

市政だよりくれ 12

令和4年
(2022)
11月10日発行
vol. 862

誰もが安心して暮らせるまちへ





つばきやま あきこ
榎山 明子 さん

私の母は5年前に認知症と診断されました。でも、それ以前から、モノを別の場所にしまったり、話のつじつまが合わなかったりと、認知症のサインがあったように思います。「年を取ったので忘れっぽくなったのかな」と思っていました。が、友人に相談したところ、地域包括支援センターへの相談を勧められたため、母と一緒にに行ってきました。

そこで、地域包括支援センターの職員の方から「認知症の症状かもしれません」と言われたため、病院で診断してもらい、母が認知症であることが分かったんです。周りに相談していて、本当に良かったです。

感じていた認知症のサイン 認知症になっても 本人の気持ちを尊重したい



榎山 都さん(左)と明子さん(右)親子

大好きな花に囲まれ笑顔の都さん

本格的な介護が始まったところ、私はまだ働いていました。そのため、特に大変だったのは介助に時間がかかるお通じのお世話です。仕事へ行く前の介助は時間との戦い。幸い、職場には事情を理解してもらっていたので、どうしても仕事に間に合わない時は遅れていくことができました。

また、ご近所さんも、私が仕事の際は母の様子を見に来てくれました。そんな周りの支えがあり、今までやってこれたと思います。

周りの協力が助けられた

母の気持ちを大切に

5年前、母親の榎山都さんが認知症と診断され、それから介護を続けている榎山明子さん。実際の介護体験や家族としての思いなどについて、話を聞きました。

「ご飯食べようか？トイレ行こうか？」
できなくなるのが少しずつ増えてくると、どうしても母のやることを私が仕切ってしまうがちです。でも、そうすると母の笑顔も隠れてしまいがち。そのため、仏壇のお供えとか、朝ご飯の準備とか、母ができることは母にしてもらっています。さすがに料理をするには難しい場面が多く、そんな時は一緒にキッチンに立っています。また、病院の支払いも母にしてもらっています。優しく接してくれる受付の人に母はすごくうれしそう。そんな顔を見ると私もうれしくなるんです。

これからも母の介護は続きます。やはり介護する私に余裕がなければできないことだと思えますし、母に、私が笑顔に向けてあげられる介護をしなければいけないと感じています。一番大きいのは周りの人からの助けです。本当に心から感謝しています。



▲ドライブしてお花を見に行くのが榎山さん親子の楽しみ！

▲地域包括支援センターの渡橋さんと楽しそうにおしゃべりする都さん



特集 認知症と、ともに生きる

～ 安心して暮らせるまち・呉市 ～

問 高齢者支援課 ☎0825-3138

高齢化が進み、令和7年には65歳以上のおよそ5人に1人が認知症になると予測される日本。

認知症とは、時間や場所、人間関係などが分からなくなる記憶障害などによって、日常生活に支障が出ている状態をいいます。

年を取るほど、認知症になりやすく、
そして、自分・家族・身近な人…
誰もがなりうる身近な病気なのです。

認知症と、ともに生きるために、
体験談や大切な情報をお届けします。

『ぼけますから、よろしくお願いします。』

自身の体験から、認知症をテーマにしたドキュメンタリー映画『ぼけますから、よろしくお願いします。』で知られる信友直子さん。認知症になったお母さんとの体験談を聞きました。

電話で感じた認知症のサイン

私の母はその日にあったことを面白おかしく話すのが得意な人で、離れて暮らすお互いの近況報告を電話でするのが毎日の日課でした。ある時、内容が前日と全く同じものだったので、「その話のオチ知ってるよ、昨日同じ話してくれたじゃん」と返したところ、電話口の向こうで、母がはっと息をのむ気配を感じたんです。まるで隠していたことがばれたような。心配になり呉に帰ると、りんごが山積みになっているのに、りんごを買付けたきかけでした。それから、認知症の母と、老老介護をする父の物語を記録していく日々が始まったんです。



▲おいしいコーヒーを入れてくれたお父さんの信友 良則さんはなんと102歳!!

母ももっと話しておきたかった

平成30年9月、母は脳梗塞で倒れて入院することに。再度、同年12月に脳梗塞が見つかり、療養型病院に転院することになりましたが、一つ条件がありました。それは延命治療の一つである「胃ろう」を作ること。母の性格からすると、元気なうちに話をしていれば「延命治療なんかしてほしくない」と言うはずですが、しかし、私と父の気持ちを優先し、胃ろうを選択しました。母が認知症になる前に、延命治療について、母の意思を聞いておくべきでした。前もって本人の意思確認などしておく「人生会議」(※)の取り組みがもっと広まればいいですね。

胸に響いた父の言葉

認知症になった母は、「なんで私はおかしくなったんじゃろうか」と、最後まで悩んでいました。そんな母に、父は「病気じゃけん仕方ないんよ。覚えとかんといけんことがあったらすぐわしに言いなさい。信友家は2人おるんじゃけん、わしが覚えとって教えてあげるけん。」と決して嘘を言わず、母の苦しみを和らげるような優しい言葉をかけていました。そこには、お互いを思いやる、夫婦の固い絆があったように感じました。



ドキュメンタリー映画監督のぶとも なおこ 信友 直子 さん

※ ~人生会議とは~

もしもの時のために、自分が希望する医療やケアなどについて、前もって考え、家族や医療者などと繰り返し話し合い、共有すること。

映画『ぼけますから、よろしくお願いします。』信友さんが、呉市で暮らす認知症の母(当時80代)と、老老介護をする父(当時90代)の姿を記録したドキュメンタリー映画。現在、1作目のその後と、母の看取りまでを映した、続編映画『ぼけますから、よろしくお願いします。~おかえり お母さん~』が公開中。

「人生の彩ノート」や「私の心づもり」で人生会議をしてみませんか



「人生の彩ノート」

「人生の彩ノート」は、これまでの人生を振り返りつつ、今後の人生をより良く生きるための想いをつづるノートです。



「私の心づもり」

人生会議のすすめ方などを詳しく説明しています。ぜひ「人生の彩ノート」と一緒に活用してください。

※「人生の彩ノート」・「私の心づもり」配布場所…市役所 1 階高齢者支援課、各市民センター、市内医療機関、市内保険薬局

地域で支える、チームオレンジ活動

問 高齢者支援課 ☎25-3138

認知症の人を地域で支える「チームオレンジ」の取り組み。それを行っている「第二地区地域見守り隊」の代表である城さんと、チームオレンジのコーディネーターである植西さんに詳しい話を聞きました。



第二地区地域見守り隊 代表 城 健康 さん

多くの地域では、一人暮らしの高齢者および高齢者のみの世帯が増えています。また、高齢者の見守りを行っている民生委員の負担も大きくなっていると同時に、その担い手も不足していると感じていました。私たちが、何か力になれないものかと有志を募り、「自分たちの地区の安心安全を目指す」ことをモットーに、「第二地区地域見守り隊」として活動を始めたのが9年前のことです。現在は、協力が増え、高齢者の見守り活動は、地域の約1千世帯を対象にするまで広がりました。また、高齢者の見守り活動以外にも、地域で毎年行っている「ふれあい朝市」で、認知症の相談ブースを設け、物忘れ度チェックを参加者にしてもらうなど、認知症に対する地域の意識を高める取り組みも行っています。

地域を支える「見守り隊」

安心して暮らせるまちへ



見守り活動を行う第二地区地域見守り隊

見守り活動の中で、会話が合わない高齢者や、物忘れが急にひどくなり、一人暮らしが心配になる人がいることが分かりました。そんな時、認知症について学ぶ機会があり、それは認知症の症状の一つであることや、私たちの見守り活動が、認知症の人やその家族の大きな助けになることを知りました。実際に、認知症の知識を得て見守り活動してみると、認知症があっても落ち着いた対応ができ、また、これまでどこか他人事だった認知症のことを、誰でも歳を取れば起こりうることなんだと、自分事に捉えられるようになりました。認知症への理解が他の地域でももっと深まり、より「安心して暮らせるまち・呉市」になってくれればいいと思います。

「チームオレンジ」コーディネーターの役割

私と一緒に、チームオレンジを増やしましょう!



高齢者支援課 チームオレンジコーディネーター 植西 圭子 さん

現在、呉市には三つのチームオレンジが立ち上がっています。第二地区地域見守り隊もその一つです。チームといっても、特別な役割や人数の制限など、決まった形はありません。認知症の人やその家族が安心して暮らせるように、地域の中でグループを作ってもらって、その人の思いを聞きながら、できることを一緒に行うことが基本です。地域のサロンに参加したり、買い物や料理を楽しんだり、活動の形はさまざまです。私は、そんなチームオレンジのコーディネーターとして、昨年から活動をしています。主な役割は、チームの立ち上げ支援や運営の助言です。チームの立ち上げでは、認知症の人の思いを細やかに把握できる体制作りを念頭に、日々活動しています。

チームオレンジとは

認知症の人とその家族が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、地域で声を掛け合い、困り事支援や見守り活動などによって、ともに生活することを支援する取り組みです。

活動の輪を広げたい チームオレンジの取り組みはまだまだ始まったばかり。試行錯誤しながら普及活動に取り組んでいるところです。目標は、チームオレンジの活動の輪が広がり、認知症とともに生きることができるようになることです。ぜひ、私と一緒にチームオレンジを作りませんか?

