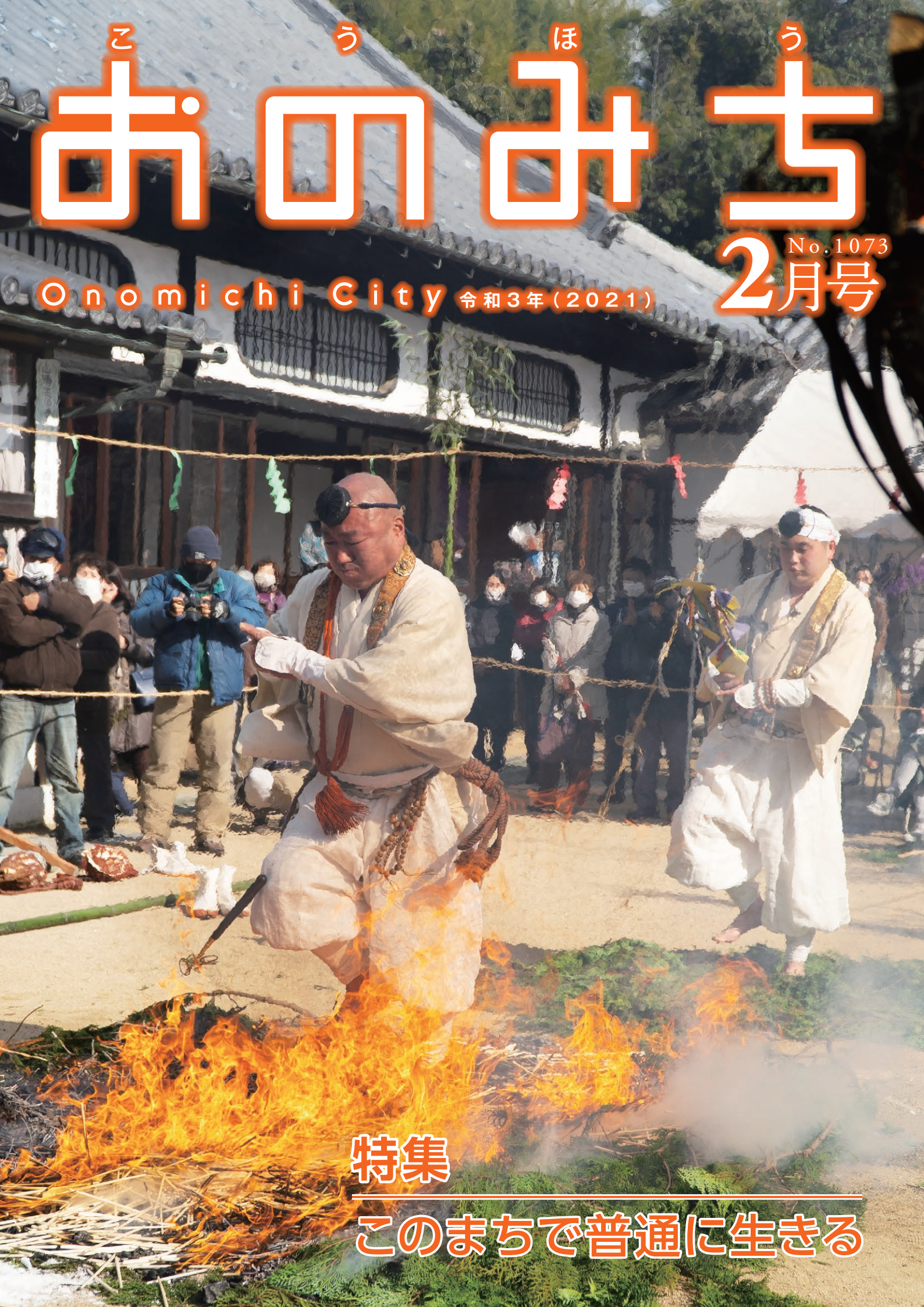


こ の み ち

Onomichi City 令和3年(2021)

No.1073
2月号



特集

このまちで普通に生きる

もくじ	
特集	
このまちで普通に生きる	3
くらしの窓	7
日曜日に住所変更などの手続きができます 他	
健康・福祉	10
こころのストレス度チェック/健康相談 他	
子育て	12
ひとり親家庭のための弁護士巡回相談会 他	
スポーツ	15
アラ還ピック2020尾道市民ウォークラリー 他	
芸術・文化	16
図書館の催し/第23回虎ちゃん囲碁まつり 他	
情報アラルト	18
尾道市成人式について/第4回尾道映画祭2021 他	
相談	26

人の動き [1月28日現在] ※()内は前月比。



世帯 64,560世帯 (-64)
 人口 男性 64,995人 (-98)
 女性 69,178人 (-104)
 計 134,173人 (-202)

市内の交通事故

[1月28日現在]

令和3年広島県
 交通安全年間スローガン
 ゆとりある
 心と車間の ディスタンス

件数	7件 (±0)
負傷者	8人 (-5)
死者	0人 (±0)

※()内は前年比。

今月の納期限

3/1(月)

国民健康保険料⑧

介護保険料⑧

後期高齢者医療保険料⑧

今月の表紙



熱気と煙の立ち込める境内で、火を渡る山伏姿の行者たち。西國寺で行われた、火で煩惱を焼き尽くす修験道の儀礼の一つ「火渡り神事」の一場面です。新型コロナの収束などの願いを込めながら、熱い火の中に入って行く姿は圧巻でした。

代表電話

尾道市役所 0848-38-9111	百島支所 0848-73-2701
因島総合支所 0845-22-1311	浦崎支所 0848-73-2001
御調支所 0848-76-2111	消防局 0848-55-9120
向島支所 0848-44-0110	尾道市立市民病院 0848-47-1155
瀬戸田支所 0845-27-2211	公立みつぎ総合病院 0848-76-1111

トピックス-Topics-

千光寺公園ゆかりの人物を偲んで



1月22日、市の名誉市民の三木半左衛門翁の命日法要が行われました。三木半左衛門翁は江戸時代から明治時代にかけて活躍した豪商で、私財を投じて明治27年から千光寺公園の前身となる尾道共樂園を整備し、完成後、市に寄付した人物です。

法要は毎年、菩提寺の千光寺で行われています。

「会いたい人」を見つける プロモーションサイト 『人と尾道』開設

「尾道に住みたい!」「すぐに移住はできないけれど、尾道のファンになった」という人を増やすことを目的に、新たにシティプロモーションサイト『人と尾道』を開設しました。HPでは、さまざまな分野で活躍する人を紹介しています。あなたの身近な「あの人」も載っているかも!?



『人と尾道』HP QRコード▶



「尾道市暮らしのガイドブック令和3-4年度版」 をお届けします

市役所の各種手続きなど行政窓口や地域ごとの防災マップなどの行政情報や、地域情報など、暮らしに役立つ情報を掲載しています。印刷や配布などの経費は、市内事業所・団体等からの広告掲載料を充てており、(株)サイネックスと官民協働で制作しました。

2月中旬に市内全世帯へ戸別に配布するほか、市HPから電子書籍版もご覧いただけます。3月になっても届かない場合はご連絡ください。

☎ 秘書広報課 (☎0848-38-9377)



■ 支援事業、新型コロナウイルスに関する情報等については、市HPをご覧ください。



新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ (関連情報まとめ) **検索**

■ 広報おのみち2月号に掲載の行事については、新型コロナウイルス感染症拡大の状況により、縮小・中止の可能性があります。事前に主催者にお問い合わせの上、ご参加ください。

このまちで 普通に 生きる

「普通」という言葉。何気なく使っている言葉ではありますが、一人ひとりにとって「普通」の基準は違うもの。障害のある人も、それを「個性」として受け入れられながら、「このまちで普通に生きていく」ことを家族も願っています。そして、ここ尾道でも、本人や周囲が障害を受け入れながら、生きがいを持って暮らしている人たちがいます。

一人ひとりが自分らしく生きることができると社会を作るとをめざして。今の特集では、障害とは何かについて考えます。

☎ 社会福祉課 (☎0848-38-9124)



障害があることは 特別なことじゃない

「障害」には、身体障害・知的障害・精神障害・発達障害など、さまざまな種類があり、尾道市内では約9,301人、割合にすると約15人に1人が、何らかの障害を持っています。(令和2年3月31日現在、市内の障害者手帳所持者数より)

障害のある人は、日常生活や社会生活を送る上で、さまざまな「ハンディ」があり暮らしにくさを感じています。しかしそれらは、一人ひとりの理解や適切な配慮によって、取り除くことができる場合もあります。

知ることが、 暮らしにくさの解消に

さまざまな人が暮らしている社会では、誰もが同じように生活する権利を持っています。障害のある人が、差別や障壁によって不利益を被ることがないよう、平成28年4月に「障害者差別解消法」が施行されました。この法律により、正当な理由がないのに障害があるというだけでサービスなどの提供の拒否・制限をされないこと、また、障害のある人から何らかの配慮を求める意思表示をした際には、過重な負担とならない範囲で障壁を取り除く合理的な配慮をすることが求められています。

一言で障害といってもさまざま、外見では判断できない人もたくさんいます。必要とすることも異なるため、対応もそれぞれ変わってきます。まずは障害を理解しようとする姿勢を持つことが、障害のある人もない人も共に生きる社会をつくる第一歩です。



一人ひとりに 合わせた 働き方を

障害の有無に関わらず、自分の能力や強みを活かして社会の一員として過ごせる社会の実現に向けて、尾道市内にはさまざまなサービスや就労を支援する事業所があります。そこでは、障害のある人も、サポートを受けながら、それぞれに合った仕事や活動を行っています。市内の事業所での生活などについて、お話を聞きました。

社会福祉法人 あづみの森



「障がい者サポートセンターあおざり」では、現在32人の利用者が、職員の支援を受けながら、「自分らしく充実した毎日を送る」ことを目指して、働いています。

ここでは、昨年から新たに地ビール作りを始めました。製造に携わっているのは、障害のある利用者と職員です。他の醸造所で働いた経験のある職員の指導のもと、ビン詰めやシール貼り、化粧箱づくりなど、それぞれができる業務を行っています。



▲ラベル貼り作業

職員の實政智世さんは、「障害があるからこの作業が難しい、だからやらない。というのではなく、障害があってもできるような工夫を探しています」と話します。例えばラベル貼りでは、見本を目の前に置いて、それを目標の一つ一つ丁寧に貼っていくことができるようにと、その人にあった工夫をしているそう。「私たちは利用者さんと一日の大半の時間を一緒に過ごしています。家族にはなれないけれど、安心して過ごせる人がいる、一人ぼっちではないという思いを持ってもらえたら」と、實政さんは語っていました。

市内のお土産店で購入できる地ビールは、「尾道ペールエール」「尾道ホワイトエール」「尾道ハニレモン」の3種類。



インタビュー Interview



猪股直樹さん (45歳)

元々、香川県で介護職として働いていましたが、32歳のとき筋力が徐々に衰えていく進行性の難病を発症し、現在は歩けなくなり、車いすで生活しています。

病気が進行し、地元の尾道に帰ってきてからしばらくは家で過ごしていましたが、なるべく外に出て人との関わりを持ちたいと思うようになりました。自分でする範囲にはなりますが、できることがあればチャレンジしてみたいと思っています。

社会福祉法人 尾道さつき会



「尾道さつき作業所」では、食品作業や、委託清掃作業、洗濯作業など、希望や適性を考慮したさまざまな作業に、身体・知的などの障害がある15人の利用者が携わっています。取材に訪れた日は、カカオ豆の殻を取り除く作業中。



▲カカオ豆の殻取り

ここで製造されているチョコレートは、カカオ豆の焙煎から成型、パッケージ詰めまですべて手作業で行われています。特に、焙煎後のカカオから不要な殻をすべて取り除く作業では、機械では見逃してしまう細かな部分もきれいにできることが手作業の強みです。

利用者の柿原大乘さんは、この作業所に約20年通所している大ベテラン。細かい作業を丁寧に行うことが得意で、根気強さが求められる殻取り作業を真剣な眼差しでこなします。柿原さんと共に製造業務に携わる職員の松山さんは、「柿原さんや、集中力が求められる仕事が得意な利用者さんは、とても高い精度で仕上げてくれます。あまりの細かさに私なら音を上げてしまいそうです(笑)けれどそのおかげで、雑味が少なく、ピュアな味わいの製品をお届けすることができていると感じています」と嬉しそうに語っていました。

