



人口	257,596人(-54)
男	122,338人(-40)
女	135,258人(-14)
世帯数	112,993世帯(+22)
面積	191.62km ²

10月1日市バスがより便利に

新たな循環線を
新しいバスが走ります!!

バスは、地域の皆さんの通勤や通学など生活の交通手段として、重要な役割を担っています。徳島市では、市民の皆さんの利便性を高めるため、10月1日から、川内循環線・東部循環線・南部循環線を新設し、全面的なダイヤ改正を行います。便利になる市バスにぜひ、ご乗車ください。

便利で快適な
バス路線へ

バスは、高齢社会や環境の保全などに対応し、人やまちに優しく、市民生活に欠かせないものです。

循環線が
全部で四つに

路線の見直しとして、川内循環線・東部循環線・南部循環線を新設します。それに伴い、従来運行している循環線の名称を「中央循環線」に変更します。

川内循環線

川内循環線は、現在、川内方面を運行している川内支所前行きと富吉団地行きを米津団地方面まで乗り入れます。

また、地域の教育施設や商業施設が利用しやすくなるよう、朝や昼など一部の便では、前野およびマルナカ前を経由します。さらに、左回りについては、一部の便を除き、市民病院玄関前まで乗り入れます。

川内循環線
ルート図



川内循環線 車両イメージ
路線バスとして本市で初めてとなる環境に優しい小型ノンステップバスを導入(乗車定員33人程度)



なお、循環線への移行に伴い、現在の前川經由富吉団地行きの前川〜鈴江間については運行休止となりますので、ご注意ください。

【運行時間・便数】平日は、左回り(7時台〜20時台)・右回り(6時台〜21時台)各10便運行します。土・日・祝日は、左回り(8時台〜20時台)・右回り(6時台〜19時台)各7便運行します。

【運賃】大人普通運賃で120円〜320円。12歳未満の人や身体障害者の人などは、その半額(5円の端数は切り上げ)です。

東部循環線

東部循環線は、市内の東部地域を運行する商業高校行きと末広住宅行きとの2路線をつなぎ、循環させる路線です。この路線により、地域の医療機関や教育施設が利用しやすくなります(下図参照)。

【運行時間】6時台〜21時台(左回り・右回りとも約1時間) ※8時台〜15時台は市民病院玄関前まで乗り入れます。

【運賃】200円の均一区間料金。12歳未満の人や身体障害者の人などは100円。

南部循環線

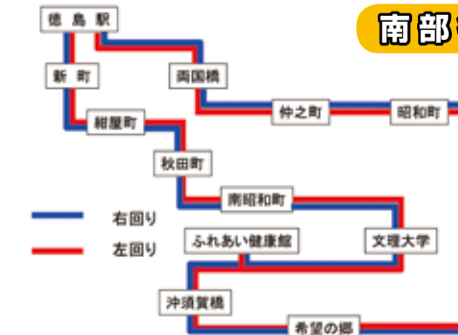
南部循環線は、市内の南部地域を運行する新浜行き、山城町行き、大野・新浜行きを再編・統合し、循環させる路線です。この路線により、ふれあい健康館や大型商業施設が利用しやすくなります(下図参照)。

【運行時間】9時台〜19時台(左回り・右回りとも約35分) ※それ以外の時間帯も新浜行きと山城町行きは運行します。

東部循環線ルート図



南部循環線ルート図



全路線の
ダイヤを改正

循環線の新設と同時に、全面的なダイヤ改正を行います。各路線の運行時刻が変更になりますので、ご注意ください。

新しい時刻表は、8月下旬から徳島駅前市バス案内所など市内各所に置く予定です。

なお、定期券、回数券、高齢者などの無料乗車証は今までもご利用できます(新設する三

つの循環線でも使用可)。また、改正により吉野川橋線、津田海岸町行きのうち木材団地部分が運行休止となります。

市民の皆さんにとって、身近な公共交通機関となるよう努めてまいりますので、今後も市バスをご利用ください。

問い合わせ先 交通局営業課

☎(023)21154
※川内循環線については、地域交通課 ☎(621)5535
または、徳島バス ☎(622)1811へ。

スポーツ教室の受講生を募集!

