

特に記載がない場合  
参加無料、申込不要、受付時間は各施設の執務時間内(市役所は土日祝を除く8時30分～17時15分)。  
※市役所所在地は各ページ欄外に記載しています。

## お知らせ

### 動物愛護管理センターがオープン

- ▼開所式 10月12日(土)
- ▼業務開始日 10月15日(火)
- ▼住所 松江東3・2・63
- ▼電話 488・2032
- ▼主な業務 狂犬病予防法に基づく犬の登録・予防注射、犬猫の保護・新たな飼い主への譲渡、動物愛護教室の実施等による動物愛護思想の普及啓発、地域猫対策の推進、ペットシヨップ・ペットホテル等の動物取扱業の登録等 ※保健所で実施していた動物に関する業務はすべて動物愛護管理センターに移管します。
- ▼問合せ 生活保健課 ☎488・5114

### 年金生活者支援給付金制度

- 公的年金等の収入や所得額が一定額以下で各種要件を満たしている方に年金に上乗せして支給される制度が10月1日から始まります。 ※受け取りには請求書の提出が必要。
- ▼対象 ①高齢基礎年金を受給している方 ②障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方 ※それぞれ要件があります。
  - ▼請求手続き 平成31年4月1日以前から年金受給中の方 対象者には日本年金機構から請求手続きの案内が9月上旬から順次届きます。必要事項を記入して返送してください。
  - ▼問合せ 給付専用ダイヤル ☎0570・054092 (ナビダイヤル)、和歌山東年金事務所 ☎474・1841

### 地域密着型サービス事業者の指定申請(事前協議手続)

- 地域密着型サービス事業者の指定申請前に、事前協議を実施しています。
- ▼事前協議書の提出期間 11月1日(金)～8日(金)
  - ▼問合せ 指導監査課 ☎435・1319 ※対象サービス・条件など詳細は市HP (ID:1003090)

## 広報番組のお知らせ

- TV テレビ和歌山5ch わがまち和歌山  
第1・3木曜18時50分～(5分)  
【再】第2・4木曜18時50分～(5分)
- RADIO 和歌山放送  
AM1431kHz / FM94.2MHz  
ゲンキ和歌山市 (5分)  
月曜～金曜 7時25分～

## 税金・保険料の納期限

### 10月31日 困

- 市県民税(普通徴収分)(第3期)  
納税課 ☎435-1038
- 国民健康保険料(第5期)  
国保年金課 ☎435-1214
- 介護保険料(第5期)  
介護保険課 ☎435-1334
- 後期高齢者医療保険料(第4期)  
保険総務課 ☎435-1062

## 固定資産税の家屋調査

令和2年度課税対象家屋の調査に職員が訪問しますので、ご協力をお願いします。住宅改修工事(耐震・バリアフリー・省エネ)により、固定資産税の減額対象となる場合があります。また、家屋を取り壊したときは、必ずご連絡ください。  
資産税課 ☎435-1210

## 10～11月はマイナンバーカード取得促進取組月間です

【出張窓口申請所開設日】  
無料で写真撮影を行い、申請書の作成をサポートします。通知カードをご持参いただかなくても申請ができます。

開設日	場所
10月13日(日)	フォルテワジマ
10月18日(金)	近鉄百貨店和歌山店
10月25日(金)	スーパーエバグリーン宮前店
10月29日(火)	松源西庄店

※いずれも10時～16時  
※天候により中止する場合があります  
市民課 ☎435-1027

## 衛生研究所の各種検査(有料)

- 食品中の細菌検査や理化学検査、井戸水等の水質検査、検便検査を実施しています。
- ▼受付 毎週月曜・火曜・水曜の8時30分～12時(祝日を除く)
  - ▼問合せ 衛生研究所 ☎453・0055

## 企業立地促進奨励金対象企業の指定

- 令和元年8月に菱和株式会社を和歌山市企業立地促進奨励金の交付対象企業に指定しました。令和元年度の指定企業は4社となります。今後も産業振興の重要施策として、企業誘致や市内企業の拡充の支援に取り組みます。
- ▼問合せ 産業政策課 ☎435・1040

## 大規模津波防災総合訓練

- ▼日時 11月2日(土) 9時～12時
- ▼場所 和歌山下津港(西浜)
- ▼内容 南海トラフ巨大地震を想定した実践型の防災訓練を国土交通省や和歌山県、和歌山市のほか、多くの災害時支援機関とともに実施します。会場には見学用のテントや駐車場を用意しています。
- ▼問合せ 総合防災課 ☎435・1199

## 東日本大震災・熊本地震による避難児童の小学校入学手続

- 被災地から住民異動手続をせず本市に避難している家庭で、令和2年度に市立小学校へ入学希望の方はお申し出ください。
- ▼対象 平成25年(2013年)4月2日～平成26年(2014年)4月1日生まれ
  - ▼問合せ 学校教育課 ☎435・1139

