



グリーン情報

3 2011
月号

かみかつ

発信



the most beautiful
villages
in japan



えっとぶりの大雪! 幼稚園児ら大喜び!

中国ゴミ処理循環利用支援プロジェクト … 2～3
町づくり講演会 …………… 4
県知事選挙及び議会議員一般選挙 …………… 5
上勝っ子! 世界へ羽ばたけ! …………… 6
上勝幼稚園廃園決定 ほか …………… 7
鬼は外! 福は内!、宝くじ助成事業 …………… 8

ゼロ・ウェイスト運動 ほか …………… 9
知って得する健康情報 …………… 10
こんにちは保健師です …………… 11
案 内 板 …………… 12～18
町民の詩歌 …………… 19
戸籍の窓口 ほか …………… 20

中国四川省震災地区のゴミ処置 循環利用支援プロジェクト



集落内に設置している2分別ゴミ箱

循環利用支援プロジェクト」を実施することになった。

四川省は、人口約八千万人の都市で、平成二十年には四川大地震が発生し、大きな被害をうけた。国やトヨタ自動車株式会社等から支援を受けて、復興に取り組んでいる。また復興を機に「美しい山、川を再生する。」を基本理念に掲げ、様々な取り組みを行っており、より良いゴミ処理を模索することとなった。

国際協力機構（JICA）から平成二十二年度～二十四年度草の根技術協力事業の助成を受け、平成二十二年十一月と平成二十三年一月に、中国・四川省の震災を受けた四地区の村へNPO法人ゼロ・ウェイストアカデミー並びに役場職員が訪問しゴミの現状調査等を実施した。

このプロジェクトは、平成二十二年六月に中国政府及び四川省からの招聘を受けて、四川省で笠松町長が本町のゴミ処理施策の取り組みを紹介したときに、四川省の震災地区の指導者などの方々に環境意識啓発を図るため、本町にゴミ処理の指導者などの派遣要請があったため「中国四川省震災地区のゴミ処理循

環利用支援プロジェクト」については、基本的に埋め立て処理で、二千四百トン程度（一日あたり）を処理している。一部焼却しているが、さらに焼却処理を増やすために、ゴミ発電所を一方所建設中である。また、村の単位でゴミ処理を行うようにし、ドイツ式の二分別（リサイクルできる物・リサイクル出来ない物に分別）導入したが、まだ分別を徹底できている集落はない。

そこで、上勝町の専門家などが協力し、農村の環境意識を高めるモデルをつくるを目標に村民の環境意識改革を行うため、四地区の責任者を配置し、現地の問題を見直し、ゴミ処理の仕組みを作っている。

四川省は、このプロジェクトが日中友好のモデルになるとともに、被災地が美しい山・川に再生するように期待している。

成都崇州市街子鎮双河「コミュニティ」訪問

人口約四千人、約千八百世帯の町である。震災後の復興した住宅内のゴミ処理の状況は、リヤカー式ゴミ収集車二十七台で、約六百世帯を毎日回収している。町並みのあるところ（二分別のゴミ箱があるが、ほとんど分別できていない状況である）

ゴミ処理の方法は、各家庭でまとめる↓鎮で集める↓県でゴミ処理が行われている。アルミ缶、ペットボトル、蛍光灯については各家庭で廃棄物処理業者に売っている。また、一般的な農家は分別されていない。

意見交換会には約五十人が出席し、質疑応答を重ねる中で、お互いの文化の違いが認識できた。

成都彭州市小魚洞鎮訪問

人口約二万三千人の都市で、震災により倒壊した橋の状況を見学した。ここではその状況を保存し観光地化し、周辺を公園として整備している。

周辺の山々も所々において山腹崩壊があり、地震により山腹で村が全滅したところもあるとのことであった。上勝町の風景に似ており、本町もこのような地震が発生すれば、多大なる被害により悲惨な事になるのだと感じた。

江橋村訪問

人口千八百七十八人の村で、震災後に復興された住宅団地があり、地震の面影はほとんどなくなっていた。生ゴミ堆肥化施設（パナソニックの協力により設置）があり、周辺の農地は野菜畑で美しく管理されており、ゴミ処理状況については、二分別方式であるが、分別はされていない。いなくなった物のみゴミ箱にいれてある状況であった。

住民との意見交換会が実施され、小魚洞鎮長、江橋村長ほか数名の女性や住民約四十名が参加した。江橋村は、「日本で最も美しい村連合」に加盟している町と交流することとは、初めてのことであった。この中で、本町のゴミ分別などの取り組みについて紹介し、江橋村からは、日本の町と交流し、美しい村になるように期待しているとのことであった。

ゴミの処理方法は家庭で分別↓村で収集↓鎮で集める↓県で埋め立て処理する。ゴミ収集は四段階で実施していた。

双流県大林鎮の農村訪問

周辺では、植栽の作業中であり、農村の集落排水施設で水処理施設を見学した。汚水を濾過池にくみ上げて濾過され、透明の水が排出されていた。また、バイオガス発生処理施設（植物をガス化する施設）も見学した。四川省は、今後の展開に期待しているとのことであった。中国の工業は発展途上であり、現在、ゴミを資源と思ふ生活の資金にしているが、十年後には、さらに工業も発展し、日本と同じようにゴミがあふれ、社会問題になることが予想され、環境保護が必要になるとのことである。

綿竹市の震災保存地区訪問

倒壊した建物ばかりで廃墟となっており、復興せずに震災の現場を残し防災教育に活用するため、現状を保存していくとのことであった。町の時計台の時計は、地震発生時刻の午後二時二十八分で止まったま

まであり、地震の悲惨さをあらためて実感した。

綿竹市導道鎮棚花村訪問

町並みが復興され、トヨタ自動車株式会社支援した青色のゴミ分別箱が設置されていた。農家（レストラン）を経営しているところもあり、所々にゴミ箱が設置され、毎日ゴミが回収されているようであった。

棚花村は六百四十八世帯、地震では、四十人が死亡し約八十人が負傷した。二年で復旧し、農業復興や環境整備に推進している。ゴミの処理問題については、農民の意識改革にも力を注いでいる。ゴミ収集の方法は各世帯で収集↓村で集める↓鎮まとめ分別↓県で処理する。ゴミ収集は四段階で実施されていた。

