

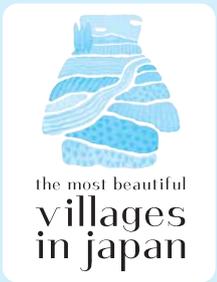


10<sup>2014</sup>月号

グリーン情報

# かみかつ

発信



内閣総理大臣祝状を受賞される長岡武茂さん

## いつまでもお元気で 貴重な知識や体験を子や孫へ

第48回 敬老式典 ほか	2	納めた国民年金保険料は	
第37回 上勝町夏まつりが開催 ほか	3	全額が社会保険料控除の対象です！	11
平成25年度決算に基づく健全化判断比率		知って得する健康情報、幸せの達人になろう	12
及び資金不足比率について ほか	4	こんにちは保健師です	13
ゼロ・ウェイスト宣言	5	案内板	14~17
地域おこし協力隊	6	秋の交通安全キャンペーン ほか	18
土砂災害 早めの避難が命を守る!! ほか	7	町民の詩歌	19
上勝町ふるさと創生夢基金 ほか	8~9	戸籍の窓口 ほか	20
森林所有者の皆さまへ	10		



九月十五日、コミュニティセンターにおいて、上勝町敬老式典を開催し、約百名の皆さまにご参加をいただきました。

式典では、上勝町長から「先人である皆さまが築いてこられた上勝町、本日は、多年にわたる社会に尽くしてこられましたご長寿の皆さまに、住民を代表し、心より感謝と敬意を表します。本当にありがとうございます。今日まで培ってこられた貴重な知識や体験を子々孫々に伝えていくためにも益々ご健勝で指導賜りますようお願いいたします。」との式辞がありました。



喜寿祝い状を受け取る武市美代子さん

- 内閣総理大臣祝状および記念品 (百歳) 三名
- 徳島県知事祝状および記念品 (百一歳以上) 四名
- 上勝町
  - 長寿表彰 (九十歳以上) 八十七名
  - 米寿表彰 (八十八歳) 十八名
  - 喜寿表彰 (七十七歳) 三十三名
- 結婚六十年表彰 十一組
- 結婚五十年表彰 十七組

その後、百歳の長岡武茂さん、佐々木定子さん、木村實さんに内閣総理大臣祝状および記念品が贈呈されました。

続いて上勝町長から九十歳以上の長寿表彰、米寿表彰、喜寿表彰、結婚六十年表彰、結婚五十年表彰に該当されましたお一人おひとりに表彰状と記念品が贈呈されました。また、来賓の方々から心のこもった祝辞をいただき、受彰者を代表して徳永一枝さんが謝辞を述べ、盛会に式典が終了いたしました。

また式典後、上勝町芸術文化協会会員による詩吟、舞踊などが披露され、楽しいひとときを過ごされました。



上勝町長による式辞



受彰者代表謝辞を述べる徳永一枝さん



にこやかに上勝町長とお話をされる木村實さん

八月二十六日、木村實さん(旭)はめでたく満百歳になられ、ご自宅において、大勢のご親族が見守る中、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榊局長並びに上勝町長より、祝い状と記念品が贈呈されました。

おめでとうございます!

## 満百歳

木村 實さん



第三十七回

# 上勝町夏まつりが開催

たくさんの方々のご支援、ご協力により、今年も上勝町夏まつりを盛大に開催することができまして、誠にありがとうございました。

今年は、日程の延期やまつり最中の雨など天候不良に泣かされた年でした。しかし、ご来場くださったみなさんの熱い思いで雨がやみ、花火の打ち上げをおこない無事祭りを終えることができ、本当によかったです。

皆さんの心に夏の楽しい思い出



として、この夏まつりを残していただければ幸いです。

夏まつりの運営について至らない点が多々あったかと思いますが、楽しみにされている方々のために実行委員会一同がんばっていきまので、今後ともご指導ご協力のほど、よろしくお願いいたします。来年の夏まつりで、また、皆さまに会えることを楽しみにしています。

上勝町夏まつり実行委員会

委員長 山部 芳正

# 十月十八日(土) 八重地の棚田ライトアップに向けて

## 棚田ライトアップ ワーキングホリデー開催

九月十三日〜十四日、八重地区活性化協議会主催、かみかつ棚田のめぐみ活用会議支援協力により、「若者実践活動・環境保全のためのワーキングホリデー(棚田ライトアップ)」が、八重地区で開催されました。

徳島市内の大学生を中心に組織する Frontier Student (通称フロスト)、greenbird 徳島チーム、徳島県科学技術高等学校生や地元などを含め二十六名の参加がありました。

参加者からは、「自然豊かで開放的な景色が良い。みんなが楽しく、幸せになれるイベントになってほしい。」(高校生)と作業に汗を流しました。



棚田のライトアップは、十月十八日(土)に、十八時三十分(予定に)八重地区地区により、「八百八十八本のろうそく」を点灯します。

会場には、駐車場がないため、八重地区地区へのお車でのお越しは、ご遠慮いただくこととしておりますので、月ヶ谷温泉にて、参加チケット(四百円)を購入いただき、十六時五十分発(第一便)のシャトルバスのご利用にご協力ください。

● シャトルバスのお申し込み先  
月ヶ谷温泉 月の宿

☎ 四一〇二〇三

# 平成25年度決算に基づく健全化判断比率 及び資金不足比率について

地方公共団体の財政の健全化に関する法律の規定により次のとおり公表します。

## ◆健全化判断比率

	実質赤字比率	連結実質赤字比率	実質公債費比率	将来負担比率
上 勝 町	—	—	5.0	—
早期健全化基準	15.0	20.0	25.0	350.0
財政再生基準	20.0	40.0	35.0	

備考 実質赤字額又は連結実質赤字額がない場合及び実質公債費比率又は将来負担比率が算定されない場合は、「—」の記載となります。

1. 4つの比率のうち1つでも「早期健全化基準」(黄信号)を超えると、財政健全化計画を策定しなければならない。
2. 4つの比率のうち1つでも「財政再生基準」(赤信号)を超えると、財政再生計画を策定しなければならない。

## ◆健全化判断比率

会 計 名	資金不足比率	経営健全化基準
東地区簡易水道事業特別会計	—	20.0
西地区簡易水道事業特別会計	—	20.0
いっきゅう地区簡易水道事業特別会計	—	20.0

備考 資金不足額(赤字額)がない場合「—」の記載となります。

1. 経営健全化基準を超えると、経営健全化計画を策定しなければならない。

## 利用者募集

### 自宅でタブレットを使ってみませんか

タブレットを利用した自治会ネットワークは、名総代などに町や集落情報を配信してきましたが、このたび8月末で実証実験の期間が終了しました。このことからタブレット60台を、町内でIP電話に加入している方やインターネットを利用している方で、タブレットの利用を希望される住民の方にお貸しすることになりました。