## 赤い羽根共同募金運動

- 10月1日(火)～令和2年3月31日(火)は、赤い羽根共同募金の運動期間です。共同募金は地域福祉の推進のために行われます。
- ▼問合せ 市共同募金委員会(和歌山市社会福祉協議会内) ☎431・5246

## 都市計画案の縦覧・意見提出

- 都市再生整備計画(砂山・今福地区)の事後評価に関する意見募集
- ▼閲覧場所 市政情報課資料コーナー(市役所1階)・都市再生課(市役所9階)・市HP (ID:1025280)
  - ▼意見を出せる方 市内に在住・通勤・通学の方、市内に事務所・事業所を有する個人・法人・その他団体など
  - ▼応募 10月21日(月)～11月20日(水)消印有効までに郵送・FAX・メール・窓口で
  - ▼応募・問合せ 都市再生課 ☎435・1048、FAX 435・1117、E:toshsaisei@city.wakayama.jp

## 「アポ電」に注意!

市役所、消防局、防災センター、放送局等を名乗り、家の台風被害情報や「一人暮らしですか?」と言って同居人の有無などの家族構成、資産状況、取り引き銀行等を聞き出そうとする不審な電話(アポ電)がかかって来たという相談が寄せられています。アポ電から特殊詐欺や強盗に発展する事件も発生しています。このような不審な電話がかかって来た場合には、会話は続けず、すぐに電話を切ってください。困ったり、不安に思った場合は消費生活センターにお電話ください。▼問合せ 消費生活センター ☎435・1188

## 募集

### 動物園1日こども飼育員

- ▼日時 11月3日(日) 9時～12時 ※雨天中止・小雨決行
- ▼場所 和歌山城公園動物園
- ▼内容 清掃給餌等の作業・動物とのふれあいなど ※長靴・帽子・タオル・ゴム手袋・マスク・水筒・動きやすく汚れてもよい服装・着替え・筆記用具・合羽を持参。
- ▼対象 小学4～6年
- ▼定員 15人(抽選)
- ▼申込 10月15日(火)必着までに往復はがきで ※【往信側】「こども飼育員参加希望・住所・氏名・性別・学校・学年・当日連絡可能な携帯電話番号【返信側】住所・氏名を記入。1通1人まで。2枚以上の申込不可。
- ▼申込・問合せ 和歌山城整備企画課 ☎435・1044

### 幼児児童生徒川端龍子賞

- ▼対象 優れた絵画等を制作した幼児・児童・生徒
- ▼応募期間 12月2日(月)～20日(金)
- ▼問合せ 学校教育課 ☎435・1139 ※詳細は学校教育課HP (<http://www3.wakayama-wky.ed.jp/w-gakkyo/>)

## はたちのつどい花束贈呈者

- ▼日時 令和2年1月5日(日) 13時
- ▼場所 和歌山県民文化会館
- ▼対象 10歳児(平成21年4月2日～平成22年4月2日生まれの方)
- ▼定員 男女各1人(抽選)
- ▼応募 10月31日(木)必着までに往復はがきで ※【往信側】住所・氏名・性別・生年月日・小学校名・保護者名・電話番号【返信側】住所・氏名を記入
- ▼応募・問合せ 〒640・8227 西汀丁29 生涯学習課「はたちのつどい花束贈呈」係 ☎435・1193

## 社会福祉協議会職員

- ▼試験日 【教養試験】10月27日(日)【面接試験】11月10日(日)
- ▼職種 ①社会福祉士有資格者
- ②簿記検定1級有資格者
- ▼募集人数 ①2人 ②1人
- ▼採用予定日 12月①1人・令和2年4月②各1人
- ▼用紙交付 10月1日(火)～17日(木)
- ▼受付期間 10月9日(水)～17日(木) 9時～17時(土・日・祝除く)
- ▼用紙交付・受付場所 和歌山市公社等連絡協議会事務局(商工会議所1階) ☎435・1152
- ▼問合せ 和歌山市社会福祉協議会 ☎431・5249

## 宝くじの助成金で実施

宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業により松江地区連合自治会が神輿・絆天を、三田地区連合自治会が和太鼓・他備品を購入しました。地区内の諸行事に利用します。

- ▼問合せ 自治振興課 ☎435・1011



施設見学会参加者(個人)

▼実施日 11月20日(水)
▼コース 和歌山市議場〜わかやま歴史館と和歌山城公園(昼食)〜加納浄水場〜湊御殿
▼対象 満20歳以上の市民
▼定員 47人(抽選)
▼申込 10月23日(水)必着まで
にはがき・FAX・メール・直接窓口で ※代表者、参加者全員の氏名・年齢・住所・電話番号を記入。1通2人まで。昼食は各自で用意。
▼申込・問合せ先 広報広聴課(市役所5階) ☎435・1009、FAX431・2931、koho@city.wakayama.lg.jp ※詳細は市HP(ID:1018274)