綿陽江油市青蓮鎮裕光村訪問

人口千四百八十七人、住宅整備状況とゴミ箱の設置状況を確認した。所々にゴミ箱が設置されているが、ゴミの量は少なかった。村のゴミ箱から収集し集める収集場所も一方所あったが、ここでも、ゴミの量は少なかった。その後、村の中にあるゴミ圧縮機を見学した。集めたゴミを圧縮し

て搬出するが、その際に出る汚水も処理してから放水しているとのことである。

住民との意見交換会を実施し、住民約二十人の参加があり、青蓮鎮（二万九千人、二十三・四キロ平方メートル）では李白（中国の詩人）の郷として、旅行産業を展開し、経済と環境保護に力を入れている。建築材料のゴミは再利用されており、生活ゴミでは、家庭で現金になる物は交換、現金にならない物は、まとめて処理されている。平成二十一年までは、ゴミは埋め立てや野焼きされていたが、現在は、指定の場所ですべて収集されている。これは、李白のふるさとの環境を良くしたいの思いが感じられた。

成都生活ゴミ焼発電工場訪問

工場は日本の日立造船の設備を導入し、市内は六区に分けられ、千二百トン（日処理）を処理していた。成都市のゴミの量は五千トン（日処理）で、一日あたり三千八百トン処理できない現状であり、残分は埋め立て処理をしている。

こうした現状の中、現在、ゴミ焼発電第二、第三工場が建設中

であり、この発電工場が稼働すること、成都市内で発生するゴミ処理が可能になる。

日本とヨーロッパの技術を活用し運営して二年がたち、都市管理局が住民を指導し、お金に交換するゴミを除き、処理されているが、建築材料のゴミについては、処理されていない状況である。



成都彭州市小魚洞鎮江橋村での村民との意見交換会

今年度は中国・四川省震災地区のゴミ処理状況の調査などが主であり、今後二年間において、四川省の村民が本町に来町し、中国の住民と本町の住民がゴミ問題を通じて交流できることを期待している。

産業課 桑原定夫

町づくり講演会

「日本で最も美しい集落を目指して」の勉強会開催



▲1/28の講演会状況

1月28日コミュニティセンターにおいて、「日本で最も美しい集落を目指して」の勉強会を開催しました。講演内容は、いそどり・TOSS型人材育成事業説明《(株)いそどり社長、横石知二 氏》・模擬授業《TOSS静岡、手塚美和 氏》・人材育成マニュアル《玉川大学教職大学院准教授、谷 和樹 氏》や日本で最も美しい集落事業成功のヒント《プロデューサー、鈴木俊博 氏》などについて講演や授業があり名総代、集落役員、集落再生プロジェクト事業実施集落代表者及び1 Q運動会委員などの方々に参加、活動に活かせる取り組みのヒントとなりました。

本町の国勢調査人口（H22年10月1日調査）は概数ですが、1,784人で5年前の1,955人（H17年調査）より171人（△8.75%）減少し、超高齢化社会の進展と人口減少により地域社会が維持できない現実に迫られています。この厳しい時代へ住民皆様、町内企業団体及び行政と連携し総力で乗り切っていく知恵を考えていきます。

第2弾 町づくり講演会

つぎのとおり、(第2弾)町づくり講演会を実施します。

前回の講演会を踏まえて、集落で実践できるやり方についてお話しをします。住民皆様のご来場をお待ちしております。

ー講演内容ー

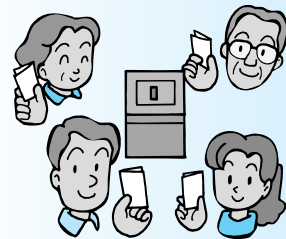
「日本で最も美しい集落を目指して」の具体的な実践にむけて

- と き 平成23年3月3日(木) 午後7時～午後9時
- と ころ コミュニティセンター 2階ホール
- 講 師 プロデューサー 鈴木 俊博 氏
- 主 催 上 勝 町



問い合わせ先：役場産業課

徳島県知事選挙及び 徳島県議会議員一般選挙 投票日は、平成二十三年四月十日 日



本年は第十七回統一地方選挙の年です。本町では徳島県知事選挙及び徳島県議会議員一般選挙が実施されます。

告示日

■徳島県知事選挙

三月二十四日(木)

■徳島県議会議員一般選挙

四月一日(金)

期日前投票

投票日当日に仕事や旅行等やむを得ない事情で投票所に行くことができない見込みの方は、期日前投票制度をご利用ください。

宣誓書の記載をしていただくことで、期日前投票期間に

投票をすることが可能です。期日前投票所の期間及び場所は次のとおりです。

期 間

■徳島県知事選挙

三月二十五日(金)から

四月九日(土)まで

■徳島県議会議員一般選挙

四月二日(土)から

四月九日(土)まで

● 時 間

八時三十分から二十時まで

● 場 所

上勝町役場 本庁

● 不在者投票

●病院等での不在者投票
不在者投票のできる指定病

院・施設に入院(入所)されている方は院長等に申し出るとその病院等で投票をすることができます。

●郵便等による不在者投票

身体に重度の障害がある方は郵便等によって不在者投票をすることができます。

この不在者投票ができる方は次の方に限ります。

- ①身体障害者手帳又は戦傷病者手帳の交付を受けている方で一定の基準に当てはまる方。
- ②介護保険の被保険者証に要介護5として記載されている方。

なお、郵便で投票する場合は、あらかじめ郵便投票証明書の交付を受けておき、その

証明書を添えて投票用紙等の請求を投票日前四日前(四月六日(水)までにしなければなりません。

また、代理記載制度、船員の不在者投票、国外における不在者投票もありますが、これらの申請には日数を要しますので、お早めにお手続きをお願いします。

●この選挙で選挙人名簿に登録される方

(年齢要件)

平成三年四月十一日以前に出生した方。

(住所要件)

徳島県知事選挙においては平成二十二年十二月二十三日、及び徳島県議会議員一般選挙においては平成二十二年十二月三十一日以前から引き続き上勝町に住所を有しており、公職選挙法に定められている欠格事項に該当しない方。

●その他

徳島県知事選挙及び徳島県

議会議員一般選挙では、徳島県内の市町村に住所を移しても、投票を行うことができる場合があります。

選挙人名簿に登録されている市町村から、一回限り県内のほかの市町村に住所を移した者で転入地の選挙人名簿に登録されていない者は、転出地の市町村において投票することができません。(同一市町村内での転居は回数に数えません。)

