

市報
おおいた
2019
11.15
No.1761



oita市



豊後八纏會結成！ 纏振りを消防団の新たな伝統に

10月20日 豊後八纏會「纏振り」初披露（大分城址公園）



買い物前に冷蔵庫を
チェックすることで無
駄使いもなし！

食材を上手に「使いきり」



冷蔵庫・冷凍庫を整理
し、小分けに冷凍する
など賢く利用！

おいしく残さず「食べきり」



生ごみはごみ袋に入れ
る前にひと絞り！しっ
かり絞って軽くしよう！

生ごみはしっかり「水きり」

『3きり運動』のすすめ
「3きり運動」をご家庭で実践していただくことにより、「生ごみ・食品ロス」削減！

市で推進している「3きり運動」と「3010運動」にご協力ください。
「3きり運動」は、家庭での食材の「使いきり、食べきり、水きり」の推進、そして「3010運動」は、宴会等での食べ残しを無くすことで「食品ロス」を減らそうという運動です。食品ロスの削減は、ご家庭からスタート。まずは食べ物を「買い過ぎない」「作り過ぎない」「食べきる」を基本に、皆さまのご協力をお願いします。

『3きり運動』
さんまるいちまる
『3010運動』

食品ロス・生ごみ削減のために！

おいしく残さず
食べよう！



簡単！お野菜のきんぴら

みんなで実践！使いきりクッキング

【材料】 2人分

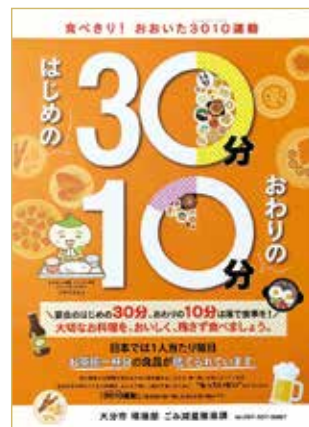
- ゴボウ 1/4本
- ニンジンなど 適量
(ゴボウやニンジンなどの皮)
☆醤油 大さじ2
☆みりん 大さじ2
☆すり胡麻 大さじ2
- ごま油 適量
- 糸唐辛子 適量

【作り方】

- ①ゴボウとニンジンの皮は千切りに
- ②フライパンにごま油をひき①を炒める
- ③☆を入れ水分がなくなるまで炒める
- ④最後に糸唐辛子を振りかける

ポイント

ゴボウやニンジンは一度洗って干すことで栄養価アップ！皮も残さず使いきり！



大切な料理を、
おいしく、残さず
食べましょう。



- 宴会や食事会の始めに「3010運動」への取り組みの呼び掛け
- 事前に参加者に飲み物や料理の好み（量など）の確認を
- 食べられる分の注文とおいしい料理はみんなでシェア
- 宴会や食事会の終盤に最後の呼び掛け

ポイント

『3010運動』のすすめ
宴会や食事会の始めの30分と終わりの10分は、みんなで席についておいしく料理をいただきましょう。もったいないを防ぐため、3010運動を実践。

RECYCLE ITA

リサイクルおおいた

問 ごみ減量推進課 ☎537-5687



1. 食べ残し

食卓に並んだ料理で、食べ切れずに廃棄されたもの



2. 直接廃棄(未使用食材含む)

消費期限切れ等により使用・提供されず、手つかずのまま廃棄されたもの



3. 過剰除去

厚くむき過ぎた野菜の皮など、不可食部分を除去する際に過剰に除去された可食部分

『食べ物を捨てない社会へ』
みんなで食品ロス削減！

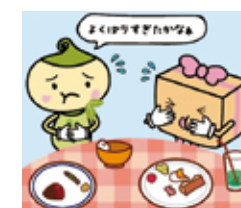
食品ロスとは、本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食べ物のことです。日本国内で発生する食品ロスは約643万トン（2016年）。そのうち、約半分以上が家庭からのもので、一人当たり毎日お茶碗1杯分（約140g）の食べ物を捨てていることとなります。家庭で発生する食品ロスは、大きく3つに分類されます。

食品ロスは、こんな場面で発生しています…

食品ロスを減らすために
できることはなんだろう？



市ごみ減量・リサイクル推進
イメージキャラクター
リサイクルン



外食の時

注文し過ぎて
残してしまった。



料理の時

作り過ぎて無駄に
してしまった。



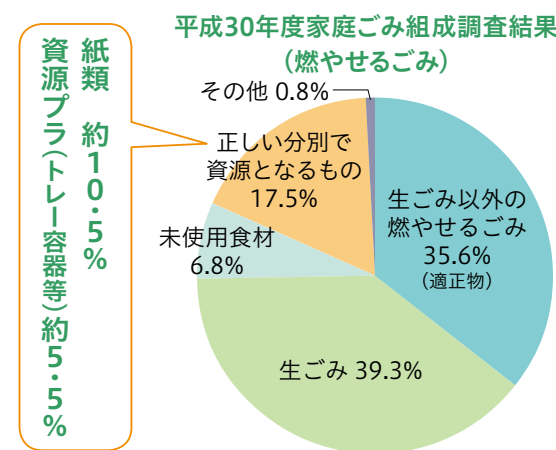
買い物の時

在庫があるのに同
じものを買ってし
まった。



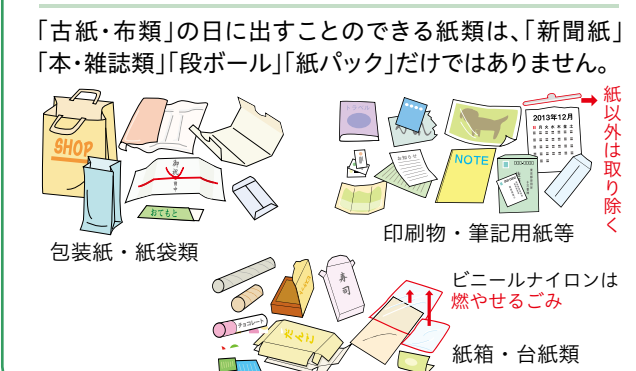
資源物の分別排出にご協力を お願いします！

家庭から出る「燃やせるごみ」の中には、分別可能な資源物が混入しています。
燃やせるごみの中には、特に紙類と資源プラの混入が多い状況です。
ごみ出し前に正しく分別することで、燃やせるごみを減量し、資源物をリサイクルすることができます。



紙類と資源プラの分別のポイント！

「その他紙類」として
「古紙・布類」の日に出してください



「資源プラ」として出してください



事業者の皆さまへ 市の清掃工場に産業廃棄物の 持ち込みはできません

事業系一般廃棄物の適正排出を推進するため、市の清掃工場では、**搬入物検査(展開検査)**を実施しています。
搬入禁止品である「廃プラスチック類」「金属くず」などの「産業廃棄物」が「一般廃棄物」に混入しないように適正な分別と排出をお願いします。

