



**華やかなパフォーマンスを披露**

11月18日、第9回秋田マーチング&バトンショーで。(記事は6頁)



**煎茶道方円流 清風会**

細やかな心遣いが  
煎茶の味を引き出す

一杯一杯心を込めて入れます  
 (10月27日、市民芸術文化祭にて)

このコーナーでは、市内で活動する団体をジャンルを問わず紹介していきます。第7回は「清風会」です。



市内で活動する団体を紹介

設立は昭和39年、大学在学中に小関裕子さん(76歳・中堅町)が煎茶道に出合い興味を持ち始め、その後帰郷したことをきっかけに「清風会」を発足しました。

煎茶道はかつて文人墨客(詩文・書画などに携わる人)たちが集い、詩を読み、茶を語り合う際、お茶を味わいながら楽しんだことが発展したものとされています。お茶を入れる手順(手前)は定められていて、味わい方は形式にとられないこと、自由であることが特徴です。煎茶道の流派は数多く存在し、清風会は「方円流」という流派に属します。

会員は現在9人。毎月3回程度、小関さんの自宅に集まり手前の稽古をします。使用する茶葉は県内外から取り寄せ、特徴を見極めて必要に応じてブレンドするなど、より味わい深いお茶を仕立て上げるため試行錯誤を繰り返しています。各支部との交流のため、方円流が主催する大会に参加することもあります。

より多くの人に興味を持ってほしいという思いから、本荘さくらまつりや市民芸術文化祭などで茶席を開いて煎茶を振る舞ったり、子どもの頃からお茶を飲む習慣を身に付けてもらおうと、東由利のみどり保育園で毎年お煎茶教室を開催するなど、積極的に活動を行っています。

小関さんの妹の六平恵子さん(69歳・獺師町)は清風会発足時から小関さんと協力し、清風会を中心を担ってききました。「煎茶でおもてなしをするときは常にお客さん主体で考える



代表の小関裕子さん(右)



お稽古は終始和やかな雰囲気で行われていました

**地域の良さを知ろう! 「学ぶん・チャレンジ・プログラムツアー」**

地域に関心を持ち、郷土を愛する心を育ててもらおうと、市では本年度、市内の小学3年生640人全員を対象とした社会科見学ツアーを企画しました。

ツアーは6月から12月までにかけて



車両下部の説明に興味津々の児童たち

て小学校ごとに実施され、児童たちは「おぼこ号」の乗車体験や由利高原鉄道車両基地の見学、民俗芸能伝承館「まいーれ」の見学などを通してふるさとを見つめ直しました。

中でも子どもたちが特に盛り上がったのは、「まいーれ」でのお祓い体験。けがれを祓って健康や家内安全を願う意味があることを学んだ児童たちは、実際に獅子頭を操ってカチカチと音を鳴らし、友だちと頭や肩、おなかをかむしぐさを体験し合って興奮した様子を見せていました。新山小3年の佐々木礼愛さんは「意外と重くて歯のところがカチカチするのが大変



獅子に入ったり触れたりして大はしゃぎ

だった。獅子や昔からの伝統のことを前よりよく知ることができました。また来たいです」と笑顔で話しました。

Interactive Side Story

## 地域密着型出会いの場イベントの開催

矢島まちづくり協議会では、自主的に活動できる事業として市の地域づくり推進事業を活用し、地域の少子高齢化に伴う人口減少や農家などの後継者問題などの解決の糸口として、出会いの場のイベントを年3回開催しています。

第1弾は7月22日(日)に「FOOTPATH&蕎麦打ちコン in Yashima」と題し、坂之下集落を会場に地域の名所巡りや座禅体験をしながらお昼には地元特産品でもあるそば打ち体験と一緒に昼食をとるなど、地域の特性を生かした出会いの場づくりを行い24人の参加で大いに盛り上がりました。

第2弾は9月15日(土)に「YASHIMA chicon B B Q & 星空コン」と題し、鳥海高原花立牧場公園を会場にバーベキューで交流しながら歌手の石川コウさんのライブイベント・星空観察に18人が参加。第3弾は2月16日(土)に「ほろ酔い酒蔵コン」と題し、酒蔵見学や利き酒パーティーなどを企画しています。この機会に参加してみませんか。



問い合わせ先 矢島まちづくり協議会事務局 ☎55-4951



未婚率の上昇や晩婚化が進むなかで「結婚したい、でも…」とお悩みの方の背中を押すことができるように、市ではさまざまな支援策を実施しています。

すてきな出会い、結婚を応援しています



あきた結婚支援センターでは本年度、小友地区健康増進センター内に「サテライトセンター」を設置し、月4回程度開設しています。また、市内各地を巡回する「出張センター」も月1回開催しています。

会員登録（入会）やお相手の検索、結婚に関する相談などのほか、サテライトセンターではマッチング（お見合い）も行っており、出会いや結婚への第一歩を応援しています。

○開設予定日  
サテライトセンター  
日時 12月27日(木)・28日(金)、1月6日(日)・7日(月)・24日(木)・25日(金)、2月4日(月)・5日(火)・21日(木)・22日(金)、3月10日(日)・11日(月) 11時～16時

会場 小友地区健康増進センターミーティングルーム

※ご利用に当たっては事前予約が必要です。

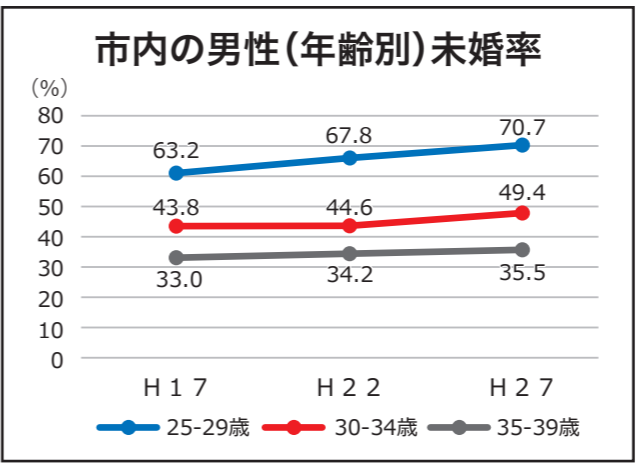
出張センター  
日時 ①1月16日(木)、②2月16日(土)、③3月5日(火) 11時～16時

