



**主な内容**

町議会6月定例会	2ページ
職員採用試験の案内	3ページ
地域おこし協力隊レポート	4ページ
移住交流支援センターだより	5ページ
すくすすだっちょ4人・フォトコンテスト2013	20ページ



PHOTO: 辰の宮「クス」(下分字西寺)  
(H25.7.2 撮影)

発行: 神山町広報編集委員会 TEL.088-676-1111 [IP 2001]  
<http://www.town.kamiyama.lg.jp>

**町民のうごき** [平成25年7月1日現在]

■人口	6,193人(-25)	男 2,929人(-12)	女 3,264人(-13)
■世帯数	2,607戸(-2)		

( ) は前々月比



# 6月定例会

## 20議案を可決

町議会6月定例会が平成25年6月19日から24日までの会期で開会されました。

本定例会では、平成25年度一般会計補正予算など20議案を審議し、すべて原案どおり可決、承認されました。可決された議案は次のとおりです。

### 補正予算

■平成25年度神山町一般会計補正予算(第1号)について

歳入歳出それぞれ9692万円を追加し、総額42億3992万円としました。主なものは、宝くじ助成事業として、28歩の会と桜花連に500万円、風しん対策事業として100万円を追加しました。

■平成25年度神山町国民健康保険特別会計補正予算(第1号)について

歳入歳出それぞれ9025万7千円を追加し、総額9億9329万6千円としました。前年度繰越金の確定による増額です。

以下3議案についても、全て繰越額による調整です。

■平成25年度神山町簡易水道事業特別会計補正予算(第1号)について

歳入歳出それぞれ710万円を追加し、総額2億9443万8千円としました。

■平成25年度神山町介護保険特別会計補正予算(第1号)について

歳入歳出それぞれ877万6千円を追加し、総額9億6005万7千円としました。

■平成25年度神山町後期高齢者医療特別会計補正予算(第1号)について

歳入歳出それぞれ11万8千円を追加し、総額1億2820万2千円としました。

### その他

■財産の取得について

住民基本台帳ネットワークシステム更改に伴う機器の購入について、随意契約により1092万円で扶桑電通(株)徳島営業所から取得することについて議決を得ました。

■財産の取得について

上分字中津931番2の山林(20万7900平方メートル)について、とくしま豊かな森づくり事業で公有林化することで議決を得ました。

■平成25年度神山町役場本庁舎耐震改修工事請負契約の締結について

指名競争入札により、1億9414万5千円で(株)北島コーポレーションと契約を締結することについて議決を得ました。

■神山町デジタル防災行政無線施設整備工事(第1期)請負契約の締結について

一般競争入札により、2億7268万5千円で富士通ゼネラル・大日共同企業体と契約を締結することについて議決を得ました。

■平成24年度広野公民館耐震改修工事請負契約の締結について

指名競争入札により、5502万円で(株)国際と契約を締結することについて議決を得ました。

■平成25年度上分公民館建替工事請負契約の締結について

指名競争入札により、1億295万2500円で赤松土建(株)と契約を締結することについて議決を得ました。

■平成24年度施行24年災第1号道路災害復旧工事変更請負契約の締結について

契約金額を99万5400円減額し、9224万4600円とすることについて議決を得ました。

■副町長の選任について

大野富美雄氏(阿野字大地)を神山町副町長に選任することについて同意を得ました。



神山町副町長  
おのの 富美雄氏

■固定資産評価審査委員会委員の選任について

上田稔氏(鬼籠野字西分)を選任し、同意を得ました。

### 専決処分

■平成24年度神山町一般会計補正予算(第8号)について

歳入歳出それぞれ2億3853万8千円を追加し、総額48億964万9千円としました。庁舎増改築基金積立金2億7807万8千円などによる増額です。

■平成24年度神山町国民健康保険特別会計補正予算(第5号)について

歳入歳出それぞれ3289万2千円を減額し、総額10億7935万4千円としました。

■平成24年度神山町簡易水道事業特別会計補正予算(第6号)について

金額の増減はなく、財源内訳を訂正しました。

■平成24年度神山町後期高齢者医療特別会計補正予算(第4号)について

歳入歳出それぞれ136万6千円を減額し、総額1億1672万

5千円としました。

■平成24年度施行24年災第1号道路災害復旧工事変更請負契約の締結について  
工期の延長を行いました。

■神山町国民健康保険税条例の一部改正について  
地方税法の一部を改正する法律等が4月1日から施行されたことによる改正です。

## 報告

■平成24年度神山町一般会計繰越明許費の繰越計算書について  
防災行政無線整備事業や公民館

施設耐震整備事業など13事業5億9775万2千円を翌年度に繰り越しました。

■平成24年度神山町簡易水道事業特別会計繰越明許費の繰越計算書について  
中央簡易水道施設整備事業45

19万円を翌年度に繰り越しました。

■株式会社神山温泉の経営状況について  
平成24年度の決算は10期連続の

黒字となりました。

### 平成24年度決算

( )は前年比

- 温泉入浴者数 160,072人 (-5.5%)
- ホテル宿泊者数 9,864人 (+7.3%)
- 総売上高 神山温泉 345,551千円 (+3.6%) 道の駅 144,290千円 (+4.7%)
- 純利益 5,261千円 (+28.4%)

おめでとーございませう

## 高齢者叙勲旭日単光章



かわの たいち 河野 太市 氏 88歳 (神領字西青井夫)

河野太市さんは、昭和51年地域住民の方から推薦されて神山町議会議員に当選以来、昭和62年までの3期12年にわたり議会議員として在職され、豊富な経験とすぐれた指導力で地方自治の発展に貢献されました。

在職中は、議長として議会の円滑な運営に尽力され、産業常任委員会委員長等、各常任委員会の副委員長や委員を歴任されました。特に、国道改良整備促進特別委員等を歴任するなかで、当町の産業振興には道路網の整備が重要課題であると早くから取りかかれ、遅れている国道及び主要地方道の改良は基より町道、農道の道路網の整備や林道の開設に全力を傾注されました。

また、神山町農業委員会委員として9年余り在職され、農業就業人口の減少、耕作放棄地の増大、高齢化の進行等、深刻な問題が山積される状況のなかで、豊富な経験と識見をもって農用地の利用調整、農地及び農村に関する振興計画等農業の重要施策に貢献されました。

このような長年にわたる地方自治に尽力された功績に対して、この度表彰されたものです。

## 神山町職員採用試験案内

神山町では新規採用職員の募集を次のとおり行います。

- ◎ 受付期間 7月22日(月)～8月5日(月) 月曜から金曜の8時30分より17時まで
- ◎ 第1次試験日 9月22日(日)
- (1) 郵便による申込みは、8月5日までの消印のあるものに限り受け付けます。
- (2) 受付期間経過後の申込みは、一切受け付けいたしませんので十分注意してください。
- ◎ 第1次試験会場 徳島文理大学 9号館 人間生活学部棟

### 1 試験区分、採用予定人員及び職務の内容

- (1) 申込みできる「試験区分」は、一つに限ります。
- (2) 申込み後は、「試験区分」の変更はできません。

試験区分	採用予定人員	職務の内容
一般事務 高等学校卒業程度	3名程度	神山町において、一般行政事務に従事します。
土木 高等学校卒業程度	1名程度	神山町において、土木の業務に従事します。
保健師 短期大学卒業程度	1名程度	神山町において、保健師の業務に従事します。

※採用予定人員は変更になる場合があります。

### 2 受験資格

試験区分	受験資格
一般事務 高等学校卒業程度	昭和52年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた者。
土木 高等学校卒業程度	昭和52年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた者。
保健師 短期大学卒業程度	昭和58年4月2日以降に生まれた者で、保健師の資格を有する者又は、平成26年春の国家試験により当該免許を取得する見込みの者。

「卒業程度」とは、試験の程度を示すものであり、学歴を受験資格とするものではありません。

※ 詳しくは神山町役場総務課 (Tel.088-676-1111) までお問い合わせください。



## 地域おこし 協力隊



地域おこし協力隊  
有正あかね

神山暮らしも2年目に突入しました。鶯宿梅と南高梅を見分けられるようになりました！（なんとなくですが…）梅はもちろんのこと、ゆすらうめ、ピフ、夏ミカンなど果樹の恵みに満たされています。