～あなたの身近な相談窓口～ 地域包括支援センターに相談してください

地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口です。認知症をはじめとする高齢者福祉のあらゆる相談に応じます。まずは、近くの地域包括支援センターに相談してください。



▼詳しくはこちらの
呉市ホームページから



【地域包括支援センター 一覧】

機関名	連絡先	機関名	連絡先
①中央地域包括支援センター	☎083 20 - 6307	⑤東部地域包括支援センター	☎083 76 - 3333
②天応・吉浦地域包括支援センター	☎083 31 - 8390	⑥川尻・安浦地域包括支援センター	☎083 70 - 6662
③昭和地域包括支援センター	☎083 30 - 5666	⑦安芸灘地域包括支援センター	☎083 66 - 1115
④宮原・警固屋地域包括支援センター	☎083 32 - 1006	⑧首戸・倉橋地域包括支援センター	☎083 27 - 8980



認知症の 早期発見チェックリスト

認知症を不安に思っている人の確認項目です。当てはまるものにチェックしてみましょう。

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 今日の日付や曜日が分からないことがある | <input type="checkbox"/> 本の内容やテレビの内容が分からないことがある |
| <input type="checkbox"/> 住所や電話番号を忘れてしまうことがある | <input type="checkbox"/> 財布や時計などを盗まれたと思うことがよくある |
| <input type="checkbox"/> 何度も同じことを言ったり聞いたりする | <input type="checkbox"/> 会話の途中で言いたいことを忘れることがある |
| <input type="checkbox"/> 置き忘れ、しまい忘れが多くなった | <input type="checkbox"/> 身体の具合は悪くないのに何もやる気がおきない |
| <input type="checkbox"/> 慣れた道で迷ってしまうことがある | <input type="checkbox"/> 買い物でお金の計算ができないことがある |
| <input type="checkbox"/> ものの名前が出てこないことがある | <input type="checkbox"/> だらしなくなった |
| <input type="checkbox"/> ささいなことで怒りっぽくなった | <input type="checkbox"/> 洗濯機やリモコンなどが使いこなせなくなった |
| <input type="checkbox"/> ガスや火の始末ができなくなった | |
- チェックがついたのは何個ですか？ 合計 個

※ 6 個以上チェックがある場合は、かかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談しましょう！

もし忘れてしまっても 大丈夫だよと伝えたい



認知症疾患医療センター
精神保健福祉士 藤元 歩 さん

認知症の症状はさまざま

認知症とは、さまざまな原因で脳の細胞が正常に機能しなくなったために、多様な障害が起こり、生活に支障が出ている状態を言います。症状はさまざまで、老化による機能低下と見分けが難しいものもあります。「物忘れ」はその代表的なものの一つです。例えば、昨日の夜ご飯に何を食べたか思い出せないというのは、年相応の物忘れの場合に多いです。実際に認知症の可能性が高いのは、食事をしたのにしていないかと思いついてみ、食べたこと自体を忘れていくケースです。このように認知症の場合は、事実と異なる認識をしてしまうことがあるため、日常生活でも、さまざまな問題が生じます。

相談しやすい雰囲気

認知症の症状に本人が気づいた時、誰にも言えず自分で抱え込んでしまうことも。そのため、普段から、どんなことでも安心して相談できる雰囲気作りが大切です。また、高齢者の物忘れには、病気の可能性もあると知っておいてください。認知症の症状は気付きにくいいため、異変を感じる前に定期的に検診に行くことをおすすめします。いきなり専門医を受診するのは勇気がいることだと思いついで、まずは身近なかかりつけ医や、お近くの地域包括支援センターなどへ相談してみましょう。

安心して過ごせるように

認知症は、病院での治療はもちろん、家族や周りの支えが大切です。本人が落ち着くように接してあげてください。「忘れても大丈夫だよ」「何回でも聞いていいよ」といった優しい声掛けや本人に合った環境を整えることを意識しましょう。

認知症を自分事として 考えていきましょう



元気居宅介護支援事業所
主任介護支援専門員
とこう しんいち
都甲 進一 さん

認知症における介護

認知症では、多くの場合、医療に加え「介護」が必要になってきます。私はケアマネとして、介護が必要な人が、自分らしく安心して暮らすための介護サービスの提案で、認知症などの問題を抱える人をサポートしています。

認知症との向き合い方

認知症が進行すると、これまでできていたことを失敗することが増えてきます。家族や周りも、どう接したらいいかわからなくなり、ついつい指摘をしたり怒鳴ったりしてしまうかもしれません。しかし、それで状況が改善する訳ではありません。そんな時は、困り事に対して介護サービスなどを利用し、少し肩の荷を下ろしてください。

認知症を自分事に

最近では、認知症をテーマにした子ども向けの絵本も出版されています。若い世代を含めて、みんなで認知症について考えていく兆しが見られるようになりまし。誰もが認知症になる可能性があります。皆さんも、認知症を自分事として考えて、もし自分や家族が認知症になったらどうするか考えたり、周りや話し合ったりする時間を作ってもらえればうれしいです。

「ケアマネ」とは

ケアマネージャー（介護支援専門員）のことを略して「ケアマネ」と言われています。高齢者の困り事や、悩みを抱える家族の要望に対して、ヘルパーやデイサービスなどの適切な介護サービスを提案しています。

介護経験者に相談し、工夫をこらすことで症状が軽快することもあります。本人が安心して暮らせるように、周囲を頼ることも大切です。

市民・事業者向け 支援制度 (一部を紹介)



ホームページはこちら

- 相談の目安、相談窓口
- イベント中止状況
- 支援事業一覧 など



子育て世帯の皆さまへ

低所得の子育て世帯生活支援特別給付金

問 子育て支援課
☎25-3173

対象児童
一律5万円

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、食費等の物価高騰などに直面する低所得の子育て世帯の生活を支援するための給付金を支給します。

ひとり親世帯分

支給対象者

- (1)令和4年4月分の児童扶養手当受給者
- (2)公的年金などを受給し、①令和4年4月分の児童扶養手当の支給が全額停止される人、②児童扶養手当の認定を受けていないが申請した場合には同じ要件となる人で、いずれも所得要件を満たす人
- (3)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人

支給額 対象児童1人につき一律5万円

支給方法

- (1)は児童扶養手当を支給している口座に振り込み済み。
- (2)(3)は申請内容を確認後に、申請書で指定した口座に振り込み。

申請方法

- (1)は申請不要です。
- (2)(3)は申請が必要です。詳しくは問い合わせてください。

※ひとり親世帯以外の「令和4年度低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金」の支給を受けた人は申請できません。

ひとり親世帯以外の低所得の子育て世帯分

支給対象者 次の養育要件のいずれかに該当し、かつ、所得要件のいずれかに該当する人

●養育要件

- (1)令和4年4月分の児童手当受給者(公務員を除く)または特別児童扶養手当受給者
- (2)公務員で令和4年4月分の児童手当受給者
- (3)上記(1)(2)以外で平成16年4月2日～平成19年4月1日生まれの児童を養育する人
- (4)令和4年5月～令和5年3月の児童手当の認定を受ける人(公務員を除く)または特別児童扶養手当の認定を受ける人
- (5)公務員で令和4年5月～令和5年3月の児童手当の認定を受ける人

●所得要件

- (1)令和4年度分の住民税均等割が非課税の人
- (2)新型コロナウイルス感染症の影響により令和4年1月以降の家計が急変し、住民税均等割が非課税相当の収入になった人

※ひとり親世帯分の「令和4年度低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金」の支給を受けた児童については対象外となります。

支給額 対象児童1人につき一律5万円

申請方法

- 養育要件が(1)または(4)で、かつ、所得要件(1)の人は申請不要です。
- それ以外の人は申請が必要です。申請案内は子育て支援課(市役所2階)、各市民センターで配布。市ホームページにも掲載しています。

支給時期

- 申請不要の人は児童手当などを支給している口座に振り込みます(支給日は通知します)。養育要件が(1)かつ所得要件が(1)の人は振り込み済みです。
- それ以外の人は申請内容を確認後に申請書に指定した口座に振り込みます。

ワクチン接種についてのお知らせ

12月以降のワクチン接種

無料で接種を受けられるのは令和5年3月31日(金)までです。接種希望の人は、年内の接種を検討してください。

●オミクロン株対応ワクチン接種が始まりました

対象者 2回以上接種した12歳以上の人
※オミクロン株対応ワクチン接種は1人1回。

接種間隔 3回目以降、5カ月から**3カ月に短縮**

接種券 前回接種から3カ月経過する前月末に順次発送。8月までに2～4回目接種済みの人には発送済み。

ワクチン ファイザー社製(BA.1またはBA.5)、モデルナ社製(BA.1) ※供給状況で変更されますが、どちらのワクチンも従来型ワクチンを上回る効果が期待されます。