会場 ①由利福祉保健センターボランティア室、②西目公民館シーガル1階会議室、③岩城会館香子の間

※ご利用の2日前までの予約が必要です。予約がない場合は開設しません。

予約 あきた結婚支援センター  
☎0800-8000-0413

「サテライトセンター」などを開設しています



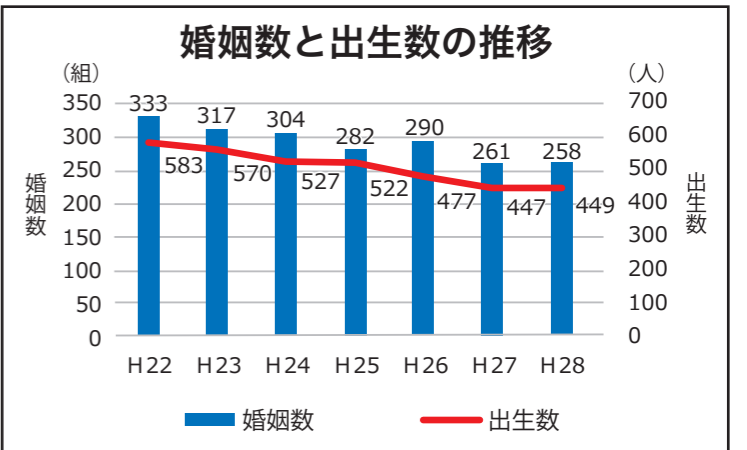
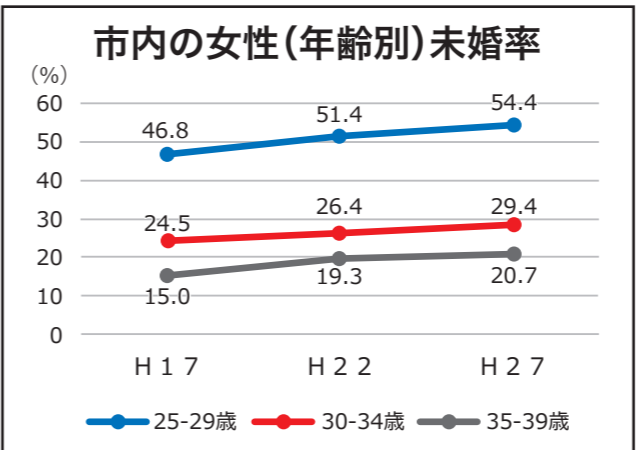
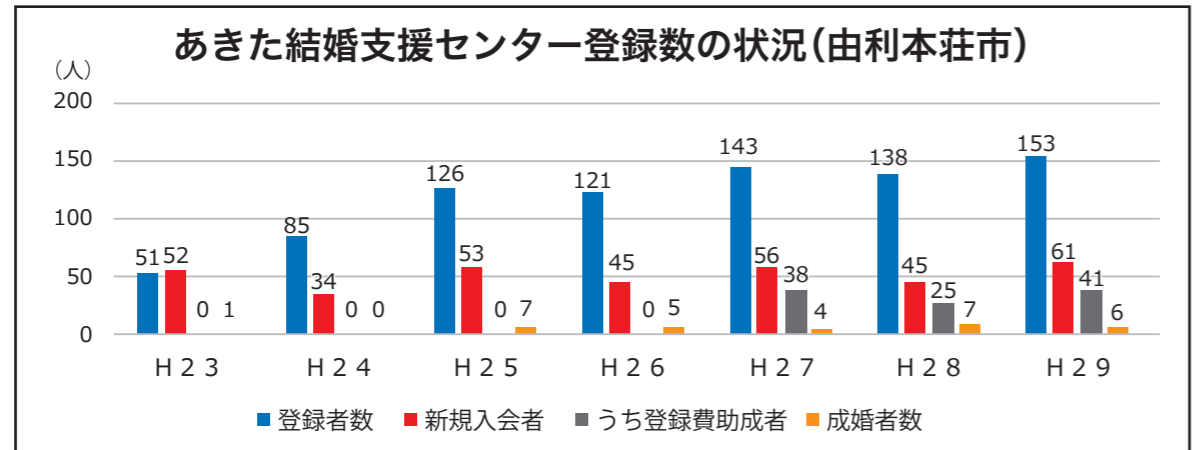
本市の人口減少の要因の一つに未婚率の上昇に伴う出生数と婚姻数の減少があります。平成17年から同27年までの5年ごとの男女別の未婚率の上昇は数字で顕著に表れています。また、下図のように出生数と婚姻数の減少にもつながっています。

その課題克服のため市では、出会いや結婚に関するお世話やアドバイスを行う県の結婚サポーターの募集、結婚支援団体や結婚サポーターの方々の意見交換や情報共有を行う結婚支援者の集いなどを開催しています。

また、あきた結婚支援センターの入会登録料（1万円）の全額助成（初回のみ）を行っています。

未婚率の上昇と出生数・婚姻数の減少

問い合わせ先  
地域振興課  
☎24-6231



# 栄光 おめでとうございます

さらなるご活躍を期待しています。



福井しあわせ元気大会  
水泳競技 25歳自由形 第1位

高野 栄さん (67歳・内越)

10月に開催された第18回全国障害者スポーツ大会「福井しあわせ元気大会」の水泳競技で、25歳自由形で第1位に、25歳背泳ぎで第2位に輝きました。

高野さんは「背泳ぎでは1位になったことがあったけど、自由形では初めてでうれしい。まだタイムに伸びしろがありそうなので、これからもっと頑張りたい」と話しました。



第58回郷土民謡民舞全国大会  
グランプリ大賞・内閣総理大臣賞など

ステータス本荘

11月3日に東京都で行われた第58回郷土民謡民舞全国大会・民舞グランプリの部（内閣総理大臣賞争奪戦）で、グランプリ大賞、内閣総理大臣賞、産経新聞社賞を受賞しました。

優秀指導者賞を受賞した最上谷智和子さん（68歳・にかほ市）は「前は3位で、今回は優勝目指して頑張ってきた。生徒達はとても頼もしかった」と話しました。



第33回秋田県剣道道場対抗錬成大会  
優勝

有武館矢島道場

10月21日に行われた第33回秋田県剣道道場対抗錬成大会・団体戦で、優勝を果たしました。3月31日に茨城県水戸市で開催される全国大会へ出場します。

主将の土田剛士君（矢島小6年）は「今まで教わってきたことを発揮して、全国大会でも頑張りたい」と決意を述べました。



秋田県優良技能者

小林貴子さん (63歳・浜三川)

小林さんは昭和51年から約40年間にわたり友禅染職人として鍛錬を重ね、現在も多くの作品を発表するほか、後継者の育成にも尽力するなど、秋田県の友禅織りの第一人者として活躍されています。

小林さんは「長く続けてこれたのも、ひいきにしてくれるお客さまのおかげだと思います。これからも自分の仕事に後継者の育成に頑張っていきたい」と話しました。



自治会等地縁による団体功労者  
総務大臣表彰

佐々木市雄さん (76歳・鶴沼)

佐々木さんは平成12年から平成30年まで18年間にわたり五軒町町内会長を務め、また平成22年から平成30年までは本荘地域町内会長協議会の会長を務めるなど地域コミュニティの構築に尽力されました。

佐々木さんは「苦労もあったが、楽しんでやってきた。この受賞が町内会活動に携わっている皆さんの励みになればと思います」と話しました。



秋田県花いっぱい運動功労者

小川専一さん (88歳・土谷)

小川さんは昭和53年から約40年間にわたり花壇の整備に取り組み、現在はその姿に賛同した多くのボランティアとともに大きな花壇を整備するなど、多くの人の目を楽ませています。