地域おこし協力隊  
永野 裕介

6月14日に長男が誕生しました。名前は碧人（あおと）。新しい神山町民としてどうぞよろしくお願ひします。豊かな自然、人に囲まれて、すくすくと育ってくれることを願っています。



▲イベントにて出店中

## 今年度の予定

今年度は引き続き「新商品の開発」と、新しく「販路開拓」に注力していきたいと考えています。神山町には商品価値の高い「宝」が、たくさん眠っています。その宝の価値をどのように伝えるのか、「欲しい」と思っている人にもどのように届けるのか：地域おこし協力隊、行政、住民の皆さんと知恵を出し合いながら取り組んでいきたいと思っています。

## 新商品開発&試作三昧

昨年度1年間かけて発見、発掘してきた素材や人材。それらに私たち外部からの視点を加えて、新商品を試作しています。

3月に徳島新聞に掲載された



▲小間坂さんからご指導と激励を受けつつ、試作中です。

「紫蘇の黒糖づけ」は、「神山の味」という本にレシピが紹介されています。それにひと手間加えて、「梅農家の生ふりかけ〜しそ〜」を試作しました。

「紫蘇の黒糖づけ」を製造・販



▲生ふりかけできました。

売されている小間坂さん（下分中稲原）からもご指導いただきながら、下分生活改善グループの皆さんと一緒に、まずは紫蘇の黒糖づけ作り。それに鰹節などを加えて、ご飯のお供にぴったりのおふりかけを作ってみました。今はイベント等で試験販売を行い、少しずつ改良を加えています。機会があればぜひご賞味いただき、ご意見ご感想をお寄せいただけると嬉しいです。

## 販売へ

先述したとおり、神山町には魅力的な食材がたくさんあります。どこで、どのように売っていくべきなのか、その仕組みを「あーだこーだ」と思案中です。とにかく今は、数多く訪れるイベント等の機会を活用して、直接販売しつつ、他の地域の取り組みや売れ筋等を探っている状態です。

4月〜6月は、神山温泉祭り、か・み・や・まるけつと、フジグラン北島店に「神山町農産加工研究会」として出店。ロングセラーの「よもぎだんご」から、新商品の生ふりかけ、梅ジャム、また大久保の里の新商品「手もみ茶」、すだちサイダー等を販売しました。今後も、徳島県内外のイベント等にも積極的に出店していく予定です。

# 移住交流支援センターだより



地域おこし協力隊  
橋本 泰子  
グリーンバレーが取り  
組む移住交流支援  
事業について、詳しく  
お届けします。

東京の(株)プラットイーズ  
7月1日 寄井に  
『えんがわオフィス』を開所

東京や大阪に本社を持つ企業が、神山町にサテライトオフィス※(SO)を構えています。昨年度から徳島県と神山町での本格的な誘致が始まり、ICT(情報通信技術)関連の仕事を中心とする企業9社が既に神山町内で業務を開始しています。そして、7月1日には、東京に本社のある(株)プラットイーズが、SO神山センター、通称『えんがわオフィス』を神領寄井に開所しました。

寄井座に隣接する『えんがわオフィス』は、もともとあった古民家をガラス張りの建物に改築し、建物のまわりを取り囲むように「えんがわ」が作られています。いつでも気軽に地域の人たちが「えんがわ」に立ち寄れるようにと、「えんがわ」部分と庭は開放スペースになっています。



## 【会社概要】

(株)プラットイーズ  
・本社所在地 東京  
・業務内容 テレビ番組詳細情報の収集編集や配信、アーカイブ(映像の原版を預かる映像図書館のような役割)を行うURL <http://www.plat-ease.co.jp/>  
※サテライトオフィス(SO)とは企業などが本拠地(本社)から離れた場所に設置するオフィスのことで、インターネットなどを通じて、離れた場所においても、本社と同等の業務が出来ることが特徴。

## 隅田さんに聞く『えんがわオフィス』の役割とは?



(株)プラットイーズ会長  
隅田 徹さん(51歳)

「えんがわ」が地域の人たちとのつながりを生み、新たな発想を生み出す場所になることを期待しています。「とにかく気軽に遊びに来てください!」

□新しい働き方の提案をする  
「遊ぶように仕事をし、仕事のよりに遊ぶ」。

「仕事」であっても、「遊び」であっても、ふとした発想の転換で、いつもは当たり前前に思っていることが、全く違った面白いことに見えてくる瞬間があります。プラットイーズでは、「全員がデザイナーであり、クリエイターである」という発想のもと、誰の中にもその発想の転換を生み出すチャンスがあることを社員が共有し、「面白い」発想からビジネス性の高い、値打ちのある仕事を生み出す会社を目指しています。

都会で暮らしていると、いつしか速いスピードで流れる時間が、豊かな自然に囲まれた神山で、ゆったりとした時間の流れを感じると、同じ仕事をしながら、同じ景色を見上げた空、何気ない地



▲「えんがわオフィス」内で働くみなさん

な自然に囲まれた神山で、ゆったりとした時間の流れを感じると、同じ仕事をしながら、同じ景色を見上げた空、何気ない地

域の人との会話の中に、アイデアが生まれるきっかけが沢山潜んでいるのではないかと思うのです。受動的な働き方ではなく、能動的に働ける環境をつくることで、より「創造的」で「楽しい」仕事が生まれるのではないかと思っています。

世界に誇れるような新しい日本人の働き方の提案を神山から、地方だから遅れているのではなく、地方だからこそ出来る「新しい」をここから発信していきたいと思っています。

## □地元雇用を生む

『えんがわオフィス』の開所にあたり、新たな雇用の場が生まれています。地元神山からも正社員を雇用し、『えんがわオフィス』で働き始めました。

また、新たな会社の立ち上げに伴い、10名程度の更なる新規雇用を予定しています。



榎本郁実さん(22) 神領宇大塾地

IT系の大学でデザインや動画を学んで来ました。友人から採用募集を聞き、実家が近いこともあり、応募しました。今はまだ仕事を覚えることで精一杯ですが、一生懸命仕事をして、仕事に慣れたら、もっともっといろいろなことに挑戦してみたいと思います。「新しいことが始まる」という空気を感じています。



大下理恵さん(25) 阿野宇神木

「パソコンが使えたらいいよ」という友人の言葉に、自分にも出来る仕事かもしれないと応募しました。業界の専門用語や専門知識が沢山あり、今はまだ分からないことばかりですが、これまでの仕事で感じてきた「楽しさ」とは違う「楽しさ」を感じています。それは、誰かと話していて楽しいという「楽しさ」だけではなく、新しいことに挑戦していく「楽しさ」なんだと思います。



平成25年度

## 戦没者追悼式

日時 6月5日  
場所 神山町民体育館



KAMIYAMA まちの出来事

平成25年度神山町戦没者追悼式が行われ、ご遺族の皆様をはじめ、小学生児童代表・中学生生徒代表の皆様等、160人余りの皆様が菊の花で飾られた祭壇に手を合わせ、英霊の冥福と恒久の平和を祈りました。

式典では、後藤町長が「戦後、わが国は、戦争によりもたらさ

れた苦しみと悲しみへの深い反省から敢然として平和の道を歩み、国家再建に邁進してきました。今日、私たちが享受する平和と繁栄は、英霊の重く尊い犠牲の上に築かれてきたものでございます。私たちは、この平和と繁栄を未来永劫に護りぬいていくためにも、戦争の惨禍を教訓として深く心に刻み、この事実を風化させることなく、後世に語り継いでいく一層の努力をしていかなければなりません。」と追悼のことばを述べ、平和への誓いを新たにしました。



▲追悼のことばを述べる神山町長

また、徳島県知事らによる追悼のことばが捧げられ、最後に、参列者全員が白い菊花を祭壇へ厳かにささげ、戦没者の冥福を祈りました。

小中学生による

## 森林ボランティア開催

日時 5月12日・18日  
場所 左右内&神領



KAMIYAMA まちの出来事

5月12日に左右内地区の遍路道沿いで、神山中学校・神山東中学校の2年生とアサヒビール(株)社員による未整備森林の間伐ボランティアを開催しました。

また、5月18日には南野間・大谷町有林で神領小学校5年生児童保護者と(株)テレコメディア社員による広葉樹の植栽ボラン



▲間伐をする中学生



▲広葉樹を植樹する小学生

ティアを開催しました。

これは県が行っている「とくしま協働の森づくり事業」に企業が寄付を行い、未整備森林などの整備を進めていくものです。

両日とも晴天に恵まれ、かみやま林業振興会の指導により作業を熱心に行いました。

植栽された広葉樹はこれから根を張り大きな森に。間伐された人工林は日差しが差し込み、下草が生い茂った緑豊かな森林に生長するでしょう。

第19回

## 神山温泉まつり開催

日時 5月26日  
場所 神山温泉周辺



KAMIYAMA まちの出来事

第19回神山温泉まつりが開催され、町内外から大勢の方が参加しました。

当日は夏を思わせるほどの日差しが照りつけ、午後から行われた「あめごのつかみ取り」では、大勢の子ども達がズブ濡れになる賑わいを見せていました。また、恒例の寄井座による人形浄瑠璃の上演や各種団体の模擬店、もちつき実演販売なども大忙しの様子でした。