チョコレートをはじめとする製品はオンラインストアでも購入可能。素材も可能な限り尾道産にこだわっています。



インタビュー Interview



柿原大乘さん (38歳)

高校を卒業してからさつき作業所に通所し始めて、約20年になります。午前中は清掃作業、午後は食品製造など、色々な種類の作業に携わっていて、気の合う仲間もいるので、毎日楽しく過ごしています。

カカオの殻を剥くときには、食べた人みんなに幸せになってほしいと思いを込めながら、作業に打ち込んでいます。

スポーツを通じて世界に挑む



森日奈野さん

「スペシャルオリンピックス」とは、知的障害のある人たちに、日常的なスポーツトレーニングとその成果の発表の場である競技会を提供する国際的なスポーツ組織です。世界190カ国以上で550万人、国内では47都道府県で約8,600人がアスリートとして活動に参加しています。 ※2019年末時点。



© Special Olympics Nippon

尾道でも、世界大会を目指して日々練習に励んでいる人たちがいます。ダウン症の森日奈野さんは、社会福祉法人「若菜」の運営するカレー店で接客業などに組みながら、バスケットボール、陸上など7種目の練習をしています。2019年にはアラブ首長国連邦のアブダビで開催された夏季世界大会にも出場した実力者です。「勝てなくても、みんなで一つのことをやり遂げられることが楽しい」と話す森さん。東京2020オリンピックの聖火ランナーとしても選ばれており、本番に向け、練習用のトーチでトレーニングに励んでいます。



活動を支援する尾道支部事務局の宮本恵理さんは、ご自身も知的障害の息子さんを育てた親でもあります。「現在、尾道支部では、7歳～59歳までの約60人が練習に励んでいます。障害のある子は、一つのことができるようになるのに時間はかかるけれど、積み重ねれば少しずつでも成長していくことがわかります。スポーツでできることを増やし、自分に対する自信を養うことができますし、また、体力を付けることができるので就労にも結び付きやすいです。」と、話す宮本さん。息子さんはスペシャルオリンピックスの大会に向けたトレーニングのおかげもあってか、現在は民間企業で働いているそう。「うちの子にはハードルが高い、と感じる人も、慣れるには時間が掛かるかもしれませんが、一度チャレンジしてみしてほしい」と語りました。



宮本恵理さん

Topics

手話は「言語」



尾道ろうあ協会会長
和泉正人さん

聴覚に障害のある私たちが日常使っている手話という「言語」は、手・指の動きだけでなく口の動きや顔の表情なども含んでいます。

コロナ禍のなか、多くの人々がマスクを着けての生活になり、口元を読み取ることができずコミュニケーションに支障をきたす場面もあります。

健聴者と私たちをつなぐためには、手話通訳者によるコミュニケーション支援がかかせません。手話通訳者の活動に、ご理解とご協力をお願いします。

知っておいてほしい、 日常でのさまざまなこと



障害のある人に対応した施設・設備であることやルールなどの存在を示したり、障害のある人が支援を必要としていることをわかりやすく伝えるため、色々なシンボルマークや表示があります。

障害の中には、聴覚障害や身体内部の障害など、外見からは分からないものもあり、障害のある人が誤解や不利益を受けたり、我慢を強いられたりすることもあります。

これらのマークを見かけたときは、必要としている人へ、適切な配慮をお願いします。

障害のある人のための国際シンボルマーク
障害のある人が利用できる建物、施設であることを明確に表すための世界共通のシンボルマーク。

身体障害者標識（身体障害者マーク）
肢体不自由であることを理由に免許に条件を付されている人が運転する車に表示するマーク。

聴覚障害者標識（聴覚障害者マーク）
聴覚障害であることを理由に免許に条件を付されている人が運転する車に表示するマーク。

盲人のための国際シンボルマーク
視覚障害のある人の安全やバリアフリーに考慮された建物、設備、機器等に付けられているマーク。

耳マーク
聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない人・聞こえにくい人への配慮を表すマーク。

ほじょ犬マーク
身体障害者補助犬（盲導犬、介助犬、聴導犬）を表すマーク。

オストメイトマーク
人工肛門・人工膀胱を造設している人（オストメイト）のための設備があることを表すマーク。

ハート・プラスマーク
身体内部に障害がある人を表すマーク。

障害者雇用支援マーク
障害のある人の在宅障害者就労支援並びに障害者就労支援を認めた企業、団体に対して付与する認証マーク。

「白杖SOSシグナル」普及啓発シンボルマーク
白杖を頭上50cm程度に掲げてSOSのシグナルを示している視覚に障害のある人を見かけたら、進んで声をかけて支援しようという「白杖SOSシグナル」運動の普及啓発シンボルマーク。

ヘルプマーク
義足や人工関節を使用している人、内部障害や難病の人、または妊娠初期の人など、外見からわからなくても援助や配慮を必要としている人が、周囲の人に配慮を必要としていることを知らせることができるマーク。

障害福祉に関する相談を受け付けています

尾道市障害者サポートセンター 「はな・はな」

障害種別・年齢を問わず、障害のある人やその家族、関係者からの相談を受け付けています。

相談員が話を伺い、障害福祉サービスの案内や福祉的就労を希望する人には就労系事業所を紹介したりするほか、さまざまな情報提供、専門機関の紹介などを行います。

問い合わせ先

■尾道市障害者サポートセンター はな・はな
場 門田町22-5（総合福祉センター内）
☎0848-29-5002・FAX 0848-29-5003
✉ hana-hana@mx32.tiki.ne.jp



■はな・はな 因島・瀬戸田センター
場 因島田熊町5132
☎0845-24-3632・FAX 0845-24-3631
✉ hana-inse@wakaba-innoshima.com

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。 日日時・期間 場所 対象 内容 定員 料金 料金 保持物 電子メール 縮切 HPホームページ

「チーム尾道がんばろう応援商品券」登録店舗の皆さんへ

商品券の換金期限は2月19日(金)です。期限を過ぎると換金できませんので、登録店舗の皆さんはお忘れのないよう指定金融機関で換金してください。

☎ おのみち地域振興商品券使用店舗専用ダイヤル (☎084-926-0149 / 平日10:00~17:00)

市県民税／国民健康保険料／介護保険料の申告相談

申告相談期間

2月8日(月)～3月15日(月)

※土・日・祝日を除く。

会場など詳しくは、広報おのみち1月号8～9頁をご覧ください。

☎ 市民税課 (☎0848-38-9154)
因島瀬戸田市民税係
(☎0845-26-6227)

金曜は午後7時まで市民課関係窓口を時間延長します

☎ 本庁市民課、因島総合支所市民生活課

☎ 各種証明書(戸籍・住民票・印鑑証明・所得証明)の発行、パスポートの受け取りなど

※住所変更、パスポートの申請はできません。

☎ 市民課 (☎0848-38-9102)
因島総合支所市民生活課
(☎0845-26-6208)

※所得に関する証明については、事前に担当課へご確認ください。

☎ 収納課 (☎0848-38-9172)
因島瀬戸田市民税係
(☎0845-26-6227)

日曜にも受け取れます マイナンバーカード



☎ マイナンバーカード(個人番号カード)の交付案内が届いた人
☎ 2月28日(日)、3月14日(日) 8:30~12:00

☎ 本庁市民課のみ

※市民課以外の各支所が交付場所になっている人は、交付日の5日前までにご連絡ください。

持・マイナンバーカード交付通知書兼照会書(交付案内に同封)
・本人確認書類(交付案内参照)
・通知カード(回収します)
・住民基本台帳カード(回収します・お持ちの人のみ)

☎ 市民課 (☎0848-38-9166)

税務署でマイナンバーカードの申請ができます

☎ 尾道税務署(古浜町27-18)

期間 2月16日(火)～3月15日(月) 9:00~12:00(土・日・祝日は除く)

☎ 市内に住民票があり、次のすべてに当てはまる人

- ・マイナンバーカードを持っていない
- ・申請時に本人が来ることができる
- ・申請後2カ月以内に転出する予定がない

持 個人番号カード交付申請書、本人確認書類(運転免許証・保険証など)

☎ 市民課 (☎0848-38-9166)

まだ間に合います! マイナポイント

「マイナポイント」の申込み、決済サービスの利用(チャージ、お買い物)の期間が、9月末まで延長になりました。「マイナポイント」は、キャッシュレス決済サービスに利用でき、チャージか買い物をすると、25%のマイナポイントがもらえます。(最大5,000円分)

申込みはスマートフォンやパソコンでご自身でも設定できますが、希望する人には、市役所・各支所の窓口で設定の支援をしています。

☎ 3月末までにマイナンバーカードの交付申請をした人

☎ 市民課、各支所窓口(浦崎、百島は除く)

持 マイナンバーカード(要パスワード)、申込みキャッシュレスサービスの決済サービスID、セキュリティコード(決済事業者から取得)

☎【マイナポイントについて】

情報システム課 (☎0848-38-9308)

【マイナンバーカード交付申請について】

市民課 (☎0848-38-9166)

【マイナポイント制度全般】

マイナンバー総合フリーダイヤル (☎0120-95-0178)

※音声ガイダンスに従い「5番」を選択してください。

HP <https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/flow/mykey-get/>

3月からマイナンバーカードが健康保険証として利用できます

3月から、オンライン資格確認が導入された医療機関・薬局で、マイナンバーカードを健康保険証^(※1)として利用できるようになります。令和5年3月末には概ねすべての医療機関や薬局で導入される予定です。

マイナンバーカードが健康保険証として使える医療機関・薬局には、ステッカーやポスターが掲示され、3月からは厚生労働省や社会保険診療報酬支払基金のHPでも公開される予定です。

ただし、オンライン資格確認が導入されていない医療機関・薬局では、引き続き、現在お持ちの健康保険証が必要です。

従来どおり保険者への加入や脱退の手続きは必要です。

※1 限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証、特定疾病療養受療証としても利用できます。

ただし、長期入院該当の限度額適用・標準負担額減額認定証、初回の特定疾病療養受療証、自治体独自の医療費助成（重度医療、こども医療等）、国保で保険料に滞納がある場合の限度額適用認定証等としての利用はできません。

☎ 保険年金課（【国保】 ☎0848-38-9142 【後期】 ☎0848-38-9135）

🌐 https://myna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html



■マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには事前登録が必要です。

スマートフォンやパソコンでマイナポータルにアクセスし、ご自身で事前登録を行ってください。また、希望する人は、保険年金課・市民課、各支所（百島・浦崎を除く）、御調保健福祉センター、一部の郵便局^(※)などで利用申し込みができます。

※尾道古浜・高須・浦崎・美ノ郷・原田・立花・岩子島・中庄・重井・御寺の各郵便局
（受付時間 平日9:00~16:00）

日曜日に住所変更などの手続きができます

日時 **3月28日** **4月4日**
8:30~17:15

場所 本庁市民課・因島総合支所市民生活課

住所変更の届

転入・転出・転居など

証明書の発行

住民票・印鑑証明書・戸籍証明書・身分証明書など

印鑑登録

所得に関する証明書の発行

納税や資産に関するものは除く

発行できない場合もありますので、事前に担当課へご確認ください。

☎ 収納課（☎0848-38-9172）

☎ 因島瀬戸田市民税係（☎0845-26-6227）

※他機関との連絡が必要な手続や、戸籍届出後の戸籍証明書発行等、取り扱いできないものがあります。
※住所変更にとまう年金・国民健康保険等の手続は、後日担当課でお願いします。

戸籍届

婚姻・出生など ※後日審査となる場合があります。

パスポートの受け取り

申請は不可

マイナンバーカードの受け取り

電子証明書の更新など

カードは各支所で保管していますので、本庁・因島総合支所で受け取る場合は移送が必要となります。受け取り希望日直前の水曜17:00までに市民課へご連絡ください。

受け取り希望日	連絡期限
3月28日(日)	▶ 3月24日(水) 17:00まで
4月4日(日)	▶ 3月31日(水) 17:00まで

☎ 市民課（☎0848-38-9102）

☎ 因島総合支所市民生活課（☎0845-26-6208）

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。日日時・期間 場場所 対対象 内容 定員 料金 料金 持持参物 締締切 HPホームページ

