



グリーン情報

かみかつ

発信

1 2013
月号



the most beautiful
villages
in japan



大字旭字丸山地区 旭1Q運動会が設置

新年明けましておめでとうございます

町長新年の挨拶	2~5
集落再生	6
満百歳、徳島駅伝大会、農地パトロール ほか ..	7
おどる国文祭、クリスマスライブ ほか ..	8
カミカツマーケット、新しい公共	9
ゼロ・ウェイスト宣言	10~11

知って得する健康情報	12
こんにちはは保健師です	13
案 内 板	14~21
国民年金、交通遺児への育成資金貸付け ..	22
町民の詩歌	23
戸籍の窓口 ほか	24

新年明けまして

おめでとうございます。

昨年も町行政に何かとご指導ご協力を賜り、誠にありがとうございました。

特に映画「人生、いろどり」をはじめ第二十七回国民文化祭等には格別のご支援をくださり、心より感謝を申しあげます。

私の任期も三カ月余りとなりました。残る任期中全力で取り組みますので、どうかよろしくお願ひいたします。

本年も皆さま方のご健康とご多幸を心よりお祈りいたします。

平成二十五年 元旦

上勝町長 笠松 和 市



昨年をふり返って

二十三年度人口減少十人

平成二十四年四月一日の人口は、一昨年より十人減少し千八百九十四人となりました。この上に十人の転入者があれば、初めて人口減にストップがかけられたこととなります。昨年は、いろどり農業や国の緊急雇用等でインターン生やU・イターン者の受け入れができたことが良かったと思えますが、最も重要なことは、人口減少に歯止めをかけ少子化から増子化に転じることで、容易なことではありませんが、力を合わせれば可能性は大いにあります。引き続き受入れについてご協力ご支援くださるようお願いいたします。



徳島中央森林組合上勝木材共販所



知事も射手座造船所視察

【映画「人生、いろどり」】

一昨年より、住民の皆さま始め町外の企業・団体・個人等多くの皆さまにお世話になりました映画「人生、いろどり」。県内では、昨年九月から公開され約三万人の大ヒット、現在全国各地で上映され、二月四月には県内各地で、その後全国各地の市町村での上映計画が進められています。

この映画は、①高齢社会のあるべき姿②日本農業の豊かな未来③男女共同参画社会の創造等素晴らしい評価を得ています。

そのため、この映画の配給会社に各地からお問い合わせが殺到、全国の市町村でこの映画を見る機会を提供したいとお申し出がありました。



映画「人生、いろどり」交流会



石本商店訪問

この映画の影響でいろどりや香酸柑橘、いろどり晩茶等の売り上げが増加し、上勝町のブランド力アップにつながっています。今後この映画が日本を始め世界の高齢化社会、地域社会の発展に貢献することができればこの上ない喜びです。関係者の皆さまに感謝と御礼を申し上げます。

「GDPをANGZIE」

発想転換を！

昨年十月ブータン王国から地方行政局長、県知事、市長等七人がJICAの支援で来町、滞在中本町でGNHシンポジウムを開催し、ブータンの幸福量(国民の九十七%が幸福感を持っている)について多くのことを学びました。

ブータン王国は、ほとんどの国がGDP(国民総生産量)を国の発展の指標にしている中で、唯一GNH(国民総幸福量)を国の指標にして、各国から注目を集めています。

GDPは経済のみを追求するため、地震や火災等で多くの人命や財産を失っても、借金をして家を再建したり、道路や鉄道、堤防を復旧することでGDPが伸びる仕組みになっています。

人命や財産を失い、借入金が増え、精神的な苦痛などの不幸なマイナス面は、GDPには反映されないので、

経済第一主義のGDPから上勝町も町独自のGNHの指標について検討していきたいと考えています。

【健康・福祉】

幸福の原点は心身ともの健康です。



ブータン訪問団知事室訪問



ブータンGNHシンポジウム

＊『自分の健康は自分で守る』このことを念頭にお互いに健康管理にご努力をお願いいたします。

特定健診

成人病等を未然に防止するための特定健診(四十歳から七十四歳)を実施しています。受診率は、県下トップで全国でも百番以内に入っています。今年もより多くの方が受診され健康管理に努められると同時に、早期発見早期治療に努めていただければ幸いです。

歯科診療

昨年十月から上勝町診療所で、毎週木曜日、歯科診療を実施しています。おかげさまで順調にご利用いただいています。歯と口腔のヘルスケアを充実させることで毎日市民の皆さまに楽しい健康生活を送ってほしいと願っています。

ドクターヘリ

昨年十月から県立中央病院を基地病院としてドクターヘリの運航が始まり、およそ三分で上勝町に到達します。今度以上で安全安心できる町になりました。

ごみの分別資源化、シルバ人材センター、有償ボランティア輸送事業については、NPO法人ゼロ・ウェイストアカデミーに委託し運営してい



紙おむつリサイクル工場見学

【産業振興】

農業の経営がきわめて厳しくなっている現状を踏まえ、産業としての取り組み以外に農業が持つ国土保全等公益機能の役割を強調した新しい仕組み作りを検討し実践して参ります。

農業振興と人材確保のため、引き続き「人・農地プラン」「中山間地域直接支払制度」の拡充



山犬嶽・林道調査

「鳥獣害対策」に取り組みます。林業では、林業経営計画の策定と間伐の促進を推進します。雇用面では、上勝町雇用推進事業と国の緊急雇用事業等を活用し産業振興と雇用確保に努めます。引き続き(株)いろどりに委託して、インターンシップ事業等による人材の確保育成を推進します。町内商店での買い物支援するため、プレミアム付き商品券を引き続き支援することとしています。観光面では、株式会社カミカソーリストが主体となり、始めて兵庫県尼崎私立成良中学校の修学旅行生等百六十人

を受け入れたほか、十一月から乗り合いタクシーを開業し、映画ロケ地ツアー等を行っています。



喰田CAFE



集落再生には欠かせない杉の伐採

【第三セクターについて】
第三セクターの経営について

では、多くの皆さまに格別のご支援ご協力を賜わり誠に有難うございます。
現在五社合わせて百三十〇百四十人の雇用と産業の振興、周辺地域への波及効果をもたらしめています。引き続きご指導賜りますようお願いいたします。

(株)上勝バイオの件については、本当にご迷惑とご心配をおかけし申し訳なく思っています。

おかげさまで東京電力への損害賠償請求については、昨年十一月末に和解が成立し、三千三十五万円が年末に支払われましたので町民の皆さまに謹んでご報告いたします。

これで、一昨年三月十一日の東日本大震災による福島原子力発電所事故に関する損害賠償については終了することができました。

本件の解決にご尽力いただきました飯泉知事はじめ国県等多くの関係者の皆さまに紙面にて心より感謝申し上げます。

(株)もくさんについては、建築工事の激減から経営状況が急速に悪化し、昨年十月から私が社長を務めることになりました。皆さま方には何か

とご心配をおかけいたしますが、格別のご指導ご支援を賜りますようお願いいたします。

【地職住の推進】

地域資源を活かして職場をつくり地域に住む…地職住を推進します。

昨年一般社団法人「地職住推進機構」が設立され、本町からの委託で小水力発電や木質バイオマスなどの自然エネルギー開始宅配事業等の調査研究をしています。事業化にはまだまだ難しい課題が山積していますが、課題を解決し事業化できることを期待しています。

【上勝町持続可能な美しいまちづくり基本条例の制定】

私たちは、先人が守り続けてきた美しい自然や地域の伝統文化を後世にしっかりと引き継ぎ、安心して住み続けられる古里、美しい集落を再生しなければなりません。

そのためには、「上勝町持続可能な美しいまちづくり条例」を制定し、「新しいまちのかたち」をつくりたいと考えています。本年も町民の皆さまと協働して、美しい上勝町を守り育ててまいります。集落再生プランの策定や事