平成23年度(前期)スポーツ教室の空き教室の受講生を募集します。いずれの教室も、前期受講生は継続して後期も受講できます。

[内容・対象・受講料など] 下表のとおり(年齢・学年は平成23年4月2日現在)。受講料は1回あたりの受講料(税・保険料込み)×前期残り回数で計算(ヨガ・太極拳・えいごでたいそうは1期分残り回数)。**[託児]** 対象は1～6歳。託児料金1回300円×教室回数が必要。**[駐車場]** 市立体育館教室、西の丸テニス教室を受講の人で駐車場を利用の場合は、別途駐車料金が必要。**[問い合わせ先]** ▶市立体育館教室・西の丸テニス教室・スポーツセンター教室=市立体育館(☎654-5188)▶海洋センター教室・青少年交流プラザ教室=B&G海洋センター(☎662-4535)

市立体育館教室

曜日	教室名	時間	受講資格	託児	受講料
月	すくすくベビー&ママ講座(ラッココース)	10:00~10:45	首が据わっているお子さんと保護者	-	1回 800円
	ベビーマッサージ&ママのリフレッシュ講座	10:00~11:30	首が据わってからハイハイまでのお子さんと保護者	-	1回 1,000円
火	バレーボール A	10:15~11:45	18歳以上の女性	○	1回 600円
	親子スポーツ A	10:30~11:45	2歳・3歳と保護者	○	1回 650円
	健康ヨガ A	10:15~11:30	18歳以上	○	1回 1,000円
	ワンバックスports	15:30~16:30	5歳	-	-
	チャレンジスポーツ A	16:45~18:00	小1~小3年生	-	1回 600円
	ジュニア球技 A	16:45~18:00	小4~小6年生	-	-
水	健康ヨガ B	20:00~21:00	18歳以上	-	1回 1,000円
	バドミントン A	10:15~11:45	18歳以上の女性	○	1回 600円
	親子スポーツ B	10:30~11:45	2歳・3歳と保護者	○	1回 650円
木	楽しいフラダンス	10:30~11:30	18歳以上	○	1回 1,000円
	チャレンジスポーツ B	16:45~18:00	小1~小6年生	-	1回 600円
	ボディコンディショニング	10:15~11:45	18歳以上の女性	○	1回 600円
金	エンジョイスports	10:15~11:45	18歳以上の女性	○	1回 600円
	バレーボール B	10:15~11:45	18歳以上の女性	○	1回 600円
	初めてのバドミントン	10:15~11:45	18歳以上の女性	○	1回 600円
	エンジョイランニング	10:15~11:45	18歳以上の女性	○	1回 600円
	バドミントン B	10:15~11:45	18歳以上の女性	○	1回 600円
土	ダイエットエアロ	10:30~11:30	18歳以上	○	1回 1,000円
	はじめて太極拳(初級)	13:00~14:00	18歳以上	○	1回 1,000円
	すこやか太極拳(中級)	14:15~15:15	18歳以上	○	1回 1,000円
日	チャレンジスポーツ C	16:45~18:00	小1~小6年生	-	1回 600円

西の丸テニス教室

曜日	教室名	コース	時間	受講資格	託児	受講料
火	テニス B	上級	10:15~11:45	18歳以上	○	1回 600円
	ソフトテニス A	初心者~上級	10:15~11:45	18歳以上	○	
	テニス C	初心者	13:30~15:00	18歳以上	○	
	テニス D	初級・中級	13:30~15:00	18歳以上	○	
水	ジュニアソフトテニス A	小・中学生	16:30~18:00	小1~中3年生	-	1回 600円
	テニス E	初級・中級	10:15~11:45	18歳以上	○	
	テニス G	初級	13:30~15:00	18歳以上	○	
	テニス H	中級・上級	13:30~15:00	18歳以上	○	
木	ジュニアテニス A	小・中学生	16:30~18:00	小1~中3年生	-	1回 600円
	テニス K	初級・中級	13:30~15:00	18歳以上	○	
	テニス L	シニア初級	13:30~15:00	55歳以上	-	
	ジュニアソフトテニス B	小・中学生	16:30~18:00	小1~中3年生	-	
金	ソフトテニス B	初心者~上級	10:15~11:45	18歳以上	○	1回 600円
	テニス M	中級・上級	13:30~15:00	18歳以上	○	
	ジュニアテニス B	小学生	16:30~18:00	小1~小6年生	-	

スポーツセンター教室

曜日	教室名	コース	時間	受講資格	託児	受講料
月	ソフトテニス	初級	10:15~11:45	18歳以上	-	1回 600円

海洋センター教室

曜日	教室名	時間	受講資格	託児	受講料
水	ミセスエンジョイスports	10:30~11:30	18歳以上の女性	-	1回 600円
	キッズテニス	16:45~17:45	4歳・5歳	-	1回 600円
金	小学生チャレンジ	16:30~17:45	小1~小6年生	-	1回 600円