清掃

～毎月1日は
「門前清掃の日」です～

【尾道・御調・向島地区】 尾道市クリーンセンター (☎0848-48-2900)
衛生施設センター【持込】・清掃事務所【収集】
【因島地区(原・洲江含む)】 南部清掃事務所 (☎0845-24-0432)
【瀬戸田地区】 南部清掃事務所瀬戸田分所 (☎0845-27-0454)

2月の「休日」のごみ持込受付(対象は家庭ごみ)

27日(土)	御調清掃センター	8:30～11:00
28日(日)	尾道市クリーンセンター	8:30～12:00
	南部清掃事務所	
	瀬戸田名荷埋立処分地	

必ず分別をして持ち込んでください。(資源物・粗大ごみを含む)
※向島クリーンセンター・因島リサイクルセンターは休日の持込受付はありません。

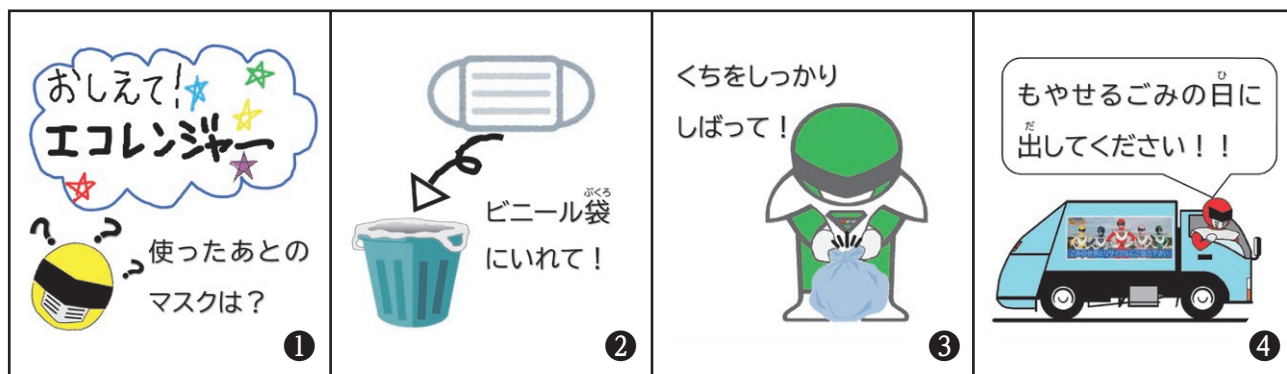
2月23日「天皇誕生日」のごみ収集

火・金曜が「もやせるごみの収集地域」のみ収集します。ごみ持込受付はありません。
※もやせるごみ以外の収集はお休みです。

ご家庭でマスクを捨てる時はしっかり封を

新型コロナウイルスなどの感染症対策のため、鼻水等が付着したマスクやティッシュ等のごみを捨てる際は、ごみ袋はしっかりしばって封をして「もやせるごみ」で出してください。

ポイ捨ては絶対にやめましょう。



環境資源リサイクルセンター

(☎0848-48-2212)
10:00～16:30/月・祝日休館

環境資源リサイクルセンター オープン29周年記念イベント

環境資源リサイクルセンターは、高須町に「リサイクルショップ尾道」としてオープンしてから、2月で29年になります。

〈記念イベント〉

トールペイント・ぬいものサークル合同作品展

日頃、リサイクルセンターで活動している各サークルによる合同作品展です。

☑2月12日(金)～17日(水) ※2/15は休館、最終日は13:00まで。

2/17(水) 13:30～
EMポカシ・EM活性液講習会
定2人 麹米のとぎ汁(活性液)

2/21(日) 13:30～
卓上糸ノコ使用講習会
料300円 定1人

3月の出張販売

3/6(土) 10:00～14:00 市民センターむかいしま
3/17(水) 10:30～14:00 瀬戸田市民会館前駐車場
3/19(金) 10:00～14:00 道の駅クロスロードみつぎ

募集します

家庭に眠っている不要品(衣類、日用贈答品、置物など)がありましたらご寄贈ください。

<https://www.facebook.com/onomichi.recycle>

健康・福祉

こころのストレス度チェック

長引くコロナ禍で疲弊しがちなこころの健康を守るため、自分のストレス度をチェックしてみましょう。HPから簡単にチェックでき、結果によっては、相談先もご案内しています。

また、一人では悩みを解決することが難しいことがあります。抱えきれなくなる前に相談してみましょう。



新型コロナウイルス感染症対策

支援情報ナビで検索

健康推進課

(☎0848-24-1962)

HP <https://corona.go.jp/selfcheck/>

高齢者肺炎球菌定期予防接種 期限は3月31日まで

対象者には昨年6月下旬にピンク色の案内はがきを送付しています。市の補助を受けて接種できるのは3月31日(水)までです。期限を過ぎると全額自己負担となります。

※過去に肺炎球菌予防接種(ニューモバックス)を接種した人は対象外です。

※案内はがきを紛失した人は、本人確認書類を持って窓口へお越しください。

健康推進課 (☎0848-24-1961)

献血 尾道市献血推進協議会 (☎0848-24-1177)

日時	場所
2/26(金) 9:30~12:45 14:00~16:00	ハローズ 因島店
3/13(土) 10:00~12:30 13:45~16:00	DCmダイキ 尾道店

※骨髄バンクドナー登録会も開催。

☎☎0120-150-554

(平日8:30~17:30)

HP <https://www.kenketsu.jp/Login>

※献血前日の17:00まで予約可能。

(要会員登録)

健康相談など

成人健康相談

健診結果説明、健康相談(保健師)、栄養相談(栄養士)ほか
※骨密度、体組成測定、物忘れチェックなし。

浦崎公民館

2月19日(金) 9:30~10:30

市民センターむかいしま

※前日までに要予約。

2月26日(金) 9:30~11:00、
13:30~15:00

健康推進課

(☎0848-24-1962)

因島総合福祉保健センター

3月12日(金) 13:30~14:30

因島総合支所健康推進課

(☎0845-22-0123)

こころの相談

●こころの健康・ひきこもり相談
(前日までに申込/定2人)

対こころの悩みのある人か家族、または概ね18歳以上のひきこもり状態にある人か家族(治療中の人を除く)

総合福祉センター

2月18日(木) 13:30~16:30

3月9日(火) 13:00~16:00

担当 臨床心理士、心理士

健康推進課

(☎0848-24-1962)

瀬戸田福祉保健センター

3月5日(金) 13:00~16:00

担当 精神保健カウンセラー

因島総合支所健康推進課

(☎0845-22-0123)

御調保健福祉センター

2月24日(水) 13:30~15:30

御調保健福祉センター

対心の悩みのある人かその家族

担当 公認心理師、保健師

御調保健福祉センター

(☎0848-76-2235)

もの忘れ何でも相談

対認知症状のある人を介護している家族、認知症に関して不安や悩みを抱えている人

御調保健福祉センター

※要申込、個別相談。

2月18日(木) 13:30~15:00

北部地域包括支援センター

(☎0848-76-2495)

東部保健所での相談(要申込)

●アレルギー疾患相談

2月16日(火) 13:30~15:30

3月16日(火) 13:30~15:30

対生活・栄養相談(子どもの相談は母子健康手帳持参)

●精神保健福祉相談(精神科医師による相談)

2月17日(水) 13:30~15:30

場 広島県尾道庁舎

●B型・C型肝炎ウイルス検査

※要予約。

3月18日(木)

※3月12日(金)までに要申込。

結果は次週。

●HIV抗体検査・梅毒検査

3月18日(木)

※匿名予約可。結果は当日。

東部保健所保健課

(☎0848-25-2011)

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。 日日時・期間 対対象 内容 定員 料金 料金 保持物 電子メール HPホームページ

身体障害者 あるけあるけ

- 日 2月24日(水) 9:00～15:00 ※雨天決行。
集合場所 総合福祉センター南隣駐車場(ザ・シューズ跡地)
対 市内在住で身体障害者手帳をお持ちの人、その介護者
内 平山郁夫美術館周辺の散策と食事
定 25人 ※介助についてはお問い合わせください。
料 1,000円(交通費・食事代を含む) ※当日徴収。
締 2月19日(金)
申 尾道市身体障害者福祉連合会事務局
(☎0848-21-2177・☎0848-21-2178/
平日14:00～17:00)

自死遺族の分かち合いの集い

- 大切な人を自死で亡くされた人が、普段は言えないことを話せる、分かち合いの集いです。
※秘密は厳守します。
※治療や指導は行いません。
日 2月28日(日) 14:00～16:00
場 アンテナ・コーヒーハウス(東土堂町11-3)
対 ご家族・親戚を自死で亡くした人 料 300円
申 尾道市アンテナ・コーヒーハウス(☎0848-22-2080)

女性のための健康セミナー



- 自分メンテナンスはじめてみませんか?
美しく健康に歳を重ねていくために!
日 3月1日(月) 13:30～15:00
場 御調保健福祉センター
対 市内在住の女性
内 メディカルアロマについての講義
ラベンダークリーム作り体験



向原直美さん

- 講師 向原直美さん
(JMAA日本メディカルアロマセラピー協会認定スペシャリスト)
定 15人 ※託児(未就園児)あり、要予約。(定員3人)
料 材料代600円、筆記用具、飲み物
締 2月22日(月)
申 尾道市御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)



前立腺肥大症の手術は 経尿道的前立腺核出術 (HoLEP) で

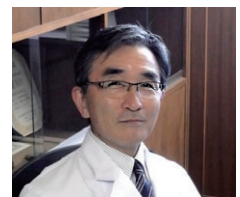
前立腺肥大症は良性疾患ですが、生活の質(QOL)に対する影響が大きく、男性の排尿に関する悩みの主な原因の一つです。そして、薬剤のみでは症状がよくなる人も多く、手術はいまだに極めて有効な治療法です。

手術にはいくつかの方法があり、それぞれ優れた成績が報告されています。しかし、どの方法にも一長一短があり、完全な治療法というものは存在しません。その中で、当院では、ホルミウムヤグレーザーによる経尿道的前立腺核出術 (HoLEP) に約10年前から積極的に取り組んでいます。

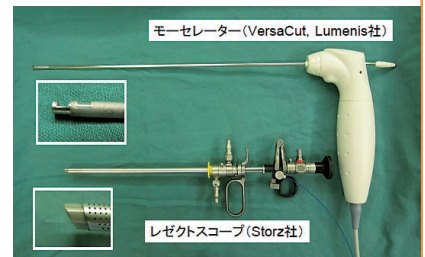
HoLEPは前立腺の大きさにかかわらず、出血等の大きなトラブルが少なく、根治を目指し肥大組織を取り除くことができる方法です。これは、ホルミウムヤグレーザーそのものが水中(灌流液中)での安全性が高いことと、残すべき被膜と取り除くべき肥大組織との間にダイレクトに入って行くという独特の手術法などによるものです。当院では、2010年1月から2020年9月の期間で、この手術を277件行い、有効性を確認することができました。当院でのHoLEPの治療成績

をまとめた論文では、2015年の広島医学会賞を受賞しています。

前立腺肥大症に対する手術療法をお考えの患者さんは、お気軽に相談ください。



大枝 忠史
(院長/日本泌尿器科学会
認定泌尿器科専門医)



治療に使用するホルミウムヤグレーザー。出血リスクを避けながら、肥大組織を取り除くことができる。

尾道市立市民病院(☎0848-47-1155(代))

献体にご協力を




献体とは、死後、自分の遺体を医療従事者の教育と研究を目的とした「解剖実習」のための教材として無償で提供することです。「解剖実習」は、人体の構造を知るために大切な学問です。医学・歯学の発展のため、ご理解とご協力をお願いします。

☎ともしび会(岡山大学医学部内)
☎086-235-7092)

お薬手帳 お持ちですか？

お薬手帳とは、処方された薬についての履歴がまとめられているものです。

【お薬手帳の利点】

-  服用中の薬との飲み合わせや、同じ作用の薬の重複投薬予防になるので副作用などのリスクが減らせます。
-  病歴・副作用歴・アレルギーなどの情報を医師や薬剤師に正しく伝えることができます。
-  薬局窓口の支払いが安くなる場合があります。(原則、3カ月以内に前回と同じ薬局で処方箋受付をしている場合など。詳しくは薬局等にお問い合わせください。)

