

ウォーキングと認知症予防

◎ウォーキングで認知症(もの忘れ)予防

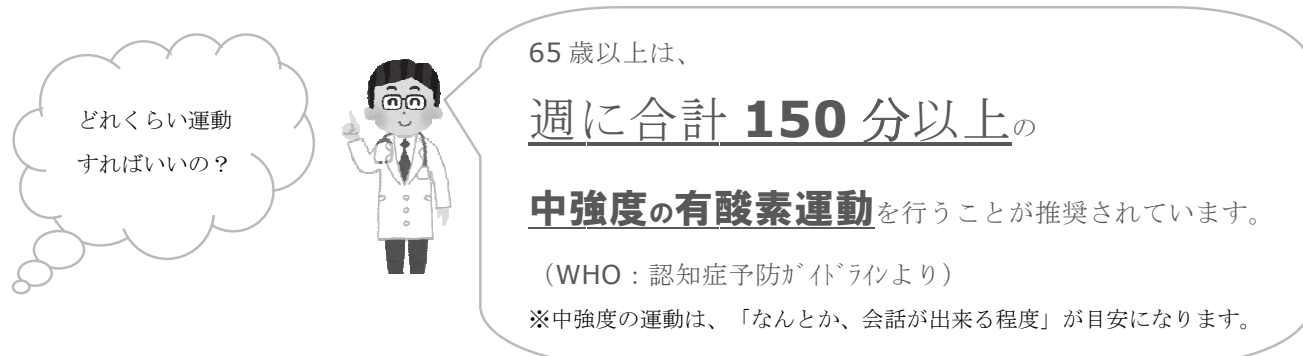
認知症は年々増加し、2025年には65歳以上の高齢者約5人に1人が認知症になると推計されています。

介護が必要になった原因として認知症が全国で**1位**、津和野町でも**2位**となっています。

一方で認知症に関する研究も進んでおり、

- ・15分以上の運動を週に3日以上行った人は、アルツハイマー病のリスクが35～40%低くなった。
- ・運動によって、脳の細胞が活性化され、記憶力が高まった。

という報告が上がっており、WHO（世界保健機関）は、「**運動・身体活動には認知機能低下を予防する効果がある。**」と発表し、ウォーキングなどの有酸素運動が認知症の予防になることがわかってきました。



また、ウォーキングなどの有酸素運動は、血流の改善を促進し、脳卒中や心筋梗塞の予防につながります。さらに、外に出て太陽の光にあたることで、ビタミンDが合成され骨も強くなります。

◎ウォーキングを続けるために

ウォーキングは、気軽に始められる運動のひとつです。

初めはただの散歩でも構いません。外出が習慣となり、出かけることが楽しくなってきたら、徐々に量を増やしてみましょう。下記にウォーキングを継続して行える工夫を一部抜粋してご紹介します。ご自身にあった方法を取り入れてみてはいかがでしょうか？

誰かと一緒に ウォーキングがより楽しく、お互いの存在が励みに！	記録をつける 頑張った証が見えることでやる気アップ
毎日続けなくて良い その日の体調や天候があります。無理して行うことは体調を崩す原因にもなるので注意	特別な日を作る 頑張ったご褒美や特別な日（遠くに出かけるなど）をつくることで楽しみができる。

【出典】厚生労働省 平成30年度版高齢社会白書
青柳 幸利『やっではいけないウォーキング』

町内文化施設からのお知らせ

郷土館

12/18(水)～令和2年4/20(月)

国天然記念物及び名勝指定記念

青野山 - 古くから親しまれた津和野の風景 -

10月16日、青野山が国の名勝及び天然記念物に正式に指定されました。青野山は、江戸時代以前から信仰の対象となり、また多くの絵に描かれるなど、古来より津和野の人々の心のよりどころとして、長く親しまれてきました。



津和野百景図 第82回 青野の虹

本展示では、青野山が指定を受けたことを記念して、津和野のシンボルともいえる青野山に関する歴史や文化を紹介します。

☎72-0300

森鷗外記念館

1/15(水)～3/1(日)