- 〈混入例〉
- 売れ残った食料品がプラスチック製容器に包装されたまま大量に混入している。
 - ↓ トレー容器やラップ類は、「廃プラスチック類」として分別排出してください。なお、食品廃棄物は、食品リサイクル法に基づく再生利用等をしてください。
 - 金属製やプラスチック製の製品部品など、明らかに産業廃棄物が混入している。
 - ↓ 少量しか発生しない製品部品も適正に分別し、分類ごとに適正に処理してください。
 - 弁当殻などの廃プラスチック類が可燃物に混入している。
 - ↓ 家庭ごみの分別方法とは違い、プラスチック製品や汚れたプラスチック製容器包装(資源プラ)も廃プラスチック類となります。

法律で、廃棄物は事業者自らが適正に処理しなければならずと規定されています。

分別区分など詳しくは、処理業者に確認するか、市ホームページの「事業系廃棄物の減量・適正処理の手引き」をご覧ください。



令和2年4月入所申込み
受付期間
11月20日(水)
～12月19日(木)
〈土・日曜日を除く〉

令和2年度

保育施設の入所受付を開始します

令和2年4月から保育所(園)や認定こども園(保育部分)、地域型保育事業(小規模保育事業・保育ママ・事業所内保育事業)の利用を希望する家庭は、期間内に申請してください。

☎ 保育・幼児教育課 537・5794

対象児童

- ① 保育所(園)・認定こども園(保育部分)
生後3か月(首が据わっていること)から就学前までで、令和2年4月から新たに入所(園)希望の児童や申込み中でまだ入所(園)していない児童
※対象年齢は保育施設によって異なります。
- ② 地域型保育事業(小規模保育事業・保育ママ・事業所内保育事業)
- ① の対象児童のうち、2歳までの児童(年度途中で3歳になった場合は年度の末日まで)

保育料

児童の年齢と保護者の市民税額などに応じて決定します。3歳から5歳までのすべての児童と住民税非課税世帯の0歳から2歳までの児童の保育料が無償となります。

保育時間

保護者の就労状況などに応じて利用可能時間が異なります。
※開所時間は保育施設によって異なります。

「保育の必要性」の認定基準

家庭が次のいずれかの事情に該当し、保護者が児童の保育を必要としている場合、入所(園)の申込みができます。

- ①…就労・就学(月に64時間以上)している
 - ②…母親が妊娠中・出産後間がない
 - ③…病気やけが、または心身に障がいがある
 - ④…同居の親族の看護・介護をしている
 - ⑤…求職活動などを行っている
 - ⑥…虐待やDV被害の恐れがある
 - ⑦…①～⑥に類する状態にあると認められる など
- ※希望する保育施設の入所(園)状況に応じて入所(園)の利用調整を行います。

詳しくは、「令和2年度入所申込みのてびき」をご覧ください。(配布は11月15日(金)～)

てびき配布・申請受付場所

保育・幼児教育課(本庁舎1階⑫番窓口)、東部・西部保健福祉センター、各支所、各保育施設

※準備していただく書類がありますので、早めにてびき(市ホームページでダウンロード可)を受け取って確認してください。

認可保育所(園)・認定こども園(保育部分)

◎…認定こども園（幼稚園と保育所の機能を併せ持ち、地域での子育て支援も行う施設）

大分中央

- ・浜町保育所 新川西
- ・金池保育所 顕徳町一丁目
- ・かがやきの森保育園 顕徳町二丁目
- ◎桜町こども園 寿町
- ・桜ヶ丘保育所 金池南一丁目
- ・上野愛光保育園 六坊北町
- ・中央町保育園 中央町二丁目
- ◎カトリック海星幼稚園 中央町三丁目
- ◎ひまわり幼稚園 中島中央一丁目
- ・住吉保育所 碩田町三丁目
- ・泉町保育園 泉町

大分東部

- ・裏川保育所 下郡
- ・城東保育園 萩原三丁目
- ・天心保育園 牧一丁目
- ・東舞鶴保育園 東浜一丁目
- ・まいづる保育園 東津留二丁目
- ・なかつる保育園 中津留一丁目
- ・たんばぼ保育園 花津留二丁目
- ・きらきら保育園 岩田町三丁目
- ◎とぜん幼稚園 日吉町
- ◎しらとり子ども園 仲西町一丁目
- ◎ももぞのこども園 千歳
- ・めぐみ保育園 花高松三丁目
- ・アイリス保育園 高松東三丁目
- ・ひおか保育園 日岡二丁目

大分西部

- ・生石保育所 王子西町
- ・第二王子町保育園 王子中町
- ・そらいろ保育園 大道町三丁目
- ・しらかば保育園 大道町五丁目
- ・愛保育園 東大道一丁目
- ・上野の森口保育園 東大道一丁目
- ・新春日町保育所 新春日町一丁目
- ・南春日保育所 南春日町
- ◎やはたこども園 生石

大分南部

- ・下郡保育所 下郡北二丁目
- ・テスの木 下郡中央三丁目
- ・森のさんぽ道 下郡南四丁目
- ・滝尾保育園 羽田
- ◎キッドワールドこども園 片島
- ・キッドワールドセカンド保育園 片島
- ◎津守あすなろこども園 津守
- ・敷戸南保育所 敷戸南町
- ・寒田ひめやま保育園 寒田南町一丁目
- ◎敷戸ふない幼稚園 敷戸東町
- ◎しきどこども園 敷戸西町

南大分

- ・城南保育園 永興
- ・府内保育園 畑中
- ◎ごとう幼稚園 畑中

- ・南大分に笑顔咲くえん わらひ 畑中
- ・ふたば保育園 古国府
- ・こどもの森すばらうと 古国府
- ・スマイス・キッズ保育園 羽屋
- ・南大分保育園 羽屋新町
- ◎ゆりかごこども園 田中町
- ◎大分いちごこども園 明磧
- ◎コスモスこども園 豊饒

明治・明野

- ◎明野台こども園 猪野
- ・慶光保育園 猪野
- ◎たかおこども園 横尾
- ・げんきな森中央保育園 横尾
- ・こころの森保育園 横尾東町三丁目
- ◎明野こども園 明野西一丁目
- ・明野しいのみ保育園 明野西二丁目
- ◎カトリック明野幼稚園 明野北二丁目

鶴崎

- ・小中島保育園 小中島三丁目
- ・洗心保育園 三佐四丁目
- ・鶴崎保育園 鶴崎
- ・鶴崎同光園 南鶴崎二丁目
- ・いえじま保育園 家島
- ・龍華保育園 森町
- ・七海保育園 森町
- ◎もりまち幼稚園 森町

- ◎みどり幼稚園 森
- ・皆春あけぼの保育園 皆春
- ◎カトリック鶴崎幼稚園 皆春
- ◎高田のぞみこども園 関園
- ・松岡保育園 松岡
- ・とりい保育園 松岡
- ・ほがらか園 毛井

大南

- ・あかつき保育所 中判田
- ・かんがる一保育園 中判田
- ◎旦の原保育園 高江北二丁目
- ・さくら保育園 中戸次
- ・みのり保育園 中戸次
- ・キッズアカデミー保育園 けやき台二丁目
- ・河原内保育所 河原内
- ◎吉野こども園 辻