小川さんは「自分一人ではできないことで、地域の人たちの力の結集に感謝しています。今後も地域がきれいになればありがたい」と話しました。

## 長年の功績に敬意と感謝を込めて 市功労者顕彰式



(前列右から時計回りに土田七郎さん、長谷部市長、鈴木和夫さん代理の伊藤徳昭さん、打矢勝弘さん、佐藤良美さん)

### 4人の功績を顕彰し、功労章贈呈 地方自治の発展、 社会福祉の向上に寄与

さまざまな分野で市の発展に功績のあった方々をたたえる由利本荘市功労者顕彰式が、11月21日に市内のホテルで開かれました。

このたびは、元市議会議員の土田七郎さん（70歳・矢島町元町）と鈴木和夫さん（故人・享年66歳・東由利杉森）が地方自治功労者として、民生委員・児童委員の打矢勝弘さん（74歳・石脇）と佐藤良美さん（72歳・矢島町元町）が民生功労者として顕彰され、顕彰状と功労章が贈呈されました。

式には、選考委員や市議会議員など関係者約80人が出席。長谷部市長は「これまでのご労苦とご功績に対して心から感謝を申し上げ、敬意を表します。今後とも市民と共に歩む市政を力強く推進してまいりますので、本市の発展のためになお一層のご指導、ご協力をお願いいたします」と式辞を述べ、長年の功績をたたえました。

これを受け受章者は1人ずつあいさつに立ち「身に



4人をたたえた市功労者顕彰式

余る光栄で、これまで協力してくださった地域の皆さんや周りの皆さんに感謝を申し上げます。今後とも精進してまいります」などとお礼の言葉を述べました。

市の功労者顕彰は今年で10回目となり、功労者は今回を含め、特別功労2人、合併特別功労15人、民生功労8人、地方自治功労8人、産業功労2人の合わせて35人となりました。

第9回秋田マーチング&バトンショー  
息の合ったパフォーマンスに沸く



秋田マーチング&バトンショーが11月18日にナイスマアリーナで開催され、約2500人の観客が華やかなパフォーマンスを楽しみました。

本市からは、本荘地域の保育園の踊りや鼓隊、小学校吹奏楽部の演奏、由利工高吹奏楽部のマーチングなどが披露され、会場を盛り上げました。このほか、県内各地からマーチングやバトントワリングの団体が出演し、華麗なフットワークや次々に移り変わるダイナミックなフォーメーション



で観客を魅了していました。中でも、マーチングの全国大会で何度も入賞している大曲中吹奏楽部のパフォーマンスは圧巻で、迫力ある演奏と息の合った隊列の動きに惜しみない拍手が送られました。

鳥海山木のおもちゃ美術館  
入館者が5万人を突破

鳥海山木のおもちゃ美術館の入館者が11月20日、5万人に到達しました。



5万人目となった京野さん親子(右)

5万人目の入館者は秋田市から両親と訪れた京野優奈ちゃん(5歳)。もりの

あそびばに入ると「ちようかいタワー」の滑り台が気に入った様子で「楽しい。もう1回」と繰り返し遊んでいました。同美術館は7月にオープン。来年3月までに2万5千人の来場を見込んでいましたが、市外から年間パスポートを利用して複数回訪れる人もおり、予想を大きく上回るペースで入館者数を伸ばしています。

第15回科学フェスティバル  
ものづくりや実験で楽しい1日



第15回科学フェスティバルが12月1日に市総合体育館で開催され、多くの家族

連れでにぎわいました。会場には、市内の中学校科学部や県立大学、理科教育センターなど科学に関わるさまざまな団体が、合わせて42のブースを構えました。訪れた子どもたちは「ミニ熱気球を上げよう」「電子オルゴールを作ろう」など、ものづくりや実験が楽しめるバラエティー豊かなブースを次々と回り、科学の不思議や楽しさに触れていました。



弟と一緒に回った池田優太君(西目小5年)は「どのブースも楽しい。使い捨てないカイロのブースは何度も使えるのがエコでいいなと思った。普段から理科の授業も好きなので、たくさん学んで将来は先生か放射線技師になりたいです」と目を輝かせていました。

Event and Sports

日本体育大学体育研究発表実演会  
力強く、美しい動きに拍手喝采



伝統の応援「エッサッサ」

日本体育大学の生徒が日頃の練習の成果を披露する「体育研究発表実演会」が12月2日、ナイスマアリーナで開催されました。当日はチャリダーの元気あふれる演技に始まり、基本的な動きと変化に富んだ運動構成を織り交ぜた「集団体操」、同大学独自の応援スタイル「エッサッサ」など、244人の学生が13演目を披露。きびきびとした統率のとれた動きに、詰め掛けた約3700人の観客から大きな拍手が送られました。

秋田市から来た鎌田育子さん(70歳)は「夫が卒業生なので以前から興味があり、近場のナイスマアリーナというところで見に来た。若い人たちの動きに刺激をもらったし、全てにおいて素晴らしい」と満足気に話していました。



観衆を魅了した「集団体操」

小学校で北前船授業  
児童たちが北前船について学ぶ



越前瓦の大きさを体感する児童たち

学区内に日本遺産「北前船寄港地」の「石脇湊」と「古雪湊」がある新山小学校と鶴舞小学校で11月14日に北前船授業が行われ、両校の5年生211人が授業を受けました。

この授業は、8月7日に開催された日本財団「海と日本プロジェクト」に伴う「北前船子ども交流拡大プロジェクト」の一環として行われたものです。

児童たちは講師を務めた市職員から「北前船が湊から運んだもの・湊に運ばれたもの」や「現在の私たちに残してくれたもの」などの説明を受け、古雪湊の廻船問屋が奉納した縦2層・横3層ほどの越前瓦の大きさをイラストで体感するなど、子吉川を行き交っていた北前船について熱心に学んでいました。

市長室から  
こんにちわ

市長の長谷部です。11月の私の行動の一部をお知らせします。この情報は、市ホームページでもご覧いただけます。

11月6日(火)  
○風の子保育園の園児が「勤労感謝の日」訪問



元気いっぱい風の保育園の年長さん23人が市役所を訪問されました。「毎日のお仕事お疲れさまです。これからも頑張ってください」と日頃の勤労をねぎらっていたいただき、お花と小物入れなどのプレゼントも頂戴しました。

園児の皆さんも風邪などひかないように気を付けてください。ありがとうございました。

11月16日(金)  
○駐日ハンガリー大使館を訪問いたしました  
(パラリンピック事前合宿プレゼン)



10月に本市を訪問されたハンガリーのパラノビチ駐日大使からのご案内で、同国パラリンピックス組織委員会の皆さまのご紹介と、本市とナイスマアリーナにかかる説明の機会を設けていただきました。委員の皆さまには事前合宿に適した施設として高い評価をいただき、帰国後には各競技団体への報告と検討をさせていただきます。

