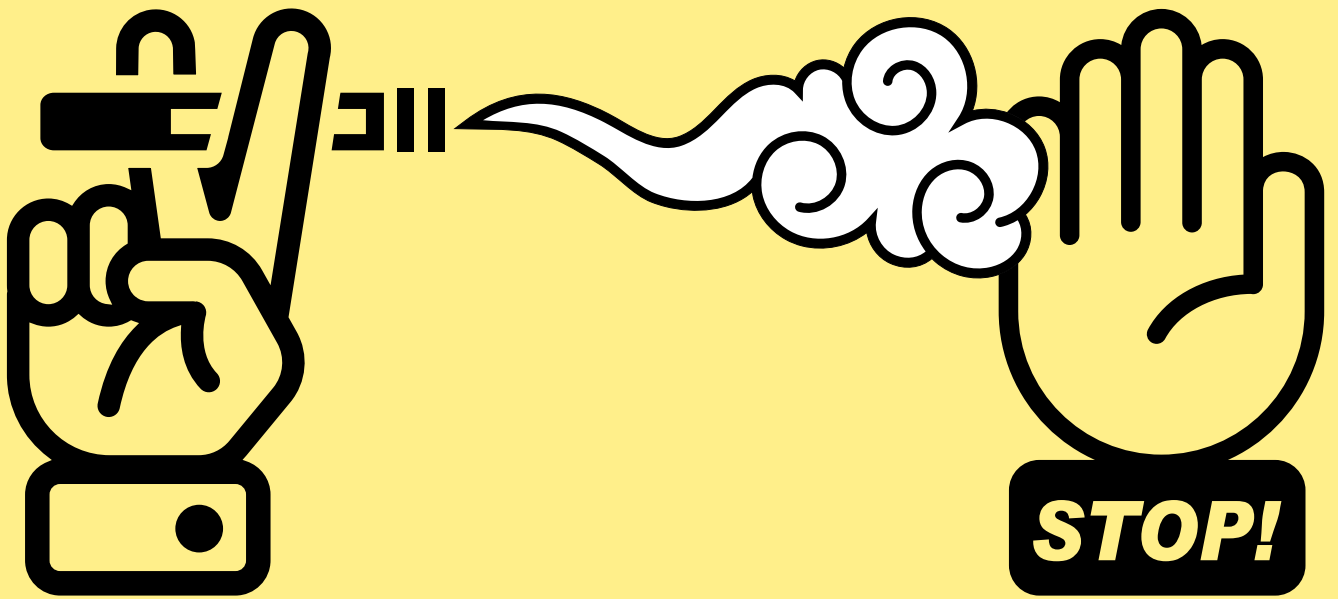




IT市

なくそう!  
**受動喫煙!**  
NO! Passive smoking



喫煙はマナーからルールへ!

**4月1日**全面施行



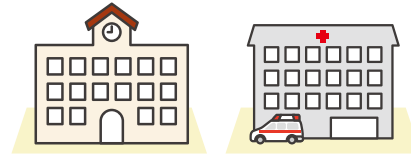
## 禁煙と喫煙のルール

屋内は原則禁煙となり、施設の種類によって、喫煙できる場所が決められます。

### 敷地内禁煙

学校や病院、児童福祉施設、行政機関の庁舎の敷地内では、喫煙することができません。

※屋外で受動喫煙を防止するために必要な措置が取られた場所では、喫煙することができます。

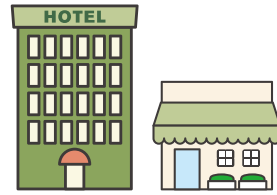


### 屋内禁煙

飲食店や事務所、工場、娯楽施設、ホテル(旅館)の屋内では、喫煙することができません。

※喫煙専用室または加熱式たばこ専用室が設置されている施設では、喫煙することができます。また、既存の飲食店のうち、規模の小さい店舗については、屋内で喫煙できる店舗があります。

※家庭、ホテル(旅館)の客室など居住用の場所や屋外は、法規制の対象とはなりません。ただし、できるだけ周囲に人がいない場所で喫煙するよう配慮が必要です。



## 受動喫煙による体への影響

たばこの煙には、発がん性物質やニコチン、一酸化炭素など多くの化学物質が含まれています。受動喫煙によっても、それらの有害物質は体内に取り込まれ、血管の傷害や血圧上昇などさまざまな影響を体にもたらします。特に肺がんや虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群は、受動喫煙によりリスクが高まるとされています。



### Interview インタビュー

## 受動喫煙を防ぎましょう

今年の4月から健康増進法の改正により、受動喫煙を防止する取り組みが強化されます。今回の改正で受動喫煙防止対策が強化される理由は、受動喫煙の影響を受けやすい未成年や病気ににかかっている人に配慮したことが大きいです。また、世界保健機関(WHO)の基準において、日本のたばこ対策が「最低レベル」と評価されていたことも理由の一つです。

平成28年の県民健康意識行動調査によると、20〜40歳代での喫煙率が男女ともに高い傾向にありました。この世代は妊娠・出産・子育てをする時期と重なります。妊娠中にたばこを吸うと、流産や低出生体重の可能性が高くなります。妊婦は禁煙が必要ですが、ニコチンの依存性によりなかなかやめられない場合もあ



保健所健康課 田口 絵莉子

ります。妊娠を考えている人は、妊娠前から禁煙に取り組みましょう。また同調査の分煙実行状況の項目を見ると、職場・家庭の両方で分煙を実行する人の割合は35・6%、家庭のみは26・1%、職場のみは17%、どちらもしていない人は19%でした。今回の改正法では、人の居住する場所が規制の対象とはなっていませんが、家庭内においても受動喫煙は生じます。特に子どもが受動喫煙にさらされると、中耳炎や気管支ぜんそくのリスクを高めます。家庭内でも受動喫煙が起らないように家族全員で気を付けましょう。

## マナーからルールへ

健康増進法の改正によって、多くの施設において屋内が原則禁煙となります。施設の出入口に、禁煙マークの標識を貼っている施設では、喫煙することができません。

※禁煙マークの標識は、掲示を義務付けられていません。ただし、喫煙可能な施設には、指定された標識の掲示が義務付けられています。



### 【受動喫煙対策の新しいルール】



多くの施設において  
屋内が原則禁煙



20歳未満の人は  
喫煙エリアへの  
立入禁止



屋内での喫煙には  
喫煙室の設置が  
必要



喫煙室には  
標識掲示が  
義務付け

## 喫煙可能な施設の標識

施設内に喫煙できる場所がある場合は、喫煙室と、その施設の主な出入口の見やすい場所にその旨が表示されています。

### 【標識例】



【喫煙可能店の標識】  
店内が喫煙可能であること、20歳未満は入れないことを示しています。



【喫煙専用室の標識】  
喫煙場所であること、20歳未満は入れないことを示しています。



【喫煙専用室設置施設の標識】  
施設内に喫煙専用室があり、それ以外の場所は禁煙であることを示しています。

なくそう！望まない受動喫煙

望まない受動喫煙を防止するため、改正された健康増進法が4月1日から全面施行されます。多くの人が利用する施設などの禁煙と喫煙のルールが定められました。

保健所健康課 ☎536・2517

## 自己負担限度額は加入者の年齢や所得によって異なります

[ ]内の金額は、過去12カ月間に4回以上世帯の限度額に達するとき、4回目からの自己負担限度額

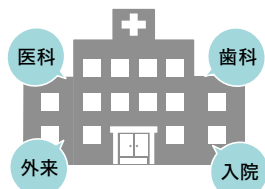
### □ 国民健康保険に加入している70歳未満の人

適用区分(基礎控除後の合計所得 <sup>※1</sup> )	自己負担限度額 (月額)
ア (901万円超)	252,600円+(総医療費-842,000円)×1% [140,100円]
イ (600万円超~901万円以下)	167,400円+(総医療費-558,000円)×1% [93,000円]
ウ (210万円超~600万円以下)	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% [44,400円]
エ (210万円以下)	57,600円 [44,400円]
オ (市民税非課税世帯 <sup>※2</sup> )	35,400円 [24,600円]

※1:同じ世帯の国民健康保険加入者の基礎控除(33万円)後の所得合計。  
 ※2:国民健康保険加入者全員と世帯主が市民税非課税の世帯の人。

#### ◎計算上の注意点

- 医療機関ごとに計算します。(外来と入院、医科診療と歯科診療は別計算)
- 院外処方箋で調剤を受けたときは処方した医療機関の医療費と合算します。
- 一つの医療機関に支払った医療費(その医療機関で処方された調剤を含む)が21,000円以上ある場合のみ、それらを合算します。



