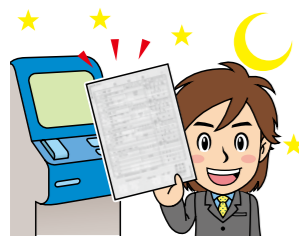


休日や窓口時間外に証明書が取れるので便利です



住基カードを使ってコンビニでも 住民票・戸籍・印鑑証明が取れるようになりました!

まず住基カードの申請が必要で、カード発行には数日かかります。

住基カードをお持ちでない方

- ① セブンイレブン
- ② ローソン (ローソンストア100を除く)
- ③ ファミリーマート
- ④ サークルKサンクス

【利用できる店舗】

専用のコピー機を設置している店舗に限ります。

※12月29日(翌年1月3日、また保守点検などのため一時的に利用できない場合もあります。

【利用時間】

6時30分～23時

【利用条件】

三好市に住民票があり、住基カードをお持ちの方

【取れる証明書類】

- ・住民票(本人および同居世帯員)
- ・戸籍全部事項証明書(戸籍謄本)、戸籍個人事項証明書(戸籍抄本)、それにかかる附票
- ・印鑑登録証明書(本人のみ)
- ※除票・住基コード入り住民票・三好市に本籍が無い方の戸籍謄本などは取れません。

【住基カード申請場所】

三好市役所市民課・各総合支所

【申請に必要なもの】

- 公的機関が発行した顔写真付き身分証明書、印鑑、住基カード手数料500円
- 【住基カード受取場所】三好市役所市民課
- ※住基カード交付後、コンビニ利用登録申請が必要となります。

住基カードをお持ちの方

【コンビニ登録申請場所】

三好市役所市民課

【申請に必要なもの】

- 住基カード(顔写真付きでない場合は公的機関が発行した顔写真付き身分証明書もしくは住基カードの暗証番号)、印鑑、手数料は無料。ただし、本人申請に限ります。

【申請受付日時】

平日のみ(8時30分～11時、13時～16時)

※詳細は市報1月号および三好市ホームページをご覧ください。

【お問い合わせ先】

三好市役所市民課
電話 72・7609

食生活改善推進員養成講座 受講生募集

ボランティアで食生活改善推進員を養成するための講座です。※活動に対する謝礼は出ません

●対象者

全5回の講座を受講し、来年度から食生活改善活動に参加できる市民の方(性別年齢問いません)

●日程・内容

- 【第1回】 8月27日(水) 10時～15時
食育講義①、調理実習
- 【第2回】 9月10日(水) 10時～15時
食育講義②、調理実習
- 【第3回】 9月30日(火) 10時～15時
食育講義③、調理実習
- 【第4回】 10月15日(水) 10時～15時
食育講義④、調理実習
- 【第5回】 11月5日(水) 10時～15時
食育講義⑤、運動実技

※日程は変更になる場合があります。

【場 所】

三好市保健センター

【受講料】

無料

【申込締切】

7月31日(木)

備考▽申込者数が10人に満たない場合は翌年度以降に延期させていただきますのでご了承ください。



●お申し込み・お問い合わせ先

三好市役所健康づくり課(電話 72・6767)

姉妹都市でホームステイを体験してみませんか

平成26年度三好市姉妹都市交流親善団を派遣するにあたり、団員を募集します。経験や英語力は問いません。三好市国際交流協会が交流をサポートします。中学生団員を中心に、高校生以上の一般団員も参加でき、積極的な交流の目的をお持ちの方には補助制度もあります。ホームステイを体験し、海外に友達をつくりましょう。

行き先▼アメリカ合衆国オレゴン州ザ・ダルズ市

日程▼10月30日(木)～11月5日(水)