●乳幼児のワクチン接種が始まりました

対象者・接種回数 乳幼児(生後6カ月～4歳)・3回

接種間隔 1回目から原則3週間、2回目から8週間以上
※無料で接種を受けるには、来年1/13(金)までに1回目接種が必要。

接種券 11/17(木)発送
(以降、生後6カ月に到達する翌月に順次発送)

ワクチン ファイザー社製乳幼児用ワクチン

接種体制 丁寧な予診が必要なため医療機関での個別接種。保護者の同伴、母子健康手帳の持参が必要。

個別接種

●使用するワクチン

年齢	ワクチン
乳幼児(生後6カ月～4歳)	乳幼児用ファイザー社製ワクチン
小児(5～11歳)	小児用ファイザー社製ワクチン
12歳以上(3回目接種以降)	ファイザー社製ワクチン(オミクロン株対応)

●乳幼児接種、小児(5～11歳)接種、12歳以上の1・2回目接種は個別接種で対応します。

●接種券同封の接種可能な医療機関一覧を確認の上、医療機関に直接問い合わせてください。

集団接種

WEB、コールセンターまたは予約申込書で予約してください。

※供給状況により、使用するワクチンが変更となる場合があります。

3～5回目接種

オミクロン株(BA.5)対応 ファイザー社製ワクチン使用

予約開始	場所	接種日時	接種者数
11/21(月) 8:30～	西保健センター(すこやかセンター)	12/3(土)・10(土) 8:30～11:30 13:00～16:00	各600人
	東保健センター(広市民センター2階)	12/2(金) 17:00～20:00	300人
		12/4(日)・10(土) 8:30～11:30 13:00～16:00	各800人
	新日本造機ホール(市役所1階)	12/5(月)・6(火) 13:00～16:00 17:30～20:30	各600人
12/5(月) 8:30～	西保健センター(すこやかセンター)	12/17(土)・18(日) 8:30～11:30 13:00～16:00	各600人
		12/23(金) 17:00～20:00	300人
	東保健センター(広市民センター2階)	12/16(金) 17:00～20:00	300人
		12/17(土) 8:30～11:30 13:00～16:00	800人
	新日本造機ホール(市役所1階)	12/26(月) 13:00～16:00 17:30～20:30	600人

3～5回目接種

オミクロン株(BA.1)対応 モデルナ社製ワクチン使用

予約開始	場所	接種日時	接種者数
11/21(月)8:30～ 12/5(月)8:30～	くれ協働センター会議室(市役所1階)	12/1(木) 19:00～21:00	150人
		12/22(木)	150人

問 コールセンター (8:30～17:15)
☎0570-666-427

※6/1から電話番号が変わっています。
かけ間違いに注意してください。

WEB(ネット)予約はこちら
<https://v-yoyaku.jp/342025-kure>

推奨ブラウザ:Edge(Chromium)、Google Chrome、Firefox



電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金

<らし

問 呉市緊急支援給付金コールセンター ☎0120-039-904 (平日9:00~17:00)

電力・ガス・食料品などの価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯(住民税非課税世帯など)に対して、1世帯につき5万円の給付金を支給します。

【対象者と申請方法】

支給対象となる世帯

※(1)と(2)の重複受給はできません。(1)か(2)の世帯であっても、世帯員の全員が課税されている人から扶養を受けている場合などは、対象になりません。

(1)基準日(令和4年9月30日)に
世帯全員の令和4年度分の
住民税均等割が非課税である世帯

(2)令和4年1月~12月の間に
予期せず家計が急変し、
住民税非課税世帯と同様の事情に
あると認められる世帯
(家計急変世帯)

11月中に確認書を送付します。同封の返信用封筒で返送してください。
※呉市で課税情報が確認できない、令和4年1月2日以降の転入者などを含む世帯については、12月以降順次発送します。

各自で申請が必要です。
☑市ホームページに申請書などを掲載していますので確認してください。

【申請期間】 11/15(火)~来年1/31(火)

【支給額】 1世帯につき5万円

【支給時期】 申請書類を受け付け後、書類に不備が無い場合は、おおむね2週間以内に指定の口座に振り込みます。

携帯ショップでマイナンバーカードの申請ができます

<らし

問 市民窓口課 ☎25-3161

全国のドコモショップやauショップ、ソフトバンクショップなどでマイナンバーカードの申請ができます。定休日や受付時間は、各店舗にお問い合わせください。手ぶらで来店しても申請できます。

以下の日程で市民センターでもカードの申請サポートを行います。(写真無料撮影)
※市民窓口課(市役所1階)でもサポートを行っています。

日時・場所

- 11/22(火)10:00~15:00 宮原市民センター
- 11/29(火)10:00~15:00 吉浦市民センター
- 12/13(火)10:00~15:00 郷原市民センター

必要なもの

マイナンバーカード交付申請書
※交付申請書の紛失や、住所や氏名を変更した場合は申請書を再交付しますので、写真付き公的身分証明書(免許証など)または健康保険証を持参してください。



子育て世帯の皆さまへ

新生児応援給付金

問 子育て支援課 ☎25-3173

案内を送付します

子育て世帯への臨時特別給付金の支給対象とならなかった新生児へ、呉市独自の給付金を支給します。

支給対象者・受給権者

- 支給対象者 令和4年4月1日から令和5年3月31日の間に出生し、最初の住民登録を呉市で行った子ども
- 受給権者 支給対象となる子どもの出生前から継続して呉市に住民登録がある父母または養育者
※児童手当(本則給付)受給者が対象となります。所得審査により支給対象とならない場合があります。

支給額 出生した子ども1人につき10万円 支給方法 申請書に指定した口座に振り込み

申請方法 子育て支援課から順次案内を送付します。案内に同封された申請書を提出してください。
※子育て支援課からの案内、支給時期は出生月により異なります。詳しくは問い合わせください。



中小飲食事業者の皆さまへ

NEW

広島県飲食事業者チャレンジ応援事業

事前申出
12/28(水)
まで

問 飲食事業者チャレンジ応援事業事務局
☎082-248-6872 (平日9:30~12:00/13:00~17:00)

新型コロナウイルス感染症の影響に加え、原油価格・物価高騰が続く中、感染症対策と社会経済活動の両立や広島サミットに向けて、飲食事業者が取り組む前向きな事業を支援します。

対象者 県内に主たる事業所を有し、県内で飲食業を営む中小事業者(広島積極ガード店ゴールド認証店)

助成限度額 1事業者 上限30万円(助成率9/10以内、下限10万円) 事前申出受付期間 12/28(水)まで

取り組みの例

- 感染拡大防止に向けた取り組み
パーティションなどの飛沫感染対策、高機能換気設備などの換気対策、キャッシュレス決済端末やQRコードでのオーダーシステムなどの非接触対応
- 新規性のある取り組み
テイクアウトやデリバリー事業への参入、ヴィーガン料理などの新メニューの開発
- 広島サミットに向けた受け入れ環境整備の取り組み
外国人対応整備に関する取り組み、洋式トイレの整備

※詳しくは、事務局へ問い合わせください。



目次

《今月の注目記事》

- 12 国保・後期高齢・介護保険料 納付確認書の発行(年末調整用) / コンビニで取得できます 住民票の写し / 12月3日~9日は障害者週間 / 暮らしの困りごと何でも相談 1日総合相談室 など
- 20 カメラトピックス 「クラクション、みんなでじょうずにならせよう」
- 21 呉駅周辺のミュージアムアート(壁画) / 起業家支援プロジェクト最終審査会 / 社会人の学びを応援 呉オープンカレッジサミット / 海上自衛隊呉音楽隊 ハートフルコンサート など
- 32 連載コラム 呉で輝く若者たち

くらし 12ページ 募集 15 相談 18 そのほか 19 イベント 20

子ども広場 22 自分みがき 24 芸術・文化 25 すこやか健康 27 スポーツ 29

【記号の説明】 ☎…呉市ホームページ[www.city.kure.lg.jp]から詳しい情報を見ることができます。

満70歳になったら
いきいきパスの利用を



満70歳の誕生日から「いきいきパス」が利用できます。申請は誕生日の2カ月前から高齢者支援課・各市民センターで受け付けています。いきいきパスの「まちと友」 ※申請には保険証など本人を確認できるものが必要です。問 高齢者支援課 ☎25-31399

必要なもの

窓口に来る人の保険証または官公庁発行の写真付き証明書。本人・同一世帯の家族以外の人が申請する場合は委任状 ※国民年金保険料の「控除証明書」は、11月上旬に日本年金機構から送付しています。

