

3 2013 **分分分** 第億





「上勝シスターズ」チャレンジとくしま芸術祭

パフォーマンス部門で準グランプリ受賞

上勝町長選挙、上勝シスターズ、満百歳 … 2	知って得する健康情報 $8 \sim 9$
上勝っ子!世界へ羽ばたけ!、鬼は外 3	こんにちは保健師です 10
ゼロ・ウェイスト宣言 4	案 内 板11~16
春季全国火災予防運動、国民年金 5	町民の詩歌 ほか17
過疎地域等自立活性化推進事業 $6\sim7$	戸籍の窓口 ほか

上勝つ子! 世界へ羽ばたけ!



大久保 唯 (傍示) 美しい自然を残していってほしいです。また、 お年寄りが暮らしやすい環境をつくってほし

いてす。 製菓会社で商品開発をしたいです。そして、人々 を笑顔にできるおいしいお菓子の開発に携わ

リたいです。 Thank you for everything.I'll never forget my classmates, teachers and hometown Kamikatsu. I hope to see you again.

た くち たい が 谷 口 泰 我 (正木)

お年寄りが住みやすく、活気のある町になって

はいです。 自然災害に強いトンネルや橋、道路を造ることができる技術者になりたいです。そして、公共 工事に携わる仕事につきたいです。 3年間とても早く感じました。高校に行っても



関本風花(傍示)

上勝町の良さを守りながら、いつまでもあたたかい町であってほしいです。 建築士になって、お年寄りの方をはじめ、皆が



建栄工になって、の年号リの方をはしめ、首か 安心して安全な暮らしができるような家を設 計したいです。 先生方、バスの運転手さん、3年間ありがとう ございました。

上勝中学校を巣立っていく五名をください! なぎいます。未来に向かって頑張ってがざいます。未来に向かって頑張って



山田健太(傍示)

高齢者が健康で事故のないように暮らしてほ しいです。 僕は警察官になりたいです。そして、人々が安 には言葉らしていてす。 心して暮らせる町にしたいです。 上勝町のみなさん、上勝中学校の先生方、今までお世話になりました。これからも、目標に向かって、しっかりと頑張っていきます。



3 2 1

) 卒業にあたっての) 将来の夢

一言

上勝町に期待するも

 \tilde{O}

** なか とし ** 山 中 俊 輝 (生実)

新しい事業を展開し、今より活気のある上勝町 を目指してほしいです。また、ゴミゼロを達成し、 現在の自然を守り、永遠に美しい町であってほ しいです。

しいです。 父の仕事を継ぎ、会社をもっと大きくしたいです。 そして、上勝町の役に立ちたいです。 お世話になった先生方、町民の皆様、上勝中学 校在校生の皆さん、今まで本当にありがとうご ざいました。高校に行っても頑張りたいです。



泣いた後は笑顔にっこり。みんなで記念撮影。



2月3日(日)に青年会主催の「鬼の出張サービス」 が行われました。鬼や福の神に扮した青年会メン バーがご要望のあったご家庭等をまわり、今年も 一暴れさせていただきましたよー

涙でいっぱいになりながらも、「えいや!」と豆 まきをしてくれた子どもたち。その姿に青年会メ ンバーも元気をもらいました。今年も皆様にたく さんの福が訪れますように。 上勝町青年会一同

勝シスターズが準グランプリ チャレンジとくしま芸術祭で



発表会が、 ベントホ た「フリ 文化の森内 賞しました。 秀に次ぐ準 ジとくしま芸術祭」 勝シ 場十 今回受賞した優秀者 り」をまだご覧になって マンス部門に踊りで出場し、 方は、 ス 八チ 夕 スペ この機会に応援を 三月 の二十 ゲ ル で開催されます。 ムの ランプリ ズの「こめこめ スチャレ 中で、 七日(日)に のパフ 世紀館、 賞を受 0 イ

一年を踊りにしてて上勝の棚田での 最優 受賞

手水好子さん、大西ゲンさん、満百歳おめでとうございます!

2月7日、大西 ゲンさん (傍示) は、めでたく満 百歳になられ、 入所されている 特別養護老人亦 ーム喜楽苑にお いて、ご親族や 関係者多数の方 が見守る中、慶



▲マイクを持ってお礼を述べる大西ゲンさん

祝訪問が行われました。徳島県知事代理長寿保険課 大屋課長補佐並びに森副町長より、祝い状と記念品 が贈呈されました。大西ゲンさんは、落ち着いた口 調でしっかりとお礼の言葉を述べられていました。

2月1日、手水 好子さん(福原) は、めでたく満 百歳になられ、 入所されている 福田整形外科病 ご 院において、 親族や関係者多 数の方が見守る 中、慶祝訪問が



▲笠松町長とはいチーズ!

