

えがおになあれ

28

子どもたちが明るく元気に育つのを
見ると、未来に希望を感じます。
毎日を心豊かに過ごし、子どもも大人
も、「えがおになあれ」…そんな願いを
込めて、このコーナーを設けました。
(出雲市要保護児童対策地域協議会)

ひとりや悩まないで 出雲保健所からのメッセージ

そろそろ秋本番、さあ勉強に・運動
にと、すこやかな成長を願う毎日。で
も、子育て中の親にとって、迷いや
悩みは多いもの。「どうしてうちの子
は?」「何で?」等、子どもや家族の
言動に、また、自身の日々の暮らし
の中で、ふとしたことで立ち止まり、
ひとりで悩んだりしてはいませんか?
出雲保健所では、様々な心の悩みを
持つ皆様からのご相談をお受けして
います。「電話相談・来所相談(随時)」、
をはじめ、定期的な「心の健康相談日
(予約制:原則第一・第三水曜日の午
後)」を設け、精神科医師や保健師が
支援を行っています。

また、家庭において、長期的に医療
や療育のサポートが欠かせない病気や
障がい等のあるお子さんの育児につ
いても、保健師による訪問や地域の医療・
療育機関と連携を取りながら、日常
的な支援を行っています。

「大人も子どもも、毎日が忙しくて」
と感じる日々ですが、一喜一憂しなが
らも、家族みんなが元気に、心穏やか
に過ごせると良いですね。

出雲保健所

相談事業のご案内

島根県出雲保健所 〒693-0021 出雲市塩冶町 223-1
お気軽に、お電話ください。(平日 8:30 ~ 17:15)



相談

小児の慢性特定疾患や体のこと

- * 未熟児でお誕生になった赤ちゃん
- * 小児慢性特定疾患や手術のこと
- * 思春期の性や体のこと 等

【担当】健康増進グループへ
☎ 21-8785

相談

心の健康のこと

- * 気分が落ち込む、眠れない
- * 学校や仕事を休みがち、ひきこもり
- * イライラする、飲酒や暴力 等

【担当】こころの健康支援グループへ
☎ 21-1653

ひとりや悩まないで、まずはお電話
ください。相談は匿名でもかまいませ
ん。秘密は守られますので、安心して
ご利用ください。

要保護児童対策地域協議会は、
子どもが健やかに育つよう社会の
さまざまな機関が子育て中の家庭
を見守り、必要に応じて支援し、
児童虐待等のない社会を目指す
ために組織したものです。

出雲の食材をおいしく食べよう!

今月の食材は いちじく です!

ぶどう、なし、プルーン、柿…秋が旬の果物はいろ
ろありますが、中でも出雲の特産品といえば“多伎いち
じく”が有名です。実のたっぷり詰まったいちじくは今
が食べ頃です。

いちじくが中国から日本に渡来したのは370年前で、
当時の人はいちじくが柿に見えたらしく、「南蛮柿」「蓬
菜柿」などと呼んでいたようです。いちじくは1日に1
個ずつ熟すので「一熟」と呼び、これがいちじくになっ
たと言われています。

いちじくは「不老長寿の果実」といわれるほど栄養価
や薬効の高い果物です。いちじくにはたんぱく質を分解
する酵素のフィシンや、でんぷん・脂肪を分解する酵素
も含まれているため、消化を良くし整腸作用や便通作用
の効果があります。また、これらの酵素の効果によって、
飲酒後にいちじくを食べると二日酔いになりにくいよう
です。

いちじくはそのまま食べるのが一般的ですが、最近で
はジャムやワインシロップ漬け、姿煮など加工品として
も販売されています。また、料理としていただく楽しみ
方もあります。今回は「いちじくの天ぷら」を紹介しま
す。一味違った味わいのいちじくをぜひお試しください。

おたずね/健康増進課 ☎ 21-6829



いちじくの天ぷら

【材 料】(4人分)

- ・いちじく……………4個
- ・小麦粉……………大さじ4
- ・牛乳……………大さじ3
- ・卵……………1/3個
- ・揚げ油……………適宜
- ・レモン……………1/3個
- ・だし汁1/2カップ
- ・薄口しょうゆ……………大さじ1

【作り方】

- ①いちじくは皮をむいておく。
- ②小麦粉、牛乳、卵をまぜあわせてうすい衣を作り、いちじくにつけて揚げる。
- ③だし汁と薄口しょうゆで天つゆを作る。
- ④レモンを添え、天つゆでいただく。