▲大勢の人で賑わう温泉まつり

温泉まつりと同時に、神山フォトコンテストの入賞者発表があり、贈呈式と写真家の堤勝雄さん(土門拳記念館理事)による講評も行われました。

受賞者は、熱心な講評に耳を傾け、さらなる写真技術向上に燃えていました。入賞作品は温

泉まつり当日から6月24日まで神山温泉アートギャラリーに展示されました。(20ページに最優秀賞を掲載しています)



▲プロの写真家から講評を受けました



**阿川梅の里**  
**梅体験学習会開催**

日時 6月16日  
場所 阿川公民館

KAMIYAMA まちの出来事

阿川地区で恒例の「梅体験学習会と梅の収穫体験」が行われました。



▲梅体験学習に集まった参加者とスタッフ

午前中は梅体験学習会が行われ約30人が参加しました。学習

会では紫蘇漬け梅干しと梅シロップの作り方の学習と薬草についての話を聞きました。

午後からは梅園にて梅の収穫体験が行われ約10人が参加しました。梅の品種や収穫方法について説明を受け、1時間程度各自収穫をしました。

**文化庁長官表彰**  
**文化芸術創造都市部門**

日時 5月9日  
場所 神山町役場

KAMIYAMA まちの出来事

文化芸術活動に住民と取り組み、地域活性化に顕著な成果を挙げている市町村を表彰する文化庁長官表彰（文化芸術創造都市部門）に四国の市町村で、はじめて神山町が選ばれました。

神山町では、1999年から「神山アーティスト・イン・レジデ

ンス」を実施、2008年からは、NPO 法人グリーンバレーを核にアートをテーマとした地域活性化を図っています。近年ではIT企業を地域に呼び込むサテライトオフィスなどに取り組んでいることが評価されました。

近藤誠一長官は「神山町を初めて訪れ、すばらしい景色ともてなしの心に溢れた町だと感じた。すばらしい成果をあげていただいた苦勞に敬意を表し、これからも連携してさらに前進してほしい。」とのお言葉をいた



▲文化庁長官から記念盾が贈られました

だきました。後藤町長からは、「多くの住民団体などと協働してきた結果で、町民全員で受賞を喜びたい。これからも町の魅力向上に努めていきたい。」と受賞を喜びました。

**神山町ソフトボール大会**  
**紅葉クラブ優勝**

日時 6月3～10日  
場所 神山町民グラウンド

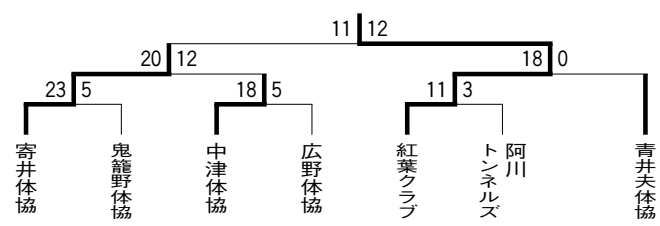
KAMIYAMA まちの出来事

7チームが参加し、トーナメント戦で行いました。

決勝戦は、昨年と同様、寄井体協 vs 紅葉クラブ（鬼籠野体協）の対戦となり、打撃戦の末、12対11で紅葉クラブが見事勝利し、寄井体協の10連覇を阻止しました。



▲優勝した紅葉クラブ（右）と準優勝の寄井体協（左）



**町バレーボール交流大会**  
**神領体協優勝**

日時 5月27・29日  
場所 神山町民体育館

KAMIYAMA まちの出来事

平成25年度神山町バレーボール交流大会が2日間の日程で開催され、5チームによるトーナメント戦を行いました。



▲優勝した神領体協のメンバー



▲準優勝した広野体協のメンバー

決勝戦では、神領体協が広野体協にセットカウント2-1のフルセットで勝利を治め、優勝

しました。第3位はオールインでした。

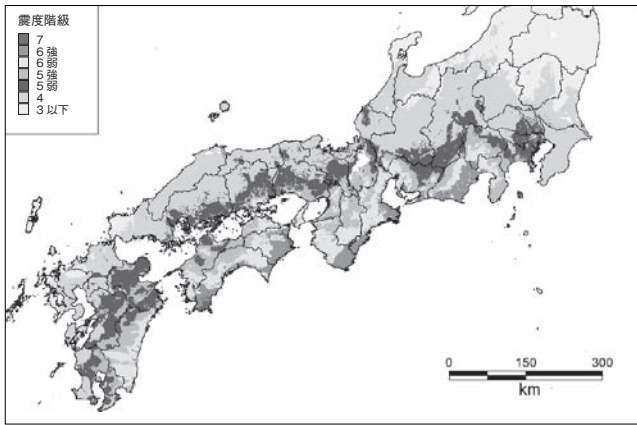


総務課

備蓄品の見直し！  
ポイントは自助・共助  
事前防災の取組を！

5月28日に、国の中央防災会議の作業部会が、南海トラフの巨大地震における具体的な地震の大きさや対策方法などをまとめた最終報告が公表されました。

公表された南海トラフの巨大地震は、駿河湾から九州付近までの太平洋において、マグニチュード9クラスと想定されました。神山町では、南海トラフの西側が震源



南海トラフの西側が震源地となった場合の震度分布図

地となった場合、震度6強の揺れが発生するとされています。

四国地方が大きく被災するケースでは、西日本を中心に家屋の全壊等が約94万棟、約236万4千棟、死者数は約3万2千人、約22万6千人（東海地方が大きく被災するケースでは最大32万3千人）とされ、被害はこれまで想定されてきた地震とは全く異なるものと位置づけられています。

また、これまで国の防災基本計画では3日間を目安としていた家庭での備蓄品が、神山町のような地方の市町村では、「食料や飲料水、乾電池、携帯電話の電池式充電器、カセットコンロ、簡易トイレ等の家庭備蓄を1週間分以上確保するなどの細かい対応を推進する。」と示されました。

備蓄品の目安（1人1週間分）

水	1日3リットルで21リットル
米	1日3合で13キロ
食料	缶詰・乾物・レトルト食品など
燃料	カセットコンロ・ガスボンベ14本以上
電池	4本程度
簡易トイレ	1日4回で28回分以上
その他	衣類・医薬品・生活日用品など



災害に備え備蓄することなど、自らの身は自分で守る「自助」と

自分たちの住んでいる地域は自分たちで守る「共助」が災害発生時には非常に重要であり、被害を少しでも抑えることができるよう、家庭内での話し合いや防災訓練への参加、家屋の耐震診断・改修など事前防災の取り組みにご協力をお願いします。

なお、地域を共に守る「共助」には、自主防災組織の設立が不可欠となります。個人や家族の力だけではどうしても限界があります。隣近所の方々と力を合わせ、お互いに助け合うことが必要となりますので、自主防災組織が未設置の地区では設立に向けた積極的な取り組みをお願いします。

神山町の自主防災組織

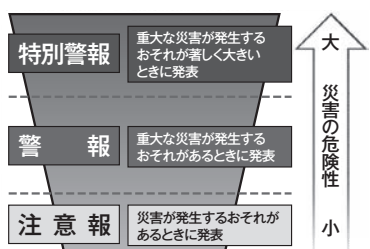
1 川又自衛消防隊	11 玉谷自衛消防隊
2 川又婦人消防隊	12 千里西部自主防災会
3 大中尾自衛消防隊	13 栗生野自主防災会
4 殿宮自衛消防隊	14 神領上自主防災会
5 江田自衛消防隊	15 松尾地区自主防災会
6 中津自衛消防隊	16 阿川東部地区自主防災会
7 金泉自衛消防隊	17 阿川西部地区自主防災会
8 中谷・名本自衛消防隊	18 大地谷自主防災会
9 喜来谷自衛消防隊	19 五反地自主防災会
10 若松自衛消防隊	