青少年交流プラザ教室

曜日	教室名	時間	受講資格	託児	受講料
火	えいごでたいそう 1・2・3	15:30~16:30	4歳・5歳	-	1回 1,000円
	四季のガーデニング講座(秋コース)	13:30~15:00	18歳以上	-	4,000円
木	リラクسسヨガ A	10:00~11:00	18歳以上	-	1回 1,000円
	リラクسسヨガ B	19:30~20:30	18歳以上	-	1回 1,000円

固定資産税を減額します

バリアフリー改修工事に伴う減額

ハリアフリー改修工事を行い、次の要件を満たす場合は、翌年度分の家屋の固定資産税を3分の1減額します(1戸当たり床面積100平方メートル相当分まで)。

▼平成19年1月1日以前に建てられた住宅(賃貸住宅は除く)
▼平成23年1月2日~12月31日に工事が完了した住宅
▼次の工事で、地方公共団体からの補助金や介護保険の給付などを除く自己負担額30万円以上のもの
▽廊下の拡張▽階段のこう配の緩和▽浴室の改良▽便所の改良▽手すりの取り付け▽床の

段差の解消▽引き戸への取り替え▽床表面の滑り止め化
▼次のいずれかの人が居住する住宅
▽65歳以上の人▽要介護認定または要支援認定を受けている人▽障害のある人
※省エネ改修を除く新築住宅特例や耐震改修特例の対象となっていない年度には適用できません。

▼平成23年1月2日~12月31日に工事が完了した住宅
▼改修工事に要する費用が30万円以上のもので、省エネ基準を満たし、平成23年1月2日~12月31日に工事が完了した住宅
▼昭和57年1月1日以前に建てられた住宅

合は、翌年度分の家屋の固定資産税を3分の1減額します(1戸当たり床面積120平方メートル相当分まで)。
▼平成20年1月1日以前に建てられた住宅(賃貸住宅は除く)
▼窓の断熱改修工事(必須)およびその工事と併せて行う床、天井または壁の断熱改修工事により、新たに省エネ基準を満たし、平成23年1月2日~12月31日に工事が完了した住宅
▼改修工事に要する費用が30万円以上のもので、省エネ基準を満たし、平成23年1月2日~12月31日に工事が完了した住宅
▼昭和57年1月1日以前に建てられた住宅

耐震改修工事に伴う減額

耐震改修工事を行い、次の要件を満たす場合は、翌年度分から2年間家屋の固定資産税を2分の1減額します(1戸当たり床面積120平方メートル相当分まで)。
▼昭和57年1月1日以前に建てられた住宅
▼平成23年1月2日~12月31日に、工事費30万円以上の耐震改修工事を完了した住宅

ごみ減量徳島市民大作戦 No.22 乾電池ごみを減らそう!



平成22年度の徳島市の有害ごみの量は、約57トンドでした。有害ごみの中には使用済み乾電池も含まれていました。少しでもごみを減らすため、使い捨て乾電池の使用を控え、充電式の乾電池を使用してみませんか。
※充電式乾電池使用禁止の製品もあるので、使用前には必ず製品の説明書などを確認してください。
例えば、市内約11万世帯が一年間に4本の乾電池を捨てていくと、年間44万本もの乾電池が捨てられています。これを減らすには、充電式乾電池に切り替えれば約8割(単三電池1個20gとして計算)の有害ごみを削減できます。

1日以降に工事が完了したものの、建築指導課(市役所4階)が発行。
①以外の改修が行われた住宅は建築士事務所所属する建築士が発行。ただし、改修前に現行耐震基準に適合させる設計を行った上で計画的に工事が行われた住宅、または、改修後に建物の耐震診断を行

不用品活用

[譲ります] (品名、使用年数、価格)
▷ベビーベッド、5年▷ポータブルトイレ、2年、3,000円▷簡易設置型洋式トイレ、新品同様▷ルームウォーカー、3年▷ガス炊飯器、2年▷全自動洗濯機、8年▷下駄箱、8年▷オルガン、30年▷デジタルチューナー、新品、1,000円 ※価格なしは全て無償。 **[譲ってください]**▷歩行者▷グラウンドゴルフクラブ
[用]はがきに希望の品(1人1品目)・住所・名前・電話番号を記入し、8月22日(月)(必着)までに、消費生活センター(〒770-0834 元町1)へ。同24日(水)に抽選し、当選者のみに連絡します。
[問] 消費生活センター(☎625-2326 火曜日・祝日は休み)