市政情報

# 1

## 水銀を含むごみの分別収集にご協力ください

本年4月から法律改正により「水銀大気排出規制」が始まり、地球規模で環境中を循環する水銀の総量を削減する取り組み基準が設定されました。本市の本荘清掃センターにおいて、この法律に基づき水銀濃度を測定したところ、排出基準値を上回る数値が数回測定されました。この排出基準値は、今後、継続的に水銀排出を抑制していくための指標であり、直ちに健康被害に結びつく内容ではありません。

◆測定結果・53µg/Nm<sup>3</sup>（※）  
※4回の測定結果から最大・最小を除いた平均値

◆排出基準値・50µg/Nm<sup>3</sup>  
○測定結果・53µg/Nm<sup>3</sup>（※）  
※4回の測定結果から最大・最小を除いた平均値

△原因と対策について  
調査の結果、燃えるごみの中に水銀を含む廃棄物が混入したことが原因と考えられます。水銀を含む廃棄物は、4月から分別収集していましたが、中には燃えるごみと勘違

いするようなものも多いため、市民の皆さんにご協力いただきながら分別収集の強化を図ります。

本荘清掃センターでは、施設利用者への窓口での呼び掛けやごみの投棄時の注視強化に取り組みます。また、ごみの抽出検査を定期的に行い、水銀を含む廃棄物の混入防止を図ります。

▽水銀を含む廃棄物の出し方と分け方  
水銀を含む廃棄物については、各地域の実情に合わせて収集していただきますので、お住まいの地域のルールに従い出してください。分け方は以下のとおりです。

○乾電池・ボタン電池などの電池類  
小さな袋（半透明）に入れて出してください。

○蛍光管  
購入時の箱に入れて出してください。箱がない場合はそのままでも構いません。なお、割れてしまった蛍光管は燃えないごみ袋に入れて出してください。

市政情報

# 2

## 除雪中の事故を防止しましょう

昨年度、本市では除雪作業中の人的被害が14件（死傷者16人・死亡2人、重傷7人、軽傷7人）発生しました。

次の点に留意して、除雪中の事故を防止しましょう。  
○1人で作業せず、2人以上で行う。やむを得ず1人で作業するときは、携帯電話を

持ち、家族や隣近所に声を掛ける。  
○転落を防ぐために命綱や安全帯を必ず着ける。命綱にはザイルや麻ロープなど滑らない材質のものを使い、反対側の家の柱や太めの樹木に結ぶなど、状況に応じて工夫する。

○屋根の雪は20%程度残して足場を確保する。  
○底の厚い長靴は避けて、ヘルメットや滑りにくい手袋を正しく着用し、動きやすい服装で行う。

○はしごを使うときは、足場を固定し、安全な角度で立てかける。はしごを登るときは、なるべく道具を持たない。

○体力や経験を過信せず、準備運動を行い、作業中は十分な休憩を取る。体調が悪いときは作業を休む。  
地上で作業するとき  
○気温が高い日は雪が緩み、落雪やつらら落下の危険性が高まるので特に注意する。  
○流雪溝のふたを開けたままにしておくと、転落事故の危険があるので絶対にやめる。

問い合わせ先  
生活環境課  
☎24-6253  
清掃事業所  
☎22-4885

除雪機を使用するとき  
○雪詰まりの除去は必ずエンジン止め、回転部が完全に停止してから棒などを使って取り除く。  
○周りに人がいないことを確認し、転倒したり挟まれたりしないよう周囲の障害物には十分注意して作業する。

屋根の雪下ろし安全対策用具の貸し出しを行っています

次の総合支所・出張所、消防署・分署に配置しています。借用を希望される方は危機管理課、または消防本部警防課にお問い合わせいただくか、配置している総合支所、消防署などへお越しください。

配置場所 矢島総合支所、鳥海総合支所、東由利総合支所、上川大内出張所、矢島消防署、鳥海分署、東由利分署

用具の内容 ヘルメット、安全帯、カラビナ、ロープ

問い合わせ先  
危機管理課  
☎24-6238  
消防本部警防課  
☎24-4283

市政情報

# 3

## 認知症は早期発見・早期対応が大切です 「認知症初期集中支援チーム」がサポートします

市では、認知症になってもできる限り住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう「認知症初期集中支援チーム」を設置しています。

認知症は、早く気付いて対応することでその後の経過を遅らせたり、介護の負担軽減につながる可能性があります。

「認知症かな？」「認知症だと思っけどどうしたらいい？」と思ったら、まずは地域包括支援センターへご相談ください。

※必要に応じて、認知症初期集中支援チームのサポートを受けることができます。

◇認知症初期集中支援チームとは  
認知症サポート医、医療・

介護の専門職で構成しています。

◇支援内容  
チーム員がご自宅を訪問し、ご本人やご家族の生活の様子や困っていることとお伺いし、必要な支援やサービスにつなげていきます。

◇支援の対象者  
40歳以上の自宅で生活している認知症の方や認知症が疑われる方で、次のいずれかに該当する方

・認知症の診断を受けていない方、または治療を中断している方

・医療サービスや介護サービスを利用していない方  
・認知症の症状が強く、対応に困っている方

問い合わせ先  
地域包括支援センター ☎24-6345  
北部地域包括支援センター ☎74-6888  
中央地域包括支援センター ☎24-6324  
南部地域包括支援センター ☎74-4150

市政情報

# 4

## 平成31年4月1日から 市庁舎敷地内禁煙が始まります

平成30年7月に改正された健康増進法では、東京オリンピックの開催に向け、望ましい受動喫煙が生じないよう、受動喫煙を防止するための対策を推進することとしています。

市では、これまでも市公共施設の建物内禁煙に取り組んできましたが、市民の皆さんや職員の健康増進を一層図ることを目的に、庁舎敷地内禁煙を実施することになりました。

開始日 平成31年4月1日

対象施設 本庁舎、第二庁舎、各総合支所庁舎、消防庁舎  
※庁舎敷地内禁煙は、対象施設への来庁者の皆さんも対象になります。ご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先  
総務課  
☎24-6216  
または  
各総合支所市民サービス課  
消防本部総務課

## <支援の流れ>

①地域包括支援センターに相談  
認知症が気になったら…  
地域包括支援センターへご相談ください。



②初回訪問  
チーム員がご自宅に訪問し、  
認知症の程度の把握や情報提供  
などを行います。



③認知症初期集中支援チーム員会議  
アセスメントに基づき必要な  
医療や介護サービスなど支援の  
方向性を検討します。



④必要な支援の実施  
各関係機関と連携して必要な  
支援を行います。



⑤認知症初期集中支援チーム員会議  
観察や評価を確認し、支援の  
方法・内容や頻度を検討します。



⑥関係機関への引き継ぎ  
介護サービスの導入や専門医  
への受診につなげ、介護支援専  
門員などに引き継ぎます。

## 岩城公民館が 文部科学大臣表彰

本市の岩城公民館が優良公民館として文部科学大臣表彰を受けました。これは、特に優秀な成果を上げている公民館が表彰されるもので、本市での受賞は平成27年度の西目公民館以来、3回目となります。