この場合の投票時には、いずれかの市町村で、「引き続き都道府県の区域内に住所を有する旨の証明書」もしくは「住民票の写し」を発行してもらい、これを転出地の市町村に提示して投票を行うこととなります。

その他の事項については四月号広報でお知らせいたします。

問い合わせ先

上勝町選挙管理委員会
(役場総務課内)

上勝幼稚園廃園決定

上勝幼稚園について、先般広報9月号で現状報告をしましたが、その後、教育委員会では、保護者の意向調査の結果等を踏まえ、検討を重ねました。その結果、少子化に歯止めがかからない現状の中で、入園希望者が非常に少ないこと、幼保一体での保育を希望する保護者が多いこと等を考慮し、教育的効果も考えた上で、将来的にも存続は難しいとの結論に達し、町長に廃園決定の答申書を提出。12月議会において、幼稚園廃園に伴う関係条例の整理に関する条例を提案し、全会一致で承認され、廃園が決定しました。

廃園条例制定を受けて、委員会では、県教

育委員会に廃園認可申請書を提出し、去る2月8日徳島県教育委員会定例会で正式に認可が承認され上勝幼稚園は今年度末を持って閉園することになりました。閉園式は3月18日の卒園式に引き続いて実施することになっています。

なお、幼稚園廃園に伴い、4月以降の4歳児・5歳児については、彩保育園に通園することになりますが、教育委員会としては、就学前教育が後退することの無いよう、小学校と保育園・保護者・行政等が連携を図り、教育効果が上がるよう、生涯学習を含め取り組んでいきたいと考えています。（教育委員会）

4・5歳児の保育園入園要件の緩和について

保育園への入園は、保育に欠ける幼児等の要件が必須ですが、平成23年4月以降の入所については、4・5歳児の入所に限り本町では希望者全員入所できるよう配慮します。

入所等の御相談は、役場住民課へお問い合わせください。

第2回

子育て講座



1月15日に高鉾公民館において第2回目の子育て講座を行いました。

第1回に引き続き、子どもさんへのタッチケアで親子のふれあいの時間を楽しみ、やさしい香りに包まれながらのアロマヨガでお母さんもリラックスしました。

今回はヨガの後に、アロマコーディネーターでもある吉本先生にプチアロマセラピー講座も開いていただき、参加者もエアフレッシュナーづくりを体験しました。



エアフレッシュナーづくり



赤ちゃんへのタッチケア

上勝っ子！世界へ羽ばたけ！



卒業生の皆さん、ご卒業おめでとうございます！
未来に向かって頑張ってください！
上勝中学校を巣立っていく9名をご紹介します。

- ① 上勝町に期待するもの
- ② 将来の夢
- ③ 卒業にあたって一言



たかはし ゆうき
高橋 侑希（正木）

- ① ごみ分別のことを期待しています。
- ② まだ決まっていません。
- ③ 今までありがとうございました。また上勝に帰ってくるときはよろしくをお願いします。



たにくち ゆうや
谷口 侑也（傍示）

- ① ゴミゼロが達成されていること。
- ② 今はまだ具体的に決まっています。
- ③ 3年間ありがとう！！



たむら あいり
田村 愛里（旭）

- ① 今の上勝町のよいところを伸ばし続けてほしいです。
- ② まだ具体的には決まっていますが、幸せに暮らしたいです。
- ③ 長い間お世話になりました！これからもずっと上勝が大好きです！



ほうし じゅんぺい
傍示 純平（正木）

- ① これからもゴミ分別や環境を大切にする町づくりをしてほしい。
- ② 技術者になって人々の役立つものを作ること。
- ③ 上勝中学校で学んだことをこれからも役立てていきたいです。お世話になった人に感謝したいです。



みずひき しょうた
水引 翔太（傍示）

- ① 自然などを守ってもらいたい。
- ② 中学校の数学の先生。
- ③ 今までお世話になりました。高校へ行ってもがんばりたいです。



みま なつき
美馬 菜月（福原）

- ① もっと自然が豊かになる。
- ② まだありません。
- ③ 今までありがとうございました。



やまさき とうま
山崎 冬馬（正木）

- ① 世界に誇れる上勝町になってほしい。
- ② 子どもたちと一緒にサッカーがしたい。
- ③ いろいろとお世話になりました。



やまし あすか
山西 梓紗（正木）

- ① 映画化で、上勝町を盛り上げて下さい。
- ② パティシエ
- ③ これからもがんばって行きます。



やまもと ゆうだい
山本 雄大（福原）

- ① ゴミゼロ活動を続けていき、上勝町がきれいな町になってほしい。
- ② まだ具体的には決まっていますが、これから生きてゆくまで見つけたいです。
- ③ クラスのみんなと別れるのは、さびしいですが、これからがんばっていきたいです。

（敬称略）

ゼロ・ウェイスト運動

沖縄県多良間島でも



沖縄県宮古島の隣にある多良間島。人口約一三〇〇人の小さな村で、ゼロ・ウェイストに向けた新しい運動が始まりました。

事の起りは、ゼロ・ウェイストアカデミーへ多良間村役場から「ゼロ・ウェイスト

入、自発的なクリーンセンターの見学などが実行されており、今後も生ごみ全量自家処理、収集回数削減、新リサイクルルートの確立などを目指しています。

多良間島のゼロ・ウェイスト研究会メンバーからは、「今までごみのことなんて考えたことなかったけど、上勝町を視察して、ごみの知識や、ごみ問題が税金に直結していることを学び、自分の生活を見直すきっかけとなった。」という声もありました。

皆さんが日頃行っている分別やリユースなど、焼却や埋め立てに頼らない考え方は、着実に他の町にも広がっています。しかし、ゼロ・ウェイストが一朝一夕にできないことは、上勝町民が一番痛感していることだと思います。この広がりが一時的に終わるのではなく、継続してお互いを高め合っていけるよう努めていきたいと思っています。

ゼロ・ウェイストアカデミー 事務局 藤井 園苗

平成22年度 町内一斉清掃のご案内

■日時 3月13日(日)
小雨決行、大雨3/20(日)に延期
午前8時集合

■各地区集合場所

旭地区	旭基幹集落センター
野尻地区	大杉荘
瀬津地区	生実分団瀬津詰所
川西地区	コミュニティセンター
福原地区	ふれあいセンター
傍示地区	傍示定住センター
柳谷地区	柳谷会堂
藤川地区	高鉾公民館
福川地区	高尾様宅下の広場

■午後1時半より日比ヶ谷ゴミステーションにて分別作業

■年に1回の大掃除。きれいな上勝町が維持できれば、心もすっきり。
多くの方のご参加をお待ちしております。
※昼食、軍手、火バサミ等は各自ご用意ください。
※当日の怪我等は保険が適用されます。

■主 催 上勝町町内一斉清掃実行委員会

■問い合わせ先 ゼロ・ウェイストアカデミー
☎44-6080

(平成22年度徳島県企業局ダム水源地サポート事業)

鬼は外! 福は内!

