(美星町星田)	木造・2階建	3LDK(单身不可)	1戸
身体障害者用車いす仕様住宅(家賃は入居される世帯の収入や住宅の条件によって設定されます)			
折口(大江町)	コンクリートブロック造・平屋建	2DK(单身可)	1戸
西方(西方町)	鉄筋コンクリート造・4階建	3DK(单身可)	1戸
単市・特定公共賃貸住宅(家賃定額)			
リビエールたかや(高屋町)	鉄筋コンクリート造・3階建	1K(单身者用)、月額:30,000円	1戸
よしいハイツ(芳井町宇戸川)	鉄筋コンクリート造・3階建	3LDK(单身不可)、月額:38,000円	1戸
熊石田Ⅱ(美星町星田)	木造・平屋建	3LDK(单身不可)、月額:42,000円	1戸
熊石田Ⅲ(美星町星田)	木造・2階建	3LDK(单身不可)、月額:47,000円	1戸

貸付条件
市内在住の農地を持たない人で、生ごみをボカシ処理する人

貸付期間 12月1日(火)より平成28年3月31日(木)

申込受付 11月17日(火)より8時30分(先着順)

※8時30分時点で希望者が複数いる場合は、くじで順番を決定します。

申込方法 印鑑を持参して環境課へ申し込み

☎2階環境課(☎②9515)

区分	4号地	3号地
所在地	上出部町 587、588	七日市町 757-10
1区画面積	約25㎡	約16㎡
年間使用料	1,000円	500円
募集区画数	3	4
その他	3号地は水道がないため、水は持参してください。	

募集区画

市民農園の利用者を募集します。

市民農園利用者

募 集

平成27年秋季全国火災予防運動

「無防備な心に火災がかくれんぼ」
(平成27年度全国統一防火標語)

期間 11月9日(月)～15日(日)

これから火を使う機会が多くなる季節を迎えますが、各家庭において次の「住宅防火 いのちを守る 7つのポイント」—3つの習慣・4つの対策—に注意して火を取り扱ってください。



3つの習慣

- 寝たばこは、絶対しない。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

圏消防本部予防課(☎⑥9402)

生涯学習の集い・まなびフェスタinいばら

参加団体・個人

平成28年1月30日、31日に開催する「まなびフェスタ」での体験講座の開設、作品の展示、舞台発表を希望する個人、団体を募集します。
※ただし、舞台発表は31日午前のみです。

ところ

アクティブライフ井原

対象 生涯学習やボランティアに取り組み個人・団体

団体

申込締切 11月15日(日)

申込方法

アクティブライフ井原、

芳井生涯学習センター、美星公民館に備え付けの申込書に記入の上、アクティブライフ井原へ提出
圏生涯学習課(☎⑥3347)



ふれあいアート展 出品作品

「障害者週間」にちなみ、12月3日から9日までふれあいアート展を開催します。ので、作品を募集します。

募集作品 絵画、書、写真、手工芸など

資格

市内在住・通勤の障害のある人



美星天文台

●いばら天文講座

「宇宙にモノがある不思議」とき

11月8日(日)

14時～15時30分

圏1階、福祉課内ふれあいアート展実行委員会

(☎⑥9518)

申込締切

11月6日(金)

申込方法

福祉課、各支所に備え付けの出品申込書に記入の上、FAX(☎9310)または直接提出

ところ

アクティブライフ井原

講師 岡山理科大学

教授 加藤賢一氏

募集人数 40人

参加料 無料

申込締切 11月7日(土)

申込方法 美星天文台へ

電話で申し込み

●星空公園観望会

とき 11月18日(水)

19時～20時

※曇りや雨の場合は中止です。

ところ 星空公園

内容 星空公園の60cm

反射望遠鏡

で月や星団

などを観察



●市民無料公開日

とき 11月20日(金)

9時30分～16時および18時～22時

ところ 美星天文台

内容 「星と宇宙の立体

映像上映システム(4D

2U)の投影(14時から)

や、101cm望遠鏡で月

や季節の天体を観察

参加料 無料

圏美星天文台(☎⑥4222)

県高等学校駅伝大会

12月に京都で行われる
全国高等学校駅伝大会の
岡山県予選が開催されます。

と き 11月1日(日)