植田

- ・小野鶴こぼと保育所 小野鶴
- ・もみの木保育園 賀来北二丁目
- ◎かくこどもえん 賀来南二丁目
- ◎のだ山幼稚園 野田
- ・宗方保育園 上宗方
- ・宗方東保育園 上宗方
- ◎植田ほまれこども園 上宗方
- ・わさだりすの森保育園 上宗方
- ◎植田こども園 市
- ・おぎの台保育園 雄城台
- ・アソカ保育園 光吉
- ・よいこのくに保育園 光吉

- ◎スマイスセレソンこども園 田尻
- ◎東植田こども園 田尻
- ・みつよし園 宮崎
- ・めいりん保育園(田原校) 田原
- ・富士見ヶ丘あすなろ保育園 富士見が丘東二丁目
- ◎富士見が丘幼稚園 富士見が丘東二丁目
- ◎緑が丘こども園 緑が丘五丁目

大在

- ・ひよこのくにランド保育園 大在中央一丁目
- ・かるかも保育園 汐見一丁目
- ・たけのこ保育園 城原
- ◎よいこの森こども園(本園) 花江川
- ・なかまの森保育園 角子原一丁目
- ◎よいこの森こども園(角子原分園) 角子原二丁目
- ◎大在こども園 横田一丁目
- ・大在愛育保育園 政所

坂ノ市

- ・和光保育園 里二丁目
- ◎みんなの森こども園 丹川
- ◎坂ノ市こども園 久原中央二丁目
- ◎こざいこども園 屋山

佐賀関

- ・佐賀関保育所 佐賀関
- ◎どうわこども園 本神崎

野津原

- ・野津原保育所 野津原

※保育施設の連絡先や新規認可保育施設など詳しくは、てびきまたは市ホームページをご覧ください。



地域型保育事業

小規模保育事業

比較的小規模な環境で保育を行い、定員は6～19人です。

- ・ゆめのほし保育園(大手町一丁目)
- ・中春日保育園(中春日町)
- ・ゆめっこ保育園(畑中)
- ・キッドワールドサード保育園(片島)
- ・遊々舎(光吉)
- ・ゆめのね保育園(大在中央二丁目)
- ・中島西保育園(中島西一丁目)
- ・ニチイキッズ西大分保育園(王子西町)
- ・たかじょうえん。(新貝)
- ・みどり第二保育所(森)
- ・わくわくの森保育園(野田)

保育ママ

保育士などの資格を持った保育ママの自宅などで保育を行い、定員は3～5人です。

- ・なないろ保育室(金池町)
- ・マミー保育室(大道町五丁目)
- ・まるも保育室(古国府)
- ・青空保育室(乙津町)
- ・ちゅうりっぷ保育室(金池町四丁目)
- ・マリン保育室(にじが丘二丁目)
- ・012保育室(畑中)
- ・なかよし保育室(森)

事業所内保育事業

事業所内の保育施設などで、従業員の子どもと地域の子どもの保育を行い、地域枠の定員は5～20人です。

- ・王子町保育園(王子北町)
- ・オアシス保育園(東鶴崎二丁目)
- ・大分どんぐりのもり保育園(原新町)
- ・湯屋すくすく館(横瀬)

永年のご功績をたたえて

市では、11月3日の「文化の日」に、永年にわたり市の発展に貢献された方々を表彰しています。今年、地方自治、文化、体育、産業、社会福祉、保健衛生の各分野でご功績のあった13名の方々を表彰しました。(順不同)

市長室 ☎537・5600

地方自治



佐藤 謙三氏(牧)

永年にわたり、自治委員をはじめ各種要職に精励され、地区住民の自治活動の指導育成に尽力されるなど、本市の自治振興に寄与されました。

文化



高倉 秀志氏(荏隈)

永年にわたり、NPO法人大分市日中友好協会会長をはじめ各種要職に精励され、武漢市との友好都市締結並びに幅広い分野での両市の友好交流の促進に尽力されるなど、本市の国際交流の進展に寄与されました。

地方自治



溝邊 由裕氏(横田)

永年にわたり、大分市消防団幹部として消防団の充実強化並びに防災意識の普及啓発に尽力され、本市の防災体制の確立に寄与されました。

地方自治



藤田 敬治氏(下戸次)

永年にわたり、大分市消防団幹部として消防団の充実強化並びに防災意識の普及啓発に尽力され、本市の防災体制の確立に寄与されました。

地方自治



中村 信幸氏(府内町)

永年にわたり、自治委員をはじめ各種要職に精励され、地区住民の自治活動の指導育成に尽力されるなど、本市の自治振興に寄与されました。

文化



多田 太氏(新栄町)
(鷺霊)

永年にわたり、大分詩道会会長をはじめ各種要職に精励され、詩吟の指導普及に尽力されるなど、本市の文化振興に寄与されました。

体育



竹内 進氏(牧)

永年にわたり、大分市スポーツ少年団指導者協議会長をはじめ各種要職に精励され、本市スポーツ少年団活動の充実並びに指導者の資質向上に尽力されるなど、本市のスポーツ振興に寄与されました。

産業



村上 潔氏(川添)

永年にわたり、大分市農業協同組合にら部会長をはじめ各種要職に精励され、にらの生産および消費拡大並びに品質向上に尽力されるなど、本市の産業振興に寄与されました。

社会福祉



松岡 勝代氏(萩原)

永年にわたり、民生委員児童委員をはじめ各種要職に精励され、社会福祉の増進に尽力されるなど、本市の心豊かな地域社会づくりに寄与されました。

社会福祉



長田 教雄氏(津留)

永年にわたり、保護司として更生保護事業に貢献されるとともに、社会福祉の増進に尽力され、本市の心豊かな地域社会づくりに寄与されました。

保健衛生



甲斐 知洋氏(田原)

永年にわたり、学校医として児童生徒の健康管理に務められ、学校保健の向上に尽力されるなど、市民の健康増進並びに地域医療の充実に寄与されました。

保健衛生



賀来 進氏(光吉)

永年にわたり、学校歯科医として児童生徒の健康管理に務められ、学校保健の向上に尽力されるなど、市民の健康増進並びに地域医療の充実に寄与されました。

保健衛生



田中 鴻一郎氏(牧)

永年にわたり、学校医として児童生徒の健康管理に務められ、学校保健の向上に尽力されるなど、市民の健康増進並びに地域医療の充実に寄与されました。

第1回開校！野津原こどもアート学校

募集 アートを体験して
冬の思い出をつくりませんか

旧野津原中央幼稚園(大字竹矢)で、①ワークショップや②アート体験、③地域の陶芸体験教室を開催します。定員は各10人です。①③は事前申込みが必要で多数時は抽選、②は当日先着順です。申込みは11月29日(金)まで。開始時間、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。

月日:12月14日(土)

①ワークショップ(無料) 対象:小学生(保護者同伴)

●Kanaのこねこねワークショップ「森と水とみんなの夢」
講師:Kana(現代美術家)



●温泉かぼすくんに絵付けしよう！
講師:のっけむし(イラストレーター)

●冬らしいモビールを作ろう！

講師:Yone(米村 知倫)(イラストレーター・デザイナー)

②アート体験(無料)

●ワイヤーで作ろう♪ クリスマスオーナメント
講師:沖 美紀(ワイヤーアーティスト)