### □ 国民健康保険に加入している70歳~74歳の人・後期高齢者医療制度加入者

【平成30年8月~】 ※7月以前については、制度改正前の額を適用します。

適用区分 (市民税課税所得)	自己負担限度額 (月額)	
	外来の場合(個人ごとの計算)	外来+入院の場合(世帯ごとに計算)
現役並みⅢ (690万円以上)	252,600円+(総医療費-842,000円)×1% [140,100円]	
現役並みⅡ (380万円以上)	167,400円+(総医療費-558,000円)×1% [93,000円]	
現役並みⅠ (145万円以上)	80,100円+(総医療費-267,000円)×1% [44,400円]	
一般 (145万円未満)	18,000円 <sup>※3</sup>	57,600円 [44,400円]
低所得Ⅱ <sup>※4</sup>	8,000円	24,600円
低所得Ⅰ <sup>※5</sup> (市民税非課税世帯)		15,000円

※3:1年間(8月~翌7月)の年間限度額は144,000円です。  
 ※4:(国民健康保険加入者)…国民健康保険加入者全員と世帯主が市民税非課税の世帯の人。  
 (後期高齢者医療制度加入者)…世帯全員が市民税非課税の人。  
 ※5:(国民健康保険加入者)…国民健康保険加入者全員と世帯主が市民税非課税で、収入から必要経費・控除を差し引いた所得が0円となる世帯の人。  
 (後期高齢者医療制度加入者)…世帯全員が市民税非課税で、収入から必要経費・控除を差し引いた所得が0円となる世帯の人。  
 (公的年金の所得は、各加入者とも控除額を80万円として計算します。)

## 申請の方法

国保年金課(本庁舎1階⑨番窓口)、各支所、本神崎・一尺屋連絡所に診療月の翌1日から2年以内に申請してください。

#### 申請に必要なもの(国民健康保険加入者)

- 国民健康保険被保険者証
- 医療機関の領収書(写しもの)  
※確定申告で必要な人は、事前に写しを取っておいてください。
- 世帯主の印鑑(朱肉を使うもの)
- 世帯主の預金通帳(振込先の分かるもの)
- 窓口に来る人の本人確認書類(運転免許証など)
- マイナンバーカードまたは通知カード(世帯主および療養を受けた人)

#### ○後期高齢者医療制度加入者で該当する人には…

後期高齢者医療広域連合から通知書を送付します(初回のみ申請)。  
 後期高齢者医療被保険者証、本人の印鑑(朱肉を使うもの)、本人名義の預金通帳(振込先の分かるもの)、本人確認書類などをそろえて申請してください。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ 国保年金課 ☎537-5735



大分市国民健康保険・後期高齢者医療制度 加入者の皆さんへ

高額療養費の支給対象となる人は申請を

病院などの医療機関で支払った1か月(月の1日から末日まで)の医療費(保険診療分が対象)が自己負担限度額を超えた場合、その超えた額が高額療養費として支給されますので対象となる人は申請してください。

# 男女共同参画 うめはるフェスタ 無料 3月14日(土)・15日(日)

学んだり体験したり、子どもから大人まで楽しめるイベントを多数開催。ぜひ、お越しください。

場所: 男女共同参画センター (コンパルホール2階)

## 14日(土) 午前9時30分~午後4時

- ままのほけんしつ ●特大カルタとりとぶんぶんごま
- 非常食の試食 ●バルーンアートと読み聞かせ
- 防災ファッションショー ●パパによる夫婦講座
- 段ボールベッド体験 ●笑いヨガ ●かたり場カフェ
- マネーセミナーと無料相談会(要予約)
- 不登校・ひきこもり相談室(要予約)
- 革で作るパスケース・コインホルダー(材料費が必要・要予約)



## 15日(日) 午前9時30分~午後4時

- どんぐりのアクセサリ作り ●知って得するストレス軽減法
  - 傾聴セラピー ●おじいちゃん、おばあちゃんの知恵袋
  - 映画上映 午前10時~「ドリーム」  
午後1時~「ピリブ 未来への大逆転」
  - 講演会 午後1時30分~  
「『夫源病』『妻源病』共に依存しない生き方をめざして」  
講師:石蔵 文信氏(医師)
- ※講演会の申込方法など詳しくは、市報おいた2月1日号14ページをご覧ください。



## 両日開催 午前9時~午後4時

- 川柳コンテスト人気投票 ●男女共同参画センター愛称選挙 ●発達障がい者の作品展
- 昔遊びコーナー ●わなげ大会 ●ヨーヨー釣り ●スタンプラリー

各ワークショップの時間・内容はそれぞれ異なります。なお、予約が必要なワークショップの申込方法など詳しくは、市ホームページまたは男女共同参画センターなどに備え付けのチラシをご覧ください。また、コンパル博覧会も同時開催されます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ 男女共同参画センター ☎574-5577

# 総合型地域スポーツクラブ 会員募集

地域の皆さんが主役となり、自分たちで作り、会員となって活動する総合型地域スポーツクラブでは、身近な地域で気軽に健康づくりができます。イベントや体験会などを用意しているクラブもありますので、気軽にご参加ください。

地区	クラブ名	連絡先
大分中央地区	ひしのみクラブ(金池・長浜・荷揚・中島・住吉校区)	☎546-5557(松本)
	NPO法人 おおみちふれあいクラブ(大道校区)	☎080-3986-3706(園田)
	NPO法人 わいわい夢クラブ(東大分校区)	☎560-0873(事務局)
	NPO法人 滝尾百穴クラブ(滝尾校区)	☎090-9597-3218(田島)
明野地区	西の台あいあい倶楽部(西の台校区)	☎090-4518-1273(稗田)
	明ゆうクラブ(明野地区)	☎090-3071-3838(五十川)
鶴崎地区	みんなの明治クラブ(明治地区)	☎560-4448(市原)
	NPO法人 川添なのはなクラブ(川添校区)	☎529-2323(岩本)
植田地区	わさだ夢クラブ(植田校区)	☎541-2623(安東)
	NPO法人 賀来衆倶楽部(賀来校区)	☎549-0353(高尾)
	東植田地域クローバークラブ(東植田地区、寒田・鷺野校区)	☎511-1700(吉見)
大南地区	判田すこやか倶楽部(判田校区)	☎080-5606-3659(薄)
大在地区	OZAI元気クラブ(大在地区)	☎090-2518-1948(藤野)
佐賀関地区	佐賀関うみねこクラブ(佐賀関地区)	☎090-1926-7509(松浦)
野津原地区	NPO法人 七瀬の里Nクラブ(野津原地区)	☎588-1662(事務局)

※詳しくは、スポーツ振興課または各クラブへお問い合わせになるか、市ホームページをご覧ください。

☎ スポーツ振興課 ☎537-5979



おおいアートコレクション

イベント 多彩なアート作品との出会いを楽しみませんか

現代美術、陶芸、切り絵など、普段、一堂に見ることのない、さまざまなジャンルのアート作品。今回、アートプラザのアートホールにおいて、県内で創作活動を行っているアーティストの作品展示やワークショップを開催します。



◎展覧会 (入場無料)

●会期：3月16日(月)～22日(日) 午前10時～午後5時

●展示アーティスト

Kana (現代美術家)、Yone (イラストレーター)、のっけむし (イラストレーター)、下平 千夏 (現代美術家)、沖 美紀 (ワイヤーアーティスト)、勝 正光 (画家)、宇佐美 裕之 (陶芸)、森山 楓 (絵画)、佐藤 珠幸 (陶芸)、中島 真一 (切り絵)

◎アーティストによるワークショップ (参加無料)

4つのワークショップを開催します。申込みは、3月3日(火)まで。内容や申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。文化国際課へ。

●開催日：3月20日(金)～22日(日)

※各回1時間30分程度

●定員：各10人(多数時は抽選)

※小学生以下は保護者同伴。



詳しくは、こちらから

☎ 文化国際課 ☎537-5663

春季火災予防運動に伴う防火啓発イベント

イベント 火の用心を心掛ける 行動と意識を高めよう

3月1日(日)～7日(土)は春季火災予防運動期間です。防火に対する意識を高めてもらうため、一日消防局長として大野 タカシ氏 (タレント) による火災予防啓発活動や煙体験、消火体験などを行います。参加は無料です。



●日時：3月2日(月) 午前10時～正午

●場所：祝祭の広場

☎ 消防局予防課 ☎532-3199

大分市親善大使を募集

募集 各地のイベントで 大分市の魅力をPRしませんか

市観光キャンペーンレディの名称が2020年度から「大分市親善大使」となり、大分市の観光・特産品・イベント等のPR、観光客の誘致活動などを行います。期間は5月中旬から2年間で、年間30日程度の活動です。対象は、4月1日現在満18歳以上で、市内に在住または通勤・通学し、市観光協会の要望するスケジュールで活動が可能な人です。申込みは、市観光協会に備え付けの応募用紙(協会ホームページ(oishimati-oita.jp)でダウンロードも可)に記入の上、住民票(市外の人は在学証明書・在職証明書)を添えて、直接または郵送で、同協会(本庁舎8階 〒870-8504 荷揚町2-31)へ。