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 れました。大好きなお酒でみなさんと乾杯し、終始 笑顔の手水好子さんでした。

投・開票日は、 勝町長選挙 四月十四日(日)の予定です

次のとおり選挙日程が決まり 一十五年四月二十四日) に伴 任期満了

勝町長の

日時 立候 立候補に必要な書類 役場第二会議室 三月十四日(木) 十三時三十分から

を交付り

します。

当

日時 立候

三月二十八日(木)

る場

日時 立候 八時三十分から十七時まで 八時三十分から十七時まで 役場第二会議室 四月九日(火) 役場第二会議室 **価出の受**

四月十日(水) から

二十時まで 八時三十分から

期日

IPO五〇

八〇七

<u></u>

四月十三日(土)まで

☎四六─ 勝

りません 書の 日(水))までにしなけ 請求を投票日前四日(四月 証明書を添えて投票用紙等 なお、 る方。 あらかじめ郵便投票証 交付を受けておき、 郵便で投票す

そ

の 明

町選挙管理委員会まで しくは、 わせくださ 役場総務課 お内 問上

ħ

ば

な

+ の

②介護保険の 在者投票ができる方は次 まる方。 方で、 介護五として記 者手帳の 身体障害者手帳又は りです。 ることができます。 一定の基準に当てはの交付を受けている して記載されていい被保険者証に要 次の て戦場 は る 不

は郵便によって不在者投票を身体に重度の障害がある方 郵便による不在者投

米づくりの一欠上勝町内でよ 化の森近代美術館で開催されが、一月二十六日に徳島県文 活躍している「上勝シスターズ」

平成25年 春季全国火災予防運動

「消すまでは 出ない行かない 離れない」を統一標語として、全国一斉に3月1日(金) から7日(木)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~



■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。



■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、防炎品を使用する。
- ■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。

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!



= 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。



= 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。

= 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。

◆詳しくは徳島南年金事務所(☎088-652-3114)または役場住民課までお問い合わせください。

地域活動のご紹介!

町の玄関、美しい福川を目指して



福川名の皆さん 一斉清掃時

不法投棄を未然に防ぐためた活動や、山林や空き地をいた活動や、山林や空き地をいつもきれいに保つことが有効な手段の一つです。「美しく住みよいまちづくり」のため、 ぬを守る取りのんなで監視 捨てぐせ、追放



号広報でご確認くださ

場所等の

詳細は二

待数に

ちのー

います 大掃除

加でをす

一〇年達成に 向 け

E

て一福 、ます でいただきありがとうご。美しい景観保全に取り一番多くの人が通る場所 -二回清掃活動をされての草刈り、支障木伐採 の名 がの る場所で 日とし

記のカード・・・ 平成二十一 がされていま

日

目

のは

日



集会所横の公園整備の様子

1月のごみ収集量

◎焼却ごみ 6.33t 【前月比】 3.62t減 一家庭に換算すると 7.25kg

◎容器包装以外のプラスチック製品 0.98t 【前月比】 0.24t減

一家庭に換算すると

では口戦隊ブンベッシュ

1.1kg

を掲載していきな年の同月比」を掲載していきな プラスチック! として取り この 為、 扱うことになり 後は「同年 クは ごみ収集量の「前 掲載 産業廃棄物 \dot{o} してき つや廃

地域清掃

今月のごみ収

維紙救出実験 2月の当選番号

紙は資源! 分別をお願いします!

詳しくは、ひだまりの折り 込みチラシをご覧下さい。

■お問い合せ先 ひだまり **2**0885-44-6080



移 動販売 7 ッ が完成 ま た !!

等も仕入れておりますの み込み、 商店の商品を電気自 販売を行っています。 町内各地区を走り回り、 上勝百貨店の商品や、 毎週水曜日と金曜日、 1動車に積 お惣菜 移動 町内 で、

外

傍示地区、 実地区、 構までご連絡ください 来てもらいたい等リクエスト 区をまわり 金曜日は高鉾建設から始まり、 事業所をまわ 今後は商品の販売だけでなく、 りましたら、 水曜日は上勝バ 福原地区を回ります。 正木地区、 ます。 ŋ 地職住 旭地区、 移動販売に オ 推進機 福原地 から各 生

手続き、 ました。 界値までの 五. 水力発電機は、 清井製材所跡地に設置中 ky負荷をかけて、 工事を進めて 売電に向けて、 発電量を確認でき 水量全開で 十 11 各種 kw 予 限 0

談ください

よろしく

お願

定です。

します。

あ

りましたら、

お気軽にご相

また、

仕入れてほしい商品等

ビスも継続して行っております。

日翌日お届け

の買物代行サ

移動販売と並行

して、

予定です。

集荷等も並行して行って 移動販売と合わせてお

ζ, γ,

野菜の



行いました!!