●版画プリント体験 ～旧野津原中部小があなたをジャック！～
講師:下平 千夏(現代美術家)

③地域の陶芸体験教室

参加料:500円 その他:作品は後日引き渡し
※会場では陶芸作品の展示も行います。

☎ 文化国際課 ☎537-5663

ベトナム企業訪問型商談会 参加企業募集

募集 海外販路拡大を
目指してみませんか

現地にて訪問型の商談会を開催します。対象は県内の中小企業者と個人事業主で、募集企業数は8社です。申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。創業経営支援課へ。

訪問期間:令和2年3月1日(日)～5日(木)



☎ 創業経営支援課 ☎537-7014

11月30日(土)に「道の駅のつはる」オープン

お知らせ 自然豊かな空間で
くつろぎませんか

大分川ダム(ななせダム)の完成とともに誕生する「道の駅のつはる」には、地元の農産物や加工品の販売所をはじめ、交流スペースやイノシシ肉などのジビエ料理も楽しめるレストランの入る物産館があります。交流スペースやレストランのあるダム湖側は、全面ガラス張り、季節によって移り変わる景色を楽しむことができます。

●物産館営業時間

午前9時～午後6時(12月～2月は午前9時～午後5時)
※11月30日(土)は、午前10時40分～午後6時(予定)



11月30日(土)は、旧野津原西部小学校を臨時駐車場として開放し、旧野津原西部小学校と「道の駅のつはる」をつなぐシャトルバスを無料で運行します。運行時間は、午前9時～午後5時です。また、道の駅駐車場の一般開放は、午前11時30分からです。



●どこでもコンサートを開催します(観覧無料)

日 時:11月30日(土) 正午～午後0時40分(予定)
出演者:山崎明、江藤武大(ともにサクソフォン奏者)
※詳しくは、文化国際課(☎537-5663)へ。

☎ 農政課 ☎537-5628

12月4日～10日は

「人権週間」

おおいた人権フェスティバル2019 | 人権講演会

無料

全会場
手話通訳
有り

演題「部落問題と向き合う私たち」

講師 石井 千晶さん・石井 眞澄さん



【プロフィール】

被差別部落で育った千晶さんと親に部落出身者と付き合うことを反対された眞澄さんは、幾多の困難を乗り越え、やがて結婚。その後、二人は自身の部落差別にまつわる経験を若い世代を中心に、多くの人たちに伝えたいと各地で講演活動を行っている。

旭町文化センター 大会議室

●日 時:11月29日(金) 午後2時～3時30分
(午後1時30分開場)
●定 員:150人(当日先着順)
※駐車台数に限りがあります。

演題「えらい(しんどい)けど出かけよう～大切なことの再確認」

講師 木村 絹子さん(米子市職員)・木村 奈菜子さん(絹子さんの孫)

明治明野公民館 集会室

●日 時:11月30日(土) 午後2時15分～3時45分
(午後1時30分開場)
●定 員:300人(当日先着順)

【プロフィール】

米子市人権教育推進員として、就学前教育部会や小学校、中学校、高等学校、地域などで講演活動を行っている。



演題「TEARS(涙)」(一人芝居)

講師 劇団「一人ぼっち」さん



【プロフィール】

元福岡市人権啓発講師団員。ハンセン病・HIV・いじめ・障がい者、そして部落差別などをテーマにした芝居を通して、命と人を愛することの大切さを伝えている。

野津原公民館 集会室

●日 時:12月1日(日) 午後2時～3時30分
(午後1時開場)
●定 員:200人(当日先着順)
●その他:午後1時30分から野津原地区で募集した「差別をなくす人権標語・ポスター」優秀賞の表彰式を行います。

☎ 社会教育課 ☎537-5722

演目「釈迦内枢唄」

講話 有馬 理恵さん(俳優)による人権講話

大在公民館 集会室

●日 時:12月7日(土) 午前10時10分～正午
(午前9時開場)
●定 員:400人(当日先着順)
●その他:・午前9時45分から大在地区で募集した「よい子・愛のひとこと標語」の表彰式を行います。
・無料託児があります。希望される人は事前に人権・同和対策課へ電話連絡をお願いします。

出演 劇団希望舞台

【プロフィール】

劇団希望舞台は、誰にでも親しまれる「現代の芝居」を求めて、身近な生活を題材に暮らしの中の悲しみや辛さを温かい笑いに変えて、生きることへの渴望を演出する職業劇団。主演の有馬理恵さん(劇団俳優座所属)は、「山彦ものがたり」、「憲法ミュージカル」など数多くの作品に出演しつつ、1999年から「釈迦内枢唄」をライフワークとして全国各地で活動している。

☎ 人権・同和対策課 ☎537-5618



アートフルロードプロジェクト 2019「制作のひみつ」無料

美術家の制作過程の一端を公開します。会期中、美術家が「大分市の風景」を公開制作し、最終日にワークショップやトークショーを実施。

- 期間:11月27日(水)～12月1日(日)
- 時間:午前10時～正午、午後1時～5時(12月1日(日)は午後4時まで)
- 場所:アートプラザ2階 アートホール
圖 市美術館(☎554-5800)

ホルト季節のプログラムvol.4 「ジングルベルコンサート」無料

- 日時:12月22日(日) 午後3時～(午後2時30分開場)
- 場所:J:COM ホルトホール大分 小ホール
- 定員:202人(整理券を11月30日(土)午前10時から小ホール前で配布。)
- 圖 J:COM ホルトホール大分(☎576-8877)

金融経済講演会in大分 無料

- 日時:令和2年1月25日(土) 午後2時～3時30分
- 場所:コンパルホール 3階 多目的ホール
- 講師:杉村 太蔵氏(タレント、元衆議院議員)
- 定員:300人(先着順)
- 申込み・圖 ライフパル、各支所、各地区公民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、11月15日(金)～令和2年1月17日(金)にライフパル(府内町三丁目 ☎573-3770)へ。



講座&教室

市民食品衛生講座 無料

- 日時:12月20日(金) 午前10時～午後0時30分
- 場所:九州電力大分支社1階 IHキッチンスタジオ(金池町二丁目)
- 内容:食中毒予防の講習や鶏肉を用いた調理実習、意見交換など
- 定員:18人(多数時は抽選)
- 申込み・圖 直接または電話で、12月2日(月)～13日(金)に保健所衛生課(荷揚町 ☎536-2704)へ。

まちづくり情報カフェ 無料

- 日時:11月19日(火) 午後6時～7時30分(午後5時30分開場)
- 場所:J:COM ホルトホール大分4階408会議室
- 演題:彫刻とともにあるまちの可能性
- 講師:田中 修二氏(大分大学教授)
- 定員:60人(当日先着順)
- 圖 まちづくり情報プラザ(☎544-5613)

第11回中央通り歩行者天国

- 恒例の希望者によるフリースペースを活用したイベントや商店街による飲食ブースのほか、今回は柏原芳恵さんをゲストに招き、音楽ステージを開催します。
- 月日:11月23日(土)
- ※交通規制(正午～午後5時)にご協力ください。



圖 商工労政課(☎537-5959)

