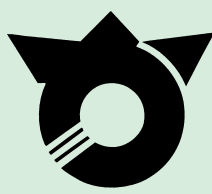


No.168
2011.1

広報

おみいた

■発行と編集／徳島県板野郡上板町役場 上板町広報編集委員会 TEL (088)694-6801 平成23年1月1日発行

平成22年度 上板町文化祭

平成22年11月20日(土)・21日(日)の二日間、上板町文化協会主催による文化祭が開催されました。芸能・展示・バザー等のプログラムが、町民皆様のご協力とご参加により盛況のうちに終了できましたことに、お礼を申し上げます。



主な目次

新年のごあいさつ	2
民生委員・児童委員紹介	3
2010 上板町人権フェスティバル開催される	4
町内幼稚園の歌が決定しました	5
スポーツ結果	6
元気もりもり！朝ごはんコンクールが開催されました！	7
各種お知らせ	8

所得税の確定申告は、自分で書いてお早めに！	10
増え続ける医療費、厳しい国民健康保険の財政状況について ..	12
20歳がスタート！国民年金	13
こんな時は救急車を呼びましょう	14
保健行事予定	15
お誕生おめでとう	16

町長新年のごあいさつ

上板町長 納田 伸 春

新年あけましておめでとうございませう。

皆様には健やかに新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。本年が皆様にとつて素晴らしい希望の年となりますよう、心よりお祈りいたします。

国政においては、昨年七月の参議院議員選挙後から「衆参ねじれ国会」となり、政治の流動化は避けられない状況で、国会審議にも安定性を失い、ただ時間の浪費ばかりが目立つ一年でした。しかし、時代は時を待つことなく、激流のごとく日本を飲み込み、木の葉のごとく流れゆく末路に一抹の不安を感じ、将来の希望さえ見いだせないのが現状です。特に国の財政難は深刻で、財源補てんの借金は約九〇〇兆円となり、国民一人当たり約七〇〇万円と言われています。四人家族で二八〇〇万円という途方もない借金です。これを将来私達の子どもや孫が支払っていくわけですから、そのためにも地方は地方なりに考え、健全な自治運営に向けて努力しなければなりません。行財政改革も今まで以上に取り組み、地方分権社会の中で、持続可能な財政基盤の確立に向け、気も心も引き締めて強力に進めていきたいと思います。

つぎに、本町と最も関係の深い重要な国の動向として、TTP(環太平洋経済連携協定)という聞き慣れない言葉が急に浮上してきました。昨年十一月月上旬横浜において太平洋を取り囲む二十一方国の会議が開催され、日本もTTP参加の意思を表明しました。これにより将来安い農畜産物が自由に輸入され、国内の農業は壊滅的な打撃を受け、自給率が四〇%から一四%に下がるといわれて、生活できなくなるともいわれています。本町の基幹産業である農業に多大な影響を与え、将来農業を主とする地域経済は縮小の一途をたどり、集落社会の機能が失われて自治運営にも支障をきたすでしょう。そうならないためにも、今一度じっくり足を地につけ、情報を収集し、未来に開ける農業を維持するために衆知を集め、行動すべき時ではないかと思えます。本年の重要課題の一つとしてこの事を取り上げ、多くの方々の意見を聞きながら進めていきたいと思います。このような中で、就任以来第一目標としていた、し尿の中継問題も、大阪の業者と契約を破棄してすでに二年数ヶ月がたち、現在は中継もなく、すべて阿波市の環境組合へ直接搬入しています。このことにより、毎年四〇〇〇万円の運搬費が必要なくなり、福祉や教育への費用として活用されています。また、将来発生するといわれる南海・東南海地震などの防災対策を緊急重要課題として、老朽化した消防自動車三台の買い換えをはじめ、大山消防コミュニティセンターの建築整備及び町内十避難箇所への太陽光LED防犯灯の設置も完了しました。緊急時に防災無線を使っても、瞬時に住民に危険を知らせるJ-ALERTシステムは、本年度中には整備を完了する予定であり、町営住宅全戸への火災報知器の設置も現在整備中です。そして、次世代を担う子どもたちの安心

安全な教育環境づくりを進める為、東光・高志小学校の改修工事と神宅小学校・上板中学校の耐震改修工事を行いました。特に、上板中学校体育館は昨年三月新しく生まれ変わり、日々体育の授業やクラブ活動に汗を流す人材の育成に担っています。そのほか、新しい体育館は地震や台風時の緊急避難場所として地域住民に利用していただく為にも十分対応しています。残る松島小学校につきましては、平成二十三年度中に改修工事を完了する予定であり、これにより本町の学校施設の耐震は全て完了します。今後、教育設備も随時整備してまいります。

平成二十三年度の主な施策として、子宮頸がんワクチン予防接種補助や医療費助成拡大の疾病対策など福祉に重点を置きながら、町有財産の長寿命化計画の策定及び耐震化促進事業、また、環境にも優しく地球温暖化対策を見据えたクリーンエネルギーの推進、緑のカーテンによる夏場の防暑対策、ゴミの分別収集の強化推進等に取り組んでいます。

そして、人権問題です。部落差別問題をはじめ、現存する障害者・高齢者・女性等に対する様々な人権問題の解決が大切であります。最近では、インターネットや携帯電話などIT化が進み、個人を攻撃するような情報までもが簡単に素早く広がり、多くの子どもたちの心が傷つけられ、時には命まで失うような事にもなっています。大きな問題になっていきます。本町でも差別落書きがありました。個人を特定したり誹謗するような内容を書き落す行為は器物損壊罪といふれつきとした犯罪であり、絶対に許すことは出来ません。本町でこのような事があつたという事は非常に残念なことです。人権は一人一人の心の問題です。人の心を理解し、相手の気持ちに尊重するまちづくりを進めていきたいと思えます。

戦後六十五年、振り返れば、敗戦、そして廃墟の中から立ち上がり、すべての国民が国家の建設に心血を注ぎ、豊かさを求め一生懸命勤務に励んで新生日本を築いてきました。短期間で高度成長を遂げ、世界でも類を見ない豊かさを手に入れました。しかし、失った物も多く、特に心の豊かさや地域の絆、親子の愛情等数えればきりがありません。そして、消費は最大の美德のごとく、使い捨てが当たり前となりました。今、日本でもこのような状態が良いのかと疑問を持つ人も多く、特に心の豊かさについて議論し、進めていかなければならないと思えます。GNH(グロス・ナショナル・ハッピーネスⅡ国民総幸福)について本年度は考えたいと思えます。具体的には、上板版GKH(グロス・カミイタ・ハッピーネスⅡ上板町民総幸福)を重要課題の一つとして、子どもから高齢者まですべての住民で取り組みたいと思えます。物の豊かさも大切ですが、もっと大切なこと、心の豊かさを取り戻すことにより将来の子ども達も希望を持ち、住んでよかったといえる明るい町づくりを進めていきたいと思います。最後に、今年十分気をつけていたが、健康に一年が過ぎました。また上板町にとつても良い一年となりました。心から御祈念いたしまして新年のごあいさつとさせていただきます。

新年のごあいさつ

上板町議会議員 廣澤 眞 治

新年明けましておめでとうございませう。

輝かしい二〇一一年の新年を迎え、上板町議会を代表して、心よりお慶びを申し上げます。

さて、国内外の情勢、また政治経済の状況は非常に厳しいものがあります。

地方自治においても、地方財政は危機的状況であり、本町においても地方分権や行財政改革への積極的な取り組みをはじめ環境問題など多くの課題をかかえています。

こうした中であつて、行政には少子・高齢化対策、障害者や介護保険などの福祉施策の充実、教育文化の拡充、人権教育の推進、また、防災対策など幅広い対応が求められています。

本町の意思機関であります町議会としては、常に世論の現状を把握し、時代に即応した計画、総合的な行政推進を図り、町民皆様方の多種多様なニーズに応えるべく努力をし、活力ある町づくりを進めることが、我々、議員に課せられた責務であり、関係機関と連携を取り合いながら、最大の効果を上げるのができるよう、これら諸問題解決のため、積極的に取り組んでいく所存であります。