勝町で行われている取り組 を広く見て頂きました。 力発電機の視察に始まり、 ただきました。 事業の視察ツア しくできたシェアカフェ、 茶屋、 のお客様十七名にご参加 二月十七日に 上勝百 貨店など、 取り組む小水 新 を行 い、町の公共 新 み 神

田

ぜひご利用ください

「社会イノベーション推進のためのモデル事業」 新しい公共

平成24年度事業報告会開催

3月17日(日) 14:00~17:00

■場 所 上勝町コミュニティセンター 2階大ホール

平成23年度、24年度と進めて参りまし た再生可能エネルギーの推進、買物宅配事 業を中心とする新しい公共事業の報告会を 行います。みなさまぜひご参加ください。

過疎地域等自立活性化推進事業 平成24年度 (旧カミカツマーケット)





た。 からがスタ 店として、 き点は多々あります。 今後の課題、 なさってください。 画していきますので、 今後も、 トだと思っており

ご鞭撻を賜りますようお願い致 何卒、 今後とも一層のご支援、 ます。

(三谷)

X 木曜定休日

開催しました二月十七日上勝百貨店

しました。 ・プン記念イベントを開催い 二月十七日に、 上勝百貨店オ た

ました。 外から移動販売カフェ、 のお客様にご来店いただきまし 当日はもち投げに始まり、 甘酒配布等大変盛り 町内外から三百名近く 福引大 上がり

会

楽しんでもらえるイベ キャンペーンなど皆さまに このようなイベン 楽しみに ントを企

 $_{\ell ^{\prime }}^{\circ }$

ベントは終わ スタッフ一同、 まだまだ改善すべ ましたが 上勝百貨 رحرح

教育市

上勝石貨店 **8** 0885-45-0688 (10:00 ~ 19:00

お客様の声と形百貨店をご来店頂いた 「当初、量り売りは面倒だと

思っていましたが、だんだん楽 品が入ってくれるともっと嬉し りなくてもい しくなってきました。 1, 安い値段で商 下まで降

いです。」

くのもおしゃれで楽しいです。」 もしてくれるので嬉しいです。」 「移動の足がないので、 「必要な分だけ買えるのが良 家にいろんな瓶が並んでい (傍示地区二十歳代女性) (福原地区七十歳代女性) (福原地区五十歳代女性) 宅配











値段シールをプリント。 簡単に購入してもらえます」

7

脂質異常症の代表的な3つのタイプそれぞれに適した食事のポイントをかかげます。

食事のポイント	コレステロール のみ高い	中性脂肪のみ高い	両方とものみ高い
エネルギー量の制限			
コレステロールを多く含む食品の制限			
食物繊維の摂取をふやす			
P/S比を上げる*			
甘い食品(糖分)の制限			
アルコール類の制限(医師と相談)			

^{*}P/S比は、血中コレステロールを低下させる作用がある多価不飽和脂肪酸(P)と、増加させる作用がある飽和脂肪酸(S)の摂取比率。

たばこはやめて運動量を増やし適正体重の維持を

食事以外にも改善すべき生活習慣はあります。まず、たばこ。たばこは、動脈硬化だけでなく、がん、呼吸器疾 患などのためにもやめるべきです。

次に運動量を増やすこと。これは、動脈硬化性の病気が潜んでいないかどうかを十分に調べた後に、指導されま す。一人ひとりに適した運動を毎日の生活にとり入れるよう心がけたいものですね。

また、いわゆるスポーツや運動だけでなく、日常生活で身体活動を増やすための工夫がとても重要です。

どんな運動をどのくらいしたらよいのかについては、有酸素運動を中心に、1日30分以上、週3回以上をめざし ます。

さらに、適正体重の維持も大切です。太りすぎると、内臓に脂肪がたまって血液中の脂質代謝の異常や耐糖能異 常などが起こり、動脈硬化を促進しますから、適正体重を維持することは、脂質異常症の治療、動脈硬化の予防の ためにも、たいへん重要なポイントの一つです。

適正体重かどうかは、BM(body mass index: 体格指数)で評価します。

BM I = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

BMI22がもっとも病気になる確率が低く、理想的です。BMI25以上だと肥満で、他の合併する病気がないか、検 査されます。BMIが正常でも、内臓に脂肪がたまりやすい「上半身肥満」は要注意!ウエストが男性で85cm以上、女 性で90cm以上あると、内臓に脂肪がたまっている疑いがあります。

体重を適正範囲に戻し、内臓蓄積を減らすと、たくさんの危険因子をもった「マルチプルリスクファクター症候 群」の人にたいへん効果的であることが立証されています。

運動療法指針

運動強度*	最大酸素摂取量の約50%
量·頻度	1日30分以上(できれば毎日) 週180分以上
種類	速歩、社交ダンス、水泳、サイクリングなど

薬を飲み始める条件

どうしても生活習慣が改善できない人や、生活習慣を改善しても血中脂質の数字が高いまま下がらないときには、 動脈硬化、さらに心筋梗塞や脳梗塞へと進む危険性がどんどん高くなりますから、薬物療法も行うことになります。 また、家族性高コレステロール血症の場合には、いきなり薬物療法からはじめます。

一般の脂質異常症の場合は、食事療法を3~6カ月ぐらい続けてもコレステロール値や中性脂肪値が下がらない 場合に、薬物療法に入ります。薬物療法を始めるかどうかの判断は、症状や今までの治療の実践程度によって、医 師が行います。薬がイヤだと思っても、医師から「薬を始めましょう」といわれたら素直に飲み始めましょう。

また、薬を飲み始めるとそれに頼ってしまう人がいますが、それではいけません。生活習慣の改善や食事療法、 運動療法等を行うことの効果は、コレステロールの合成や処理のシステムを調節し、正しい状態に戻そうというも のなのです。だからそれらは薬を始めても、基本として続ける必要があります。