南海トラフ巨大地震最終報告の詳細については、内閣府ホームページでご確認ください。

http://www.bousai.go.jp/jishin/nankai/taisaku\_wg/index.html

総務課  
8月から「特別警報」の発表を開始します。

気象庁はこれまで、大雨や津波、高潮などにより重大な災害の起こるおそれがある時に、警報を発表して警戒を呼びかけていました。より甚だしい大雨や大きな津波等が予想され、重大な災害による危険性が高まっていることをお知らせし、特別な警戒を呼び掛けるために、新たに「特別警報」を発表します。



特別警報が出た場合、お住まいの地域は数十年に一度しかないような非常に危険な状況にあります。屋外の状況や、避難指示・勧告等に留意し、ただちに命を守るための行動をとってください。また、大雨等の被害を防ぐには、時間を追って発表される注意報、警報やその他の気象情報を活用して、早め早めの行動をとることがあなたや家族の命を守ります。

特別警報の詳細は、気象庁ホームページでご確認ください。

お問い合わせ先

気象庁徳島地方気象台防災業務課  
電話088-626-0676



総務課

神山町木造住宅耐震診断事業・耐震リフォーム支援事業

神山町では、南海トラフ巨大地震に備え、木造住宅の耐震診断事業と耐震リフォーム支援事業を実施しています。

今までの地震の被災例では、古い木造住宅に大きな被害が発生し多くの死傷者が出ています。

まず、耐震診断を受けて、ご自宅の状況を把握し、自らの身を自分で守る「自助」に取り組みませんか。



1、対象の木造住宅及び対象者

- ①平成12年5月31日以前に着工された住宅
- ②在来軸組工法や伝統工法により建築された住宅
- ③平屋、又は2・3階建て住宅
- ④現在、居住している住宅
- ⑤申込者は、町税等を滞納していないこと。

2、自己負担金

- ①1戸建て 30000円

3、戸別訪問

- ②2戸以上共同住宅等 60000円

木造住宅の耐震診断事業のご説明をするため、徳島県耐震化指導員（フレッセ職員2名）が各家庭の個別訪問も実施しています。

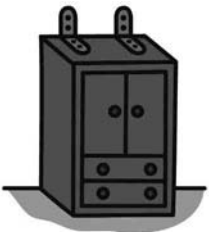
4、耐震診断の流れ

- ①申込書を提出
- ②該当住宅であるかを選定
- ③日時の打ち合わせ
- ④耐震診断
- ⑤結果報告書の作成・説明

5、耐震リフォーム支援事業

診断結果により、耐震改修工事を実施する場合、次の2つの補助金が受けられます。

- ①徳島県住まいの安全・安心なリフォーム支援事業（補助金最高40万円）
  - ②神山町耐震リフォーム支援事業（補助金 最高20万円）
- 2つの事業を利用して、最高で60万円の補助が受けられます。

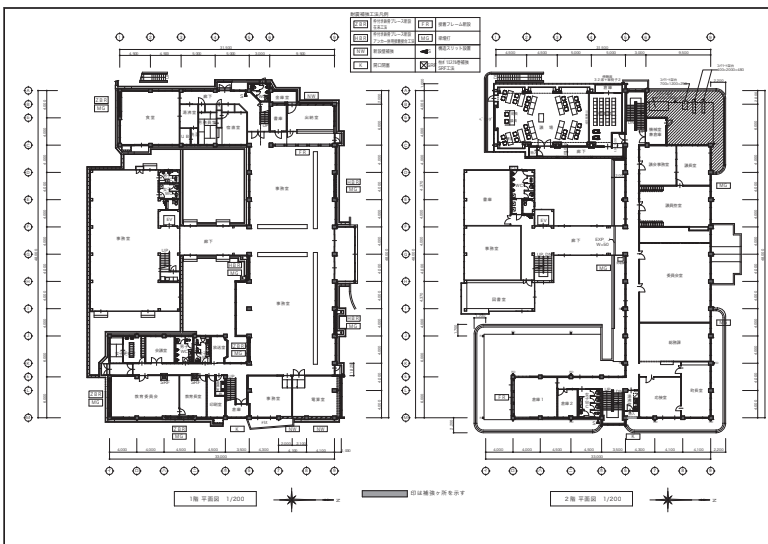


総務課

役場本庁舎の耐震改修工事が始まります

役場本庁舎は、昭和42年に建築され今年で築46年になります。老朽化も進んでおり、平成23年度に実施された耐震診断ではIS値<sup>※1</sup>が0・20となり「改修が必要」と判定され、平成24年度にはIso値<sup>※2</sup>0・75を目標として、耐震補強工事の設計を行い、平成25年7月より、事業費1億9414万5千円をかけて、耐震改修工事に着工する事としました。

この工事では、耐震ブレース・フレーム、柱の補強、耐力壁の新



設等にて耐震補強を行います。また、2階西側にある議場については、補強を行ったとしても議場としての機能を有せず周辺部分の補強も必要なことから、部分的な建て替えを行います。建て替えられた議場では、神山産のスギ、ヒノキ材を使用した、木の温かさを感じられる議場を計画しています。それと同時に進行で、災害時に停電した場合でも業務を行えるように非常用発電機の整備、老朽化の進んでいる庁舎の防水、外構、水道、電気設備等の改修工事も行います。

工事期間は、平成25年7月から平成26年3月の9ヶ月間の予定となっております。通常どおりの業務を行いながらの工事となります。来庁されます皆さま、近隣の皆さまには大変ご不便やご迷惑をお掛けしますが、ご協力をよろしくお願ひします。

※1 「建築物の耐震改修の促進に関する法律」の告示により、震度6、7程度の規模の地震に対するIS値の評価については次のように定められています。

IS値が0・6以上	倒壊、又は崩壊する危険性が低い
IS値が0・3以上 0・6未満	倒壊、又は崩壊する危険性がある
IS値が0・3未満	倒壊、又は崩壊する危険性が高い

※2 国土交通省監修の「既存鉄筋コンクリート造建築物の耐震改修設計指針」により、災害時の避難施設や防災拠点となる建物は構造耐震判定指標値（Iso値）を0・75としています。

# 住民課

## 神山町公営住宅等 長寿命化計画

神山町が管理している182戸の半数が昭和30年代〜40年代の高度経済成長期に建築され、建築後40年以上を経過し、そのまま使い続けることが難しい時期にきています。また本格的な少子高齢化、人口・世帯減少社会の到来を目前に控え、過去に建設された町営住宅の有効活用が社会的に求められています。

本計画では、平成34年の目標管理戸数を150戸と定め、更新期を迎えており老朽化した町営住宅について、需要に的確に対応しながら効率的かつ円滑な更新を進めるとともに、良質な建物については長寿命化を図り、維持管理費用の縮減につなげていくことを計画しています。

平成25年度より下分団地・井ノ谷団地・高瀬団地の外壁等の改修工事を行う予定です。また計画期間内に耐用年数を経過した住宅については、現在入居されている方の住み替えによる用途廃止や新築建替えを目指しています。詳しい内容等はホームページをご参照ください。

### 住民課

## 参議院議員通常選挙 投票日は7月21日

7月21日は参議院議員通常選挙の投票日です。選挙は、皆さんの声を政治に反映させる最も重要な機会です。一人ひとりが自覚し、自由な意志と正しい判断のもとに投票しましょう。