業の実施については、引き続き支援して参ります。そして集落再生には、後継者を受け入れる住宅整備や仕事の確保が必要不可欠ですので、最重要課題として取り組むことにしています。



神田茶屋足湯



薪ボイラー神田茶屋

【持続可能な美しいまちづくり教育】

徳島市から田野々地区までは、ほぼ二車線化となり田野々地区から八重地地区までは、五車線化の道路改良が進められています。周辺市町からの通勤が充分可能になりました。

際化に対応した「持続可能な美しいまちづくり」や集落再生についてそれぞれの立場でお取り組みいただきたいと考えています。

結婚については、引き続き「かみかつQピット」を中心に、住民の皆さまのご協力を得て推進してまいります。



運動会 このぼりのハッピーで阿波踊り

【棚田の多面的機能の評価額、10a当たり二十七万円】
熊本県山都町で開催された第十八回全国棚田(千枚田)サミット第二分科会で、「棚田が育み続ける自然と機能について」生物多様性等の提示

された評価額は別表のとおりです。その具体的な内訳も取り寄せていますので、ご覧になりたい方は産業課までお申し出ください。
私たちは農家が棚田を耕し、稲を作付けすることで多くの動植物が生存し、景観を保全し、保水力や洪水調節等の多面的な機能を発揮していることをしっかりと認識し受け継いでいかなければなりません。お米もミカンも大豆も外国から購入することができます。しかし、棚田などの農業を営むことで得られる多面的機能は失われてしまいます。国際化で約六十%の食料が輸入され、農地が荒廃し続けています。「農業は単なる食料生産の場ではない」ことをしっかりと幼い時から教え体験させて、国際化に対応できる農業にするためには、中山間地域の直接支払制度などの予算を十倍以上増額する必要があると考えています。

現状は、棚田の直接支払制度の最高額は10a当たり二万一千円、十倍にすれば二十一万円になります。ユズやゆづり、スタチなどの果樹も栽培することで景観や保水力、土砂の流出防止、多様な動植物

多目的機能の評価額(福岡県)		円/10a
1	洪水防止機能	76,061
2	水源涵養機能	32,978
3	土砂崩壊防止	10,396
4	土壌浸食防止	7,213
5	気候緩和機能	189
6	保健保養機能	51,648
小計		178,485
7	生物多様性保全機能	96,215
水田合計		274,700

の生存の場の確保につながります。解りきったことですが、外国の農産物を輸入すれば、農地が荒廃しその土地に人が住めなくなり、国土が荒廃してしまいます。
持続可能な美しい日本を未来に継承するために、日本の農業政策を変え、多目的機能を維持する経費を、国民が平等に負担する仕組みをつくる必要があると考えています。
今年も全国棚田(千枚田)連絡協議会において、政府に対し、農業後継者の確保・育成のため、中山間地域農業直接支払制度等予算の増額と恒久化等を要望してまいります。

【地球温暖化対策税】

昨年十月から地球温暖化対策税(環境税)が石油石炭ガスに課税されています。環境税は今年度三百九十一億円、平成二十八年度(平年度)二千六百二十三億円を見込んでいます。
現在、全額を国のエネルギー特別会計に入れて、二酸化炭素等排出抑制に充当するとしています。

全国森林環境税創設促進連盟と議員連盟では、平成二十五年から環境税の一部を市町村の財源として、森林面積等に応じて配分するよう国に働きかけています。

木材は国際化で市場価格は暴落し、林業経営は成り立ちませんが、森林の持つ多目的機能は、輸入することができます。

私たちは未来の子どもたちに「きれいな空気、美しい水、豊かな大地を継承する」ために勇氣と情熱を持って、国土の六十七%を占める森林を守り育てるために、最大限の努力をする必要があります。

森林は今や経済林としてではなく環境林として、全ての国民が自分の負担をして、管理しなければならぬ時代が来しました。



知事野尻ふれあいセンター訪問



地球環境を考える自治体サミット

【結びに】
昨年十二月、民主党政権から自公連立政権となりました。来年四月の消費税3%引き上げには、景気回復が前提となっています。
今年度補正予算は、十兆円規模ともいわれています。本町もこれらの景気刺激策を活用して県道や町道、農林道の整備等ハード事業にも積極的に取り組みますので、用地等受入れ体勢の整備には、格別のご協力をお願いいたします。

上勝町では、日本経済の低迷など激変の時代と超高齢化社会を迎えて、本町の行政を取り巻く環境は急変しており、集落機能が維持できなくなる危機が迫っていることから、この課題に知恵を出し実行する力が必要とされています。

この厳しい現状を認識し集落住民が発想転換し、持続可能な地域社会実現のため、「集落再生」に向けて具体的な施策を実行するため、平成二十二年より、上勝町集落再生プロジェクト事業を開始し、町内の六十五集落(行政区)で三十二集落再生プランができ、これを推進するために集落支援員の配置、町補助金の支援等により実施しています。各集落再生プランの具体的な活動例では



神田集落

神田集落では美しい村推進協議会「神田満天星会議」を

美しい集落谷口・大北推進協議会を発足させ、谷口集落では昔、雑貨店を営んでいた石本商店は、林業の衰退ともに空家となっていました。集落では空家活用を検討していた最中に映画「人生、いろいろ」のロケ地となり、これを機会に石本商店が飲食店として復活しました。超高齢化集落であるが、この店の復活により、三名の方がUターンしました。集落周辺の景観整備や古道の修復等の活動をするともに空地、空家調査や集落での生活体験モニターを実施し、勝浦川最上流の大北・谷口集落の活性化に取り組んでいます。

足させ、神田の猿滝の景観整備のため旭川右岸の支流周辺の杉の木を住民により伐採し、県道から滝を見ることができるようになりました。この伐採した杉を活用し、「湯っ足」[神田茶屋]を建築し木質ボイラーによる足湯を整備し地域資源による経済効果の向上や交流の場所となるよう集落再生にむけて活動を進めています。

そのほか、町内の集落では自分たちの住む地域の維持発展をめざし集落再生プランの推進のため前向きに取り組んでいる集落と、これから集落活性化に取り組みたいところもありました。小さなことからでも良いので、集落でできるところからはじめましょう。若者が住みやすい環境づくりなどのために積極的に集落の活性化を図っていただきたいと考えています。



神田集落の地域の杉材を活用した「湯っ足」[神田茶屋]の集落住民による整備。



年始は一月二日〜六日の十時〜十五時の間、足湯が利用できます。一月七日以降の利用は、毎土・日・祝日の予定です。
お問い合わせ先
神田茶屋
☎〇八八五―四六―〇一四〇

地域活性化講演会のお知らせ

映画及びフェイスブックによる市政の広報、図書館の民営化といった地域活性の先進地区のモデルについて、佐賀県武雄市における成功例と失敗例を紹介しながら、武雄市の情報発信と市内の住民や全国から寄せられる「共感」について等お話をいただきます。

講師 佐賀県武雄市長 樋渡啓祐(ひわたしけいすけ)氏(活動) 市民病院の民営化、市のHPのFacebook化、図書館の民間委託(CCC)、自治体通販サイトFB良品などの取り組みを図っています。

日時 平成二十五年一月二十一日(月) 十八時三十分〜二十時 樋渡市長講演六十分 質疑応答三十分

場所 コミュニティセンターホール
お問い合わせ先 企画環境課
☎〇八八五―四六―〇一一

満百歳 田村ツク美さん
おめでとうございます

十一月三十日、田村ツク美さん(傍示)は、めでたく満百歳になられ、入所されている健祥会特養ピーターにおいて、ご家族や施設利用者等多数の方が見守る中、慶祝訪問が行われました。徳島県知事代理東部保健福祉局細井局長並びに笠松町長より、祝い状と記念品が贈呈され、笑顔の田村ツク美さんでした。