●募集期間：2月15日(土)～3月13日(金) (必着)

●募集人員：3人 ※書類審査、面接にて選考

☎ 市観光協会 ☎537-5764

大分市エンディングノートを活用ください

お知らせ 自分らしい人生を送るために 早くから考え、行動する準備を

子どもと離れて暮らす高齢者夫婦や一人暮らし高齢者が増加するなか、認知症になったときや亡くなったときなど、いざというときに備えて自分の思いや希望を書き記しておくための「大分市エンディングノート」を作成しました。このノートは、自分の気持ちを整理するため、家族や周囲の人に気持ちを伝えるためなど、本人の希望に応じて活用することができます。ぜひ、ご活用ください。



●配布場所：長寿福祉課(第2庁舎2階、本庁舎1階14番窓口)、各支所、各地域包括支援センター

☎ 長寿福祉課 ☎537-5771

1 人件費の状況(平成30年度普通会計決算)

住民基本台帳人口	477,858人 (平成31年3月31日現在)
歳出額(A)	1,719億4,960万8千円
人件費(B)	272億9,816万8千円
人件費比率(B/A)	15.9%

※人件費には、特別職(市長、議員など)に支給された給料、報酬などを含みます。

3 職員の平均給料月額(平成31年4月1日現在)

一般行政職	315,323円
公安職(消防職員)	293,202円

4 一般行政職の級別職員数の状況

区分	基準となる職務	職員数	構成比
1級	事務員の職務	99人	5.8%
2級	主事の職務	276人	16.1%
3級	主任の職務	272人	15.9%
4級	主査の職務	514人	30.0%
5級	参事補または主幹の職務	319人	18.6%
6級	参事の職務	112人	6.5%
7級	課長の職務	68人	4.0%
8級	次長の職務	34人	2.0%
9級	部長の職務	20人	1.1%
計	—	1,714人	100.0%

6 期末手当・勤労手当・退職手当の状況

(令和元年度(平成31年度))

①期末手当・勤労手当(支給割合)※1

区分	期末手当	勤労手当
6月期	1.300月分	0.925月分
12月期	1.300月分	0.925月分
計	2.600月分	1.850月分

②退職手当(支給割合)

区分	自己都合	早期・定年
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.270750月分
勤続35年	39.7575月分	47.709000月分
最高限度額	47.7090月分	47.709000月分

※1:役職段階別加算…職務の級に応じて5%～19%

2 職員給与費の状況

(令和元年度(平成31年度)普通会計予算)

職員数	2,918人
給料	117億3,425万4千円
職員手当	27億590万円
期末手当・勤労手当	49億4,406万4千円
計	193億8,421万8千円

※職員数は大分市全体の職員(3,246人)から公営企業会計(水道・下水道)および特別会計(国保・介護・市場)の職員(328人)を除いた数です(9.職員数の状況を参照)。

※職員手当には退職手当を含みません。給与費は当初予算に計上された額です。

5 職員の初任給の状況

(平成31年4月1日現在)

区分	大学卒	高校卒
一般行政職	187,200円	157,400円
公安職(消防職員)	196,900円	167,800円

※一般行政職とは、自治体間比較などのために国が定めた職員の分類基準で、大分市全体の職員(3,246人)のうち税務職(税務関係職員)や医療職(医師・保健師)、福祉職(保育士)、技能労務職(清掃関係職員)など、専門職の職員を除いた一般事務に従事する職員のことです。※大分市の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。

8 平均年齢の状況

(平成31年4月1日現在)

一般行政職	40.8歳
公安職(消防職員)	36.0歳

9 職員数の状況

(平成31年4月1日現在)

一般行政部門	2,103人
特別行政部門	815人
公営企業等部門	328人
合計	3,246人

※一般行政部門…「2.職員給与費の状況」における普通会計職員(2,918人)から教育委員会(352人)および消防局(463人)の職員を除いた職員のことをいい、「4.一般行政職の級別職員数の状況」における一般行政職(1,714人)とは異なります。

※特別行政部門…教育・消防  
※公営企業等部門…水道・下水道など

☎ 人事課 ☎537-5604

大分市職員の給与などの 状況についてお知らせします



### 特別児童扶養手当をご存じですか

心身に障がいのある20歳未満の児童を監護している父母または養育者に、特別児童扶養手当を支給しています。なお、所得制限などの要件があります。詳しくは、お問い合わせください。

☎ 障害福祉課(☎537-5786)

### 特定健診・健康診査はお済みですか

国保に加入している40歳～74歳の人に特定健診受診券を、後期高齢者医療制度に加入している人には健康診査受診券を送付しています。※年齢は令和2年3月31日現在

令和元年度の受診期限は3月31日(火)です。受診券を紛失した人は、再発行しますので連絡してください。健診には受診券と被保険者証を必ず持参してください。

☎ 国保年金課(特定健診)(☎537-7175)、後期高齢者医療広域連合(健康診査)(☎534-1771)

### 無料人権相談を行います

- 日時:3月4日(水) 午前10時～正午、午後1時～3時
- 相談員:人権擁護委員
- 相談内容:人権問題について
- 場所・☎ 人権啓発センター(ヒューレおおいた)(J:COM ホルトホール大分1階 ☎576-7593)

### 年度末は道路工事を控えます

2月28日(金)午後10時～4月1日(水)午前9時の間、国道、県道、市道の工事を控えます(緊急工事は除く)。

☎ ●国管理国道…国土交通省大分河川国道事務所(☎544-4167) ●県管理国道・県道…県大分土木事務所(☎558-2141) ●市道…土木管理課(☎537-5992)

### ごみ減量・リサイクル推進懇談会を実施しています

集会などに職員を派遣し、ごみの分別方法や減量方法などを説明します。

- 対象:自治会、老人会、ふれあいサロン、各種団体など
- 申込み・☎ 希望日のおおむね3週間前までにごみ減量推進課(☎537-5687)へ。

### 市プレミアム付商品券は期限までに使用してください

- 有効期限:3月1日(日)
- その他:未使用分の返金・換金はいりません。使用可能店舗など詳しくは、市コールセンター(☎050-3850-9230)へ。 ※受付時間…午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)
- ☎ 商工労政課(☎537-5724)

### 国民年金保険料を納めることが困難なときは申請を

国民年金保険料の納付が困難な場合は、保険料の免除・猶予制度がありますのでご利用ください。

なお、免除等の申請は、2年1カ月前分までさかのぼって行うことができます。

- 申請場所:国民年金室(本庁舎1階⑩番窓口)または各支所、本神崎・一尺屋連絡所

☎ 国民年金室(☎537-5617)

### 子どもの一時預かりに保育施設のご利用を

保護者が病気・冠婚葬祭などで一時的に子どもの保育が必要となる場合に利用できます。

- 利用日:月～金曜日(祝日を除く)
- 対象:市内に住所を有し、保育所などに通っていない1歳以上の未就学児
- 申込み:利用日の1カ月前～7日前に希望する保育施設に電話連絡してください。
- その他・☎ 詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- ☎ 585-6015へ。

### 児童扶養手当をご存じですか

次の①または②に該当する児童(18歳に到達して最初の3月31日を迎えるまでの人、障がいのある場合は20歳未満の人)を監護、かつ生計を同じくしているひとり親家庭の父または母などの申請に基づいて支給されます。なお、所得制限があります。

①両親の離婚や死亡などにより父または母と生計が同一でない児童 ②父または母に基準以上の障がいがある児童 ※認定請求の時効により対象とならない場合もあります。

☎ 子育て支援課(☎537-5793)

## お知らせ

### 3月は年度末完納促進強化月間です

市税・国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料などの税・保険料は、私たちの暮らしを支える貴重な財源となります。もう一度、納税通知書などを確認し、納め忘れていたときは早めに納付してください。病気が経済的な理由などで納付が困難な場合は、事前にご相談ください。また、納付の際には、便利で確実な「口座振替」をご利用ください。詳しくは、各担当課へ。

- ☎ ●市税…納税課(☎537-5692)
- 国保税・後期高齢者医療保険料…国保年金課(☎537-5738)
- 介護保険料…長寿福祉課(☎537-5741)

### 所有しないバイクや軽自動車の廃車手続きは3月31日(火)までに

軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在の所有者に課税されます。所有者が市外に転出する場合も廃車手続きが必要です。