このタブレットは、町のホームページや産直市など、自身が見たい情報をインターネットで閲覧することが可能です。

利用希望の高齢者の方にもタブレットを使っていただけるよう、利用方法の研修会を今後開催する予定です。

#### ①どんなことができるの

- 農産物の情報などを受信する
- 町や集落の情報をフェイスブックで、リアルタイムに受信する
- 町のホームページを閲覧する など

#### ②端末は

タブレットの利用を希望される世帯にタブレットとWi-Fiルーターを一台ずつお貸しします

#### ③貸与期間 1年間以内

#### ④利用料 無料

#### ⑤お申し込み、お問い合わせ先 利用を希望される方は、企画環境課へお申し込みください。



指先で簡単に操作できるタブレット端末機器

# ゼロ・ウェイスト宣言 二〇二〇年達成に向けて

もったいない宣言自治体

## 福岡県大木町に行こう！

大木町で開催される  
ゼロ・ウェイストシンポジウムに  
参加しませんか？



大木町  
Ooki Town

人口約14,500人

福岡県南部筑後平野の中央部、水郷柳川に隣接した農業の町です。上勝に次いで、二〇〇八年にもったいない宣言

(ゼロ・ウェイスト宣言)を行い、「生ごみの分別収集、バイオガスプラントで生ごみ・し尿・汚泥から得られるバイオガスは温泉利用、液体の肥料は米作りに活かしています。他にも二十分別リサイクルなど、様々な積極的な環境への取り組みを通して、本町より四年早い二〇一六年度までにごみを出さない循環のまちづくりを目指しています。

### ゼロ・ウェイスト シンポジウム

十月二十四日(金)  
〜二十五日(土)

#### ■プレイベント

- ・おおき循環センターくるるん・交流プラザ・リユースプラザの見学
- ・交流会(アクアス) 温泉付

#### ■ゼロ・ウェイストシンポジウム

- ・宣言自治体会議
- ・道の駅レストランで昼食
- ・シンポジウム 基調報告・ゴミゼロコンテスト表彰式等

※旅程や旅費などの詳細については、企画環境課までお問い合わせください。

#### ■お申し込み

興味のある方、参加を迷われている方も、十月七日(火)までに、企画環境課まで、お気軽にお問い合わせください。

☎四六一〇一一

### 「もったいない」の茶屋 いつきゆう茶屋支店 出店中！

今年五月より、いつきゆう茶屋管理運営協議会のご協力により、「くるくるショップ」いつきゆう茶屋支店」を出店中です！

商品は主に食器類の皿や、カップ、湯飲み、グラス等、時には食器以外のキーホルダーやぬいぐるみ、乾電池などで持ち帰りはもちろん無料です。出店は「くるくるショップ」

を町外の方にも利用して貰い、「物を大切に使う」、「まだ使える」などの意識を持って貰えたらとの思いからです。八月までの持ち帰り量は、約二〇kgと、多くの方にご利用いただいています。住民の皆さまもご利用くださいね！



### 8月のごみ収集量

◎焼却ごみ	4.39t
【前月比】	1.5t減
一家庭に換算すると	5.2kg
◎容器包装以外のプラスチック製品	1.5t
【前月比】	0.1t増
一家庭に換算すると	1.8kg

### 今月の雑紙ポイントキャンペーン当選者

今月の当選番号は!!

1等(5,000円分商品券)	182番
2等(2,000円分商品券)	50・235番
3等(500円分商品券)	49・381番

引き換えは、ひだまりまで。

☎44-6080

ポイントカード作成  
随時受付中!





吉野川市鴨島 那賀川電機第三発電所

**新田 勝憲**

皆さんこんにちは。私は、昨年五月に上勝町地域おこし協力隊の木材需要拡大の担当として、株式会社もくさんを活動拠点としています。早くも一年四カ月が過ぎました。昨年度、社員方と地域材を利用した、太陽光パネルの木製架台はじめLEDを組み合わせた木製防災避難誘導路などの開発に取り組み、徳島県

地域材利用新規用途導入促進支援事業に応募し、お認め頂き今年度、太陽光発電の木製架台三つのタイプを吉野川市と鳴門市内で施工します。また、LEDを利用した木製防災避難誘導路を美波町で実施することになり、現在製作や工事を進めています。

その他、LEDを組み合わせた木製避難誘導標識を美波町と神山町に設置することも認められ、新しい木材の需要拡大に努めています。

本年度は、新たに趣向を変えて、健康器具「木製足まくら」などの商品開発にも取り組んでいます。

株式会社もくさんは、地域材に付加価値をつける木材乾燥や加工、防腐処理を行い、住宅の建築やリフォームの設計施工、土木公園用資材の加工販売などを手掛けていますが、商品開発と需要拡大が大きな課題ではないかと思われれます。

近年、住民の皆さまから防腐処理をした杭や角材、板材丸棒、屋外テーブルや、杉皮をむいて乾燥した木材を防腐処理してほしいといったご注文があります。

より多くの皆さまに、木材の需要拡大に関心を持っていただき、森林林業木材産業の発展につながっていくことに期待しています。

お気軽に、株式会社もくさんにご相談お立ち寄りください。

**酒井 睦美**

日頃より、地域おこし協力隊活動にご理解ご協力いただき、誠にありがとうございます。

八月二十二日、九月十二日の二回、東京・丸の内「行幸通り」で開催されました「青空市場」に、いききゅう茶屋の物産販売促進（PR）支援のため参加させていただきました。「株式会社いりどり」、「いりどり晩茶生産組合」との共同出店で、上勝町の特産品PR・拡販が目的です。



販売の様子

「徳島県」や「上勝町」ではピンと来ないお客様も、「葉っぱの町から参りました」と言うとうわかつてくださる方が多かったです。県内出身の方や、いりどりインターンシップの卒業生も多く来店いただき、すだちや椎茸など懐かしい味を喜んでくださいました。売上目標には達しませんが、今回の出店により、「少量・低価格・付加価値」が売れる重要ポイントではないかと思われました。

上勝町をもっと知って頂く場に成長させていければと思います。



加工品などもアピール



目玉商品のしいたけ

# 土砂災害

早めの避難が命を守る!!