誕生記念ケーキの前で

郡市対抗 第59回 徳島駅伝大会

選手団(町内)

- 上勝中学校 1年 片山 雄斗さん(正木)
- 小松島西高等学校 1年 大上雄一郎さん(正木)
- 日亜化学工業(株) 古田 祐樹さん(正木)



新春の阿波路を彩る恒例の徳島駅伝大会が、1月3日(木)に開会式を行った後、1月4日(金)から6日(日)までの3日間、タスキをつなぎ健脚を競います。

今大会は本町より3名が勝浦郡選手団の選手として大会に参加します。

昨年12月22日には勝浦郡選手団結団式を行い、今大会こそ、ひとつでも順位を上げる決意と、最後までタスキをつなく団結を選手団一同で確認しました。皆さまのご支援とご協力、あたたかいご声援をお願いいたします。

今大会の町内選手は右のとおりです。

農地パトロールを行いました



上勝町農業委員会では、11月22日、農地の有効利用や遊休農地の実態把握と発生防止、解消対策、違反転用発生防止等の観点から農地パトロールを行いました。

今回の巡回で確認した利用度の低い農地については、今後、所有者と相談の上適正な利用が行われるよう進めていきたいと考えています。

上勝町農業委員会

平成24年度 コミュニティ助成事業で購入しました

宝くじの社会貢献広報事業を行う財団法人自治総合センターは、宝くじの収入を財源として、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を図るため、地域的な共同活動に助成を行っております。

この度、一般コミュニティ助成事業で、中瀬津組が採択されて助成を受け、除雪機を購入しました。





先月から各地域や個人宅を対象として、カミカツマーケットで販売中の量り売り商品や、町内商店から仕入れた食料品、日用雑貨、お惣菜等の訪問販売を行っています。

今後は販売地域を曜日や日にちで固定し、定期的にお宅を訪問できるように調整していく予定です。ご希望があれば、個別対応も可能ですので、お気軽にご連絡ください。

(細束)

年始1月4日から開店中!!

カミカツマーケット

開店時間

(平日) 9時～18時
(土日祝) 9時～17時

一月下旬にカミカツマーケットが移転します!!

一月下旬に量り売りのカミカツマーケット、買い物宅配の拠点となる本店を正木地区で始めます。より皆さまに買い物を楽しんでいただけるよう、さらなる商品ラインナップの充実に加えて、上勝町内にある商店の商品を集めた上勝ミニ商店街コーナーなど、様々な企画を考えています。オープン日が確定次第再度告知を行いますので、ぜひお越しください。

(三谷)



正木地区の防火水槽を照らす防犯灯として稼働中の小水力発電機を移設し、現在の街頭一灯から四灯に増設する計画が進行中です。

これから寒い冬となりますが、正木地区の住民の皆さまの多大なるご協力の元、力を合わせて作った手作りの発電機が、この地域を温かい光で包み込む日を楽しみに仕事を進めていきたいと思えます。

(松本)

募集中

小水力発電、太陽光発電の候補地を募集しています。また、薪ストーブの販売、薪の販売(六百kgから)も行っています。お気軽にお問い合わせください。

(岡本)



現状では小型の小水力発電機で起こした電気を売電するための装置がなく、せっかくの電気もその場で使う事しかできません。そこで、各種メーカと連携し、リチウムイオン蓄電システムと連動する系統連系インバータの設計・開発を進めています。

これが実現すれば、小水力発電だけではなく、小規模の様々な形態の発電機による売電が可能となり、再生可能エネルギーの推進に大きく貢献する事ができると考えています。

(代表理事小林)

平成24年度 過疎地域等自立活性化推進事業 カミカツマーケット

平成二十四年度 新しい公共 上勝町ゼロ・ウェイスト推進事業

新年のご挨拶

餅花づくりが行われる

12月13日、正木老人会の皆さまと彩保育園児44名と一緒に正月飾りの餅花を作りました。どの子も、おじいちゃんおばあちゃんとふれあいながら、飾り付けを楽しみました。良いお正月を迎えられそうです。



クリスマスライブ開催

12月1日、高鉾公民館においてクリスマス・ライブが開催されました。町内外の7グループが数々の曲を披露し、観客は音楽に合わせて手拍子をするなど、会場は一体となり盛り上がりました。

子ども達にクリスマスプレゼントを手渡すシーンでは、サンタに代わりゴミ・ゼロ戦隊ブンベツジャーが登場し、子ども達に少し早いプレゼントを届けました。



上勝町のバンド"Shiwasyuwa"

「おどる国文祭」5周年記念事業・とくしま2012(第27回国民文化祭) 事業が終わる

平成24年12月14日をもちまして、「おどる国文祭」5周年記念事業・とくしま2012(第27回国民文化祭)事業が終了しました。

本町におきましては、「世界に発信する持続発展型の環境造形による集落彩生(再生)を目指す。」ことを目的に、シンポジウムやスタンプラリー等の事業を実施しました。

12月8日には、徳島県知事飯泉嘉門氏が視察に来町され、上月佳代氏のアート作品「circulation」の修復作業等を視察しました。



起業インターンからシェアハウス、シェアカフェスタート

株式会社いどり主催の起業インターンから、2つの事業がスタートしました。

新規移住者のための居住施設としてのシェアハウス(正木字平間地区共同生活用住宅)、カフェでの模擬起業を行うことができるシェアカフェ(福原字庵ノ谷地区日替わり店長による喫茶店)です。現在、シェアハウスには2名の移住者が住居しており、シェアカフェには5名の日替わり店長が在籍しております。

両施設ともに、移住促進のための住居と仕事を提供していくための足がかりとなる施設として運営されています。シェアカフェについては、町内外問わず、カフェをしてみたいという方に模擬起業の場として開放しております。



クリスマスムードいっぱい



彩保育園

上勝小学校

福原字古川地区

クリスマス会

上勝夢おこしグループ道化師(ピエロ)が設置

福原地区の有志が設置

ゼロ・ウェイスト宣言 二〇二〇年達成に向けて

町外からのごみの持込みを防ぐ為に名前の確認をさせていただきます。ご協力をお願いいたします

期間

平成25年1月6日(日)～平成25年3月31日(日)まで

明けましておめでとうございませう。
未来の子供たちにきれいな空気やおいしい水、豊かな大地を継承するため、上勝町の焼却・埋立てごみの削減をめざしてがんばっていきましょう。



本年最初の取り組みとして、町外からの持込みごみの防止策を行います。
平成二十五年一月六日(日)

〔平成二十五年三月三十一日(日)までの間、ごみを出しに來られた方の名前等、次の事項を確認させていただきます。ごみステーションに確認をさせていただきます。職員がおりますので、少しお時間をいただくこととなりますが、ご理解とご協力をお願いいたします。〕

確認事項

- 一、氏名
 - 二、住所
- 等をお聞きします

日比ヶ谷ごみステーションへの搬入は、上勝町内で発生したごみのみとなっており、上勝町外からのごみの持込みはできません。町外からの持込みは廃棄物処理法違反になる場合があります。

福岡県視察報告

「九周年でごみゼロ」福岡県大木町

大木町は上勝町に続き全国で二番目にゼロ・ウェイスト宣言をしています。原因が大量消費社会にあるとした上で「無駄の多い暮らし方を見直し、これ以上子どもたちにつけを残さない町を創ることを決意します」と平成二十八年までに焼却・埋立てごみをゼロにしようとして取り組んでいます。平成十七年に十五%だったリサイクル率は平成二十三年には五十七%になっています。大木町の特徴は、生ごみと尿をバイオガスプラントで消化液にし、その消化液を水稻や麦などの肥料として活用しています。この肥料で栽培したお米は、化学肥料・農薬の使用を慣行農法の半分以下に抑えること