- 原動機付自転車(125cc以下)・小型特殊自動車(農耕用ほか)
- 申告場所:税制課(第2庁舎3階)、各支所、本神崎・一尺屋連絡所
- 軽自動車(三輪、四輪)
- 申告場所・☎ 全国軽自動車協会(三佐五丁目 ☎524-0222)
- 二輪(125ccを超えるもの)
- 申告場所・☎ 大分運輸支局(大州浜一丁目 ☎050-5540-2087)

※必要書類など詳しくは、市ホームページをご覧ください。税制課(☎537-7314)へ。

### コレクション展(常設展)の展示室2の作品が変わります

- 会期:2月26日(水)～4月6日(月)
- テーマ:「生誕210年 帆足杏雨」
- 主な作品:「雪溪吟鞭図」「道友歩月図」「溪山煙雨図」など
- 場所・☎ 市美術館(☎554-5800)



帆足杏雨「雪溪吟鞭図」

### 市民図書館からのお知らせ

市民図書館(室)は蔵書点検整理のため休館します

期間:3月2日(月)～13日(金)  
休館施設:市民図書館(J:COM ホルトホール大分内)、コンパルホール分館、鶴崎・植田市民行政センター各図書室、各地区公民館図書室

各校区公民館での予約本の受け取りもこの期間中はできません。

※休館中の本の返却場所…J:COM ホルトホール大分北側入口、コンパルホール分館入口、鶴崎・植田市民行政センターの「図書返却口」、各校区公民館の「図書返却ボックス」



☎ 市民図書館 ☎576-8241

このコーナーでは、市民図書館が所蔵している新刊を紹介しします。

## 図書館だより

### しあわせなハリネズミ

藤野 恵美:作 小沢さかえ:絵 講談社

友達のいないハリネズミがいました。森の動物たちに話し掛けられても、背中の中のハリのようにチクチクした言葉を使ってしまう。ある日、この森にもぐらが引っ越してきます。もぐらと出会い、ハリネズミの気持ちに変化が…。友達っていいなあと思える本です。



### もの書く人のかたわらには、いつも猫がいた

角田光代・吉田修一・村山由佳・柚月裕子・保坂和志・養老孟司:著 河出書房新社



2月22日は日本では猫の日とされています。そこで、6人の「もの書く人」と猫のドキュメンタリーならぬネコメンタリーを紹介します。猫も人と同じ、みんなそれぞれ顔や性格が違っていることがこの本を読むと分かります。猫が与えてくれるものを感じてみませんか。

### 人権・同和教育シリーズ 495

### 人の生き方を考える



### 情報に向き合う

中学生の息子に携帯電話を買いました。息子は、すぐに使い方に慣れて、インターネットで調べものをしたり、無料通話アプリを使って友達と連絡を取り合ったりしているようでした。

先日、息子が、あるスポーツ選手の最近の様子を話してくれ、初めて知る内容だったので「お母さん知らなかった。どこで知ったの」と聞くと、「インターネット」と答えました。それから、たびたび息子はわたしの知らないことを話してくれたのです。

ある日の夕食後、夫が「この人知っているか」と息子に携帯電話で写真を見せました。「知っている」と息子が答えると、夫は「ある事件の容疑者なんだ」と言ったのです。「えっ。本当なの?」と息子が驚いていると、「実はうそなんだ。でも、本当のこのように拡散し続けているんだ」。なぜ、拡散したと思う? もし父さんがうその情報だって言わなかったら:もしおまえがこの情報

をインターネットで知ったとしたら:どうする?」と言いました。息子は何も答えませんでした。

夫は「インターネットの情報は便利で、生活には欠かせなくなりました。でも、うその情報もある。面白半分だったり、正義感だったり、中には悪意を持って人をだまそうとしたりするなど理由はさまざまだけれどね。ただ、それを何も疑わずに信じて発信してしまうと、人を傷つけたり、差別をしたり、知らないうちに加害者になってしまうことがあるんだ。さつき見せた情報もうそだと分からなければ、父さんも加害者になったかもしれない。おまえには、そうなるって欲しくない。情報をどう受け止めるのかを、そして発信するには責任が伴うことを常に意識して情報に向き合って欲しい。何か判断に迷った時は、相談すること。一緒に考えるから」と言いました。

息子は、大きくうなずきました。わたしも学ばないといけないなと思いました。

インターネット上には、偏見を助長したり、差別をあおったりするための書き込みなどがあります。情報をうのみにするのはなく、「これって本当?」と考えていく姿勢が、わたしたちすべての人に求められています。



大分市災害時多言語通訳サービス(大分市災害発生時多言語通訳サービス)

災害時における外国人や訪日観光客とのコールセンターを通じた通訳サービスを提供しています。対応言語や利用方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。(大分市向外国人、訪日游客等提供災害発生時の電話通訳サービス。対応言語及利用方法等詳情、請查看大分市官网。) 圖 國際化推進室(☎537-5719)

「子どものための就活サポート」  
(保護者向けセミナー) 無料

- 日時:3月1日(日) 午後1時30分～3時30分
- 場所:J:COM ホルトホール大分2階 201・202会議室
- 対象:求職活動中または就職活動を控えた学生などの保護者
- 定員:70人(先着順)
- 申込み・圖 電話または商工労政課に備え付けの申込書(市ホームページでダウンロードも可)に記入し、2月27日(休)までに同課(☎537-5964)へ。

アートプラザワークショップ  
「色鉛筆でぬるプラ板工作」

- 日時:3月14日(土) 午前10時～正午、午後1時～3時30分(1時間程度)
- 内容:画家フジタクミコさんがプラ板に描いたイラストを色鉛筆で塗って、キーホルダーかブローチにします。
- 定員:8人(当日先着順)
- 参加料:500円(2個)
- 場所・圖 アートプラザ(☎538-5000)



南大分スポーツパーク  
いきいき健康講座

- ①高齢者いきいきフィットネス講座(前期)
  - 日時:4月8日・15日・22日、5月13日・20日・27日、6月10日・17日・24日、7月1日(水曜日・全10回) 午前9時30分～11時30分
  - 対象:市内に居住・通勤している60歳以上の人
- ②ストレッチ講座(前期)
  - 日時:5月12日・19日・26日、6月2日・9日・16日・23日・30日(火曜日・全8回) 午後3時30分～4時30分
  - 対象:市内に居住・通勤している18歳以上の人(高校生は除く)
  - 定員:各50人程度(多数時は抽選)
  - 受講料:①2,500円 ②2,000円
  - 申込み・場所・圖 南大分体育館に備え付けの申込書(市ホームページでダウンロードも可)に記入し、①は3月15日(日) ②は4月15日(休)までに同体育館(☎546-7010)へ。 ※市ホームページで電子申請も可。

第54回市美術展 無料

- 日本画、洋画・版画、彫刻、工芸、デザイン、書、写真の7部門で公募した全作品を展示します。
- 会期:3月6日(金)～29日(日)
- 開館時間:午前10時～午後6時(入館は午後5時30分まで) ※最終日は正午まで
- 休館日:3月9日(月)・16日(月)・23日(月)
- その他:会期中はコレクション展も無料
- 場所・圖 市美術館(☎554-5800)

講座&教室

パワーアップ教室

- つまずきやすい、階段がづらいなど日常生活に支障がでてきた人に対し、運動・栄養・口腔の専門職が短期間で元気になるよう支援する教室です。参加して、諦めていた楽しみを再開しませんか。
- 実施期間:3カ月間(週1回2時間程度)
- 内容:専門職等による体操や講話
- 対象:要支援1・2の人または基本チェックリストに該当する人(要介護の人は利用できません。)
- 料金:月ごとに500円
- その他・圖 申込方法など詳しくは、最寄りの地域包括支援センターか長寿福祉課(☎537-5746)へ。

こども体験パーク(伝統文化編)

- 日時:4月5日(日) 午後0時30分～
- | 内容   | 定員<br>参加料       |
|--|-----------------|
| 和菓子作り体験・日本茶の入れ方(2回開催)  | 各回15人<br>1,000円 |
| 着物の着付け体験・カメラマン撮影会(2回開催)                                      | 各回15人<br>3,000円 |
| 池坊のお花を体験(3回開催)   | 各回10人<br>1,000円 |
| 裏千家のお茶を体験(5回開催)  | 各回9人<br>500円    |
| 人気作家さんによる小物作りワークショップ・販売<br>・お花のイヤリングを作ろう<br>・オリジナル移動ポケットを作ろう | 各10人<br>1,000円  |
- 対象:小学生
  - 申込期間:3月5日(休)午前10時～27日(金)午後5時
  - その他・場所・圖 申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。平和市民公園能楽堂(牧緑町 ☎551-5511)へ。