## 上勝町の土砂災害危険箇所 314箇所

前兆を見たら、聞いたら、  
すぐに避難してください。

### 山が突然あなたを襲う

人命や大切な財産を一瞬のうちに奪う土砂災害。土石流、地すべり、がけ崩れなどの土砂災害は、主に雨や地震などが引き金となって発生します。上勝町のほとんどは山地です。地質的にも脆弱で台風や集中豪雨により土砂災害の起こりやすい環境にあります。

### 地震が起きたら

上勝町では、南海トラフ巨大地震により、震度6弱から6強の強い揺れが長く続くと予測されています。この強い揺れによって土砂災害が発生する恐れもあります。また、地震後の降雨にも注意しなければなりません。地震でゆるくなった斜面が雨水を含んで重くなり、土砂災害が発生する危険性がさらに高くなるのです。

### ●あなたの住んでいる場所が土砂災害危険箇所か点検してください。

土砂災害危険箇所は、県や役場に問い合わせることで確認できます。  
また、上勝町ホームページ「安心・安全」のカテゴリーに掲載しています。  
<http://www.kamikatsu.jp/>

徳島県の土砂災害危険箇所 13,001箇所

#### 土石流

土石流  
危険渓流  
51箇所



#### がけ崩れ

急傾斜地崩壊  
危険箇所  
249箇所



#### 地すべり

地すべり危険箇所  
14箇所



徳島県は、これらの危険箇所について基礎調査を行い、土砂災害警戒区域等の指定をしています。上勝町においては平成26年8月25日現在で、土砂災害警戒区域（イエロー）57箇所、土砂災害特別警戒区域（レッド）54箇所を指定しています。

資料提供：エフエム徳島  
防災ハンドブック  
2014年度版

腐敗土のような、腐った臭いがある場合もあります。

## 国民健康保険 優良者

平成26年度上勝町国民健康保険、健康優良表彰に次の皆さまが該当され、表彰されました。心よりお喜び申し上げます。  
(敬称略)

- **優良家庭**  
四年間無診療  
平野幸夫（福原）
- **優良個人**  
五年間無診療  
大上哲治（生実）

## わたしたち 未来の消防団員

九月十二日、上勝町消防団藤川分団と女性消防団員の協力を得て、彩保保育園が放水訓練を行いました。藤川谷川に向かって団員と一緒に放水訓練をした園児たちは勇ましく、

未来の上勝町を守ってくれることを予感させる頼もしい姿でした。「大きくなったら、ぼくも消防団員になりたい！」と、笑顔あふれる楽しい放水訓練でした。



## 香酸柑橘 生産振興事業

香酸柑橘苗木購入補助の受付を行いますので、要望される方は平成二十六年十一月十四日(金)までにJ A東とくしま上勝支所にお申し込みください。

### 対象

① 新植・改植・補植のため町奨励品種の香酸柑橘苗木を購入する場合。

### 町奨励品種

すだち (本田系、徳島1号、その他)

ゆず (木頭7号、山根、その他)



ゆこう とする。

② 国・県等補助事業の採択に満たない場合であって、二十本以上の植え付けを実施する者。

③ 香酸柑橘部会の会員

### 助成費

① 認定農業者

苗木購入基本単価の八十%以内

## 彩農業等育成事業



彩苗木購入補助の受付を行いますので、要望される方は平成二十六年十一月十四日(金)までにJ A東とくしま上勝支所にお申し込みください。

### 対象

① 新植・改植・補植のため多年生の彩苗木等(別表)を導入する場合。

品目については、彩部会・花木部会より申請のあった十三種類とする。

② 彩部会及び花木部会の会員が出荷販売を目的として購入した苗木等で、苗木等購入費が二万円以上の場合。  
※単年ごとの花などは対象外

### 助成費

① 認定農業者

苗木購入基本単価の八十%以内

② その他農業者

苗木購入基本単価の五十%以内

※苗木購入基本単価は、J A東とくしま上勝支所購買課で設定する。

### 条件

① 同じ品目への助成は年度中に一度とする。

② 上勝町に住民票を有し、上勝町内の農地等で事業を行う場合に限る。

③ 原則としてJ A東とくしま上勝支所購買課を通して注文すること。

④ 事業実施前、彩農業等育成事業概要書をJ A東とくしま上勝支所に提出すること。

⑤ 平成二十七年三月三十日まで植え付けを完了すること。

⑥ 事業終了後、彩農業等育成事業完了書に必要資料を添付し、J A東とくしま上勝支所に提出すること。(添付資料 納品写真、植え付け完了写真、領収書)

⑦ 苗木等購入後の栽培、販売に對しては自己責任において行うこと。

### 事業お問い合わせ先

役場産業課

### 申込先

J A東とくしま上勝支所

お仕事をお探しの皆さまへ

## 小松島合同 就職面接会の お知らせ

開催日 十月十七日(金)

### 開催場所

小松島市ミリカホール  
(小松島市小松島町新港九一十)

### 開催時間

十三時三十分～  
十六時(受付十三時～)

### 参加事業所

ハローワーク小松島管内の事業所(十八社予定)

参加を希望される方は必ず事前にハローワークの紹介状の交付をうけてください。

### 主催

ハローワーク小松島  
小松島市

### 協力

小松島商工会議所

### お問い合わせ先

ハローワーク小松島  
職業相談コーナー

☎〇八八五―三三―三三四四

## ② その他農業者

苗木購入基本単価の五十%以内  
 ※苗木購入基本単価は、JA東とくしま上勝支所購買課が設定する。

## 条件

- ① 同じ品目への助成は年度中に一度とする。
- ② 上勝町に住民票を有し、上勝町内の農地等で事業を行う場合に限る。
- ③ 事業実施前、香酸柑橘生産振興事業概要書をJA東とくしま上勝支所に提出すること。
- ④ 平成二十七年三月三十日まで植え付けを完了すること。
- ⑤ 事業終了後、香酸柑橘生産振興事業完了書に必要資料を添付し、JA東とくしま上勝支所に提出すること。(添付資料：納品写真、植え付け完了写真、領収書)
- ⑥ 苗木等購入後の栽培、販売に對しては自己責任において行うこと。

## 事業お問い合わせ先

役場産業課

## 申込先

JA東とくしま上勝支所



## (別表)

品 目	事業対象品種等	備 考
な ん て ん	姫南天	
青 も み じ	いろはもみじ・おおもみじ	
赤 も み じ	血汐もみじ・のむらもみじ	
ふきのとう	やつがしら・あわ春香	
柿	富有・次郎 等紅葉専門品種	葉を出荷目的とする苗木
う め	小梅・鶯宿・南高	花を出荷目的とする苗木
く り	銀寄	葉を出荷目的とする苗木
さ く ら	染井吉野・敬翁桜・カイドウ桜・八重桜・寒桜	
も も	花がピンク系の品種のみ	白色・赤色は除外
松		
花 ゆ ず		花を出荷目的(柚苗木)
黄金クジャクヒバ		
霧 島 つ つ じ	ピンク系のみ	