福田平八郎賞、朝倉文夫賞 小・中、特別支援学校 図画・彫塑展 無料

- 市内の小・中学校(義務教育学校含む)および特別支援学校の児童生徒が制作した入賞作品を展示します。
- 期間:12月4日(水)～8日(日)
- 時間:午前10時～午後7時
- 場所・圖 市美術館(☎554-5800)

水素利活用シンポジウム 無料

- 日時:12月17日(火) 午後1時30分～4時(午後1時開場)
- 場所:J:COM ホルトホール大分3階大会議室
- 内容:佐々木 一成氏(九州大学副学長)による基調講演や、パネルディスカッションなど
- 定員:300人(先着順)
- 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。環境対策課(☎537-5758)へ。無料託児を希望する場合は、12月3日(火)までに電話連絡をお願いします。

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:12月9日(月)・10日(火) ※申込期限12月2日(月)
- 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)

「男女共同参画」をテーマにした川柳募集

- 応募資格:市内に居住または通勤・通学している人 ※作品は1人1点で未発表のものに限る
- 募集締切:令和2年1月15日(水)
- その他・圖 入賞者には記念品を贈呈します。応募作品の著作権は市に帰属し、男女共同参画センターの広報に活用します。作品は返却しません。申込方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。男女共同参画センター(コンパルホール2階 ☎574-5577)へ。

「2020森林セラピートレイルランニングinのつはる」選手募集

- 平成森林公園(大字荷尾杵)を舞台に、約40kmの自然の中を走ります。
- 日時:令和2年3月22日(日) 午前8時～
- 定員:500人(先着順)
- 参加料:7,000円(昼食・保険付き)
- 申込期限:令和2年2月9日(日)
- その他・圖 詳しくは、林業水産課に備え付けの要項(市ホームページでダウンロードも可)をご覧ください。同課(本庁舎8階 ☎585-6013)へ。

イベント

大南市場

- 日時:11月23日(土) 午前9時～午後3時30分
- 場所:大南老人いこいの家、戸次本町ふれあい広場(雨天時は大南公民館)
- 内容:地域の特産品販売など
- 圖 大南支所(☎597-1000)

まちなかアートミニツアー参加者募集

- 日時:11月30日(土) 午後1時～4時
- 集合場所:県立美術館1階エントランス
- 内容:県立美術館やアートプラザで学芸員が作品の見どころなどを解説
- 定員:20人(先着順)
- その他:参加無料ですが、観覧料とバス運賃の実費必要
- 申込み・圖 電話またはEメールで、参加者全員の氏名・年齢、代表者の電話番号を、11月28日(木)午後6時までに市美術館(☎554-5800 ✉artsinkou@city.oita.oita.jp)へ。

潰瘍性大腸炎・クローン病 無料 患者・家族等相談会参加者募集

- 日時:12月1日(日) 午後2時～4時
- 場所:保健所6階 大会議室
- 対象:潰瘍性大腸炎・クローン病の患者・家族など
- 内容:●講演「潰瘍性大腸炎・クローン病の治療と日常生活について」(講師:石田 哲也氏<石田消化器IBDクリニック院長> ●患者・家族の交流会
- 定員:60人(先着順)
- 申込み・圖 電話で、11月22日(金)までに保健所保健予防課(☎535-7710)へ。

大分西部・南大分・大在・明治明野公民館の館長募集

- 対象:社会教育の推進と生涯学習の振興、市民協働によるまちづくりに、識見と情熱をもって取り組む意欲のある人
- 任期:令和2年4月1日～3年3月31日(更新可)
- 勤務時間・報酬(日額):週4日(31時間)・9,509円、週5日(31時間15分)・7,668円 ※土・日曜日の勤務あり
- 一次試験・場所:12月14日(土) 午前9時～正午 本庁舎8階 大会議室
- 選考内容:筆記試験、論文「地域住民の学習と活動の拠点としての地区公民館の在り方について」 ※一次試験合格者は後日、個別面接を実施
- 申込み・圖 市民協働推進課、各支所、各地区公民館に備え付けの選考試験申込書(11月15日(金)から市ホームページでダウンロードも可)に記入し、11月15日(金)～12月2日(月)に同課(本庁舎2階 ☎537-5612)へ。

市民の意見を募集します

- ①市都市計画マスタープラン改定
市の将来像の実現に向けた都市計画の基本方針を定めた「市都市計画マスタープラン」を改定します。
■担当課:都市計画課(本庁舎7階 ☎537-5636)
- ②(仮称)市スポーツ推進計画(案)
「する」「みる」「ささえる」の3つの視点を基本とした市スポーツ推進計画を策定します。
■担当課:スポーツ振興課(本庁舎5階 ☎537-5979)
- 閲覧・募集期間:①11月25日(月)～12月24日(火) ②11月15日(金)～12月16日(月)(いずれも必着)
- 資料の閲覧場所:各担当課、情報公開室(本庁舎7階)、各支所、まちづくり情報プラザ(J:COM ホルトホール大分1階 ①のみ)、体育施設(南大分体育館、日吉原体育館、豊後企画大分駄原球技場、市営陸上競技場、市営温水プール)(②のみ)、市ホームページでご覧になれます。
- 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。各担当課へ。

会計年度任用職員募集

- ①ライフパル(NPO法人ボランティア活動等市民活動に関する相談受付など)
■対象:パソコン操作ができ、NPOや市民活動に関心・意欲がある人など
- ②ライフパル(消費生活に関する相談受付や消費生活教室の講師など)
■対象:消費生活相談員、消費生活専門相談員、消費生活アドバイザー、消費生活コンサルタントのいずれかの有資格者など
- ③生活福祉課(介護扶助適正化業務)
■対象:介護支援専門員の有資格者など
- 定員:①②各1人程度 ③1人
- 報酬:日額7,188円(上限額)
- 任用期間:令和2年4月1日～3年3月31日(原則として)
- 選考方法:書類審査、面接など
- 申込期間:11月15日(金)～12月10日(火)
- その他・圖 詳しくは、市ホームページをご覧ください。①②はライフパル(☎573-3770)、③は生活福祉課(☎537-5621)へ。

募集

求職者のための事業所見学会 参加者募集 無料

- 日時:11月28日(木) 午後1時～5時(予定)
- 集合場所:大分城址公園 西側入口
- 内容:「指定介護老人福祉施設 清静園(大字竹中)」「坂ノ市病院・ナースィングホーム輝(坂ノ市)」の見学
- 対象:市内に居住の人または市内で就労を希望する人
- 定員:20人(先着順)
- 申込み・圖 電話またはファクス、Eメールで、住所、氏名、年齢、電話番号を、11月27日(水)までに商工労政課(☎537-5964 ✉533-9077 ✉rousei@city.oita.oita.jp)へ。

冬休みコンパルKIDS体験隊 2019参加者募集

- ◎冬野菜のおいしさをまるかじり
■日時:12月22日(日) 午後2時～4時
- 対象:小学1～6年生の子どもとその保護者
- 定員:18組36人(多数時は抽選)
- 参加費:1,000円(材料費込み)
- ◎ベリリーダンスを踊ってみよう
■日時:12月26日(木) ①午後1時～2時 ②午後2時30分～3時30分
- 対象:①小学1～3年生 ②小学4～6年生
- 定員:各10人(多数時は抽選)
- 参加費:①500円 ②600円
- 申込み・圖 往復はがき(1人(組)1枚)に講座名、住所、保護者と子どもの氏名(ふりがな)、性別、学年、電話番号を記入し、12月10日(火)午後5時(必着)までにコンパルホール(〒870-0021 府内町一丁目5-38 ☎538-3700)へ。