薬を飲んでいるからと安心せずに、根気よく自己管理を続けて、長い時間をかけてじっくりつき合う覚悟が大事 です。

皆さんこんにちは。寒さも和らぎ、春の訪れを感じますね。季節の変わりめは体 調を崩しやすいのでしっかりと体調管理を行いましょう。

今月は脂質異常症の治療法です。

治療の基本は食事療法と運動療法

心臓の冠動脈の病気などの明らかな動脈硬化の病気がない場合には、脂質異常症 の治療は生活習慣の改善と薬物療法が基本です。

生活習慣の改善は、血中脂質を下げるだけでなく、動脈硬化が進むのを防ぐのが 目的です。だから、動脈硬化を促進するほかの要素、高血圧、耐糖能異常、肥満な ども改善できるよう生活を改善します。

そのおもな内容は、1.禁煙 2.食生活の是正 3.適正体重の維持 4.運動の増加 です。なかでも特に重要なのが食事(食事療法)で、これは適正体重の維持とも深く 関わってきます。

食事療法は、2つの段階をおって進められます。第1段階は適正な食事にするこ と、第2段階は、病気のタイプに応じてよりくわしく、制限が厳しくなります。

脂質異常症における食事療法の基本

第1段階(総摂取エネルギー、栄養素配分およびコレステロール摂取量の適正化)

1)総摂取エネルギーの適正化

適正エネルギー摂取量 = 標準体重 * × 25 ~ 30 kcal)

*標準体重 =[身長(m)]x[身長(m)]x 22

- 2) 栄養素配分の適正化
- 炭水化物:60%
- たんぱく質:15~20%(獣鳥肉より魚肉・大豆たんぱくを多くする)
- ■脂肪:20~25%(獣鳥性脂肪を少なくし、植物性・魚肉性脂肪を多くする)
- コレステロール: 1日300mg以下
- 食物繊維:25g以上
- アルコール:25 g 以下(他の合併症を考慮して指導する)
- ●その他: ビタミン(C、E、B6、B12、葉酸など)やポリフェノールの含量が多い野菜・果物などの食品を多く とる(果物は単糖類の含量も多いので摂取量は 1 日80~100kcal以内が望ましい)。

第1段階で血清脂質が目標値とならない場合は第2段階へ進む。

第2段階(病型別食事療法と適正な脂肪酸摂取)

1) 高LDL-C血症(高コレステロール血症) が持続する場合 脂質制限の強化:脂肪由来エネルギーを総摂取エネルギーの20%以下 コレステロール摂取量の制限: 1日200mg以下

飽和脂肪酸 / 一価不飽和脂肪酸 / 多価不飽和脂肪酸の摂取比率: 3 / 4 / 3 程度

2) 高トリグリセライド血症が持続する場合

上勝町無料電話健康相談

アルコール:禁酒

炭水化物の制限:炭水化物由来エネルギーを総摂取エネルギーの50%以下 単糖類:可能なかぎり制限、できれば1日80~100kcal以内の果物を除き調味料のみでの使用とする。

- 3) 高コレステロール血症と高トリグリセライド血症がともに持続する場合 1)と2)で示した食事療法を併用する。
- 4) 高カイロミクロン血症の場合

脂肪の制限:15%以下

知って得する建

内

月を越えない範囲、

_ 回に 六カ

内で更新する場合があり

PO五〇-三四三八-八〇七一

☆四六一〇一一一

回まで無料となっております

お問

い合わせください

対象となる方は、

お気軽に

浴する場合、

一カ月あたり

兀

泉若しくは、

役場住民課まで

十五歳以上)や障害者等が入

り六カ月を越えない範囲

旨募集

就業場所

雇用保険の加入

上勝町内(現場)

一試験の内容

に写真貼付のこと) 履歴書(市販の履歴書

通

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

ださい

面接等による選考試験

設課臨時職

任用

勤務有り)

お申込先、

い合わせ先

〒七七一―四五〇一

図る目的で、

高齢医療対象者に限り

まで無料となります。

その他、詳しくは月ヶ谷温

上勝町は一

層の健康増進を 月ヶ谷温泉にお

ご利用くださ

更に、

後期

八回

いて町民の

うち、

高齢者(六

(状況により時間外、

休日

絡します。

八時三十分~十七時十五分

※日時等

応募者に後日、

連

向

齢者・障害者の

みなさまへ

四月八日~九月三十日

地方公務員法により

横峯三番地一

勝浦郡上勝町大字福原字下

道路等の修路作業

■作業内容

修路作業

草枝打ち、

側溝土砂取除き 道路沿線等の除

草刈機での作業経験 体力に自信のある方 普通免許を有する方

0

あ

る

者及び十八歳以上の世帯員

0)

申告がない場合は、

自己負

限度額が高くなる場合があ

後期高齢者医療制度の加入

の旨を申告してください

必ず住民税の申告を

加入者及びその世帯員の方は

方の所得等により、

高額療養

ったり、

保険料の

軽減の適用

が受けられません

条件

日給一万円

/日程度

切

Á

||採用予定数

二名

一応募方法等

等

待遇

時間外手当、

通勤費別途支

三月二十一日(木)