募集締切▼7月25日(金)17時必着

※日程や事業内容が変わる可能性もありますので、ご了承の上、お申し込みください。

中学生団員

対象▼三好市在住の中学2～3年生

定員▼12名以内

要件▼帰国後は体験報告を行うとともに、姉妹都市交流の推進に努めること。

旅費▼約20万円(うち8万円を上限とする半額を補助)
応募方法▼参加申込書(学校、地域振興課で配布)に必要事項を記入のうえ、地域振興課にお申し込みください。

選考▼作文および面接による選考を行います。

注意事項▼過去に中学生団員として派遣された経験のある方はお申し込みいただけません。

各種交流団員

対象▼三好市在住の高校生以上で、文化・教育・経済・学術・スポーツなどの目的に基づいて交流したい方。

定員▼若干名

要件▼帰国後は体験報告を行うとともに、姉妹都市交流の推進に努めること。

旅費▼約20万円(うち8万円を上限とする半額を補助)
応募方法▼①住所 ②氏名 ③年齢 ④性別 ⑤電話番号 ⑥交流したい分野を記入の上、ハガキまたは

ファックスでお申し込みください。折り返し選考会のご案内をお送りします。

選考▼作文および面接による選考を行います。

注意事項▼過去に各種交流団員として派遣された経験のある方はお申し込みいただけません。

一般団員

対象▼三好市在住の高校生以上

定員▼若干名

要件▼帰国後は姉妹都市交流の推進に努めること。

旅費▼約20万円(全額自己負担)

応募方法▼①住所 ②氏名 ③年齢 ④性別 ⑤電話番号を記入のうえ、ハガキまたはファックスでお申し込みください。

選考▼申し込み多数の場合は抽選。

注意事項▼過去の派遣経験の有無は問いません。

【お申し込み・お問い合わせ先】

〒778-8501 三好市池田町シンマチ 1500 番地 2
三好市役所地域振興課(電話 72-7649、FAX72-7202)



私たちの大切な 地域医療を守るために

住民・医療者・行政が一体となり、「地域医療」を守っていくため、様々な情報を発信します



三好病院を応援する会 総会が開催されました



5月22日、「三好病院を応援する会」の総会が開催されました。会長には、引き続き伊丹一夫さんが就任されました。今年度の事業計画については、三好病院と共催により第3回目となる「市民公開講座」を開催します（10月4日の予定）。

※「三好病院を応援する会」は、平成20年10月22日、「私たち自身の安心・安全を支える地域医療を守るために、私たちにできることから取り組まなければならない」との思いから、三好市・東みよし町の老人クラブ連合会、婦人団体連合会、身体障害者会、民生児童委員連絡協議会それぞれの会長が代表者となり設立されました。同会では、県立三好病院を支援していくために、これまで署名活動・医師官舎の清掃作業・講演会や講習会の開催・パンフレットの作成、配布などを

さまざまな活動を行っています。なお、今年の医師官舎の清掃作業は6月8日にシンマチボランティアクラブの方々が行いました。クラブの方々には毎年お世話になっております。本当にありがとうございます。

東祖谷に公的医療機関を

5月30日、東祖谷地区住民懇談会を東祖谷歴史民俗資料館で開催しました。東祖谷地区の自治会長・住民福祉協議会長・民生児童委員さんなどにご案内し、東祖谷の民間医療機関が11月末をもって閉院することや閉院後の医療提供体制についてのご要望やご意見をお聞きしました。市としては12月を目標に診療所の開設を目指しています。

西祖谷診療所で夏期地域医療研修を実施します

この研修は、徳島県がへぎ地での医療に関心を持ってもらおうと全国の医大生を対象に実施している事業です。自治医科大学や徳島大学の学生8名が西祖谷診療所で実習に

参加する予定です。この実習の一環として健康教室を、次のとおり開催しますので、ぜひご参加ください。

- **吾橋地区健康教室**
【日時】 8月21日 13時～14時
【場所】 吾橋集会所
【内容】 変形性膝関節症について
- **東祖谷地区健康教室**
【日時】 8月21日 13時～14時
【場所】 東祖谷デイサービスセンター
【内容】 肺炎球菌ワクチンについて
- **西祖谷山村診療所健康教室**
【日時】 8月21日 16時～18時 30分
【場所】 西祖谷老人福祉センター
【内容】 脳梗塞と血液をサラサラにする薬について