チューリップの球根を植えませんか

無料

- 日時:11月24日(日) 午前9時～
※小雨決行、雨天時は12月1日(日)に延期
- 場所:おかばる花公園(大字横尾)
- ☎ NPO法人岡原花咲かそう会 木津 (☎520-2742)

食品衛生責任者養成講習会

- 日時:12月25日(水) 午前9時30分～午後4時30分(受付は午前9時～)
- 場所:県教育会館(大字下郡)
- 対象:食品関係営業業者・従事者で、調理師・栄養士などの資格を持っていない人
- 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、12月2日(月)～6日(金)に直接、市食品衛生協会(荷揚町6-1 保健所2階 ☎532-0010)へ。

善意の泉 敬称略

善意の寄付が相次いでおります。
お礼申し上げます。
市へ

- 公益財団法人 T O S みどり森・守財団
- 農林中央金庫 大分支店
- キクチ種苗株式会社

社会福祉協議会へ
香典返し寄付

- 大分地区 楠野貴大(上野丘)/阿部啓二(津守)/林浩美(大道町)/小野絹江(王子町)/橋本ケイ子(岩田町)
- 鶴崎地区 中村一美(下徳丸)/山村真澄(横尾東町)/毛利太郎(常行)/菅強志(三佐)
- 大在地区 麻生貴章(角子原)/姫野恵子(大在浜)/内梨美津子(大在北)
- 坂ノ市地区 岩本美智子(丹川)/實崎康洋(屋山)/板井マスマ(久土)
- 大南地区 赤峯一徳(下戸次)/戸次壽美江(中戸次)
- 植田地区 野村敏子(寒田南町)/渡邊義晴(市)/嘉藤田マチ子(上宗方)
- 佐賀関地区 渡邊誠(志生木)/姫野隆英(白木)
- 野津原地区 後藤ハマ子(竹矢)/下村トキ子(辻原)
- 市外 村井裕美(別府市)/鹿末寿生(由布市)

以上9月30日受付分まで

県立農業大学校農学部学生募集

- 出願期間:11月25日(月)～12月16日(月)
- 試験日:令和2年1月23日(木)
- ☎ 県立農業大学校 (☎0974-22-7582)

令和元年冬巡業「大相撲大分場所」

- 日時:12月6日(金) 午前8時～午後3時(取組は午前11時30分～)
- 場所:昭和電工武道スポーツセンター(大字横尾)
- その他・☎ 入場料、スケジュールなど詳しくは、事務局(☎524-3711)へ。

県在宅医療推進フォーラム

無料

- 日時:12月21日(土) 午前9時30分～午後4時40分
- 場所:J:COM ホルトホール大分3階大会議室、302・303会議室
- 定員:400人(先着順)
- 申込み・☎ 電話で、12月10日(火)までに在宅医療推進フォーラム事務局(☎545-8008)へ。

若手リーダーのためのステップアップ講座

- 月日:令和2年1月10日・24日、2月14日(金曜日、全3回)
- 場所:J:COM ホルトホール大分2階セミナールームS
- 定員:15人(先着順)
- 受講料:29,000円
- その他・☎ 申込方法など詳しくは、中小企業大学校直方校(☎0949-28-1144)へ。

国民年金保険料は全額が所得税や市・県民税の社会保険料控除の対象です

控除できる金額は、令和元(平成31)年中に実際に支払った保険料額の全額です。控除の適用については、日本年金機構から11月上旬または令和2年2月初旬に送付される「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を年末調整や確定申告時に提出する必要があります。
なお、証明書を紛失した場合は、大分年金事務所で再発行できます。
☎ 大分年金事務所 (☎552-1211〈自動音声案内2→2〉)

専門家による無料何でも相談会

- 日時:11月23日(土) 午後1時～4時
- 場所:J:COM ホルトホール大分3階302会議室ほか
- 内容:弁護士など9士業による仕事、日常生活でのあらゆる問題に関する相談
- その他:予約不要、先着順
- ☎ 県土地家屋調査士会 (☎532-7709)

無料労働相談

- 日時:11月27日(水) 午後1時～4時
- 場所:J:COM ホルトホール大分2階201会議室
- 相談員:弁護士、社会保険労務士など
- 相談内容:賃金、労働時間、労災、労働保険など
- その他・☎ 電話による相談は、県労政・相談情報センター(固定電話専用フリーダイヤル(☎0120-601-540)または携帯電話・公衆電話用ダイヤル(☎097-532-3040))へ。

成年後見制度普及講演会

無料

- 日時:11月29日(金) 午後1時30分～3時30分(午後1時開場)
- 場所:J:COM ホルトホール大分3階大会議室
- 定員:200人(当日先着順)
- ☎ 市成年後見センター (☎547-7774)

自死遺族のつどい

無料

- 日時:12月5日(木) 午後2時～4時
- 内容:参加者の気持ちの分かち合い
- 申込み・場所・☎ 電話で、11月28日(木)までに県こころとからだの相談支援センター(大字玉沢 ☎541-6290)へ。

甲種防火管理再講習

- 月日:12月19日(木)
- 場所:県教育会館(大字下郡)
- 対象:収容人員300人以上の特定防火対象物の防火管理者
- 受講料:6,500円(テキスト代など)
- 申込み・☎ (一財) 県消防設備安全協会、消防局予防課、各消防署に備え付けの申請書に記入し、11月18日(月)～22日(金)に同協会(長浜町二丁目 ☎537-3125)へ。

お稽古サロン「くにさき七島蘭お正月飾りのしめ縄を作ろう」

- 日時:12月14日(土) 午前9時30分～正午
- 定員:15人(多数時は抽選)
- 参加料:4,950円(材料費など)
- 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、11月19日(火)～12月5日(木)に平和市民公園能楽堂(牧緑町 ☎551-5511 ☎551-5512 ☎info@nogaku.jp)へ。

ブリとサバを使った魚料理教室

- 日時:12月15日(日) 午前9時30分～午後1時
- 定員:20人(多数時は抽選)
- 参加料:1,000円(材料費)
- 申込み・場所・☎ 往復はがき(1人〈組〉1枚)に、代表者の住所・電話番号、参加人数(5人まで可)、参加者全員の氏名を記入し、12月9日(月)〈必着〉までに公設地方卸売市場管理事務所(〒870-0018 豊海三丁目2-1 ☎533-3113)へ。

街のホット情報

陸上自衛隊高等工科学校生徒の採用試験

- 一次試験:令和2年1月18日(土)
- 応募資格:15歳以上17歳未満の男子で中学校卒業業者(令和2年3月卒業見込みの人を含む)
- 受付期限:令和2年1月6日(月)
- ☎ 自衛隊大分地方協力本部大分募集案内所 (☎546-2177、夜間・休日は ☎536-6271)