どうか町民皆様方の温かいご支援、ご鞭撻を心からお願ひ申し上げます。併せて皆様方の益々のご健勝とご多幸をお祈りいたしまして、新年のごあいさついたします。

民生委員・児童委員紹介

平成22年12月1日から3年間の任期で、次の29名の方が
民生委員・児童委員として厚生労働大臣から委嘱を受けました。

敬称略	電話番号	担当地区
西木 榮子	694-4483	大東、原東、滝ノ宮、西分団地
笹本 將己	694-6145	原西(1)、原西(2)、原西(3)、フルータウン神宅、殿宮
日下 隆	694-3301	大山町、大山畑、神宮寺(1)、神宮寺(2)、川原団地
田村恵美子	694-4044	小柿、小柿北、西金屋、西原団地
安藝 博文	694-2637	中北、大南(1)、大南(2)、大南(3)、学園橋
木野 一男	694-4430	神宅団地
三宅あけみ	694-2941	小路、西高原、中筋、中筋第2、日吉、地家、君ノ木、古北村
安藝 文哉	694-2948	神明、東光、馬道南、馬道、辻、大北村、東光団地
切原 葉子	694-4062	川西(1)、川西(2)、横関団地、青木団地
切原 義信	694-5248	川東(1)、川東(2)、八坂団地、池田団地
中尾 裕美	694-4724	椎本西・中・東・南・北・野神・野神南・団地・坂東、サンパーク
鳥羽 敏子	694-3547	北高瀬、古町、瀬部、元原
七條 正	694-2262	仁界、中須賀、鍛冶屋原南団地、柚木南東・南西・団地・石橋・東団地、天王、神宅
多田 勲	694-2497	柚木北東、柚木北西
木田 靖子	694-4728	栗ノ木南、栗ノ木北東、栗ノ木北西
七條 郁雄	694-5032	中東(1)、中東(2)、セリエタウン
西條 力	694-4654	中西東、中西西、桃の里

敬称略	電話番号	担当地区
森田美恵子	694-2960	東原西、天神前、青谷
影山 充央	694-2633	東原東、桜ヶ丘、引野サントウン、東原(3)、出口
北池佐代子	694-4437	門田、三条、熊ノ庄
高田富士子	694-3304	山田、山田南、原、北
岸本 守義	694-4801	南瀬部、北瀬部、鳥屋、瀬部サントウン、檜山
稲井 正巳	694-3076	西井内北、西井内南、中井内、東井内
板東 政志	694-5734	古田南、古田北、新田北、新東、新田中、新田中第2、新田西、新田東
濱 純子	694-3936	高磯、高磯東、高磯南西、上六條
多田美佐子	694-4038	下六條西、下六條中、下六條東
佐野 利昭	694-2739	佐藤塚西・西(2)・南・東中・東中新、第十新田、第十団地

民生委員・児童委員のうち次の2名の方が主任児童委員として児童問題を専門に担当しております。

敬称略	電話番号	担当地区
正木 秀美	694-4618	主任児童委員 (全町)
上原 明子	694-3356	主任児童委員 (全町)

何かに悩んでいるときは、
気軽にご相談ください。

宝くじの普及広報事業で
防災指導用備品購入





宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に
役立てられています。

財自治総合センターが
行う、ふるさと消防団活
性化助成事業により、消
防団と自主防災組織、地
域住民が一体となって「防
火・防災」のための効果
的な訓練を行うことを目
的とし、救命ボート・訓
練用消火器・誘導灯・非
常用浄水器・ホワイトボ
ードを購入しました。事
業費総額100万円が同セ
ンターの助成金によるも
のです。

上板町議会だより

◎平成二十二年第3回定例会の
概要

第三回定例会は、九月十四日
から九月十七日までの四日間の
日程で開かれました。

開会日には、納田町長が町政
に取り組み所信と行政改革の推
進、環境問題、農業問題、耐震
問題、教育問題、人権問題、財
政問題など当面する町政の重要
課題について述べました。

一般質問では、行財政改革、
徴収率の向上対策、農業問題、
環境問題、耐震問題、教育問題、
などが論議されました。

(議員十名から一般質問)

町長提出議案十七件の内、十
六件が可決、認定、承認され、
一件が修正可決されました。

議員提案三件が、可決されま
した。

◎議会議員全員協議会

平成二十二年九月七日
第三回定例会提出議案の協議
を行なう。

◎平成二十二年第一回臨時会の
概要

平成二十二年十一月二十六日
町長提出議案四件が可決、承
認されました。



れました。
司会進行
は五名の上
板中学校生
徒会役員に
よって進め
られ、上板
中学校吹奏
楽部による
開会ファン
ファーレで
華やかに幕

『人権尊重』と『平和の町』かみいたをめぐして』をスローガンに、人権週間の恒例行事、上板町人権フェスティバルが、農村環境改善センターで開催されました。町内全幼稚園の園児全小・中学校の児童・生徒による人権作品の展示や学習発表、人権劇・人権意見作文の発表があり、日頃の学校教育での人権学習の成果が見事に披露され、参加者に大きな感動を与えてく

12月5日(日)

要約筆記による通訳を行い、参加者の皆さまからも高く評価をいただきました。

人権問題講演会では、奈良県御所市立秋津文化センター所長北川亮佑さんをお招きし、「身のまわりを考える。ーもうちよつとがんばるか!ー」と題して行われ、北川さん自身の体験談や、ハンセン病患者さんへの北川さんの熱い思いを、話の途中に歌を交えながら語られ、参加者は熱心に聞き入っておられました。



去る十月二十九日「みんなでつくろう安心のまち」をスローガンに、全国各地安全運動の一環として、上板町防犯推進委員協議会（新見正之会長）による、防犯パレードが実施されま



した。

今年は、東光小学校の鼓笛隊と四・五・六年生の参加により東光小学校を出発し、校区内約一・二キロを行進し、地域の安全と防犯意識の向上をPRしました。

また、パレード終了後、同協議会役員により町内防犯パトロールが行われました。



秋季火災予防パレード

秋季全国火災予防運動行事の一環として、去る十一月九日、上板町消防団（中川 直団長）による町内一円での火災予防パレードが実施されました。

町内六分団より団員二十四名と消防ポンプ自動車六台が参加し、午後六時三十分より役場前で出発式を行ったあと、約二時間をかけて町内を巡回し、「火災予防」を呼びかけました。

十月二十三日(土) 美波

町コミュニティホールにおいて、平成二十二年徳島県読書振興大会が開催されかみいたおはなしボランティアに対し、徳島県優良読書グループ表彰が授与されました。町内保育所・幼稚園・小学校・中学校における定期的な読み聞かせ活動が受賞に至った主な理由です。

永年のご努力・ご活動に
対し深く敬意の念を表する
とともに、今後ますます「子
どもの読書を推進する団
体」として活動されること
を期待いたします。



東とくしま小学生俳句大会

去る十一月六日(土)、勝浦町農村環境改善センターで東とくしま小学生俳句大会の表彰式を行い、同十二日(金)まで入賞作品の展示を、勝浦町図書館で行いました。この俳句大会は、上板町等十二市町村で構成する徳島東部市町村懇話会の事業として平成二十年度から始まりました。上板町では、小学校五・六年を対象に俳句を募集し、上板町俳句講座の代表等が上板町長賞一句・上板町教育長賞一句・入選八句の合計十句を選考しました。

入賞されましたのは、次の皆さんです。
おめでとうございました。



■上板町長賞■

ドンドンと花火あがれば顔光る

神宅小学校 五年

岡田 奈々

■上板町教育長賞■

阿波おどり見ても食べても最高だ

松島小学校 五年

籠谷 幸真

■入選■

夏の夜打ち上げられる花火かな

神宅小学校 五年

溝延 侑哉

清らかな風にゆられて鳴るふうりん

神宅小学校 六年

阿部 未沙杜

夏休み最後のかべは感想文

神宅小学校 六年

吉田 愉希菜

せせらぎの音に混じりて蛭とぶ

東光小学校 六年

佐川 慈

静けさを打ち破りさく花火かな

東光小学校 六年

月岡 美紀

ぼんおどりご先祖さまに見てほしい

松島小学校 五年

笹田 直輝

阿波踊り熱気で暑さをふきとばせ

松島小学校 五年

野田 篤志

波の音貝に耳あて夏がくる

高志小学校 六年

鈴木 礼子

町内幼稚園の歌が 決定しました!