鷗外が手がけた歌詞の世界を楽しむ

企画展 「鷗外と歌」

鷗外は小説や翻訳、評論などの作品を残していますが、作詞をした作品も残っています。



「横浜市立商業高等学校」の校歌

今回の企画展では、鷗外が作詞した「歌」に焦点をあて、その作品を紹介します。小説などとは異なった作品にぜひ触れてみませんか。

☎72-3210

森鷗外記念館

1/19(日)13:30～15:40
森鷗外記念館 会議室

鷗外生誕記念講演会

即位式 - 津和野・鷗外 -

今年度の鷗外生誕記念講演会では、令和の即位式が行われたことにちなみ、「即位式」をテーマに行います。

第一部では津和野藩が制定した明治の即位礼について津和野町文化財保護審議会会長の松島弘氏に、第二部では、鷗外が参列した大正の即位礼について森鷗外記念館館長の山崎一穎氏にご講演いただきます。

聴講は無料です。ぜひお誘い合わせの上、ご参加ください。

☎72-3210



旧畑迫病院展示室

10/22(火)～

実際に貴重な実物が見学できる！

大正～昭和初期のレントゲン公開

かつて畑迫病院では、大正7年に当時まだ珍しかったレントゲンを購入し、最先端の医療を行っていました。その様子を再現するため、このたび山口県周防大島町にあった旧医院跡から、大正～昭和初期頃のレントゲン機器の寄贈を受け、展示を始めました。古い時代のレントゲン機器は現在、国内でもほとんど見ることでできない、大変貴重なものです。この機会にぜひご来館ください。

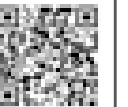
大正時代のレントゲン撮影→
(島津製作所創業記念史料館蔵)



☎72-0338

町立文化施設 町民は 入館料無料で ご入館いただけます

安野光雅美術館	12/13(金)～3/11(水)	企画展	第4期展 安野光雅の絵本をたのしむ - 「古典」から「すうがく」の絵本-IV	☎72-4155
桑原史成写真美術館	10/18(金)～1/15(水) 1/17(金)～4/15(水)	企画展	第3期展 桑原史成の写真の世界 - 激動の時代を記録 -	☎72-3171
森鷗外記念館	10/1(火)～4/5(日)	企画展	コレクション特別展 (後期)	☎72-3210
郷土館	12/18(水)～4/20(月)	企画展	青野山 - 古くから親しまれた津和野の風景 -	☎72-0300
旧堀氏庭園	休館日 月曜日	☎72-0010	町内文化施設の情報をチェックするなら… 津和野文化ポータル http://tsuwano-bunka.net/	
旧畑迫病院展示室	休館日 月曜日	☎72-0338		
津和野今昔館	12～2月休館中	☎72-3288		
星と森の科学館	休館日 火・水曜日	☎74-1646		
日原歴史民俗資料館	12～3月休館中	☎74-0933		



小さな掛金、大きな補償

スポーツ安全保険

対象となる事故

団体・グループ活動中の事故/往復中の事故

保険期間

2019年4月1日午前0時から
2020年3月31日午後12時まで



4名以上の団体・グループで
ご加入ください

加入区分・掛金・補償額

加入区分	補償対象となる団体・グループ活動	加入区分	年間掛金 (1人2520円)	死亡 補償額 (1人2520円)	身体障害 (1人2520円)	入院日額 (1日1000円) (15日間)	通院日額 (1日500円) (15日間)	賠償責任保険 支払限度額 (1人1億円)	自然死特約 支払限度額
子ども (小学生以下)	スポーツ活動	A1	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	1人1億円 5歳未満は1人500万円	180万円
	上記団体活動に加え、個人活動も対象 上記団体活動中は必ずその団体の補償額 下段(上記以外個人活動中の補償額)	A2	1,450円	2,100万円	3,150万円	5,000円	2,000円	1人1億円 5歳未満は1人500万円	180万円
				100万円	150万円	1,000円	500円	1人1億円 5歳未満は1人500万円	対象外
大人 (高校生以上)	スポーツ活動(参加者・観客含む)	C (54歳以上)	1,850円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	1人1億円 5歳未満は1人500万円	180万円
	※55歳未満の参加者は、「2019年4月1日」と「参加者の誕生日」のいずれか早い日をもって1日1,000円を超過する。A2区分で対象となる活動も補償されます。	B (55歳以上)	1,200円	600万円	900万円	1,800円	1,000円	1人1億円 5歳未満は1人500万円	180万円
	※スポーツ活動中の事故は補償の対象となりません。	A2 (45歳以上) ※45歳以上の加入は別途要。	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	1人1億円 5歳未満は1人500万円	180万円
全年齢	任意で加入可能な特約(傷害・疾病・死亡)	D	11,000円	500万円	750万円	1,800円	1,000円		