▲収集した生ごみをバイオガスプラントに投入

バイオガスプラントは道の駅におき内にあり、道の駅では消化液を利用した栽培農園、産直市、健康地域応援レストランが併設され、環境・農業・食をつなぐまちづくりの拠点となっており、分かりやすいリサイクルの環ができていました。



▲健康地域応援レストラン

視察対応をしてくださった大木町の担当課長は「ゼロ・ウェイスト宣言をしたことで、ここまでやってこられた。大きな目標を持つことはとても重要です。これからも持続可能な循環型社会をめざして、地域資源を活かした環境に優しい暮らしの確立、新たな豊かさの創造をめざしたい」と話されました。

紙おむつを再資源化

大牟田市にあるトータルケアシステムでは、福祉施設や病院、家庭から廃棄される紙おむつのリサイクルを行っています。紙おむつは破碎後に水溶液でかくはん処理し、含まれる素材を比重に応じて分離。洗浄、脱水を経て、パルプは建材、ビニールは固形燃料、汚泥は堆肥の原料へと再資源化されています。焼却に比べ、二酸化炭素の排出も四



▲再生パルプ 年間1800tがリサイクルされている

十%削減できるといふことで、全国の紙おむつの需要は年間百四十五億枚で今後も高齢化に伴い大人用紙おむつの利用者増加も予想されます。通常は焼却処分されるケースが多い中、先駆的な試みとして、全国から注目されています。工場長は「他社へのノウハウ提供も含めて、専用プラントを増やし、リサイクルを広げていきたい、また紙おむつを再び紙おむつにして販売することが目標」と話されました。

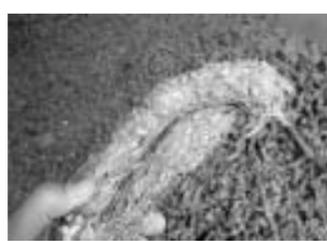
使用済み紙おむつから再生された資源



廃プラの油化事業

柳川市にある柳川商事では、自治体から回収した廃プラスチックを、特許を取得している設備で油化し、分解油を温泉施設や学校給食センターで再利用しています。

廃プラスチックの多くは固形燃料に再資源化されていますが、それよりも分解油は、使用出来る場所も多く、また高く販売することが出来ます。油に戻すことで、石油代替燃料として利用できれば、化石燃料の使用削減につながり効果的な地球温暖化対策としても有効であると考えられています。



▲廃プラスチックを固形化したもの。この後、油化される。

11月のごみ収集量

◎焼却ごみ	8.78t
【前年同月比】	0.34t増
一家庭に換算すると	10.06kg
◎容器包装以外のプラスチック製品	1.08t
【前年同月比】	0.08t減
一家庭に換算すると	1.24kg



今月のごみ収集量

雑紙救出実験 12月の当選番号

77

【賞品】1万円相当商品券等
当選者はひだまりへお越しくください。来月の抽選もお楽しみに。
登録者数151名(11/30現在)
お問い合わせ先 ひだまり ☎44-6080

あけましておめでとうございます!

今年も健康な一年を送れますように。

さて、「お酒をおいしく、楽しく飲む」ために、今月もアルコールとからだの関係についてです。

◎あなたのそのお酒の飲み方は、からだに合った飲み方ですか？

先月お伝えしたように、肝臓ではアルコールを1日に20gまでなら処理できます。また、処理には3～4時間かかります。そして、1日に60gまでが処理の限界で、これ以上は肝細胞が休む時間がないので肝臓には大変負担がかかります！

下の表で、あなたの摂取している『純アルコール量』を計算してチェックしてみましょう!! *網掛け部分()にあなたの数字を入れて計算します*

アルコールの種類	自分が1日に飲む量(cc)	アルコール度		実は糖分も含まます! 100cc中の糖分量(%)
		×100cc中のアルコール度数=私のアルコール量		
ビール(淡色)		× 0.05 =		0.03
ビール(発泡酒)		× 0.06 =		0.04
日本酒		× 0.15 =		0.05
ワイン		× 0.12 =		0.02
スイートワイン		× 0.14 =		0.13
缶チューハイ		× 0.08 =		0.03(果汁3.3%)
果実酒		× 0.13 =		0.21
養命酒		× 0.14 =		0.22
焼酎(25度)		× 0.25 =		0
ウイスキーブランデー		× 0.40 =		0
1日の合計を出して、 純アルコール量を計算します		度数合計 (A)) (A)) × 0.8 = ()		あなたの純アルコール量

☆さて、あなたの摂取しているアルコール量はいくらでしたか？

健康日本21で定められている純アルコールの1日の基準量は20gです。

これは、ビールなら500、日本酒なら1合、焼酎なら0.6合程度にあたります。純アルコール量が60g以上では「多量飲酒」となります。

また、アルコールには糖分も含まれますので、量が増えると糖も多く摂取することになります！おいしく楽しくお酒を飲むために、適切な量で、自分にあった飲み方をしましょう！

次回も引き続きアルコールについてお伝えします。

貯筋教室

ゆっ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。楽しくお話しながら一緒に体操しませんか？

1月23日(水) 14時～16時

ところ コミュニティセンター

会費 500円

もちもの：タオル、お茶などをご用意ください



歯の健康相談

歯科衛生士による歯とお口の相談です。歯は一生の宝物です。歯医者へかかっている方も、お気軽にお越しください。

とき

1月18日(金)
13:30～16:30

1月28日(月)
9:30～11:00

ところ 上勝町診療所



こんにちは

保健師です



新年あけましておめでとうございます。
上勝町診療所は、いざというときに町民皆さんの頼りになる診療所となるよう、職員一同、努力してまいります。本年もよろしくお祈りいたします。
さて、今月は脂質異常症の怖さと脂質異常症を防ぐ食事についてです。

1時間目

脂質異常症はなにがこわいの？

【基本編】



脂質異常症は動脈硬化の大きな危険因子なんだよ

日本人の死因の第2位と3位を占めているのは、狭心症や心筋梗塞などを含めた心臓病と、脳出血や脳梗塞などの脳卒中だ。これらはどちらも、動脈硬化が原因となって起こる血管の病気です。死因の第1位はがんですが、心臓病と脳卒中を合わせると総死亡の約30%を占めるので、動脈硬化を防ぐことはとても重要です。

さらに動脈硬化は、高血圧を悪化させたり、腎臓病などの原因となります。動脈硬化というのは、心臓からからだの各部分へ血液を運ぶ動脈が硬くなるものです。動脈の内側の壁にコレステロールがたまって血管が盛りあがって狭くなり、それとともに血管が硬くなってもろくなるんですね。そのため、血液が流れにくくなったり、血管に血栓(血管の成分や血管壁がはがれたものなど)がたまりやすくなるのが大問題なのです。

動脈硬化はさまざまな危険因子が重なり合って起こります。だから、それらの危険因子を除いていけば、ある程度防げるのです。高血圧が動脈硬化の大きな危険因子の一つだということはよく知られていますが、脂質異常症も重大な危険因子です。ですから脂質異常症は、自覚症状はまったなくても、早く見つけて治療することが重要なんです。



危険因子が重なるほど怖い「メタボリックシンドローム」

虚血性心疾患や脳卒中に関して、とくに危険な因子とされるのが、肥満(特に内臓脂肪型肥満)、高血圧、脂質異常症、耐糖能異常(糖尿病とその境界型)です。危険因子は、重なるほど危険が高くなるのは当然ですが、これらが3つ以上異常と診断された人の場合、虚血性心疾患や脳卒中になる可能性が、いずれも正常人の約36倍以上になるといわれています。