二月三日(木)に青年会主催「鬼の出張サービス」が行われ、鬼や福の神に扮した上勝町青年会のメンバーが要望のあったお宅に訪れました。

小さいお子さんは、鬼を目の前に怖がりながらも「鬼は外ー!」と元気に豆を投げっていました。

来年もお申し込みをお待ちしています。

上勝町青年会一同



賑やかな夜となりました



鬼は外～! 福は内～!



福の神も登場しました



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。

平成22年度

宝くじ助成事業

このたび、(財)自治総合センターのコミュニティー助成事業(自主防災組織育成助成事業)を活用し、防災用テント、背負い具、音響機器、発電機などを整備しました。本事業は、総務省の地域防災スクールモデル事業にも選定され、小中学校区を対象に行った救急救命講習や自主防災座談会の炊き出し訓練(上勝町社会福祉協議会主催)などに活用されました。

この助成事業は、宝くじの普及広報事業の一環として実施しています。宝くじの収益金は、学校・図書館等の教育施設の設備をはじめ道路・橋梁・公園・社会福祉施設等の建設や改修など、皆様の日常生活に役立つように使われます。



知って得する健康情報

(155)

鳥海進一

ようやく春めいてまいりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今回の健康情報は「膀胱炎」についてお話をさせていただきます。まだまだ寒いからといって、トイレに立つことを我慢しすぎていると膀胱炎になっちゃうかもしれません。

概説

膀胱は内面がやわらかい粘膜の袋で、尿の貯蔵庫です。膀胱炎とは、膀胱内に細菌（大腸菌やブドウ球菌など）が侵入・繁殖することで膀胱に炎症が起こる病気です。また、膀胱で貯められている尿にも、もともとごく少量の細菌が存在していますが、それがどんどん繁殖すると膀胱炎になってきます。膀

胱炎の症状としては、突然おしっこの後が痛くなる、尿に血がまじる、尿の回数が多くなる、排尿時の不快な感じが前兆として出てくる、などです。その中でも特に、排尿が終わるときにしみるような痛みを感じる人が多いとされています（膀胱の内側が、炎症で敏感になってくるために起こる症状）。また、膀胱炎症状の後、悪寒や高熱、腰痛が出てきた場合は、炎症が腎臓まで波及し腎盂腎炎になっている恐れもあります。

原因

原因は尿道からの細菌感染です。膀胱には細菌に対する抵抗力（＝免疫）がありますが、病気をしたり、

疲れているときなど、その抵抗力が弱くなった場合に感染しやすくなります。また、女性は生涯に一度は膀胱炎を経験する、と言われるほど、女性に多い病気ですが、その理由として、女性の身体は尿道が短く、細菌が繁殖しやすい膣や肛門が尿道口の近くにあるということがあげられます（尿道の長さは、男性が十五センチ前後なのに対し、女性は四センチ前後で男性の三分の一程度しかありません）。つまり、細菌が簡単に膀胱に侵入しやすい構造になっているんですね。

治療

急性膀胱炎や一部の慢性膀胱炎などの細菌が原因の膀胱炎の場合、抗生剤の投与が主な治療方法です。急性膀胱炎は大腸菌が原因とされているので、大腸菌に有効なニューキノロン系やセフェム系の内服薬が処方されるが多いようです。急性膀胱炎の場合、内服薬は四～五十分処方され、飲み始めて一～二日で症状は

落ち着き、一週間程で治ります。ですが、症状が軽い場合には、下記の予防を心がけることで抗生剤を飲まなくても治る場合もあります。慢性膀胱炎は、急性膀胱炎よりも治療は長引きます。また、抗生剤の内服を続けていると症状が改善されないことがあります。慢性膀胱炎では原因となる基礎疾患がある場合があり、基礎疾患の治療も考慮する必要があります。

補足

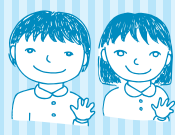
膀胱炎は、尿内の細菌数や白血球を調べる尿検査などによって簡単に診断できる病気です。一方、腎臓や膀胱に腫瘍ができたり結石があったりすると、膀胱炎と似たような症状や所見が出たり、真つ赤な血尿が出たりすることもあります。検査の結果、特別異常がみつからないのに膀胱炎と同じような症状をおこすことだけあります。これは膀胱神経症といい心理的な要因が原因とされています。このように同じような症状が

あるからといって、すべて同じ膀胱炎では片づけられず、膀胱炎以外の病気の可能性もあるので、一年間に何回も膀胱炎を繰り返したり、あるいは治りの悪い方、症状がどんどん重くなっていくような方は、一度専門の先生（泌尿器科）に診てもらうことをお勧めします（膀胱炎は多くの人が体験していることもありませんが、そもそも恥ずかしい病気なんてありません）。

予防

- ① 身体の抵抗力・免疫力を落とさない。↓ストレスや過労、過激なダイエットを避ける、風邪は早く治す、など細菌に負けないよう心身を健全に保つ。
- ② トイレを我慢しない。
- ③ 水分を多めに摂って、尿と一緒に菌を外に出すよう心がける。
- ④ 下半身を冷やさない。
- ⑤ 外陰部を清潔に保ち、排便のときは前から後ろにふく。

こんにちは保健師です



無料で受けられます 子宮頸がん等ワクチン予防接種

上勝町でも、次のとおり予防接種費用の助成をしています。

助成の対象

■子宮頸がん予防ワクチン

【対象】 中学三年生
高校一年生

※高校一年生については、平成二十三年二月一日～平成二十三年三月三十一日の間に一回以上の接種を受けた方は、平成二十三年度において高校二年生になっても、引き続き接種費の助成が受けられます。