町内各幼稚園の歌を募集しておりましたが、多数の応募作品の中から各幼稚園の歌が決まりました。各幼稚園とも、明るく楽しく元気な園児たちによつて歌い継がれていくことと思います。
ご応募いただきまして皆さまありがとうございました。

神宅幼稚園の歌

作詞・作曲 田渕史恵子

- 一、あさやけまぶしい 神宅幼稚園
おはようあいさつ みんなの声で
まちじゅう明るく ほほえむよ
すてきな一日 楽しくなるね
- 二、なかよし友だち 神宅幼稚園
学ぼう歌おう 作ろう知ろう
じょうずにすてきに できるかな
どんだん広がる みんなの遊び
- 三、大きくはばたく 神宅幼稚園
みんなのおもいが 希望が満ちる
どんなことにも くじけずに
前見て進もう 輝く未来

松島幼稚園の歌

作詞・作曲 平野シマコ

- 一、朝のあいさつ 元氣よく
お庭のお花も 笑ってる
みんなのお顔も ニコニコと
仲良く遊んで 楽しいな
元氣な 松島幼稚園
- 二、窓から聞こえる 歌声に
小鳥も楽しく 踊ってる
かけ声 歌声 大空へ
仲良しリズムの 花が咲く
明るい 松島幼稚園
- 三、やさしい先生と お友だち
困った時には 助け合い
みんな仲良く 手をつなぎ
すすすくのびゆく よい子たち
楽しい 松島幼稚園

東光幼稚園の歌

作詞・作曲 瀬川 知絵

- 一、青いお空で お日様が
今日も きらきら 光ってる
みんな なかよく 遊ぼうよ
明るい 東光幼稚園
- 二、お山のみどりが まぶしいね
いつも みんなを 守ってる
友だち たくさん うれしいな
楽しい 東光幼稚園
- 三、お庭のお花も みてごらん
ほらね にこにこ わらってる
声をあわせて 歌おうよ
みんなの 東光幼稚園

高志幼稚園の歌

作詞 鎌田 恭子
作曲 今川多英子

- 一、桜の花のように
みんな やさしく 咲くよ
友だちと一緒に 仲良く
大好き 高志幼稚園
- 二、大空とぶ かわいい
小鳥のように 羽ばたくよ
友だちと一緒に のびのびと
元氣な 高志幼稚園
- 三、きらきら輝く お日さまのように
みんな明るく 光るよ
夢に向かって 大きくなるよ
楽しい 高志幼稚園



第三十回上板町 親睦ゲートボール大会

親睦ゲートボール大会が、昨年九月二十八日(火)にわかばパークドームにおいて、七チームが参加し、開催されました。選手の皆さんは、真剣な眼差しでプレーしながら、健康的な汗を流し、親睦を一層深めていました。

- 成績は次のとおりです。
- ◇優勝 高 志チーム
 - ◇準優勝 椎本Bチーム
 - ◇第三位 混 成チーム

秋季ナイター ソフトボール大会

ソフトボール大会

平成二十二年度秋季ナイターソフトボール大会が、昨年十月十二日(火)から三日間ファミリースポーツ公園で町内五チームが参加し、開催されました。決勝戦は、ヘネシークラブとマックスボーイズの対戦となり、試合を優位に進めたヘネシークラブが見事、優勝の栄冠に輝きました。

- 成績は次のとおりです。
- ◇優勝 ヘネシークラブ
 - ◇準優勝 マックスボーイズ
 - ◇第三位 レストラン際

板野マラソン大会

昨年十一月十四日(日)に平成二十二年度板野マラソン大会(板野郡体育協会主催)が上板町老人福祉センター周辺コースで開催されました。



成績は次のとおりです。

一般男子の部(8km)

- ◇優勝 藤原 康至(上板中学校勤務)
- 記録(二十四分三十五秒)
- 高校生女子の部(3km)
- ◇優勝 新開 智礼(徳島科学技術高校)
- 記録(十一分十七秒)
- 中学生男子の部(3km)
- ◇第二位 稲岡 絵晴(上板中学校)
- 記録(九分四十八秒)



町内ソフトテニス大会

平成二十二年度町内ソフトテニス大会が、昨年十月三十一日(日)ファミリースポーツ公園で開催されました。約五十名が参加し、熱戦が繰り広げられました。

- 成績は次のとおりです。
- 一般の部
- ◇優勝 板 東 卓哉 組
 - ◇準優勝 和 田 芳明 組
 - 豊 久 笑美 組
 - 藤 本 照香 組
 - 高 原 新一 組
 - 徳 方 慎史 組
 - ◇第三位



中学生 男子の部

- ◇優勝 七 條 篤史 組
- ◇準優勝 安 田 諒太 組
- 高 田 基稀 組
- 鴻 池 克紀 組
- 北 村 太一 組

中学生 女子の部

- ◇優勝 切 原 泉水 組
- 玉 井 優理菜 組
- 赤 石 桃子 組
- 飯 田 裕子 組
- 清 水 彩華 組
- 山 品 亜莉沙 組
- ◇第三位



上板町体育協会等主催 行事のご案内

- ▽町内卓球大会 一月下旬予定
 - ▽町内スポーツ少年団駅伝大会 二月上旬 予定
 - ▽町体育協会表彰式 二月下旬 予定
 - ▽町内スポーツ少年団野球大会 三月上旬 予定
- (詳細については、町教育委員会までお問い合わせください。)

町内硬式テニス大会

平成二十二年度町内硬式テニス大会が、昨年十一月十四日（日）ファミリースポーツ公園で開催されました。約三十名の参加者は、テニスを楽しみ快い汗を流しながら、ボールを追いかけていました。

成績は次のとおりです。

◇優勝 中北 慎 久

上 管 曉 組
柏 岡 直 樹 組
一 森 明 組

◇準優勝

◇第三位

高 橋 勝 俊 組
新 見 政 一 組



板野郡町対抗駅伝大会

昨年十一月二十八日（日）に第四十七回板野郡町対抗駅伝大会（板野郡体育協会主催）が上板町老人福祉センター周回コース（七区間・二十四km）で開催されました。

参加した上板町チームは、選手一人一人が持てる力を十分に発揮し、一時間二十分五秒でたすきをゴールまでつなぎ準優勝に入賞しました。

上板町チームの健闘を称えたいと思います。

○監督

藤原 康至（上板中学校 勤務）

○コーチ

本村 賢二（上板中学校）

○選手

正木 一平（広島工業大学）
藤原 康至（上板中学校 勤務）



稲岡 絵晴（上板中学校）
岸 重門（川崎重工）
新開 智礼（徳島科学技術高校）
梶本 知宏（徳島科学技術高校）
正木 成二（住友電工）
和田 葵（上板中学校）

グラウンドゴルフ競技会

平成二十二年度グラウンドゴルフ競技会が、昨年十二月一日（水）にファミリースポーツ公園で約六十名が参加し開催されました。

選手の皆さんは寒さも忘れ一打ごとに一喜一憂していました。成績は次のとおりです。

◇優勝 犬伏嘉太夫

◇準優勝 小出 信也

◇第三位 影山 勝雄



元気もりもり！朝ごはんコンクールが開催されました！

忙しい朝にも手軽に作れ、子どもが喜んで食べる朝食レシピを募集し、応募のあった中から第一次審査で選ばれた5グループが10月23日（土）中央公民館で調理実演に挑戦し、最終審査を受けました。結果は次のとおりでした。

（敬称略）



最優秀賞

東光小学校6年生 中 村 も も

優 秀 賞

神宅小学校5年生 水 口 晴 登
東光小学校6年生 月 岡 美 紀
松島小学校1年生 原 田 美 紗
上板中学校3年生 田 尾 和佳菜



※コンクールの概要や優秀作品のレシピは町のホームページで紹介していますので、是非ご覧ください。
（レシピを希望される方は教育委員会でも用意しています。）

募 集

放送大学4月生募集

放送大学では、平成23年度第1学期(4月入学)の学生を募集しています。

放送大学はテレビやラジオの放送を通して学ぶ遠隔教育の大学です。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