※補償額には、任意で加入可能な特約(傷害・疾病・死亡)が含まれます。

スポーツ安全協会 鳥根県支部 〒699-0015 津和野町上74-121 2F 4番7号
(12121 鳥根県健康福祉会内)

TEL 0852-21-5388 FAX 0852-26-4733 受付時間 月曜～土曜 9:00～17:00 (日・祝・祭日を除く)



保険の詳細内容、資料の請求は、
ホームページをご覧ください。
※インターネットからも加入受付をおこなっております。

スポーツ安全保険 詳細

〈引受幹事保険会社〉
東京海上日動火災保険株式会社
総店 公報第2部 文庫公報室
TEL 03-3515-4346 (平日9:00～17:00)
〈共同引受保険会社(2019年4月予定)〉
あいおいニッセイ同和 火災 損害 JAF 日本共済
火災火災 東京海上日動 日動火災 三井住友海上 AIG 損害

高齢者等見守りサービス

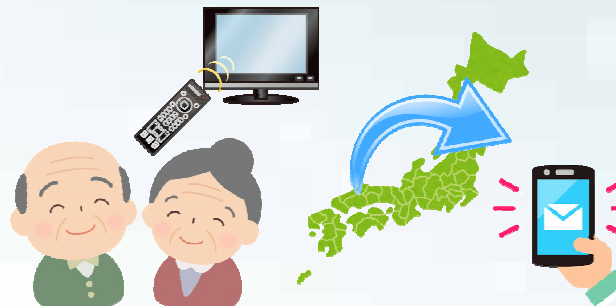
まだまだ元気だけれど、一人暮らしはちょっと不安・・・

離れて暮らす親のことが心配な時がある・・・

そんな、ご心配、ご不安を和らげる

津和野町の高齢者等見守りサービスをご存知ですか？

今日も、テレビ
見てるね！
安心じゃね！！



サービス利用料 500円/月(税込)
インターネット利用料 1,560円/月(税込)
合計 2,060円/月(税込)

「高齢者等見守りサービス」は高齢者世帯にあるテレビの電源ON/OFF情報をインターネットを通じてご親族様へメール通知することにより、日々の生活リズムを伝える事が出来るシステムです。親族世帯はそのリズムに異変が生じた時に高齢者世帯へ連絡することが出来ます。高齢者や親族に殆ど負担をかけずに、ゆるやかな「見守り」が出来るサービスです。

津和野町買い物支援サービス

これで雪が
降っても
安心じゃね！！

必要な時に必要なものだけ！
重たいもの、悪天候の時、体調不良の時の買い物も安心
買い物支援サービスの **イイネ!** なところ

- 電話で簡単に注文
- 店頭価格で販売
- 配達時留守でもOK
- サービス利用料500円/月(税込)
- 1個でも喜んで配達
- 刺身や肉など生ものも配達

お気軽にお電話にてお問い合わせください

問合せ先: 津和野町買い物支援センター
電話・FAX: 0856-74-0773
受付時間: 月～木曜日 9:00～16:00 ※祝日・年末年始(12/30～1/4)を除く
所在地: 〒699-5207 津和野町枕瀬218番地10

〒699-5292 津和野町日原54番地25 つわの暮らし推進課 TEL: 0856-74-0092

「案内」……………Guide

無料法律相談を実施中

益田ひまわり基金法律事務所では、無料の法律相談を行っています。相談には事前予約が必要、受任した場合は別途料金が必要となります。

日 1月8日（水） 10時～17時

場 益田ひまわり基金法律事務所

問 益田ひまわり基金法律事務所

☎0856・31・1565

司法書士無料法律相談のお知らせ

島根県司法書士会の司法書士が、遺産相続や遺言、不動産の売買、名義変更、お金の貸し借り、ローンの返済、悪質商法、会社の登記、裁判調停、成年後見等高齢者の財産管理など、さまざまな法律相談に応じます。