現在ではこのような状態を「メタボリックシンドローム」と呼んでいます。これらの項目に心当たりがある人は、一つずつでも減らしていく努力が大切です。

2時間目

脂質異常症を防ぐ食事

【予防編】



脂質異常症の原因は、体質、環境など色々あるけれど、まずは食事のコントロール

脂質異常症は、遺伝子異常や他の病気に伴って現れるものもあるけれど、8割以上は多くの生活習慣に関連した原因が重なって発症してきます。生活習慣病のほとんどがそうですね。

ではその原因は大まかにどんなことがあるかというと、遺伝的な素因のほかに、過食、高脂肪食、運動不足などの悪い生活習慣や、それによる肥満があげられます。つまり、食事からんだ要因がいちばん多いんですね。だから、脂質異常症を防ぐにはまず、食事に心を配って食生活を適正に保つことが重要なんです。

脂質異常症を防ぐための食生活では、右の6項目が重要です。



コレステロールの7割が体内で合成されている

ちょっと意外なこともかもしれませんが、体内にあるコレステロールの7割前後は、体内で合成されています。だから、食事からコレステロールをまったくとらなくても、血中には少なめですがコレステロールがあります。また、食事からコレステロールをとり過ぎても、健康な人なら一定量以上は吸収されません。食事からたくさん入ってきたときには合成が減り、それでも多すぎる場合は肝臓などにためるはたらきがあって、血中コレステロールは一定に保たれているんです。

来月は脂質異常症を防ぐ日常生活と脂質異常症の検査についてです。

健康の達人になろう
知って得する健康情報

176

川人愛



平成25年度 上勝町臨時職員募集

本町では、臨時的な業務に従事する臨時的任用職員の選考試験を行います。ご希望の方は、市販の履歴書一通(写真貼り付け、希望する職種をご記入ください)に宛先を記入した返信用封筒(八十円切手を添付)一通を同封して平成二十五年一月二十五日(金)までに、上勝町役場総務課宛に郵送するか、若しくはご持参ください。

募集内容及び採用試験

- 職種、職務内容及び人数等
 - ① 町事務補助員 二名程度
 - ② 診療所窓口等事務補助員 二名
 - ③ 学校用務員 二名
- 日給
 - ・五千八百円から六千五百円
 - ・(日給は経験等により多少変わります。)
 - ・(通勤費別途支給、職種によって健康保険、厚生年金、雇用保険加入)

- 勤務時間
 - ① ②については、八時三十分～十七時十五分(職種によって早出、遅出出勤あり)
 - ③春、夏、冬休み等を除く七時三十分～十六時十五分(勤務を要請する場合あり)
- 任用期間
 - ・地方公務員法により六カ月を超えない範囲(平成二十五年四月一日～平成二十五年九月三十日まで必要な期間)
 - ・一回に限り六カ月を超えない範囲内で更新する場合があります、平成二十六年三月三十一日限りで終了します。

上勝町消防団 出初式

平成25年

- 日時 1月4日(金) 開会 10時 (雨天時は10時30分)
- 場所 上勝小学校グラウンド (雨天時は上勝小学校体育館)



- 再任用制限期間
 - ・上勝町の臨時職員として勤務したものは、退職後一週間以上の期間経過後でなければ採用できません。
- 勤務地
 - ・本庁、診療所、学校
- 試験の日時
 - ・平成二十五年二月十四日(木) 時間等は個人宛に通知します。
- 試験の場所
 - ・上勝町役場内
- 試験の内容
 - ・面接等による選考試験
- 履歴書郵送先及びお問い合わせ先
 - ・徳島県勝浦郡上勝町大字福原字下横峯三番地一
 - ・上勝町役場総務課
 - ・☎八八五〇四六〇二二
 - ・IP〇五〇三三三八八〇七

第6回 高齢者教室ご案内

- とき 1月24日(木) 10時～15時
- ところ 旭基幹集落センター
- 内容
 - 午後の部 文化芸能講座 「待ってました。新春芸能大会」
 - 高齢者教室は年齢所属に関係なくどなたでも参加できます。
 - 参加料 無料
 - 福祉バスは、八重地を8時30分、福川を9時20分に出発します。
 - お問い合わせ先 上勝町教育委員会 ☎0885-45-0111 IP050-3438-7311
- 午前部 人権・生涯学習講座 「生涯学習からみた防災～災害弱者と人権～」
- 講師：徳島県教育委員会生涯学習政策課統括社会教育主事 乾 和彦氏

1月担当医表

(上勝町診療所) 44-5010 午前の診療受付8:30～11:30 午後の診療受付14:00～16:30

	月	火	水	木	金
		1	2	3	4
午前	1 診療				川人 愛
	2 診療				榎原 茂
午後		元旦	休診	休診	川人 愛
歯科診療	8:30～12:00 13:00～17:15				
	7	8	9	10	11
午前	1 診療	川人 愛	榎原 茂	川人 愛	川人 愛
	2 診療	木下 英孝		榎原 茂	榎原 茂
午後		木下 英孝	榎原 茂	川人 愛	川人 愛
歯科診療	8:30～12:00 13:00～17:15			高橋加奈子	
	14	15	16	17	18
午前	1 診療		榎原 茂	川人 愛	川人 愛
	2 診療	成人の日		榎原 茂	榎原 茂
午後		榎原 茂	榎原 茂	川人 愛	榎原 茂
歯科診療	8:30～12:00 13:00～17:15			高橋加奈子	
	21	22	23	24	25
午前	1 診療	川人 愛	榎原 茂	川人 愛	川人 愛
	2 診療	木下 英孝		榎原 茂	榎原 茂
午後		木下 英孝	榎原 茂	川人 愛	川人 愛
歯科診療	8:30～12:00 13:00～17:15			高橋加奈子	
	28	29	30	31	
午前	1 診療	川人 愛	榎原 茂	川人 愛	
	2 診療	木下 英孝		榎原 茂	
午後		木下 英孝	榎原 茂	川人 愛	
歯科診療	8:30～12:00 13:00～17:15			高橋加奈子	

(上勝町福原診療所) 46-0302 診療受付 13:00～16:30

	月	火	水	木	金
		1	2	3	4
午後			休診		榎原 茂
	7	8	9	10	11
午後	川人 愛		川人 愛		榎原 茂
	14	15	16	17	18
午後	成人の日		川人 愛		川人 愛※
	21	22	23	24	25
午後	川人 愛		川人 愛		榎原 茂
	28	29	30	31	
午後	川人 愛		川人 愛		

※18日(金)の上勝町福原診療所は16時で終了します。15時30分までに来てください。

今月の納税

- 後期高齢者医療保険料 6期分
- 国民健康保険税 7期分
- 介護保険料 7期分
- 納期限 平成25年1月31日(木)

督促状の出るもの

- 固定資産税 3期分
- 後期高齢者医療保険料 5期分
- 国民健康保険税 6期分
- 介護保険料 6期分
- 納期限は12月25日(火)でしたが、まだ未納の方が見受けられます。未納者には、1月11日(金)に督促状を送付します。早急に納めてください。

英会話教室

- 毎週木曜日 受講料無料
- 初級クラス 19時～20時
- 上級クラス 20時～21時
- 場所：役場支所
- 1月3日(木)は休講です。
- お申込み・お問合せ 教育委員会 (45-0111)

心配ごと相談

- 1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。

登記無料相談

- 1月26日(土) 9時～正午
- 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

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
- 日比ヶ谷ごみステーション
- 廃タイヤ... 1kgまで毎に100円
- 家電製品..... 有料