お薬手帳は1冊にまとめましょう

情報をまとめて持ち歩く習慣をつければ、急な受診、災害、不慮の事故などの非常時にあなたの命を守る手助けをしてくれます。

☎ 保険年金課 (☎0848-38-9107)、ご利用の薬局



子育て

【尾道地域(向島を含む)】 ☎健康推進課 (☎0848-24-1960 ☎0848-24-1966)
【因島・瀬戸田地域】 ☎因島総合支所健康推進課 (☎0845-22-0123)
【御調地域】 ☎御調保健福祉センター (☎0848-76-2235)

乳幼児健診

健診名	場所	日程
4カ月児健診	総合福祉センター	2月24日(水)・25日(木)
	御調保健福祉センター	2月18日(木)
	因島総合福祉保健センター	3月9日(火)
	瀬戸田福祉保健センター	2月19日(金)
1歳6カ月児健診	総合福祉センター	3月3日(水)・4日(木)
	御調保健福祉センター	3月4日(木)
	因島総合福祉保健センター	2月25日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	2月19日(金)

健診名	場所	日程
3歳児健診	総合福祉センター	2月17日(水)・18日(木) 3月10日(水)・11日(木)
	御調保健福祉センター	3月4日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	2月19日(金)

※対象者には個別通知します。健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。なるべく住所地区のセンターで受診してください。年間日程・対象者については市HPをご覧ください。

相談・講習会

行事名	場所	日程	受付時間	対象	備考
乳児健康相談(要予約)	総合福祉センター	3月15日(月)	13:20~15:30	0~12カ月の児	☑ 身体計測、育児・栄養相談、ふれあい遊び ☒ 母子健康手帳、バスタオル
	いのしま子育て支援センター	2月18日(木)	9:45~10:30	概ね1歳までの児	
	瀬戸田福祉保健センター	3月4日(木)	9:10~9:30	概ね1歳までの児 ☒ 3/3(水) 12:00まで	
離乳食講習会(要予約)	総合福祉センター	3月8日(月)	9:50~10:00 (10:50まで)	乳児の家族 ☒ 8人	☑ 離乳食の進め方の話、デモンストレーション ☒ 母子健康手帳、筆記用具、マスク
	因島総合福祉保健センター	2月24日(水)	13:10~13:20 (14:10まで)	乳児の家族 ☒ 8人	
母乳相談(要予約)	総合福祉センター ※電話相談へ変更の可能性あり	3月2日(火) 9日(火) 16日(火)	13:30~ 14:30~ 15:30~	市内在住の妊婦か、出産後概ね1年6カ月までの人 ☒ 3人 ※個別相談。 ※相談利用は1人2回まで。	☑ 母乳や卒乳についての相談 ☒ 母子健康手帳、タオル2~3枚、ミルクや哺乳びんなど赤ちゃんに必要なもの
パパ☆ママ準備スクール(要予約)	総合福祉センター	3月7日(日)	9:45~10:00 (10:45まで)	1人目妊娠中で妊娠6カ月以降の市内在住の妊婦、夫 ☒ 6組 ☒ 2/19(金)~3/5(金)	☑ 出産の経過、呼吸法、沐浴実習、妊婦体験等 ☒ 母子健康手帳、筆記用具
母子健康手帳の交付(要予約)	総合福祉センター	2月28日(日)	9:00~12:00	母子健康手帳交付対象者 ☒ 2/26(金)	☒ 妊娠届出書、本人確認できるもの

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。☎日時・期間 ☒場所 ☑対象 ☑内容 ☑定員 ☒料金 ☒アクセス ☑持ち参物 ☒縮切 ☒ホームページ

要申請

妊婦支援金を支給します

新型コロナウイルス感染症予防対策に留意して過ごしている妊婦に、応援支援金を支給します。

対 尾道市に住民票がある、令和2年10月1日から令和3年3月31日の間に母子健康手帳の交付を受けた妊婦

甲 対象者には、1月中旬に申請書を送付します。届いた申請書に記入し、同封の封筒で返送してください。申請受付後、順次指定口座に振込みます。

※1月中旬以降に妊娠届出書を提出した人には、窓口で必要書類をお渡しします。なお、妊娠届出書には医師の証明が必要です。

給付金額(妊婦1人につき) 1万円

締 4月30日(金)

※早めの提出をお願いします。

甲 健康推進課
(☎0848-24-1960)



要申請

ひとり親世帯臨時特別給付金の申請はお済みですか

新型コロナウイルス感染症の影響を受けているひとり親家庭への臨時特別給付金の申請を受け付けています。給付金は、申請が必要です。該当する人は申請してください。

※すでに受給した人、1月までに申請した人は除く。

■基本給付

1世帯につき 5万円

第2子以降 児童1人につき 3万円

対 ①公的年金を受給しており、その年金で児童扶養手当の支給を受けていない人

②令和2年6月分の児童扶養手当を受給していない人のうち家計が急変した人

※新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準となっている場合

■追加給付

1世帯につき 5万円

対 基本給付の支給を受けた人(令和2年6月分の児童扶養手当受給者・公的年金受給者)

※基本給付対象②の人は追加給付対象外。

甲 子育て支援課か各支所(浦崎・百島支所除く)にある申請書と必要な添付書類を提出 ※郵送可(申請書は市HPからダウンロード可)。

締 2月26日(金) ※締切を延長しています。

※詳しくは、市HPをご覧ください。

甲 子育て支援課 (☎0848-38-9205)

まめまめ通信91 産前・産後サポート事業をご利用ください

妊産婦の皆さんが安心して子育てができるよう、産前・産後に育児や家事支援サービスを利用した際の利用料金の助成を行っています。

対 次の条件を満たす人

- ・尾道市に住民票がある
- ・家族等から十分な支援が受けられない
- ・体調や育児への不安がある
- ・妊娠中から産後4カ月未満の妊産婦

■家事・育児支援サービス提供先

- ・ファミリー・サポート・センター
- ・住民参加型ふれあいサービス
- ・シルバー人材センター

家事・育児支援サービスの利用料金を、世帯所得に応じて6~10割助成します。(最長20時間まで)
(例) 8割助成の場合、600円/時のサービスを10時間利用すると、4,800円助成されます。

利用者の声

- 助成があることで、気軽に利用できました。
- 赤ちゃんのお世話や上の子の送迎を手伝ってもらって休むことができました。



- 食事を手伝ってもらいました。

現在は新型コロナウイルス感染症拡大防止の対策を行い、支援を行っています。

☎ ぽかぽか ☎ (☎0848-36-5003)

**おのみち
子育て支援センター**

人権文化センター2階
月～金曜9:00～16:00
(祝日、年末年始を除く)
☎0848-37-2409

親子であそぼう
てくてくクラブ
3月3日(水) 10:00～11:30
対 概ね1歳半～3歳の子と保護者
定 10組
申 2/24(水) 13:30～

**いんのしま
子育て支援センター**

芸予文化情報センター3階
月～金曜9:00～16:00
(祝日、年末年始を除く)
☎0845-22-1545

にこにこタッチケア & 子育て相談
3月2日(火) 10:00～11:00
対 ハイハイまでの子と保護者
定 10組
申 2/16(火) 13:30～

タッチケア
赤ちゃんに触れながら絆を深めよう
3月9日(火) 10:00～11:30
対 概ね2～6カ月の子と保護者
定 10組
講師 沖村暁美さん
申 3/2(火) 13:30～

思い出制作
こんなに大きくなりました
3月19日(金) 10:00～11:30
対 2歳以上の未就園児と保護者
定 10組
申 3/12(金) 13:30～

すくすくKIDS & 子育て相談
3月4日(木) 10:00～11:00
対 1歳の子と保護者
定 10組
申 2/18(木) 13:30～

みかんちゃんトリトミック
3月17日(水) 10:00～11:00
対 未就園児と保護者
定 10組
講師 村上清美さん
申 3/3(水)～

親子であそぼう
はいはいクラブ
3月25日(木) 10:00～11:30
対 概ね7カ月～1歳半の子と保護者
定 10組
申 3/18(木) 13:30～



キッズWeb☆尾道
おうちにいってもつながろう！
『キッズWeb☆尾道』
ビデオ通話アプリを使った、オンラインでの子育て相談

のびのびKIDS & 子育て相談
3月18日(木) 10:00～11:00
対 2～3歳の子と保護者
定 10組
申 3/4(木)～

パネルシアター
「ヤダットちゃんのおさんぽ」
3月25日(木)
①10:00～ ②11:00～
対 未就園児と保護者
定 10組
申 3/11(木) 13:30～

**生口島
子育て支援センター
「はっぴい」**

旧東生口幼稚園
月・火・水・金・第3土曜9:00～16:00
(第3土曜前日の金曜、祝日、年末年始を除く)
☎0845-28-1345

「すくすく」相談
3月2日(火) 9:30～11:30
対 妊婦、未就園児と保護者
内 身体測定、歯科健診、栄養相談
講師 保健師、栄養士、小児歯科医
定 10組程度(時間予約制)
申 2/15(月)～

**東尾道
子育て支援センター**

ベイタウン尾道組合会館内
月～金曜9:00～16:00
(祝日、年末年始を除く)
☎0848-47-5585

ベビーマッサージ
赤ちゃんに触れながら親子の絆を深めよう
3月11日(木) 10:30～11:00
対 2カ月～ハイハイ期の子と保護者
講師 三浦好美さん(助産師)
携 バスタオル
定 5組 申 3/4(木) 13:30～

アルバムカフェ
写真をデコってみよう！
3月8日(月) 10:00～11:00
対 未就学児と保護者
定 5組程度
講師 田坂美和子さん
料実費 申 2/15(月)～

リフレッシュ体操
親子で楽しくわっはっは
3月23日(火) 10:00～11:00
対 未就学児と保護者
定 5組程度
講師 上田里恵さん
申 2/15(月)～

リトミック 親子で音楽に合わせて体を動かして楽しみませんか
3月18日(木) 10:30～11:15
対 1歳未満の子と保護者
定 5組
講師 村尾さみかさん
申 3/11(木) 13:30～

0歳からのおもちゃ 心を育て、発達を支えるおもちゃの選び方、与え方
3月31日(水) 10:30～11:30
対 0歳～未就学児と保護者
定 5組
講師 福岡恵子さん
申 3/24(水) 13:30～

**向島
子育て支援センター
「はぐ」**

旧向東支所内
火・水・金・第3土曜9:00～16:00
(第3土曜前日の金曜、祝日、年末年始を除く)
☎0848-45-1305

お雛様と春のわらべ歌
3月3日(水) ①9:30～10:10
②10:30～11:10
対 ①2カ月～ハイハイまでの子
②歩ける子
講師 前田和子さん
定 各5組 申 2/16(火)～

**みつぎ
子育て支援センター
「みつけ」**

御調文化会館1階
月・火・水・金曜9:00～16:00
(祝日、年末年始を除く)
☎0848-76-0888

性教育
学ぼう、体と心のケア
3月10日(水) 10:00～11:15
対 未就園児の保護者
定 5組程度
講師 吉廣朱美さん(助産師)
申 2/22(月)～

ちくちく手縫いで
入園グッズを作ろう！
3月5日(金) 10:30～11:45
対 未就学児の保護者、妊婦
講師 阿部恵美さん
携 裁縫道具、好きな布
定 5人 申 2/17(水)～

わいわい子育てトーク
みんなの子育て疑問サイコロトーク
3月9日(火) ①9:30～10:30
②10:45～11:45
対 未就学児の保護者、妊婦
定 各回5組
申 2/17(水)～

わかばタイム
あかちゃんとママのゆったり時間
3月17日(水) 14:00～15:00
対 2～10カ月までの子と保護者
定 5組程度
申 3/1(月)～



ベビーマッサージ「ハハコ」
3月26日(金) ①9:30～10:15
②10:30～11:15
対 2カ月～ハイハイ期と保護者
講師 前有里恵さん(保育士)
定 各5組程度
申 3/1(月)～

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。 日・時・期間 場場所 対対象 内内容 定定員 料料金 持持参物 縮縮切 申申込方法・申込先 問問い合わせ先 ☎電話 FAXファクス 電子メール HPホームページ

ひとり親家庭のための弁護士巡回相談会

離婚に関する手続きや養育費、親権、財産分与、年金分割など、ひとり親家庭のさまざまな相談に応じます。

日 3月2日(火) 13:00～15:15
場 因島総合支所
対 ひとり親家庭の母、父、寡婦、離婚を考えている人
内 弁護士と養育費専門相談員による相談
定 6人(1人45分間) ※要申込。
申 電話かFAX、HPで
申 問 広島県ひとり親家庭サポートセンター(☎・FAX 082-227-2377)