催し

第21回 和歌の浦万葉新能
▼日時 10月13日(日) 16時20分〜 ※16時開場
▼場所 片男波公園野外ステージ ※雨天時は健康館アリーナ
▼演目 能「鶴」、狂言「鎌腹」
▼費用 一般300円、学生100円 ※当日券は500円増
▼問合せ先 NPO法人和歌の浦万葉新能の会 ☎090・1967・3084

和歌山市人権講座

▼日時 10月16日(水) 14時〜15時30分
▼場所 市民会館小ホール
▼内容 佐藤一男氏(防災士)による講演「被災するということ」〜ある日突然すべてを奪われた経験より〜 ※手話通訳・要約筆記あり
▼定員 先着60人
▼問合せ先 人権同和施策課 ☎435・1058

第28回暴力追放県民・市民大会

▼日時 11月7日(木) 13時〜15時30分
▼場所 市民会館小ホール
▼内容 竹垣悟氏による講演「極道ぶっちゃけ話」〜役者からヤクザになった男の話〜 ※手話通訳あり
▼問合せ先 地域安全課 ☎435・1005、(公財)暴力追放県民センター ☎422・8930

女性活躍推進に関する講演会

女性が輝くまち〜みんなが活きる和歌山市〜
▼日時 11月17日(日) 13時30分〜16時
▼場所 あいあいセンター1
▼内容 活躍している女性や女性が活躍する企業の経営者による講演・トーク&トーク
▼定員 先着100人
▼申込 10月10日(木)電話・窓口で ※一時保育の申込は11月8日(金)まで
▼申込・問合せ先 男女共生推進課(小人町29) あいあいセンター15階 ☎436・8704

授産品販売

▼日時 10月7日(月)〜11日(金) 10時〜15時
▼場所 市民ホール階段下(市役所1階)
▼販売品目 布製品・織物・木工製品・雑貨・農作物・弁当・パン・お菓子など
▼問合せ先 障害者支援課 ☎435・1060、FAX431・2840

第27回和歌浦漁港朝市

▼日時 11月3日(日) 10時〜14時
▼場所 和歌浦漁港内
▼内容 鮮魚販売・わかしらす直売・まぐろの解体即売・露店・もちまき等
▼問合せ先 ベイサイド和歌浦 ☎446・3308

和歌山城市民茶会

▼日時 10月19日(土)・20日(日) 各日10時〜15時 ※荒天中止の場合あり
▼場所 岡公園茶室(夜雨荘・芦鶴庵・岡陽軒) ※夜雨荘は見学のみ
▼費用 前売券(二席) 700円、当日券(一席) 400円 ※和歌山城天守閣・わかやま歴史館2階歴史展示室入場券付。前売券は、和歌山市観光土産品センター・玉林園本店・表千家同門会和歌山県支部事務所・裏千家淡交会和歌山支部で販売中。
▼問合せ先 和歌山城市民茶会実行委員会(観光課内) ☎435・1234

精神保健福祉家族教室

▼日時 10月27日(日) 10時〜16時30分
▼場所 保健所3階大ホール
▼内容 第1部 住まいの優しい街にするために〜さわやかなコミュニケーション技法を学びましょう〜【第2部】家族のお困りごと解消法〜ロールプレイを通して〜【講師】高森信子氏(SST普及協会リーダー)
▼対象 ことこの病をお持ちの方の家族・支援者
▼定員 80人
▼申込 電話:はがき・FAX:メールで ※第1部・第2部のみの参加も可
▼申込・問合せ先 〒640・8137 吹上5・2・15 保健対策課 ☎488・5117、FAX431・9980、hokenraisaku@city.wakayama.lg.jp

第12回わかやましエンパワー塾21

「女性のための就労支援セミナー」Excite(初級)
▼開催日 10月20日〜11月3日の日曜 各日10時〜15時
▼場所 あいあいセンター4階
▼対象 就労を希望する市内在住の女性でパソコンの基本操作ができ全日程参加可能な方
▼定員 10人(抽選)
▼費用 1000円(教材費)
▼申込 10月1日(火)〜10日(木)電話・窓口で
▼申込・問合せ先 男女共生推進課(あいあいセンター15階) ☎436・8704(月曜休み)

四季の郷公園ネイチャーセンター

① ススキの穂でかわいいうクロウを作る
▼日時 11月2日(土) 9時30分〜11時30分 ※雨天実施
▼対象 小学生以上 ※小学3年生以下は保護者同伴
▼定員 先着40人
▼申込 10月17日(木)9時〜電話で ※持帰り用ビニール袋・作業用手袋を持参
② 竹ボットを作って、球根を植えよう
▼日時 11月17日(日) 9時30分〜11時30分
▼対象 3〜5歳児とその保護者 ※雨天実施
▼定員 先着40人
▼費用 1個200円
▼申込 10月31日(木)9時〜電話で ※持帰り用ビニール袋・作業用手袋を持参