○古賀会場（完全予約制）

日 1月5日（日） 10時～12時

場 六日市基幹集落センター

○益田会場

日 1月16日（木） 13時～17時

場 益田市人権センターあすなろ館

問 司法書士総合相談センター

月・火・木曜日 12時～15時受付

☎0852・60・9211

自治医科大学医学部入学者募集

栃木県にある自治医科大学は、全都道府県が共同で設立した学校法人により運営されている医科大学で、卒業後に出身県に戻り一定期間地域の病院、診療所に勤務すれば、授業料などが全額免除されるという特徴があります。ふるさと島根の医療を守るという気概にあふれた方の申し込みをお待ちしております。

■募集人員 100名（島根県から2～3名）

■第一次試験日

1月27日（月）学力試験

1月28日（火）面接試験

場 サンラポーむらくも

■出願期間 1月6日（月）～22

日（水）17時必着（1月21日

（火）の消印有効）

問 島根県庁医療政策課

医師確保対策室

☎0852・22・6683

県営住宅入居者募集のお知らせ

次の空き室住宅の入居者を募集しています。受付は随時行っています。

・桂川団地（中座）3DK

問 島根県住宅供給公社

益田住宅管理事務所

☎0856・31・1530

税理士会による相続税・贈与税の無料相談会のご案内

改正後数年経過しましたが、平成27年1月1日以後に相続もしくは遺贈または贈与により取得する財産に係る相続税または贈与税が改正されています。

中国税理士会益田支部では、税理士記念日行事として、「相続税・贈与税の無料相談会」を次のとおり開催いたします。お気軽にご相談ください。

日 2月22日（土） 10時～16時

場 益田商工会議所 1階大ホール

問 中国税理士会益田支部

☎0856・23・3236

自衛官募集についてのご案内

○自衛官候補生（男女）募集（陸上・海上・航空自衛隊）

採用と同時に陸・海・空自衛官候補生に任命されます。自衛官候補生として3か月間の訓練を修了した後、2等陸・海・空士に任用されます。任用期間は、陸上自衛官は1年9ヶ月、海上・航空自衛官は2年9ヶ月を1任期として任用されますが、引続き勤務を希望する場合は、選考により2年を任期として継続任用されます。