▲広島県
ひとり親家庭
サポートセンター

スポーツ

東京2020オリンピック 聖火リレーボランティア スタッフ募集

5月18日(火)、東京2020オリンピック聖火リレーが尾道市を走ります。当日ご協力いただけるボランティアスタッフを募集しています。

募集期間は、3月末までです。活動内容、活動場所、参加資格などの詳細は、市HPでお知らせします。



☎ 生涯学習課 (☎0848-20-7499)

アラ還ピック2020 尾道市民ウォークラリー

☎ 3月7日(日) 9:00～ ※雨天中止。

📍 向島町内 (スタート・ゴール 向島運動公園)

👤 対市内在住の人

📌 向島町内を地図をたよりに設定されたコース内でクイズを答えながら歩きます。(坂道あり)

👥 定 100人 料 1人300円 ※当日払い。🍷 持 飲み物、タオル

📄 甲 所定の申込書を持参加郵送、FAXで ※HPからダウンロード可。

📅 締 2月21日(日)

🏠 甲 問 (一社) 尾道市体育協会 (向島運動公園内

☎0848-44-6700・📠0848-44-6010)

🌐 HP <http://onomichishitaikyoo.org/>

行事案内 ※行事案内は予定のため、変更・中止されることがあります。

2月16日(火) 20日(土)	尾道会長杯グランドゴルフ交流大会 第34回選抜南部インドアソフトテニス大会 浮城親善野球大会 広島県高等学校ジュニア強化練習会(ソフトテニス)(~2/21) 広島県ジュニアサッカー大会U-10(~2/21) 広島県HiFAユースサッカーリーグ	び び び び び 向	3月2日(火)	第35回尾道びんご会グランドゴルフ交流大会個人戦	び
21日(日)	第24回尾三地区一般クラブチーム選手権大会(バスケットボール) プライドジャパン野球大会(2/28)	び び	4日(木)	尾道年金受給者協会G・G第18回大会	び
22日(月)	尾道グラウンドゴルフ土筆大会 尾道市医師会看護専門学校運動実践競技会(3日目)(3/1・4日目)(3/8・5日目)(3/15・6日目)	び び	5日(金)	尾道グラウンドゴルフ節分大会	び
23日(祝)	第19回広島県小学生インドアソフトテニス大会 尾道市ダンス交流会 しまなみ杯U-11CUP(サッカー)(2/27) 2020年度日本リトルシニア関西連盟中国支部春季大会 広島県HiFAユースサッカーリーグ	び び び び 向	6日(土)	広島トップアスリート講座中国電力女子卓球部卓球講座 第52回びんご地域官公庁卓球大会 尾三フェニックスSANBA FC交流大会(サッカー)(3/13) 第34回中学区対抗ソフトテニス交換大会個人戦 広島県HiFAユースサッカーリーグ	び び び 向
27日(土)	県学年別大会(バドミントン)	び	7日(日)	第15回さくらカップ尾道ライフソフトバレーボール交流会 広島県合気道連盟合気道演武大会 2020HiFAユースリーグ高円宮杯サッカーリーグU15 第54回中国五県軟式野球大会尾道地区予選会 アラ還ピック2020尾道市民ウォークラリー「ウォーキングクイズラリー」 サッカーオレングカップ	び び び 向 向
28日(日)	第30回ライオンズカップ尾道地区小学生バレーボール大会 尾道高校ラグビー部全国選抜大会壮行試合兼新チーム記念試合 全広島サッカー選手権大会 第37回福山市議会議長杯シングルス大会(テニス)(1日目)(3/7・2日目) 第37回福山市議会議長杯シングルス大会 高松宮賜杯二部東部地区大会(軟式野球)(3/7,14)	び び び び び 長 因	11日(木)	尾道グラウンドゴルフ立春大会	び
			13日(土)	高円宮杯U-15プログレスリーグ2021(サッカー) 西日本法曹シングルステニス大会 広島県HiFAユースサッカーリーグ 第15回尾道ジュニアバレーボール交歓会	び び 向 向
			14日(日)	松永地区対抗9人制バレーボール大会 ドラゴンゲートプロレス 尾道高校ラグビー部全国選抜大会壮行試合 2021年度日本リトルシニア関西連盟中国支部春季大会(野球) うずしお旗争奪少年野球大会	び び び び 向

び; 県立びんご運動公園 (☎0848-48-5446)
🌐 <http://bingo-sportspark.com/>

長; 長者原スポーツセンター (☎0848-48-5677)

向; 向島運動公園 (☎0848-44-6700)

因; 因島運動公園 (☎0845-24-3216)

御体; 御調体育センター (☎0848-76-2111)

御ソ; 御調ソフトボール球場 (☎0848-76-2111)

第6回上平栄道ジュニア育成大会(ゴルフ)



- 日** 3月20日(祝)
場 尾道うずしおカントリークラブ
対 一般の部 市内在住か近隣にお住まいの人
 ジュニアの部 県内在住の小学4~6年生、中・高生
定 160人程度
料 ジュニアの部6,200円、一般の部9,800円
 ※プレイ代・食事代・参加料を含む。
申 所定の申込書を郵送かFAXで
 〒722-0202 原田町梶山田1069
 尾道うずしおカントリークラブ
縮 2月28日(日)



問 (一社) 尾道市体育協会 (☎0848-44-6700)
 尾道うずしおカントリークラブ
 (☎0848-38-0041・FAX 0848-38-0120)

県立びんご運動公園健康づくり運動教室



■バランスコンディショニング

- 日** 金曜 9:45~10:30
内 バランスボールなども使いながら
 体を支える筋肉を強化し整えます
 (転倒予防やきれいな姿勢づくりに
 効果的)。
料 1回710円



■ヨガ

- 日** 水曜 19:00~20:00、金曜 19:30~20:30
内 ゆったりとしたヨガのポーズを通し
 て、心身をリラックスさせ身体の調
 子を整えていきます。
料 1回920円



【共通事項】

- 対** 16歳以上 **定** 各20~30人
持 室内シューズ、運動ができる服装
申 健康スポーツセンター受付で
申 問 県立びんご運動公園 (☎0848-48-5446)

芸術・文化

図書館の催し



■中央図書館(☎0848-37-4946)

- 特別整理のため休館します。
 期間 2月21日(日)~3月1日(月)
- 上映会「火曜名画座」
日 3月9日(火) 18:00~
定 約40人

■みつぎ子ども図書館(☎0848-76-3111)

- 巡回展「続・天保の飢饉 御調は耐えてしのぶ。」古文書展
日 2月23日(祝)~3月28日(日)
内 半田堅二さん著「続・天保の飢饉 御調は耐えてしのぶ。」出版記念展示、内海家文書24点を紐解く

■因島図書館(☎0845-22-8660)

- 島の映画館 因島座
日 2月20日(土)、27日(土) 10:30~
定 各回50人

●村上哲朗写真展

- 「2006中国新疆ウイグルの旅」
日 開催中~2月28日(日)
内 2006年に旅行し撮影した、現地の人の表情や景色約20点を展示
 ●ライブラリーコンサート「冬」
日 2月28日(日) 13:00~14:00
定 120人
 曲目 「冬」「口笛ポルカ」「仰げば尊し」「筒美京平昭和ヒットメドレー」など
 出演 因島ギターアンサンブル、しの笛「野菊」、月河
 ●折紙教室「おひなさまを折ってみましょう」
日 3月7日(日) 10:30~12:00
対 児童以上
定 15人 ※要申込。
 講師 坂田笑子さん(日本折紙協会講師)

■瀬戸田図書館(☎0845-27-1877)

- 吊り飾り教室「春の寿ぎ展」
日 2月20日(土)~3月14日(日)
内 瀬戸田公民館の手芸サークル「吊り飾り教室」による布細工の展示
- 向島子ども図書館(☎0848-44-0114)
 ●岩波少年文庫
 心ゆさぶる、さし絵の世界!
日 3月2日(火)~31日(水)
内 創刊70年をむかえた岩波少年文庫のさし絵を紹介する展示



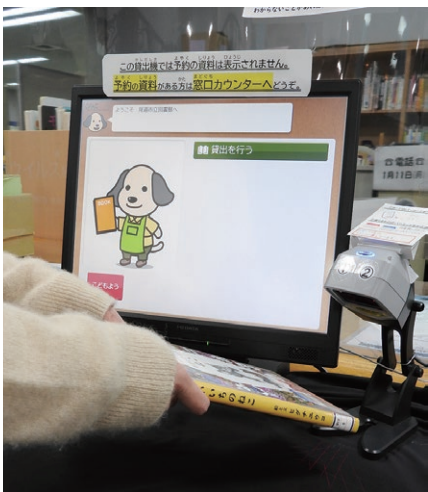
■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。
日 日時・期間 **場** 会場 **対** 対象 **内** 内容 **定** 定員 **料** 料金
申 申込方法・申込先 **問** 問い合わせ先 **電** 電話 **FAX** ファックス **持** 持参物 **縮** 縮切
HP ホームページ

中央図書館に「セルフ貸出機」を導入しました

利用者カードと借りたい本等についているバーコードを貸出機にかざすことで、自分で貸出手続きができます。操作方法など、お気軽にお尋ねください。

なお、今までどおり、カウンターでの貸出手続きもできます。

☎中央図書館 (☎0848-37-4946)



第23回虎ちゃん囲碁まつり

日時 **3月28日(日) 13:00~16:00**

場所 **本因坊秀策囲碁記念館**



☑ 市内の囲碁教室などで囲碁を習ったことがある未就学児、小・中・高校生など

☑ 棋力に応じ9路・13路・19路クラスに分かれて対局

※参加者に棋力に応じた認定状を贈呈。

※送迎バスの運行あり。

☑ 申込書などで郵送かFAX、メールで 締 3月1日(月)

☑ 受付 〒722-2213 因島外浦町121-1

本因坊秀策囲碁記念館 (☎・☎0845-24-3715)

✉ syuusakuigokinenkan@chorus.ocn.ne.jp

尾道市立美術館 (西土堂町)

■ 第19回絵のまち尾道四季展

☑ 2月20日(土)~3月7日(日)

☑ 料 大人310円、高校・大学生210円、中学生以下と70歳以上(要年齢確認)は無料

9:00~17:00 (入館は16:30まで)

会期中は無休

☎0848-23-2281

圓鰐勝三彫刻美術館 (御調町高尾)

■ 常設展Ⅲ「圓鰐勝三の野外彫刻」

☑ 開催中~3月14日(日)

☑ 料 大人420円、高校生310円、中学生以下と70歳以上(要年齢確認)は無料

9:00~17:00 (入館は16:30まで)

月曜休館(祝日は翌日)

☎0848-76-2888

平山郁夫美術館 (瀬戸田町沢)

■ 「トルコからシルクロード」展

☑ 開催中~3月19日(金)

☑ 料 一般920円、高校・大学生410円、小・中学生210円(市内小・中学生無料)

9:00~17:00 (入館は16:30まで)

無休

☎0845-27-3800

尾道市立大学美術館 (久保三丁目)

■ 教員展

※美術学科教員の作品・研究を紹介します。

☑ 3月6日(土)~5月9日(日)

10:00~18:00

水・木曜休館(祝日は開館)

☎0848-20-7831

なかた美術館 (潮見町)

■ コレクションプラス『花を描く』

☑ 2月27日(土)~6月6日(日)

☑ 料 一般800円、中学・高校・大学生300円(市内学生無料)

9:00~17:30 (入館は17:00まで)

月曜休館(祝日は翌日)、2月22日(月)~26日(金)

☎0848-20-1218

耕三寺博物館 (瀬戸田町瀬戸田)

■ 冬季企画展 宝船版画

☑ 開催中~3月14日(日)

☑ 料 大人1,400円、大学生1,000円、高校生800円、65歳以上1,200円、中学生以下無料(耕三寺見学込)

9:00~17:00 (入館は16:30まで)

無休

☎0845-27-0800

尾道商業会議所記念館 (土堂一丁目)

■ 第39回企画展示 オノテツの車窓から~時空を旅する尾道鉄道沿線紀行~

その昔、尾道と御調をつないだ「オノテツ」こと尾道鉄道。当時の車窓から見たであろう沿線地域の企業・産業を特集します。

☑ 開催中~2月24日(水)