岩城公民館は長年にわたり、いわき市との中学生交流を実施。地域住民の協力を得ながら、双方の中学生が交流することで、若い世代の郷土愛の醸成と交流促進などに取り組んでいることが評価されました。



# お知らせ

◇掲載基準 … 身近な行政情報を最優先に掲載しています。営利目的のものや宗教・政治活動に関わるもの、寄付を募る内容などは掲載できません。公共性・公平性を確保するためサークルの会員募集など自主活動的要素が強いものも遠慮いただきます。

## 募集

### 市の臨時職員を募集します

ハローワークで発行する紹介状と市専用の履歴書を提出してください。詳細は、ハローワークに備え付けの募集要項でご確認ください。

### 岩城総合支所庁務員

**勤務内容** 支所庁舎の管理、文書配達、バス運行など  
**勤務時間** 週5日勤務(8時半～17時15分)  
**応募資格** 大型自動車運転免許がある方、パソコン操作ができる方(地図情報システムなど)  
**雇用期間** 平成31年2月1日～同年3月31日(更新の場合あり)  
**申し込み・問い合わせ** 12月26日(水)まで、岩城総合支所市民サービス課 ☎73-2011

### 市営住宅 入居者募集

**特定公共賃貸住宅**  
岩城地域 3戸(田町)  
1戸(高城)  
矢島地域 1戸(大川原)  
**コミュニティ住宅**  
岩城地域 1戸(城下)

### 公営住宅

岩城地域 3戸(高城)  
1戸(亀田中央)  
1戸(海浜)  
1戸(鶴岡)  
矢島地域 1戸(羽木田)  
1戸(山寺南)  
西目地域 1戸(湯端)  
東由利地域 3戸(吉野)  
鳥海地域 4戸(下野)  
2戸(鶴ヶ平)  
**公共住宅**  
東由利地域 1戸(吉野)  
鳥海地域 1戸(笹子)  
**申込期限** 12月25日(火)  
**申し込み・問い合わせ** 建築住宅課 ☎24-6334  
または各総合支所建設課

### 親子でサンタさんを巻こう!

親子で飾り巻き寿司を作ってみませんか。クリスマスにぴったりのサンタさんの絵柄に挑戦します。  
**日時** 12月23日(日) 10時～正午  
**会場** 日新館調理室  
**講師** 小野岡弘子さん  
**対象・定員** 市内の小学生とその保護者・8組  
**参加費** 子ども1人につき千円  
**申し込み** 12月20日(木)まで、矢島公民館 ☎56-2203

### 岩城公民館「ヨガ教室」

運動不足になりがちな冬に、無理なく汗を流しましょう。

**日時** 1月23日(水)・30日(水)・2月6日(水) 18時～19時半(1日だけの参加も可)  
**会場** 岩城公民館「高城の間」  
**講師** 山方千晶さん  
**参加料** 無料  
**定員** 先着30人  
※動きやすい服装で参加してください。畳の部屋ではだしで行いますが、ヨガマットをお持ちの方は持参しても構いません。  
**申し込み** 岩城公民館 ☎73-2468

### 第56回由利本荘市男女混合バレーボール大会

**日時** 1月27日(日) 8時半～受け付け、9時～開会式、9時20分競技開始  
**会場** 尾崎小学校体育館  
**参加費** 1チーム千円  
**参加資格** 18歳以上の男女で構成された町内会チームまたは同好会チーム  
**定員** 先着20チーム  
**申し込み** 1月8日(火)まで、スポーツ課 ☎32-1334



### ほほろスポーツ教室

市総合体育館(大内地域)で行う小学生向けの教室です。  
**鉄棒教室**  
**日時** 1月8日～3月26日の毎週火曜日 17時半～18時半  
**跳び箱教室**  
**日時** 1月10日～3月28日の毎週木曜日 17時半～18時半  
**サッカースクール**  
**日時** 1月10日～3月28日の毎週木曜日

**受講料** 月4回分で3200円  
**申し込み** 市総合体育館 ☎62-0500

### 公共職業訓練①

**期間** 2月1日(金)～7月26日(金)  
**時間** 9時20分～15時40分  
**会場** ポリテクセンター秋田(潟上市)  
**訓練科** 金属加工技術科、電気・通信施工技術科、住宅リフォームデザイン科  
**定員** 各科15人  
**受講料** 無料(テキスト代別)  
**募集期間** 12月25日(火)まで  
**応募資格** ハローワークに求職申し込みをしている方  
**問い合わせ** 秋田技術専門学校 ☎018-895-7167

### 公共職業訓練②

**期間** 2月13日(水)～5月14日(火)  
**時間** 9時半～16時10分  
**会場** 由利本荘市職業訓練センター  
**コース** 介護職員初任者研修科  
**定員** 15人  
**受講料** 無料(テキスト代別)  
**募集期間** 1月15日(火)まで  
**応募資格** ハローワークに求職申し込みをしている方  
**問い合わせ** 秋田技術専門学校 ☎018-895-7167

## 12月 市税・国保税納期

～期限内に納めましょう～  
「納付は便利で確実な口座振替で」

**固定資産税(第3期)・国保税(第6期)**  
**納期限: 12月28日(金)**

市が納付を確認できるまでには、金融機関などに納付されてから1週間程度かかります。納税証明などが必要でお急ぎの場合は、領収証書や引き落とし額が記載された通帳をご持参の上、市民窓口センターまたは各総合支所市民サービス課に申請してください。

**問** 税務課(納税証明など) ☎24-6303  
収納課(口座振替など) ☎24-6256  
または各総合支所市民サービス課

### 12月ミニチャレンジデー

多くの方の参加をお待ちしています。



◇開催日…12月26日(水)  
【矢島】ラージボール卓球・10時～11時・矢島体育センター 【由利】インターバル速歩教室・15時～16時・由利B&G体育館 【大内】8人制バレーボール・9時～15時・松本体育館 【東由利】ビーチボール交流会・19時～21時・東由利体育館 【西目】軽スポーツ・13時半～15時・西目B&G体育館 【鳥海】8人制バレーボール教室・19時～20時半・鳥海トレーニングセンター  
**問**…スポーツ課 ☎32-1334

### 大人のための絵本よみかかせ

「ほんとうにたいせつなもの」をテーマに開催します。  
◇日時…1月12日(土) 14時半～16時 ◇会場…カダーレ和室1 ◇講師…チャイルドライフサポーター スズキモトコさん ◇定員…15人 ◇参加費…無料  
**申し込み**…本荘ライフコミュニティ 鈴木さん ☎050-7120-3157

### ハンドベルクリスマスコンサート

ミュージックベルやハンドベルのほか、オカリナなどの演奏もあります。  
◇日時…12月23日(日) 開場13時、開演13時半 ◇会場…善隣館市民ホール ◇曲目…星に願いを、アメージンググレイス、ジングルベルほか ◇入場料…無料  
**問**…代表 鈴木さん ☎090-5185-6493