生生涯スポーツ交流大会

●パークゴルフ
▼日時 11月3日(日) ※予備日11月4日(月)
▼場所 紀美野町パークゴルフ場
▼申込 10月20日(日)までに電話・FAX・窓口で
▼申込・問合せ先 競技団体事務局、スポーツ振興課(市役所10階) ☎435・1364、FAX435・1358

家庭教育支援サポーター養成講座

▼日時 10月31日(木)・11月7日(木) 各日9時30分〜15時
▼場所 南コミュニティセンター
▼内容 家庭教育支援に関する講義や実践等の入門講座 ※2月に後期講座あり
▼対象 ボランティアで和歌山市家庭教育支援サポーターとして活動する意思のある方
▼定員 30人(抽選) ※一時保育あり(1歳〜就学前児)
▼申込 10月15日(火)までに電話・FAX・窓口で
▼申込・問合せ先 生涯学習課(市役所11階) ☎435・1138、FAX435・1176 ※詳細は市HP(ID:1016029)

おやじで料理まなび隊

和歌山産!新鮮な地魚クッキング
▼日時 10月26日(土) 11時〜14時
▼場所 北コミュニティセンター
▼対象 小学3〜6年生と保護者
▼定員 10組20人(抽選)
▼費用 1000円
▼申込 10月10日(木)消印有効までにはがきで ※参加者全員の氏名・性別・生年月日・学年・住所・電話番号・一時保育(1歳〜就学前児)の有無を記入。1組1枚まで。
▼申込・問合せ先 生涯学習課 ☎435・1138 ※詳細は市HP(ID:1017549)

河内ミニセンタークラブ作品展

▼日時 ①11月2日(土)・3日(日) 9時〜17時 ②4日(月) 9時〜16時
▼内容 サークル活動で制作した作品を展示します。サークル無料体験会として「てまり」「ハワイアンリボンレイ」「ラックピング」「ソラフラワー」づくり、茶道サークルによるお茶のおもてなしや水墨画のパフォーマンスも行います。
▼場所 問合せ先 河内コミュニティセンター ☎477・6522 ※詳細はHP(https://w.bunkaports.com/)
▼原爆写真展
▼日時 10月21日(月)〜29日(火)
▼場所 市民ギャラリー(市役所1階)
▼問合せ先 市民生活課 ☎435・1045

講座

認知症サポーター養成講座
▼日時 10月25日(金) 14時〜15時30分
▼場所 和歌山ビッグ愛
▼内容 認知症の基礎知識
▼定員 60人(抽選)
▼申込 10月23日(水)までに電話・FAXで
▼申込・問合せ先 地域包括支援課 ☎435・1197、FAX435・1343

家族介護教室

高齢者を介護する家族の方々に知っていただきたい介護知識などを習得していただく教室を開催します。
① 介護する人される人の心の橋渡し〜私は病気の〇さんではありません
▼日時 10月20日(日) 10時〜12時
▼場所 特別養護老人ホーム紀三井寺苑本館1階(紀三井寺560・2)
▼定員 先着50人
▼申込 10月10日(木)〜18日(金)までに電話で
▼申込・問合せ先 紀三井寺苑 ☎448・2255
② 在宅での看取りについて
▼日時 10月29日(火) 13時30分〜15時30分
▼場所 特別養護老人ホーム大日山荘3階地域交流ホーム(平尾634)
▼申込 10月1日(火)〜24日(木)までに電話で
▼申込・問合せ先 居宅介護支援事業所パイオレット ☎478・1801

果敢な介護予防

▼日時 11月11日(月) 13時〜15時
▼場所 喜の国地域交流センター(北野129・3)
▼申込 10月1日(火)〜11月1日(金)までに電話で
▼申込・問合せ先 喜成会 ☎462・3033
③ 対象 高齢者を介護している家族・支援している地域の援助者

文化・体育施設の講座

※詳細は、各施設へお問い合わせください。

Table with 7 columns: 講座名, 期間, 時間, 定員, 参加費, 申込, 場所・申込・問合せ先. Rows include: ビューティー&ヘルシー魅惑のベリーダンスエクササイズ, 基礎からの書道, 11月世界料理紀行北欧料理, かわいいカップケーキづくり, 果物ナイフ1本でする簡単フルーツカッティング, のびのび親子すれっち(1〜3歳), 週末リフレッシュヨガ, メンズヨガ, はじめてのキーボード, 繋ジェクト 第70弾 子どもゆめ基金助成活動 和太鼓ワークショップ 心躍らせ心の輝き!! 2019

### 赤ちゃんの交流会やふれあい遊び さんさん広場

●日時／11月12日(日)10時～11時30分 ●場所／北コミュニティセンター ●対象／1歳未満児と保護者 ●定員／先着25組 ●申込／10月10日(金)から電話で ●申込・問合先／北保健センター