■ヒブワクチン

【対象】 ○～五歳未満

■小児用肺炎球菌ワクチン

【対象】 ○～五歳未満

平成二十三年二月一日以前に、既に一回以上の接種

※任意接種です

これらの予防接種は、任意接種（予防接種法で決められていない予防接種）で、強制ではありません。予防接種により健康被害が生じた場合に対し救済制度が設けられていますが、定期接種と任意接種では、その質が異なります。（任意接種は定期接種に比べると、その保障の質は低くなります。）

このことを十分ご理解いただいた上で、接種をされますようお願いいたします。

お申込み・お問い合わせ

各予防接種の詳細のお問い合わせや、予防接種のお申し込みは、役場住民課までどうぞ。

3月1日～3月7日は子ども予防接種週間です。

4月からの入園・入学に備えて、必要な予防接種をすませ、病気を未然に防ぎましょう。

また、現在、中学1年生、高校3年生に相当する年齢で、平成22年4月以降、2回目の麻疹・風しんの予防接種を受けていない方も、是非この機会に受けましょう。

「子どもの予防接種週間」協力医療機関では、予防接種に関する相談に応じるとともに、平日の夜間や土曜日・日曜日に予防接種を行える体制を整えています。

◆協力医療機関の詳細については、役場住民課へお問い合わせいただくか、徳島県ホームページをご参照ください。

女性の健康週間です

厚生労働省は、毎年三月一日～三月八日までを「女性の健康週間」としています。

「女性の健康週間」は、女性の健康に関する知識の向上と、女性を取り巻く健康課題に対する社会的関心の喚起を図るため、平成二十一年に創設されました。

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援する「女性の健康週間」では、女性の健康づくりを国民運動として展開することとされています。

貯筋教室

ゆつくり体をほぐしたあと、無理のない筋トレ体操を行います。先生からなるお話しもあつきます。

三月二十二日(水)
十四時～十六時
コミュニティセンター
会費 一回 五百円

上勝町診療所の歯の健康相談

3月10日(木)
9:30～11:30

3月28日(月)
9:30～11:30

歯科衛生士による歯やお口の相談です。



4月から「農業者戸別所得補償制度」が本格実施されます。

販売価格が生産費を恒常的に下回っている作物を対象に、その差額を交付することにより、農業経営の安定と国内生産力の確保を図り、もって食料自給率の向上と農業の多面的機能を維持することを目的としています。

■制度の内容

- 畑作物の所得補償交付金(麦・大豆・そば・なたね)
- 水田活用の所得補償交付金(戦略作物助成・二毛作助成・耕畜連携助成・産地資金による地域振興作物への支援)
- 米に対する助成(米の所得補償交付金・米価変動補てん交付金)
- 加算措置(品質加算、規模拡大加算、再生利用加算、集落営農の法人化支援)

■お問い合わせ先 中国四国農政局徳島農政事務所
農政推進課 ☎088-622-6132 計画課 ☎088-622-6133



平成23年 春季全国火災予防運動

『「消したかな」あなたを守る合い言葉』を統一標語として、全国一斉に3月1日(火)から7日(月)まで春季全国火災予防運動を実施します。

この運動は空気が乾燥し、火災の発生しやすい時季を迎えるにあたり、火災の発生を防止し、高齢者等の死傷者事故を減少させることを目的とします。

この火災予防運動を機会に皆さんの家庭でも今一度、下記の「住宅防火 命を守る7つのポイント」について話し合い、火災予防に心がけてください。



住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

－ 3つの習慣・4つの対策 －

3つの習慣

- 寝タバコは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。



4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

産業課臨時職員募集！

平成二十三年度に開催予定の棚田サミット企画・運営及び産業課事務補助のための産業課臨時職員を募集いたします。ご希望の方は次により応募ください。

■募集内容

職種・職務内容・人数

事務補助員
棚田サミットなど企画運営事務、企画事務等の補助
二名予定
(パソコンが使用できる方)

■条件

●日給
六、五〇〇～一〇、〇〇〇円
(経験等により多少変わります。)

●その他

時間外手当・通勤費支給、健康保険、厚生年金、雇用保険の加入

●勤務時間

午前八時三〇分～午後五時十五分(時間外勤務有り)

●雇用期間

平成二十三年四月一日～平成二十四年三月三十一日

●勤務地

本庁

●応募方法

提出物
①市販の履歴書一通(写真貼り付け)

②宛先を記入した返信封筒(八十円切手を貼り付けた物)

●締め切り日

平成二十三年三月十八日(金)必着

●提出先

上勝町役場産業課宛に郵送、又はご持参ください。

●試験の日時

応募いただいた方に御連絡いたします。

●試験内容

面接等による選考試験

●履歴書郵送先及び問い合わせ先

〒七七一―四五〇―
徳島県勝浦郡上勝町大字
福原字下横峯二―
上勝町役場産業課
☎〇八八五―四六―〇二二
IP〇五〇―三四三八―八〇七

英会話教室

3月の英会話教室の実施予定は下記のとおりです。

■開講日 3月 3日(木)
10日(木)
17日(木)

■時 間 初級クラス 午後7時～8時
上級クラス 午後8時～9時

※両クラスを継続して受講することもできます。

■場 所 高鉾公民館

■受講できる方

上勝町内に住所を有する方
上勝町内に勤務されている方

■受講料 無 料



●お申し込み・お問い合わせ 上勝町教育委員会まで

第8回 高齢者教室ご案内

■と き 3月15日(火)
午前10:00～午後2:00

■ところ コミュニティセンター

■参加料 無料

■お申し込み先 上勝町教育委員会

☎0885-45-0111

■内 容 午前の部

記念講演「高齢者の病気とその予防Ⅱ」

講師:徳島文理大学 伊井邦雄先生

午後の部

「平成22年度高齢者教室閉講式」

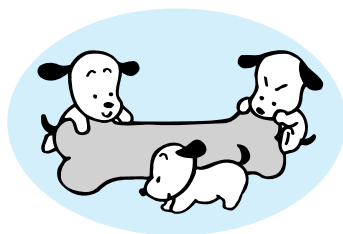
■高齢者教室は年齢に関係なくどなたでも参加できます。



平成23年度の犬の登録及び狂犬病予防注射について4月5日(火)～6日(水)に、次のとおり町内を巡回します。

■登録料(新規登録犬のみ) 3,000円

■注射料 3,000円
生後91日以上の子犬が対象です。



- 上勝町で登録されている犬の飼い主の方には、3月中に案内葉書をお送りいたします。
- 原簿への記入ミスを防ぐため、当日は案内葉書が必ず必要となりますのでご持参ください。(新規登録者除く)
- 注射状況によっては、予定時間に遅れることがありますのでご了承ください。
- 注射場所については、毎年、前年の実施状況や登録されている飼い主様の状況等によって調整しています。