10:00~18:00

木曜休館(祝日は開館)

☎0848-20-0400

本因坊秀策囲碁記念館 (因島外浦町)

■ 本因坊秀策の遺品など展示中

尾道市の名誉市民であり、江戸時代の天才棋士「本因坊秀策」が記した棋譜などを展示しています。

☑ 料 大人310円、中学生以下無料

10:00~17:00 (入館は16:30まで)

火曜休館(祝日は翌日)

☎0845-24-3715

おのみち映画資料館 (久保一丁目)

■ 常設展

☑ 開催中

☑ 料 一般520円、団体420円、中学生以下無料

10:00~18:00 (入館は17:30まで)

火曜休館(祝日は翌日)

☎0848-37-8141

INFO お知らせ

農薬を散布するときは 近隣住宅地などへ配慮を

農薬は農作物の病気防止や害虫防除に有効な手段ですが、周囲に飛散することで人の健康などに影響を及ぼす場合があります。使用には周囲への配慮と細心の注意を行い、農薬を使用しない防除方法も検討しましょう。

■飛散の防止

- ・飛散の少ない農薬（誘引、塗布、樹幹注入や粒剤など）の活用や、最小限の区域の散布に努める。
- ・風の強さや向きに注意し、学校や通学路では子どもたちに影響が出ないよう天候や時間帯を選ぶ。
- ・クロルピクリンなど、揮発性が高く強い刺激臭があるものを使用する場合は、特に周囲に十分注意を払う。

■十分な事前周知

- ・周辺住民へ、使用目的・散布日時・使用農薬の種類などを知らせる。
- ・化学物質に敏感な人が居住していないか確認し、十分に配慮する。

■農薬散布以外の防除

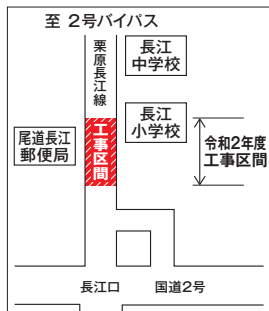
- ・防虫網を活用するなど、住宅地周辺ではできるだけ農薬を使用しない管理に取り組む。

ラベルに記載された内容を厳守し、農薬の適正な管理に努めましょう。

☎ 農林水産課 (☎0848-38-9473)

県道栗原長江線 夜間交通規制のお知らせ

長江小学校南側付近で舗装工事を行うため、夜間に車両通行止めの規制を行います。ご理解とご協力をお願いします。



工事期間 2月15日(月)～20日(土)
規制時間 22:00～6:00
☎ 水道工務課 (☎0848-37-8702)

尾道市成人式についてのお知らせ

■令和3年成人式

1月10日(日)に開催を予定していた令和3年成人式は、新型コロナウイルス感染症の全国的な感染拡大を受け、延期となりました。延期後の開催日は、8月15日(日)を予定しています。

■成年年齢引き下げ後の開催

民法改正により、令和4年4月1日から成年年齢が18歳に引き下げられますが、尾道市では、成年年齢引き下げ後も現行通り20歳を対象に開催します。

今後の成人式について(予定)

	日程	対象者
令和3年	8月15日(日)	H12.4.2～H13.4.1生まれの人
令和4年	1月9日(日)	H13.4.2～H14.4.1生まれの人
令和5年	1月8日(日)	H14.4.2～H15.4.1生まれの人

※開始時間や場所など、詳細については決定次第お知らせします。

☎ 722-8501 久保一丁目15-1

生涯学習課 (☎0848-20-7444・☎0848-37-0233)

✉ shogai@city.onomichi.hiroshima.jp

大規模な土地取引のときは 届出を

土地の投機的取引や地価の高騰による弊害を防止するとともに適正で合理的な土地利用を図るため、一定面積以上の土地取引には国土利用計画法に基づく届け出が必要です。

■対象となる土地と面積

- ①市街化区域の土地
2,000㎡以上
- ②その他の都市計画区域の土地
5,000㎡以上
- ③都市計画区域以外の区域の土地
10,000㎡以上

■届出の必要な土地取引

売買、交換、信託受益権の譲渡、共有持分の譲渡、営業譲渡、譲渡担保、地上権・賃貸権の設定・譲渡、予約完結権・買戻権の譲渡、地位譲渡など

■届出義務者 権利取得者(土地売買の場合は買主)

■届出期間 契約締結日を含めて2週間以内

※詳しくは市HPをご覧ください。
お問い合わせください。

☎ まちづくり推進課 (☎0848-38-9223)

LECTURE etc... 教室・講座

桃の節句フラワーアレンジメント ～春をさきどり～

桃には厄除け・魔除け・長寿のパワーがあるといわれています。桃を飾って春の訪れを楽しみましょう。



※写真はイメージです。

☎ 2月26日(金) 19:00～20:50

☎ 尾道市勤労青少年ホーム

☎ 10人

講師 高尾 勉さん(タカオフラワーブティック代表)

料 花材費 2,000円 持 はさみ

☎ 電話で

☎ 2月18日(木)

☎ 尾道市勤労青少年ホーム

(☎0848-22-5396/13:00～21:00)

デートDVを 考えるパネル展 「これって当たり前？」

パートナーとの関係は、平等でお互いを尊重しあえていますか？

DVは潜在化しやすい問題です。加害者にも被害者にもならないよう、パネル展を通してお互いの関係性を見つめ直してみましよう。(展示資料出典：内閣府男女共同参画局)

日時 **3月5日(金)～4月24日(土)**
8:30～17:15 (日・祝日休所)

※土曜の時間はお問い合わせください。

場所 **人権文化センター**

【共通事項】  人権男女共同参画課 (☎0848-37-2631)

人権文化講演会 「輝け！みんなの大事な命」



藪本雅子さん

日時 **3月20日(祝) 13:30～15:00**

場所 **御調文化会館**


定員 250人 (申込多数の場合、抽選)

※入場整理券が必要、3月上旬に送付。

※手話通訳・託児あり。

講師 藪本雅子さん

(フリーアナウンサー・記者)

 往復はがきの往信欄裏面に「郵便番号・住所・名前・電話番号・参加希望人数 (はがき1枚につき2人まで。2人の場合、同伴者の名前・住所・電話番号も記入)」、返信欄表面に「申込者の宛名」を記入のうえ郵送 (〒722-0041 防地町26-24 人権男女共同参画課)

※未就学児で託児が必要な人は「子どもの名前・年齢」も併せて記入し「託児希望」と朱書き。(定員3人)

締 3月1日(月)必着

「相続と遺言」講習会

遺言書さえあったらこんなことには・・・と後悔しないために。あなたとあなたの大切な人のために一緒に考えてみましょう。

日 3月4日(木) 13:30～15:00

場 御調文化会館

対 市内在住の人

定 40人 ※要申込。

講師 石本 仁さん (尾道公証役場公証人)

締 2月25日(木)

申 岡 北部地域包括支援センター

(☎0848-76-2495)

シルバー人材センター 講習会・仕事の説明会開催

■ 襖・障子張替講習会

日 3月9日(火)～12日(金) (4日間)

9:00～16:00

場 生きがい活動推進センター

定 10人

締 3月1日(月)

■ 剪定講習会

日 3月22日(月)～25日(木) (4日間)

9:00～16:00

場 市内の緑地 (予定地：向東町)

定 15人

料 1,580円 (傷害保険料)

締 3月11日(木)

◆ 仕事の説明会

シルバー人材センターでの仕事の内容に関する説明会を、次の日程で行います。

日時

3月 9日(火) 生きがい活動推進センター

3月10日(水) 御調支所別館

3月12日(金) 因島ふれあいセンター

時間 13:30～15:00

【共通事項】

対 市内在住の60歳以上の人

申 岡 (公社) 尾道市シルバー人材センター (☎0848-20-7700)

RECRUIT
etc...

募集

開業を応援 瀬戸田地区空き店舗 活用支援事業

店舗部分の施設改修や備品購入にかかる費用の一部を助成します。



対象地域 瀬戸田歴史的風致地区 (しおまち商店街周辺)

対 空き店舗・空き家を活用して新たに
出店開業する個人事業主・中小
企業者・NPO法人で、12月末まで
に開業できる人

内 対象経費の2分の1以内
(上限250万円)

締 2月26日(金)

申 岡 瀬戸田支所しまおこし課

(☎0845-27-2210)

大林宣彦監督追悼 第4回尾道映画祭2021

会場 しまなみ交流館

令和2年4月10日にご逝去された尾道出身の映画作家・大林宣彦監督が、尾道で撮影をした作品を特集上映します。

日時 **2月27日(土)** 開場 **12:00~**

上映作品 『海辺の映画館—キネマの玉手箱』
※当日はゲスト出演の予定あり(リモートの場合あり)。

料 前売 一般2,000円 高校生以下1,500円
当日 一般2,300円 高校生以下1,800円



©2020「海辺の映画館—キネマの玉手箱」
製作委員会/PSC、配給：アスミック・エース



©PSC

日時 **2月28日(日)**

上映作品 『さびしんぼう』開場9:30~ 『時をかける少女』開場13:10~ 『転校生』開場16:50~

料 三部作 一作品 前売 一般1,500円 高校生以下1,000円 / 当日 一般1,800円 高校生以下1,300円
通し券 前売 一般4,000円 高校生以下2,500円 / 当日 一般4,500円 高校生以下3,000円

チケット購入方法 尾道駅観光案内所、ロープウェイ山麓駅観光案内所、イープラスで販売

※状況により規模縮小・中止の可能性があります。最新情報は、公式HP・SNSでご確認ください。

尾道映画祭2021実行委員会(北村 ☎090-3630-9282) [HP https://o-ff.org/](https://o-ff.org/)

今治市へ行こう!

姉妹都市

今治城

関ヶ原の戦いでの戦功により伊予半国20万石を領した藤堂高虎が、瀬戸内海に面した海岸に築いた大規模な平城で、別名「吹揚城」とも呼ばれています。

無料アプリ「今治城AR」を使うと、AR(拡張現実)で再現された天守展望台から見下ろした江戸時代の今治城下の風景を、お手持ちのスマートフォン等で見るすることができます。

問 今治城

(☎0898-31-9233)



▲今治城HP



▲今治城AR

尾道地域 WEB企業合同説明会 参加者募集

日 3月13日(土) 13:30~16:30

場 オンライン会議ツール「Remo」での開催

対 新卒予定者、既卒者、一般求職者(パートを含む)

内 採用担当者による会社説明、情報・相談コーナー

※詳しくは、協議会HPをご覧ください。

定 100人 ※要申込。

締 1次 3月7日(日)、2次 3月12日(金)

※3月7日までに申込みの人は、操作確認を兼ねたりハーサルに参加できます。

申 尾道市ふる里就職促進協議会事務局(商工課内 ☎0848-38-9183)

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。 日日時・期間 会場所 対対象 内容 定定員 料金 料料金 持持持持物 電子メール 縮縮縮縮切 縮縮縮縮切 HPホームページ

市営住宅入居者募集

申込期間 2月24日(水)～26日(金)
抽選日 3月4日(木)

「申込のしおり(市営住宅入居者募集案内)*」やHPをご確認のうえ、お申込ください。(入居の資格あり。)

*市営住宅管理センター、まちづくり推進課、各支所で配布しておりますが、希望者には郵便でお送りしますので、ご連絡ください。

申問 市営住宅管理センター (☎0848-21-1266)

公営住宅	住宅名(所在地)	戸数	間取り	単身可能	家賃	公営住宅	住宅名(所在地)	戸数	間取り	単身可能	家賃
	三美園 No.1 (美ノ郷町三成)	1	2DK	○	8,300円~15,000円		住改良 賃貸住宅 特定公共	神西 (御調町神)	1	3LDK	○
幸が丘No.2 (栗原町)	1	3DK	○	10,100円~18,400円	天女が浜No.2 (向東町)	1		3DK	×	14,300円~28,100円	
福地浜 (福地町)	1	3DK	○	9,900円~14,100円	向浜A-1 (因島三庄町)	1		3LDK	×	17,600円~34,500円	
のぞみが浜No.2 (古浜町)	1	3DK	×	15,800円~31,000円	向浜B-2 (因島三庄町)	2		3LDK	×	19,100円~37,600円	
東新涯No.2 (高須町)	1	2DK	○	19,500円~38,400円	坂本No.2 (因島三庄町)	1		3DK	×	18,300円~36,000円	
岩井堂 (御調町市)	1	2LDK	○	21,000円~41,200円	新高山No.2 (新高山二丁目)	1		3DK	○	11,900円~15,700円	
土井ノ内 (御調町市)	1	3DK	○	17,300円~34,000円	才の奥 (御調町市)	1		3LDK	×	44,000円~62,000円	
杉谷 (御調町貝ヶ原)	1	3DK	○	21,200円~41,600円	本西 (御調町本)	2		3LDK	×	44,000円~62,000円	