### 政治家の寄付禁止

政治家が選挙区内の人に、お金や物を贈ることは、法律で禁止されています。違反すると、処罰されます。

また、有権者が寄付を求めるとも禁止されています。



寄附禁止のルールを守って、  
明るい選挙を実現しましょう。

神山町選挙管理委員会

### 住民課

## 平成25年度自衛官募集

### 平成25年度自衛官等募集案内

募集種目	募集人員	資格	受付期間	試験期日	合格発表	入隊	待遇その他	
航空学生	海 約70名 (うち女子若干名) 空 約40名 (うち女子若干名)	高卒(見込含) 21歳未満の者	8月1日～ 9月10日	1次 9月21日 2次 10月12～17日 3次 11月9日～ 12月12日	1次 10月4日 2次 (海)11月6日 (空)11月1日 最終 26年1月22日	26年3月下旬～ 4月上旬	入隊後約6年で 3等海・空尉	
一般曹候補生	参考(24年度) 陸 約2,100名 (うち女子約80名) 海 約1,000名 (うち女子約40名) 空 約750名 (うち女子約80名) ※1	18歳以上 27歳未満の者	8月1日～ 9月6日	1次 9月16・17日 2次 10月5～11日 ※いずれか1日を 指定されます	1次 9月30日 最終 11月8日	26年3月下旬～ 4月上旬	入隊後2年9ヵ月 経過以降選考 により3等陸・海 空曹	
自衛官候補生	男子	参考(24年度) 陸 約6,400名 海 約570名 空 約1,320名 ※1	18歳以上 27歳未満の者	年間を通じて 行っております。	受付時にお知らせ します。	試験時にお知らせ します。	採用予定通知書 でお知らせしま す。	所要の教育を 経て、3ヵ月後に 2等陸・海・空 士に任用 陸上 (技術系を除く) は1年9ヵ月、 陸上(技術系)・ 海上・航空は2 年9ヵ月を1任 期として任用 (以降2年を1 任期)
	女子	参考(24年度) 陸 約500名 海 約80名 空 約130名 ※1	18歳以上 27歳未満の者	8月1日～ 9月6日	9月22～26日 ※いずれか1日を 指定されます	11月8日	26年3月下旬～ 4月上旬	

その他様々な職種がありますが詳しくは、

自衛隊鶴島地域事務所まで ☎0883-24-7008 ホームページ <http://www.mod.go.jp/gsdf/jiekanbosyu>

### インターネット 選挙運動解禁

だれでも、ウェブサイト等を利用する方法により、選挙運動を行うことができるようになりました。

ホームページ ブログ SNS (Facebook、Twitter等)

利用の際は発信者の連絡先等を表示する義務があります。

ただし、電子メールを利用する方法は候補者・政党等に限定されています。(メールの転送も制限されます。)未成年者の選挙運動はできません。

**注意** 誹謗中傷・なりすまし等悪質な情報を発信すると処罰されます。

神山町選挙管理委員会



税務保険課

後期高齢者医療被保険証の  
定期更新は8月です

現在、後期高齢者医療制度に加入されている方には、有効期限が「平成25年7月31日」となっているオレンジ色の「後期高齢者医療被保険者証」を、1人に1枚お渡ししています。

7月中に神山町税務保険課から、有効期限 平成26年7月31日と記載された新しい被保険者証（むらさき色）をお届けします。

8月1日以降は、古い被保険者証（オレンジ色）は使えませんので、受診の際は有効期限を確認し、お間違えのないようご注意ください。

臓器提供表示にご協力ください

新しい被保険者証（有効期限平成26年7月31日）の裏面に、臓器提供意思表示欄が設けられています。

これは、臓器移植に関する啓発や知識を深めるためです。臓器移植とは、病気や事故により臓器が機能しなくなった方に他の方の健康な臓器を移植し、機能を回復させる医療です。

臓器提供の意思表示は自分の意思で決めることができます。また、

意思表示欄記入後も意思の変更ができます。

臓器提供についてよく考え、家族と話し合い、意思表示欄の記入にご協力ください。

なお、意思表示欄への記入は任意であり、義務付けるものではありません。

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証（薄い紫色）をお持ちの方へ

平成24年度の認定証をお持ちの方で平成25年度住民税非課税世帯の方には、7月末までに神山町税務保険課から「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」をお届けいたします。更新申請書の提出は必要ありません。

認定証に記載されている適用区分が「区分Ⅱ」の方で「過去12か月で90日を超える入院」をされた方は、神山町税務保険課に申請していただくことで、入院時の食事代がさらに減額されます。

ジェネリック医薬品による自己負担軽減のお知らせ

徳島県後期高齢者医療広域連合では、現在処方されている新薬をジェネリック医薬品に切り換えた場合に、自己負担額がどれくらい軽減できるのか、その一例をお知らせする通知を平成25年9月に送付いたします。対象者は、今年5

月に医療機関で新薬を処方され、ジェネリック医薬品に切り換えられた場合に自己負担額が大きく軽減される方となります。

ジェネリック医薬品とは、新薬の特許が切れた後に、同じ有効成分を使って作られ、新薬と同等の効果、効能を厚生労働省から承認されている医薬品です。

なお、すべてのお薬にジェネリック医薬品があるとは限りませんが、試してみたいとお考えの方は、医師や薬剤師にご相談ください。

お問い合わせ

徳島県後期高齢者医療広域連合  
事務局事業課  
電話 088-677-3666



教育委員会

神山町成人式のご案内

神山町では、毎年新成人を祝福し、激励するとともに、大人としての自覚を促し、将来の幸せを祈念するために成人式を開催いたします。平成26年より開催日が1月2日となっておりますので、ご留意ください。

平成26年成人式

日時 平成26年1月2日（木）

場所 神山町農村環境改善センター  
3階 多目的ホール

日程

午前9時～ 受付  
午前9時30分～ 式典  
午前10時10分～ 写真撮影  
午前10時40分～ 正午 記念講演

成人式の対象となる方

- 平成5年4月2日～
- 平成6年4月1日生まれの方
- ① 町内の2中学校卒業生には、住所の有無にかかわらず案内状を実家に送付します。
- ② 9月1日現在、神山町に住居登録のある方

※成人式該当者には、9月中旬に案内状を送付いたします。案内状が届かなかった方は教育委員会までお問い合わせください。

教育委員会

TEL 676-11522

IP 2009

kyoiku@town.kamiyama.lg.jp

税務保険課

TEL 676-11115

IP 2005

zeimu@town.kamiyama.lg.jp

## 健康福祉課

### 健康福祉課 児童扶養手当・ 特別児童扶養手当について

#### ◇児童扶養手当◇

○児童扶養手当とは？

父母の離婚などで、父又は母と生計を同じくしていない子どもが育成される家庭（ひとり親家庭等）の生活の安定と自立の促進に寄与し、子どもの福祉の増進を図ることを目的として、支給される手当です。

#### ○支給要件

- 次の①～⑨のいずれかに該当する子どもについて、母、父、又は養育者が監護等している場合に支給されます。
- ① 父母が婚姻を解消した子ども
  - ② 父又は母が死亡した子ども
  - ③ 父又は母が一定程度の障害の状態にある子ども
  - ④ 父又は母が生死不明の子ども
  - ⑤ 父又は母が1年以上遺棄している子ども
  - ⑥ 父又は母が裁判所からのDV保護命令を受けた子ども
  - ⑦ 父又は母が1年以上拘禁されている子ども
  - ⑧ 婚姻によらないで生まれた子ども
  - ⑨ 棄児などで父母がいるかいないかが明らかでない子ども

#### ◇特別児童扶養手当◇

○特別児童扶養手当とは？

20歳未満で、精神や身体に常に介護を必要とする程度の障害のある子どもを家庭で保護、監督している父母、または養育している方に対し、支給される手当です。

#### ○支給要件

20歳未満で精神または身体に障害を有する子どもを家庭で看護、養育している父母。

※児童扶養手当、特別児童扶養手当を受給するためには、役場健康福祉課への申請が必要です。

## その他のお知らせ

### 業務改善助成金

ご存知ですか？中小企業を応援する

#### 業務改善助成金のお知らせ

事業場内で最も低い時間給を1年あたり40円以上に引き上げる中小企業事業主の方々に対して、労働能率の増進に資する設備・機器の導入等の実施に係る経費の2分の1（上限100万円）を助成します。

（お問い合わせ）

徳島労働局労働基準部貸金室（TEL 088-652-9156）又は徳島県最低賃金総合相談支援センター（TEL 0120-967-951）へお尋ねください。

### 無料調停相談案内

民事問題（土地建物、交通事故、金銭など）、家事問題（離婚、相続、親子関係など）でお困りの方は、調停委員が無料で相談に応じます。相談は当日、受付順に行いますので予約は不要です。

#### 無料調停相談所の開設

1 日時 平成25年8月2日（金）  
午後1時～午後5時まで

#### 予約不要

- 2 場所 あわぎんホール（徳島県郷土文化会館）4階 第2会議室  
徳島市藍場町2丁目14番地
  - 3 相談の内容  
民事問題（土地建物、交通事故、金銭、雇用問題など）  
家事問題（離婚、相続、夫婦・親子関係など）
  - 4 相談者 弁護士を含む調停委員10名程度
  - 5 主催 徳島調停協会（徳島地方・家庭裁判所内）
- お問い合わせ  
電話 088-626-1587