なお、当日注射ができない場合は、5月15日(日)午前中に補正注射を行いますので、その際に登録や注射をお願いします。補正注射の詳しい日程や場所につきましては、5月号広報でお知らせいたします。

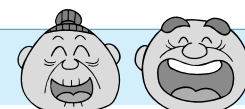
■お問い合わせ先 役場住民課 ☎0885-46-0111 IP050-3438-8071

4月5日(火)		
時 間	巡 回 場 所	
9:00～9:20	福 川	田村商店様横
9:30～9:45	南 岡	古請様資材置場前
9:50～10:00	六十ブ	六十ブ橋
10:10～10:15	槻 地	会堂前
10:35～10:45	南 岡	下岡様宅横
10:55～11:15	正木平間	役場支所裏
11:35～11:40	柳 谷	会堂前
13:00～13:25	下 地	針木様宅前三つ角
13:30～13:35	中 央	橋詰様宅前四つ角
13:45～13:50	折 坂	梅平様宅下バス回転場
13:55～14:00	折 坂	坂野様宅下カーブ
14:05～14:10	若 生	青黄様宅前
14:30～14:35	下 平	谷様宅下
14:55～15:00	傍示日浦	田中様宅横

4月6日(水)			
時 間	巡 回 場 所		
9:15～9:30	八重地	集会所前	
9:40～9:50	市 宇	田野様宅前	
10:00～10:10	菅 蔵	西浦橋	
10:15～10:20	神 明	東岡様宅前	
10:25～10:40	堂 平	堂平橋(集落センターへの橋)	
10:45～10:55	下 野	権太橋バス停	
11:00～11:05	日ノ浦	大杉荘前	
11:15～11:25	ながとろ通り	井上様宅前東	
11:35～11:45	喰 田	森本様宅前	
13:10～13:15	福原平間	亀橋	
13:25～13:30	戸 越	上勝中学校上	
13:40～13:45	高 畑	生実分団瀬津詰所前	
13:55～14:00	府 殿	梅塚様宅前	
14:15～14:20	檜 原	廣岡様宅前	
14:25～14:30	檜 原	檜原やすみどころ下カーブ	



高齢者・障害者の皆様へ



月ヶ谷温泉にて町民のうち、高齢者(65歳以上)や障害者等が入浴する場合、今まで1ヶ月当たり2回までが無料となっておりましたが、上勝町は一層の健康増進を図る目的で、4回まで無料化(拡充)しました。対象となる方は、お気軽にご利用ください。更に、後期高齢医療対象者に限り、4月からは8回に拡充します。その他、詳しくは月ヶ谷温泉または、役場住民課までお問い合わせください。

ご存じですか? 国民年金保険料は、退職(失業)による特例免除があります!



■特例免除はこのようなメリットがあります。まずは申請を!

メリット1

保険料を一部納付したのと同じ!

免除期間の年金額の計算は、保険料が納付された場合と比較して2分の1となります。

メリット2

万が一の際にも確かな保障!

病気や事故で障害が残ったときの障害年金や、一家の働き手が亡くなったときの遺族年金など、免除承認期間については支給対象の期間とされます。

メリット3

本人所得を除外して審査!

特例免除とは、通常であれば審査の対象となる本人所得を除外して審査を行い、保険料の納付が免除されるものです。(配偶者、世帯主に一定以上の所得があるときは保険料免除が認められない場合があります。)

通 常 の 場 合	申請者本人の所得	申請者の配偶者の所得	世帯主の所得
特例免除の場合	申請者本人の所得	申請者の配偶者の所得	世帯主の所得

手 続 き

特例免除は、申請する年度又は前年度において退職(失業)の事実がある場合に対象となります。保険料免除の申請は、住民票のある役場へ「国民年金保険料免除申請書」を提出してください。(申請書は役場本庁、支所、又は年金事務所にございます。)また、この特例免除については、配偶者・世帯主が退職された場合にも対象となります。

手続きに必要なもの

- ①年金手帳又は基礎年金番号がわかるもの(納付書等)
- ②認め印(本人が署名する場合は不用)
- ③失業していることを確認できる公的機関の証明の写し(雇用保険受給資格者証、離職票等)

追 納 の お す す め

国民年金には、追納という制度があり、10年以内なら免除を受けた期間の保険料を納めることができます。追納をされることにより、老齢基礎年金の年金額に算入されます。また、免除が承認された期間の翌年度から起算して3年度目以降は、当時の保険料に加算金がつきますので、お早めにされることをおすすめします。

今月の納税

後期高齢者医療保険料 8期分
納期限 平成23年3月31日

督促状の出るもの

後期高齢者医療保険料 7期分
町県民税 3期分
国民健康保険税 8期分
介護保険料 8期分

納期限は2月28日でしたが、まだ未納の方が見受けられます。未納者には3月18日に督促状を送付します。早急に納めてください。

心配ごと相談

3月24日(木) 13時～16時30分
コミュニティセンター

家庭内、近隣との悩みごとなど、登記相談についてもお気軽にご相談ください。下記の登記無料相談を受けられたい方は、事前に町内で開催される心配ごと相談所へご相談いただくか、直接下記へご相談いただくことも可能です。

登記無料相談

3月26日(土) 9時～正午
毎月第4土曜日 9時～正午まで開催
小松島市総合福祉センター

障害者生活支援相談

シーズ相談支援事業部

☎0884-24-3366

上記にて障害者の方の支援、相談を受け付けています。障害者手帳の取得、補装具、住宅改修、居宅サービス等どんなことでもお手伝いいたしますので、お電話お待ちしております。

廃タイヤ・廃バッテリーの収集
粗大ごみ、家電製品(テレビ・エアコン・洗濯機・冷蔵庫)の回収

毎週日曜日 7時30分～14時
日比ヶ谷ゴミステーション
廃タイヤ・廃バッテリー
... 1kgまで毎に100円
家電製品.....有料

後期高齢者医療制度の加入世帯のみなさまへ

加入者及びその世帯員の方は 必ず住民税の申告を!