三月十四日(木) 応募期間及び締め

所得区分(自己負担限度額) 費の支給額の算定基礎になる

が決定します

また、

加入者及び世帯主

0)

三月十五日(金)までに税務課

住民税の申告がまだの方は、

若しくは支所で申告をしてく

健康保険、

厚生年金

度につ

臨時職員を募集い いて道路等修路作業の

たし

限りで終了します。

·成二十六年三月三十

H

後期高齢者医療制度

加入世帯のみなさま

概ね三十歳から六十

-歳まで

の方(離職者)

上勝町では、

平成二十五年

ます。 ため、

コツコツと!骨粗しょう症予防

生活習慣病のひとつです骨粗しょう症は

なぜ骨粗しょう症がおこるの? がつくられ

ょう症に

な

0

小魚·海藻類

盐

、経細ムス 骨す胞のト

のるが吸口

量と壊収ゲ

ワム

EKSIE

のる カカ

99%は骨に 1%は血液に

定 に 保 ル ウウで かっために、L 骨に蓄えら

ソム量が不足し血液中のワムが不足し血液中のですが、食事からとな

体内のカルシウム

ルル

これでからだ全体 のカルシウムのバラ ンスを保っています。

崩

35

回想

ħ

ピカル

大豆·大豆製品

木錦豆園

渡り豆腐

(3)

摩揚げ

180m

納豆

· 腎臓病、糖尿病、

がシ

不ウ

毎日の

プロセスターズ

こんにちは保健師です

⑥運動不足⑥運動不足

症の予防三世代で取り組む骨粗しょう

■運動の習慣を身につけよう

養婦の減り収

抑えて條折を

予防しましょう

00

网性 姓生

女性ホルモン

生活習慣を見直して骨を守ろう ウムを

→骨代謝のバランスが崩れてして血液に送ります。





5000

骨の役割は?

①からだを支える。

器を保護する。

する。

②脳や心臓などの臓

③カルシウムを貯蔵

つくる。

④骨髄で血液成分を

6 6









シラス干し 大のUSE イワシ丸干し

予防のために参考の基礎知識、

予防接種週 間

協力機関では、予防接種に「子どもの予防接種週間」

子ども 三月一日(金) ~三月七日(木)



3月25日(月) 9:30~11:00

ところ 上勝町診療所

9:30~11:00

日(火)

3月27日(水) 14時~16時

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

ところ

参照ください。 徳島県ホームページ 徳島県ホームページ では、役場住民課 がては、役場住民課 ジをごに知につ

を整えています。日に予防接種を行える体制平日の夜間や土曜日・日曜関する相談に応じるとともに、

10

喰

H 町営住宅入居者募集

町単独住宅等とは異なり、てられた賃貸住宅です。ている低所得者のために建ている低所得者のために建 しおこ ますてのた $_{\circ}$ - $_{\circ}$ 戸 `喰 入居者を募 に建

> 上数 にに勝の

よ関町申

公営住宅法や上勝町営住宅公営住宅法や上勝町営住宅の設置及び管理に関する条の設置及び管理に関する条の設置及び管理に関する条できない場合があります。
入居資格等をご確認のうえ、申込みをしてください。
なお、申込みされる方は、 り入居者を選考します。受付期限までに複数の受付期限までに複数の受けでは、上野されていませんがあった場合は、上野されています。 入基準を 則理

(5)

てら

トラ 月 報とは、本人及び同居者の合計所得金額(経 費控除後の金額)から控除 青井金額(親族控除、寡婦・ 事夫控除、障害者控除等) を差し引いて十二カ月で割 った金額。 ・ 人月額が一五 ・ 一四、〇〇〇円) ・ 月額とは、本 の合十・

る地方域

に限ります。の自治組織に加入でき

字福原字4

栩ヶ谷田町

谷八十一 留町営住

番地)

住宅の

構造::

・木造二階建(三L)(字栩ヶ谷八十一覧

Ď K

人居対象…世帯

(1)町内に住所又は勤務場所(2)現に同居し、又は同居し、 ようとする親族(婚姻の ようとする親族(婚姻の 居出をしていないが事実 上婚姻の関係と同様の事

(1)家賃等 家賃等 家賃は、入居される方の世帯状れる方の世帯状況や所得額により決定する月額 所得と、住宅の 無年費・設備・ を年度、家賃の で決定するため、

た場合は随時受付) 期限までに申込みがなかっ 三月八日(金)まで(受付

ます。

食用

**

展標

724

#-+ M.A. 押入 SERVE 3170 型 口 ** 和聖大養 ベランダ 押人 ペランダ 和富木要 7:4 1F 2F

学約者を含む。以下同じ。 (3) 国税、地方税の滞納をしていない者であること。 ことが明らかな者であること。 ことが明らかな者であること。

吸田町

営住宅の概

(5)その者及び現に同居し、 文は同居しようとする親族が暴力団員による不当 な行為の防止に関する法 律(平成三年法律第七七号) 第二条第六号に規定する 暴力団員でないこと。 域の自治組織に 加入すること。