「春を味わう! 森林セラピー in 平成森林公園」参加者募集

- 日時:3月29日(日) ①午前9時～、②午前9時30分～、③午前10時～ ※2時間30分程度
- 場所:県民の森キャンプ場(大字高原)
- 定員:各10人(多数時は抽選)
- 参加料:1,200円(ガイド料、食費費など)
- 申込期限:3月16日(月)
- その他・圖 申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。林業水産課(☎585-6013)へ。

統計に関する登録調査員募集

- 内容:国と県が実施する各種統計調査において、統計調査員として調査票の配布・回収などを行う。
- ※調査ごとに、登録された人の中から調査への従事を依頼します。
- 対象:市内に居住する20歳以上で、税務、警察、選挙などに直接関係のない人
- その他:各調査に従事した場合、報酬が支給されます。
- 申込み・圖 直接または電話で、総務課(本庁舎3階 ☎537-5795)へ。

市立保育所  
会計年度任用職員募集

- 任用期間:4月1日以降～令和3年3月31日
- 募集職種:保育士
- 対象:保育士資格保有者
- 報酬:日額8,339円(上限額)
- その他・圖 受験資格や申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。保育・幼児教育課(☎585-6015)へ。



まちづくり情報カフェ 無料

- 日時:2月28日(金) 午後6時～7時30分
- 場所:J:COM ホルトホール大分3階 302会議室
- 演題:大分市の街並みを見つめて
- 講師:栗林 伸幸氏(フォトジャーナリスト)
- 定員:72人(当日先着順)
- 図 まちづくり情報プラザ(☎544-5613)

市自転車活用推進計画(素案)について市民意見募集

- 自転車の活用による環境負荷の低減や市民の健康増進等を図ることなどを目的に策定します。
- 閲覧・募集期限:3月9日(月)
- 資料の閲覧場所:都市交通対策課(本庁舎7階)、情報公開室(本庁舎7階)、各支所、市ホームページをご覧ください。
- その他・圖 個々の意見に対する直接の回答はしません。応募方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。都市交通対策課(☎537-5973)へ。

おおいた地域  
伝統文化応援事業  
助成団体募集

- 地域の伝統文化の継承や再興、発展を通して、世代間の交流増進や地域活性化に寄与する事業へ助成を行う予定です。
- 対象:事務所の所在地または代表者の住所が市内にあり、継続的に活動を行う団体 ※選考により決定
- 助成額:事業に要する経費(人件費、食糧費などを除く)の2分の1以内で、上限100万円以内
- 申込み:3月1日(日)から歴史資料館(大字国分)および文化財課(第2庁舎6階)に備え付けの申請書(市ホームページでダウンロードも可)に記入し、4月17日(金)までに同館へ。
- 圖 歴史資料館(☎549-0880)

大分都市広域圏  
農業体験ツアー参加者募集

- 日時:3月21日(土) 午前10時～午後4時30分(午前9時集合、午後5時解散)
- 集合場所:大分駅前中央口
- 内容:ニラ(大分市)とサンクイーン(津久見市)の生産現場の見学
- 対象:大分都市広域圏(大分市、別府市、臼杵市、津久見市、竹田市、豊後大野市、由布市、日出町)で新規就農を希望する人
- 定員:15人(多数時は抽選)
- 申込み・圖 農政課に備え付けの申込書(市ホームページからダウンロードも可)に記入し、3月13日(金)までに同課(本庁舎8階 ☎537-5628)へ。

児童手当を2月14日に振り込みました

- 2月期分の児童手当を受給者の指定口座に振り込みました。該当者で振り込みのない人は、ご連絡ください。
- 圖 子育て支援課(☎537-5793)

高額介護合算療養費の  
支給申請書を送付します

- 毎年8月から翌年7月までの1年間に支払った医療保険と介護保険の自己負担額の合計額が、一定の限度額を超えた場合、超えた額を高額介護合算療養費として支給しています。
- 申請方法・圖 基準日7月31日時点で、県後期高齢者医療制度に加入していて、該当する人には2月中に支給申請書を郵送します。詳しくは、県後期高齢者医療広域連合(☎534-1771)または国保年金課(☎537-5735)へ。



高齢者福祉計画・介護保険事業  
計画策定委員募集

- 任期:5月～令和5年3月(予定)
- 対象:市内に1年以上居住している40歳以上で平日昼間に開催する会議(任期中6～7回程度)に出席でき、市の附属機関の委員・職員でない人
- 定員:2人程度
- 選考方法:書類・面接
- 募集期間:2月17日(月)～3月6日(金)
- その他・圖 提出書類など詳しくは、市ホームページをご覧ください。長寿福祉課(☎537-5679)へ。

高齢者ファミリー・サポート・  
センター会員募集

- 援助を受けたい「依頼会員」が、援助を行いたい「援助会員」に1時間当たり600円～700円を支払って、会員同士で援助し合うシステムです。援助会員になるには、2日間の講習会(無料)の受講が必要です。
- 依頼会員の対象:判断能力のある65歳以上の人、その三親等内の家族
- 援助会員講習会:3月18日(水)・19日(休) ※申込期限…3月11日(休)
- 圖 高齢者ファミリー・サポート・センター(長寿福祉課内)☎538-3180



認知症カフェ運営団体を  
補助します

- 認知症の人とその家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に集い、おしゃべりや情報交換等ができる交流の場を運営する団体へ運営費を補助します。
- その他・圖 補助金額、対象経費など詳しくは、市ホームページをご覧ください。長寿福祉課(☎537-5771)へ。

高齢者肺炎球菌の予防接種は  
お済みですか

- 次の人は、高齢者肺炎球菌の予防接種を3月31日(火)まで3,500円で受けることができます。接種を希望する対象者でまだ受けていない人は早く受けましょう。
- 対象:令和元年度(平成31年度)中に満65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳以上になる人
- 実施場所:市内の指定医療機関(予約制)
- その他:生活保護世帯・市民税非課税世帯の人は無料
- 圖 保健所保健予防課(☎535-7710)

市の庁舎に広告を掲示しませんか

- 庁舎内の壁面に広告を掲示します。
- 料金:1万5,000円～4万円(月額)
- ※事前審査があります。詳しくは、お問い合わせください。
- 圖 管財課(☎537-5608)



障害児福祉手当などを  
2月10日に振り込みました

- 2月期分の障害児福祉手当、特別障害者手当および福祉手当(経過措置分)を受給者の指定口座に振り込みました。該当者で振り込みのない人は、ご連絡ください。
- また、病気や障がいのため日常生活において常時の介護を必要とする20歳未満で、障害児福祉手当の申請をしていない人、病気や障がいのため在宅で常時特別の介護を必要とする20歳以上で、特別障害者手当の申請をしていない人は、お問い合わせください。
- 圖 障害福祉課(☎537-5786)



## 2020おおいた 春の就職フェア

無料

- 日時:3月9日(月)・10日(火) 午前10時30分～午後5時30分
- 場所:トキハ会館5階 ローズ・カトリアの間(府内町二丁目)
- 対象:令和3年3月大学等卒業予定者
- その他・**☎** 参加企業は160社です。詳しくは、(公財) 県総合雇用推進協会(☎532-8486)へ。

## 検察審査会にご相談ください

検察審査会は、検察官が被疑者を裁判にかけなかったこと(不起訴処分)について審査しています。犯罪の被害に遭った人や告訴・告発した人から申立てがあったときに審査を始めます。秘密は固く守られます。気軽にご相談ください。

**☎** 大分検察審査会事務局 (☎532-7161)へ。

## 善意の泉

善意の寄付が相次いであります。お礼申し上げます。市へ

- 菱甲産業株式会社
- 茶道裏千家さざんかの会
- ふるさと大分市応援寄附金(ふるさと納税)へ寄付していただいた人の氏名等は、市ホームページに掲載しています。

## 社会福祉協議会へ

### 篤志寄付

- 首藤郁代(羽屋)/B・F・Cコーポレーション株式会社

### 香典返し寄付

- 大分地区 堤伊佐子(西新地)/上田裕之(下郡)/日高玲子(金池町)/時松正治(御幸町)/古城奈緒美(元町)/三田貞子(三川下)/堤克美(仲西町)/岩田公子(下郡山の手)/川邊賢久二(椎迫)/星野富幸(田ノ浦)
- 鶴崎地区 竹永敏郎(皆春)/藤本保(横尾東町)/相馬京子(横尾)
- 坂ノ市地区 丸山通美(久原南)/太田安子(細)/寺井正典(屋山)/渡辺豊(細)/江藤光雄(丹生)/河野孝司(坂ノ市中央)/末光薫(一木)
- 大南地区 今村輝子(竹中)/油布正光(中戸次)/後藤有希(竹中)/佐藤博吉(上戸次)
- 植田地区 吉田明(光吉)/安部トミヨ(松が丘)/佐藤正博(横瀬)/池見康信(ふじが丘)/土居由美子(宗方台東)
- 野津原地区 釘宮貞二(下原)/和田文夫(今市)/佐藤久人(福宗)
- 佐賀関地区 八條義孝(本神崎)