親子ふれあいプラザ (ふれあい健康館1階)

[9月の行事] ☎657-0065
いずれも参加無料 ※印は要申し込み ★印は当日先着30人

- ◆子育てセミナー
「おんぶしてだっこしてふれあい遊び」※
日時 9月13日(水)10:30~11:20
場所 親子ふれあいプラザ(きりんルーム)
講師 徳島おはなしを語る会代表 中 洋子さん
定員 就学前の子どもとその保護者 30組
- ◆親子教室
対象 就学前の子どもとその保護者

日	時	内 容
毎日	10:30~11:00 14:30~15:00	絵本の読み聞かせ
9日(金)	10:30~11:20	おしちゃん、おはあちゃん、ありがとう★
14日(水)	10:30~15:00	子育てカウンセリング※ 臨床心理士 森 隆子さん
21日(水)	10:30~11:20	つくって、遊ぼう★
28日(水)	10:30~11:20	お誕生パーティー※(9月生まれ)

開館時間は9:00~18:00(日・祝は16:00まで)
月曜日は休館

市役所・各支所・コミセンなどには使用済み乾電池の回収ボックスを設置していますので、ご利用ください。また、粗大ごみを出す際に一緒に出すことも可能です。適切なごみの処理、減量にご協力ください。

[問い合わせ先] 市民環境政策課(☎621-5202)

終戦記念日を機に 平和への誓いを新たにしましょう

8月15日、66回目の終戦記念日を迎えました。あの忌まわしい戦争によって、多くの人々が犠牲になり、旧市内の大半が焦土と化しました。米軍機による大空襲により、今日の水と緑に恵まれた美しい徳島市からは、考えられないような悲惨で恐ろしい光景が繰り広げられました。私たちは、あの痛ましい戦争を二度と繰り返してはなりません。平和で安全な生活を守り続けるために、今ここで、もう一度平和について考えてみましょう。そして、戦争体験を風化させることなく、次の世代に語り継ぎ、平和、命の尊さを未来を担う子どもたちに伝えていきましょう。この戦争で犠牲となられた人々のご冥福を心からお祈りいたします。
[問い合わせ先] 総務課(☎621-5017)

掲示板

申…お申し込み方法 問…お問い合わせ先

募集

給与支給明細書と給与袋への広告掲載

市職員に配布する「給与支給明細書」と「給与袋」に広告を掲載する事業者を募集。広告媒体は①給与支給明細書＝カット紙、A5サイズ②給与袋＝連続用紙、縦4.5インチ×横10.5インチ(両用紙とも裏面に広告掲載)。広告掲載期間は10月～平成24年9月の計15回。配布枚数は1回当たり約2,800枚。広告主は、広告掲載料のほか、給与支給明細書と給与袋の作成に係る一切の費用の負担を。募集概要など詳しくは、市ホームページを参照。

申8月22日(月)までに、所定の申込書で人事課(市役所7階 ☎621-5027)へ。

市立保育所の臨時保育士

若干名募集。応募資格は、保育士証を持つ人で採用は随時。日給は7,550円。

申履歴書を持って、保育課(市役所南館2階 ☎621-5195)へ。

8月の健康教室 「コレステロールはワル者？」

8月26日(金)13:30～15:00。保健センター会議室(ふれあい健康館3階 沖浜東2)で。内容は生活習慣病予防のための保健師・管理栄養士による健康教室。対象は40歳以上の市民。定員は25人(先着)。準備物は健診結果、健康手帳。受講は無料。

申保健センター (☎656-0534)へ。

転ばない身体づくり講座

9月1日～22日の毎週木曜日10:00～11:30(全4回)。保健センター元気回復室(ふれあい健康館2階)などで。内容は要介護状態の予防を目的に、転倒予防や筋力アップなどの講話と実技。対象は65歳以上の運動初心者で医師から運動制限を受けていない市民で、全日程に参加できる人。ただし、昨年度と同講座受講者や介護保険認定者は除く。定員は20人(先着)。準備物は、運動しやすい服、靴、上靴、タオル、水分補給の水など。

申保健センター (☎656-0534)へ。

筋力アップでアンチエイジング講座

9月1日～22日の毎週木曜日13:30～15:00(全4回)。保健センター元気回復室(ふれあい健康館2階)などで。内容は生活習慣病予防のための講話と実技。対象は64