※上記以外の品目は助成対象外となります。

## 自賠責保険・共済なしでの運行は 法令違反です！

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的に対人賠償を目的として、自動車損害賠償法に基づき、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務づけられており、自賠責保険・共済なしで運行することは法令違反ですのでご注意ください！

四輪車ももちろんですが、特に、車検制度のない250cc以下のバイク(原動機付自転車・軽二輪自動車)は、有効期限切れ、かけ忘れにご注意を！

なお、自賠責制度の詳細内容は、<http://www.jibai.jp> でご覧ください。

もうチェックした？

## 徳島県最低賃金

平成26年10月1日から

時間額 **679円**

\*一部の産業には特定賃金が定められています。

お問い合わせ先

徳島労働局労働基準部賃金室  
 ☎088-652-9165

森林所有者の皆さまへ

売買などにより権利を移転する場合の

11月から

事前届出制度

が始まります。

事前届出制度の概要

- 届出が必要な契約** 森林の売買、贈与、交換、地上権設定、地役権設定、賃借権設定、使用貸借の権利設定（相続は対象外です）
- 届出者** 森林の土地所有者など土地に関する権利を有する方
- 対象地域** 知事が指定する「森林管理重点地域」内の森林の土地（大字単位）
- 森林管理重点地域** 第2種地域：大字旭、大字生実、大字福原、大字傍示、大字正木  
また、下記の市町村の森林の全部または一部は対象地域に指定されます。  
鳴門市、吉野川市、阿波市、美馬市、三好市、阿南市、勝浦町、佐那河内村、神山町、板野町、上板町、那賀町、牟岐町、美波町、海陽町、つるぎ町、東みよし町  
※「森林管理重点地域」は、平成26年10月1日に案を告示し30日間の縦覧後指定されます。
- 届出期日** 契約を締結しようとする90日前まで  
(ただし、第2種地域の場合で利用目的が林業に資する場合は30日前まで)
- 届出先** 知事（最寄りの県民局林務担当部局に提出）

事前届出の内容

届出用紙は県庁、各県民局、県のHPから入手できます

- ① 契約の当事者（譲渡人及び譲受人）の氏名、住所、電話番号、業種
- ② 契約に係る権利の種類及び期間、契約締結予定日、権利移転など予定日
- ③ 土地の所在、登記地目、登記面積、実測面積
- ④ 利用の現況及び所有権移転後の利用目的

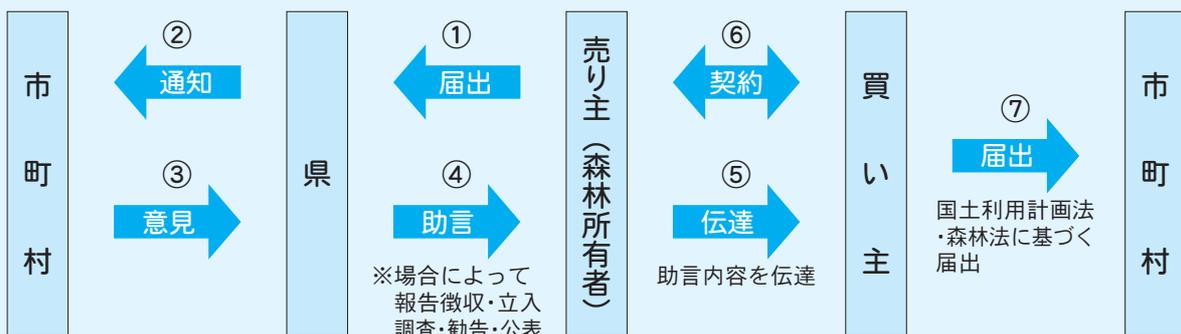
添付書類

- ① 土地の所在を明らかにする図面
- ② 所有権などを有することを証する書類の写し

届出をしない、又は虚偽の届出をした場合は、5万円以下の過料が科されることがあります

手続きの流れ

条例の概要は、県HPに掲載しています



詳しくは、県庁林業戦略課（☎088-621-2447）までお問い合わせください。

# 納めた国民年金保険料は 全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は所得税法上及び地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。控除の対象となるのは、平成二十六年一月から十二月までに納められた保険料の全額です。過去の年度分や追納された保険料も含まれます。

また、配偶者やご家族（お子様など）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

なお、平成二十六年中に納付した国民年金保険料について、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、平成二十六年一月一日から九月三十日までの間に国民年金保険料を納付された方には、十一月上旬に日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）

控除証明書」が送られますので、申告者の提出の際には必ずこの証明書または領収証書を添付してください。（平成二十六年十月一日から十二月三十一日までの間に、今年はじめに国民年金保険料を納められた方へは、翌年の二月上旬に送られます。）

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れのないようキチンと納めましょう。

## 天災による国民年金 保険料免除制度について

風水害などの災害で大きな被害を受けたことにより、国民年金保険料の納付が困難な場合、申請をして承認されると、保険料の全額が免除される制度があります。国民年金の場合、震災・風水害・火災その他これらに類する災害により、被保険者の所有に係る住宅、家財、その他の財産につき、

被害金額がおおむね二分の一以上の損害を受けたときが対象となります。

### 一、申請に必要な書類

- 国民年金保険料免除・納付猶予申請書
- （原則として）

罹災証明書、または被害農林漁業者などと認定された被害認定書の写し

- （罹災証明のみで被害の程度が判断できない場合）

国民年金保険料免除・納付猶予申請に係る被災状況届

- （保険金・損害賠償金などが支給される場合）

保険金・損害賠償金額などの確認できる証明書の写し

- \*ご本人以外の方が提出される場合は委任状が必要

- 二、免除される期間

- 事由の生じた日の前月分から翌年の六月分まで

- \*保険料の納付が困難な場合は、早めの申請してください。

- 三、免除された期間の年金は

- 全額免除された期間の老齢基礎年金額は、保険料の納めた場合の二分の一計算されます。

- 保険料が免除された期間は、十年以内であれば、あとから保険料を納める（追納すること）ができます。追納することにより、将来、減額される年金額を増やすことができます。

## 年金事務所などの取り組み

- 保険料免除期間の翌年度から起算して、三年度目以降に追納する場合は、当時の保険料額経過期間に応じた加算額が上乘されます。

- 国民年金保険料の現年度に未納を有する方に、十月上旬「国民年金未納保険料納付勧奨通知書（催告状）」が日本年金機構本部より送られます。
- 平成二十六年度の免除タインアラウンド（ハガキ形式）の送付を十月中旬を予定しております。