徳島税務署からのお知らせ

申告と納税はお早めに！

税目	申告・納付期限	振替納税の方の口座振替日
所得税	3月15日(金)	4月22日(月)
個人事業者の消費税及び地方消費税	4月1日(月)	4月24日(水)
贈与税	3月15日(金)	口座振替は利用できません

申告書はご自分で書いて、できるだけ郵送等で提出してください。
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で所得税、贈与税及び個人事業者の消費税(地方消費税を含む)の申告書を作成することができます。ぜひご利用ください。
納期限までに最寄りの金融機関で納付を済ませてください。
振替納税を利用している方は、確実に残高の確認をしてください。

申告相談会場は「アスティとくしま」

会場	期間
アスティとくしま (徳島市山城町東浜傍1)	1月16日(水)~1月31日(木) 2階第6会議室(本年のみ) 2月1日(金)~3月15日(金) 3階第2特別会議室 (土・日・祝日を除く。ただし、2月24日及び3月3日の日曜日は確定申告の相談・申告書の受付を行います。)

受付時間は9時~16時まで(16時以降は受付できません。)
この期間、徳島税務署庁舎内には、申告相談会場を設けておりません。
アスティとくしまの駐車場については、有料(1日200円)となりますので、ご理解とご協力をお願いします。

さあ！ ネットで申告 e-Tax

1 国税庁ホームページから電子申告

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成したデータは、e-Tax(電子申告)を利用して提出することができます。

2 最高3,000円の税額控除

平成24年分の確定申告を本人の電子証明書を付して、申告期限内にe-Taxで行うと、所得税額から最高3,000円の控除を受けることができます(平成23年分以前の申告で受けた方は受けられません。)

~贈与税の申告がe-Taxでより便利に~

これまで、贈与税の申告書については、書面での提出しかできませんでしたが、平成24年分の申告から、「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、作成したデータをe-Taxを利用して送信できるようになりました。

24時間いつでも利用可能(所得税の確定申告期間中は、24時間e-Taxの利用が可能です(メンテナンス時間を除く。))
詳しくは徳島税務署(☎088-622-4131)にお問い合わせいただくか、国税庁ホームページ(www.nta.go.jp)をご覧ください。



3 添付書類の提出省略

医療費の領収書や源泉徴収票等は、その記載内容を入力して送信することにより、提出又は提示を省略することができます(確定申告期限から5年間、書類の提出又は提示を求められることがあります。)

4 還付金がスピーディー

e-Taxで申告された還付申告は、早期処理しています(3週間程度に短縮)。

償却資産申告書の提出について

申告期限 1月31日(木)まで

会社や工場、商店等の事業所若しくは個人において、事業に使用した機械、器具等の償却資産については、申告しなければなりません。所定の申告用紙を送付しますが、送付がなかった事業所につきましても、該当がありましたら、至急役場税務課へお問い合わせください。

農業委員会だより

農地を売買・贈与・転用する場合には農地法の許可が必要です

農地は農業の基盤であり、私たちの食糧の生産に必要な大切な資源です。農地を耕作目的で売買及び賃借したり、また宅地や山林に転用して農業以外の目的に利用するときは、農地法による許可が必要です。詳しくは地元農業委員若しくは農業委員会までご相談ください。申請書は農業委員会に備えてあります。

〔3条 農地の売買〕

◎農地を耕作目的で売買・贈与したい方は農地法第三条による許可申請が必要です。

〔4条・5条 農地の転用(農振除外)〕

◎自分所有の農地を転用(農家住宅・植林・駐車場等)する場合、農地法第四条による許可申請が必要です。
◎転用(一般住宅・資材置場等)

を目的とした農地の売買及び賃借の場合、農地法第五条による許可申請が必要です。
※転用しようと思う土地が農振農用地の場合その除外がまず必要です。
※農用地の追加及び除外申請の受付は毎年二月末日までとなっています。
・締め切りを過ぎると一年先送りになりますのでご注意ください

●県知事の同意後に農地の転用申請をし、県知事の許可を受けてから目的の地目に転用することが出来ます。



農地の相続等の届出のお願い

農地を相続したときは農業委員会に届出が必要になりました。

農地法の改正により、相続などによる農地の権利取得を農業委員会がきちんと把握し、農地の有効利用に努めます。

農業委員会では、例えば、相続した方が地元を離れていて、自分では手入れができない場合に、農地の管理についてのご相談や、地元で借り手を探すなどのお手伝いをします。

まずは農業委員会の窓口までお越しください！

上勝町農業委員会事務局

☎46-0111
IP 050-3438-8071

農業委員会委員選挙人名簿登載の申請について

提出は1月10日(木)までに

農業委員会委員選挙人名簿は農業委員会委員選挙の資格を有する方の申請に基づき、毎年1月1日現在で選挙資格を調査して作成します。

申請用紙は各戸に郵送しますので、お近くの農業委員会さんに期日までにお渡し頂くか、農業委員会窓口・役場支所まで提出してください。

申請資格

上勝町内に住所を有する満20歳以上(平成5年4月1日までに生まれた人)で次のいずれかに該当する人
①10アール以上の農地につき耕作を営む人
②前記の人の同居の親族、また同居の親族の配偶者であって年間おおむね60日以上耕作に従事している人

提出期限 平成25年1月10日(木)

お問い合わせ先 上勝町農業委員会事務局または
上勝町選挙管理委員会事務局へ

外国人住民の方についても、 2013年7月8日から、住基ネットの運用が開始されます。 また、住基カードの交付を受けることができるようになります。

二〇一三年七月八日から、外国人住民の方についても住民基本台帳ネットワークシステム(住基ネット)の運用が開始されます。

住基ネットは、住民の方々の利便性の向上と国及び地方公共団体の行政の合理化に資するため、居住関係を公証する住民基本台帳をネットワーク化した全国共通の本人確認ができるシステムです。

住基ネットの運用開始に伴い、外国人住民の方の住民票に住民票コードが記載され、その住民票コードがお住まいの市区町村からご本人へ通知されます。

住民票コードは、住基ネットにおいて全国共通の本人確認を行うにあたって必要不可欠な、無作為の十一桁の番号です。

外国人住民の方もお住まいの市区町村で住民基本台帳カード(住基カード)の交付を受けることができるようになります。

住基カードは、セキュリティに優れたICカードで、「写真付き住基カード」は公的な証明書としても使えます。

できるよくなることの例

- 一部の行政機関で、住民票の写しの提出の省略が可能となるなど、手続が簡略化されるようになります。
- お住まいの市区町村以外でも住民票の写しの交付を受けることができるようになります。(注)住基カード又は在留カード等の提示が必要です。
- 住基カードの交付を受けている方は、転入届の特例が受けられ、引越しの手続で市区町村の窓口に出向くのは、引越し先の一度で済むようになります。
- 住基カードに電子証明書を格納することで、電子証明書による本人確認を必要とする行政手続きのインターネット申請ができるようになります。

※住基ネットに関する詳しい内容につきましては、「住民基本台帳ネットワークシステムのホームページ」をご覧ください。

※住基カードに関する詳しい内容につきましては、「住民基本台帳カード総合情報サイト」をご覧ください。

放送大学4月生募集のお知らせ

放送大学では平成二十五年度第一期(四月入学)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。

働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。

- 十五歳以上の方なら、一科目から学習する選科履修生・科目履修生として入学できます。
- 十八歳以上の大学入学資格をお持ちの方なら、入学試験はなく、全科履修生として入学でき、四年以上在学して、百二十四単位を修得し卒業すると、学士(教養)の学位を取得できます。

一つの分野を体系的に学びたい方には「放送大学エキスパート」を実施しています。

出願期間は二月二十八日(木)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 ☎〇八八―六〇二―〇一五―一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。