歳以下で医師から運動制限を受けていない市民で、全日程に参加できる人。ただし、昨年度の「今から始める筋力アップ講座」受講者は除く。定員は20人(先着)。準備物は、運動しやすい服、上靴、タオル、水分補給の水など。

申保健センター (☎656-0534)へ。

ガラス工芸体験観光

9月4日(日)。徳島ガラススタジオ(勝占町中須)で。▶吹きガラス体験＝9:30～11:45。対象は15歳以上(中学生は除く)。体験料2,500円。8月20日(土)10:00から電話受け付け。定員6人(先着)▶サンドブラスト体験＝13:00～17:00。対象は小学生以上。体験料1,000～1,500円。当日受け付け(15:30まで)。

申徳島ガラススタジオ(☎669-1195)へ。

催し

ニュースポーツのつどい

8月27日(日)9:00～12:00。内町小学校(徳島町城内)体育館・グラウンドで。種目はペタンクとカローリング。対象は市民。参加費は無料。希望者は、直接会場へ。カローリング参加者は体育館シューズのご用意を。

問スポーツ振興課(☎621-5427)

家族のための子どものこころ支援講座

9月16日(金)15:00～17:00。ふれあい健康館2階会議室で。対象は不登校や引きこもりが心配な市内の小・中学校の児童生徒の家族。内容は子どもの褒め方や叱り方、接し方などについて。参加は無料。

問教育研究所(☎621-5432)

おしらせ

学生の選挙権は現在の居住地

学生の「住所」は、修学地(現在の居住地)。住民票を郷里に残したまま、寮や下宿などに居住している学生が選挙権を行使するためには、修学地に住民票の移動を。

問選挙管理委員会事務局(☎621-5373)

子宮頸がん予防ワクチンの接種を受けましょう

高校1・2年生相当の女子(平成6年4月2日～平成8年4月1日生まれ)と中学生女子を対象に子宮頸(けい)がん予防ワクチン接種を実施。対象となる人は、送付した予診票を委託医療機関にお持ちの上、接種を。予診票がない人は再交付ができるため、母子健康手帳をお持ちの上、直接保健セン

ターまで。接種期限は平成24年3月31日まで。ただし、高校1・2年生相当女子の初回の接種期限は平成23年9月30日までで、初回接種が10月以降になった場合は、公費負担の対象外となるのでご注意ください。

問保健センター (☎656-0540)

児童扶養手当現況届の提出を

下表の日程・場所および子育て支援課(市役所南館2階)で、8月31日(火)まで受け付け。通知書・印鑑(朱肉使用)・手当証書・年金手帳(未届者のみ)などが必要。なお、現在支給停止中の人も、前年分所得によっては受給できる場合があるので提出を。

月日	場所	月日	場所
8/16(火)	勝占中部コミセン	8/23(火)	加茂名コミセン
8/17(水)	八万中央コミセン	8/24(水)	津田コミセン
8/18(木)	川内公民館	8/25(木)	加茂コミセン
8/19(金)	上八万支所	8/26(金)	沖洲コミセン
8/22(月)	南井上コミセン	時間はいずれも10:00～15:00	

問子育て支援課(☎621-5194)

特定健康診査の受診を忘れずに

対象は市国民健康保険加入者で昭和11年10月1日～昭和47年3月31日生まれの人。県内委託医療機関で12月20日(火)まで実施(昭和11年10月1日～昭和12年3月31日生まれの人は9月30日(金)まで)。自己負担金は1,000円。

受診時には受診券(6月末までの加入者には受診券を送付済み。7月末までの加入者は9月上旬、8月末までの加入者は10月上旬)に送付済み。ただし、8月に加入の昭和11年10月1日～昭和12年3月31日生まれの人は9月末までの受診になるため、受診券は希望者のみに送付。受診希望者は9月中旬までにご連絡を)と市国民健康保険証が必要。

問保険年金課(☎621-5159)

日本脳炎予防接種対象年齢を拡大

平成17年度～21年度の積極的な勧奨の差し控えにより、日本脳炎の予防接種の機会を逃した人も公費接種の対象に。未接種で対象年齢の人は積極的に接種を。対象は平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの人。接種期限は20歳未満(20歳の誕生日の前々日まで)。接種場所は委託医療機関で。接種費用は無料。なお、予診票がない人は再交付できるので母子健康手帳をお持ちの上、直接保健センターへ。