日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp/>

日本年金機構 |

検索

お問い合わせ先

徳島南年金事務所 ☎088-652-1511



日本年金機構

Japan Pension Service

# 健康の達人になろう

## 知って得する健康情報

197

上勝町診療所 所長 木下 英孝

### 認知症

#### ケアのコツ



最近、認知症ケアの技術として、「ユマニチュード」が注目されています。フランス人のイヴ・ジネスト氏らが始めたもので、NHKの番組でも紹介されていました。介護する人が笑顔で接することで、介護される人も笑顔になる。両者が穏やかな気持ちになれるケアの技術です。基本は、「見る、話す、触れる」です。

#### ユマニチュードとは

まず、同じ目の高さで、正面から、笑顔で見つめます。目が合ったら、優しく話しかけます。認知症が進むと、だんだんと視野が狭くなります。

見えないところから突然話しかけられるとビックリするので、目が合ってから話しかけることが大切です。また、後方や横から近づいて顔が突然に現れるのもビックリします。本人の正面から近づいていくことが大切です。

認知症高齢者の問題行動として、「怒りっぽくて、興奮しやすい」「攻撃的」「徘徊」などがあげられますが、このような行動をとる理由は「恐怖や不安から自分を守ろうとしている」ということです。恐怖や不安を感じなければ、問題行動は減り、心穏やかに暮らすことができるようになります。

#### 感情は伝わる

認知症によって、家族のことを誰か分からなくなっても、表情や声から、その人の感情を理解することはできます。もし、介護者側が怒りの気持ちを持って接すれば、恐怖を感じ、問題行動が増えます。笑顔で、優しく話しかけることができれば、相手も笑顔になります。穏やかな気持ちになります。

#### 触れるケア

手や体に優しく触れることで、ストレスホルモンが減って、問題行動が減ります。本人が気持ちいいと感じるように、手や体を優しくマッサージしてみましょう。攻撃的な言動や徘徊が減って、介護する側のストレスも減り、お互いが心穏やかに暮らすことができると思います。

### 幸せの達人になろう

#### 一期一会



「一期一会」とは、「一生に一度だけ出会うこと」「二度と会えないかもしれない貴重な出会いを大切にしましょう」という教えだと理解されています。もともとは茶道の心得で、「その茶会を一生に一度のものとして心得て、主客ともに誠意を尽くせ」という教えだそうです。ですから、一生に一度しか会わない人に対してだけではなく、「いつも会っている人とも、これが最後かも知れないと思つて、後悔しないように誠意をもって接しましょう」という教えなのです。そう考えれば、家族や知人との日々の接し方が変わってくるかも知れませんね。

同じように、人生も「今日が最後かも知れない」と考えれば、今日という日を大切に生きようと思えるのではないでしょうか。当然のことながら、今日という日は戻ってきません。今日の出会い、出来事、仕事、勉強、食事、会話、生活のすべてが貴重に思えます。当たり前の毎日を、「一期一会」の思いを持って、大切に暮らしましょう。

上勝町無料電話健康相談



フリーダイヤル

24時間 やまいなし

0120-24-8174

# こんにちは 保健師です



## 運動のおはなし

何をするにも気持ちの良い季節になりました。食欲の秋でもあります。今月は運動についての内容です。

### 運動はインスリンの消費を節約し、糖の取り込みを助けます

体を動かす（筋肉が働く）ために必要な燃料（糖や脂肪）が筋肉細胞の中に蓄えられており、運動時にはたくさん糖が利用されます。ふつう、細胞内に糖を取り込むためには、インスリンが力ギとなつて細胞の入り口を開く必要がありますが、実は、運動をするると、インスリンという力ギがなくても筋肉の細胞の入り口が開くのです。運動中はインスリンに負担をかけず筋肉で血糖を利用します。細胞に入る分だけ血液中に余る糖は少なり、血糖値は下がります。

運動は食後をおすすめします。

### 最近話題の「ロコモ」の予防・改善ができます

骨や関節、筋肉など、体を支えたり動かしたりする運動器の機能が低下し、移動に障害が出た状態のことをロコモティブシンドローム、略して「ロコモ」といいます。いつまでも自分の足で歩き続けていくために、ロコモを予防し、健康寿命を延ばしていくことが重要です。

### ロコモを防ぐ「ロコトレ」続けることが肝心です

- 片足立ち  
バランス能力をつけます。机などを支えにしてもかまいません。
- 下肢の筋力をつける  
スクワット  
下肢の筋力をつけます  
両足でたった状態がかかと

### 下肢筋力をつけるロコトレ「スクワット」

1 肩幅より少し広めに足を広げて立ちます。つま先は30度開く

2 膝がつま先より前に出ないように、また膝が足の人差し指の方向に向くように注意して、お尻を後ろに引くように身体をしずめます。

机に手をつかずに行う場合は手を机にかざして行います。

スクワットができないときは、イスに腰かけ、机に手をつけて立ち座りの動作を繰り返します。

※深呼吸をするペースで、5～6回繰り返します。1日3回行いましょう。

### こころの健康にも適度な運動が有効です

ウォーキングなどの運動をすると、楽しい！気持ちがいい！という快感をもたらす脳内物質「ドーパミン」や幸福感が得られる「エンドルフィン」が活性化されます。

を上げて、ゆっくりかかとを下ろします。

## 貯筋教室

ゆっくりと体をほぐし、無理のない筋トレ体操を行います。楽しくお話ししながら一緒に体操しましょう。

10月22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。



### フロントランジ（下肢の柔軟性、バランス能力、筋力をつけます）

両脚で立つ 腰に両手をつけて

脚をゆっくり大きく前に踏み出す

踏み出して腰を下げる前の姿勢

太ももが水平になるくらいに 腰を深く下げる

身体を上げて、踏み出した脚を元に戻す

ポイント 上体は胸を張って、良い姿勢を維持します。大きく踏み出し過ぎて、バランスを崩さないように気をつけます。

1日の回数の目安：5～10回（できる範囲で）×2～3セット

### ちよつとコラム

災害時のおなじみ 非常食「カンパン」

保存性が高く、必要なカロリーが補え空腹感が満たせる、おなじみのカンパン。ただ、「かたくてパサパサする」などの意見もあります。そこでアレレンジ×2ユーのご紹介。賞味期限がせまり、買い替えの時期なごにもぜひお試しください。