後期高齢者医療制度の加入者及び18歳以上の世帯員の方の所得等により、高額療養費の支給額の算定基礎による所得区分(自己負担限度額)が決定します。

また、加入者及び世帯主の所得等により保険料額が決定します。所得がない方でも必ずその旨を申告してください。

申告がない場合は、自己負担限度額が高くなる場合があったり、保険料の軽減の適用が受けられません。

住民税の申告がまだの方は、平成23年3月15日(火)までに役場税務課または役場支所で申告をしてください。

放課後
いきいき!!

上勝あすなろクラブ入会募集

お申し込みは3月15日(火)までに

【学童保育(上勝あすなろクラブ)ってなに?】

上勝あすなろクラブは放課後や長期休みの時、子ども達が、みんなで集まって、楽しく学び、遊ぶところです。両親が働いていて、昼間家には誰もいないときや、スクールバスで帰っても近所に子どもがいなくて遊び相手がいないなど、子どもをとりまく環境はさまざまですが、子ども達が安心して帰ってきて、ほっとできる居場所になることを大切にしています。

毎日の宿題はもちろん、地域の方々との交流等楽しい行事を取り入れて、子どもたちの健全育成を目指しています。

受け入れは幼稚園相当年齢以上、小学校6年生までです。なお、見学はいつ来て頂いても結構ですが、必ず保護者同伴でお願いします。

【実施場所】 役場支所1階(老人福祉センター)

【実施期間】 学期中 下校時～18時30分

長期休暇中 8時～18時30分

【お問い合わせ及びお申し込み先】

上勝あすなろクラブ

☎/FAX 45-0175 IP 050-3438-8178

上勝町社会福祉協議会

☎ 46-0919 IP 050-3438-7660

一般廃棄物 収集予定日

3月の日程

22日(火) 傍示地区

23日(水) 正木地区

28日(月) 旭地区

29日(火) 福原地区

30日(水) 生実地区

お済みですか? 確定申告

確定申告は、もうお済みですか。

所得税の確定申告と納税は3月15日(火)まで、個人事業者の消費税及び地方消費税は3月31日(木)までです。

期限を過ぎて申告や納税をされますと、本税のほかに加算税や延滞税が必要となる場合がございますので、ご注意ください。

徳島税務署の申告相談会場は、3月15日(火)まで「アスティとくしま(徳島市山城町東浜傍示1)」となっています。

確定申告は大変便利な国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用して作成し、郵送か電子申告(e-Tax)でお早め!

■問い合わせ先 徳島税務署 ☎088(622)4131

電子申告は、自宅のパソコンから申告することができます。



▲徳島税務署 高尾総務課長より電子申告の説明を受ける笠松町長

国税専門官募集

- 一、受験資格
昭和五十七年四月二日～平成二年四月一日生まれの者
- 二、試験の程度
大学卒業程度
- 三、採用予定数
全国で約八五〇名
- 四、申込受付期間
平成二十三年四月一日(金)～四月十四日(木)
- 五、問い合わせ先
徳島税務署総務課まで
☎〇八八―六二二―四一三一

22年度の国保税

もう納付頂けましたか

平成二十二年度の国保税の納期が全部終わりました。しかし何らかのご都合で一部残っている方もあります。国保税は国保の加入者がお互いに助け合う制度になっています。まだ国保税の納付が終わっていない方は、年度末も近づいていますので、納付くださいますようお願いいたします。三月末には新しい国保証を送付いたしますが、未納の場合は送付できない場合があります。お早めに納付ください。

軽自動車の廃車はお忘れなく

軽自動車税(原付を含む)は、4月1日現在の所有者に対して課税されますので、廃車される方は3月末までに印鑑およびナンバープレート等をご持参の上、廃車手続きをしてください。



廃車についてのおたずねは

	車種	連絡先	郵便番号・所在地・電話番号
軽自動車税	軽自動車 軽二輪(126～250cc)	徳島県軽自動車協会	〒771-1156 徳島市応神町応神産業団地1-4 ☎(088)641-2010
	小型二輪(251cc以上)	徳島運輸支局	〒771-1156 徳島市応神町応神産業団地1-1 ☎(050)5540-2074
	原動機付自転車 (125cc以下のオートバイ)	役場税務課	

名月のロマンも変わる月の石
晩酌へ妻の笑顔を足して酔い
停年に近い茶わんのひびを撫で

川柳

菜を洗う悴み解ける湧清水
新年や大きな夢を見る自由
虎落笛意志あるごとく吹き荒れる
新年や祖孫ふえたるよき報せ
宅配のサインの文字も悴みて
新年や一日一日を生き抜くぞ
初春や今暫くは皆新た
妻病みて何んのかんと老の春
蠟梅にあなたの笑みがこぼれそう
蠟梅や手紙一通郵便夫
蠟梅が客を迎えるカフェ店
蠟梅の香り通るや風のみち
蠟梅の香りゆかしき床の間に
蠟梅のかすかに匂う散歩道

かおゑ 玉江 千恵 恵美子 弘子 妙 年明 冷子 ヤスエ 善男 やす子 美代子 米子

社長

町民の詩歌



俳句

詩

み空澄み朝日が映し輝きの
樹氷の化粧見る
まぼろしの大蛇住し傳説
龍の峰山

信一

短歌

パソコンの賀状の端に書き添えし近況報告幸せらしき
ろう梅の香りも豊か綻びて植えし主へ風よ運べよ
乙女子は祖父の命日覚えていて手向ける白百合墓前にゆるる
省みる八十年の歳月は絵巻の様に吾が宝なり
不義不正通り魔今日も出没し天国へ上る人はあるまじ
高円宮妃のお歌ゆずり葉の艶をいとしみ出荷準備す
稼勢山は富士にも似たり朝焼けて陽は朱にしてほのぼの昇る
手の掌に抱かれて匂ふ白梅の薄きかがやき風花の中
帰り道四つ葉を探し白詰草と教へくれし孫花嫁となる
水仙郷の斜面に群れる花々は光だきしめ一斉に咲く