### 求職者支援制度をご存じですか

求職者支援制度は、雇用保険を受給できない求職者の皆さんを対象に、職業訓練（介護・パソコン・医療事務）などを通じて、早期就職を支援する制度です。一定の要件を満たした場合は「職業訓練受講給付金」が支給されます。徳島公共職業安定所では、求職者支援訓練の受講に関する説明会を次のとおり開催します。ぜひご参加ください。（事前予約不要）

●【求職者支援訓練受講説明会】の開催日時  
7月17日（水） 10時～11時30分

### くらしのサポーター募集中!!

県から発信される消費者情報を周知の消費者（家族、友人、近所や職場など）に広めたり、地域の情報やニーズを県消費者情報センターに取り次ぐといったボランティア活動をする消費者ネットワークの担い手（愛称「阿波の助っ人」）を募集しています。「伝える」「学ぶ」「活動する」「教える」の4つの活動の中から、ご本人の希望に沿った活動をお願いしています。この活動にご賛同いただける18歳以上の県民の方と県内の団体の申請をお待ちしております。  
問合せ先  
徳島県消費者情報センター 石川・林  
電話番号 088-623-0612  
（休所日）水曜日・祝日・年末年始

8月5日（月） 10時～11時30分  
8月19日（月） 10時～11時30分  
9月3日（火） 10時～11時30分  
（問）徳島公共職業安定所 ☎622-637  
4（徳島市出来島本町1丁目5番地）

### 放送大学10月生募集のお知らせ

放送大学では平成25年度第2学期（10月入学）の学生を募集中です。放送大学はテレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。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。出願期間は8月31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（☎088-602-0151）までご請求下さい。放送大学ホームページでも受け付けております。



## 近畿神山会から故郷へ

### ふるさと訪問

#### 「岳人の森」へ

近畿神山会 白土 公章

恒例のふるさと訪問、今年は「岳人の森」へ。貸し切りバスで近畿から44名が参加。絶好の五月晴れに恵まれ、噂の花々が観られる期待に胸を膨らませ出発。神山温泉で町長はじめ町の人々に迎えられ、手作り弁当を用意して頂いた、旬の市のスタンプもともに合流。これより狭い道なので中型に分乗。町内に入って間もなく車窓から見える輝く新緑に感激しましたが、この谷間を走り始めるとまた一段と。標高約1000メートルの「岳人の森」(四国山岳植物園) 入口広場に到着。ここで子どもたちの遊山気分を思い出し、お弁当とお喋りで休息。

管理人の、実はこの森を創設された山田さんの案内で園内へ。私は30年ほど前に来てから二度目ですが、記憶では当時はシャクナゲとヤマツツジがあっただけと違って、いまはクリンソウ、オンツツジの他、季節ごとに沢山の花々が咲き、またヒメシヤガ、シコクカクソウ、レンゲシヨウマなどの絶滅危惧種の宝庫とまで言われる植物園になってい

ることに驚きました。ご苦労に耐え森を護り続けてこられた山田さんご一家や関係者に敬服します。この駐車場がヘリポートにもなり、また、サテライトオフィス、さくら街道などメディアにたびたび取り上げられ、ふるさと神山は、時代の流れにあわせ様変わりしていることに、このたびの訪問で強く感じました。

町民の皆さんが元気で、自慢の出来る町作りに励まれますようお願いいたします。私たち神山会も、変わりゆくふるさとをもっと宣伝しなければと思いました。

関係者の方々にお礼申し上げます。



## 夏季の節電・省エネルギー

### 対策について

節電への協力をお願いします

今夏、四国電力管内では、安定供給に最低限必要とされる予備率3%以上を確保できない見通しですが、大規模な発電所のトラブルが発生した場合、安定供給が出来ない可能性が懸念されていますので、7月1日から9月30日までの平日(8月13日~15日を除く)、9時~20時までの間、節電へのご協力をお願いします。

切な室温管理や水分補給に注意し、無理のない範囲で協力ください。

#### 〈冷蔵庫〉

- ・設定温度を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込み過ぎないようにする。(節電効果2%)

#### 〈照明〉

- ・日中は不要な照明を消す。(節電効果5%)
- ・照明器具を購入するときは、省エネ型の電球形蛍光灯やLED電球等を選択する。

#### 〈電力消費機器〉

- ・テレビを省エネモードに設定し、画面の輝度を下げ、不要な時は消す。(節電効果2%)
- ・本体の主電源を切る。長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く。(節電効果2%)
- ・電力消費が大きい電気製品の日中(13時~16時)の使用をできるだけ避ける。

#### 節電メニュー(例)

##### 〈空調〉

※数値目標は設定しておりません。節電をお願いする期間・時間帯において、無理のない範囲での節電をお願いします。

- ・室温28℃を心がける。(設定温度+2℃の場合 節電効果10%)

- ・「すだれ」や「よしず」などで窓からの日差しを和らげる。(節電効果10%)

- ・無理のない範囲でエアコンを消し、扇風機を使用する。(節電効果50%)

※熱中症にご注意ください。適



## 「町長との車座座談会」を実施する団体などを募集します。

神山町では、「町長との車座座談会」を実施する団体などを募集しています。

### ◆車座座談会とは

集落や各種団体などで、おおむね10人以上の人が集まり、希望する場所に町長や担当課長、担当職員が直接出向いていき、直接対話し、その声を行政に反映していこうとするものです。

### ◆テーマについては

座談会を希望する団体に決めていただきます。

### ◆申込みについては

座談会を希望する団体は、「町長との車座座談会」申込書に、希望する日時、場所、テーマなどを記入して、役場総務課まで提出してください。

申込書は、役場総務課、広野支所、各公民館にあります。



## 平成25年度 名西消防組合消防職員採用試験案内

- ◎ 受付期間 7月22日（月）～8月5日（月）
- ◎ 第1次試験日 9月22日（日）
- (1) 郵便による申込みは、8月5日までの消印のあるものに限り受け付けます。
- (2) 受付期間経過後の申込は、一切受け付けいたしませんので十分注意してください。

### 1 試験区分、採用予定人員及び職務の内容

試験区分	採用予定人員	職務の内容
消防職員 (消防士)	高等学校卒業程度 4名程度	警防・救急・救助・予防・庶務等の消防業務

### 2 受験資格

試験区分	受験資格
消防職員 (消防士)	昭和63年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた深夜勤務の出来る者。

### 3 試験の日時及び試験場

区分	日時	試験場
第1次試験	平成25年9月22日（日） (1) 開場時間 9時00分から (2) 試験時間 10時00分から	徳島文理大学9号館人間生活学部棟 (徳島市山城町西浜傍示180) 試験場への車の乗り入れは、送迎を含め固く禁止します。 なお、付近に駐車場がありませんので交通機関を利用してください。
第2次試験	平成25年11月中旬（日時及び場所は第1次試験合格者に通知します。）	

### 4 受験手続

- (1) 申込用紙  
申込用紙は、名西消防組合消防本部庶務課に請求してください。  
郵便で請求する場合は、封筒の表に「採用試験申込用紙請求」と朱書きし、あて先明記の120円切手を貼った返信用封筒を必ず同封してください。
- (2) 申込・問い合わせ  
〒779-3223 徳島県名西郡石井町高川原字高川原66-8  
名西消防組合消防本部庶務課 電話088-674-6788



# 国民年金だより



国民年金の保険料は定額で、**月額15,040円（平成25年度）**です。  
 保険料納付は現金のほか、口座振替（引き落とし）やクレジットカード、  
 インターネットなどを利用した電子納付でも行えます。

## 現金での納付

日本年金機構から送られてくる納付書で金融機関や郵便局、コンビニエンスストアで納付します。

## 口座振替(引き落とし)での納付

金融機関や郵便局の口座から自動的に保険料が引き落としされるため、納め忘れがありません。

## クレジットカードでの納付

クレジットカードにより定期的に納付します。  
 年金事務所の窓口で申し込みます。

## インターネットなどでの電子納付

インターネットバンキングやモバイルバンキング、ATMやテレフォンバンキングを利用して納付します。

## 保険料納付を前もって納めると割引に！

前納制度には、早割制度や1年度分前納、6ヵ月分前納があります。

	納付方法	1ヵ月分	6ヵ月前納	1年前納
前 納	月々支払	15,040円	90,240円	180,480円
	現金支払 【割引額】		89,510円 【730円】	177,280円 【3,200円】
	口座振替 【割引額】	14,990円 【50円（早割）】	89,210円 【1,030円】	176,700円 【3,780円】