市民税・県民税申告書は郵送で提出してください

市民税課 ☎25-3193

令和4年中に納付した保険料全額が、「社会保険料控除」の対象になります。年末までに、勤務先で年末調整するために「納付確認書」が必要な場合は、次の納付確認書発行窓口で申請してください。令和5年1月末には、確定申告用に「納付済額のお知らせ」を送付します。

納付確認書発行窓口

保険の種類	交付場所
国民健康保険料(税)	※次のいずれかの窓口で申請してください。 保険年金課 介護保険課 市民窓口課 各市民センター
後期高齢者医療保険料	
介護保険料	
国民年金保険料	呉年金事務所 (宝町2-11) ☎22-1691

※電話による金額の問い合わせはできません。

来年2月から始まる市・県民税の申告受け付けについて、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止と来場者の安全のため、市・県民税申告書は可能な限り郵送で提出してください。

来年1月31日(火)までに申告を住宅用地は税を軽減

資産税課 ☎25-3212(土地) ☎25-3216(家屋)

住宅の敷地として使われている土地は、特例措置で固定資産税・都市計画税が軽減されます。次の土地の所有者は来年1月31日(火)までに申告してください。

対象
●今年、台風・火事などの災害により住宅が滅失した土地(一定要件あり)
●来年1月1日現在で、古い住宅を取り壊し、新しい住宅を建

設中の土地(一定要件あり)
●今年、住宅以外の建物を住宅に建て替えた土地、建物の使用目的を住宅に変更した土地
※住宅を住宅以外の建物に変更した場合も申告が必要です。住宅用地でなくなった場合は、税の軽減の特例措置は適用されません。

《家を壊したら連絡を》

家屋の一部や全部を取り壊したときは連絡してください。 ※法務局で滅失登記をした人は必要ありません。

税など納付相談を利用してください

市税・国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料・住宅使用料・保育料などの収納率向上に取り組んでいます。市税などは、人々が健康で安心して生活を送ることができるよう、福祉や教育、道路整備など、さまざまな事業を進めるための大切な財源です。

滞納は、納期内に納付している多くの人の公平性を欠き、市の財政を圧迫し、住民サービスに支障をきたすことにつながります。滞納している人は速やかに納めてください。納付が難しい場合は、納期限までに相談してください。

年末交通事故防止 県民総ぐるみ運動

地域協働課 ☎25-3221
期間 12月1日(木)～10日(土)
スローガン ゆるさない
ゆるさない
ハンドル・スマホの
二刀流

運動の重点

- 子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止
 - 飲酒運転の根絶
 - 自転車の安全利用の推進
- 夕暮れ時や夜間に交通事故が多発する傾向があります。反射



材用品などを活用し、交通事故から身を守りましょう。

月3日およびシステムメンテナンスのよる休止日を除く)
取得できる証明書
住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書(事前に窓口で印鑑登録が必要)、戸籍証明書(全部事項証明・個人事項証明)、戸籍附票の写し、所得・課税証明書

必要なもの

利用者証明用電子証明書を格納したマイナンバーカード

サービスを一時停止 証明書のコンビニ交付

市民窓口課 ☎25-3161

マイナンバーカードによる証明書のコンビニ交付サービスが、メンテナンス作業のため利用できなくなります。

日程 12月2日(金)終日

利用できないサービス コンビニ交付サービスで扱う全ての証明書、戸籍の利用登録申請

12月の献血バス ※400mlのみ。

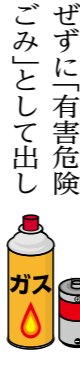
地域協働課 ☎25-3577

●藤三阿賀ショッピングセンター
日時 12月2日(金)

●藤三安浦ショッピングセンター
日時 12月6日(火)

いずれも 9時30分～12時、13時15分～15時30分

火災が発生しています 「有害危険(ごみ)」の分別を
環境政策課 ☎25-3302
ごみ処理施設と収集車の火災が全国的に問題となっており、呉市でも毎年数件発生しています。
発火の可能性がある小型充電式電池(モバイルバッテリー)やライター、カセットコンロ、可燃性ガスを使用したスプレー缶は、他のごみと混ぜずに「有害危険(ごみ)」として出してください。



12月1日は世界エイズデー キャンペーンとパネル展

地域保健課 ☎25-3525

HIV(ヒト免疫不全ウイルス)の感染は、一人一人の予防行動で防ぐことができます。

また、エイズについての理解を深め、患者を支え、共に生きる社会を目指しましょう。

テーマ このまちで暮らしている。私もあなたも。12月1日は世界エイズデー

●エイズパネル展
日時 11月24日(木)～12月2日(金)
場所 広市民センターロビー
《エイズ検査を受けよう》

保健所の検査は予約制で、匿名での検査について

病院に行くべきか悩んだら 小児救急電話相談 問 福祉保健課 ☎25-3265

看護師などが、症状に応じて適切な対応の仕方や受診する病院などをアドバイスします。
プッシュ回線・携帯電話 ☎8000
ダイヤル回線・公衆電話・IP電話など ☎082-505-1399
実施時間 毎日19:00～翌8:00

【12月の小児夜間救急当番】

時間	診療科	連絡先
19:00～22:40(※1)	小児科	●毎日 呉市医師会小児夜間救急センター ☎32-1299(朝日町15-24)
19:00～23:00	薬局	●毎日 呉市薬剤師会小児夜間救急調剤センター ☎32-7677(朝日町14-6)
夜間(毎日)	小児科	●月・水・木・土曜日 国立病院機構呉医療センター ☎23-1020(青山町3-1)
		●火・金・日曜日 中国労災病院 ☎72-7171(広多賀谷1-5-1)

※1症状の程度により23:00を大幅に越えて処置が必要なときは公的病院を紹介する場合があります。
※2できるだけ22:40までにまず呉市医師会小児夜間救急センターで受診してください。紹介状を持たず、中国労災病院・呉医療センターを受診した場合は、別途費用が掛かります。詳しくは、各病院へお問い合わせください。なお、時間帯は日付が変わっても同じ病院が担当します。

●比較的症状の軽い人が受診する医療機関

時間	診療科	連絡先
19:30～22:40	内科	呉市医師会内科夜間救急センター ☎32-1299(朝日町15-24)
日曜祝日	内科 小児科 外科	呉市医師会休日急患センター ☎32-1299(朝日町15-24)
	薬局	呉市薬剤師会センター ☎32-7677(朝日町14-6)

※平日の昼間は、かかりつけ医療機関を利用してください。休診となる場合もありますので、受診する前に電話で確認してください。

呉市医師会休日急患・夜間救急センター

踏みえ、インフルエンザなどの検査について

呉市医師会休日急患・夜間救急センターでは、新型コロナウイルス(PCR)検査は行っていません。また、新型コロナウイルス感染症の流行を

問 呉市医師会 ☎32-1299

新型コロナウイルス感染症の流行を



**【10月30日から変更】
エアポートバス「呉広島空港線」運行ダイヤ**

問 交通政策課 ☎ 25-3062

航空機のダイヤ改正に合わせ、10/30(日)から次のダイヤで運行しています。
※新型コロナウイルス感染症の拡大などの影響により、変更になる場合がありますので注意してください。
※広島空港→呉市内の運行ダイヤは新広島駅で降車希望があった場合の時刻です。

●呉市内→広島空港

乗車のみ				降車のみ	
クレイトン ベイホテル	呉駅前	本通 3丁目	阿賀駅前	広島空港	
5:30	5:45	5:49	5:58	6:43	
6:55	7:10	7:14	7:23	8:08	
8:10	8:25	8:29	8:38	9:23	
	11:05	11:09	11:18	12:03	
	13:30	13:34	13:43	14:28	
	14:40	14:44	14:53	15:38	
	17:00	17:04	17:13	17:58	
	18:00	18:04	18:13	18:58	
	19:50	19:54	20:03	20:48	

●広島空港→呉市内(新広島駅は降車希望時のみ経由)

乗車のみ		降車のみ			
広島空港	新広島	阿賀駅前	本通り 3丁目	呉駅前	クレイトン ベイホテル
9:05	9:52	9:57	10:06	10:10	
10:35	11:22	11:27	11:36	11:40	
11:45	12:32	12:37	12:46	12:50	
13:05	13:52	13:57	14:06	14:10	
15:15	16:02	16:07	16:16	16:20	
17:00	17:47	17:52	18:01	18:05	
18:45	19:32	19:37	19:46	19:50	20:00
20:10	20:57	21:02	21:11	21:15	21:25
21:50	22:37	22:42	22:51	22:55	23:05

※ が変更箇所

★呉市制120周年記念事業

**音戸の舟唄全国大会の参加者
文化振興課 ☎ 25-3463**

日時 来年2/11(祝)9:30~

場所 呉信用金庫ホール(文化ホール)

募集人数 ジュニアの部(中学生以下) 20人 一般の部 100人

申込 11/30(水)までに申込書を直接または郵送で文化振興課へ(宛先:737-8501 [住所不要]) ※申込書は、文化振興課・各まちづくりセンターで配布。料 2,000円