問保健センター (☎656-0540)

がん検診などを実施

実施期間は12月20日(火)まで。個別検診は、大腸がん・前立腺がん・子宮頸がん・乳がん・もの忘れ・肝炎ウイルス。集団検診は、胃がん・肺がん。対象は市に住民登録のある人。いずれの検診も受診整理券(該当者に送付済み)が必要。各検診の日程・場所などは市役所・各支所・コミセンにあるチラシ、市ホームページを参照。

なお、対象者に送付予定であった大腸がん検診無料クーポン券は送付中止となり、送付済みの受診整理券でそのまま代用を。詳しくはお問い合わせを。

問保健センター (☎656-0530)

ひまわりっこ手帳を送付

生後2カ月に達する月のお子さんに対し、定期予防接種(BCG・三種混合・ポリオ・麻しん風しん混合・日本脳炎)の予診票と4カ月児・9～11カ月児の健康診査受診票が付いた「ひまわりっこ手帳」を送付。ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチンの予診票も同封。生後3カ月に達しても届かない場合はご連絡を。

問保健センター (☎656-0540)

すだちパッケージをご利用ください

お土産や結婚式、出張などすだちを贈り物として利用する人に、すだちパッケージ(2個詰め・5個詰めの2種類)を進呈。進呈数量は1人50箱程度まで。希望者は直接農林水産課(市役所3階)へ。

問農林水産課(☎621-5252)

下水道排水設備工事責任技術者試験

11月16日(水)13:40～(受講者講習会は11月2日(水)13:40～)。アスティとくしま(山城町東浜傍)で。申込期間は9月1日(木)～30日(金)。

下水道排水設備工事責任技術者更新講習

11月18日(金)13:30～。アスティとくしまで。対象は登録有効期間が平成24年3月31日までの人。申込期間は9月1日(木)～30日(金)。

問いずれも県建設技術センター(☎625-3991)、保全課(☎621-5307)

いのちの電話チャリティー講演会

8月27日(日)14:00(開場13:30～)。あわぎんホール(県郷土文化会館)で。自殺予防の啓発を目的とした講演会。講師は白浜レスキューネットワークの藤藪庸一さん。入場前売り券は大人1,200円(当日1,500円)、学生1,000円(当日1,200円)。中学生以下は無料。

問徳島いのちの電話(☎652-6171)

ポリオ予防接種を実施

保健センター母子保健ルーム(ふれあい健康館2階)で実施。対象は、生後3カ月～90カ月未満で、2回投与を受けていない乳幼児。接種は無料。

実施日	生まれ月	実施日	生まれ月
9/1(木)	1月	9/7(水)	8～9月
9/2(金)	2～3月	9/8(木)	10～11月
9/5(月)	4～5月	9/13(火)	12月
9/6(火)	6～7月	受付時間	13:00～14:00

*1 都合が悪い場合は日程の中で変更してください。
*2 接種は11:00の時点で暴風警報が出ている場合は中止します。

問保健センター (☎656-0540)

中央公民館の講座受講生募集

【対象】市内在住・在勤・在学の18歳以上の人。

【申し込み方法】各地区公民館、中央公民館にある要項のはがき(50円切手貼付)に希望講座名、住所、名前、年齢、性別、電話番号を記入し、8月31日(水)(必着)までに中央公民館(〒770-0851 徳島町城内2-1 ☎625-1900)へ。直接申し込みも可。希望者多数の場合は抽選。

長期市民講座(後期:10月から全15回)受講料7,500円

曜日	講座名	定員	時間
月	三味線	40	13:00～15:00
	月曜カラオケ	60	13:30～15:30
	エアロビクスダンス	60	18:30～20:30
水	社交ダンス	40	10:00～12:00
	骨盤ストレッチ	25	
	南京玉すだれ	25	
木	機能改善フィットネス	40	10:00～12:00
金	みんなのヨーガ	35	9:30～11:30
	ハワイアン・フラ	40	10:00～12:00
	太極拳	40	18:30～20:30
	健康ヨーガ体操	30	
土	初歩の太極拳	30	13:30～15:30

成人大学講座(後期:10月から全15回)受講料7,500円

曜日	講座名	定員	時間
月	写真	30	10:00～11:30
	日本画	25	10:00～11:30
	水墨画	25	13:00～15:00
水	絵手紙	40	9:30～11:30
	たのしい書	20	13:30～15:00
	やさしい英会話	20	14:00～16:00
木	ペン習字	30	9:30～11:30
	薬草と健康	30	10:00～11:30
	木曜茶道	15	13:00～15:00
	洋画	20	18:30～20:30
初歩の英会話	30		
金	表装A	15	9:30～11:30
	表装B	20	13:00～15:00
	ブリザーブド&押し花	20	13:30～15:30
	木彫	15	
土	書道を楽しむ	20	14:00～15:30
	なんとかなりそう中国語	20	9:30～11:30

糖尿病予防大作戦



まず8000歩・腹八分目でとくしましよう!