県立盲学校幼稚部入学者募集

- 対象:平成26年4月2日～29年4月1日生まれで、視覚に障がい有する人
- 願書配布:令和2年1月6日(月)から県立盲学校事務室で配布(土・日曜日、祝日を除く)
- 出願期間:令和2年1月6日(月)～17日(金)
- 入学希望者の面接:1月下旬
- 願書請求・☎ 県立盲学校(〒870-0026 金池町三丁目1-75 ☎532-2638 ☎532-2636)へ。

アートプラザのワークショップ

- ①えがいてうつす!オリジナル絵画作品
 - 日時:12月7日(土)・8日(日) 午後1時30分～3時30分
 - 講師:志水 聡香氏(画家)
 - 対象:3歳以上(小学3年生以下は保護者同伴)
- ②親子で作るちぎり絵クリスマスカード
 - 日時:12月14日(土) 午後1時30分～3時30分
 - 対象:小学生以上の子どもとその保護者(2人1組)
- ③クリスマスオーナメントを作ろう
 - 日時:12月21日(土) 午前10時～、午後1時30分～
 - 対象:小学生以上(小学生は保護者同伴)
 - 定員:①③各10人 ②20組(いずれも多数時は抽選)
 - 参加料:①500円 ②1組500円 ③800円(いずれも材料費)
 - 申込み・場所・☎ 電話で、①は11月29日(金)午後6時まで、②③は12月6日(金)午後6時までにアートプラザ(☎538-5000)へ。



南大分スポーツパークの教室

- ①高齢者いきいきフィットネス講座(後期)
 - 期間・時間:令和2年1月15日～3月18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初心者テニス教室
 - 日時:令和2年1月18日～2月22日(土曜日・全6回) 午後1時30分～3時30分
 - 対象:市内に居住・勤務している18歳以上の人 ※高校生は不可
 - その他:ラケットは持参してください。
 - 定員:①20人 ②30人(いずれも多数時は抽選)
 - 受講料:①2,500円 ②1,500円
 - 申込み・場所・☎ 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、12月15日(日)までに同体育館(大字豊饒 ☎546-7010)へ。
- ※市ホームページで電子申請も可。

講座&教室

米粉を使った料理教室

- ①冬休みキッズ米粉料理教室
 - 日時:12月25日(水) 午前9時30分～午後1時
 - 場所:公設地方卸売市場 調理実習室(豊海三丁目)
 - 対象:5歳～小学生の子どもとその保護者
 - 定員:15組程度(多数時は抽選)
 - 参加料:1人500円(材料費)
- ②米粉でクッキング!料理教室

場 所	月 日
コンパルホール、鶴崎公民館	令和2年1月21日、2月18日、3月17日(火曜日・全3回)
植田公民館	令和2年1月20日、2月17日、3月16日(月曜日・全3回)

- 時間:午前10時～午後2時
- 対象:市内に居住・通勤している18歳以上の人
- 定員:各会場25人(多数時は抽選)
- 参加料:1,500円(材料費・全3回分)
- 申込み・☎ ①は往復はがき(1枚4人まで)に、教室名、住所、電話番号、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢を記入し、11月29日(金)〈必着〉までに、②は農政課(本庁舎8階)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、11月15日(金)～12月13日(金)に、同課(〒870-8504 荷揚町2-31 ☎537-7025)へ。

ふるさとの歴史再発見講座「古文書のコース」

- 日時:令和2年1月25日、2月8日・22日、3月7日・21日(土曜日・全5回) 午後2時～3時30分
- 対象:高校生以上
- 定員:70人(多数時は抽選)
- 受講料:300円
- 申込み:往復はがきに、住所、氏名、電話番号、講座名を記入し、12月15日(日)〈消印有効〉までに歴史資料館(〒870-0864 大字国分960-1 ☎549-0880)へ。



35歳～39歳の人の市民健診が、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、
おおいた健康管理センター、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、^{かく}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
12/ 2(月)	富士見が丘公民館	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
12/ 3(火)	富士見が丘公民館	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
12/ 4(水)	富士見が丘公民館	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
12/ 5(木)	富士見が丘公民館 下横瀬公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
12/ 6(金)	緑が丘第3公民館 上横瀬公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
12/ 9(月)	緑が丘中央公民館	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
12/10(火)	米良公民館(判田) 住床公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
12/11(水)	西新川公民館 宮の本公民館	午前10時～11時 午後1時～1時30分
12/12(木)	高江公民館 豊田公民館	午前10時～11時 午後1時～1時30分
12/13(金)	判田台団地集会所 高江中央1丁目公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
12/16(月)	判田校区公民館 光永公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
12/17(火)	ひばりヶ丘公民館	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
12/18(水)	長谷町公民館 南下郡公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
12/19(木)	米良公民館(滝尾) 大分南部公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
12/20(金)	森岡校区公民館	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
12/23(月)	滝尾校区公民館	午前9時30分～11時15分 午後1時～1時30分
12/24(火)	下郡校区公民館(北下郡公民館) 桜坂公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分
12/25(水)	片島公民館 かたしま台自治区公民館	午前9時30分～11時 午後1時～1時30分

- (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(経過観察中の人は除く) ■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 ^注もご覧ください

② 胃がん検診(500円)

月 日	場 所	月 日	場 所
12/ 3(火)	南大分公民館	12/11(水)	敷戸校区公民館
12/ 4(水)	八幡校区公民館	12/12(木)	舞鶴小学校
12/ 6(金)	中島中央公民館	12/17(火)	南大分公民館
12/10(火)	大南市民センター	12/18(水)	春日校区公民館

■時間:午前9時30分～10時30分 ■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。 ^注もご覧ください

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
12/ 3(火)	ふじが丘公民館	12/12(木)	大南市民センター
12/ 4(水)	緑が丘中央公民館	12/16(月)	野津原市民センター
12/ 5(木)	ひばりヶ丘公民館	12/17(火)	鶴崎公民館
12/ 6(金)	竹中校区公民館	12/18(水)	川添校区公民館
12/10(火)	ふじが丘公民館	12/19(木)	敷戸校区公民館
12/11(水)	公園通りクラブハウス		

時間:午後1時30分～2時30分

- (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)^{*}、マンモグラフィー(40歳～49歳…2方向、50歳以上…1方向)^{*} ■定員:超音波検査…30人、マンモグラフィー…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 ^注もご覧ください

④ 休日検(健)診

月 日	場 所	時 間
12/15(日)	大南市民センター	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。 ^注もご覧ください

^注 ①～④ 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の検診施設にも置いています)。
※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(車でのお来場は控えください)。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。)

12月1日は「世界エイズデー」です ^{無料}

◎世界エイズデーキャンペーン ■期間:11月26日(火)～12月10日(火) ■場所:J:COM ホルトホール大分1階 エントランスホール ■内容:小中高生から寄せられたポスター・レッドリボンの展示 ◎HIV(エイズ)土曜検査(毎週月曜日のHIV検査に加え、土曜検査を実施します。予約制) ■日時:11月30日(土) 午前10時～正午 ■内容:採血による血液検査(食事制限などは不要) ■定員:20人(先着順) ■申込み:電話で、保健所保健予防課(エイズ専用) ☎537-8190(月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時)へ。 ■その他:検査は匿名です。相談可。 ☎ 保健所保健予防課☎536-2851