### ●早割（当月末振替）

口座振替の振替日は通常翌月末ですが、当月末の振替にすると、月々の保険料が50円（年間600円）安くなります。

### ●6ヵ月前納

4月分から9月分までの保険料を当年4月末までに、10月分から翌年3月分までの保険料を当年10月末までに納めます。（口座振替の場合は、それぞれ4月末または10月末に口座から引き落としします。）

### ●1年前納

4月分から翌年3月分までの保険料を当年4月末までに納めます。（口座振替の場合は、4月末に口座から引き落としします。）

※月末が休日の場合は、翌営業日が振替日または納付期限となります。

※現金払いの場合は、6ヵ月、1年以外でも、ご希望月から翌年3月までの前納も可能です。

## 前納の申請手続き

前納の申込は年金事務所や金融機関の窓口で行えますが、納付方法によっては申込期限や納付期限が決められています。詳しくは年金事務所へ問い合わせるか、日本年金機構のホームページ(<http://nenkin.go.jp/>)で確認してください。

## 手続きに必要なもの

- 年金手帳（基礎年金番号がわかるもの）
- 預貯金通帳
- 預貯金通帳の届出印
- 本人確認書類（免許証等）

詳しくは、徳島北年金事務所 電話088-655-0200または  
 住民課国民年金係 電話088-676-1113（IP2003）までお問い合わせください。

今回からは認知症予防のための取り組みについて説明します。

## 認知症予防のために ①

### 生活習慣病の予防・早期発見・早期治療を

肥満、高血圧、糖尿病などの「生活習慣病」は、動脈硬化を引き起こす大きな原因の1つです。

脳の血管で動脈硬化が進むと、脳の機能に障害を起こします。生活習慣病予防のため、適度な運動、バランスのよい食事を心がけましょう。

病気の早期発見、早期治療のために定期的に健康診査を受けましょう。

### 適度に運動を行いましょう



運動は、筋肉や骨を衰えないようにするだけでなく、呼吸や心臓など循環器にもよい影響を与え、動脈硬化の予防にもなります。

ウォーキング、水泳、体操、サイクリングなどの有酸素運動は、脳の血流を増やします。

筋力アップ体操を行い、転倒しない体づくりをしましょう。

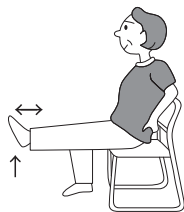
#### 【ウォーキングのポイント】

- ・自分に合った靴を履きましょう。
- ・なるべく大股で歩きましょう。
- ・足をひきずらないように、ももやつま先を上げるように意識しましょう。
- ・ときどき速歩きをしてみましょう。

#### 【足の筋力アップ体操】

##### 〈ももの筋力強化〉

- 1 いすに座り、背筋を伸ばす。(不安定な方は、いすの端を持って体を支えましょう)
- 2 片足の膝をゆっくり伸ばして止め、ゆっくり元に戻す。
- 3 10回繰り返し、反対の足も同様に行う。



##### 〈もも、お腹の筋力強化〉

- 1 いすに座って、背筋を伸ばす。
- 2 片足を床から少し持ち上げ、膝を胸の方向に引き寄せる。
- 3 上げた足を床につかない所まで下ろし、再び胸に引き寄せる。
- 4 10回繰り返し、反対の足も同様に行う。



##### 〈ももの前後、おしりの筋力強化〉

- 1 いすに少し浅めに座った状態で、足を肩幅程度に開く。
  - 2 両手を腰に当てたまま立ち上がる。(不安定なら何かにつかまらしましょう)
  - 3 「1、2、3、4」で立ち上がり「5、6、7、8」で座る。
  - 4 反動をつけずゆっくり、5～10回繰り返す。膝が痛くない範囲で。
- ※つま先とひざは同じ方向に

\* 次回も引き続き、認知症予防の取り組みについて説明します \*



## 熱中症は予防が大切です

熱中症は気温などの環境条件だけではなく、人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温などがそれほど高くない日でも、湿度が高い・風が弱い日や、体が暑さになれていない時は注意が必要です。

### こんな日は 熱中症に注意！

- ◆気温が高い
- ◆湿度が高い
- ◆風が弱い
- ◆急に暑くなった



### こんな人は 特に注意！

- ◆高齢者・幼児
- ◆肥満の人
- ◆持病のある人
- ◆体調の悪い人
- ◆暑さに慣れていない人

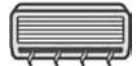


高齢者は温度に対する感覚が弱くなるために、室内でも熱中症になることがあります。

幼児は体温調節機能が十分発達していないため、特に注意が必要です。晴れた日は、地面に近いほど気温が高くなるため、幼児は大人以上に暑い環境にいます。

### 熱中症の予防法

- ◆のどがかわかなくても、こまめに水分をとる
- ◆エアコンや扇風機を上手く使う
- ◆すだれやカーテンで直射日光を遮る、換気をする
- ◆涼しい服装、日傘・帽子を使う
- ◆日陰を利用しこまめに休憩する



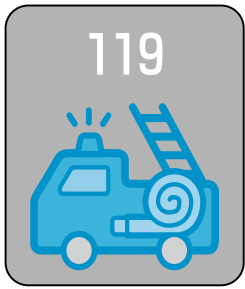
### 熱中症とは？

体内の水分・塩分（ナトリウム等）のバランスが崩れたり、体温の調整機能が崩れて発症する障害の総称です。めまい・失神、筋肉痛・筋肉の硬直、大量の発汗、頭痛・気分の不快、吐き気・嘔吐（おうと）、倦怠感（からだがだるい）、意識障害、痙攣（けいれん）などの症状が現れます。

#### トピック マダニが媒介する新しい感染症 SFTS（重症熱性血小板減少症候群）

- ▶ 2011年に初めて特定された SFTS ウイルスに感染する事によって引き起こされる病気で、**主な症状として発熱・消化器症状**を引き起こします。重症化すれば、死亡することもあります。
- ▶ 多くの場合、ウイルスを保有している「マダニ」に咬まれることにより感染します。
- ▶ 予防するには**マダニに咬まれない**ことが重要です。草むらや山など、ダニが生息する場所に行く場合は、肌の露出をできるだけ少なくする事が大切です。（長袖・長ズボン・足を完全に覆う靴を履き、手袋を着用、首にタオルを巻くなど）屋外活動後は入浴し、マダニに刺されていないか確認しましょう。（特に脇の下、足の付け根、首、膝の裏、脇腹、頭髪部など）
- ▶ マダニに刺され、無理に引き抜こうとすると、マダニの一部が皮膚内に残ってしまうことがあるので、**医療機関で処置**してもらってください。**咬まれた後 1～2 週間は、発熱、吐き気、下痢などに注意し、症状があれば直ちに医療機関を受診**してください。

お問い合わせは 神山町健康福祉課予防係 676-1114 IP2004



消防署だより

# 熱中症に注意しよう！

去年の救急搬送で熱中症で搬送された人は3名いました。今年も暑くなると予想されていますので、いまから熱中症に対して予防しましょう。

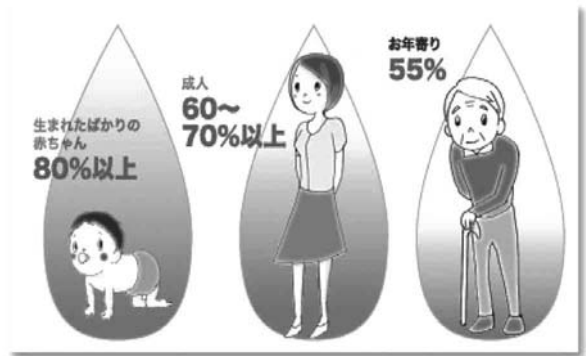
## 〈私たちの体内水分量〉

私たちの体の大部分が水分でできています。

成人で体重の約60%あり、年を重ねるごとに減ってきます。

体に含まれる水分のことを体液といいます。

体液には電解質などが含まれており体中に酸素や栄養を供給したり、いらぬ老廃物をおしっことして出したり、汗をかいて体温を調節したりしています。



## 〈脱水症状とは〉

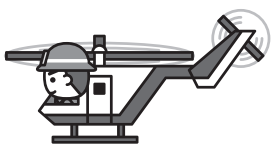
人は激しい運動をしなくても日常生活で汗やおしっことして水分を約1500ml 排出します。普段は不足した水分を食事やお茶で補給して水分量の均衡がとれていますが、暑い環境や運動、発熱や下痢などで水分の出る量が多くなると「口の渇き」や「足がつる」「頭痛」「めまい」などの症状が現れてきますが、それこそが脱水の症状なのです。