■申込方法 で記入していただき、入居 を記入していただき、入居 を記入していただき、入居 を記入していただき、入居 を希望される親族で収入の を希望される親族で収入の ある方全員及び連帯保証人 二十四年

ださい。 お問 合

-四年度)、

成二十四年度)と合わせて お申込みください。 なお、連帯保証人の二名 は保証能力のある方を選任 してください。 詳細については、建設課 でハ八五-四六-○一一一 建設課 建設課

上勝町農業委員会

(2) 無 世 益 費 ~四万円位/月

納税証明書(平成及び連帯保証人の親族で収入の名親族で収入のいただき、入居のの場所のでは、

上勝町賃借料情報

平成24年1月から平成24年12月までに、農業経営基盤強化促進法(利用権設定)により公告された賃貸借に おける賃借料水準(10a当り)は、次のとおりとなっております。

28件中18件は無償であった

地目 件数 最高額 最低額 平均 畑 3件 34.700円 80.000円 9.200円 田 6件 21,900円 11,500円 4.800円

※金額は、算出結果を四捨五入し、100円単位としています。

今 月 の納税

後期高齢者医療保険料 8期分 納期限 平成25年4月1日(月)

督促状の出るもの

後期高齢者医療保険料 7期分 民 町 3期分 国民健康保険税 8期分 保険料 8 期分

納期限は2月28日(木)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19日(火)に督促状を送付します。 早急に納めてください。

会話教室

毎週木曜日 無料 28日は休講) 初級クラス 19:00~20:00 上級クラス 20:00~21:00 場所:役場支所

お申込み・お問合せ 教育委員会(45-0111)

心配ごと相談

3月22日(金) 13:00~16:30 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

3月23日(土) 9:00~12:00 毎月第4土曜日に開催 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 7:30~14:00 日比ヶ谷ごみステーション 廃**タイヤ**...1 kgまで毎に100円 家電製品.....有料

3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

,	/ 承 八	, F		火		水		木	の砂原文	金	10.00
			J			<u> </u>		41		1	
午 前 🗄	1 1 診療 									川人	愛
	2 診療									樫原	茂
午後										川人	愛
	0~12:00 00~17:15										
			1	5		6		7		8	
	1 診療	川人	愛	樫原	茂	川人	愛	川人	愛	川人	愛
	2診療	木下	英孝			樫原	茂			樫原	茂
午 後		木下	英孝	樫原	茂	樫原	茂	川人	愛	川人	愛
歯科診療 8:3	0~12:00 00~17:15							高橋加	奈子		
		- 1	1	12	2	13	3	14	4	15	5
	1 診療	川人	愛	樫原	茂	川人	愛	川人	愛	川人	愛
午前	2診療	木下	英孝			樫原	茂			樫原	茂
午後		木下	英孝	樫原	茂	樫原	茂	川人	愛	川人	愛
歯科診療 8:3	0~12:00 00~17:15							高橋加	奈子		
		1	8	19	9	20)	2	1	22	2
	1 診療	川人	愛	樫原	茂			川人	愛	川人	愛
午前	2診療	木下	英孝			± ^ /	. .			樫原	茂
午後		木下	英孝	樫原		春分(り 日	川人	愛	川人	愛
歯科診療 8:3	0~12:00 00~17:15							高橋加	奈子		
		2	5	26	6	27	7	28	3	29	9
	1 診療	川人	愛	樫原	茂	川人	愛	川人	愛	樫原	茂
午前	 2 診療	木下	英孝			樫原	茂				
午後		木下	英孝	樫原	茂	樫原	茂	川人	愛	樫原	茂
歯科診療 8:3	0~12:00 00~17:15							高橋加	奈子		

(上勝町福原診療所)

246-0302 診療受付 13:00~16:30

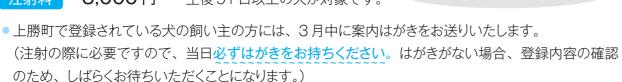
·—			.0 0002	10 /x < 11 ·	0.00 10.00
	月	火	水	木	金
					1
午 後					樫原 茂
	4	5	6	7	8
午 後	川人 愛		川人 愛		樫原 茂
	11	12	13	14	15
午 後	川人 愛		川人 愛		樫原 茂
	18	19	20	21	22
午 後	川人 愛		春分の日		樫原 茂
	25	26	27	28	29
午後	川人 愛		川人 愛		休 診



平成25年度の犬の登録及び狂犬病予防注射について 4月8日(月)~9日(火)に、次のとおり町内を巡回します。

(新規登録犬のみ) 3.000円 登録料

3.000円 生後91日以上の犬が対象です。 注射料



- 注射状況によっては、予定時間と多少前後す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状況等によって調整しています。原則として、 巡回場所以外での注射はできませんので、必ず最寄りの巡回場所まで飼い犬をお連れください。

なお、当日注射ができない場合は、5月26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

IP050-3438-8071



4月8日(月)