平成25年度 保育所入所説明会のお知らせ

4月1日から、本町彩保育園に入所する乳幼児を対象に入所説明会を実施いたします。

当園では産休明けの乳児(0歳児)から就学前の児童(満5歳児)までお預かりいたします。

入所をご希望される方は、できる限りお子さまとご一緒に、入所説明会へのご参加をお願いします。

なお、ご都合により入所説明会にご参加できない方は、役場住民課までお問い合わせください。

■日時 1月26日(土)
12時30分から13時まで(予定)

■場所 彩保育園

■入所できる要件

町内に在住し、住民基本台帳に登録されている家庭で、保護者の仕事や家庭の事情で保育に欠ける乳幼児。

■入所定員 40人程度

■お問い合わせ先

住民課 保育所担当 ☎46-0111

平成24年度

徳島大学主催タウンフォーラム

『地域再生いどばた会議 ～地域を救う「つながり」』

■日時 平成25年1月12日(土)
13時～17時15分まで

■場所 徳島大学 地域・国際交流プラザ2階
徳島市新蔵町2丁目24番地

■内容

平成24年度の上勝学舎の講座のまとめとして、徳島市内で「女性がすすめる6次産業～地域課題を解決するコミュニティビジネス～」を題材としたタウンフォーラムを開催いたします。上勝町内だけでなく、他地域の活動事例を知る機会になります。遠いですが、ぜひお越しください。

■参加費 無料

■共催 上勝町

■お問い合わせ先 ☎088-656-7684
(担当：上勝学舎 玉有)

上勝町商工会 プレミアム商品券

使用期限は今月末まで!
すぐご利用ください。

かみかつQピット 結婚相談会

ご縁談について相談会を行っています。結婚を希望される独身男女の方、親御様はお気軽にご相談ください。



■日時 1月20日(日)
10時～12時

■場所 高鉾公民館1階会議室

■相談員 かみかつQピットサポーター 2名

※秘密及び個人情報は固く守られます。

そろそろ確定申告の時期

決算書は作るけど、申告したらそれっきり
事業者のための決算書の見方・活かし方 説明会

■内容 経営の全体像のなかでの決算書の役割を説明します

■日時 平成25年1月8日(火)
18時30分～19時30分

■場所 上勝町商工会
上勝町大字生実字下野16-1

■参加料 無料

■お申し込み先 上勝町商工会
☎0885-46-0108 FAX46-0309

IP050-3438-9280
メール tsci0200@tsci.or.jp

※当日参加可能ですが、駐車場に限りがあるため予め申し込みをお願いします。

■主催 上勝町商工会

所得区分・負担区分・自己負担限度額

所得区分 ※		負担区分	外来の限度額 (個人ごとの限度額)	外来+入院の限度額 (世帯ごとの限度額)
現役並み 所得者	住民税課税所得が145万円以上で、収入が高齢者複数世帯で520万円以上、高齢者単身世帯で383万円以上の方	3割	44,400円	80,100円+ (医療費が267,000円を超えた場合は、超えた分の1%を加算) ※4回目以降 44,400円
一般	現役並み所得者、低所得者以外の方	1割	12,000円	44,400円
低所得者Ⅱ	属する世帯の世帯員全員が住民税非課税である方			24,600円
低所得者Ⅰ	世帯員全員が住民税非課税で、各種収入等から必要経費・控除を差し引いた所得が0円となる世帯の方(単身世帯・年金収入のみの場合、受給額80万円以下の方等)		8,000円	15,000円

★過去12カ月の間に、外来+入院の高額療養費の支給を4回以上受ける場合の4回目以降の限度額

お問い合わせ先 住民課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071

介護予防活動センターに
手織り機と工業用ミシンが入りました!

誰でも簡単に手織りを楽しめる織機、厚い布でもスイスイ縫えるミシンを介護予防活動センターひだまりでお楽しみください。

受付時間：9時～17時(年始は1月7日(月)からの営業です)

使用料

ミシン		手織り機	
60歳以上	60歳未満	60歳以上	60歳未満
無料	基本使用料 2時間 400円 (以降、1時間 200円)	無料	基本使用料 2時間 400円 (以降、1時間 200円) 材料費 15円/g



JUKIのミシン



裂いた布を織っている様子

一般廃棄物
収集予定日

1月の日程

22日(火) 傍示地区
24日(木) 正木地区
25日(金) 生実地区
29日(火) (八重地地区)
市宇地区
福原地区
31日(木) 田野々地区

粗大ごみがある場合もご連絡ください。

■お問い合わせ先

NPO法人ゼロ・ウェストアカデミー
☎44-6080
IP050-3438-9545

後期高齢者医療制度について

納付書で納付される皆様へ

●普通徴収(納付書払い)の方へ、保険料の納付のお願い

後期高齢者医療制度では、原則として被保険者全員が保険料を納めます。みなさんの納める保険料は、公費や現役世代の支援金とともに、医療費の大切な財源となります。ぜひ納期限内の納付にご協力ください。また、今までに納め忘れは無いか、もう一度確認をお願いします。

新しく後期高齢者医療制度に加入される皆様へ

●被保険者証について

被保険者証は1人に1枚交付され、75歳になる誕生日までにお送り(書留郵便)します。

●75歳の誕生日を迎えられた月における医療費の自己負担限度額について

75歳の年齢到達により後期高齢者医療制度に加入された月の医療費の自己負担限度額は、誕生日前の医療保険(国保や社会保険など)と後期高齢者医療制度のそれぞれにおいて、2分の1となります。

●障害認定について

新たに障害者手帳等の交付を受けられる65歳以上75歳未満の方が、後期高齢者医療制度に加入する場合は、障害者手帳等交付申請時に後期高齢者医療障害認定申請手続きを行ってください。

なお、すでに障害認定を受けている方については、障害者手帳等の更新は必ず有効期限内に行ってください。

入院する方へ

●後期高齢者限度額適用・標準負担額減額認定証について

入院したときは、食費の標準負担額を自己負担します。町民税の非課税世帯に属する方が、後期高齢者限度額適用・標準負担額減額認定申請を、住民課若しくは役場支所へ手続きすれば認定証が交付(支所で手続きの方は後日郵送)されます。該当する方は、申請してください。

この認定証を入院している病院等窓口にて提示すれば、食費等が負担軽減されます。(当該認定証を提示した月の初日から適用)

また、1カ月に支払った医療費が、自己負担限度額(所得区分等によって設定)を超えたとき、その限度額を超えた分を高額療養費として還付されます。

所得区分による入院時の食費の標準負担額や自己負担限度額等については、別掲の表をご参照ください。

入院時の食費の標準負担額(1食あたり)

所得区分 (※所得区分・負担区分・自己負担限度額表参照)	食費	
現役並み所得者	260円	
一般	260円	
低所得者Ⅱ	90日までの入院	210円
	過去12カ月で90日を超える入院	160円
低所得者Ⅰ	100円	

入院時生活療養費

(療養病床に入院したときの食事代・居住費)

療養病床に入院する場合は、食事代と居住費のうち国が定めた費用(所得区分ごとに設定)を自己負担します。(入院医療の必要性が高い方は上記の食費のみ)

療養病床の標準負担額

所得区分	食費(1食あたり)	居住費(1日あたり)
現役並み所得者	※460円 (420円)	320円
一般	※460円 (420円)	320円
低所得者Ⅱ	210円	320円
低所得者Ⅰ (老齢福祉年金受給者)	130円 (100円)	320円 (0円)

※管理栄養士又は栄養士により栄養管理が行われているなどの一定の要件を満たす保険医療機関の場合。それ以外の場合は420円となります。

新成人の皆さんおめでとうございます

二十歳から国民年金

日本に住む二十歳から六十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きます。

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、その際に、「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、役場の国民年金担当または年金事務所へお尋ねください。(二十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方は、「若年者納付猶予」など保険料の支払いを猶予する制度がありますので、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。