- 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

歯周病検診 ^{無料}

月 日	場 所	時 間
12/ 6(金)	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、11月15日(金)から中央保健センター☎536-2517へ(予約制)。

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
12/ 3(火)	大在地区	大南市民センター2階	平成30年4月13日～5月31日
12/ 4(水)	鶴崎地区	鶴崎市民行政センター3階	平成30年5月3日～20日
12/ 5(木)			
12/10(火)	大分地区	保 健 所 3 階	平成30年5月
12/18(水)			
12/19(木)	大南地区	大南市民センター2階	平成30年2月～5月
12/24(火)	穂田・野津原地区	穂田市民行政センター2階	平成30年5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
12/ 6(金)	鶴崎地区	鶴崎市民行政センター3階	平成28年7月1日～22日
12/25(水)			平成28年7月23日～8月12日
12/11(水)			
12/13(金)	大分地区	保 健 所 3 階	平成28年7月
12/26(木)			
12/12(木)	穂田・野津原地区	穂田市民行政センター2階	
12/20(金)	大在地区	大南市民センター2階	平成28年6月15日～7月31日

■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
12/10(火)	鶴崎市民行政センター3階	12/20(金)	保 健 所 3 階
12/24(火)		12/23(月)	
12/11(水)	明治明野公民館2階	12/17(火)	坂ノ市市民センター2階
12/25(水)		12/18(水)	原新町こどもルーム
12/12(木)	大南市民センター2階	12/19(木)	穂田市民行政センター2階
12/13(金)	大分南部公民館2階	12/26(木)	
12/16(月)	保 健 所 3 階	12/27(金)	大南市民センター2階

■対象:平成30年12月～令和元年6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。往復はがき(1組1枚)に、希望月日・場所(第3希望まで)、郵便番号、住所、乳児の氏名(ふりがな)、生年月日、性別、保護者氏名、電話番号を記入し、11月15日(金)～26日(火)(必着)に子育て交流センター(〒870-0839 金池南一丁目5-1 ☎576-8740)へ。

離乳食講習会 ^{無料}

月 日	場 所	時 間
④12/13(金)	穂田市民行政センター2階	午前10時30分～正午
⑤12/18(水)	鶴崎市民行政センター3階	
⑥12/19(木)	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

■対象:令和元年6月～8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、11月20日(火)から④は西部保健福祉センター☎541-1496、⑤は東部保健福祉センター☎527-2143、⑥は中央保健センター☎536-2517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→



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9月～31年2月生まれの乳幼児対象

月 日	場 所	時 間
12/12(木)	穂田市民行政センター2階	
12/13(金)	保 健 所 3 階	午前9時30分～11時10分
12/20(金)	鶴崎市民行政センター3階	

②よい歯を育てる教室(2歳歯科)

※平成29年1月～30年4月生まれの幼児対象

月 日	場 所	時 間
12/11(水)	穂田市民行政センター2階	午前9時30分～11時10分
12/17(火)	保 健 所 3 階	

■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、11月15日(金)から中央保健センター☎536-2517へ(予約制)。

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
12/25(水)	鶴崎市民行政センター3階
12/26(木)	保 健 所 3 階
12/27(金)	穂田市民行政センター2階

■時間:午前9時30分～11時30分 ■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、11月15日(金)から中央保健センター☎536-2517へ(予約制)。



出生連絡票(はがき)を出しましょう

市では、生後4か月までの赤ちゃんのいるすべての家庭に、地域の主任児童委員や地区担当保健師、助産師などが訪問する「こんにちは赤ちゃん訪問事業」を実施しています。事前に連絡し訪問させていただくため、赤ちゃんが生まれたら、母子健康手帳に添付された「出生連絡票(はがき)」に連絡先などを記入し、早めに提出してください。☎ 保健所健康課☎536-2516

大分赤十字病院健康講座 ^{無料}

■日時:11月25日(月) 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:「頭痛について」 講師:森 敏雄氏(脳神経内科部長) ■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:11月27日(水) 午後2時～3時30分 ■場所:県看護研修会館(大字豊饒) ■内容:●講話「健康診断…この結果は、どんな意味？」 ●健康相談 ●健康チェック(血圧測定など) ■申込み:不要 ☎ 県看護協会☎574-7117

口唇口蓋裂 親の会「かけはし」 ^{無料}

■日時:12月8日(日) 午前10時30分～正午(受付は午前10時15分～) ■場所:大分岡病院 サイバーナイフ棟4階 ■対象:口唇口蓋裂児とその家族など ■内容:悩み相談などの交流会 ■申込み:不要 ☎ 口唇口蓋裂 親の会「かけはし」事務局 岩本☎080-3957-0037

インフルエンザの予防と対処法

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、せきなどの症状も見られます。インフルエンザを予防する有効な方法は、流行前の予防接種と飛沫(ひまつ)感染対策としての「せきエチケット」です。また、小まめな手洗いを行うことも予防として重要です。

☎保健所保健予防課(☎536-2851)



幼少期からの 規則正しい生活習慣が大切です

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。今回は子どもを持つ保護者の皆さんへ、健康づくりのポイントを紹介します。



「早寝、早起き、朝ごはん」の 生活リズムを心掛けましょう

朝食を食べない子どもが増えています。朝食は、体・脳・心のスイッチであり、1日のパワーの源です。早く寝ると、自然のリズムで早く起きることができ、早起きすると、身の回りの支度をするなかで体が目覚め、自然とお腹がすいてきます。

また、眠っている間には、子どもの成長に必要なホルモンが多く分泌されます。中でもメラトニン、成長ホルモン、セロトニンは、子どもの発育・発達に深く関係しています。睡眠をしっかりすると、気持ちを落ち着けたり、寝ている間に記憶が整理されて定着し成績が上がるなど、とても大切な効果が得られます。

おおいたヘルスケアファイル

ココロ

カラダ
ゲンキ



やってみよう!

～朝ごはんを食べるために～

- 起きてすぐは、胃の準備ができていなかったり、体の調子が整っていないので、ご飯を食べない事が考えられます。
- 早く起きることから始めましょう
- 朝ごはんを食べていない人は、パン(おにぎり)、乳製品、果物のどれか食べやすいものから始めましょう
- 朝食をおいしく食べられるように、夕食を食べ過ぎないようにしましょう

子どもは、周りを見ながら自立の仕方を学び取っています。家族で規則正しい生活習慣を心掛けましょう。



- メラトニン…睡眠効果・老化防止効果のあるホルモンで、暗くなると増え、朝には止まります。寝る直前までスマホやテレビを見たり、お店に行ったりして明るい光を浴びてしまうと、メラトニンが出づらくなります。
- 成長ホルモン…体・脳の成長を促すホルモンで、寝ている間に分泌されます。夜間の脂肪分解にも関わっているため、睡眠時間が短いと肥満に傾く可能性があります。
- セロトニン…心の穏やかさを保つホルモンで、日中、外で運動すると増え、メラトニンの材料になります。

問 保健所健康課 ☎536-2516