時間	ì	巡 回 場 所
9:00~9:15	福川	田村商店様横
9:25~9:40	南岡	古請様資材置場前
9:45~9:55	六十ブ	六十ブ橋
10:05~10:10	槻地	会堂前
10:30~10:35	南岡	下岡様宅横
10:45~11:05	正木平間	役場支所裏
11:25~11:30	柳谷	会堂前
12:50~13:10	下 地	針木様宅前三つ角
13:15~13:20	中央	橋詰様宅前四つ角
13:30~13:35	折 坂	梅平様宅下バス回転場
13:40~13:45	折 坂	坂野様宅下カーブ
13:50~13:55	若 生	青黄様宅前
14:15~14:20	下平	谷様宅下
14:40~14:45	傍示日浦	田中様宅横

4月9日(火)

時間	ì	巡 回 場 所
9:10~9:20	八重地	川口橋
9:25~9:35	八重地	集会所前
9:45~9:55	市宇	田野様宅前
10:05~10:15	菅 蔵	西浦橋
10:20~10:25	神明	東岡様宅前
10:30~10:40	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
13:00~13:05	福原平間	
13:15~13:20	戸越	上勝中学校上
13:30~13:40	高 畑	生実分団瀬津詰所前
13:50~13:55	府 殿	梅塚様宅前
14:10~14:15	樫原	廣岡様宅前

お済みですか?確定申告



《お問い合わせ先》 徳島税務署 **2** 088(622)4131 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(金)まで、個人事業者の消費税 及び地方消費税は4月1日(月)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(金)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)でお早めに!

もう納付頂けましたか

24年度の国保税

平成24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があります。 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。3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。

税務課

国税専門官募集

1. 受験資格 昭和58年4月2日~ 平成4年4月1日生まれの者

2. 試験の程度 大学卒業程度

3. 採用予定数 別途、人事院ホームページに掲載し ます。http://www.jinji.go.jp

4. 申込受付期間

■原則、インターネットで申込み 平成25年4月1日(月)~4月11日(木) インターネット申込み専用アドレス http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html

郵送又は持参(インターネット申込みができない場合) 平成25年4月1日(月)~4月2日(火)

5. 問い合せ先 徳島税務署総務課まで

☎088-622-4131

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	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
軽自動車税	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	

ま年はをすとのとのし舞め ん幾通見土聞睡り蝋く う合 の度れ送木け蓮と梅黄道う ばり工ば鉢夜咲ろのフ く事早の来きき辺タ もしち るはくめのて色のコ な歳のる早もだ雨香の梅ブ れ月く院春黄かにり梅ふラ よ気長の砂達静たのつク 百花使のこ飛点もつ花くダ 歳咲い両の来のり光今らと くて手山八目でののと僕 長春優が里ウを柔オわたは 姉にし踊にスしきブがゆま が夢きる活のて光シ身まだでを頭水気中寒のエのぬ広 た拡なッもはさ春佇ひない が

米三民志た節ヨあ恵美茂秀 津み リや美恵 子都江子江子子子子子美策

家初や静出事建こ学べ御病漂まい 族詣わ寂初始築れ舎ラ代みえだと み心らを式めのでをンのしる暗け 詣式 ぶなのりの暮 い笑 しぶ日みれ だ

米冷ヤ美恭善千恵詩枇年和弘あ玉 ス代

伸ぶ

困注田造商急で送人高竜今難 野り店場あり肩知山昔 の木々酒はをり受にえ峠古 由橋村屋中し正けよの 里 に関うで間の月双る往番の 日代盛あ問い盆方生還世盛く で況り屋だ前の活力 関係を表現して記り屋が前の活力 那期大でとは方物道 賀でいあ云大々資で那其 にりふ変常運あ賀の 和つ繁酒登で時送り奧 敷た昌類屋あ六で

平中員位

家井員村 各し主

も田

り十あ五頭 た大田人人るヶ経

村て

え土

毎佐

日

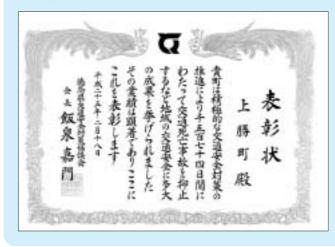
しは

幅広く造橋

交通死亡事故ゼロ 1,574日達成

本町は、住民の皆さまをはじめ、交通安全協会高 鉾分会、福原分会の皆さま、地域の安全を守る会の 会員の皆さまのご理解ご協力により、1.574日間、交 通死亡事故を抑止できましたことに対し、徳島県交 通安全対策協議会、飯泉嘉門会長より表彰状を授与 されました。

これからも交通ルールを守り事故のない町にしま しょう。



上勝小学校 🔷



マラソン大会

いきいき!!