お粥のようにみそ汁に

牛乳に漬けてグラタン風に

カゴメ

砕いてクルトン風にサラダに

揚げたドーナツ風に

### 上勝町診療所の

## 歯の健康相談

歯科衛生士による歯やお口の相談です。※お電話にて上勝町診療所へご予約ください。

☎44-5010 IP050-3438-7872

10月7日(火) 9時～11時

11月4日(火) 9時～11時



## ご相談はお気軽に「行政相談週間」

10月20日(月)から26日(日)までは「行政相談週間」です。

行政相談は、国などの行政に関する苦情や要望、意見などを聞いて、それらの解決を図り、行政運営の改善に反映させるものです。

行政相談週間は、この制度を広く国民の皆さまにお知らせして利用していただくために全国一斉に実施しているものです。

行政相談委員制度は昭和三十六年四月から始まっています。

### 行政相談委員制度の仕組み

相談を受けた行政相談委員は、受け付けた相談について助言や関係機関への通知をするほか、内容が複雑なものについては、総務省の出先機関である徳島県評価事務所に連絡し、改善の促進を図ります。

### 行政相談を開催

役所の仕事について、苦情がある、困っている、こうしてほしい、役所の説明や処置に納得がいかない、どこに相談して良いかわからない、制度や仕組みがわからないなどお気軽にご相談ください。

相談は無料で、秘密は固く守られます。

### 日時

十月十六日(木)  
十三時～十六時三十分

### 場所

高銚公民館

担当行政相談委員 星場 真人さん

平成二十七年 度

## 鳥獣被害防護柵設置

## 希望集落の募集について

ここ数年、鳥獣被害が急増し、農林家においては、捕獲防護柵の設置管理など多くの労力と経費を費やし苦慮しております。

このような状況の中、平成二十年三月に上勝町鳥獣害防止対策協議会を設立し上勝町の実態に即した鳥獣害防止対策の推進をしています。

協議会において、鳥獣被害防止対策は、個々の農家による点的対策を追求するのではなく地域ぐるみによる集落単位の面的対策に取り組む事が個人の経費負担も軽減でき、効果が大きいとの方向性を決定し、二十年度より防護柵設置事業を実施しております。

平成二十五年 度までに二十四地区が設置完了しており、当初計画どおりの成果をあげていますが、課題も出てきております。

町内において鳥獣被害が依然として続き多大な被害を及ぼしている現状を踏まえ、今後現地調査を行いながら防護柵の成果・問題点について検証し、引き続き集落単位での防護柵設置事業を推進予定しております。

次により事業希望集落の募集、取りまとめ

### 防護柵等設置事業

#### 内容

- 防護柵等材料費の九十%補助(十%の自己負担必要)
- 防護柵設置工事は地元施工

#### 補助要件

- 集落単位で一体的に取り組み実施できる地区。
- (以前、設置した地区も可)
- 協議会と協力しながら事前に集落関係者全員参加による集落点検作業を実施し、全体計画を策定し、協議会において適当と認められた地区。
- 設置は地元施工とし引き続き維持補修管理がされる地区。

#### 必要書類

- ① 代表者氏名
- ② 関係者名簿
- ③ 防護柵設置計画(設置予定図)

#### 申請期限

平成二十六年十月三十一日(金)

申請先・お問い合わせ

産業課 担当 後藤



## 今月の納税

町 県 民 税 2 期分  
後期高齢者医療保険料 3 期分  
国民健康保険税 4 期分  
介護保険料 4 期分  
納期限 平成26年10月31日(金)

督促状の出るもの

後期高齢者医療保険料 2 期分  
国民健康保険税 3 期分  
介護保険料 3 期分  
納期限は 9 月30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、10月20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 19時～21時  
場所：役場支所  
受講料無料  
お申し込み・お問い合わせ  
教育委員会(☎45-0111)

## 心配ごと相談

10月16日(木) 13時～16時30分  
高鉾公民館  
家庭内・近隣との悩みごとなどお気軽にご相談ください。  
なお、法務局係員が来所します。

## 登記無料相談

10月18日(土) 10時～14時  
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

障害者の支援、相談を受付けています。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。お気軽にお電話ください。

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

## 10月担当医表

### (上勝町診療所)

医科受付 8時30分～11時30分/14時～16時30分  
歯科受付 8時30分～11時30分/13時～16時30分

電話 44-5010  
IP電話 050-3438-7872  
FAX 44-5011

		月	火	水	木	金
				1	2	3
医科	午前			木下・榎原	木下	木下・榎原
	午後			榎原	木下	木下
歯科					休診	
		6	7※	8	9	10
医科	午前	木下	木下・榎原	木下・榎原	木下	木下・榎原
	午後	木下	榎原	榎原	木下	木下
歯科					住吉	
		13	14	15	16	17
医科	午前	体育の日	木下・榎原	木下・榎原	木下	木下・榎原
	午後		木下・榎原	榎原	木下	木下
歯科					住吉	
		20	21	22※	23	24
医科	午前	木下	木下・榎原	榎原	木下	木下・榎原
	午後	木下	木下・榎原	榎原	木下	木下
歯科					住吉	
		27	28	29※	30	31
医科	午前	木下	木下・榎原	榎原	木下	木下・榎原
	午後	木下	木下・榎原	榎原	木下	木下
歯科					住吉	

\* 7日午後は、木下医師は往診です。

\* 22日は、榎原医師のみで担当します。(木下医師は、午前中、上勝中学校で健診です。)

\* 29日は、榎原医師のみで担当します。(木下医師は、午前中、上勝小学校で健診です。)

### (上勝町福原診療所)

医科受付 13時～16時30分

電話 46-0302  
IP電話 050-3438-8001  
FAX 46-0302

		水	木	金
		1	2	3
午後		木下		榎原
		8	9	10
午後		木下		榎原
		15	16	17
午後		木下		榎原
		22	23	24
午後		木下		榎原
		29	30	31
午後		木下		榎原

## 上勝中学校だより

授業参観・人権講演会

# ワークショップの 開講

日時

十月二十三日(木)  
九時四十分～  
十四時二十分

場所

上勝中学校

内容

▼九時四十分～  
参観授業(道徳)

▼十時四十五分～  
人権講演会

講師 ちよんせいこ先生

▼十三時十五分～  
ちよんせいこ先生による  
ワークショップ

上勝中学校ホームページなどにより、情報を公開します。保護者・地域の皆さま、お誘い合わせの上、ご来校ください。

上勝中学校

☎四六一〇〇一五

IP〇五〇一三四三八一

七四五七

## 上勝小学校だより

# オープンスクール 開講

日時

十月二十五日(土)

▼八時四十分～十四時十五分  
各学年公開授業

▼十四時二十五分～

十五時四十五分

人権コンサート湯浅篤人さん

午前中は各学級のふだんの授業の様子をご参観いただけます。十三時三十分には各学級で人権学習、十四時二十五分からは上勝小学校体育館にて、人権コンサートを開催します。一緒に「人権」について考えてみませんか？

「上小カフェ」を一階 多目的室でオープンし、昔の小学校のアルバム、文集などを展示します。子どもの頃の写真が見つかるかもしれませんよ。地域の皆さま、お誘い合わせの上、ご来校ください。

上勝小学校

☎四五〇〇〇〇三

IP〇五〇一三四三八一七二六〇

2年間限定!