男子11時、女子11時10分

スタート

コース

・男子

陸上競技場(国道313
号線)→芳井町山内折り
返し(市道井原北川線)
→笠岡市吉田折り返し
→陸上競技場

・女子

陸上競技場(市道井原
北川線)→笠岡市山口折
り返し→陸上競技場

☎②9555

国際交流フェスティバル in いばら

国際社会に対する正しい
理解と国際感覚豊かな人材
を育成するため、国際交流
フェスティバルを開催します。

と き 11月1日(日)

9時～13時

ところ 市民会館前広場

内容 世界6カ国の料理

の即売、日本語教室・中学
生海外派遣事業パネル展
など

※駐車場に限りがあります
ので、当日はでき
るだけ公共交通
機関をご利用
ください。



☎3階、企画課内市国際交流
協会事務局(☎②9504)

第12回ミナクルネ

井原駅シンボルタワーから
駅前通りの街路樹にイルミ
ネーションが灯ります。幻想
的な光景をご覧ください。

と き 11月14日(土)

平成28年1月16日(土)
17時～22時

ところ

井原駅前広場、駅前通り

●イルミネーション

コンテスト参加者募集

募集締切 10月30日(金)

参加料 1,000円

※1チームにつき3人以上
で申し込みください。

☎井原商工会議所青年部

事務局(☎②0420)

インディゴ染め& ダメージ加工体験

市の伝統産業である繊維産業の染色
と加工の体験を通じて、井原デニムの
魅力を肌で感じてみませんか?

と き 11月7日(土) 10時～11時30分

ところ 上出部町431番地

株式会社 辺本

内容 「絞り染め」の布製バッグと、
「ダメージ加工」を施したランチョン
マットの制作

※汚れても良い服装で来てください。
※小学生以下は保護者同伴です。

募集人数 30人(先着順)

申込・問い合わせ先

D# THE STORE

(☎070-5057-6070)

地域創生課(☎③8850)



講座・教室

まなびめいと パソコン講座③

デジカメ・写真加工講座

と き

11月18日(水)、20日(金)

25日(水)、27日(金)

18時30分～20時30分

ところ

アクティブライフ井原

内容 デジカメの写真を

パソコンで加工する基礎

講座

対象 文字入力ができる人

募集人数 17人

※申込多数の場合は抽選と
なります。

受講料 2,000円

(まなびめいと会員1,800円)

持参品 デジカメ、パソコン

との接続機器(USBケー

ブル、カードリーダーなど)

申込締切 11月8日(日)

申込方法 はがきに講座名、

住所、氏名、

年齢、電話

番号を記入

の上、郵送

または電話

で申し込み

申込・問い合わせ先

生涯学習課内まなびめいと

事務局

〒715-0014

七日市町12番地1

(☎③3347)



ふれあいセンター 後期パソコン講座

パソコン初心者入門コース
とき

11月9日(月)、11日(水)
16日(月)、18日(水)
25日(水)、30日(月)
いずれも14時～16時

ところ

井原市ふれあいセンター

内容 ワードを使って
簡単な文章を作成(年賀状
作り)

対象

パソコンを持参できる人
(Windowsに限る)

募集人数 10人(先着順)

受講料 無料

文化財センター 開館10周年記念講演 「再発見！山陽道の魅力」

文化財センターでは、開館10周年を記念し、
山陽道をテーマに講演会を開催します。

とき 11月14日(土) 10時～11時30分
ところ 文化財センター「古代まほろば館」
内容 講演 「江戸時代後期の七日市宿・
高屋宿と山陽道」
講師 広島県立歴史博物館

元副館長 菅波 哲郎 氏

募集人数 30人(先着順)
受講料 無料
申込締切 11月13日(金)
申込方法 電話、メール(mahoroba@city.
ibara.okayama.jp)またはFAXで申し込み
申込・問い合わせ先
文化財センター「古代まほろば館」
(☎③3144/FAX③3148)



申込締切 11月4日(水)
申込方法 はがきに講座名、
住所、氏名、年齢、電話
番号を記入して郵送また
は直接申し込み

申込・問い合わせ先
井原市ふれあいセンター
〒715-0002
神代町2192番地1
(☎③2929)

岡山県立記録資料館 開館10周年記念 井原市出張講演会

とき 11月28日(土)

13時30分～15時

ところ 文化財センター

「古代まほろば館」

内容 講演

「岡山PRIDE

—医療・教育・文化

挑戦の記録—

講師 岡山県立記録資料館

専門員 近藤 萌美氏

募集人数 40人

受講料 無料

岡山県立記録資料館

(☎086・222・7838)