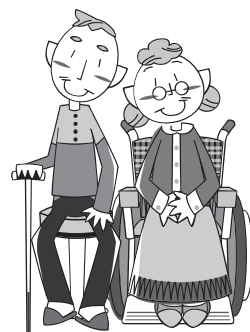
〈レシピ提供：出雲市食生活改善推進協議会多伎支部
「食つくりふるさとの味」より〉

出雲市老老介護生活支援サービス 指定事業者募集

市では、介護する側もされる側も65歳以上という「老老介護世帯」を支援するため、老老介護支援事業を実施し「生活支援サービス利用券（以下「利用券」）」の支給を行っています。

この事業は、対象となる世帯に利用券を支給し、市が指定する生活支援サービス提供事業者が提供するサービス利用料を利用券で支払うことができるものです。

この事業で生活支援サービスの提供を行う「老老介護生活支援サービス指定事業者」を募集します。



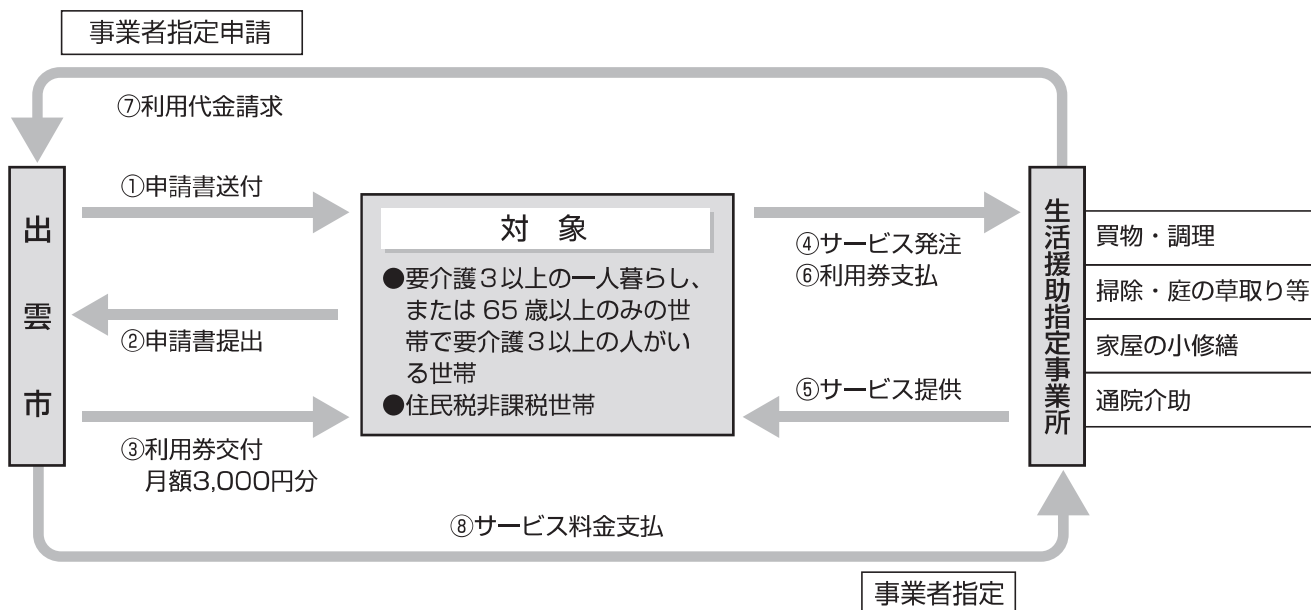
* 募集要項 *

- 指定期間：平成24年11月1日～平成26年10月31日（2年間）
- 応募方法：指定事業者指定申請書類を提出
- 応募資格：市内に事業所がある法人、団体、個人事業者
 - *市が指定するサービス提供が可能であること。
 - 申請するサービスについて1年以上の提供実績があることなどの条件があります。
- 募集期間：10月10日（水）まで
- 応募書類の交付：市役所高齢者福祉課、各支所健康(市民)福祉課、出雲市ホームページからのダウンロード