## 上勝町オンライン教材のお知らせ

世界中で広がっているオンライン教育。モンゴルの子どもがオンライン教育でハーバード大学へ行くような時代になりました。いつでもどこでも誰でも学ぶことができるオンライン教育を、上勝でもスタートする(2週間無料体験あり)ことにしました!

教材費用は今後2年間、上勝町から予算の範囲内で負担し使用料金月額1,500円を利用される方に負担していただきます。

### ●特徴

- 家庭でインターネットを使える人は誰でも利用できます。
- 年齢を問わず、国語・算数(数学)・英語の3教科が勉強できます。
- 1つの学習項目について細かく区切られているので、つまづきに気づきやすく、またわかったところはどんどん進むことができます。

### ●使用する教材

教材は、「株式会社すららネット」のオンライン教材を利用して行います。

### ●お申し込み先

上勝町地域おこし協力隊 宮崎ここり  
☎080-1762-8236 メール cokoshi@gmail.com



## 芸術の秋 デッサンを 楽しむ

講師に、河崎良行先生(彫刻家、徳島大学名誉教授)をお招きし、バリーナをモデルに、デッサン教室を開催します。

ご近所お誘いの上、ご参加ください。

●日時 十月二十六日(日)

十三時～十六時

●場所 コミュニティセンター

●参加費 無料

### ●準備物

鉛筆3Bもしくは4B、消しゴム、コンテ、木炭、パステルなど  
画用紙四つ切りは、主催者が準備します。但し、愛用のスケッチブック(F8若しくはF6)をお持ちの方はご持参ください。

準備の都合上、十月二十日(月)までに、上勝アート里山の彩生研究会(上勝町役場企画環境課内)へお電話(☎四六一〇一〇一)によりお申し込みください。

この事業には宝くじ収益金の一部が使われています。



上勝町体育協会主催

# ノルディック ウォーク

**日時** 十月二十六日(日)  
十三時三十分 開会

**集合場所**

上勝小学校グラウンド  
(雨天の場合は、上勝小学校体育館)



ノルディックウォークは、二本のポール(ストック)を使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強するフィットネスエクササイズの一つです。

**要項**

○コースは、上勝小学校から正木ダムを周回します。約四キロメートルの距離で上勝の秋を感じながらエクササイズもできる内容となっています。

○町内在住者もしくは町内事業所へ勤務する者  
○大会中の事故などについては、主催者は一切責任を負いません。

**準備物**

動きやすい服装、帽子、飲み物

**参加お申し込み**

十月十七日(金) (必着) までにチームの名簿を教育委員会まで提出してください。

**お問い合わせ先**

教育委員会 ☎四五一〇一一

## 身体障がい者巡回相談のお知らせ

障がい状況や遠隔地であるなどの理由により、障がい相談支援センターに直接来所できない方を対象に、巡回相談を行います。ぜひ、この機会にご相談ください。

**相談内容**

〜このような時にご利用ください〜

○身体障がい者補装具費の支給(義足・補聴器など)を受けたい。

○身体障がい者福祉の諸制度について知りたい。

**開催日**

十月三十一日(金)

**受付時間**

十時〜十時三十分

**相談科目**

耳鼻科

**場所**

勝浦町住民福祉センター

**開催日**

十一月十七日(月)

**受付時間**

十四時〜十五時

**相談科目**

整形外科

**場所**

徳島赤十字

ひのみね総合療育センター

**費用**

無料

**注意事項**

完全予約制になっておりますので、住民課へお申し込みください。

**お問い合わせ先**

徳島県障がい者相談支援センター

☎〇八八―六三一―八七二



法の日週間行事

## 無料法律相談

法の日週間行事の一環として、弁護士の方々が無料法律相談を実施します。

**日時**

十月八日(水)  
九時三十分〜十五時  
(最終受付)

相談時間はおおむね一人あたり二十分とする。

**場所** 徳島地方裁判所  
(徳島市徳島町一―五)

**定員**

五十人

**お申し込みの方法**

平日の九時〜十七時までの間に、お電話によりお申し込みください。その際に、氏名、連絡先などをお伺いします。

**お申し込み先**

徳島地方裁判所事務局

総務課庶務係

☎〇八八―六〇三―〇一一

申し込みの人数が達した時点で受け付け終了とする。

# 秋の交通安全キャンペーンが実施されました



平成二十六年九月二十一日から三十日までの間は、秋の全国交通安全運動期間でした。

本町においても、二十二日早朝、大字正木字福川周辺で秋の交通安全キャンペーンを実施し、「早めのライト点灯」を呼びかけると共に、チラシや反射材などをドライバーの方々に配布し、交通安全意識の向上を目指しました。

早朝から雨の中参加して頂いた皆さま、本当にありがとうございます。

これからも、「あわてられん、ゆっくり行かん、阿波の道」をテーマに、事故のない明るい町を作りますよう。

総務課

## 防災月間

「災害は、忘れた頃にやってくる」

地震などの備えはできていますか。寝室などの安全・非常持ち出し物の点検や、避難場所の確認をしておきましょう。

## 悪徳商法に注意！

こんな言葉・手口に要注意

- 「未公開株」「海外採掘権」
- 「取引」などの投資関連用語
- 「水道管が錆びている」「瓦がずれている」「虫がいる」など、ウソをついて工事や購入させる手口

\*信用できる業者に再確認を

- 「買う（売る）まで帰らない」と言って高額な物を売りつけたり、高価な貴金属を安く買い取る手口

\*業者が脅したり居座るときは、迷わず警察を呼んでください。

- 「注文を受けている商品を送る」とウソをついて代引きなどでお金を払わせる手口

\*身に覚えがなければきっぱりと断ってください。

## 振り込め詐欺被害防止

公的機関などを名乗る者から「手続きのためにATMの操作をして」、「レターパックや宅配便で現金を送って」、「カードや通帳を預かります」などの電話があった場合は詐欺の可能性があります。