出願期間◆2月28日まで

資料を無料で差し上げています。

お気軽に放送大学徳島学習センターまでご請求ください。放送大学ホームページでも受け付けております。

資料請求先◆放送大学徳島学習センター
TEL 088-602-0151

NHK学園受講者募集

NHK学園では、通信制の高等学校「4月生普通科」および専攻科社会福祉コース「コミュニティ・ボランティア専攻」の生徒を募集しています。まずは、無料の案内書をご請求ください。

募集内容◆高等学校 4月生普通科(3年制)
高等学校 専攻科社会福祉コース

コミュニティ・ボランティア専攻

募集期間◆4月生普通科

2011年2月1日～4月20日(必着)

コミュニティ・ボランティア専攻

2011年2月1日～3月22日(必着)

お問い合わせ◆NHK学園

TEL 042-572-3151(代表)

案内書請求フリーダイヤル 0120-06-8881

中央広域環境施設組合臨時職員の募集

職種◆一般事務(文書作成・表計算ソフト使用可の者)

募集人員◆若干名

勤務先◆阿波市吉野町西条字藤原70-1

中央広域環境施設組合

中央広域環境センター

賃金◆日額 6,000円

申込方法◆市販の履歴書に必要事項(写真必要)を記入し中央広域環境センターへ提出してください。(郵送提出不可)

募集期間◆平成23年1月11日から平成23年1月24日まで

採用方法◆書類選考・面接

問い合わせ◆中央広域環境センター 総務課
TEL 088-637-7127

平成23年度上板町臨時・嘱託職員の登録者を募集

上板町において臨時・嘱託職員が必要な場合に、登録者の中から臨時的に採用します。

募集要項は次のとおりです。

《事務補佐員・外務員・衛生作業員・学校校務員等》

資 格 運転免許を有する者

任用期日において65歳未満の者

《嘱託保育士・幼稚園助教諭等》

資 格 保育士資格又は幼稚園教諭免許を有する者

任用期日において55歳未満の者

《看護 師 等》

資 格 看護師免許又は准看護師免許を有する者

任用期日において55歳未満の者

《調理師・栄養士等》

資 格 調理師又は栄養士の資格を有する者

任用期日において65歳未満の者

◎登録申込み

市販の履歴書を役場総務課へ提出してください。

※嘱託保育士・助教諭・看護師・調理師・栄養士等免許を必要とする職種については、資格証等の写しを添付のこと。

◎申 込 期 間 1月4日(火)～1月31日(月)

◎採 用 方 法 書類選考及び面接

◎お問い合わせ 上板町役場総務課 (TEL 694-6801)

★平成22年度中に臨時職員等として採用された方も平成23年度は新たに登録してください。

平成23年度 さくら保育所入所申込み受付

平成23年度にさくら保育所へ乳幼児の入所を希望される保護者の方は、早急に入所申込書をさくら保育所へ提出してください。入所申込書は、さくら保育所又は役場総務課にあります。

また、年度途中での入所を希望される方も、今回に申込書を提出してください。入所の基準は、保護者が次のいずれかの事情により児童

を保育できないと認められる場合です。

- ① 保護者が常に労働している。
- ② 保護者が妊娠中又は出産後間がない。
- ③ 保護者が疾病にかかり、若しくは負傷している。
- ④ 長期にわたり疾病の状態にある同居の親族を常時介護している。
- ⑤ 震災、風水害、火災その他の災害の復旧に当たっている。



入所対象児 満6ヶ月児から3歳児まで(平成19年4月2日以降に生まれたもの)

受付期間 1月4日から1月7日まで

お問い合わせ 上板町立さくら保育所 上板町西分字日吉前20-1
TEL 694-8180

自衛官採用案内

募 集 種 目	応募資格	受付期間
幹部候補生 (男・女)	20歳以上 26歳未満	2月1日 ～ 2月6日
一般曹候補生 (男・女)	18歳以上 27歳未満	5月6日

採用試験日	試験会場
5月14日	松茂町の自衛隊基地
5月21日	

※詳しい問い合わせや資料請求は、鳴門地域事務所まで (TEL:685-5306)

中央広域環境施設組合からのお知らせ

【指名願いの受付】

1. 受付期間 平成23年2月1日(火)～3月31日(木)必着
2. 有効期間 平成23年4月1日から1年間(平成23年度)
3. 提出場所 中央広域環境施設組合(郵送でも受け付けます。)
4. 種 類 建設工事関係、測量・建設コンサルタント関係、運搬関係(一般貨物運送事業許可業者)、物品の製造、買入れ、売払い、役務提供関係
5. 提 出 先 〒771-1402 徳島県阿波市吉野町西条字藤原70-1
中央広域環境施設組合 管理者 野崎 國勝
6. お問い合わせ
中央広域環境施設組合 中央広域環境センター業務課
TEL(088)637-7127 FAX(088)637-7128

国立大学法人等職員採用試験のお知らせ

中国・四国地区国立大学法人等職員採用試験の試験案内の配布が始まりました。

- 受験資格：昭和57年4月2日以降に生まれた者
- 受付期間：4月1日(金)～4月8日(金)
- 第一次試験日：5月15日(日)

詳しくは下記ホームページをごらんください。
<http://home.hiroshima-u.ac.jp/jinji/shiken/index.html>

問い合わせ先 中国・四国地区国立大学法人等職員採用試験実施委員会
採用試験事務室
TEL 082-424-5616

お知らせ

上板町成人式のお知らせ

成人の日、それは大人になったことを自覚し、自ら生き抜こうとする青年を励ますための祝日です。

上板町では、この趣旨によって、次のとおり成人式を実施いたします。

日時◆平成23年1月2日(日)

午前9時30分受付 午前10時開始

会場◆上板町役場2階 中央公民館 大会議室

該当者◆平成2年4月2日～平成3年4月1日までに生まれた方

お問い合わせ◆

上板町教育委員会 TEL 694-6814

※当日の服装は自由としますが、派手にならないようにしてください。

当日はたいへん混雑が予想されます。出席される皆さまは時間に余裕を持ってお越しいただき、必ず受付を済ませてください。

受付名簿により後日、記念写真(無料)を送付いたします。

路線バスに
100円で乗れる日

平成23年1月30日(日)、2月27日(日)、3月27日(日)は、路線バス(徳島バス株、徳島市営バス、小松島市営バス)に「100円」で乗ることができます。

路線バスは、通勤・通学、買い物、通院など、私たちの日常生活における重要な移動手段です。路線バスの廃止は、私たち、特に交通弱者といわれる人たちの日常生活に大きな影響を与えます。

過度に車に依存する交通行動を見直して、この機会に公共交通機関である路線バスを利用してみてはいかがでしょうか。

なお、1月23日(日)は、徳島バス鍛冶屋原線の「あすたむらんど徳島停留所」で乗降される方については、「100円」でご利用できる予定です。是非、ご利用ください。



上板町役場総務課
(TEL 694-6801)

「国の教育ローン」(日本政策金融公庫 国民生活事業)

高校、大学等への入学・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。

【融 資 額】 学生・生徒1人あたり300万円以内

【利 率】 年2.45%(母子家庭の方は年2.05%)(固定利率、平成22年11月1日現在)

【ご返済期間】 15年以内(交通遺児家庭または母子家庭の方については18年以内)

【お使いみち】 入学金、授業料、教科書代、アパート、マンションの敷金・家賃

【保 証】 助教育資金融資保証基金(連帯保証人による保証も可能)