文化財センター

「古代まほろば館」

(☎③3144)

糖尿病予防教室

とき

① 12月15日(火)

9時30分～12時

② 12月22日(火)

10時～12時

③ 平成28年1月15日(金)

10時～12時

ところ 井原保健センター

内容 健康チェック、講話

運動実技、調理実習

対象 20歳から74歳の市内

在住または在勤で、糖尿

病の薬を内服していない人

※3回とも参加できる人に

限ります。

募集人数 30人(先着順)

受講料 無料

申込締切 12月9日(水)

申込方法 健康医療課へ電

話またはFAX(☎8249)

で申し込み

岡山健康医療課(☎8224)

糖尿病教室

とき 11月4日(水)

11時30分～12時

ところ 市民病院

内容 「シックデイって？

体調不良時に

気をつけたいこと」

※糖尿病食の試食(400円)

を希望される人は2日前

までにご連絡ください。

参加料 無料

岡市民病院(☎1133)

健康教室

とき 11月18日(水)

11時30分～12時

ところ 市民病院

内容 「歯科と認知症

歯を残して

認知症予防」

参加料 無料

※申し込みは不要です。
岡市民病院(☎1133)

骨美人セミナー

とき・ところ

① 12月1日(火)

9時30分～12時

勤労者体育センター

※筆記用具、タオル、飲み物、

上履きを持参してください。

※運動が出来る服装で来て

ください。

② 12月17日(木)

9時30分～12時30分

井原保健センター

※筆記用具、エプロン、三角巾、

手拭きタオルを持参して

ください。

内容 ①講話、運動実技

②講話、調理実習

対象 市内在住の20歳

から70歳までの人

※2回とも参加できる人に

限ります。

募集人数 30人(先着順)

受講料 無料

申込締切 11月18日(水)

申込方法 健康医療課へ電話

またはFAX(☎8249)

で申し込み

岡山健康医療課(☎8224)

成人大学講座

1回だけでも受講できます。お気軽に受講ください。

	とき	内容
第1回	11月14日(土) 13時30分~15時	「豊かな自然環境を育み、引き継ぐために今できること」 講師:美星天文台 台長 <small>あやに かずや</small> 綾仁 一哉
第2回	11月28日(土) 14時~16時	映画「空飛ぶ金魚と世界のひみつ」上映会と 脚本家によるミニトーク会 講師:ものがたり法人Fire Works 脚本家 <small>くりやま むねひろ</small> 栗山 宗大氏
第3回	平成28年1月23日(土) 13時30分~15時	「男女共同参画社会の実現 誰もが安心してくらするために ~女性と子供に対するあらゆる暴力の実態と支援に向けて~」 講師:特定非営利活動法人さんかくナビ 理事長 <small>かいばら みよこ</small> 貝原 己代子氏

ところ アクティブライフ井原

その他 託児あり (各講座2週間前までに要連絡)

対象 市内外の成人 **受講料** 無料

申込・問い合わせ先

申込締切 各講座1週間前

生涯学習課

申込方法 アクティブライフ井原に備え付けの

〒715-0014七日市町12-1

申込書を提出するか、郵便、FAX、電話で申し込み

(☎③3347/FAX③3348)



なんでも相談会(無料)
とき 11月24日(火)
10時~13時
ところ 総合福祉センター
相談内容 法律、介護などの問題
相談担当者 弁護士、介護支援専門員

日曜公証相談会
とき 11月15日(日)
9時~15時
ところ 笠岡公証役場
相談内容 遺言・任意後見、離婚(養育費・財産分与)、債務弁済、借地借家の賃貸借契約などの問題
問笠岡公証役場
(☎0865・62・5409)



女性の人権ホットライン

夫・パートナーからの暴力、職場での差別やセクシュアルハラスメント、ストーカーなど、どんなことでも相談してください。

☎0570-070-810

強化週間

11月16日(月)~22日(日)

受付時間

11月16~20日/8時30分~19時、
21・22日/10時~17時

相談担当者

法務局職員および人権擁護委員



ス・ポ・ー・ツ
バレーボール フェスティバル
とき 11月23日(月・祝)
9時開会
ところ 井原体育館
種目 9人制男子の部
(中学生以上の男子で編成されたチーム)
・9人制女子・小学生の部