熱意ある人求む 自衛官(高等工科学学校生徒など)

自衛隊広島地方協力本部呉地域事務所 ☎ 23-1226

詳しくは自衛隊広島地方協力本部 ☎ <https://www.mod.go.jp/pco/hiroshima/> で。

募集種目	受付	試験日	応募資格
自衛官候補生(男女)	年間を通じて受付 試験日は受付時に連絡		18歳以上 33歳未満
一般曹候補生	12/1まで	(1次)12/11 (2次)来年1/11	
陸上自衛隊高等工科学学校(横須賀)	(推薦) 12/2まで (一般) 来年1/6まで	来年1/5~7 ※いずれか1日 (1次)来年1/14 (2次)来年1/27	中卒(見込含)~ 17歳未満の男子 ※推薦は中学校 または中等教育 学校長の推薦が 必要

募集



農業委員・農地利用最適化推進委員

農業委員会事務局(農林水産課) ☎ 25-3481

現在の呉市農業委員、農地利用最適化推進委員は、令和5年7月31日に任期が満了するため、農業委員および農地利用最適化推進委員を募集します。

●農業委員

推薦・応募 19人 任期 令和5年8/1~令和8年7/31

条件 農業に関する識見を有し、農地等の利用の最適化の推進(①担い手への農地の集積②遊休農地の解消③新規参入の促進)に関する事項など農業委員会が所掌する業務を適切に行うことができる者など

●農地利用最適化推進委員

推薦・応募 20人 任期 委嘱日~令和8年7/31

条件 農地等の利用の最適化の推進に熱意と識見を有する者など(農業委員会が定めた区域内で活動)

いずれも 申込 11/29(火)~12/28(水)(必着)に申込書を直接または郵送(書留)で農業委員会事務局へ(宛先:〒737-8501 [住所不要]) ※農業委員と推進委員を兼ねることはできません。募集要領・申込書は、農業委員会事務局・各市民センターで配布。☎市ホームページからもダウンロードすることができます。

12月3日~9日は障害者週間

問 障害福祉課 ☎ 25-3135、FAX ☎ 25-2522

どのような配慮や支援が必要なのかを知り、お互いに支え合しましょう。

■ ■ ■ ■ ■ 助け合いのしるしです。ヘルプマーク・カード ■ ■ ■ ■ ■

- 障害や持病があったり、妊娠していたり、義足や人工関節を使用していたり、外見からは分からなくても援助を必要としている人がいます。こうした人たちが、援助が必要なことを周囲に知らせるマークです。
- 障害福祉課、地域保健課、東保健センター、各市民センターの窓口で配布しています。



マークを見かけたときは

- 電車やバスの中で
席を譲るなどの配慮をお願いします。
疲れやすかったり、つり革につかまり続けることが困難な人がいます。
- 商業施設・駅などで
声を掛けてください。立ち上がる・歩く・階段の上り下りなどの動作が困難な人や、公共交通機関の乱れなど突発的な出来事に臨機応変な対応をすることが難しい人がいます。
- 発作や急な体調不良など
ヘルプマーク・カードに、緊急時の対応法を書いている場合がありますので確認してください。

■ ■ ■ ■ ■ 地域で安心して暮らすための相談窓口 ■ ■ ■ ■ ■

- 障害のある人の暮らしの相談、緊急時の対応など

地域	窓口	所在地	連絡先
中央、宮原、警固屋、音戸、倉橋	まるごとネット呉中央	中央3丁目12-17 (サポートセンターたまご内)	☎ 36-5959 FAX 36-9010
昭和、天応、吉浦	まるごとネット呉西	焼山中央5丁目11-28 (はーとふるスペース希望内)	☎ 69-1133 FAX 36-5656
阿賀、広、郷原	まるごとネット呉東	郷原町12380番地181 (地域生活支援センターのろさん内)	☎ 77-0111 FAX 77-0112
仁方、川尻、安浦、下蒲刈、蒲刈、豊浜、豊	まるごとネット呉安芸灘	安浦町水尻1丁目3-1 (芸南支援センターくれんど内)	☎ 84-5803 FAX 84-4041

● 障害別専門相談

主な対象	窓口	所在地	連絡先
身体障害者等およびその介護者	呉地域障害者生活支援センター	中央5丁目12-21 福祉会館1階	☎ 25-3710
精神障害者等およびその介護者	地域活動支援センターふたば	広白石4丁目7-22	☎ 76-4855
発達で気になることのある児童の保護者	呉本庄つくし園 (児童療育相談事業)	広古新開2丁目1-3(広市民センター4階) 焼山北3丁目21-1	☎ 73-4074 ☎ 33-8020

● 障害者虐待についての相談

窓口	所在地	連絡先
虐待防止センター	中央4丁目1-6 市役所2階	☎ 25-3107(夜間転送あり) FAX 25-2522

● 問い合わせ先が分からない場合の窓口

窓口	所在地	連絡先
障害福祉課	中央4丁目1-6 市役所2階	☎ 25-3523、25-3135 FAX 25-2522



「現金を送れ」は詐欺です！

少しでも怪しいと思ったらときは警察に相談しましょう。問消費生活センター ☎25-3218

12月の相談日程

※新型コロナウイルスの影響を受け、今後、相談日程や相談方法の変更、もしくは中止となることがあります。開催状況については、それぞれの問い合わせ先へ確認してください。

	日 時	場 所	問い合わせ先
要予約	NPO設立・運営相談	毎週木曜日9:00~12:00、金曜日17:00~20:00 ※ボランティアに関する相談は随時。	くれ協働センター(市役所1階) ☎25-5602
		毎週火曜日9:00~12:00	ひろ協働センター(広市民センター4階) ☎71-0321
	認知症・若年性認知症の相談	20(火)13:30~15:30(16金)15:00までに予約 28(水)13:30~15:30(23金)15:00までに予約	川尻・安浦地域包括支援センター 市役所1階 相談室 高齢者支援課 ☎25-3138
	成年後見制度相談会	毎月第3木曜日13:00~16:00(前日12:00までに予約)	福祉会館 ☎25-0266
	おしりの悩み相談	7(水)13:30~16:00	呉市医師会病院大腸肛門病センター(朝日町15-24) 呉市医師会病院 ☎22-2321
	在宅介護おくり相談(高齢者・家族向け)	毎週木曜日13:00~16:00(前日12:00までに予約(先着5人)) ※薬剤師・介護支援専門員	呉市薬剤師会館(中通1-4-2) 呉市薬剤師会 ☎21-4695
	犯罪被害者などの相談	毎月第2金曜日13:00~16:00(前日12:00までに予約) ※広島被害者支援センター相談員	人権・男女共同参画課(市役所1階) 人権・男女共同参画課 ☎25-3465
	エイズ・梅毒相談(検査)	相談 毎週月~金曜日(祝日を除く)8:30~17:00 検査 13(火)9:00~11:00、2金(17:00~19:00(要予約))	すこやかセンターくれ 地域保健課 ☎25-3525
	こころの健康相談	20(火)13:00~	東保健センター 西保健センター ☎25-3542
事前申し込み不要	思春期相談	12(月)・23(金)15:00~17:00(受付15:00~16:00)	12日は西保健センター 23日は東保健センター 東保健センター ☎71-9176
	人権相談	毎月第2火曜日10:00~15:00 ※人権擁護委員	人権・男女共同参画課(市役所1階) 人権・男女共同参画課 ☎25-3465
	心配ごと相談	毎週水曜日10:00~12:00	福祉会館 社会福祉協議会 ☎25-8989
	民事・登記・相続法律相談	15(水)13:00~16:00(12:45に受付(抽選6人)) ※司法書士 28(水)13:30~16:30(13:00に受付(抽選6人)) ※司法書士	昭和市场センター1階 昭和市场センター ☎33-0011
	外国語による生活相談	月~金曜日9:00~18:00、土・日曜日10:00~18:00(祝日を除く) ※言語によって曜日・時間が異なりますのでお問い合わせください。	国際交流センター(市役所1階) 国際交流センター ☎25-5604
	歯の無料健康相談	1・8・15・22・29の木曜日12:30~13:30	すこやかセンターくれ 呉市口腔保健センター(和庄1-2-13) 呉市歯科医師会 ☎25-4441
	医療に関する心配・苦情・相談	毎週月~金曜日(祝日を除く)8:30~17:00	呉市医師会館(朝日町15-24) 呉市医師会 ☎22-2326
	消費生活相談	毎週月~金曜日(祝日を除く)8:30~16:30(12:00~13:00を除く) ※消費生活相談員	消費生活センター ☎25-3218
	行政相談	19(月)14:00~16:00 ※行政相談委員	
	民事・登記・相続法律相談	6・13・20・27の火曜日13:30~16:30(13:00に受付(抽選6人)) ※司法書士	
法律相談	2・9・16・23の金曜日、7・14・21・28の水曜日9:30~(受付8:30~9:00(抽選6人)) ※弁護士		
相続・許認可手続相談	5・12・19・26の月曜日13:00~16:00 ※行政書士、先着6人	市民相談室(市役所1階)	
交通事故相談	8(木)13:00~16:00 ※行政書士、先着6人	市民相談室 ☎25-3222	
不動産に関する相談	2(金)13:00~16:00 ※宅建協会理事、先着6人		
遺言書の保管に関する相談	14(水)13:00~16:00 ※法務局職員、先着6人		
土地の境界・不動産表示登記相談	7(水)13:00~16:00 ※土地家屋調査士、先着6人		
労働・年金に関する相談	21(水)13:00~16:00 ※社会保険労務士、先着6人		
当日12時から整理券配布			