ご利用いただける方など、詳細は「国の教育ローン」コールセンター(0570-008656 ナビダイヤル)または(03)5321-8656までお問い合わせください。

水道課から凍結防止のお知らせ

これから寒さが一層厳しくなり、蛇口やむき出しの水道管は凍結破損する恐れがありますので、特に夜間は防寒布等で保護し、水道事故を防止しましょう。



なお、転出・転勤等で水道を休止、廃止、撤去する場合または、死亡等による名義変更をする場合は、申請手続きが必要です。

「必ずチェック最低賃金! 使用者も、労働者も」

徳島県最低賃金

平成22年10月16日から

ムシ せられんよ この最賃

時間額 **6 4 5** 円

*特定の産業には特定(産業別)最低賃金が定められています。

(お問い合わせ先) 徳島労働局労働基準部賃金室(TEL088-652-9165)
又は最寄りの労働基準監督署まで

高齢者虐待防止法による高齢者虐待の定義

高齢者の尊厳の保持にとって高齢者に対する虐待を防止することが極めて重要であることから、高齢者虐待の早期発見・早期対応を図るとともに、養護者の支援を行いその負担の軽減を図ることとしています。

(高齢者虐待の防止、高齢者の養護に対する支援等に関する法律より)

この法律では、65歳以上の者に対する養護者および養介護施設従事者等による虐待を高齢者虐待とし、次のような行為を虐待と定義しています。

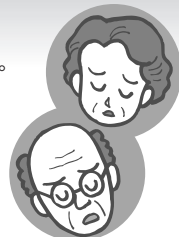
高齢者虐待防止法による高齢者虐待の定義

区 分	定 義
身体的虐待 (暴行)	高齢者の身体に外傷が生じ、または生じるおそれのある暴行を加えること。
養護を著しく怠ること (ネグレクト)	高齢者を衰弱させるような著しい減食、または長時間の放置、養護者以外の同居人による虐待行為の放置など、養護を著しく怠ること。
心理的虐待 (心理的外傷を与えるような言動)	高齢者に対する著しい暴言、または著しく拒絶的な対応、その他の高齢者に著しい心理的外傷を与える言動を行うこと。
性的虐待	高齢者にわいせつな行為をすること、または高齢者をしてわいせつな行為をさせること。
経済的虐待 (高齢者から不当に経済上の利益をえること)	養護者または高齢者の親族が当該高齢者の財産を不当に処分すること、その他当該高齢者から不当に財産上の利益を得ること。

このような虐待を受けたと思われる高齢者を発見した者は、速やかに、町に通報するよう努めなければならないとされており、特に、高齢者の生命または身体に重大な危険が生じている場合には、速やかに通報しなければなりません。(虐待を受けた高齢者本人の場合は、町に対する届出。)

また、高齢者虐待を未然に防止するためには、高齢者自身の悩みや養護者の介護上の不安・不満等を解消、軽減することが大切ですので、介護や高齢者虐待に関する御相談については、

上板町包括支援センター
TEL 694-5597
までご連絡ください



所得税の確定申告は、自分で書いてお早めに！

平成22年分の所得税の確定申告は、2月16日(水)から始まります。申告・納付の期限は3月15日(火)です。期限間近になりますと鳴門税務署は大変混雑し、長時間お待ちいただくようなことになりかねません。申告書はできるだけご自分で記載し、お早めに提出してください。

また、作成した申告書は郵送でも提出できます。なお、還付申告の方は2月15日(火)以前でも申告書を提出することができます。

○ 確定申告をしなければならない人

1. 一般の人の場合

配当所得、不動産所得、事業所得、給与所得、退職所得、譲渡所得、一時所得又は雑所得等（源泉分離課税の対象となる利子所得、配当所得等や確定申告しないことを選択した配当所得及び源泉徴収選択口座を通じて行った上場株式等に係る譲渡所得等は除きます。）のある人は、これらの所得金額の合計額が基礎控除や扶養控除などの所得控除額の合計額を超える場合において、課税総所得金額等に対する税額が配当控除額を超えるときは、確定申告しなければならない。

2. 給与所得者の場合

給与所得者の大部分の方は「年末調整」により所得税が精算されますので申告する必要はありません。しかし、次のような人は、確定申告しなければならない

- (1) その年中の給与の収入金額が2,000万円を超える人
- (2) 1か所から給与を受けている人で、給与所得及び退職所得以外の所得の金額（源泉分離課税の対象となる利子所得、配当所得等や確定申告しないことを選択した配当所得及び源泉徴収選択口座を通じて行った上場株式等に係る譲渡所得等は除きます。）の合計額が20万円を超える人。
- (3) 2か所以上から給与を受けている人で、主たる給与の支払者以外の者から支払を受ける給与の収入金額と給与所得及び退職所得以外の所得の金額（上記(2)に同じ。）との合計額が20万円を超える人

ただし、給与所得の収入金額の合計額から社会保険料控除額、生命保険料控除額、地震保険料控除額、障害者控除額、寡婦（寡夫）控除額、勤労学生控除額、配偶者控除額、配偶者特別控除額及び扶養控除額の合計額を差し引いた残りの金額が150万円以下で、しかも、給与所得及び退職所得以外の所得の金額（上記(2)に同じ。）の合計額が20万円以下の人は、確定申告する必要はありません。

なお、上記の(1)、(2)、(3)は、給与等のすべてについて所得税の源泉徴収をされることが前提条件となっており、給与等について源泉徴収に関する規定の適用がない場合には、上記1によります。

3. 退職所得がある人の場合

退職所得も、そのほとんどの場合は源泉徴収だけですまされ、確定申告をする必要はありませんが、退職金の支払を受ける際に支払者に「退職所得の受給に関する申告書」を提出しなかったために20%の税率で源泉徴収された場合で、その源泉徴収された税額が正規の方法で計算した税額より少ない時には確定申告をしなければならない。

なお、退職所得を申告しなくてもよい人でも、それ以外の所得について上記の1又は2の場合に当てはまる人は、退職所得以外の所得については、確定申告する必要があります。

上場株式等に係る譲渡損失の繰越控除の特例の適用を受けようとする方は、確定申告が必要です。また、源泉徴収された所得税の還付を受けるため（給与所得者で雑損控除や医療費控除、寄附金控除、住宅借入金等特別控除を受ける場合等）に確定申告する場合には、給与所得や退職所得以外の所得についても併せて申告しなければならない。

【 確定申告期前の説明会 】

所得税の確定申告の時期が近づいてきました。

本年も、所得が公的年金のみの方及び平成22年中に住宅を建築された方等の住宅借入金等特別控除の説明会を次のとおり行います。

この説明会は、収入が公的年金のみの方、住宅借入金等特別控除を受ける方は給与収入のみの方に限り行いますので、他の所得と合算される方は除きます。

なお、該当されると思われる方には、1月中旬から下旬にかけて役場税務課から通知いたします。

◇公的年金のみの方

- 日時 平成23年2月7日(月) 午後2時～
- 会場 上板町農村環境改善センター・農事研修室（役場東隣）

◇住宅借入金等特別控除を受ける方

- 日時 平成23年2月4日(金) 午後2時～
- 会場 板野ふれあいプラザ（板野西小学校東隣）

○ パソコンで申告書等の作成や確定申告することができます

パソコンをお持ちの方は、国税庁ホームページにアクセスしてください。「確定申告書等作成コーナー」で、申告書等が簡単に作成できます。[<http://www.nta.go.jp>]

また、インターネットを利用して確定申告をすることができます。このサービスを e-Tax（イータックス）といいます。e-Taxを利用すると次のようなメリットがあります。



●ポイント①

国税庁ホームページから直接申告できます！

●ポイント②

最高 5,000 円の税額控除！

平成 19 年分又は平成 22 年分のいずれか 1 回、一定条件のもと、最高 5,000 円の税額控除を受けることができます。

●ポイント③

還付金がスピーディー！

3 週間程度に短縮されます。

●ポイント④

添付書類が提出不要！

一定の種類の提出又は提示を省略することができます。なお、申告期限から 3 年間、添付書類の提出又は提示を求められることがあります。

●ポイント⑤

税務署が閉まっても大丈夫！

受付システムの利用可能時間内であれば、いつでも申告ができます。なお、確定申告期間は 24 時間申告ができます。

イータックス

e-Tax のホームページ (<http://www.e-tax.nta.go.jp>) で事前準備や、詳しい情報がご覧いただけます。

○ 鳴門税務署の申告相談等

鳴門税務署（TEL 685 - 4101）では、鳴門税務署 1 階会議室において、所得税・個人事業者の消費税・贈与税の申告相談及び申告書の受付を下記のとおり行います。