…Q&A 食事編④…

Q アルコール1日の適量は?

A 1日平均で約20gです。

アルコール	適量	純アルコール量
日本酒(15度)	1合(180ml)	約20g(※高齢者、女性の場合は、純アルコール量で約10g)
ビール(5度)	1缶(500ml)	
焼酎(25度)	1/2合(100ml)	
ワイン(12度)	グラス2杯(200ml)	
ウイスキー(43度)	シングル2杯(60ml)	

アルコールは、適量ならリラックス効果や血流促進などの効果もありますが、飲み過ぎは健康障害を起こします。適量を心掛けましょう。

【問い合わせ先】保健センター (☎656-0534)

大腸がん市民公開講座

とき	内容	
9月11日(日)	13:35～	講演「大腸がん検診の重要性と内科治療」
	14:05～	講演「最近の大腸がん治療」
	14:25～	体験談「検診の大切さ」
	15:00～	「笑いヨガ」体験教室～笑って免疫力を高めよう～

【ところ】ふれあい健康館1階ホール

【対象】市民 【定員】200人(先着)

【参加費】無料(ただし整理券が必要)

【申し込み方法】はがきかファクスに住所、名前、電話番号を記入し、徳島市医師会大腸がん市民公開講座係(〒770-0847 幸町3-61 ☎625-4322)へ。

【問い合わせ先】徳島市医師会(☎625-4617)、保健センター(☎656-0530)

徳島城博物館 秋の企画展

「阿波の海運」～廻船問屋山西家と金光山仙龍寺～



▲山西家旧蔵板戸(徳島県立博物館蔵)

阿波の玄関口である撫養港を拠点に、全国規模の商売を繰り広げた大海商・山西家ゆかりの品々を展示します。

海商たちが山西家の菩提寺・仙龍寺に奉納した数々の天井絵は、往時の阿波と全国の結びつきを鮮やかに浮かび上がらせる目玉資料です。ぜひご覧ください。

【観覧】8月27日(土)～10月10日(祝) 9時30分～17時
【展示解説】9月4日(日)・10月2日(日)の各日14時～15時
【入館料】大人300円、高校・大学生200円、中学生以下無料
【問い合わせ先】徳島城博物館 ☎(656)2525



「子どもの笑顔の写真を世界に発信」をテーマにした写真とメッセージを募集

徳島市では、誰もが安心して子どもを生み、育てていくため、社会全体で子育てを支援する文化の創造を目指す「子育て文化創造条例」を平成21年に制定し、さまざまな事業に取り組みんでいます。

【募集期間】10月14日(金)まで
【応募方法】チラシ(子育て支援課など配布)にある応募票に必要事項を記入し、写真データとともに郵送または直接、子育て支援課(〒770-8571 幸町2-5 市役所南館2階)へ。徳島市ホームページの応募フォームからも応募可。
※焼き付け印刷された写真は受け付けません。
【応募上の注意】保護者以外の方が応募される場合は、必ず本人・保護者の了承を得た上で応募してください。そのほか詳しくは、

徳島市ホームページまたはチラシなどをご覧ください。

【募集内容】「子どもの笑顔写真」と「写真に込めたメッセージ」
【応募方法】チラシ(子育て支援課など配布)にある応募票に必要事項を記入し、写真データとともに郵送または直接、子育て支援課(〒770-8571 幸町2-5 市役所南館2階)へ。徳島市ホームページの応募フォームからも応募可。
※焼き付け印刷された写真は受け付けません。

世界に輝け！子どもの笑顔

徳島市ホームページまたはチラシなどをご覧ください。

Another Moon Project もうひとつのお月見会

徳島中央公園にLEDでつくる直径10mの「水中の名月」が登場します。新月の夜、池に沈められたLEDの月が演出する幻想的な風景を見てください。

8/27 開催

【観覧】8月27日(土) 18時30分～21時
【作品展示】22時～(作品展示は22時まで)