### 冬季休業中の高校生の生活心得

夜間の外出や無断外泊、自転車使用時の並進・二人乗り・傘差し・無灯火、有害サイトへのアクセス、SNSなどへの誹謗中傷の書き込みなどは禁止しています。生徒の健全育成のため、地域の皆さんにも目配りなどをよろしくお願いします。  
**問**…由利本荘・にかほ地域生徒指導研究推進協議会高校部 ☎43-4791

### 平成30年度「NHK海外たすけあい」キャンペーン

紛争や自然災害、病気で苦しむ人などにあたたかい手を差し伸べるキャンペーンです。寄付金を12月25日(火)まで受け付けています。  
◇受付窓口…郵便局、秋田銀行、北都銀行、農協、NHK秋田放送局ほか  
**問**…福祉支援課 ☎24-6315

## 図書館へ行こう!

**U-20(10代向けの本)**  
犯人はキミだ! 鳥達のバラード デイブス 上・下 居場所がほしい SNSトラブル連鎖 天国と、とつともない暇  
**児童書**  
バイオロギングで新発見 鳥海山こうとく きつちり・しとるさん ねずみさんのはじめのクリスマス 天皇と元号の大研究  
佐藤克文/中野富美子 緋田 雅子 おの りえん いとう みく キャラリン ビーナリ 高森 明勅

私たちはクライマックス委員会  
ロレリック ゴードン 泉 啓子 浅見 直輝 高橋幹子/みうらかれん 最果 タヒ

**一般書**  
由利公正 黄金の代償 たてかみを捨てたライオンたち 井山裕太の碁 強くなる考え方 スマホに負けない子育てのススメ 秋田大コントラ いい老い加減 そろそろはじめる親のこと 宮部みゆき全一冊 「苦しい親子関係」から抜け出す方法 小説 露月と子規 複眼流 悪童 昭和の怪物 セツの謎 ことばでたどる日本の歴史 卑弥呼以前の倭国五〇〇年 フロードキャスト 神は、脳がつくった 藤田嗣治がわかれば絵画がわかる 総務部長はトランスジェンダー 銀河食堂の夜

角鹿 尚計 福田 和代 白岩 玄 井山裕太/内藤由起子 諸富 祥彦 石川 恭三 大澤 尚宏 宮部 みゆき 石原 加受子 工藤 一紘 西木 正明 山田 洋次 保阪 正康 今野 真二 大平 裕 湊 かなえ フラワー トリイ 布施 英利 岡部 鈴 さら まさし

**一般書**  
ユヴァルノア ハラリー/著 河出書房新社/各2052円 不死と幸福を目指す私たちは、これからどこに向かうのか。「サビエンス全史」の著者が示す、人類の衝撃の未来。

**一般書**  
魚住 直子/著 借成社/1512円 □つるさいお母さんにもやもやした気持ちをかかえたある日、湯葉子(はぶこ)はふしぎな女の子と出会い、手帳を拾った。

**一般書**  
めんだべよう! 小西 英子/作 福音館書店/1620円 うどん、スパゲッティ、そば、ラーメン。あなたはどれが一番好き? 読めばきつと食べたくなるおいしいそんな絵本。

**一般書**  
めんだべよう! 魚住 直子/著 借成社/1512円 □つるさいお母さんにもやもやした気持ちをかかえたある日、湯葉子(はぶこ)はふしぎな女の子と出会い、手帳を拾った。

**一般書**  
めんだべよう! 魚住 直子/著 借成社/1512円 □つるさいお母さんにもやもやした気持ちをかかえたある日、湯葉子(はぶこ)はふしぎな女の子と出会い、手帳を拾った。

**一般書**  
めんだべよう! 魚住 直子/著 借成社/1512円 □つるさいお母さんにもやもやした気持ちをかかえたある日、湯葉子(はぶこ)はふしぎな女の子と出会い、手帳を拾った。

**一般書**  
めんだべよう! 魚住 直子/著 借成社/1512円 □つるさいお母さんにもやもやした気持ちをかかえたある日、湯葉子(はぶこ)はふしぎな女の子と出会い、手帳を拾った。

**一般書**  
めんだべよう! 魚住 直子/著 借成社/1512円 □つるさいお母さんにもやもやした気持ちをかかえたある日、湯葉子(はぶこ)はふしぎな女の子と出会い、手帳を拾った。

## 年末年始の業務予定

市役所・総合支所などの公共施設は、原則として  
12月29日(土)から1月3日(木)まで休業します。  
関係各施設の年末年始の業務日程は次のとおりです。

施設	休業期間	特記事項	
市役所市民窓口センター (☎24-6291)	12/29~1/3		
教育文化施設	カダーレ (☎22-2500)	12/29~1/3	ゆりぶらざ・花てまり含む
	ポートプラザアクアパル (☎22-5611)	12/29~1/3	
	市総合体育館 (☎62-0500)	12/28~1/3	
	ナイスアリーナ (☎22-0001)	12/31~1/3	12/29・30は施設見学のみ可(9時~16時)
	鳥海山木のおもちゃ美術館 (☎74-9070)	12/31~1/3	12/29・30は開館
	亀田城佐藤八十八美術館・岩城歴史民俗資料館 (☎74-2500)	臨時休館中	
図書館	本荘郷土資料館 (☎24-3570)	12/28~1/3	
	矢島郷土資料館 (☎56-2204)		
	中央図書館 (☎22-4900)	12/28~1/3	
	岩城図書館 (☎73-3673)		
由利図書館 (☎53-2121)			
出羽伝承館 (☎62-0505)			
診療所	休日応急診療所 (☎24-3917)		12/30・1/1~1/3 開設 受付時間:10時~11時半、13時~15時半
	鳥海診療所 (☎57-2003)	12/29~1/4	
	直根診療所 (☎58-2004)	12/28~1/4	
	笹子診療所 (☎59-2321)	12/29~1/3	
ごみ	ごみの収集		
	本荘清掃センター (☎22-4885)	12/29~1/3	12/31のみ開設
	矢島鳥海サテライトセンター (☎57-2180)		
温浴施設	土谷埋立地	12/30~1/3	1/4から冬期営業(◆粹外参照)
	ばいんすば新山 (☎28-1661)	12/25・26・1/8	
	岩城温泉 港の湯 (☎73-3789)	12/26・1/1	12/31は17時まで受け付け、18時閉館
	かしわ温泉 (☎33-2259)	12/31・1/1	1/2 10時20分~新春イベント
	ゆりえもん (☎53-2651)		
	寿康苑 (☎56-2940)	12/29~1/3	
	伝兵衛湯荘 (☎72-2772)		
	鶴舞温泉 (☎23-7227)		
	黄桜温泉 湯楽里 (☎69-2611)	無休	12/31は18時まで受け付け、19時閉館
	鳥海荘 (☎58-2065)、フォレスト鳥海 (☎58-2888)、ぼぼろっこ (☎62-1126)は休まず営業		12/31・1/1は10時~16時