### ほっと広場

●日時／11月15日(金)10時～11時30分 ●対象／1歳未満児と保護者 ●定員／25組(抽選) ●申込／11月8日(金)までに電話で ●場所・申込・問合先／中保健センター

### 赤ちゃん広場

●日時／①11月18日(日)②27日(日)各日13時30分～15時30分 ●対象／生後2～5か月児と保護者 ●定員／各15組(抽選) ●申込／①11月11日(日)②20日(日)までに電話で ●場所・申込・問合先／①南保健センター②西保健センター

### マタニティサークル

●日時／①11月11日(日)・18日(日)②11月13日(日)・27日(日)各日13時30分～15時30分 ●場所・問合先／①南保健センター②西保健センター

### 親磨きのススメ 第1回

●日時／11月17日(日)10時10分～11時10分 ●場所／中央コミュニティセンター ●内容／辻由起子氏(和歌山市家庭教育支援アドバイザー・大阪府子ども家庭サポーター)による講習「大人が変われば、子どもも変わる!子育てのイライラが、笑顔に変わる!」～子どもとの向き合い方を一緒に考えよう～ ●定員／18人(抽選) ●申込／11月7日(日)までに電話で ●申込・問合先／子育て支援課 ☎435-1329 ※子育てひろば「パパとあそぼう」と同時開催

### 乳幼児健診 ●受付時間／13時～14時30分

	中保健	西保健	南保健	北保健
4か月児 元年7月生まれ	11/12(日) 11/26(日)	11/14(月) 11/28(月)	11/5(火) 11/19(火)	11/8(金) 11/27(金)
10か月児 31年1月生まれ	11/15(金) 11/22(金)	11/12(日) 11/26(日)	11/6(水) 11/20(水)	11/13(土) 11/21(土)
1歳6か月児※1 30年3月生まれ	11/7(水) 11/27(水)	11/5(火) 11/19(火)	11/8(金)	11/1(金)
3歳児※2 28年5月生まれ	11/14(水)	11/6(水) 11/20(水)	11/28(水)	11/7(土)
2歳6か月児歯科 29年5月生まれ	11/13(火)	11/1(金)	11/22(金)	11/12(日)

※母子手帳持参。治療中の方は主治医にご相談ください。  
※1・2 和歌山市では1歳8か月になる月に1歳6か月児健診、3歳6か月になる月に3歳児健診を実施しています。

**子育て**

中保健センター ☎488-5122  
南保健センター ☎499-5566  
西保健センター ☎455-4181  
北保健センター ☎464-5051

### 母親のためのロールモデルカフェ

「男性の育児・家事参画、女性のキャリア形成ワークショップ」  
●日時／①10月24日(日)②11月2日(日)③11月12日(日)④③9時30分～11時30分⑤13時30分～15時30分 ●場所／①中央コミュニティセンター②北コミュニティセンター③河北コミュニティセンター ●定員／各15人(抽選) ●内容／①「よくばらないワーク・ライフ・バランス～がんばり過ぎない仕事と子育て～」②「ママのためのライフデザイン～半歩先のキャリアをつくる～」③「キャリア実現のためのパートナーシップセミナー」 ●申込／①10月10日(日)②10月18日(日)③10月30日(日)までに電話・FAXで ※託児あり(各5名) ●申込先／子育て支援課 ☎435-1329 FAX435-1341 ●問合先／NPO法人ファザーリング・ジャパン関西(担当:岡) ☎FAX06-6949-8846(平日10時～15時)

### ファミサポキャラバン2019

●対象／子供～大人 ※子供だけの参加はできません。●費用／無料 ※実費が必要なものがあります。●問合先／和歌山市ファミリーサポートセンター ☎424-3770 ※②は事前申し込み必要。詳しくはお問合せください。

日時	場所	内容
11/4(日) 10時～14時	あいあいセンター5階	①ふあみさぼ秋まつり
11/25(日) 9時30分～11時30分 12時30分～14時30分 10時～14時	イオンモール和歌山3階	②ファミサポを体験しよう!
	イオンホール	③あそびば

### 赤ちゃんランド

●日時／①11月5日(日)②7日(日)③13日(日)④14日(日)⑤21日(日)各日10時～11時30分 ●対象／1歳未満児 ●持ち物／赤ちゃんを寝かせる敷物 ※詳細は各地域子育て支援センターまで

場所	地域子育て支援センター
① 河南コミュニティセンター	こうまなかよしランド ☎477-2310
② 東部コミュニティセンター	しょうぶふれあい広場 ☎466-2556
③ 河北コミュニティセンター	さかえ Kids サポート ☎455-3336
④ 中央コミュニティセンター	さつきランド ☎473-2444
	ようすいランド ☎445-6875
⑤ 北コミュニティセンター	いさおKIDS ☎464-4320