てください。

国民年金の給付は、三種類の基礎年金があります

- 老齢基礎年金
六十五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。

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がこの番号で管理されます。年金手帳は、年金に関する手続きの際に必要となりますので、大切に保管してください。

住民課

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歳未満の自営業の方、農林漁業の方、学生の方など	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】14,980円(平成24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16.766%(平成24年9月現在) 労使折半で保険料負担
国庫負担	平成24年度における基礎年金の国庫負担割合については1/2となります。(平成21年3月分までは1/3)		

ご存知ですか

交通遺児等へ育成資金貸付け

義務教育終了まで育成資金が無利子で借りられます。

■対象者

自動車事故により死亡または重度後遺障害者となられた方の○歳から中学校卒業までのお子様

■貸付金額

一時金 十五万五千元
毎月 二万円
入学支度金 四万四千元

■返済期間

中学校卒業後二十年以内(高校・大学等に進学する場合は、卒業まで返済開始は猶予)

■重度後遺障害者へ介護料支給

■対象者
自動車事故が原因で、脳・脊髄または胸腹部臓器を損傷し重度の後遺障害を持ったために、常時または随時の介護が必要な状態にある方

- 月額 六万八千四百四十円～十三万六千八百八十円
- ①以外で常時の介護が必要な方
月額 五万八千五百七十円～十万八千円
- ③随時の介護が必要な方
月額 二万九千二百九十円～五万四千元

■お問い合わせ先

独立行政法人自動車事故対策機構 徳島支所
〒七七〇-〇〇〇三
徳島市北田宮二丁目十四番五〇号(徳島県トラック会館二階)
☎〇八八-六三一-七七九九

町民の詩歌

俳句

哀楽を共に過せし木ノ葉髪
白寿まで大事に母の木の葉髪
夫の肩出がけに払う木の葉髪
遠山に白き装い冬構え
洗面台の八十路半ばの木の葉髪
不用と捨てられもせず煤払い
あの家も女手ひとつ冬構え
庭先の柵の花よく香り
ほんのりと柵の花香る朝
夕映えて色も見事な紅葉狩り
紅葉狩り誰もカメラが必需品
物干しに冬の小鳥の来てあそび
紺碧の空ひとりじめ冬の鳥

恵美子 詩江 弘子 千恵 和子 年明 あつ子 恭子 冷子 美代子 善男 ヤスエ 米子

短歌

朝やけの空ほのぼのと紅葉も一人映えて師走に入りぬ
愛犬は夫の車の音覚え遙か遠くも聞きわけららし
空を突く大木銀杏黄金に今が見頃と携帯カメラ
観頂滝師走の風に散るもみじ日々変り行き年の瀬せまる
里山を茜に染めるはぜの葉は熱き青春追憶の中
雨降りて奥山に雪ふりたるか寒さ身にしむ齢となりぬ
「来とんじゃな」大きな声で呼びとめられ診療所の玄関前で
それぞれの政党掲げし公約を聞き洩すまじ耳かたむける
透明の心臓はまだ動いてるタンスの中のちりと同じく
月影を踏みて朝刊とりにゆく届けてくるる労を謝しつつ
冬の日に手のひら返しあたたためる太陽の光受くるめぐみを
紅葉は山から里に駆け下りてせかるるままに年用意する

三都 ヨリ子 茂美 節子 恵美子 美恵子 徹夫 あや子 秀策 たみ江 民江 米子

詩

昇る初日の輝きに 古里の峰山樹氷や
うす化粧 万物の恵み躍進の
新玉の年で迎える神々に迎春祈願
世の平穩無事慶び 祝ふなり

信一

川柳

酒で胃を消毒すれば肥りだし
片言で夫婦ゲンカも笑いだし
子にけちり孫にばらまくお年玉

社長

関西広域連合 第2回EV・PHV写真コンテスト入賞作品

「榎原の棚田」



戸籍の窓口

平成24.12.1現在
前月比

人口	1,884人(2)
男	894人(1)
女	990人(1)
世帯数	870戸(2)
高齢化率	48.73%
正木	606人(0) 265戸(1)
傍示	330人(1) 148戸(0)
福原	267人(3) 130戸(2)
生実	323人(0) 149戸(1)
旭	358人(0) 178戸(0)

住民基本台帳法の一部改正及び外国人登録法の廃止に伴い、平成24年7月9日より、外国人住民が住民基本台帳法の適用対象になりました。

(敬称略)

つつしんで ご冥福をお祈りします

福良 理	71歳(福原)
後藤 一世	79歳(旭)
篠崎 光延	97歳(生実)

ありがとうございました

彩保育園 (敬称略)

品名	住所	氏名
お菓子	福原	田村 真一
お菓子	傍示	山西 美弘
お菓子	福原	石山 幸治
りんご	正木	長丸 節子
生みの木	福原	殿川 孝昭
花生	生実	前田 美紀
干し柿用柿	勝浦	米澤 好延
折り紙	伊ノ川	平山 和代
折り紙	伊ノ川	上原 ヨシ子
バナナ・餅花作り協力	正木	正木老人クラブの皆様

平成24年 11月の視察来町者数

33件 447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
1月2日(水)	勝浦病院
1月4日(金)	勝浦病院
1月6日(日)	勝浦病院
1月8日(火)	勝浦病院
1月10日(木)	上勝町診療所
1月12日(土)	勝浦病院
1月14日(月)	勝浦病院
1月16日(水)	勝浦病院
1月18日(金)	勝浦病院
1月20日(日)	勝浦病院
1月22日(火)	勝浦病院
1月24日(木)	上勝町診療所
1月26日(土)	勝浦病院
1月28日(月)	勝浦病院
1月30日(水)	勝浦病院
2月1日(金)	勝浦病院

上勝町診療所 ☎44 - 5010 勝浦病院 ☎42 - 2555

ようこそ上勝へ!

■プロフィール

名前 関 麻里
生年月日 昭和55年1月21日
出身地 千葉県千葉市
勤務元 株式会社いんどり
好きな食べ物 焼き肉



■メッセージ

2011年の6月にインターンシップ研修に参加したことがきっかけで上勝町に来ました。

研修後、上勝のいきいきと楽しみながら働く魅力的な人たちに惹かれて移住を決意しました。現在はご縁があり(株)いんどりでインターンシップ事業と特産品の販売事業の仕事をしています。上勝に来て無事一年過ごせたのも、周りの皆さんに助けられ支えて頂いたおかげです。日々感謝をしながら過ごしております。まだまだ上勝の知らない事もたくさんあるので地域の皆さんとお話出来ることがとてもうれしいです。これからも地域の行事に参加しながら一つずつ覚えていきたいと思っていますので見かけたらどうぞ「セキマリ」と呼んでくださいね。よろしくお祈りします!

「県民の運動・スポーツの実態に関するアンケート調査」にご協力ください

徳島県では、県民の誰もが、いつでも、どこでも、いつまでもスポーツに親しみ、スポーツを通じて県民の元気を創造する、全国に誇りうる「スポーツ王国とくしまづくり」の実現に向けた取り組みを推進しております。

このたび、今後のスポーツ推進の基礎資料とすることを目的に、「県民の運動・スポーツ実態に関するアンケート調査」を実施いたします。

つきましては、調査について、住民の皆さま方のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

- 調査期間 平成25年1月中旬から1月末日
- 調査方法 無作為抽出による郵送での調査・回答
- お問い合わせ先

徳島県文化スポーツ立県総局県民スポーツ課
☎088-621-2113

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

☎0120-960-138 IP050-3438-9877 受付時間9時~17時(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。