### ◆本荘一般廃棄物最終処分場(土谷埋立地)冬期間の開場日時を変更します

1・2月は、冬期間の利用減少に伴う経費節減のため、開場日時を変更して運営します。  
変更後の開場日:火・木曜日(第1・3土曜日、第2・4日曜日は変更なく開場)  
変更後の開場時間:9時半~14時半 ※3月からは通常の開場日時に戻ります。

—おめでとうございます—

### 高齢者叙勲 旭日単光章受章 齋藤 重孝さん (88歳・西目町西目)

齋藤さんは昭和50年から平成11年まで西目村・西目町の議会議員を務め、この間、教育民生常任委員会や産業経済常任委員会の委員長を歴任されました。また、農業委員や消防団員としてもリーダーシップを持って活躍し、地域の安全安心や発展に貢献されました。



## その他

### 償却資産(固定資産)の申告をお願いします

償却資産は、資産の所有者から申告を求め、課税を行います。市内に土地、家屋以外の事業用資産を所有している方(事業を行っている個人または法人、リース業や賃貸住宅、駐車場の経営を含む)が対象で、毎年1月1日現在の所有状況を申告することになります。

### 申告対象資産 平成31年1月1日現在で所有する事業用資産

(構築物、機械や装置、工具、器具、備品など)で土地、家屋以外のもの。自動車税、軽自動車税の課税対象となっていない車両も含む。

### 申告の方法 該当する方へ申告書を送付しますので、1月31日(木)までに提出してください。

免税点未満であり税額が発生しない方でも、償却資産を所有していれば申告が必要です。提出先 税務課、各総合支所市民サービス課、各出張所

### 問い合わせ 税務課資産税班 ☎2416305

※本市では「地方税電子申告システム・eLTAx(エルタックス)」を利用した申告も受け付けています。詳しくは市ホームページをご覧ください。

### 交通事故に気を付けましょう

過去3年以内に、次のポイントでの正面衝突事故が特に多発しています。事故のないよう十分にお気を付けてください。

- 東由利宿字翁台地内 (国道107号上)
- 黒沢字寺田地内 (国道108号上)
- 石脇字山ノ神地内 (国道7号上)
- 松ヶ崎字北離山地内 (国道7号上)



※運転の際は脇見をせず、適度な緊張感を持って運転に集中してください。

※時間に余裕を持ち、ゆとりある運転を心掛けてください。

※凍結路面での滑走事故を防ぐため、車間距離の保持と速度を抑えた運転を心掛けてください。

問い合わせ 由利本荘警察署 交通課 ☎2314111

### 就職未内定者への集中支援を行います

秋田新卒応援ハローワーク、県内各ハローワークでは平成31年3月末まで、学生・生徒とその保護者の方を対象にした「未内定者への集中支援」を実施します。各ハローワークに「学卒集中支援コーナー」を設置しますのでご利用ください。

支援内容 求人情報の提供、応募書類の添削指導、面接指導、個別求人開拓など

問い合わせ ハローワーク本荘 ☎2213421

### 林業退職金共済制度(林退共)退職金請求はお済みですか?

林業の仕事に従事したことがあり、林退共制度に加入していた方、もしくは加入していた方も、もしも退職金請求手続きをした覚えのない方は、いらっしゃいませんか。既に退職しているものの、必要な手続きをしていない方が見受けられます。心当たりのある方は気軽にお問い合わせください。

問い合わせ (独法) 勤労者退職金共済機構 林業退職金共済事業本部 ☎031673112889



## 1/26 (土) 由利の明日を日本酒に聞か集い

地元で生産する酒米を原料に造られる「百竈(ひやくかまど)」。今年もフルーティーでさわやかな味に仕上がる見込みです。

日時 1月26日(土) 17時半~ ※17時から受け付け

会場 ゆりの里交流センター「ゆりえもん」

内容 百竈飲み比べコーナー、来場プレゼント抽選会など

◎前売り券は12月12日から販売!

料金 3500円(100枚限定)

取り扱い 由利地域の各酒店、ゆりえもん

問 実行委員会事務局(商工会由利支所内) ☎53-3314

## 1/20 (日) 本荘囲碁大会

日時 1月20日(日) 9時~16時

会場 カダーレ2階 和室・会議室

対象 本市・にかほ市在住の囲碁愛好者



区分 A級の部(4段以上)、B級の部(3段以下)、少年の部(小・中学生)

参加料 千円(昼食代込み。小・中学生は無料)

申し込み 1月11日(金)まで、中央公民館 ☎22-0900

# EVENT Information

イベント、行事の案内



## 12/17(月)~20(木) 自然素材で作る工作教室

貝殻や木の実などのさまざまな自然物を素材に、自由な発想でものづくりを楽しみましょう。申し込み不要。

日時 12月17日(月)~12月20日(木)  
1月26日(土)~1月27日(日)  
2月23日(土)~2月24日(日)  
3月23日(土)  
いずれも9時半~15時半

会場 カダーレ創作テラス

参加費 無料

問 岩城少年自然の家 ☎74-2011



## 南由利原スノーモビルランドで冬を楽しもう!

スノーモビルは、小学生以上でブレーキ・アクセルの操作が可能な方であれば気軽に体験できます。インストラクターが丁寧に指導しますので、家族や友人同士、子ども会行事など、たくさんのご利用をお待ちしています。

営業期間 3月31日(日)まで(年末年始の休業は12月31日~1月2日)  
営業日 水~日曜日(月・火曜日は定休日。祝日の場合は営業)  
営業時間 10時~16時  
内容 スノーモビル体験、歩くスキー、ソリ  
料金 ☆スノーモビル・・・初心者コース(1\*<sub>a</sub>) 3200円  
トライアルコース(2\*<sub>a</sub>) 6400円  
ツーリングコース(10\*<sub>a</sub>) 3150円  
☆歩くスキー・・・1セット半日 5200円  
☆ソリ・・・1台2時間 2200円

※営業期間内でも、積雪などの状況により営業できない場合がありますので、ご来場の際は事前に電話でお問い合わせください。

問 南由利原スノーモビルランド ☎53-2126  
由利総合支所産業課 ☎53-2114

## お誕生おめでとう

〈11月16日～11月30日受け付け分〉

佐々木 彩葉ちゃん(和政さん)一番堰	石川 蒼真ちゃん(和樹さん)東梵天
齋藤 結衣ちゃん(慎太郎さん)石脇	高橋 叶愛ちゃん(悠太さん)業師堂
星 天絆ちゃん(達也さん)浜三川	木下 翔稀ちゃん(慶馬さん)岩瀬下
高橋 謙洋ちゃん(重剛さん)給人町	佐林 鍊ちゃん(勇樹さん)石脇
佐藤 蒼介ちゃん(一起さん)石脇	大場 理雄ちゃん(尚雄さん)鳥海町上笹子