**こんにちは赤ちゃん事業**

生後4か月までの乳児がいる家庭を保健師・助産師等が訪問し、育児相談や子育て支援情報を提供。出生届出時の「出生連絡票(こんにちは赤ちゃん事業)」をもとに、電話連絡のうえ訪問します。※市外で出生届を提出した方や出生後転入してきた方、出生連絡票を提出していない方はご連絡ください。

▼問合先 ●地域保健課 ☎488・5120

**しあわせたく3未来ギフト**

市長のメッセージカード入りギフトを贈ります。

▼対象 ●出生により3人以上の子の父・母になった方

▼必要なもの ●住民票の写し(世帯状況の閲覧同意がある方は不要)、新生児の出生確認ができるもの(母子健康手帳など)、印鑑

▼申請期限 ●対象児出生日から6ヶ月以内

▼申請・問合先 ●子育て支援課 ☎435・1329

**離乳食講習会**

▼日時 ●11月15日(金)10時30分～11時45分 ●定員 ●先着20組

▼申込 ●10月10日(木)電話で

▼場所・申込・問合先 ●西保健センター

ウエルシユ菌による食中毒は、カレーや煮物などまとめて作って長時間保存する食品でよく起こります。この菌は酸素がないところでよく増え、増えるのに都合の悪い環境では「芽胞」として生き残ります。芽胞は熱にとっても強く高温でも生き残ります。

★予防のポイント

- ・大量の食品を前日に調理したり、長時間室温に放置したりするのはやめましょう。
- ・食品を温めたまま保存するときは、65℃以上を保ちましょう。
- ・食品を冷やして保存するとき、すばやく冷まして冷蔵庫に入れましょう。
- ・作りおきの料理は十分に加熱してから食べましょう。

▼問合先 ●生活保健課 ☎488・5111

医薬品副作用被害救済制度

お薬は正しく使っていても、副作用が起きる可能性があります。入院治療が必要なほどの健康被害が起きたとき、医療費や年金などの給付を行う公的制度があります。

▼問合先 ●救済制度相談窓口 ☎0120・149・931、総務企画課 ☎488・5108

キレイな身体づくり♡  
骨盤底筋群って??

▼日時 ●①10月30日(水)9時30分～12時②31日(木)9時45分～12時③11月1日(金)9時45分～12時30分

▼内容 ●①くピラティス編く血圧・骨密度・血流測定・ピラティス②く健康な歯とお口でアンチエイジング編く歯科衛生士の講話・お口の若返り体操など③くおやつ編く管理栄養士の講話・調理実習

▼対象 ●20～64歳の方 ※全日程参加できる方優先

▼定員 ●25人(抽選)

▼申込 ●10月23日(水)までに電話で

▼場所 ●申込・問合先 ●西保健センター ☎455・4181

胃がん・大腸がん 集団検診

実施検診	自己負担額	定員(抽選)
胃がん(バリウム検査) ※50歳以上の偶数年齢対象	50～69歳 70歳以上 1,000円 500円	25人
大腸がん(便潜血検査) ※40歳以上対象	40～69歳 70歳以上 500円 250円	—

●実施日時 ●①10月28日(日)②29日(日)③11月1日(日)5日(日)各日9時00分～10時30分 ●場所 ●①西保健センター②野崎連絡所・野崎地区会館③松源西庄店④河北コミュニティセンター ●申込 ●①②10月15日(日)③18日(日)④21日(日)までに電話・はがきで ●申込・問合先 ●〒640-8137 吹上5-2-15 地域保健課 ☎488-5121 ※住所・氏名・生年月日・電話番号・希望日・希望検診名を記入。胃がんは前年度未受診の奇数年齢も可。セット受診や単独での受診も可。検診部位に症状がある人はその部位の検診を受けることができません。

乳がん・大腸がん 集団検診

実施検診	自己負担額	定員(抽選)
乳がん(マンモグラフィ) ※40歳以上の偶数年齢対象	40～69歳 70歳以上 1,500円 700円	20人
大腸がん(便潜血検査) ※40歳以上対象	40～69歳 70歳以上 500円 250円	—

●実施日時 ●11月18日(日)13時30分～15時30分 ●場所 ●ビッグ愛 ●申込 ●11月1日(日)までに電話・はがきで ●申込・問合先 ●〒640-8137 吹上5-2-15 地域保健課 ☎488-5121 ※住所・氏名・生年月日・電話番号・希望日・希望検診名を記入。乳がんは前年度未受診の奇数年齢も可。セット受診や単独での受診も可(授乳中の方は除く)。検診部位に症状がある人はその部位の検診を受けることができません。

マचぐるみの糖尿病予防  
フォーラム

▼日時 ●①11月3日(日)13時～16時30分②11月17日(日)9時30分～11時30分(予定)

▼場所 ●①保健所②紀伊風土記の丘

▼内容 ●①血糖測定・個別相談(13時～14時)・講演(14時～16時30分)②健康運動指導士とウォーキング

▼定員 ●①50人(抽選)②50人(抽選)