* サービスの種類 *

サービス種類	内 容
買物・調理	食料品・生活必需品の買物、調理、片付け
掃除・庭の草取り等	居室・玄関・トイレ・浴室の清掃、室内の模様替え、窓ガラス拭き、草取り、家屋周辺の草刈、洗濯、布団ほし、花木の水やり、庭木の剪定、ゴミ出し（収集場所へ）、墓掃除 等
家屋内外の小修繕等	障子・襖はり、屋内外の簡単な修繕、家電修理 等
通院介助	診察等通院時の介助（運賃は対象外）

* 老老介護支援事業の流れ *



おたずね・提出先／高齢者福祉課 ☎21-6967

《市長面会日》

開催日	場 所	申込受付期間
10月15日(月)	市役所本庁 (13時30分～16時)	～10月5日(金)
10月25日(木)	多伎支所 (13時30分～16時)	～10月18日(木)

- ◆対 象／個人またはグループ(5人以内)
 - ◆時 間／1人(グループ)あたり30分以内
 - ◆広報情報課まで電話で申し込みください。
- ※市長面会日は市民の皆さまとの情報交換の場であり、陳情・要望・苦情等の直接交渉の場ではありませんのでご理解ください。

《まちづくり懇談会》

開催時間はいずれも19時～20時30分

開催日	会 場
10月 1日(月)	乙立コミュニティセンター
10月 9日(火)	朝山コミュニティセンター
10月18日(木)	伊野コミュニティセンター
10月25日(木)	北浜コミュニティセンター
11月 1日(木)	遙堀コミュニティセンター

- ◆どなたでも参加できます。当日会場にお越しください。
 - ◆手話通訳・要約筆記の必要な方は、福祉推進課
- ☎21-6959 FAX21-6568までご連絡ください。

申し込み・おたずね／広報情報課 ☎21-8578

就業構造 基本調査

平成24年

就業構造基本調査に ご協力をお願いします

総務省統計局(島根県・出雲市)では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。就業構造基本調査から得られるデータは、国や都道府県が実施する雇用政策及び経済政策などの企画・立案する上で重要な指標として利用されます。

調査の対象は、国内の全世帯のうちから統計的手法により選定した約47万世帯のふだん住んでいる15歳以上の世帯員約100万人です。市では、約1,900世帯の世帯員約6,000人の方を予定しています。

9月以降、統計調査員が調査世帯へ調査票の記入のお願いに伺った際には、調査票記入のご協力をよろしくお願いします。



おたずね／総務課 ☎21-6301

平成24年度 コミュニティ助成事業実施結果

(財)自治総合センターでは、宝くじの普及広報事業受託収入を財源として、地域で行われるコミュニティ活動の助成事業を進めています。



平成24年度の一般コミュニティ助成事業として、採択を受けた3団体のうち次の1団体が事業を完了されました。

一般コミュニティ助成事業

○姉谷区会／音響資材・移動式足場等の整備

おたずね／自治振興課
☎21-6619



湖陵地域姉谷区会で整備した音響資材の一部

平成24年度の地域防災組織育成助成事業として、採択を受けた次の1団体が事業を完了されました。

地域防災組織育成助成事業

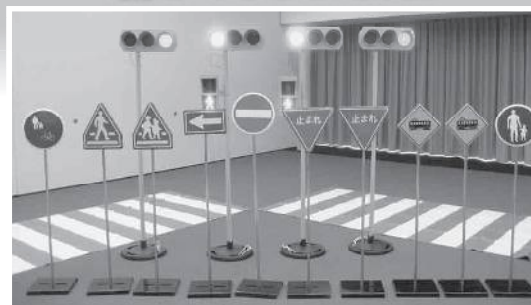
○久多美地区災害対策本部／防災資機材の整備

おたずね／防災安全課 ☎21-6606



平田地域久多美地区で整備した防災資機材の一部

交通安全教室用 ミニ信号機・標識セット(貸出用)が 新しくなりました。



出雲市交通安全対策協議会では、悲惨な子どもの交通事故を防止する活動の一環として、交通安全教室等で活用していただくためのミニ信号機・標識セットの貸し出しを行っています。

このたび島根県交通遺児と母親の会出雲支部(平成23年度末をもって解散)から、解散にあたっての余剰金を交通安全に役立ててほしいとの意向で、ミニ信号機・標識セットのご寄附をいただき、これを新しいものに更新することができました。

ご寄附をいただいた信号機はLED式の最新のものです、たいへん見やすく使いやすいものとなっています。交通安全教室等の際には、ぜひともご活用ください。

おたずね／(出雲市交通安全対策協議会事務局)
交通政策課 ☎21-6819