以上1月5日受付分まで

## ジャパンラグビートップリーグ が開催されます

- 日時:3月15日(日) 午後1時～(午前10時開場)
- 場所:昭和電工ドーム大分
- 対戦チーム:キャノンイーグルス 対 サントリーサンゴリアス
- その他・**☎** チケットは現在発売中。詳しくは、県ラグビーフットボール協会(☎511-3901)へ。

## 食品衛生責任者 養成講習会

- 日時:3月24日(火) 午前9時30分～午後4時30分(午前9時受付)
- 場所:県教育会館(大字下郡)
- 対象:食品関係営業者・従事者で、調理師、栄養士などの資格を持たない人
- 定員:160人(先着順)
- 申込み・**☎** 受講料8,000円(食品衛生協会員は5,000円)を添えて、3月2日(月)～6日(金)に直接、市食品衛生協会(保健所2階 ☎532-0010)へ。

## ボランティアグループなどの 登録を受け付けています

ボランティア活動に取り組んでいるグループや個人の登録を受け付け、活動の支援をしています。

なお、令和2年度のボランティア活動保険等は3月2日(月)から受け付けます。

**☎** 市ボランティアセンター(☎547-7419)

## 点訳ボランティア 養成講座

- 日時:4月16日～令和3年3月11日(木曜日・全45回) 午後1時30分～4時
  - 場所:J:COM ホルトホール大分4階 ボランティアルーム
  - 対象:講座終了後に、点訳ボランティアの活動ができる市民
  - 定員:15人(多数時は抽選)
  - 受講料:無料(テキスト代1,000円程度は自己負担)
- ※3月4日(水)午後1時30分～3時に行う事前説明会に必ず参加してください。(要申込み)
- その他・**☎** 申込方法など詳しくは、市ボランティアセンター(☎547-7419)へ。

## 令和2年度自衛官 (一般幹部候補生)採用試験

- 受付期間:3月1日(日)～5月1日(金)
- 試験日・場所:5月9日(土)・10日(日) 市内会場(試験会場は、別途各人へ通知) ※10日(日)は飛行要員のみ。
- ☎ 自衛隊大分地方協力本部大分募集案内所(☎546-2177)

## 事業承継・事業継続計画(BCP) に関するセミナー

無料

- 日時:3月3日(火) 午後4時～5時30分
- 場所:ホテル日航大分オアシスタワー5階 孔雀の間(高砂町)
- 演題:事業継続計画(BCP)策定の真意～経営基盤強化のための取り組み～
- 講師:佐藤 雅信氏(事業継舎代表)
- 定員:100人(先着順)
- 申込み・**☎** 電話で、3月2日(月)までに市工業連合会(☎569-1234)へ。

## 手話講習会に参加しませんか

課程	日 時	場所
入門	4/3～9/25 (毎週金曜日) 午後6時30分～8時30分	県総合社会福祉会館(大津町)
入門・基礎	4/2～令和3年3/25 (毎週木曜日) 午後6時30分～8時30分	県総合社会福祉会館(大津町)
	4/3～令和3年3/26 (毎週金曜日) 午前10時～正午	県聴覚障害者センター(大津町)
	4/4～令和3年3/27 (毎週土曜日) 午前10時～正午	県総合社会福祉会館(大津町)

- 受講料:無料(テキスト代は自己負担)
- 申込み・**☎** 往復はがきまたはファクス、Eメールで、住所、氏名、電話番号、受講希望曜日を、3月8日(日)〈必着〉までに県聴覚障害者協会(〒870-0907 大津町一丁目9-5 ☎551-2152 ☎556-0556 ✉info@toyonokuni.jp)へ。

## シルバー人材センターの 会員になりませんか

働く意欲のあるおむね60歳以上の人を募集しています。店舗の商品管理、施設利用者の送迎、商品の配送、駐車場管理、家事援助、剪定、草刈り、草取りなどの仕事を提供します。※毎月10日・20日に入会説明会を開催します。**☎** シルバー人材センター(☎538-5575)

## 公共職業訓練コース説明会を 開催します

- 日時:2月18日(火) 午前9時30分～午後4時30分
- 場所・**☎** 大分職業能力開発促進センター(ポリテクセンター大分)〈大字皆春 ☎529-8615)へ。

## 民事介入暴力集中相談所を 開設します

無料

- 暴力団などが関係した被害や不当要求などの困り事について、面接または電話による相談を行います。
- 日時:2月25日(火) 午前10時～午後4時
- 場所:コンパルホール3階 309会議室
- 相談員:弁護士、暴力団担当警察官、暴力追放相談委員
- ☎ (公財)暴力追放大分県民会議(☎538-4704)

## 発達障がい啓発活動 inライフパル

- 日時:3月1日(日)・15日(日) 午前10時～午後4時
- 場所:ライフパル(府内町三丁目)
- 内容:子ども向け「アンガーマネジメント教室」、「青」をテーマにしたバザーや発達障がい団体による販売など
- ☎ 「100年の樹」ブルーライトアップ実行委員会 岩川(☎090-4350-1711)

## 人権擁護委員制度をご存じですか

- 市には法務大臣から委嘱された人権擁護委員がいます。困り事、悩み事を気軽にご相談ください。
- 大分中央地区…石井久子、市ヶ谷洋子、武宮陽子、河野みどり、幸順一、中山陽介、植木義章、和田京子、岡野忠雄
- 明野地区…溝口晴美 ●植田地区…佐藤豊、杉村幸三、池永雅典 ●鶴崎地区…阿部三四子、寶珠典隆、石橋紀公子、太田博子 ●大在地区…岡崎ケイ子 ●坂ノ市地区…藤本理恵 ●大南地区…伊東祥子、廣瀬映子 ●佐賀関地区…上野和夫 ●野津原地区…佐藤克治
- その他・**☎** 相談は無料で、秘密は厳守します。連絡先などは、大分地方法務局(☎532-3368)へお問い合わせください。

## 大友氏遺跡 史跡ボランティアガイドによる 大友氏ミニ歴史講座

無料

- 月日:①2月22日(土) ②3月15日(日) ③3月22日(日)
- 時間:①午後1時～、1時45分～、2時30分～ ②③午後1時～、1時45分～
- 場所:南蛮BVNGO交流館(顕徳町三丁目)
- 内容:大友氏や大友宗麟についての30分程度の講話(内容は各回異なります。)
- 定員:各30人(当日先着順)
- ☎ 文化財課(☎537-5682)

## 春の陶芸体験講座

- 日時:3月11日(水)・14日(土)・15日(日)・18日(水)・21日(土)・22日(日)・25日(水) 午前9時30分～11時30分
- 場所:河原内陶芸楽習館(大字河原内)
- 内容:茶碗や湯飲みなどの作陶体験 ※完成品は後日引き取りに来ていただきます。
- 定員:各15人(多数時は抽選)
- 参加料:530円(材料費)
- その他:受講は1人1回まで
- 申込み・**☎** はがきに、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢、代表者の住所・電話番号、受講希望日(第2希望まで)を記入し、2月15日(土)～28日(金)〈必着〉に社会教育課(☎537-5649)へ。 ※2月15日(土)から市ホームページで電子申請も可。



## 街のホット情報

### 耳の日市民公開講座

無料

- 日時:3月1日(日) 午前10時～11時30分
- 場所:J:COM ホルトホール大分2階 201・202会議室
- 内容:耳鳴り、補聴器についての講演
- ☎ 日本耳鼻咽喉科学会大分県地方部会(☎586-5913)

## 講座&教室

### アライグマ防除講習会

無料

- 日時:3月11日(水) 午前10時～11時30分
- 場所:本庁舎4階 401会議室
- 内容:アライグマの被害対策や防除方法など
- 定員:20人程度(多数時は抽選)
- 申込み・**☎** はがきまたはファクス、Eメールで、住所、氏名、電話番号、講習会名を、2月28日(金)〈消印有効〉までに環境対策課(〒870-8504 荷揚町2-31 ☎537-5758 ☎538-3302 ✉kankyotai5@city.oita.oita.jp)へ。