▼申込 ●①10月23日(水)②11月7日(木)までに電話・はがきで ※住所・氏名・生年月日・電話番号・参加希望内容を記入

▼申込・問合先 ●〒640・8137 吹上5・2・15 地域保健課 ☎488・5121

献血にご協力を

移動採血車による献血を実施しています。血液を必要とする多くの患者さんのために、年間を通じて、継続的な献血にご協力をお願いします

▼日時 ●10月25日(金)・11月25日(月)・12月25日(水)10時～12時、13時～16時30分

▼場所 ●市役所本庁舎玄関前

▼問合先 ●県赤十字血液センター ☎499・7724、総務企画課 ☎488・5108

休日乳がん検診

10月は乳がん月間です。平日は仕事や家事・育児で忙しく検診に行く時間がないという方は、この機会に乳がん検診を受信しませんか?

▼日程 ●10月20日(日) ●実施医療機関 ●中江病院 ☎451・0222、さくら乳癌外科クリニック ☎448・3366 ※要予約

▼定員 ●各30人

▼問合先 ●休日乳がん検診の実施時間・予約については各医療機関へ、乳がん検診については地域保健課 ☎488・5121へ

### コミセン情報

- 東部コミュニティセンター** ☎475-0020  
おはなしだいすき!よっといで  
10月12日(土)10時～ ※11時～子供映画上映会
- 河南コミュニティセンター** ☎477-6522  
①映画会 10月19日(土)10時～ファミリー部門「ヘンデルとグレーテル・おおかみと少年」「モチモチの木」、13時30分～クラシック部門「仁義」(仏映画)  
②たのしい絵本をよむ会 10月19日(土)14時～  
③英語でおはなしタイム 11月9日(土)13時30分～
- 河西コミュニティセンター** ☎480-1171  
おはなしだいすき!よっといで  
10月26日(土)10時30分～
- 河北コミュニティセンター** ☎480-3610  
①紙芝居・絵本おはなしタイム  
10月19日(土)10時30分～11時30分  
②絵本おはなしの会  
10月23日(土)15時30分～16時
- 中央コミュニティセンター** ☎402-2678  
紙芝居とよみかたりの会  
10月26日(土)10時30分～11時30分
- 北コミュニティセンター** ☎464-3031  
紙芝居・絵本よみかたりの会  
10月27日(土)10時30分～11時30分
- 南コミュニティセンター** ☎494-3755  
①むかしばなし・わらべうた  
10月28日(土)10時30分～11時、11月4日(土)13時30分～14時  
②おはなしだいすき!よっといで  
10月19日(土)14時30分～15時

### 市民温水プール

- ☎455-8022  
休 月曜(祝日除く) 10/15(土)、11/5(土)
- 体育の日無料開放**  
10月14日(土)10時～17時
- 開館時間**  
10月～3月まで10時～18時、火曜日は10時～20時

#### ご存知ですか?障害者マーク

身体の内部に障害を持つ人を表し、ハート・プラスマークと呼ばれます。外見からはわかりにくい不便さを抱えていることを理解しましょう。



### こども科学館

- ☎432-0002  
休 月曜(祝日除く)、10/15(土)、11/5(土)
- プラネタリウム**  
▶「本日の星空解説」  
「忍たま乱太郎の宇宙大冒険 with コズミックフロント☆NEXT ブラックホールで危機一髪!?の段」  
●日時/9月28日(土)～1月5日(日) ①11時～②14時～(土日祝は13時～も)  
▶「本日の星空解説」「星の旅-世界編-」  
●日時/9月28日(土)～1月5日(日)15時30分～

#### 和歌山市民発明くふうコンクール

- ▶「作品公開展示」●日時/10月26日(土)・27日(日)9時～17時 ※27日は15時まで ●場所/和歌山市民会館展示室

#### 9歳までに身につけたい科学教室

- ▶空気2「風車作り」●日時/11月16日(土)①9時40分～10時50分②14時10分～15時20分 ●対象/5歳～小学2年生 ※保護者同伴 ●定員/各子供20人 ●申込/11月1日(土)～9日(土)に電話で

#### ミニサイエンス

- ▶「ふうせんロケットを作ろう」●日時/毎週日曜15時～17時20分 ●対象・定員/子供先着24人 ※保護者同伴

### 市立博物館

- ☎423-0003  
休 月曜(祝日除く)、15(土)、21(土)、23(土)、28(土)、11/5(土)

#### 徳川家入国400年記念

##### 特別展「徳川頼宣と紀伊徳川家の名宝」

- 期間/10月19日(土)～11月24日(日)まで

##### - 関連行事 -

##### 担当学芸員による講演会「徳川頼宣と伏見・駿河・紀伊」

- 日時/10月27日(土)14時～15時30分  
●講師/前田正明氏(和歌山県立博物館主任学芸員)

##### 担当学芸員による講演会「徳川頼宣と領内の寺社」

- 日時/11月2日(土)14時～15時30分  
●講師/佐藤顕(和歌山市立博物館学芸員)