呉市立美術館 展示室の貸し出し

呉市立美術館 ☎25-2007

対象 市在住または市に通勤する個人・グループ(年1回)
使用期間 本館 来年4/5(水)~16(日)、4/21(金)~6/11(日)、6/14(水)~26(月)、9/7(木)~10(日) ※火曜日休館。
別館ギャラリー 来年4/1(土)~10/1(日) ※月・火曜日休館。
申込 12/7(水)~12月10:00~16:00に直接美術館窓口で
※申し込みが他団体と重複した場合の調整や説明会を12/25(日)10:00から行いますので、責任者は必ず出席してください。

リノベーションまちづくり講演会 ~ゆかいな仲間と楽しい日々を暮らす~

商工振興課 ☎25-3815

対象 不動産オーナー、商店主、まちづくりに興味のある人
日時 11/21(月)18:00~20:00(開場17:30)
場所 ビュー・ポートくれ 3階大ホール
講師 FOREVER&COMPANY(株)/leuk 代表取締役 古賀大輔さん **定員** 100人
申込 電話またはファクス・メールで商工振興課へ(FAX ☎25-7592・✉syoukou@city.kure.lg.jp)。QRコードからも申し込みめます。
料金 無料

リノベーションスクール@呉プレイベント 呉空き店舗めぐり

商工振興課 ☎25-3815

呉中心部の空き店舗やまちなかを巡り、見て・感じて活用方法や実現方法を学ぼう。
日時 12/3(土)13:00~15:30(予定)
場所 市役所集合
定員 20人(先着)
申込 QRコードの専用フォームより必要事項を明記の上、申し込みください
料金 無料

求職者が対象 ビジネス会計スキル習得講座

商工振興課 ☎25-3308

ビジネスマナーと、簿記の基礎や企業の日常業務における実践的な知識を習得できる講座です。
日時 12/6(火)~来年1/26(木)の平日のうち18日間
ビジネスマナー9:00~12:00(6回)、会計スキル10:00~16:00(12回)
場所 市役所5階会議室
定員 15人(申し込み多数の場合は抽選)
申込 11/24(木)(必着)までに申込書を直接または郵送・ファクスで商工振興課へ(〒737-8501 [住所不要]・FAX ☎25-7592)。呉市雇用促進協議会 koyo-kure.jp/からも申し込みめます。申込書は商工振興課・各市民センター・ハローワーク呉で配布
料金 無料



川尻公園墓地の使用者 環境政策課 ☎25-3298

区画数 1区画
面積 5平方メートル
申込 11/14(月)~30(水)(必着)に申込書を直接または郵送で環境政策課へ(〒737-8501 [住所不要])
抽選会 12/20(火)
料金 使用料 100万円 管理料 20万円
※詳しくは ☎市ホームページで。

食品ロス削減セミナー 環境政策課 ☎25-3301

冷蔵庫を定期的(毎月10日と30日)にチェック・整理することで、食品ロスの削減につなげる「おうちで3010運動」をすすめています。家庭や飲食店、スーパーなどの食品ロスについて一緒に考えてみませんか。
日時 11/22(火)14:00~
場所 つばき会館408号室
講師 NPO法人ジャパンハーベスト 理事長 成田賢一さん
定員 50人(先着)
申込 前日までに電話で
料金 無料

上級救命講習会 消防局警防課 ☎26-0313

いざというときのため、応急手当に関する正しい知識と技術を身に付けます。
対象 市在住または在勤の人
日時 12/10(土)8:30~17:30
場所 消防局4階講堂
定員 15人(先着)
申込 電話で西消防署救急係へ(☎26-0350)
料金 無料

教育資金を準備するコツを無料でアドバイス 子育て支援課 ☎25-3297

お金のプロ・ファイナンシャルプランナーが教育プランにに応じて教育資金を計画的に準備する方法を伝えます。
対象 ひとり親家庭の保護者
日時 セミナー 来年1/22(日)13:30~15:00
個別相談会 来年2/5(日)12:30~17:30(1人50分程度)
場所 市役所2階会議室
定員 20人(申し込み多数の場合は抽選)
申込 電話または申込書をファクスで呉市母子寡婦福祉連合会へ(☎21-5995・FAX ☎27-5578)。申込書は子育て支援課または各市民センターで配布
料金 無料

講座などの開催状況について

新型コロナウイルスの感染拡大を受け、今後講座などが中止や延期となることがあります。開催状況については、それぞれの問い合わせ先へ確認してください。 ※本紙に掲載している内容は11月2日時点のものです。

12月の絵本会

場 所	内 容	日	時
中央図書館 ☎21-3014	プーさんのえほんかい	14(水) 24(土)	10:30~11:00 15:00~15:40
広図書館 ☎71-7470	ババールのクリスマスえほんかい	17(土)	10:30~11:30
昭和図書館 ☎34-1210	とんぼのめがねのえほんかい	21(水)	15:30~16:10
川尻図書館 ☎87-3836	紙しばい会 スワニーのおひざにだっこの絵本会 スワニーの絵本会	10(土) 16(金) 17(土)	13:30~14:00 10:30~11:00 13:30~14:10
音戸図書館 ☎50-0020	ももちゃんのポケットのえほんかい	21(水)	10:30~11:00
倉橋図書館 ☎53-1872	宝島くらはしのえほん会	17(土)	15:00~15:30
安浦図書館 ☎84-3806	このゆびとまれのクリスマス絵本会	17(土)	10:30~11:00
阿賀まちづくりセンター ☎71-9077	話のシャワー「絵本会」	17(土)	10:00~11:00
呉ポートピアパーク ☎38-0560	アリスの絵本会	18(日)	14:00~15:00
下蒲川農村環境改善センター ☎65-2027	おはなしころりんの絵本会	17(土)	14:00~15:00

大和ミュージアム科学教室 ☎25-3047

●工作教室「クリスマスキャンドル」
かわいいクリスマスツリーのキャンドルを作ろう。
対象 小学生(3年生以下は保護者同伴)
日時 12/18(日)14:00~16:00
定員 12人(申し込み多数の場合は抽選)
申込 12/9(金)(必着)までに往復はがきで大和ミュージアム「クリスマスキャンドル」係へ(宛先:〒737-0029宝町5-20)。住所・氏名・学年・電話番号(返信面にも住所・氏名)を記入 **料金** 300円

●ワークショップ「スピニング・クリスマスカード」
カード開くときに仕掛けが回転する、不思議なクリスマスカードを作ろう。
日時 12月の毎週土曜日14:00~15:00
申込 開催時、実験工作室へ(材料がなくなり次第終了) **料金** 50円

●サイエンスショー「ショーで気象を学びまshow」
雲は何でできている?夕焼けはなぜ赤い?ショーで天気の実験を見よう。
日時 12月の毎週日曜日(1)11:00~(2)14:30~(18日は午前のみ)
定員 25人 **申込** 開催時、実験工作室へ **料金** 無料



キッズボランティアプロジェクト 2022

~身近なSDGsを探そう~
くれ協働センター☎25-5602(月曜休館)
SDGsを楽しく学べるすごろくを体験します。
対象 小学4年生~中学3年生
日時 12/24(土)10:00~12:00 **場所** くれ協働センター会議室
講師 環境カウンセラー 青山範子さん **定員** 16人
申込 電話で氏名・学年・電話番号を連絡
料金 無料 ※必ず保護者の了承を得てから参加してください。筆記用具を持参してください。

親子ふれあい フラワーアレンジメント教室

グリーンヒル郷原☎77-1025
内容 クリスマスリース作り
対象 3歳以上(小学生以下は保護者同伴)
日時 12/11(日)10:00~13:00
場所 グリーンヒル郷原 **定員** 20人(先着)
申込 11/21(月)9:00~12/8(木)16:00に電話で
料金 2,000円(カレーライス付き)



親子でクリスマスケーキ講座

音戸まちづくりセンター☎51-3322
クリスマス仕様のチョコレートレアチーズケーキタルトを作ります。
対象 小学生とその保護者 **日時** 12/17(土)10:00~13:00
場所 音戸まちづくりセンター **定員** 12組(先着)
申込 11/21(月)から直接同センター窓口で **料金** 1,700円