いずれも予約が必要です。相談はすべて無料で。秘密は守られます。

申込締切 11月20日(金)
申込・問い合わせ先 NPO法人井笠いきいき ネット事務局
(☎086・221・8522)

ソフトバレーボール 市長杯争奪大会
とき 11月15日(日)
9時開会
ところ 井原体育館
種目 一般女子の部
・シニアの部
45歳以上
●混成の部
・シニアの部 40歳以上
・一般の部 年齢制限なし
(常に、女子が2人以上出場すること)
資格 市内および近隣地区のソフトバレーボールチーム
参加料 1チーム 1,000円
申込締切 11月6日(金)



(中学生以上の女子および小学生男女で編成されたチーム)
資格 市内在住・通勤・通学の参加料 1チーム 3,000円
※学生のみチームの場合、1,500円です。
申込締切 11月11日(水)

市駅伝競走大会

とき 12月13日(日)

9時30分開会

コース

陸上競技場～大江公民館
前～J.A岡山西稲倉支店
跡前～きのこ荘入口～馬越
橋手前を折り返す8区間
(22.5km)

種目

- ① 中学生 男子の部
- ② 〃 女子の部
- ③ 高校生 男子の部
- ④ 一般 男子の部
- ⑤ 高校生・一般女子の部

資格

中学生以上の健康な人

参加料 (1チーム)

- 中学生 1,500円
- 高校生 3,000円
- 一般 5,000円

申込締切 11月26日(木)

スポーツについては、
こちらにお問い合わせ
ください。

〒4階、スポーツ課

☎(02)95333

芳井生涯学習センター

☎(02)1700

B&G美倉海洋センター

☎(07)26995

B&G井原海洋センター水泳教室(3期)

■申込期間 10月30日(金)～11月29日(日)

〒B&G井原海洋センター(☎027211)

クラス	対象	定員	期間・日時	参加料 (市内料金)
ベビー	0(首がすわってから)～3歳の 幼児とその保護者	25組	平成28年 1月 8日～ 3月18日 金曜日 10:30～11:30	2,500円
3～4歳	3～4歳の幼児	25人	1月14日～3月17日 木曜日 15:15～16:15	1,500円
5～6歳①	5～6歳の幼児 (期間中に5歳になる幼児も可能)	25人	1月13日～3月16日 水曜日 15:15～16:15	
5～6歳②		25人	1月 8日～3月18日 金曜日 15:15～16:15	
小学生水なれ	小学生	25人	1月 9日～3月12日 土曜日 10:15～11:15	
小学生初クロール①		25人	1月14日～3月17日 木曜日 16:30～17:30	
小学生初クロール②		25人	1月 8日～3月18日 金曜日 16:30～17:30	
小学生初クロール③		25人	1月 9日～3月12日 土曜日 11:20～12:20	
小学生平泳ぎ	小学生(クロールで呼吸をつけて20m以上泳げる人)	25人	1月 8日～3月18日 金曜日 18:00～19:00	
小学生4泳法	小学生(クロールで20m泳げ、 平泳ぎのキックができる人)	25人	1月 8日～3月18日 金曜日 19:00～20:00	
学生 水中運動	小学6年生～高校生	25人	1月 9日～3月12日 土曜日 19:00～20:00	
水中運動	成人(水慣れ習得～上級者)	25人	1月14日～3月17日 木曜日 10:30～11:30	2,500円
成人(初級・中級)	高校生～一般 (水慣れ習得～中級者)	25人	通年(木曜日) 19:10～20:10	1,000円 (月謝制)
選手育成	小学生(クロールと平泳ぎで それぞれ25m泳げる人)	25人	通年(火・水・金曜日) 16:30～17:30	1,500円 (月謝制)
選手	小・中学生・高校生(200m個人 メドレーが既定時間内に泳げる人)	25人	通年(日・火・水・木・土曜日) 平日17:00～19:00 土日16:30～18:30 高校生は定員に空きがある場合のみ受講可 ※高校生の月謝は6,000円となります。	小中学生 5,000円 (月謝制)

- ・市外の方は参加料が市内料金の2倍になります。
- ・申込多数の場合は、締め切り後に抽選を行います。
(市内の人優先)
- ・申込人数が10人以下のクラスは中止する場合があります。

- ・申し込みは、1人1期間につき
1教室までです。
- ※ただし、成人・水中運動は
複数申し込み可能とします。