上勝あすなろクラブ入会募集のお知らせ

お申し込みは、3月15日(金)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。両親が働いており、昼間家に誰もいない時や、スクールバスで帰っても近所に子どもがいなくて遊び 相手がいない等、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も取り入れて、子どもたちの健全育成を目指し ていきます。

受け入れは、平成25年4月1日現在4歳以上の幼児から、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。

- 所 役場支所1階(老人福祉センター)
- 実施時間 学期中 下校時~18時30分 長期休暇中 8時~18時30分
- ■お問い合わせ先、お申し込み先

上勝あすなろクラブ 上勝町社会福祉協議会 ☎·四45-0175 IP電話050-3438-8178

246-0919 IP電話050-3438-7660

株式会社かみかついっきゅう正社員募集

上勝町学校給食共同調理場調理員 1名

雇用形態 正社員

■募集人員

■応募方法

平成25年5月1日(水)~

学校給食調理 ※資格調理師免許保持者 要普通自動車運転免許

各種保険(健康保険、厚生年金、雇用保険、退職金共済、労災有り)、 ■待

通勤手当支給、制服貸与。

町内在住の方·U·Iターンされる方、明るくて調理に関心のある方·経験者歓迎 ■希望する方

■勤務日数 1カ月 20日~23日

土・日・祝祭日・その他 学校指定休日

8時~16時45分 休憩時間45分(無給) 履歴書 (写真付)

作文 400字詰め原稿用紙 3枚以内で、履歴書と一緒にお送りください。

到着次第、書類選考の上、面接日などの連絡を差し上げます。

タイトル「学校給食について思うこと」

3月15日(金)必着 ■応募締切

株式会社かみかついっきゅう 〒771-4501 徳島県勝浦郡上勝町大字福原字平間71番地1 ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せください。

担当 総務 松岡まで 0885-46-0203 eメール: info@e-kamikatsu.ip

かみかつQぴっと結婚相談会

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 3月17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ぴっとサポーター 2名

■お問い合わせ先 かみかつQぴっと事務局 (教育委員会内) ☎45-0111

※秘密及び個人情報は固く守られます。

戸籍の窓口

平成25.2.1現在 前月比

人口	1,866人 (20)
男	887人 (8)
女	979人 (12)
世帯数	866戸 (7)

高齢化率 49.04%

正	木	594人(15)	261戸(6)
傍	示	327人(2)	148戸(1)
福	原	270人(2)	130戸(1)
生	実	323人(1)	150戸(0)
ħ	В	352人(2)	177戸(1)

住民基本台帳法の一部改正及び外国人登録法の廃 住民基本台帳法の一部区正及の外国人豆稣法の廃止に伴い、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。

こんにちは赤ちゃん

泉原 英和 円

こうよう 向陽(福原)

孝浩 谷岡 愛

寛太(福原)

つつしんで ご冥福をお祈りします

畠山千鶴代 84歳 (正木) 長岡アイ子 91歳 (正木)

ありがとうございました

彩保育園

(敬称略)

品 名 菓 子正 木大 森

平成25年 月の視察来町者数

平日18時~翌朝9時 休日19時~翌朝9時

	時		救急病院名					
3月1	日(金)	勝	浦	病	院			
3月3	日(日)	勝	浦	病	院			
3月5	日(火)	勝	浦	病	院			
3月7	日(木)	上	勝町	診 療	所			
3月9	日(土)	勝	浦	病	院			
3月1′	1日(月)	勝	浦	病	院			
3月13	3日(水)	勝	浦	病	院			
3月15	5日(金)	勝	浦	病	院			
3月17	7日(日)	勝	浦	病	院			
3月19	9日(火)	勝	浦	病	院			
3月2′	1日(木)	上	勝町	診 療	所			
3月23	3日(土)	勝	浦	病	院			
3月25	5日(月)	勝	浦	病	院			
3月27	7日(水)	勝	浦	病	院			
3月29	9日(金)	勝	浦	病	院			
3月3	1日(日)	勝	浦	病	院			

上勝町診療所☎44 - 5010 勝浦病院☎42 - 2555

一般廃棄物運搬支援事業

3月収集日程

12日(火) 傍示地区

八重地地区 21日(木)

市宇地区

14日(木) 正木地区

福原地区

22日(金) 田野々地区 15日(金) 生実地区

当日ご不在やごみの無い場合は、ゼロ・ウェイストアカデミー (☎44-6080) までご連絡をお願いいたします。

ご存知ですか?

「一般廃棄物運搬支援事業」

上勝町ではごみをごみステーションまで持ち込む手段を持た ないお宅への運搬支援を行っています。

ご家庭で分別されたごみを奇数月にゼロ・ウェイストアカデ ミーが収集に伺います。

事業内容の説明や申請手続きのお手伝いもしておりますので、 詳しい内容につきましてはお問い合わせください。

手続きの流れ

*ゼロ・ウェイストアカデミーからの説明

①役場住民課へ申請



②上勝町(民生委員)からの認定



③登録



④奇数月に収集



(ごみ袋1袋につき10円、粗大ごみは1車分につき 270円の負担が必要です。)

■お問い合わせ先

NPO法人ゼロ・ウェイストアカデミー ☎44-6080 IP電話 9545 担当:中野、清原

インターネット及びCATV・IP電話サービスの 入会・お問い合せ窓口

故障かな?と思ったら下記までお問い合せください。

株式会社NTT西日本-四国 地域情報センタ

200120-960-138 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。