きよみんと森の妖精イベント

昭和地区まちづくり協議会☎090-8595-1200
こどもランド(スライダー&エア遊具)や移動動物園、ミニステージやキッチンカー、猫の譲渡会など、親子3世代で楽しめるイベントです。先着1000人に、きよみん餅プレゼント。
日時 11/20(日)10:30~15:00
場所 野外活動センター ※東和交通(焼山中央2-5-2)発着のシャトルバスを利用してください。

起業家支援プロジェクト最終審査会 -ビジネスプランコンテスト・公開プレゼンテーション-

商工振興課☎25-3815
日時 11/22(水)18:00~21:00(開場17:30) **場所** 呉森沢ホテル
申込 電話またはメールで(☎syoukou@city.kure.lg.jp) ※QRコードからも申し込みます。 **料金** 無料

ファイナリスト(発表順)
●西村淳子さん 「模型制作」を通して、子どもたちの能力アップに貢献!
●大島和浩さん 呉市で初のブランド白ネギを広め、生産面積を増やし、耕作放棄地の増加という社会問題に立ち向かう
●小笠原海人さん 倉橋島を舞台にしたVRゲーム制作(地域活性化×デジタルコンテンツ×人材確保)
●佐々木正旭さん 「クリスマスケーキは車で30分かけ橋を払い、コンビニだった」瀬戸内の小さな島にケーキ屋さんを
●伊藤由夏さん 人生の最後まで過ごせる「第2の家」ホームホスピスの設立



4期生からの活動報告

西原総司さん
(株式会社 Story Agent)

【廃業した呉ビールに代わる 第2の呉ビールブランド創業】
昨年度のふるさと納税型クラウドファンディングで集まった金額は全額、缶の充填機を導入するための資金に充てました。
広島県内初のクラフト缶ビールを呉市から発信します。9月下旬には既存設備の3倍の規模の増設を行い、醸造量を増やし全国へと販路を広げていきます。今後は缶ビールを主力商品として全国のコンビニエンスストアに卸売りを行う予定です。

チャン ティ ビック ダオさん
(Ngonスタンド)

【Ngon(おいしい)で繋がる 多文化共生の居場所づくり】
皆様からの多くのご支援により、8月8日に本通に立派な店舗をオープンすることができました。厚く御礼申し上げます。
開店以来多くの日本人、在留外国人の皆様にご来店いただき、交流していただいております。
お気軽にベトナム文化を体験できる料理と内装で、皆様のご来店を心よりお待ちしております。

熊原拓朗さん
(あき水産「輝」)

【めざせブランド化! 呉産アサリを生みだそう!】
昨年の「呉市ふるさと納税型クラウドファンディング」により、皆様から多くのご支援をいただきましてありがとうございました。おかげさまで、あさりの稚貝の養殖施設を作ることができました。
陸上と海上での養殖を9月に実現させることができましたが、陸上養殖に至ってはまだ実験段階中です。
皆様のご声援を胸に、これからも呉産あさりの誕生に向けて一歩一歩進んでまいります。

「ひろひろ・ば」クリスマス会

すこやか子育て支援センター ひろひろ・ば☎76-1616
広島国際大学の学生ボランティアサークルLCFによる出し物をお楽しみください。
対象 0~2歳、3歳以上の未就園児(対象児の兄弟は参加可)
日時 12/10(土) 午前の部 11:00~12:00
午後の部 14:00~15:00
場所 広市民センター3階 **定員** 各部30組(先着)
申込 QRコードから **料金** 無料



親子工場見学バスツアー

商工振興課☎25-3308
市内にある工場を見学して、ものづくりの魅力や市内企業のすばらしさを学ぼう。
対象 小・中学生(小学生は保護者同伴)
内容 大和ミュージアムで呉の造船の歴史を学んだ後にJMU株式会社呉事業所の工場見学
日時 12/26(月)9:30~12:15(9:20大和ミュージアム入口集合) **定員** 40人(申し込み多数の場合は抽選)
申込 12/2(金)(必着)までに申込書を直接または郵送・ファクスで商工振興課へ(宛先:〒737-8501[住所不要]・FAX☎25-7592) ※QRコードからも申し込みます。申込書は商工振興課・各市民センターで配布。Q市ホームページからもダウンロードできます。 **料金** 無料



子ども広場

阿賀まちづくりセンター ☎71-9077

●君も手品師になれる!
対象 小学生(小学3年生以下は保護者同伴)
日時 12/25(日)10:00~12:00 **定員** 12人(先着) **料金** 無料

●お小遣いゲーム お金は大切だよ
対象 小学生(小学2年生以下は保護者同伴)
日時 12/26(月)10:00~11:30 **定員** 15人(先着) **料金** 無料
いずれも 場所 阿賀まちづくりセンター
申込 11/20(日)から直接同センター窓口で

広まちづくりセンター ☎71-2151

●おやこでたのしくバレエストレッチ ~バレエにつながる柔軟性をそだてよう~
対象 1~3歳とその保護者
日時 12/13・27、1/10・24の火曜日15:30~16:30
定員 10組(先着) **料金** 1,600円

●子ども工作教室~オリジナルのたたきごまを作ってあそぼう~
対象 小学生(小学4年生以下は保護者同伴)
日時 12/17(土)10:00~12:00
定員 15人(先着) **料金** 500円
いずれも 場所 広まちづくりセンター
申込 11/20(日)から直接同センター窓口で



●ミットヨ スポーツパーク郷原(総合スポーツセンター) ☎ 33-0608

教室	対象	日時	定員	申込	料金
ヨガ教室	18歳以上	来年1/5～3/30の木曜日14:00～15:30(全12回)	20	12/6(火)～16(金)17:00	4,800円

●鶴岡一人記念スポーツ会館(スポーツ会館) ☎ 22-1264

教室	対象	日時	場所	定員	申込	料金
中高年にやさしい健康体操教室	おおむね50歳以上の女性	12/13～来年3/14の火曜日13:30～15:00(全12回)	鶴岡一人記念スポーツ会館アリーナ	64	11/18(金)～12/1(木)17:00	4,800円

秋の自然体験教室
「何種みつけられる?貝がらみつけと標本づくり」

環境省中国四国地方環境事務所広島事務所 ☎082-223-7450
瀬戸内海には1,000種以上の貝類が生息しています。砂浜にはレア貝があるかもしれません。砂浜に打ち上げられた貝殻を探して、調べて、標本を作ってみよう。
対象 小学生(保護者同伴)
日時 11/20(日)9:00～12:00 **場所** 梶ヶ浜海水浴場
定員 30人(申し込み多数の場合は抽選)
申込 メールで同事務所へ(☒MOE-HIROSHIMA@env.go.jp)。氏名(ふりがな)・性別・年齢・住所・電話番号を連絡
料金 300円(入館料、材料費、野外活動保険代)

ロシア歌謡を歌う会
日本ユーラシア協会呉支部 ☎080-5610-9751

「カチューシャ」、「ステンカ・ラージン」などロシア大衆歌謡を歌って楽しめます。また、「ウクライナは滅びず(ウクライナ国歌)」なども歌います。
日時 12/10(土)14:00～16:00
場所 日本バプテスト呉キリスト教会(本通4-4-10)
定員 20人 **料金** 800円

地雷撤去のため書き損じはがきを集めています
カンボジア地雷撤去キャンペーン ☎092-833-7575

カンボジアの地雷被害を無くすため、書き損じはがきなどを集めて換金し、地雷撤去団体へ寄付しています。はがき2、3枚で1平方メートルの地雷撤去費用になります。
対象品 書き損じ・未使用はがき、未使用切手、未使用テレホンカード、QUOカードなど
期間 来年3/31(金)(必着)まで
送付先 〒814-0002 福岡県福岡市早良区西新1-7-10-702(一財)カンボジア地雷撤去キャンペーン宛

人口と世帯

9月末現在	
人口	210,070人
●男	101,513人
●女	108,557人
前月比	215人減
前年比	4,339人減
世帯	106,672世帯

市役所前のイチョウが色づき秋晴れが続く日々ですが、紙面には早くも「正月」や「卯年」といったワードが登場。私は最近、あと二カ月で今年の日標を達成しようと思いつき、目標の一つに「料理をします。簡単なものから挑戦だ!と、この前はさつまいも、の炊き込みご飯を作りました。終わり良ければ全てよし、の精神で、今年の残りを有意義に過ごしていきたいです♪

わくわく情報

※行事内容の問い合わせは、各記事の連絡先へ。

防衛問題セミナー「国際情勢と日本の安全保障」

防衛省中国四国防衛局 ☎082-223-7142
日時 11/28(月)18:00～(開場17:00)
場所 新日本造機ホール(くれ絆ホール)
講演者 河野克俊(前統合幕僚長)、兼原信克(同志社大学特別客員教授、元内閣官房副長官補)、渡部恒雄(笹川平和財団安全保障研究グループ上席研究員)
申込 11/25(金)までにメールで同局へ(☒33seminar-cs@chushi.rdb.mod.go.jp)。氏名・性別・年齢・電話番号・職業を連絡