子育て中の保護者の皆さんへ
ご利用ください
「徳島こども救急電話相談」

□ **事業の目的は？**
休日夜間の子どもの急な病気やけがなどの際に、医師の支援体制のもと専門的な知識と経験を有する看護師が、電話相談に応じ、家庭での対処方法や医療機関への受診など

について助言を行います。子育て中の保護者の不安軽減を図り、安心して子育てができる環境づくりを推進するとともに、地域における小児救急医療体制を補完することを目的としています。

- **相談日時は？**
毎日18時から翌朝8時まで
- **相談電話番号は？**
固定電話（プッシュ回線）、携帯電話からは（局番なしの）**#8000**
- 固定電話（ダイヤル回線）、IP電話、その他、**#8000**を利用できない場合には、**088・621・2365**
- **相談体制は？**
看護師が相談に応じ、より専門的な知識を要するものについては、小児科医、救急専門医などが対応します。

【最近の相談件数】
平成25年度
県全体 7927件
三好市 107件

お問い合わせ先
(県医療政策課調べ)
三好市保険医務課
電話 72・7613

連載 地域おこし協力隊活動報告 ③2

一年ありがとうございます！

渡邊みどり



三好市に移住しちょうど1年が経ちます。全く地縁の無い土地ゆえ、この地域には何があるのかなんかを知るのと、この1年とはかく何でもお手伝いすることに専念しました。草刈や収穫の手伝い、古民家改修での土木作業、姉妹都市訪問のためアメリカへ出張と、パソコンの前で1日を過ごしていた会社員時代とは目まぐるしく生活が変化しました。

協力隊2年目の最近の活動は、西山の元気なじいやんたちと一緒に、親子で米作りを体験するプロジェクトを進めています。先月8日には田植えを無事終え、



今後は収穫まで月1回のイベントを開催予定です。私自身も米作り初体験なので、みんなで稲刈をする日が今から楽しみです。もう一つ新たな取り組みとして、地域の野菜を活用したドリンクやスイーツのお店「ペリカン」を始めました。当面は銀座よろず市などイベント限定の出店ですが、辻の朝市や市外の催しにも出向き、三好市の宣伝に貢献出来ればと思っています。出店情報については、フェイスブック (<https://www.facebook.com/pelican344>) で公開中です。興味のある方は、ぜひご覧ください。

食中毒の夏予防の徹底を！

高温多湿となる夏は、細菌性食中毒が多発する時期です。しっかりと予防し、夏を乗り切りましょう。

予防のポイント

- **まずは手洗いが基本です。**
食べる人も作る人も欠かさずに、爪の間や手首まで丁寧に洗いましょう。特ににぎりなどの素手での調理の前には入念に。
 - **食器や調理器具、ふきんなどは、まめに洗浄と交換をしましょう。**
肉を切った包丁やまな板は、消毒してから使うことを忘れずに。
 - **買って帰った生鮮食品はすぐに冷蔵庫に保存しましょう。**
冷蔵中も菌の増殖を完全に抑えることはできません。消費期限（賞味期限）にかかわらず、早めに調理し食べましょう。
 - **十分な加熱調理をしましょう。**
多くの原因菌は高熱で死滅させることができます。しかし、調理後も油断は禁物です。食べるまで少し時間が空く場合は、冷蔵庫での保存が安全です。
 - **食中毒の原因食品として多いのは食肉や卵、魚類です。特に食肉の生食は控えましょう。**
魚は煮魚や焼き魚が無難です。刺身や寿司を購入する場合は速やかな冷蔵保存と、その日のうちに食べることを忘れずに。
- 夏は特に食品の取り扱いに注意しましょう。腹痛や下痢など気になる症状があれば、ご自身で判断せず速やかに、かかりつけ医に相談してください。
- お問い合わせ先**
・三好市役所健康づくり課
(電話 72・6767)