## どうぞやすらかに

〈11月16日～11月30日受け付け分〉

遠藤 忠男さん (旧大内町功労者・羽広)	11月21日永眠されました。昭和64年から11年間にわたり、旧大内町行政推進員を務め市政の発展に尽力されました。平成11年大内町自治功労。80歳。
富樫 禮子さん (畑谷・81歳)	高橋 正一さん (石脇・67歳)
工藤 タミさん (赤田・87歳)	小松 利勝さん (柳生・80歳)
小松 由造さん (館・82歳)	今野 綾子さん (古雪町・74歳)
東海林安雄さん (親川・82歳)	佐々木兼次郎さん (東梵天・88歳)
今野フヂエさん (小防ヶ沢・90歳)	嵯峨 ミエさん (南ノ股・92歳)
須藤 房志さん (石脇・81歳)	岡部 昭三さん (二十六木・80歳)
石井 ツマさん (石脇・85歳)	須田 金次さん (矢島町元町・86歳)

土田 敏子さん (矢島町七日町・90歳)	山田 友吉さん (矢島町荒沢・93歳)	熊谷 勲さん (矢島町川辺・70歳)	高橋ナオエさん (岩城下黒川・93歳)	山崎 信郎さん (岩城亀田亀田町・93歳)	高橋 秀一さん (岩城君ヶ野・87歳)	伊藤 マサさん (山本・98歳)	三浦 益藏さん (大水口・89歳)	巴 秀夫さん (町村・84歳)	東海林マチエさん (岩野目沢・94歳)
菊池 幸一さん (大内三川・88歳)	八嶋 次保さん (岩谷町・80歳)	堀 チヨさん (中館・88歳)	菊地 トシさん (岩野目沢・95歳)	小番 順さん (東由利館合・90歳)	畠山信二郎さん (東由利館合・86歳)	高橋 サキさん (東由利黒淵・90歳)	阿部 留美さん (西目町出戸・58歳)	宝池千代吉さん (西目町出戸・80歳)	高橋 淳さん (鳥海町上笹子・55歳)

「お誕生」「おくやみ」欄に掲載を希望される方は、市民窓口センター（または総合支所市民サービス課、出張所）にお申し出ください。

## ちょっとひといき……

**う** まくいったこと、いかなかつたこと、振り返るといろいろありますが、今年もなんとか終わらせよう。来年も広報紙へのご協力をよろしく願います。☺ (慶)

**じ** ぶんも何か一つでも夢中になることを見つけたら、今年最後の広報でこれからの目標を再確認します。来年もご愛読よろしく願います。(慶)

**そ** ちは温かいのと冷たいのどちが好みですか？ 私は冷たいのが好きで、冬もざるやぶっかけを食べます。年越しそばも冷たいの食べて今年1年を締めくくりたいと思います。(蔵)

**大** きなクリスマスイルミネーション巡りの季節が始まり、今年はおもちゃ美術館でもイルミネーションが楽しめます。(竹内)

**人の動き** 11月末日現在・住民基本台帳 ( )は前月比

人口	77,377人	(-75)
男	36,937人	(-31)
女	40,440人	(-44)
世帯数	30,592世帯	(+1)

**ルールを守る** 事故・違反・飲酒運転のない街に!

	11月の人身事故発生状況	累計	昨年同期
事故件数	16件	110件	86件
死亡者数	0人	2人	2人
負傷者数	17人	132人	112人

(11月30日現在・由利本荘署管内)

## 催し

### ■認知症カフェ (オレンジカフェ)

認知症の方本人またはその家族、地域住民など誰でも参加できます。

#### ①森のほっとカフェ

日時 12月27日(木) 14時～16時  
会場 あきた森の保健室 (中田代字板井沢114-7)  
参加料 無料  
内容 笑顔になっちゃう「ほめゲーム」～褒める力を鍛えましょう～  
問 小野さん ☎080-5741-8620

#### ②認知症予防拠点カフェあまさぎ

日時 1月10日(木) 10時～14時  
会場 かやぶき荘 (岩城富田字根本10-22)  
参加料 無料  
内容 講話「食事の話」とコグニサイズ  
問 渡辺さん ☎62-5001 ※送迎相談可

## 風しん抗体検査・予防接種費用を助成します

風しんの抗体検査・予防接種の費用を県と市で助成します。

### 【風しん抗体検査】 ー秋田県助成事業ー

期間 平成31年3月31日まで  
対象者 ①妊娠を希望する女性  
②①の配偶者および抗体価が低い妊婦の配偶者 (配偶者…事実上婚姻関係と同様の事情にある人を含む)  
助成額 全額  
※事前に医療機関で予約を行い、健康保険証を持参の上、受診してください。

### 【成人風しん予防接種】 ー由利本荘市助成事業ー

対象者 ①市に住所登録のある20～49歳の男女  
②妊娠を希望する女性およびそのパートナー  
③風しん抗体検査(妊婦健診、県助成事業、自費含む)でワクチン接種を推奨された方  
助成額 風しん単独ワクチン 2,500円  
MRワクチン 3,500円  
必要書類 風しん抗体検査結果  
受け付け 健康管理課または各地域の市民サービス課

## ノロウイルスによる感染性胃腸炎にご注意を!

ノロウイルスは、冬季に流行する感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。主に人の手や食品を介して感染し、吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱などの症状が1～2日続きます。感染力が強く、特に子どもや高齢者は重症化することもあるので、注意が必要です。気になる症状があったら、医療機関に相談しましょう。

### ◎予防と対策

- ①丁寧な手洗い(右図参照)**  
調理前、食事前、トイレ後、下痢などの汚物処理やオムツ交換の後に、せっけんと流水で十分に手を洗う。(指輪を外して手首まで)
- ②食品の十分な加熱**  
食品を加熱する際は、中心までしっかりと火が通るように調理する。(中心温度85～90度で90秒以上加熱)
- ③調理器具の消毒**  
包丁、まな板、ふきんなどはよく洗い、熱湯や塩素系漂白剤で消毒する。(生肉、生魚を処理した後は特に注意する)
- ④おう吐物などの処理**  
使い捨てのマスクと手袋をつけ、速やかにペーパータオルなどで静かに拭き取り、塩素消毒剤(※)で消毒後、水拭きする。拭き取ったおう吐物や手袋などは、ビニール袋に密閉して廃棄する。しぶきなどを吸い込まないようにする。終わったら、丁寧に手を洗う。

(※)塩素消毒剤…500ミリリットルのペットボトルに水とそのボトルのキャップ2杯分の塩素系漂白剤を入れ、よく混ぜる。塩素系漂白剤は「使用上の注意」をよく確認してください。

### ◎衛生的な手洗いの仕方

- 1 流水で手を洗う
- 2 洗剤を手に取る
- 3 手のひら、指の腹面を洗う
- 4 手の甲、指の背を洗う
- 5 指の間(側面)、股(付け根)を洗う
- 6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う
- 7 指先を洗う
- 8 手首を洗う(内側・側面・外側)
- 9 洗剤を十分な流水でよく洗い流す
- 10 手を拭き乾燥させる
- 11 アルコールによる消毒

**2度洗いが効果的です!**  
2～9までの手順をくり返し2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

©公益社団法人日本食品衛生協会