	申告相談・申告書受付期間（土曜日・日曜日・祝祭日を除く）
所 得 税	平成 23 年 2 月 16 日（水）～ 平成 23 年 3 月 15 日（火）
個人事業者の消費税及び地方消費税	平成 23 年 2 月 1 日（火）～ 平成 23 年 3 月 31 日（木）
贈 与 税	平成 23 年 2 月 1 日（火）～ 平成 23 年 3 月 15 日（火）

（注）納税の期限は、それぞれの期間の末日です。

○ 納税は口座振替をご利用ください

申告所得税や個人事業者の消費税は、金融機関や税務署の窓口での納付以外に、金融機関の預貯金口座から納付できる振替納税がご利用になれます。

口座振替による納税は、一度手続きをしていただければ、継続してご利用いただけます。うっかり納期限を忘れてしまっても安心です。是非、ご利用ください。

なお、振替納税をご利用の場合、所得税の振替日は 4 月 22 日（金）、消費税及び地方消費税の振替日は 4 月 27 日（水）です。



【 納 税 は 期 限 内 に 】

確定申告による所得税の納期限は、申告時期と同じ 3 月 16 日（水）です。期限内に納税を済ませてください。なお、振替納税をご利用の方は、あらかじめ指定された預貯金口座の残高を確認しておいてください。納税が遅れますと、納付の日までの延滞税を併せて納付する必要があります。

平成 23 年 3 月 16 日までに納付されなかった場合の延滞税の割合は、次のとおりです。

●平成 23 年 3 月 17 日から同年 5 月 16 日まで …… 年「 4.5 %」

●平成 23 年 5 月 17 日以降 …… 年「14.6 %」

なお、一度で納められないときは、確定申告で納めることになる税額の 2 分の 1 以上を 3 月 16 日（水）までに納め、残りの税額を 6 月 1 日（水）まで延期することができます。ただし、延納期間中は、延期する税額に対し、年「4.5 %」の利子税がかかります。

増え続ける医療費、厳しい国民健康保険の財政状況について

○国保財政の状況

国民健康保険（国保）は、病気やけがのときに安心して医療を受けられるように、被保険者が保険税を出しあい、必要な医療費に充てて相互に助け合う医療保険制度です。上板町では4月1日現在の被保険者数は、1,736世帯、3,275名で、町全体の人口の約25%が加入されています。

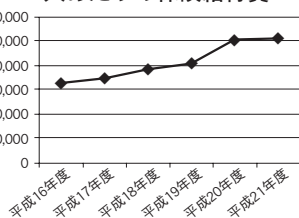
国保は加入者の皆さんからの保険税のほか国、県、保険者（上板町）からの補助金などを主な財源として運営していますが、上板町の国保財政は非常に厳しい状態となっています。現在は国保会計の貯金である「国保財政調整基金」を取り崩しながら運営していますが、その残高は年々減少し、平成22年度の決算において、その全額を取り崩してしまわなければならないような状況となっています。

○国保財政悪化の原因

被保険者の高齢化や医療技術の高度化などにより、医療費が急速に増加しています。平成16年度には1人あたりの保険給付費は163,417円でしたが、平成21年度では256,403円となり、92,986円もの増額となっています。医療費は今後も増加していくことが予想されます。

一方で国保に加入する人は、年金収入のみの高齢者や、離職等による収入の不安定な被保険者が増加しています。また、長引く不況の影響により被保険者の所得が減少し、国保税収入が低下していることも原因の一つとなっています。

一人あたりの保険給付費



○国保財政の健全化に向けて

上板町国民健康保険では、皆さんの健康を守り、安心して生活できるように国保財政の健全化に取り組んでいます。

国保の医療費を抑えるため、特定健康診査、特定保健指導の実施や人間ドックの検査料の一部助成を行い、早期発見と早期治療、病気の重症化を抑えるなどの健康づくりを進めています。健康管理のために40歳以上の方は年に1回は特定健康診査を受けましょう。

皆さんが負担する国保税は皆さんの医療費に充てる大切な財源です。国保財政を健全化するためには被保険者の皆さんの保険税の納付が不可欠です。保険税は必ず納期内に納めましょう。

○国保はみんなの問題です

医療費などの問題は国保加入者だけの問題ではありません。現在社会保険などに加入している人もほとんどの方が退職後に国保に加入することになります。このため、国保財政を健全に運営することは上板町全体の課題です。

国保財政の健全化について、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

●お問い合わせは●
上板町役場 税務課
国民健康保険担当
TEL 088 - 694 - 6807



ご存知ですか？ 家計にやさしい「ジェネリック医薬品」

○ジェネリック医薬品ってどういう薬なの？

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、新薬（先発医薬品）の特許期間が過ぎた後に、厚生労働省が安全性や効き目が新薬と同等と認めた医薬品のことです。

○価格が安いのはなぜ？

新薬の開発が10～15年、数百億円もの投資が必要といわれるのに対して、ジェネリック医薬品は新薬ですでに治験済みの有効成分を使うため、開発期間は3年ほどと短いため、研究開発費用も当然少なく済み、価格が安く設定できるのです。

○どのくらい安くなるの？

高血圧の方が1日1錠1年間(365日)服用したと仮定すると

	薬価	1割負担の方	3割負担の方
新薬	159円	5,803円	17,410円
ジェネリック医薬品	20円	730円	2,190円
年間の差額は…？		5,073円	15,220円

薬を併用している人や長期間飲み続けている人ほど、家計の負担が軽くなります。

※金額はあくまでも目安です。また、すべての治療薬にジェネリック医薬品があるわけではなく、新薬しかない場合もあります。

○ジェネリック医薬品は、どこに行けば処方してもらえるの？

かかりつけの医師や薬剤師に相談するのが一番です。また、保険証切り替えのときにお渡ししました「ジェネリック医薬品希望カード」を受付時に診察券と同時に提示したり、診察時に医師に提示することによって、処方の希望を伝えることができます。

お問い合わせは 上板町役場 税務課 国民健康保険担当
TEL 088 - 694 - 6807

●町税の滞納処分を強化します●

町民の皆さんに納付していただいている町税は、毎日の生活に密着した町政を推進し、健康で安心して暮らせるまちを築くための重要な財源です。

町税の確保と納税の公平性を維持するため、再三にわたり、訪問や文書などによる催告にもかかわらず、納付されない場合は、資産や収入を調査しそれらを差押で滞納町税に充当することになります。

納期内の納付にご協力ください

町税の納付は、期間内の自主納付が原則です。納期限が過ぎた場合は督促状の発送などに多額の経費が掛かり、その経費も町税で負担することになります。納期内の納付にご協力をお願いします。

納付相談をご利用ください

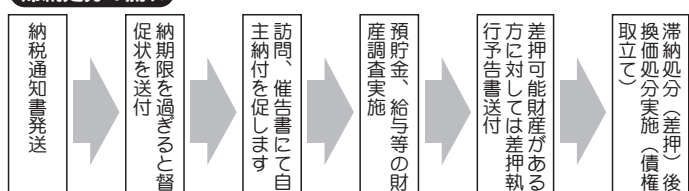
病気や失業、生活困窮など、やむを得ない事情により納期内の納付が困難になった方は、納付の相談に応じていますので、滞納金額が増加する前にご相談ください。電話での相談も受け付けています。

税の公平性を保つための滞納処分

地方税法では、「督促状を発送した日から起算して10日を経過した日までに完納しないときには、財産を差押なければならない」と定められています。

町では財産が有るのに納付されない方、催告書、訪問などで再三の催告にも応じず、納税に誠意が見られない方に対しては、納付して頂いている方との公平性を保つため、滞納処分として資産や収入の調査を行い差押を執行しています。（預貯金・保険・給与・不動産等の財産を差押）

滞納処分の流れ



お問合せ、ご相談先 役場税務課 徴収担当 TEL 088-694-6807

20 新成人のみなさんおめでとうございます 歳がスタート！国民年金

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一、病気やケガで障害が残ったときや、一家の働き手が亡くなったときなど、あなたやあなたの家族を守ってくれます。