呉商フェスタ～努力の先に喜色満面～
広島県立呉商業高等学校 ☎72-2525

生徒が仕入れた呉のおすすめの洋菓子・和菓子・調味料などの食品や雑貨、日本各地の商品も取り揃えています。呉商生の取り組みや広商店街などを紹介する展示や福引も予定しています。
日時 12/3(土)10:00～14:00、4(日)10:00～13:00
場所 広島県立呉商業高等学校

吉本興業110周年感謝祭
西川きよしのコツコツ全国ツアー

呉子どもNPOセンター YYY ☎24-5646
笑いは元気の源!西川きよし師匠が若手芸人と一緒に呉にやってきます。
日時 来年1/29(日)12:30～(開場11:45)
場所 呉信用金庫ホール(文化ホール) **定員** 1,600人
チケット 前売 5,500円 当日 6,000円 ※呉信用金庫ホール(文化ホール)、呉子どもNPOセンターYYYなどで発売中。

編集後記

もし自分や家族が認知症になったら...これまで全く考えたことがありませんでした。きつと、生活が大きく変わるため、その「備え」を今からしなければと、取材の合間に専門家の人に相談し、イメージを膨らませました。「身近な人を普段から大切にしてお互いを思い合える関係を築くこと。」日頃から強く意識していきたいです。K郎

●IHIアリーナ呉(市体育館) ☎25-3475 申込 すべて11/25(金)～12/7(水)17:00(新規受講者優先)

教室	対象	日時	定員	料金
ピラティス&ヨガ教室	18歳以上	来年1/10～3/14の火曜日10:00～11:30(全10回)	30	4,000円
ボール&フィットネス教室		来年1/10～3/14の火曜日11:45～13:15(全10回)	25	
ZUMBA-やさしいストレッチ&シェイプアップ		来年1/10～3/14の火曜日13:30～15:00(全10回)	30	
やさしいエアロビクス&ストレッチ教室		来年1/13～3/31の金曜日19:00～20:30(全10回)	25	
モーニング・ヨガ教室		来年1/13～3/31の金曜日10:00～11:30(全10回)	35	
ナイト・ヨガ教室		来年1/16～3/20の月曜日19:00～20:30(全10回)	35	

●日本製鉄アクアパーク(市営プール) 第4期スポーツ教室 新規受講生募集(1～3月) ☎32-2227

教室	対象	日時	定員	申込	料金
キッズスイミング	年中～中学生	来年1～3月の月・水・木・金曜日(各全10回) A:初級(年中～小学生) 15:20～16:20 B:初級(年長～小学生) 16:20～17:20 C:中級(小・中学生) 17:20～18:20 D:上級(小・中学生) 18:20～19:20	各20	12/1(木)～12(月)に往復はがきで(宛先:〒737-0818二河町2-2) ※応募前に必ず問い合わせください。申し込み多数の場合は抽選。	各7,700円 別途専用キャップ代550円
大人スイム	18歳以上	来年1～3月の月曜日10:30～12:00(全10回) 来年1～3月の水曜日10:30～12:00(全10回) 来年1～3月の金曜日13:00～14:30(全10回)	各30	11/21(月)～12/4(日)に直接同館窓口へ(申し込み多数の場合は抽選)	各6,600円
アクアピクス		来年1～3月の木曜日13:00～14:30(全10回)	30		6,600円
いきいき元気アップ教室		来年1～3月の水曜日10:30～12:00(全10回)	20		7,700円
ZUMBA		来年1～3月の水曜日10:30～12:00(全10回)	20		7,700円
ヨガ		来年1～3月の水曜日19:20～20:50(全10回)	20		7,700円
燃焼エクササイズ		来年1～3月の木曜日10:30～12:00(全10回)	20		7,700円
ヨガ&ピラティス		来年1～2月の金曜日10:00～11:30(全10回)	20		7,700円
フラダンス		来年1～3月の金曜日13:00～14:30(全10回)	20		7,700円
はじめての社交ダンスラテン・モダン		来年1～3月の土曜日(各全10回) ラテン(ジルバ・ルンバ・チャチャチャ) 9:30～10:50 モダン(ブルース・ワルツ・タンゴ) 11:00～12:20	各16		各7,700円
社交ダンス初級ラテン・モダン		来年1～3月の日曜日(各全10回) ラテン(ルンバ・チャチャチャ・サンバ) 9:30～10:50 モダン(ワルツ・タンゴ・クイック) 11:00～12:20	各16		各7,700円

●広温水プール ☎73-6325 申込 すべて11/15(火)～25(金)17:00

教室	対象	日時	定員	料金
幼児水泳教室	4～6歳	A 来年1/5～2/7の火・木曜日 B 来年1/6～2/3の水・金曜日 いずれも15:00～16:30(各全9回)	各30 (重複申込不可)	各4,500円
児童水泳教室	小学生	A 来年1/5～2/7の火・木曜日 B 来年1/6～2/3の水・金曜日 いずれも16:30～18:00(各全9回)	各45 (重複申込不可)	各3,600円
アクアピクス教室	18歳以上	火曜コース 来年1/17～3/14 木曜コース 来年1/19～3/23 いずれも10:30～12:00(各全9回)	各30	各4,500円
水中ウオーキング教室		水曜コース 来年1/18～3/15 金曜コース 来年1/20～3/17 いずれも10:30～12:00(各全9回)	各45	各4,500円
成人水泳教室		水曜コース 来年1/18～3/15 金曜コース 来年1/20～3/17 いずれも13:00～14:30(各全9回)	各45	各4,500円
土曜児童水泳教室	小学生	来年1/7～3/18の土曜日(各全10回) A 9:30～11:00 B 11:00～12:30 C 13:00～14:30	各45 (重複申込不可)	各4,000円
日曜水中ウオーキング教室	18歳以上	来年1/8～3/12の日曜日11:00～12:30(全10回)	20	5,000円
日曜成人水泳教室		来年1/8～3/12の日曜日13:00～14:30(全10回)	15	5,000円
日曜児童水泳教室		小学生(初級者優先) 来年1/8～3/12の日曜日15:00～16:30(全10回)	15 (重複申込不可)	4,000円



スマホやタブレット端末でもQRコードを読み取ると動画を視聴できます。



▶パソコンに映し出されたカフェの様子を確認しながら、リモートで接客業務を行う様子

呉で輝く若者たち

vol.82 ^{こいずみ}小泉 ^{もえ}萌さん

小泉さんは30歳の時、原因不明の病気を発症し3年ほどほぼ寝たきりの生活に。四肢体幹が思うように動かなくなり、生きる意味を失いかけた時期がありました。そんな中、リハビリを兼ねて始めたアクセサリーづくり。「もともと家庭科は得意だったのもあって、やってみるととても楽しくて。SNSで発信したところ、蒲刈にある古民家カフェ(tete&tete)の方と知り合い、私の作品をお店

「たんとは〜」来店いただきありがとうございます…」東京・日本橋にある分身ロボットカフェの分身ロボットから発せられる声。その主は、呉の自宅ベッドからパソコンでロボットを遠隔操作して接客や配膳をする小泉萌さんです。

プロフィール

35歳。昭和地区在住。アクセサリー作家・OriHimeパイロット。「できるうちにやりたいことを」をモットーに昨年アクセサリー作家デビュー。今春からは、病気などの理由で外出が困難な人が、ロボットを遠隔操作し、接客スタッフとして働く「OriHimeパイロット」として活躍の場を広げる。現在は、障害者就労支援の一環で企業と障害者をリモートワークでつなぐ活動にも力を入れている。



▲レジンを使ったアクセサリーづくり。1つ1つ手作業で丁寧に仕上げる。

今も多くの時間を自宅のベッドで過ごす小泉さん。「体が不自由になっても自分次第で未来は開けると信じています。直接は会えなくても、テクノロジを通じて温かい交流や幸せを感じることができているんです」。そう笑顔で語る小泉さんは日々、自分らしく歩みを進めています。

に置いてもらえることになりました。それからは島の人たちから、たくさん愛情をいただき、本当に感謝しています」と語ります。また並行して働く分身ロボットカフェの店員について「自宅にいても遠くのお客様と話をしたり現地の様子を感じることができたりします。誰かと接することがうれしいんです」と日々の生活の中で社会とのつながりを実感しています。



見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています

- 再生紙を使用しています
- QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です

10言語対応「市政だより くれ」デジタルブックで配信中！



- ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める
- 文字サイズを調整できる
- 動画や写真も楽しめる
- 10言語で読める・聞ける（音声読み上げ対応※）

無料 FREE APP



【対応言語】

日本語、英語、中国語（簡体字・繁体字）
韓国語、タイ語、ポルトガル語（ブラジル）
スペイン語、インドネシア語、ベトナム語
※ベトナム語は音声読み上げに対応していません。



・ブラウザ版は音声読み上げには対応しておりません。音声読み上げには、無料アプリ（カタボケバ）のインストールが必要です。