▲「水中の名月」のイメージ

徳島市では、NPOから市と協働で取り組む市民サービス提案を募集する協働提案事業を実施しています。

協働支援事業が決定しました

本年度提案された10事業に対し、応募書類・公開プレゼンテーション・関係課意見書を基に選考委員が厳正な審査を行った結果、次の7事業を本年度の協働支援事業として決定しました。

【協働支援事業】
▼9月18日(日)13時30分～15時 II「山西家の商業経営と奉納」講師・森本幾子さん(広島大学非常勤講師)
▼9月24日(土)13時30分～15時 II「天井画の語るもの」講師・田島達也さん(京都市立芸術大学准教授)

決定した事業

▼「大切な人をなくした関係者の心のケア」事業(NPO法人 Approach For Life Saver)
▼「ちょっとはやめのクリスマス・コンサート」わたしはこの街で生きている事業(NPO法人 わたぼうし) ▼今どきの孫育て～未来のスーパースターとの関係づくり事業(女性への暴力根絶をめざす徳島

とくしま植物園の教室受講生を募集

【対象】市内在住・在勤・在学の人
【申し込み方法】はがきに、教室名、住所、名前、年齢(わくわく自然教室は参加者全員の名前と年齢)、電話番号を記入し、8月25日(木)(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。徳島市ホームページ「電子申請」からも可。

◆園芸教室(秋コース)

回	1班	2班	内容	定員など
1	9/14(水)	9/15(木)	病害虫の予防と花を楽しむ剪定	各班25人(抽選)。受講料5,000円(5回分)。
2	9/28(水)	9/29(木)	スマートな鉢を用いたシンプルな寄せ植え	
3	10/12(水)	10/13(木)	秋色のコンテナガーデン	
4	10/26(水)	10/27(木)	実のなる植物の育て方	
5	11/9(水)	11/10(木)	血盆栽	

*時間は、1班10:00～12:00、2班13:00～15:00

◆押し花教室(秋コース)

講習日	内容	定員など
9/13(火)	美しい色の押し花づくり	15人(抽選)。受講料4,000円(3回分)。
9/27(水)	押し花台紙とデザイン作成	
10/4(水)	押し花額の密閉と仕上げ	

*時間はいずれも10:00～12:00

◆季節のお花のシャドーボックス教室(秋コース)

講習日	内容	定員など
9/9(金)	立体パーツづくり	9人(抽選)。受講料2,500円(2回分)。
9/16(金)	額に入れて仕上げ	

*時間はいずれも13:00～15:00

◆サタデー☆サンデー教室

講習日	内容	定員など
9/10(土)	敬老の日のフレームアレンジメント	19人(抽選)。受講料2,000円。

*時間は10:30～12:30

◆わくわく自然教室

講習日	内容	定員など
9/3(土)	木の実で遊ぼう	20人程度。受講料200円(保険料込み)。

*時間は13:00～16:00

9/24(土)・10/1(土)・8(土)・15(土)「夜の動物園」を開催します!



とくしま動物園では、動物たちの新たな魅力を発見できる「夜の動物園」を開催します。

【開催日】9月24日(土)・10月1日(土)・8日(土)・15日(土)18:00～21:00(入園券の発券は17:30～20:00)
【入園料】大人500円(中学生以下は無料)
※年間パスポートの販売はしません(利用は可)
【駐車料金】普通車310円、大型車1,260円

■駐車場の予約方法
当日、混雑を避けるため、駐車場を利用される人は予約申し込みが必要です。
【申し込み方法】往復はがき(1枚につき1台)に、「夜の動物園駐車場申し込み」と明記の上、希望日、申込者の住所、名前、電話番号と返信あて名を書いて、8月25日(木)(必着)までに、とくしま動物園(〒771-4267 渋野町入道22-1)へ。応募多数の場合は抽選。重複申し込みは不可。予約を受け付けた人には返信はがきで駐車整理券を送付します。
※当日は、遊園地、売店、レストランも営業。懐中電灯・酒類の持ち込み、フラッシュ撮影や大きな音をたてるなどの行為は禁止します。開催日には、徳島市バスの臨時便が運行します(下時刻表参照、※は臨時便)。

開催日	徳島駅発(2番乗り場渋野行き)	とくしま動物園発
9/24	16:35、17:20、18:00、18:30※、19:30※	18:47、19:30※、20:30※、21:00※
10/1・8・15	16:50、18:10、19:05	18:52、19:42、20:30※、21:00※

【問い合わせ先】とくしま動物園(☎636-3215)