## 産業活性化プラザセミナー 「宇宙教室 ～月に行こう!!～」

無料

- 日時:3月14日(土) 午前10時～11時10分、午後1時30分～2時40分
- 場所:J:COM ホルトホール大分2階 セミナールーム
- 対象:市内居住の小学5・6年生
- 講師:高山 久信氏(宇宙ビジネスナビゲーター)
- 定員:各30人(先着順)
- 申込み・**☎** 産業活性化プラザに備え付けの申込書(市ホームページでダウンロードも可)に記入し、2月15日(土)～3月10日(火)に同プラザ(J:COM ホルトホール大分2階 ☎576-8879)へ。



## 能楽サロン 「狂言ワークショップ」

- 日時:3月22日(日) 午後1時～3時
- 講師:深田 博治氏(能楽師和泉流狂言方)
- 対象:小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)
- 定員:30人(先着順)
- 参加料:1,800円(小・中学生は550円)
- 申込み・場所・**☎** 電話またはファクス、Eメールで、住所、氏名、電話番号、参加人数を、3月3日(火)までに平和市民公園能楽堂(牧緑町 ☎551-5511 ☎551-5512 ✉info@nogaku.jp)へ。



35歳～39歳の方の市民健診が、ワンコイン(500円)で受けられるようになりました。この機会に、ぜひ受けましょう！検診施設でも下記の検(健)診を受診できます(要予約)。土日受診可能(不定期)な検診施設:県地域成人病検診センター、県地域保健支援センター、おおい健康管理センター、大分労働衛生管理センター、天心堂健診・健康増進センター



1 市民健診、結核・肺がん検診、喀たん検査\*、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診\*、大腸がん検診、ピロリ菌検査\* (\*は各500円)

月日	場所	時間
3/ 2(月)	(旧)荷揚町小学校体育館	午前9時30分～11時
3/ 3(火)	中の瀬団地第3集会所	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
3/ 4(水)	大石町公民館 大石町市営集会所	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
3/ 5(木)	県赤十字血液センター(荏隈)	午前9時30分～11時
3/ 6(金)	大在浜公民館 汐見公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
3/ 9(月)	植田公民館	午前9時30分～11時
3/10(火)	城原公民館 横塚公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
3/11(水)	北公民館 上志村公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
3/12(木)	曙台公民館	午前9時30分～11時
3/13(金)	角子原区公民館	午前9時30分～11時
3/16(月)	大在公民館	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
3/17(火)	久原公民館 浜中公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
3/18(水)	尾田公民館 市尾上公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
3/19(木)	倉掛公民館 市尾下公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
3/23(月)	細区公民館 東上野中央公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
3/24(火)	坂ノ市公民館	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
3/25(水)	J:COMホルトホール大分小ホール	午前9時30分～11時
3/26(木)	ガレリア竹町ドーム広場	午前9時30分～11時

- (1)市民健診 ■対象:①満35歳～令和元年度中に39歳\*になる人 ※令和2年3月31日時点で39歳の人(加入保険に関係なく) ②令和元年度中に40歳以上になる人(市国保加入者、市民健診会場が利用可能な医療保険加入者) ■負担金:①500円 ②加入している医療保険により異なる ■その他:受診時間の4～5時間前から食事は控えください。②は各保険者が発行する受診券が必要です。
- (2)肺がん検診 ■対象:満40歳以上(満65歳以上の人は結核検診) ■負担金:無料
- (3)喀たん検査 ■対象:満50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の人 ■負担金:500円
- (4)肝炎ウイルス検診 ■対象:令和元年度中に40歳になる人または41歳以上で過去に肝炎ウイルス検診未受診の人 ■負担金:無料
- (5)前立腺がん検診 ■対象:満50歳以上(経過観察中の方は除く) ■負担金:500円
- (6)大腸がん検診 ■対象:満40歳以上(家族の容器も持ち帰り可、県地域保健支援センター 大字駄原2892-1 ☎532-2167でも平日に、上記会場で配布した容器の回収を受け付けます) ■負担金:無料
- (7)ピロリ菌検査(胃がんリスク検診) ■対象:令和元年度中に40歳・45歳・50歳・55歳・60歳になる人(一部除外対象あり) ■負担金:500円

2 胃がん検診(500円)

月日	場所	月日	場所
3/ 2(月)	植田公民館	3/16(月)	大分東部公民館
3/ 3(火)	南大分公民館	3/17(火)	大在公民館
3/10(火)	明治明野公民館	3/26(木)	ガレリア竹町ドーム広場*

■時間:午前9時30分～10時30分 (\*は、午前9時30分～11時)  
■対象:満40歳以上 ■その他:検診前夜午後10時から飲食できません。薬は検査の2時間前までに水か白湯で。ただし、糖尿病の薬やインスリンは使用しないでください。金具やボタンのない衣服を着用してください。 ☎もご覧ください

3 乳がん検診、子宮頸がん検診、骨粗しょう症検診(各500円)

月日	場所	月日	場所
3/ 2(月)	植田公民館	3/16(月)	大分東部公民館
3/ 3(火)	南大分公民館	3/17(火)	大在公民館
3/10(火)	明治明野公民館	3/26(木)	ガレリア竹町ドーム広場*

- 時間:午前9時30分～10時30分 (\*は、午前9時30分～11時)
- (1)乳がん検診 ■対象:令和元年度中に30歳以上の偶数年齢になる女性または前年度中に30歳以上で検診未受診の女性  
■検診内容:超音波検査(30歳～39歳)\*、マンモグラフィ(40歳～49歳…2方向、50歳以上…1方向)\* ■定員:超音波検査…30人、マンモグラフィ…80人(いずれも当日先着順)  
※( )内の年齢は令和2年3月31日時点の年齢です。
- (2)子宮頸がん検診 ■対象:令和元年度中に20歳以上の偶数年齢になる女性または前年度中に20歳以上で検診未受診の女性 ■その他:子宮頸部の細胞診になります。
- (3)骨粗しょう症検診 ■対象:令和元年度中に40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳になる女性 ☎もご覧ください

4 休日検(健)診

月日	場所	時間
3/22(日)	大在公民館	午前9時30分～11時

休日検(健)診では、①～③の各種検(健)診を実施します。 ※対象・負担金は、①～③を参照。 ☎もご覧ください

5 令和元年度未受診者のための各種検(健)診

月日	場所	時間
3/26(木)	ガレリア竹町ドーム広場	午前9時30分～11時

令和元年度未受診者のための各種検(健)診では、①～③の各種検(健)診を実施します。 ※対象・負担金などは、①～③を参照。 ※大腸がん検診は、受診希望の家族の容器も持ち帰り可能です。容器回収は、3月31日(火)午前9時30分～10時30分に J:COM ホルトホール大分201会議室で行います。 ☎もご覧ください

注 ①～⑤ 共通 検(健)診時の注意事項

■持参品:健康手帳と保険証(健康手帳は、検(健)診会場や県地域成人病検診センター、県地域保健支援センターなどにも置いてあります)。  
※各種検(健)診は、大分市に住民票がある人のうち、職場や加入している医療保険で受診機会のない人が対象です。どこでも都合のよい場所(公民館など)で受診できます(車の来場はお控えください)。また、受診回数は1年度(4月から翌年3月まで)各1回のみです。  
※前述の各種検(健)診が無料になる人  
◎後期高齢者医療被保険者証または高齢受給者証を持っている人(当日持参) ◎生活保護診療依頼証を持っている人(当日持参) ◎市民税非課税世帯の人(受診日の5日前までに保健所健康課☎536-2562へ連絡してください。)

歯周病検診 無料

月日	場所	時間
3/ 4(水)	鶴崎市民行政センター3階	午前9時30分～11時30分

■対象:満40歳～満74歳の人 ■内容:歯科検診、相談、ブラッシング指導、血糖測定(希望者) ■持参品:自宅で使用している歯ブラシ、健康手帳 ■申込み:☎電話で、2月17日(月)から中央保健センター☎536-2517へ(予約制)。

- 乳幼児健診(保健所健康課☎536-2516)
- 休日夜間当番医テレホンサービス☎534-4488
- 医療機関案内テレホンサービス☎534-4489

1歳6か月児健康診査 無料

月日	地区	場所	対象の生年月日
3/ 6(金)	坂ノ市・佐賀地区	坂ノ市市民センター2階	平成30年7月～8月
3/10(火)	大分地区	保健所3階	平成30年8月
3/17(火)	大在地区	大在市民センター2階	平成30年7月18日～8月31日
3/24(火)	鶴崎地区	鶴崎市民行政センター3階	平成30年8月
3/13(金)	大南地区	大南市民センター2階	平成30年6月～8月