人は体の水分量の約10%減ると脱水症状が現れ15%以上がなくなると命に危険が及ぶといわれています。

## 〈熱中症にならないために〉

日頃から水分をこまめに摂取することを心がける事が大切ですが、子どもは自分で飲むことが出来なかったり、高齢者では「薬を飲んでいる」「トイレに何回も行きたくない」「のどの渇きに鈍感」などの理由で脱水状態に陥りやすく熱中症を引き起こしやすいです。

また、水分を摂取するといっても水やお茶ばかりでなくスポーツドリンクなど塩分の入ったものを飲むのも効果的です。



## ～今現在使用できる町内のドクターヘリ離着陸場～

1. 町民グラウンド
2. 森林公園
3. 岳人の森
4. 焼山寺

ヘリコプターの離着陸の際は非常に危険ですから、近づかないでください。



# ちょっと待て！要注意

## あなたは、こんな詐欺に狙われている

### オレオレ詐欺 家族や警察官になりすまします。

家族の一員や警察官、弁護士などになりすまし、交通事故や借金、痴漢行為などのトラブル処理の為に、現金を振り込むよう要求します。

### 架空請求詐欺 ありもしない請求をする。

インターネットなどの有料サイトの利用料や情報料、借金請求などをでっち上げ、はがきや電子メールを送りつけて、現金振り込みを要求します。

### 融資保証金詐欺 融資をだしにお金をだまし取る。

「担保・保証金無しで高額融資」「多重債務を1本化」などとダイレクトメールや電子メールで融資の勧誘を行い、申込者に保所金や手数料などの名目で現金を要求します。

### 還付金等詐欺 税金等と偽りお金をだましとる。

社会保険庁や税務署、自治体などの職員をよそおい、年金や税金の支払い過ぎ分を還付するなど偽って、コンビニや無人ATM（現金自動預払機）に誘い出し、指示に従ってATMを操作するよう要求します。



駐在所だより



## その手に乗らない為の知恵と勇気

- 実名でも疑う。(オレオレ詐欺)  
必ず本人と連絡を取りましょう！
- 警察官や弁護士等を名乗ったら所属と名前を聞き確認の電話を入れる。(オレオレ詐欺)  
相手が告げた電話番号でなく NTT で調べてかけましょう。
- 身に覚えがない請求は無視する。(架空請求詐欺)  
請求書や電子メールは保管しておきましょう。
- 問い合わせない。(架空請求詐欺)  
電話や電子メールから個人情報が知られてしまいます。
- 安易に融資を申し込まない。(融資保証詐欺)  
貸金業登録番号を明示していなかったり、電話番号が携帯電話番号の場合は怪しいと思しましょう。
- 社会保険事務所や税務署などに電話で確かめる。(還付金詐欺)  
相手が告げた電話番号をうのみにせず、NTT（番号案内）で調べてかけましょう。
- ATMの操作を求められたら詐欺だと考える。(還付金詐欺等)  
直ぐに110番通報しましょう。
- すぐにお金や保証金を振り込まないようにする。  
振り込む前に誰かに相談しましょう。

## 悲しい水の事故をなくすために…

もうすぐ夏休み・夏本番！楽しいシーズンがやってきました。この時期、他の季節と比べて水のある場所で過ごすことが多くなり、水の事故発生の可能性が高くなります。

次のことに十分気をつけて、神山町の素晴らしい清流を楽しんでください。

- ☆ 川や池へ、小中学生は一人で行かないようにしましょう！
  - ☆ 遊泳禁止・立ち入り禁止場所へは、入らないようにしましょう！
  - ☆ 転落の恐れのある場所では、釣りはしないようにしましょう！
- 保護者の方にお願ひ！
- ★ 危険な場所や子どもだけで水遊びをさせない。また、自分の子でなくても注意する。
  - ★ 浮き輪を持っているからと安心しない。
  - ★ 遊泳中や水遊び中、子どもから目を離さない。
  - ★ 自宅の近くで遊んでいるからと安心しない。



ヘルスメイトおすすめ!

## ヘルシー料理



栄養価 1人分: エネルギー568kcal、たんぱく質29.9g  
脂質19.8g、鉄5.7mg、塩分3.2g

### ワンポイント アドバイス

普通のカレーに、ミックスベジタブルと生卵を加えて、焼きカレー風にしても美味しいですよ!

～夏にぴったり～

## ★ドライカレードライ風★

■材料 4人分

米……………2合	ケチャップ……………大さじ4
バター……………大さじ1	ソース……………大さじ1
にんにく……………1かけ	しょうゆ……………大さじ1
玉ねぎ……………1/2個	グリーンピース……………20g
牛ひき肉……………300g	かぼちゃ……………80g
カレー粉……………大さじ1 1/2	ブロッコリー……………80g
小麦粉……………大さじ1	とろけるチーズ……………80g
トマト……………2個	パセリ……………少々

■作り方

- ①にんにくと玉ねぎはみじん切りにする。フライパンにバターを入れて火にかけ、にんにくと玉ねぎをきつね色になるまで炒める。
- ②ひき肉を入れ、さっと炒め、カレー粉と小麦粉を振り入れ、さらに炒める。皮を除いてざく切りにしたトマトを入れてさっと混ぜ、ふたをして蒸し煮にする。トマトがくたっと煮えたら、調味料で味を調え、ゆでたグリーンピースを加える。
- ③バターを塗った耐熱皿に、ごはんをドライカレーを盛り付け、薄切りにしたかぼちゃと小房に分けたブロッコリーをゆでたものを盛り付け、ピザ用チーズをのせてオーブンで軽く焼く。パセリを刻んで上に振る。

## 神山フォトコンテスト2013 最優秀賞



タイトル「少年時代」  
作者「田中正治」  
撮影場所「下分字今井の宇佐八幡神社上流にある堰堤の少し上流」  
堤勝雄先生による講評  
「川、空、森、子供、神山のいい所を1枚の写真に上手く切り取られている。どれが主役というわけでもなく全てが上手くまとめられている。」



次回は、平成22～24年生まれで9月・10月が誕生日の子(町内に住所を有すること)を募集します。  
掲載を希望する方は、役場広報編集委員会まで写真を送付してください。締切は8月15日です。



あがたにゆうな  
阿賀谷友羽菜ちゃん  
H23.7.23生(2歳・女)  
神領字北



おおのそら  
大野翔空くん  
H23.8.30生(2歳・男)  
阿野字名田河



みつと よしき  
湊 佳樹くん  
H24.7.20生(1歳・男)  
神領字北



いそべ れい  
磯部 怜くん  
H24.8.9生(1歳・男)  
阿野字馬地

### 表紙・ルポルタージュ

辰の宮(宇佐八幡神社)のク  
スは昭和37年1月16日に徳島県  
の天然記念物に指定されていま  
す。鳥居の前のクスは幹の周囲  
6・5メートル、高さ約28メー  
トル、樹齢約800年と推定さ  
れています。また、境内中央北  
側と社殿の前にもクスがあり、  
ともに周囲6・6メートル、高  
さ約30メートル、推定樹齢は  
600年とされています。  
宇佐八幡神社は、1179年  
上山が開創し一村となるにあた  
り、村の安定を祈願し、1221  
年この地に社殿が建立されまし  
たが、戦国期に荒廃し、1507  
年、川島上桜城主篠原左京之進  
が住民の願いを聞き、豊前(大  
分県)宇佐に鎮座する宇佐八幡  
宮の分霊を勧請して再興しまし  
た。  
別名「辰の宮」と呼ぶのは、  
1711年地元の粟飯原佐衛  
門と仁志長佐衛門が、旧暦11月  
5日に近くで農具市を開いたの  
に始まる「辰の市」に由来しま  
す。1730年より場所を境内  
に移し、12月の初辰の日に開催  
される伝統行事となりました。