*「岩井堂」はエレベーター設備あり。

墓地使用者募集

対 本市に住所か本籍を有し、3年以内に墓を設置できる人

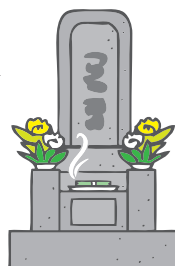
※1世帯につき1区画。

※必ず現地を確認してください。

申 住民票の写し(本籍記載のもの)

締 3月1日(月) ※申込多数の場合は抽選。

申問 環境政策課 (☎0848-38-9434)



名称	所在地	募集区画数 (面積)	使用料 (1回限り)	管理料
久保墓地	防地町23番地 (尾道刑務所の南西側)	1区画 (3.24㎡)	226,800円 (1㎡当たり 70,000円)	なし

※詳しくは、募集要項(市HPにも掲載)をご覧ください。

子育て世帯等住宅取得支援 事業の補助金交付申請は 3月31日までです

若年子育て世帯・新婚世帯が対象で、中古住宅の購入費用や、購入等により取得した中古住宅の改修費用の一部の助成する補助金です。

交付条件

中古住宅の購入や改修前に申請し、3月31日(水)までに補助事業を完了し報告ができるもの

補助内容 購入費等の2分の1

上限額 ①市内居住者・・・30万円

②移住希望者・・・50万円

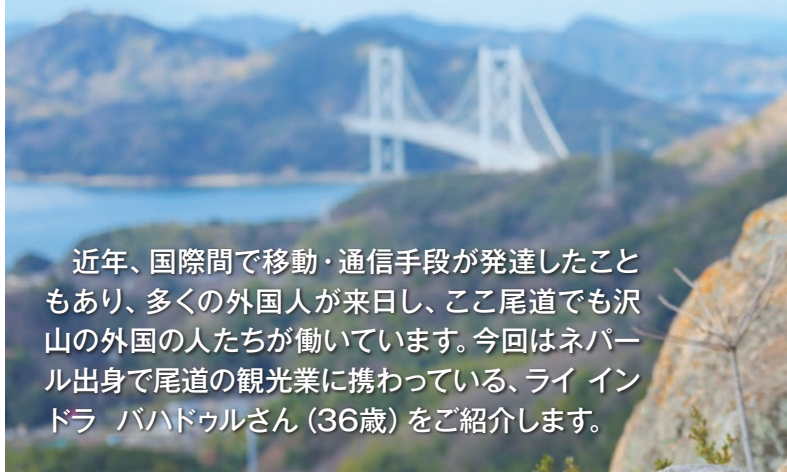
※いずれも親世帯と同居、近居で10万円加算。

※その他条件があります。詳しくは市HPをご覧ください。

申問 まちづくり推進課

(☎0848-38-9347)

ネパールから来た ライ インドラです!



近年、国際間で移動・通信手段が発達したこともあり、多くの外国人が来日し、ここ尾道でも沢山の外国人たちが働いています。今回はネパール出身で尾道の観光業に携わっている、ライ インドラ バハドゥルさん(36歳)をご紹介します。

■ ナマステ(こんにちは)、ライさん! 2018年に来日したと伺いましたが、日本語が上手ですね。

ナマステ!ネパールにいるとき、首都カトマンズの会社でヒマラヤ山脈のトレッキングガイドをしていました。日本人のガイドの仕事が多かったので語学学校へ行って日本語を勉強しました。英語も少し話せます。



■ なるほど、どおりで。ライさんの家族もガイドをされていたのですか?

両親は農家ですが、叔父がガイドをしていました。まだ私が16歳くらいの頃、叔父に連れられて日本人男性のカンチェンジュンガ山ガイドのアシスタントを

しました。お客さんと日本語で話をする叔父の姿がとても格好良く見え、私もガイドの仕事をしように決心しました。

■ ヒマラヤのトレッキングガイド時代、心に残るエピソードがあればお聞かせください。

先述の日本人のお客さんと仲良くなることができ、彼から「あなたに日本語を勉強してほしい」とお願いされました。彼が帰国した後、日本とネパールとの間で文通やメールでやりとりが続き、日本の本や珍しい物なども送ってくれたことが日本語を勉強し続けるモチ



ヒマラヤでのガイド時代のライさん。(中央) 心なしか今より精悍な感じが…。

■ 料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。 日日時・期間 対対象 内容 定員 料金 申込方法・申込先 場場所 問い合わせ先 電話 定員 料金 ファックス 所持持参物 電子メール 縮切 HPホームページ



エベレスト登山のベースキャンプまでのガイドがライさんの仕事。左の大きな荷物を背負った人は、シェルパと呼ばれる登山ガイドさん。

バージョンに繋がっていきました。私が日本語や日本の文化を学ぶ為に日本に来た時には必ず彼の自宅に招いてくれました。今でもお付き合いが続いており、日本の親のように思っています。もし、この日本人男性と出会っていなかったら、日本語の勉強やトレッキングガイドも続けていなかったと思います。

その日本人男性との出会いがライさんを日本へ導いたのですね。

ところで一般的にネパールでは日本の国は知られているのですか？

インドなど近くの国を除いて、一番よく知られている外国はアメリカですが、ニュースで総理大臣が変わったとか災害があったとか、日本のことはよく報道されるので皆知っています。

それは意外です。来日前のイメージと実際のギャップはありましたか？

ヒマラヤの山々には日本人をはじめとした多くの外国人が訪れますが、結構ごみが捨てられています。日本人のお客さんは、自分たちの分はもちろん他人の残ったごみも拾ってくれます。最初はびっくりしましたが、そのうち日本人は真面目だなと感心するようになりました。あとガイドの先輩から、日本はとてもキレイで、ネパールではありえないことに、時間通りに公共交通機関が運行していると聞かされていました。日本に行ったことを自慢げに言っているなと思っていましたが、実際来てみるとその通りでした(笑)。初めて成田空港に着いた時の驚きといったらなかったです。

日本はライさんにとっていい印象だったのですね。では尾道はどうでしょう？

最初は妻に連れられて千光寺公園の展望台へ行きました。そこで海と山が一体となった景色にとっても感動し、「何故もっと早くここに連れてきてくれなかったの？」と文句を言ったことを覚えています。その時の感動が、今の仕事に繋がっています。

あと、日本にいる友達に尾道で働いていると伝えると、みんな「尾道!知ってるよ!」と言ってくれ、なんだか嬉しくなります。

奥さんは日本人ですよ。馴れ初めなど教えていただけますか？(笑)

(照れながら) エベレストで彼女のガイドをしたことがきっかけです。最初はなんとも思っていなかった(本当ですよ!)のですが、1か月一緒にいる間に心が惹かれていき、彼女が帰国する時にお付き合いをお願いしました。幸いにもOKしてもらうことができ、半年後に結婚しました。その後、彼女の実家があるお隣の三原市に来ることになりました。先月、息子の飛真琉(※ネパール語でヒマラヤの意)も誕生し、とても幸せです。



二人が出会った時の写真。このときは結婚するとは夢にも思っていなかったでしょうね。



ネパールでの結婚式の様子。華やかな色彩です。



奥様の麻紀さん、息子のヒマール君と。とても幸せそう。

それまでのライさんと日本との関わりが、奥さんとのご結婚に繋がったのかもしれませんがね。日本での生活はいかがですか？

日本の食べ物が大好きで、好きなものTOP3はラーメン、鰻のかば焼き、うどんです。特にラーメンは一日3食とも食べていた時期もあるほどで、ラーメンが有名な尾道は天国です！あと日本食は、素材によって調理方法がたくさんあるのがいいですね。ネパールでは全ての食材をカレーに入れてしまうので、目をつぶって食べたら皆同じです(笑)。



尾道ラーメン、サイコーです！

現在、尾道の観光に関わるお仕事をされています。ヒマラヤでガイドをされていたライさんにピッタリだと思のですが。

2020年4月、(一社)尾道観光協会に入社しました。ネパールには海がないので、美しい瀬戸内海を毎日見ながら仕事ができるのはとても嬉しいです。実は船に乗るのもはじめてでした。仕事ではありますが、初めての体験ばかりでとても楽しいです。夏から秋にかけてはサイクリングツアーのガイドもしましたが、残念なことにコロナウイルスによる入国制限のため、外国人をガイドする機会はなかったです。

今後、ライさんや尾道観光協会が取り組みたいことはありますか？

やはり、尾道・しまなみ海道といえばサイクリングツアーが大きな柱になると思います。

その他にも美しい瀬戸内の自然を体験できるトレッキングツアーを行い、私と同じ感動を味わってほしいです。



事務所でデスクワーク。

しまなみ海道サイクリング



Onomichi U2前にてツアー出発前の説明

入社してすぐに、しまなみ海道は、日本全国からサイクリストが集まることがわかりましたが、サイクリングガイドをするのは初めてでした。

ガイドの仕事は、一定のスピードで走ることやお客さんにかかる言葉が難しいです。高齢の方をご案内することも多いので、怪我なくゴールできるよう安全に気を付けています。全長走ったゴールの後、一緒に達成感を味わえることも嬉しいことの一つです。

トレッキング(低山の登山)



向島の高見山遊歩道を登ると、奥に因島大橋が見えます。

ネパールでは険しい山が多く、山が連なった景色ばかりですが、しまなみ海道はどの島にも500m以下の登山道のある山があり、山頂からは海を眺めることができます。山と海と島々が一度に見られるのは瀬戸内海ならではの魅力です。

雪が少ない瀬戸内は冬でも登山ができるので、観光シーズンが落ち着くこの時期に、登山と島の柑橘を組み合わせたいツアーができないかとみんなで話しています。



■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。

■日時・期間 ■場所 ■対象 ■内容 ■料金 ■申込方法 ■申込先 ■お問い合わせ先 ■電話 ■FAX ■メールアドレス ■HP ■ホームページ

ノルディック・ウォーク



ポールを使ったウォーキングのことで、元々はスキークロスカントリーの選手が雪のない夏場のトレーニングとして始めたものです。体重がポールで分散され、足腰の負担を軽くできるので、通常のウォーキングより坂道を楽に登ったりすることができます。また、エネルギーの消費量が多いので、健康づくりやダイエットなどにも向いています。



しまなみ海道の橋や坂道・階段の多い尾道の街は、景色の変化も多く、楽しく歩いてトレーニングにも観光にも最適です。観光協会では市民の方も対象としたウォーキングツアーを企画しています。

尾道観光協会のツアープランは「おのたび」で検索してみてくださいね。

最後に読者の方に一言お願いします。



今、ガイドの仕事がないときは、お寺で昔の話を伺ったり、山手地区や商店街の路地を散策したりして、尾道のことを勉強しています。ネパールは日本ほど四季の変化がないので、街で見かける家屋の飾りや植物は、季節に合わせた変化があつてとてもおもしろいです。御調町では柿渋染め、島では柑橘の収穫の手伝いもしました。近いうちに陶芸や書道もチャレンジしてみたいです。これらで得た体験を活かして、国内外からのお客さんに尾道の良さを伝えたいです。

みなさん、街で見かけたら気軽に声を掛けてくださいね！

インタビュー Interview

(一社) 尾道観光協会
檀上事務次長

尾道では年々海外からの観光客が増えており、インバウンド用人員の確保が喫緊の課題となっていました。そこで当協会では2020年2月に求人を行い、面接時にライさんと出会いました。彼はヒマラヤで日本人相手にガイドを行っていたということで、お客さんへの対応や経験、体力など、我々が欲していた人材だと採用に踏み切りました。

GoToトラベル時にはしまなみ海

道のサイクリングツアーが盛況で、ライさんも慣れないながらも日々自転車でのガイドについてもらいましたが、彼の真摯に頑張る姿に大勢のお客様からお礼と感謝の言葉をいただいています。ライさんありがとうございます。