■健診内容:測定、内科・歯科診察、フッ化物塗布(希望者は400円必要)、相談 ■受付時間:午後1時30分～2時30分 ■持参品:母子健康手帳、1歳6か月児健康診査質問票 ■その他:対象時期以前に生まれた満2歳未満の未受診者も受診可

3歳児健康診査 無料

月日	地区	場所	対象の生年月日
3/ 3(火)	大在地区	大在市民センター2階	平成28年9月21日～10月31日
3/ 4(水)	鶴崎地区	鶴崎市民行政センター3階	平成28年10月4日～31日
3/ 5(木)	大分地区	保健所3階	平成28年10月
3/12(木)	坂ノ市・佐賀地区	坂ノ市市民センター2階	平成28年9月16日～10月31日
3/26(木)	鶴崎地区	鶴崎市民行政センター2階	平成28年10月

■健診内容:測定、内科・歯科診察、尿・視聴覚検査、相談 ■受付時間:午後1時30分～2時30分 ■持参品:母子健康手帳、3歳児健康診査質問票 ■その他:対象時期以前に生まれた満4歳未満の未受診者も受診可

すくすく赤ちゃんルーム(育児教室) 無料

月日	場所	月日	場所
3/10(火)	鶴崎市民行政センター3階	3/16(月)	保健所3階
3/24(火)	明治明野公民館2階	3/17(火)	坂ノ市市民センター2階
3/11(水)	大南市民センター2階	3/18(水)	原新町こどもルーム
3/25(水)	大分南部公民館2階	3/19(木)	植田市民行政センター2階
3/12(木)	保健所3階	3/26(木)	大在市民センター2階
3/13(金)		3/27(金)	

■対象:平成31年3月～令和元年9月生まれの乳児と保護者(毎月1回、満1歳になる月まで同じ場所での参加となります) ■時間:午前10時～11時30分 ■内容:親子遊び、育児について意見交換、健康講話など ■申込み:先着順で受け付けます。Eメールで、件名「すくすく赤ちゃんルーム申込み」、希望月日・場所(第3希望まで)、住所、乳児の氏名(ふりがな)、生年月日、性別、保護者氏名、電話番号を、2月15日(土)～23日(日)に子育て交流センター(kosodatekoryu@city.oita.oita.jp)へ。 ☎子育て交流センター☎576-8740

離乳食講習会 無料

月日	場所	時間
3/ 6(金)	J:COM ホルトホール大分1階 キッチンスタジオ	午後1時30分～3時
3/19(水)	鶴崎市民行政センター3階	午前10時30分～正午

■対象:令和元年9月～11月生まれの乳児の保護者 ■内容:講義と試食 ■定員:各20人(先着順) ■持参品:母子健康手帳、筆記用具 ■申込み:☎電話で、2月20日(木)から、(A)は中央保健センター☎536-2517、(B)は東部保健福祉センター☎527-2143へ。



健診・教室への参加の際は検温し、発熱や感染症の症状がある場合は、参加をお控えください。

休日当番医の携帯サイトはこちら



とりわけ離乳食クッキング 無料

月日	場所	時間
3/13(金)	植田市民行政センター2階	午後1時30分～3時

■対象:平成31年3月～令和元年6月生まれの乳児の保護者 ■内容:調理実習 ■定員:16人(先着順) ■持参品:エプロン、三角巾、手拭きタオル、母子健康手帳、筆記用具 ■その他:調理実習を行いますので、保護者のみの参加となります。 ■申込み:☎電話で、2月17日(月)から西部保健福祉センター☎541-1496へ。

歯の健康診査(歯科診察、相談、ブラッシング指導) 無料

月日	場所	時間
3/26(木)	植田市民行政センター2階	
3/30(月)	保健所3階	午前9時30分～11時30分
3/31(火)	鶴崎市民行政センター3階	

■対象:乳幼児から成人 ■持参品:自宅で使用している歯ブラシ、健康手帳(成人)、母子健康手帳(妊婦・乳幼児) ■その他:フッ化物塗布(希望者(未就学児のみ)は400円必要) ■申込み:☎電話で、2月17日(月)から中央保健センター☎536-2517へ(予約制)。

歯の健康教室 無料

①はじめての歯みがき教室(1歳歯科)

※平成30年12月～令和元年5月生まれの乳幼児対象

月日	場所
3/ 3(火)	鶴崎市民行政センター3階
3/ 9(月)	植田市民行政センター2階
3/12(木)	保健所3階



②よい歯を育てる教室(2歳歯科)

※平成29年4月～30年7月生まれの幼児対象

月日	場所
3/11(水)	鶴崎市民行政センター3階
3/23(月)	保健所3階

■時間:午前9時30分～11時10分 ■内容:歯科診察、ブラッシング指導、フッ化物塗布(希望者は400円必要)など ■持参品:自宅で使用している歯ブラシ、母子健康手帳 ■申込み:☎電話で、2月17日(月)から中央保健センター☎536-2517へ(予約制)。

大分赤十字病院市民公開健康講座 無料

■日時:3月7日(土) 午後2時～4時 ■場所:J:COM ホルトホール大分3階 大会議室 ■内容:「慢性腎臓病、糖尿病についての講演」 ■申込み:不要 ☎大分赤十字病院社会課☎532-6181

大分赤十字病院健康講座 無料

■日時:2月25日(火) 午後2時～3時30分 ■場所:大分赤十字病院管理棟5階 大会議室 ■内容:「放っておくと怖い脂肪肝の話」 講師:成田 竜一氏(第一肝胆膵内科部長) ■申込み:不要 ☎大分赤十字病院社会課☎532-6181

健康講座「げんき教室」 無料

■日時:2月26日(水) 午後2時～3時30分 ■場所:県看護研修会館(豊饒二丁目) ■内容:●講話「健康づくりは幸せづくり～健康寿命を延ばすために～」 ●健康相談 ●健康チェック(骨密度測定など) ■申込み:不要 ☎県看護協会☎574-7117



健診を受けて  
防ごう慢性腎臓病！

いつまでも健やかで充実した生活を送るためには、日々のちょっとした心掛けが大切です。心と体が元気になれる、健康づくりのポイントを紹介し  
ます。



大分県は  
ワースト4位!!

慢性透析患者数(2017年) ※人口100万人対患者数

大分県 **3,385.4人** 全国 **2,640人**

※我が国の慢性透析療法の現況

新たな国民病、慢性腎臓病

慢性腎臓病(以降「C  
KD」とは、タンパク尿  
が出る(+)以上)など腎  
障害があるか、腎機能が  
低下(GFR 60未満)の  
いずれかまたは両方が  
3か月以上続く状態を  
言います。

糖尿病や高血圧など  
の生活習慣病が原因の  
多くを占めるCKDは、  
初期に自覚症状がないため気付かない間  
に重症化し、心筋梗塞や脳卒中の重大な  
危険因子となる場合や、末期腎不全にな  
ると人工透析が必要になる場合があります。  
CKDの予防や早期発見には、定期的  
に健診を受けて、生活習慣を改善するこ  
とが大切です。食へ過ぎや飲み過ぎ、運動  
不足、喫煙など悪影響を及ぼす生活習慣  
を見直すことが腎臓を守ることにつな  
がります。

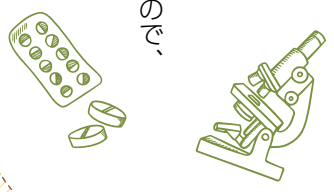
おおいたヘルスケアファイル  
**ココロ  
カラダ  
ゲンキ**



腎臓を守るためのポイント

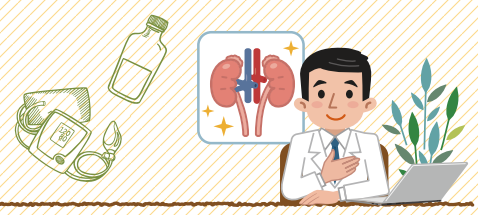
- 定期的に尿・血液検査をし、自分の腎機能の状態を知る
- 減塩を意識し、まずは塩分マイナスイグラム！
- 鎮痛薬の長期服薬には要注意！

鎮痛薬の中には長期に使うことで、腎臓の働きが低下するものもある。医師に相談しながら使いましょう



知っていますか!?

- 人工透析の原因 → 第1位は **糖尿病性腎症(糖尿病の合併症)**  
体重の管理や高血圧・糖尿病など、生活習慣病の発症・重症化予防が大切です。



問 保健所健康課 ☎547-8219

表紙のことば

4月1日から望まない受動喫煙をなくすための取り組みが、マナーからルールへと変わります。家庭や喫煙できる場所であっても、喫煙する時は、周囲への配慮をお願いします。たばこを吸う人・吸わない人それぞれが、気持ち良く過ごせる環境をつくっていきましょう。