##### 特別講演会「徳川御三家の成立と将軍家」

- 日時/11月9日(土)14時～15時30分  
●講師/白根孝胤氏(中京大学教授)

##### 展示解説

- 日時/10月19日(土)・11月3日(日)各日14時～15時

##### コーナー展示

##### 「描かれた紀州の海岸」「写真にみる戦後の和歌海苔」

- 日時/10月8日(土)～令和2年1月5日(日)

和歌山県立博物館と共同開催

**広告** 市財政収入の一部に寄与することを目的とし、一般の広告を掲載しています。 広告主・広告内容は、市が推奨するものではありません。

市財政収入の一部に寄与することを目的とし、一般の広告を掲載しています。

電波適正利用推進員による電波に関する無料相談。▼日時 10月28日(月)13時～16時 ▼場所 市役所1階 ▼問合せ 市情報課 ☎435・1212

#### テレビ・ラジオ等の電波相談

▼問合せ 生活支援課 ☎435・1205

#### 生活困窮者の自立相談

生活や仕事に不安や悩みを抱えている方はご相談ください。

▼問合せ 生活支援課 ☎435・1205

#### 『土地月間』無料相談会

不動産の価格・賃料・有効利用等についての相談に応じます。※要予約 ▼日時 10月17日(木)10時～16時 ▼場所 予約・問合せ 和歌山県不動産鑑定士協会(七番丁17和歌山朝日ビル5階) ☎402・2435

資格を持った相談員が悪質商法や契約トラブルなどの消費生活に関する相談に応じます。※予約不要。契約書・見積書等あれば持参。▼日時 10月10日(木)13時30分～15時30分 ▼場所 河西コミュニティセンター ▼問合せ 消費生活センター ☎435・1188

#### 消費生活相談出張窓口

#### 相談

地域包括支援センター	相談日
西脇 / ☎456-1212	10/4(金)
松江 / ☎488-8782	10/25(金)
川永 / ☎464-2468	10/7(月)
東山東 / ☎466-3344	10/23(土)
名草 / ☎444-3142	10/7(月)
宮前 / ☎474-5535	10/17(土)
高松 / ☎435-0312	10/17(土)
城北 / ☎488-5518	10/8(土)

#### 認知症に関する相談

「認知症」について医師による相談が受けられます(要予約・無料)。相談日以外でも、お近くの地域包括支援センターにお気軽にご相談ください。

日時	場所	日時	場所
11/15 午後 ※	山口会館(地区集会所)	10/15 午前 10時～11時30分 午後 14時～15時30分 ※	雑賀支所
11/19 午前 10時～11時30分 午後 14時～15時30分 ※	野崎連絡所	10/18 午後 ※	田野支所
11/26 午前 10時～11時30分 午後 14時～15時30分 ※	高松連絡所	10/29 午前 10時～11時30分 午後 14時～15時30分 ※	山口会館(地区集会所)
12/3 午前 10時～11時30分 午後 14時～15時30分 ※	今福連絡所	11/5 午前 10時～11時30分 午後 14時～15時30分 ※	東山東支所
	大新連絡所	11/12 午前 10時～11時30分 午後 14時～15時30分 ※	西山東支所
	新南連絡所		雄湊連絡所
			四箇郷連絡所
			本町連絡所
			中之島連絡所

#### 人権相談

日常生活での人権に関する悩みについて、一人で悩まずに、お気軽にご相談ください。

### 市民会館

- ☎432-1212  
休 月曜(祝日除く)、10/15(土)、11/5(土)

#### ティールーム Classic café

- 日時/10月10日(土)14時～ ●場所/ホワイエ(ロビー)

#### 邦楽オリエンタル café

- 日時/10月23日(土)14時～ ●場所/ホワイエ(ロビー)

#### 折り紙教室作品展～おりがみでつくろうおみせやさん～

- 日時/11月2日(土)・3日(日)各日10時～15時 ●場所/展示室 ※体験コーナーもあります。

### 市民図書館西分館

- ☎455-3210  
休 月曜(祝日除く)、10/15(土)、11/5(土)

#### おはなし会・読み聞かせ

- ▶あかちゃんおはなし会 ●日時/10月10日(土)・19日(土)・24日(土)・11月1日(土)各日11時～
- ▶幼児おはなし会 ●日時/10月26日(土)・11月6日(土)各日11時～
- ▶むかしばなし・わらべうた ●日時/10月9日(土)10時30分～
- ▶小学生おはなし会 ●日時/10月12日(土)11時～
- ▶えいご絵本の読み聞かせ ●日時/11月3日(土)11時15分～

**広告** 市財政収入の一部に寄与することを目的とし、一般の広告を掲載しています。 広告主・広告内容は、市が推奨するものではありません。

市財政収入の一部に寄与することを目的とし、一般の広告を掲載しています。