アフターコロナを見据え、ライさんは日本と海外との架け橋として最前線で活躍してくれることを期待しています。

相談

内 容	日 時	場 所	申込・問い合わせ先
弁護士相談 [要予約] (法律相談全般) ※受付は2月17日(水)から。 ※相談時間は20分。	3月1日(月)13:00~15:00	尾道市役所	秘書広報課 ☎0848-38-9395 すでに弁護士に相談中のもの、 書面の作成やチェックについての 相談などは対象外です。また、 相談は1回限りで、繰り返し相談 することはできません。
	3月19日(金)13:00~15:00	尾道市役所	
	3月3日(水)13:00~16:00	向島支所	
	3月5日(金)13:00~16:00	御調支所	
司法書士相談 [要予約] (土地・建物の登記ほか) ※相談時間は30分。	3月9日(火)13:00~16:00	向島支所	
	3月15日(月)13:00~16:00	尾道市役所	
	3月17日(水)13:00~16:00	因島総合支所	
行政相談 (国等に対する意見ほか。行政相談委員が 対応)	3月4日(木)13:00~16:00	因島総合支所	
	3月8日(月)13:00~16:00	尾道市役所/向島支所	
弁護士法律相談 [要予約] ※利用には収入などの条件あり。 ※相談日の一週間前の10:00から予約受付。	3月10日(水)10:00~16:00	広島地方裁判所	広島弁護士会尾道地区会 ☎0848-22-4237
	3月24日(水)10:00~16:00	尾道支部内(新浜一丁目)	
マンション管理士無料相談会	2月21日(日)13:30~16:30 受付は16:00まで	総合福祉センター	(一社)広島県マンション管理士会 ☎082-228-6581
行政書士無料相談会 (相続・遺言・農地法その他許認可手続き)	3月6日(土)13:00~16:00	総合福祉センター	広島県行政書士会尾道支部 ☎0848-29-6514
空き家バンク「空き家相談会」 ※対象地域はお問い合わせください。	3月6日(土)10:00~16:00	北村洋品店 (三軒家町3-23)	NPO法人尾道空き家再生プロジェクト ☎080-5624-5067
東部地域県民相談室 (離婚・相続・借金・近隣トラブルほか)	月~金曜(祝日を除く) 9:00~12:00、13:00~16:00	広島県福山庁舎3階	東部地域県民相談室 ☎084-931-5522 (*1)
人権相談 (差別や近隣とのめごとなどの人権問題ほか。 人権擁護委員が対応)	月~金曜(祝日を除く) 8:30~17:15	広島法務局尾道支局 (古浜町27-13)	広島法務局尾道支局 ☎0848-23-2883
くらしサポートセンター尾道 (働きたくても働けない、経済面等で生活に困っているほか)	月~金曜(祝日を除く) 9:00~16:00	総合福祉センター	くらしサポートセンター尾道 ☎0848-21-0322
子育て世代包括支援センター「ほかほか」 (妊娠・出産・子育て)	月~金曜、第4日曜(祝日を除く) 8:30~17:15	総合福祉センター	健康推進課 ☎0848-36-5003
青少年相談室 ※来所・訪問相談可。 (子どもの非行・学業・感情・家庭・いじめ)	月~金曜(祝日を除く) 9:00~15:30	青少年センター (旧筒湯小学校内)	青少年センター ☎0848-37-9459
年金相談 (公的年金制度全般) [要予約] ※予約締切時間は、希望日の前日(土・日・ 祝日を除く)の12:00まで。	火・木曜 10:00~15:30	尾道市役所(*2)	三原年金事務所 ☎0848-63-4111
	月曜 10:00~15:30	因島総合福祉保健センター	
	金曜 10:00~15:30	向島支所	
消費生活相談 (電話相談可)	月~金曜(祝日を除く) 9:00~12:00、13:00~17:00	尾道市役所	尾道市消費生活センター ☎0848-37-4848
尾道しごと館[予約優先] (仕事や就職に不安や悩みを持つ人の 相談窓口)	2月18日(木)16:30~19:20	尾道市役所	商工課 ☎0848-38-9183
	3月4日(木)13:30~16:20	尾道市役所	
	2月17日(水)13:30~15:20	因島総合支所	
	3月17日(水)13:30~15:20	因島総合支所	
因島一日職業相談会	2月17日(水)10:00~14:00	因島総合支所	しまおこし課 ☎0845-26-6212
	3月17日(水)10:00~14:00	因島総合支所	
就職支援セミナー (応募書類作成・面接対策・実践コースなど)	月2回(お問い合わせください。)	ハローワーク尾道	ハローワーク尾道 ☎0848-23-8609
	月1回(お問い合わせください。)	因島総合支所	

※1 東部地域県民相談室については、広島県生活センター(☎082-223-8811)でも相談できます。

※2 2月11日(木)、23日(火)は祝日のため開催しません。

◆総合福祉センターにおいても、各種相談を行っています。☎社会福祉協議会(☎0848-21-0322)

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。日・時間・期間・場所・対象・内容・定員・料金・持ち参物・電子メール・HPホームページ

1回だけだと思っていたら…定期購入に ～表示をしっかりと確認しましょう～

? 相談内容

スマホでSNSを見ていたら、「いまなら100円でお試し」という化粧品の広告が目に入り、100円ならと思って申し込んだ。しかし、後日、商品と一緒に送られてきた納品書を見て初めて、定期購入になっていたことに気付いた。購入したサイトを確認したところ、「このコースは1回のみお届けするコースですが、2週間後に自動的に『定期購入コース』に切り替わります」という表示があった。事業者にお問い合わせしたところ、「すでに解約期間を過ぎているため、解約はできない」と言われた。(20歳代 女性)

! アドバイス

相談者には、サイトに定期購入であることや解約期間について表示されているため解約は難しい旨をお伝えしました。ネット通販などの通信販売はクーリング・オフできません。返品や解約については、事業者が定めた規約に従うこととなります。購入前に、表示をしっかりと確認することが大切です。

◆定期購入のトラブルを防ぐために、表示を必ず確認しましょう。ホームページなどの広告では、「初回〇円」「送料のみ」などの表示が強調される一方で、定期購入が条件となっていることは小さく表示されている場合があります。定期購入が条件になっていないか、解約が可能な期間はいつまでか、解約の方法や申し出先はどのようになっているか購入前に必ずチェックしましょう。

■消費生活に関するトラブル等について、気軽にご相談ください

☎尾道市消費生活センター(商工課内) ☎0848-37-4848

司法書士による島しょ部一斉法律相談会

日本司法書士会連合会中国ブロック会では、司法書士や弁護士が少ない地域において住民の司法アクセスの機会を確保し、法律問題でお悩みの方々の法的解決を目的とする相談会を実施します。

☎☎日本司法書士会連合会中国ブロック会
(☎082-221-5345)

☎3月7日(日) 10:00~16:00

※予約不要(予約者優先)、相談時間:1組1時間

☎因島総合福祉センター(はっさく交流館)

相談事項 相続・遺言、空き家、成年後見人、借金の悩み、悪質商法被害、不動産・会社の登記、交通事故、夫婦・親子関係、その他司法書士が相談を受けることができる法律問題全般



尾道市医師会当番医

診療時間: 9:00~17:00 (時間厳守)

月 日	内科系	小児科系	外科
2月11日	湯浅内科 土堂2 ☎23-7070	土本ファミリークリニック(小・内) 向島 ☎44-0246	板阪整形外科クリニック 高須 ☎56-0506
14日	松本病院 久保3 ☎37-2400	田辺クリニック(内・小) 古浜 ☎24-1155	正岡外科胃腸科医院 栗原西1 ☎23-5255
21日	大田垣医院 向島 ☎44-0660	かなもと医院(小・内) 門田 ☎23-4677	かなもと医院 門田 ☎23-4677
23日	井手内科クリニック 土堂2 ☎22-3738	こどもクリニックさとう(小) 久保1 ☎20-7330	笠井病院 久保1 ☎37-2308
28日	村上記念病院 新浜1 ☎22-3131	板阪内科小児科医院(内・小) 西久保 ☎37-3803	三宅医院 向島 ☎44-1048
3月7日	山本医院 美ノ郷 ☎48-0021	向島小児科外科クリニック(小・外) 向島 ☎44-7881	上野整形外科 高須 ☎46-0080
14日	おかはし内科医院 三軒家 ☎22-2262	宮地クリニック(小・内) 栗原 ☎22-8855	得本医院 向島 ☎45-0555

※市外局番はいずれも「0848」です。※診療時間にご注意ください。

※変更になることがありますので、尾道市消防局(☎0848-55-9120)または当番医へ受診前に電話でご確認ください。

※因島地区については「因島医師会病院(因島中庄町 ☎0845-24-1210)」がすべての休日に対応します。

※瀬戸田地区については、お知らせカレンダーをご参照ください。

※毎日(土・日・祝日を含む) 20:00~23:00は夜間救急診療所で診療しています。急なけがや病気の際はご利用ください。



尾道市歯科医師会当番医

診療時間: 9:00~13:00 (時間厳守)

月 日	歯科
2月11日	古川歯科医院 美ノ郷 ☎48-2666
14日	ほていや歯科 新高山2 ☎56-0821
21日	三谷歯科医院 長江1 ☎37-3370
23日	三藤歯科医院 門田 ☎23-5533
28日	みやもと歯科医院 三軒家 ☎22-8211
3月7日	宗永歯科医院 向東 ☎44-6470
14日	吉田歯科医院 東久保 ☎37-1892



18 新春恒例 火渡り行事

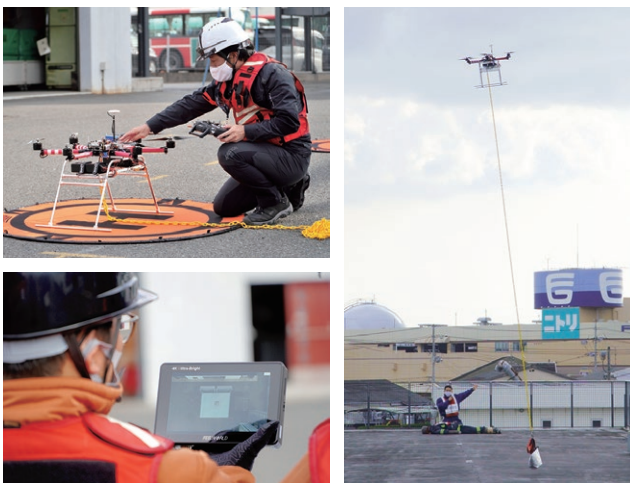
西國寺で、元旦からの護摩の総仕上げとして「柴燈大護摩法要」が行われました。火のついたヒノキの葉の上を山伏姿の行者が渡った後、煙の立ち込める炭の上を約90人の信者などが、1年の無病息災や家内安全などを願いながら渡りました。表紙の写真もこの日の様子です。

麻生副住職によると、新型コロナ退散を願う強い思いからか、今年の火はいつもより熱かったそうです。

寒波襲来! 千光寺公園も雪化粧

二十四節気の23番目「小寒」を迎え、尾道市内でも厳しい寒さが続きました。9日(土)には気温が-6度を下回り、凍結による水道管破裂が1,000件も発生したり、池や川に氷が張ったりしました。

また、12日(火)には市街地では珍しく雪が積もり、千光寺公園もうっすら雪化粧。春には満開の桜でピンク色に染まる公園も、冬のこの日は白色の静かな情景でした。



117 新技術で災害に備えます

阪神淡路大震災より26年を迎えたこの日に合わせ、市消防局では「ドローン」を使った訓練を行いました。土砂崩れにより道路が寸断され、災害現場に救助隊が侵入できない状況への対応という設定です。

まず撮影用ドローンにより現場の様子をカメラ中継し、続いて大型のドローンで要救助者に向けて連絡用のトランシーバーや飲料水などの物資を投下しました。

今後も技術の進歩により、災害への対応力が高まることが期待されます。

122 文化財を守る! お寺で消防訓練

多くの文化財がある尾道市。火災による焼損を防ぎ、文化財を守るため、毎年1回「文化財保護デー」に合わせて訓練が行われています。今回は、御調町の照源寺で、地震で倒れたろうそくにより本堂から出火し、延焼しているという設定で訓練が行われました。消防局、地元消防団や寺関係者が連携し、「いざ」というときに備えて、通報、避難誘導、火災防ぎよなどの動きを再確認しました。