ただし、加入の届出や保険料の納め忘れがあると年金が受けられないこともありますので、「あの時に・・・」と後悔する前に、国民年金に加入しましょう。

加入の手続きは、市(区)役所または町村役場の国民年金担当係または年金事務所へお尋ねください。(20歳前に就職して厚生年金等に加入中の方は、加入手続きは不要です。)

なお、学生の方や収入が少なく保険料の納付が困難な場合は、「学生納付特例」や「若年者納付猶予」などの保険料の支払いを猶予する制度がありますので、市(区)役所または町村役場で国民年金の加入手続きと併せて申請してください。



■国民年金の給付は、3種類の基礎年金があります

老齢基礎年金
65歳から生涯受けられます。

障害基礎年金
病気やケガで障害の状態になった方が受けられます。

遺族基礎年金
夫が亡くなったときに子のある妻または子が受けられます。

被保険者の種類	第1号被保険者	第3号被保険者	第2号被保険者
対象者	20歳以上60歳未満の自営業者、農林漁業、学生など	第2号被保険者に扶養されている配偶者	会社員、公務員など
保険料	国民年金保険料【定額】15,100円(平成22年度)	被保険者本人は保険料負担を要しない。配偶者の加入している年金の保険者が負担	厚生年金保険料率16.058%(平成22年9月現在) 労使折半で保険料負担
国庫負担	基礎年金の国庫負担割合については、平成21年4月1日から、それまでの1/3から1/2へ引上げられました。		

■年金手帳は大切に保管しましょう

公的年金制度では、すべての制度に共通して使用される基礎年金番号が用いられています。

国民年金や厚生年金に加入すると基礎年金番号が記載された年金手帳が交付され、加入記録や保険料の納付状況など、すべてこの番号で管理されます。

この年金手帳は、年金に関する手続きの際、必要となりますので、大切に保管してください。



国民年金からのお知らせです。

国民年金保険料を納めましょう!!

国民年金保険料の納め忘れはありませんか？

平成22年度の国民年金保険料額は、一ヶ月15,100円です。納めた保険料は「社会保険控除」として全額控除の対象となり、税金の負担が軽減されます。

まだ、納付がお済みでない方は、至急お近くの金融機関またはコンビニエンスストア等で納付してください。

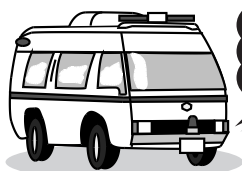
保険料についてご不明な点がございましたら、お近くの年金事務所へお尋ねください。

国民年金保険料の納付が困難なときは!!

国民年金には、保険料納付が免除される制度や猶予される制度があります。納付が困難だからといってそのままにせず、必ず市区役所・町村役場の国民年金窓口で手続きを行ってください。

なお、保険料免除などの承認された期間(多段階免除承認期間において一部納付がない期間は除かれます。)は、老後に年金を受け取るための資格期間に含まれるだけでなく、万一の時に、障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取る資格期間にも含まれます。

また、失業された方は、離職票や雇用保険受給資格者証等を添付すれば、前年の所得に関係なく免除される特例もありますので、必ずご相談ください。



こんな時は救急車を呼びましょう

- ① **15分以上続く突然の胸の痛み、圧迫感、重苦しさ、特に冷や汗を伴うようなもの**
→心筋梗塞、狭心症などが疑われます！
- ② **突然、意識がなくなる**
→脳出血、脳梗塞などが疑われます！
- ③ **突然、手や足に麻痺がおこる**
→脳出血、脳梗塞などが疑われます！
- ④ **呼吸が苦しくなる**
息を吸うごとにヒューヒュー音がしている
息を吐くときに大げさに肩を動かしている
意識がはっきりしない、など
- ⑤ **出血が止まらなくなる**
傷口から血液が勢いよくふきだしている
血液が大量に流れ出している、など
- ⑥ **広い範囲のやけど**
(例：体の表面積の15%以上)
- ⑦ **交通事故**
→特にはねとばされたり、歩行ができない、意識がないなどは
現場検証の前に119番通報
- ⑧ **心肺停止状態**
心臓と呼吸が止まった状態で、放置すれば死んでしまう。一刻を争う状態。
- ⑨ **その他、いつもと様子が全く違う、顔色が真っ青などの異常がある、など**



救急車の呼び方

緊急を要する重症な状態の場合は、次の要領で通報してください。

- ① **119番にダイヤルする。**
- ② **「火事ですか。救急ですか。」と尋ねられるので、「救急です」と告げる。**
- ③ **救急車に来てもらう場所、患者の氏名、年齢、状態を伝える。**
・マンションの場合はマンションの名前、〇階、〇号室
・場所がわかりにくい場合は、目印となる建物や道路名など
- ④ **救急車を待っている間に次のものを用意する。**
★健康保険証 ★お金 ★普段飲んでいるお薬
- ⑤ **救急車のサイレンが聞こえたら、場所を案内する人を出し、誘導する。**
- ⑥ **救急隊が到着したら、次のことを伝える。**
・救急車が到着するまでの容態変化
・応急手当をした場合は、その内容
・持病がある場合は、その病名、かかりつけ医

◆私のかかりつけ医◆

病 院 名	電 話 番 号	診 療 時 間

化学物質（タバコ・家庭用品）、医薬品、動植物の毒などによって急性中毒の事故が発生した場合には…

大阪中毒110番（365日 24時間対応）

072-727-2499

情報提供料
無 料

毎月19日は食育の日

お父さん、お母さん忘れていませんか？食べることは生きることの基本です。「食育」は改まって取り組むものではなく、毎日の食卓から自然に学び身につけていくものです。「何」をどのように食べて育つかは、勉強や遊び、運動をするのと同じように子ども達の成長に関わるとても重要なことです。家族そろって囲む楽しい食卓は、家族の貴重なコミュニケーションの場になります。朝・昼・夕の規則正しい食習慣、季節感のある旬の食材、箸や茶碗から知る日本の食文化、そして、ご飯を中心とした日本型食生活を通して生活習慣病の予防と食料自給率の向上に努めましょう。



精神障害者家族の交流会開催

平成22年12月4日(土) 板野町町民センターで、いちょう家族会(上板町)・あせび家族会(板野町)・すみれ家族会(藍住町)主催で、障害者家族の交流会が開催されました。

ひとりで悩みがちな家族同士が「家族に笑いを！」という演題で、愛媛県四国中央市豊岡台病院長・精神科医の枝廣篤昌先生の笑いを交えたお話を聞き、楽しい交流のひとときを過ごしました。生きていくことが辛くなったり人生いろいろです。相手を思いやる温かい言葉やしぐさで人は生きていく力が生まれてきます。笑うことで体全体の血流が良くなり、元気になる。心の健康づくりには笑いが一番よいとの先生のお言葉が印象的でした。

糖尿病予防のための講習会

12月16日(木)に糖尿病予防のための講習会1回目がありました。今年度から始まったばかりの事業なので手探り状態ですが、糖尿病に関心のある方が多数参加してくださいました。1月12日(水)には2回目があります。締め切りは1月5日までですので、興味のある方はぜひご参加ください。上板町食生活改善推進員(通称:ヘルスメイト)の方たちと一緒に糖尿病について勉強しませんか？

保健行事予定表 1 月～ 3 月

I. 健康相談・健康教育

月／日	時 間	場 所	内 容	担 当
1／5	10：00～11：30	農村環境改善センター	個別健康相談	保健師
2／1	10：00～11：30	農村環境改善センター	個別健康相談	保健師・理学療法士
3／1	10：00～11：30	農村環境改善センター	個別健康相談	保健師

II. がん検診

1. 健康診査（集団健診）

月／日	時 間	場 所	内 容	対 象	料 金
1／26	8：30～11：00	農村環境改善センター	乳がん・甲状腺がん検診	40 歳以上	1,300 円

III. 乳幼児健康診査

1. 乳児健康診査

月／日	受付時間	場 所	内 容	対 象 者
2／9	13：15～14：00	農村環境改善センター	問診・身体計測・内科診察・育児相談	1 歳までの乳児

2. 1 歳 6 か月児健康診査

月／日	受付時間	場 所	内 容	対 象 者
2／3	13：00～13：30	農村環境改善センター	問診・身体計測・内科・歯科診察・歯科相談・栄養・育児相談・聴力検査・発達相談	H21.6.1 生～H21.8.31 生