■応募資格

18歳以上33歳未満の者

■応募期間

1月14日（火）～1月30日（木）

■試験期日

2月1日（土）

■試験会場

陸上自衛隊出雲駐屯地

○予備自衛官（一般・技能）募集

一般の社会人や学生といった自衛官未経験者を予備自衛官補として公募・採用し、教育訓練終了後、予備自衛官として、任用する制度です。

■応募資格

（一般）18歳以上34歳未満の者

（技能）18歳以上で、保有する技能に応じ、53歳から55歳未満の者

■応募期間

1月6日（月）～4月10日（金）

■試験期日

4月18日（土）～22日（水）のうち指定する1日

■試験科目

（共通）口述試験、適性検査、身体検査

（一般）教養試験、作文

（技能）小論文

■試験会場

自衛隊島根地方協力本部までお問い合わせください。

問 自衛隊島根地方協力本部

☎0852・21・0015

新着図書……………Books

▼日原図書館

12月29日（日）～1月4日（土）、

1月31日（金）は休館

▼楽園の真下

萩原 浩……………文藝春秋

▼Iの悲劇

米澤 穂信……………文藝春秋

▼寂聴九十七歳の遺言

瀬戸内寂聴……………朝日新聞出版

▼やまと尼寺精進日記

NHKやまと尼寺精進日記制作

班編……………NHK出版

▼身長が2センチ縮んだら読む本

胸郭ストレッチで腰曲がりを予防・改善！

古賀 昭義……………秀和システム

▼津和野図書館

12月29日（日）～1月4日（土）、

1月31日（金）は休館

▼冬虫夏草

梨木 香歩……………新潮社

▼石見戦国史伝

田中 博……………ハーベスト出版

▼みるみるわかる運転免許認知機能検査 令和版

白澤 卓二……………三オブックス

▼いちばんよくわかるクロスステッチの基礎と図案500

……………日本ヴォーグ社

▽じゃない！

チョーヒカル……………フレーベル館

【音読会】

声に出して読むことは複数の感覚器官を働かせ、健康にも良いと言われています。いろいろな文学作品と一緒に音読してみませんか？無料テキストは図書館で用意いたします。

日 1月14日・28日（火）14時～15時

場 津和野図書館 読書会室

【読書会】

毎月第4水曜日に夜の読書会を開催します。1か月の間に読んだ本を持ち寄って、意見や情報を交換し語り合う会です。お気軽にご参加ください。

日 1月22日（水） 19時～20時30分

場 津和野図書館

医療……………Medical

◆津和野共存病院☎72・0660

【月】循環器内科（午前・1月6

日、20日、27日）

小児科予防接種・乳児検診

（午後・予約制）

【火】外科・産婦人科第1・3火曜

日（【午前】外来診療・妊婦

健診・【午後】子宮がん検診

（予約制）

【水】漢方外来（1月15日）

整形外科（午後）

【木】耳鼻咽喉科毎週（午後）

小児科予防接種・乳児健診

（午後・予約制）

【金】整形外科（午前・午後）

※内科は月・金曜日（午前）、木曜

日の午後は予約診療のみ

※（日本神経学会専門医）初診の場

合要予約

※小児科の予防接種・乳児検診は13

時より開始

【休日の救急患者対応について】

診療時間は8時30分～17時30分

（17時30分から翌8時30分までの

間は診療していません。）

※17時30分までに来院が可能な方のみ

受付とさせていただきます。

※事前にお電話でお問合せをお願い

致します。

◆日原診療所☎74・0121

【月】内科（午前）

【火】内科（午前・午後）

【水】内科（午前・午後）

※午後は予防接種外来

【木】内科（午前）

【金】内科（午前・午後）

※日程は変更する場合があります。

◆つわぶき医院☎72・3500

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	○

午前は9時～12時30分まで

午後は15時～18時まで、日曜・祭日

と木・土曜の午後は休診です。

但し、物理療法は8時30分と14時から

行っています。

【ペインクリニック】

毎週火曜15時～18時、毎週木曜9時

～12時30分

※帯状疱疹後の疼痛や慢性の痛みで

お悩みの方はご相談ください。

※通常の診療も行います。

◆和崎医院☎72・0025

【水】肝臓病専門外来（日本肝臓学

会専門医）・予約制

※当院では苦痛の少ない鼻からの胃

カメラを行っています。ピロリ菌

の除菌もご相談ください。

※土曜日の午後は診療しています。

（14時から17時まで、ただし受付

は16時30分まで）

※インフルエンザ予防接種を受付

ています。

2020

1

サンネットにちはら番組表

111ch

データ放送・番組

112ch

テロップ放送

※●…1Hごとに放送◎…2Hごとに放送○…3Hごとに放送[再]…再放送[特]…特別番組
[字]…耳が不自由な方や声が聞きとりにくい方にもわかりやすいよう文字を表示しています(隔時間)