## お電話の内容に

疑問や不安を感じたら

警察総合電話 #九一一〇

消費者ホットライン

☎〇五七〇〇六四一三七〇

へご相談してください。

## 全国地域安全運動

十月十一日(土)～十月二十日(月)

犯罪のない安全で明るく

住みよい地域社会を

## 運動の推進重点

- 特殊詐欺の被害防止
- 子どもと女性の犯罪被害防止
- 自転車盗・車上ねらいの犯罪被害防止
- 住宅などを対象とした侵入犯罪の防止

小松島警察署福原駐在所

☎四六一〇〇二四



# 町民の詩歌

## 俳句

留守宅の猫なで中元置いてゆく  
月の宿むくげの花が客招く  
夕風の立つやむくげの花しづく  
押花にして咲かせたき花むくげ  
白き指硯洗ひて袖直す  
夕べにはたたむ短きむくげ咲く  
八十路来て硯洗うか笑顔して  
幾久し去りたる庭に百日草  
一人居の仏壇に咲く百日草  
稜線の夕焼けながめ家路かな  
夕焼を背にして急ぐ野良仕事  
恙なく生きよと咲ける百日草  
灼熱を乗りこえたえて咲く木槿  
同窓の墓地で集いし秋彼岸

あつ子  
恵美子  
千恵  
弘子  
枇呂  
詩江  
妙  
善男  
恭子  
ヤスエ  
美代子  
米子  
和子  
周泉

## 短歌

秋はいまスタートするらし吹く風が夏の終りをささやきて過ぐ  
後ろ手に手まねきすれば老犬は身に鞭打ちてわれを見送る  
けんめいに空にほほ笑む花芙蓉木蔭によりて汗拭いおり  
天気予報と雲の行方ゆくえを気にしつつ祈る思いの茶干しの作業  
今夏の暑さ外に出られぬ日がつづき雑草茫々野畑を覆う  
太陽の出番はどうやらないらしい今夏の夏の恋人は雨  
真昼間のミニ睡蓮の色冴えてふ化しだちなるメダカの中で  
葉のかげに又ひとつあり背伸びしてやと採りたるゴーヤ艶めく  
明けきらぬしじまの中を婚儀に向う彼方にだるま朝日出づ  
秋空に今日も飛び交う赤とんぼスダチ採る手に汗がにじむる  
朝ドラの感銘受けてご馳走さんご機嫌ようはすんなり言える

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

## 詩

スーパー林道景観 其の名も高し日本一と他県人  
高山崖名所 七十八キロ 行く先々に 春は新緑  
花に触れ 秋は艶濃い 紅葉の萌える山に酔ふ  
あなたはどちら 私しや 都会の 自然すぎ私しや  
阿波の山男 ここでは気安く絆生む  
風景宝直家の皆さん 十月末日から十一月初め  
年によって少々違います 晴天に限ります  
山はあなたを待っています

信一



旭お盆の集いの様子

## 戸籍の窓口

平成26.9.1現在  
前月比

人口 1,761人(△6)  
男 834人(△3)  
女 927人(△3)  
世帯数 849戸(△1)

高齢化率 51.05%

正木 571人(0) 256戸(1)  
傍示 307人(△1) 147戸(0)  
福原 246人(0) 125戸(0)  
生実 294人(△3) 143戸(△2)  
旭 343人(△2) 178戸(0)

### ご結婚おめでとう

岩本 拓磨 さん(生 実)  
立花 初美 さん(徳島市)

### つつしんでご冥福をお祈りします

引地 茂吉 さん 77歳(傍示)  
内藤 利夫 さん 83歳(旭)  
中野 フクエ さん 102歳(傍示)  
西名 重忠 さん 82歳(旭)

## ありがとうございました

彩保育園 (敬称略)

品名など	住所	氏名・団体
お菓子	正木	長丸節子
鯉	旭	谷奥亀市
お菓子	正木	酒井莊吏
放水訓練・ 消防車見学	上勝町消防団藤川分団	
	上勝町消防団女性消防団	

平成26年 8月の視察来町者数

18件 140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
10月1日(水)	勝浦病院
10月3日(金)	勝浦病院
10月5日(日)	勝浦病院
10月7日(火)	上勝町診療所
10月9日(木)	勝浦病院
10月11日(土)	勝浦病院
10月13日(月)	勝浦病院
10月15日(水)	勝浦病院
10月17日(金)	勝浦病院
10月19日(日)	勝浦病院
10月21日(火)	上勝町診療所
10月23日(木)	勝浦病院
10月25日(土)	勝浦病院
10月27日(月)	上勝町診療所
10月29日(水)	勝浦病院
10月31日(金)	勝浦病院

上勝町診療所 ☎44-5010 勝浦病院 ☎42-2555

# お宅のテレビは大丈夫?

ケーブルテレビ徳島株式会社(テレビトクシマ)では、現在行っているデジタル放送のアナログ変換放送を平成27年3月中に終了予定としております。これにより、来年度以降アナログテレビ(ブラウン管テレビ等)は原則使用できなくなりますので、各ご家庭での対応をお願いします。  
※デジタルテレビはそのまま視聴できます。

## こんなテレビが対象です!!

テレビの右上に注目!!



Q1 まだ十分見られるテレビがもっていない。もう使えないの?

A アナログテレビにビデオ入力端子がある場合はデジタルチューナーを取り付ければ、そのまま使用できます。

※デジタルチューナーはメーカーが生産しなくなるなどだんだん入手しづらくなっています。来年度以降もアナログテレビを使用したい方はお早めの購入をお勧めします。

Q2 うちのテレビはアナログテレビなの?

A アナログテレビにも、ブラウン管型のほか液晶の薄型のものがありますので、上のような文字がテレビ画面に出ているものがアナログテレビです。

Q3 この機会にテレビを買い替えたいけど、古いテレビはどう処分したらいいの?

A テレビは家電リサイクル対象品ですので、購入先もしくは日比ヶ谷ごみステーションへ相談してください。

### デジアナ変換に関するお問い合わせ先

ケーブルテレビ徳島株 ☎088-655-4000  
NTTビジネスソリューションズ(株)四国支店 地域情報センター ☎0120-960-138  
総務省 地デジコールセンター ☎0570-07-0101

## インターネット及びCATV・IP電話サービス 適用消費税率変更のお知らせ

平成26年4月1日より消費税率の変更(消費税率及び地方消費税率の引き上げにより、5%から8%へ変更)に伴い、消費税率変更分を加算させていただいております。

詳しい内容については、下記センターにお問い合わせください。

NTTビジネスソリューションズ株式会社  
四国支店 地域情報センター

☎0120-960-138 IP ☎050-3438-9877

受付時間 9時~17時(平日)