3. 3 歳児健康診査

月／日	受付時間	場 所	内 容	対 象 者
3／23	13：00～13：30	農村環境改善センター	問診・身体計測・尿検査・内科・歯科診察・歯科相談・栄養・育児相談・発達相談	H19.8.1 生～H19.10.31 生

4. 股関節脱臼検診・ブックスタート

月／日	受付時間	場 所	内 容	対 象 者
3／30	10：30～11：00	農村環境改善センター	股関節脱臼健診・ブックスタート	H22.10.16 生～H23.1.30 生

IV. 定期予防接種

1. 集団接種

1) ポリオ

月／日	受付時間	場 所	内 容	対 象 者
1／19	13：30～14：00	農村環境改善センター	ポリオ	生後 3 月以上 90 月の乳幼児

2) 個別接種

「徳島県予防接種広域化」により、子どもの予防接種については、上板町内の医療機関に加えて、町外にかかりつけ医があるなど、町外医療機関での個別接種を受けることができます。（一部実施していない医療機関がありますので、主治医にお問い合わせください。）
予防接種の対象者には、個人通知をいたしますので通知が届いたら、保護者の方は、医師と相談して接種計画を立てて受けてください。
予防接種の対象年齢は、町から送付した冊子「予防接種と子どもの健康」、または、通知を見てください。

個別接種の内容

B C G・百日咳ジフテリア破傷風混合・ジフテリア破傷風混合・麻疹風疹混合（または、麻疹・風疹）・日本脳炎

●●● 日本脳炎予防接種について ●●●

日本脳炎予防接種は、平成 17 年から積極的な勧奨を差し控えておりましたが、新たに開発された乾燥細胞培養日本脳炎ワクチンにより、第 1 期（生後 6 か月から 90 か月未満）に引き続き、第 2 期（9 歳以上 13 歳未満）の予防接種が開始されております。
また、勧奨差し控えによって予防接種機会を逃した方に対する機会確保のため、特例措置によって、第 2 期の年齢で初回及び追加接種を受けていない方は、接種を受けることができるようになりました。対象年齢の方には、順次通知をしております。

●● 麻しん風しん混合予防接種は受けましたか？ ●●

麻しん風しん混合予防接種の対象者は、次の方です。
■ 第 1 期 生後 12 か月以上 24 か月未満
■ 第 2 期 平成 16 年 4 月 2 日から平成 17 年 4 月 1 日生まれ
■ 第 3 期 平成 9 年 4 月 2 日から平成 10 年 4 月 1 日生まれ
■ 第 4 期 平成 4 年 4 月 2 日から平成 5 年 4 月 1 日生まれ
第 2 期 3 期 4 期の方は、平成 23 年 3 月 31 日までに受けてください。

❖ 女性特有のがん検診推進事業について ❖

国のがん対策の推進として「女性特有のがん検診推進事業」を実施しています。一定の年齢に達した女性に対し、子宮頸がん及び乳がん検診の無料クーポンを配布しています。検診は 23 年 3 月 31 日までとなっております。まだ、クーポン券を使われてない方は早めに受診しましょう。

＜無料クーポン対象年齢＞

● 子宮頸がん検診

年齢	生年月日
20 歳	平成元年 4 月 2 日～平成 2 年 4 月 1 日
25 歳	昭和 59 年 4 月 2 日～昭和 60 年 4 月 1 日
30 歳	昭和 54 年 4 月 2 日～昭和 55 年 4 月 1 日
35 歳	昭和 49 年 4 月 2 日～昭和 50 年 4 月 1 日
40 歳	昭和 44 年 4 月 2 日～昭和 45 年 4 月 1 日

● 乳がん検診

年齢	生年月日
40 歳	昭和 44 年 4 月 2 日～昭和 45 年 4 月 1 日
45 歳	昭和 39 年 4 月 2 日～昭和 40 年 4 月 1 日
50 歳	昭和 34 年 4 月 2 日～昭和 35 年 4 月 1 日
55 歳	昭和 29 年 4 月 2 日～昭和 30 年 4 月 1 日
60 歳	昭和 24 年 4 月 2 日～昭和 25 年 4 月 1 日

お誕生
おめでとう

平成22年8月
平成22年10月誕生まで

●8月誕生

上六條 井上大輔・真奈美
男の子 蓮斗(れんと)
神宅 高木秀泰・知英実
女の子 百美(ももみ)
西分 仲村大助・ふみ
男の子 蘭丸(らんまる)
神宅 三木 新・葵
女の子 蘭(らん)

●9月誕生

鍛冶屋原 西條見正・江美
女の子 愛美(あみ)
神宅 坂田健輔・真美
女の子 陽愛(ひまな)
引野 小林俊夫・智美
女の子 瑠菜(るな)
七條 安丸明夫・恵
男の子 圭寿(けいと)
西分 山本 真・亜希
男の子 恒和(こうわ)

●10月誕生

西分 西 由華
男の子 歩夢(あゆむ)
神宅 松田新次・美幸
女の子 舞(まい)
西分 河野 誠・茜
女の子 葵(あおい)
鍛冶屋原 影山広明・あすか
女の子 愛莉(あいり)

全・日本拳法総合選手権

少年の部全国2位



昨年9月19日(日)大阪市中央体育館において、地区予選や西日本大会などで上位に入った小・中学生が参加して行われる、2010全・日本拳法総合選手権少年の部において、日本拳法土成道場に通う町内在住の森川昇理君(高志小)が、小学5年生男子の部において、見事全国2位に輝きました。

森川君の今後ますますの活躍に期待します。

お接待を体験 ソーシャルクラブ上板

10月14日(木)にソーシャルクラブ上板(精神障害者の方々と社会復帰を目指している人たちの会)、いちょう家族会(精神障害者の家族の会)、メンタルヘルスボランティアたんぽぽ(心を病む人、そうでない人も一緒に幸せに暮らしていける地域づくりを支援する会)のあわせて20名の方たちが、6番札所安楽寺においてお接待を体験しました。ゴーヤ茶やコーヒー等の飲み物と一緒に、鈴のついたキーホルダーをお遍路さんに渡して、一息ついていただきました。日本各地から来られた方々と交流し、楽しいひとときを過ごしました。色々なことを抱えながらも、懸命に生きていくお遍路さんたちの姿に勇気づけられた皆さんは、来年もぜひ実施したいとのことでした。



男性のための料理教室がありました

10月21日(木)に男性のための料理教室がありました。20名の参加者があり、普段料理を作る機会のない男性達と、上板町食生活改善推進員(通称:ヘルスメイト)の方達が楽しく調理実習を行いました。男性のための料理教室は、毎年行っております。興味がある方ならどなたでもご参加いただけますので、ぜひ多くの方のご参加をお待ちしております。

上中
交通安全
カルタ

上板中学校の美術部員が、オリジナルの交通安全かるた作りに取り組みました。このかるたは、板野警察署の指導のもと、楽しみながら交通安全の啓発に役立ててもらうことが目的で作成され、全校生徒から公募した46種類の交通安全標語に対し、1枚ずつ絵柄を考案し、小さな子どもやお年寄りが見やすいA5サイズの紙に鉛筆で下書きをした後、絵の具で着色して作成しました。今後は、老人会や小学生らを対象にした交通安全教室で使用されるそうです。交通事故防止と交通マナーアップにつながることを期待します。

ARUKE ARUKE TAIKAI
歩け歩け大会

昨年11月14日に町民の健康増進を目的に国民健康保険事業第19回歩け歩け大会が開催されました。午前8時20分「技の館」を出発、和泉寺、台山公園を経て約6kmのコースを参加者約50名が生き生きと歩き、参加者の健康ウォークにより寒気を吹き飛ばしました。

国勢調査への協力
ありがとうございました。

☆皆さんの調査票は、厳重な管理の下、現在集計中です。
☆人口・世帯数の速報結果は、平成23年2月に公表する予定です。

2010 国勢調査

総務省・都道府県・市区町村