日	月	火	水	木	金	土
STBで4K放送を見よう			1	2	3	4
STBで4K放送を見よう！  設置費用無料キャンペーン実施中！ 2020年3月31日まで！			6：00 ●津和野町年頭挨拶[特] 6：30 ●吉賀町年頭挨拶[特]	第14回津和野町神楽共演大会[特] 放送時間 8：00～ 16：00～	第14回津和野町神楽共演大会[特] 放送時間 8：00～ 16：00～	6：00 ○激辛!!地方創生委員会[特]
5	6	7	8	9	10	11
6：00 ●第55回島根県交通安全県民大会 記念講演[特]	吉賀町議会12月定例会 【初日午前】 放送時間 10：00～ 15：00～ 20：00～	吉賀町議会12月定例会 【初日午後】 放送時間 10：00～ 15：00～ 20：00～	吉賀町議会12月定例会 【2日目午前】 放送時間 10：00～ 15：00～ 20：00～	6：00 ●いい伊豆みつけた(静岡) 6：30 ●ふるさと歴史発見！(静岡)	6：00 ○NHKエンタープライズ制作「プロフェッショナル仕事の流儀」	6：00 ●ニュースサンネット[字]
会期により放送日が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。						
12	13	14	15	16	17	18
6：00 ●ニュースサンネット[字]	津和野町議会12月定例会 【初日午前】 放送時間 10：00～ 15：00～ 20：00～	津和野町議会12月定例会 【初日午後】 放送時間 10：00～ 15：00～ 20：00～	津和野町議会12月定例会 【2日目午前】 放送時間 10：00～ 15：00～ 20：00～	津和野町議会12月定例会 【2日目午後】 放送時間 10：00～ 15：00～ 20：00～	6：00 ●CATV情報ネットしまね1月号 6：30 ●島根の希少な生きものたち植物編	6：00 ●ニュースサンネット[字]
会期により放送日が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。						
19	20	21	22	23	24	25
6：00 ●ニュースサンネット[字]	8：00～【吉賀町議会12月定例会 一般質問】再放送			6：00 ●お地蔵ものがたり 6：30 ●えきぐる！～木次線楽しみ方ガイド～	6：00 ○NHKエンタープライズ制作「プロフェッショナル仕事の流儀」[再]	6：00 ●ニュースサンネット[字]
	12：00 ○軽度認知症からの克服体験～失敗しても大丈夫！わたしは認知症と言える町に～[再]	12：00 ●海士X(アマックス)【第10回】 12：30 ●グラントワチャンネル1月号	12：00 ●あいラブせんりゅう 12：30 ●千賀の浦お散歩隊			
26	27	28	29	30	31	2/1
6：00 ●ニュースサンネット[字]	8：00～【津和野町議会12月定例会 一般質問】再放送				6：00 ●CATV情報ネットしまね1月号[再] 6：30 ●島根の希少な生きものたち植物編[再]	6：00 ●ニュースサンネット[字]
	12：00 ○古代出雲文化シンポジウム 出雲と大和～ヤマト王権成立前夜～[特]	12：00 ●島大病院ちょっと気になる健康講座1月号 12：30 ●出雲のほそ道1月号	12：00 ●教えて！よこやさん 第22回 12：30 ●安来人物伝	12：00 ●県立中央病院 えにし～扉の向こうに～12月号 12：30 ●石正美術館「展覧会のご案内」		

番組のお知らせ	ケーブルセンター受付時間
 【第14回 津和野町神楽共演大会】 11月30日に津和野体育館で行われた「津和野町神楽共演大会」の 模様をお送りします 出 演：長福千原座神楽社中、木ノ口神楽社中、 石見神楽保存会日原社中、石見神楽左鑑社中 放 送 日：1月2日(木) 1月3日(金) 時 間：8：00～、16：00～(両日とも)	サンネットにちはら Tel 74-2099/Fax 74-2667 平日 8:30～17:15 (土・日・祝はお休みです) 緊急連絡先 セコムコントロールセンター Tel 0852-28-0016

※編成の都合上番組・内容が変更になる可能性があります あらかじめご了承ください

Grantow
Grand Toit

島根県芸術文化センター
SHIMANE ARTS CENTER
石見美術館
IMIDEI MUSEUM
いわみ芸術劇場
IWAHARA ARTS THEATRE

新年は1/2(木)から開始。お正月やすみはGrantowへ遊びに行こう！
【年末年始の休館日】12/28(金)～1/1(木)

TEL: 0852-21-1880 FAX: 0852-21-1884
E-mail: zaidan@grantow.jp http://www.grantow.jp

Facebook
更新中!

f

Grantowへ ガンダムも



富野
由悠季
の世界
The World of Yoshiyuki Kurokawa
A Retrospective of Legendary Anime Director

「鉄腕アトム」から「機動戦士ガンダム」シリーズ、
「聖戦士ダンバイン」など、国内外に多大な影響
を与えてきたアニメ監督、富野由悠季の65年に
わたる仕事を回顧する展覧会です。

【開館時間】10:00～18:30(最終入場18:00まで)
【休館日】大晦日(ただし2/11は開館)、2/12
【観覧料】一般1,000円、大学生600円、
小中学生300円(全館員のみ有料)

2020年1月11日(土)～3月23日(月)
島根県立石見美術館 島根県芸術文化センター「Grantow」内

毎月1回 Grantowシアター

ゆっくり記憶を失っていく父との、お別れまでの7年間。
笑って泣いて、前に進んでいく家族たちの、新たな感動作！



「長いお別れ」
2020年 1月18日(土)
Grantow小ホール (観覧料300円)
①10:00～ ②14:00～ ③18:30～
●一般 [前売]1,000円 [当日]1,200円
●子ども500円(18歳以下) ③14:00～③18:30
※無料観覧サービスあり(申込要) ③18:30～
【出演】長井優、竹内結子、松原智恵子、山崎賢人ほか
2月1日(土)開演(新記録)