恵美子 茂美 アヤ子 三都 徹夫 たみ江 ヨリ子 志津子 美恵子 米子

自衛官募集



募集種目	応募資格	受付期間	1次試験	試験会場	待遇・その他
幹部候補生 (一般・技術)	20歳以上26歳未満の者(22歳未満の者は大卒(見込含)) 大学院修士学位取得者は28歳未満 (平成23年4月1日現在の年齢)	2月1日(火)～ 5月6日(金)	5月14日(土)15日(日) (15日は飛行要員希望者のみ)	板野郡松茂町(海上自衛隊基地内予定)	入隊後約1年で3等陸・海・空尉(大学院修士学位取得者は2等陸・海・空尉) 給料… 大卒 214,900円 大卒(医科・歯科) 232,000円 大学院卒 232,000円 賞与…年2回(6月、12月) (平成22年4月現在)
一般曹候補生	18歳以上27歳未満の者 ただし、平成24年高等学校卒業予定者等は、厚生労働両省から示された期日以降に実施します。	1回 2月1日(火)～5月6日(金) 2回 8月1日(月)～9月9日(金)	1回 5月21日(土) 2回 9月17日(土)	板野郡松茂町(海上自衛隊基地内予定)	初任給 159,500円～ (採用時の給与は、学歴・職歴等により異なります)賞与…年2回(6月、12月)昇給:年1回休日等:週休2日制、祝日、年末年始・夏季特別休暇、年次有給休暇(年間24日) (平成22年4月現在)
予備自衛官補 (一般公募)	18歳以上34歳未満の者	1回 1月11日(火)～4月6日(水) 2回 7月19日(火)～10月5日(水)	1回 4月15日(金)～18日(月) 2回 10月14日(金)～17日(月) いずれか1日を指定されます。	板野郡松茂町(海上自衛隊基地内予定)	階級は指定しない 教育訓練招集手当日額:7,900円 所要の教育訓練を修了した後、予備自衛官として任用 予備自衛官
予備自衛官補 (技能公募)	18歳以上で国家免許資格等を有する者(資格により55歳未満～53歳未満の者)	1回 1月11日(火)～4月6日(水) 2回 7月19日(火)～10月5日(水)	1回 4月15日(金)～18日(月) 2回 10月14日(金)～17日(月) いずれか1日を指定されます。	板野郡松茂町(海上自衛隊基地内予定)	技能公募では、語学や医療技術、整備などの分野に精通した皆さんが応募することができます

■お問い合わせ先: 自衛隊阿南地域事務所

■事務所: 阿南市富岡町内町164(内町会館1F) ☎(0884)22-6981



グリーン情報

かみかつ 発信

はいかがですか?

本町出身者の22歳未満の方で、「グリーン情報かみかつ発信」を愛読くださる方は、無料で郵送しますので、ご希望の方は、役場産業課まで、ご連絡ください。



戸籍の窓口

平成23.2.1現在
前月比

人 口	1,935人 (5)
男	922人 (1)
女	1,013人 (4)
世帯数	864戸 (2)
高齢化率	49.30%
正 木	600人(2) 256戸(1)
傍 示	347人(1) 149戸(1)
福 原	284人(0) 135戸(0)
生 実	328人(0) 143戸(0)
旭	376人(2) 181戸(0)

(敬称略)

つつしんで
ご冥福をお祈りします

面谷 昂	75歳 (傍示)
峯 キヌ子	87歳 (旭)
清井 登	90歳 (福原)
笹尾 晴男	85歳 (正木)
山本タミ子	93歳 (正木)
尾崎 顯	80歳 (福原)

ありがとうございました

彩保育園 (敬称略)

品 名	住 所	氏 名
鬼 の 面	正 木 鶴 居	アヤ子
お 菓 子	正 木 大 森	秀 尊

上勝幼稚園

品 名	住 所	氏 名
お 菓 子	正 木 大 森	秀 尊

平成23年 1月の視察来町者数

16件 160名

夜間救急当番表

平日18時～翌朝9時 休日19時～翌朝9時

日 時	救急病院名
3月2日(水)	勝 浦 病 院
3月4日(金)	勝 浦 病 院
3月6日(日)	勝 浦 病 院
3月8日(火)	勝 浦 病 院
3月10日(木)	上 勝 町 診 療 所
3月12日(土)	勝 浦 病 院
3月14日(月)	勝 浦 病 院
3月16日(水)	勝 浦 病 院
3月18日(金)	勝 浦 病 院
3月20日(日)	勝 浦 病 院
3月22日(火)	勝 浦 病 院
3月24日(木)	上 勝 町 診 療 所
3月26日(土)	勝 浦 病 院
3月28日(月)	勝 浦 病 院
3月30日(水)	勝 浦 病 院
4月1日(金)	勝 浦 病 院

上勝町診療所 44・5010
勝 浦 病 院 42・2555

緑のふるさと協力隊日記 10



この1年間、上勝町で、地元にあたままでは知らなかっただろう本当にたくさんの事を見て、学ぶことができました。私たちにたくさんの機会を与えてくださり、時にわがままを聞いてくださり、また、温かく見守ってくださった町の皆様のおかげで、楽しく、濃密な1年間を過ごすことができました。

この1年間は、私たち協力隊が上勝町の皆様に協力して頂き、大きく育てて頂いた1年でした。他のどこでもない、上勝という町に来ることができてよかったと心から感じています。

上勝町の皆様にお世話になったこと、学ばせていただいたことを、私たちの今後に生かしていかなければと思っています。上勝町を一旦離れても、この町やお世話になった方々となつなりたいと思いますので、また上勝町に訪れた際には、温かく迎えて頂けると嬉しいです。

1年間、大変お世話になりました。心より、感謝申し上げます。ありがとうございました。

3月7日(月)の夜、コミュニティーセンターにおいて、協力隊の1年間の報告会を開きますので、どうぞ皆様お越しください。

にしのあやさ かんだ
(西野綾紗、神田やよい)

第17期

緑のふるさと協力隊 活動報告会

1年間お世話になりました皆様に向けて、今期の協力隊員から活動の中で自分たちが感じた事、学んだ事を報告させていただきます。多数の方のご来場をお待ちしています。

■日 時 3月7日(月)19時から

■場 所 コミュニティセンター2階ホール



インターネット及びCATV・IP電話サービスの入会・お問い合わせ窓口

故障かな?と思ったら下記までお問い合わせください。

株式会社NTT西日本・四国 地域情報センター

TEL0120-960-138 IP050-3438-9877 受付時間9:00~17:00(平日)

土・日・祝祭日は留守番電話にてご用件を承ります。連絡先・氏名等は必ずお知らせください。