【制作年】2019年 【上映時間】127分
【監督】中野量雄 【原作】中島京子
【出演】長井優、竹内結子、松原智恵子、山崎賢人ほか

しまねカンタート2020
アフターコンサート
Grantow
2020年1月13日(祝) Grantow小ホール
開場13:30/開演14:00
入場料1,000円(高校生以下無料) ※高校生以下は観覧料半額

年の初めに
いい会合を
迎えて
幸せな1年に
しましょう

2020年1月13日(祝) Grantow小ホール
開場13:30/開演14:00
入場料1,000円(高校生以下無料) ※高校生以下は観覧料半額

15th Anniversary
アマチュアミュージックフェスティバル2020
2020.2.16(sun) いわみ芸術劇場小ホール
開場13:30/開演14:00

15周年となる今年も地元石見のバンドが集結！
アツいパフォーマンスをお楽しみください

入場料 一般1,000円 小学生以下500円
(全席指定) ※小学生以下は観覧料半額

出演 明後夜朗読音楽団、MAYBE WE CAN、地蔵郎、
HardCaramel、五重奏、HBS、WELCOMES

http://www.facebook.com/fes.musashita

先着予約、抽選など抽選を要する「Grantow会員」は全席指定優先！
◎お問い合わせ・お申込みは「Grantow」まで

島根県芸術文化センター開館カード 一般：4,000円/大学生：3,000円/中学生：2,000円
島根県美術館ミュージアムカード 一般：3,000円/大学生：1,000円/中学生：900円
いわみ芸術劇場小ホール券 一般：2,000円

墓石墓所専門工事店
株式会社 森本石材
お問い合わせは ☎ 0120-4114-48
http://www.morimofosekizai.com

この町の身近な法律家として法律相談・不動産、会社、相続登記等・各種許認可の手続をサポートいたします。「まずは、お気軽にご相談から」
鹿足郡津和野町日原 171 番地 2
司法書士・行政書士
りょうけ よしのり
領家義典事務所
電話兼 FAX 0856 (74) 1538

10周年アワード
薪ストーブの販売・施工およびメンテナンス
Bluebearの薪ストーブ屋さん
TEL: 090-8247-1983
FAX: 090-8247-1984
〒985-0801 宮城県大崎市大船渡市大船渡町大船渡 1-1-1
営業時間: 月曜～土曜 10:00～18:00 日曜・祭日 10:00～17:00
※お問い合わせは、お気軽に電話してください。

広報つわのは、
広告主を募集しています
基本サイズは縦4.5cm×横8.5cm
広告料は5千円(町外は8千円)となります。
同じページの隣り合う2つの枠は1枠の広告とすることができます。
その場合は1万円(町外は1万6千円)となります。
つわの暮らし推進課 ☎ 74-0092

※同意が得られた方のみ掲載しております。

社会福祉事業として

2万円

・安村 義夫様(須川)

次の方から寄附をいただきました。

ありがとうございます。

寄附のお礼

11月届出分	
安村 實	10・31 (須川元郷)
佐伯 好一	11・1 (金見町上)
野村 文枝	11・4 (鷺原二下)
坂崎 誠	11・11 (滝元下)
豊田 シヅコ	11・11 (直地上)
山下 眞	11・16 (滝元下)
橋本 金吉	11・29 (西三)
88歳	82歳
87歳	97歳
88歳	87歳
86歳	88歳
89歳	89歳

おくやみ申しあげます(敬称略)

□住民基本台帳(令和元年11月末現在)



世帯数: 3,489



人口: 7,270 人
男 3,369 人 女 3,901 人

出生: 0
転入: 16

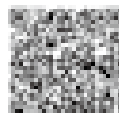
死亡: 12
転出: 18

※住民基本台帳は、平成24年7月から法律改正により従来は含まれなかった外国人住民の方も含まれるようになりました。

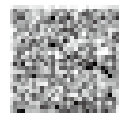
☑ 広報つわの

- 発行 / 津和野町役場 〒699-5292 島根県鹿足郡津和野町日原 54 番地 25
- 編集 / つわの暮らし推進課 TEL: 0856-74-0092 FAX: 0856-74-0002
- 印刷 / 坂田印刷
- URL / <http://www.town.tsuwano.lg.jp/>

モバイル



スマートフォン



facebook

