

グリーン情報



3 2019
月号

かみかつ

発信



こんばんは、 鬼の出張サービスです！

上勝っ子！世界へ羽ばたけ！ 2～3
満百歳おめでとうございます！ ほか 4
スポーツ吹き矢体験教室開催 ほか 5
「健康の達人」になろう 6
こんにちは保健師です 7

ゼロ・ウェイスト宣言 8～9
案内板 10～26
町民の詩歌 ほか 27
戸籍の窓口 ほか 28

ご卒業おめでとうございます

上勝つ子 世界へ羽ばたけ！

3月に上勝中学校を卒業される16名から一言！



木川 真
きかわ まこと

- ①大人も子ども、元気が溢れているような町であり続けてほしいです。
- ②おばあちゃんになっても元気に過ごし、いざいざ上勝をもっと盛り上げることです。
- ③上勝町で多くのことを学びました。学んだことを生かせるように、自分らしさを忘れず頑張りたいです。



阿部 桃子
あべ ももこ

- ①今、上勝にある美しく豊かな自然と地域の皆さんの笑顔、それと活気をこれからも守り続けてほしいです。
- ②自分がしたいと思った仕事に、自分らしく、笑顔でできるようになりたいです。そして周りの人の人生に、ひとつの光を灯せるような人になりたいです。
- ③今まで本当にありがとうございました。お世話になった先生方、学校の皆さん、そして地域の皆さん。私はいつかここに戻ってきます。



清原 亜春
きよはら つばさ

- ①上勝町の良さを残しつつ、商店やコンビニなど買い物ができる所が増えたと嬉しいです。
- ②今はまだはっきりと決まっていないので、これから自分のやりたいことを見つけてみたいです。
- ③これからも努力して、自分らしく過ごしていきたいです。



井元 希美
いもと のぞみ

- ①この町が人々の優しさにより、みんなが元気で自然と共に生き、豊かなまま残ってくれること。
- ②自分のできる範囲で人の助けとなること。
- ③多大なるご迷惑をおかけしましたが、ずっと見守ってください、上勝町の一人として期待してください、ありがとうございました。



久米 慶太郎
くめ けいたろう

- ①若い人たちが増えることと、上勝の自然がずっと守られていくことです。
- ②将来は大学に進学し、自分が本当にやりたいことを見つけてみたいです。
- ③今までありがとうございました。上勝で経験したことを生かして、これからも頑張ります。



鎌田 聖吾
かまだ しょうご

- ①いつか自分の車で快適に走れるように、道をきれいにしてほしいです。
- ②僕は生き物を育てることに興味があります。母の手伝いをしたときにやりがいを感じたので、将来養鶏所で働きたいと思っています。
- ③この上勝中学校3年間でとても成長することができました。これからも精一杯頑張りたいです。



阿部 茜
あべ あかね

- ①上勝町にたくさんの人が来てくれるよう、皆さんの力で盛り上げていてほしいです。
- ②自分のなりたい職業に就いて、人のために自分ができることを何かしたいです。また上勝町に戻ってきて、上勝町を元気にしたいです。
- ③今まで、私たちのために手助けをしてくださり、ありがとうございました。高校に行っても頑張ります。



- ①上勝町に期待すること
- ②将来の夢
- ③卒業にあたっての一言



ふくもと
りきまる
福本 力丸

- ①上勝町の素晴らしい自然や生き生きとした地域の人の生活を、いつまでも残して欲しいです。
- ②人の役に立てる仕事に就きたいです。
- ③今まで応援してくださった先生方や地域の皆さん、本当にありがとうございました。何かしらの恩返しができるように頑張ります



ながき
たくま
長木 拓真

- ①自然の美しい上勝を守り、若い人たちの活気が溢れる町になってほしいです。
- ②自分のやりたい仕事に就いて、自分の好きなことができるようにしたいです。
- ③中学校に入学し、もう3年が過ぎ、とても早かったです。卒業してもがんばって、自分らしく生活したいです。



しもおか
下岡 ころ

- ①元気で明るく、温かい町であり続けてほしいです。
- ②何事にもポジティブ思考で、自分のやりたいことを見つけることです。
- ③今は、感謝の気持ちでいっぱいです。私は上勝町を誇りに思っています。



ふじた
こうすけ
藤田 康佑

- ①今の姿勢を変えずに、貫いてほしいです。今のような豊かな自然があってこその上勝だと思います。
- ②周りに流されずに、自分を貫いていける人間になりたいです。自分勝手になるのではなく、自分の正義を貫き通したいです。
- ③「もう卒業」ではなく、「まだ卒業」だと思います。人生のピークはこれからだと思うので、これまで以上に頑張っていきたいです。



ひきち
引地 ひかる

- ①上勝町の人は、みんな優しく、自然も美しいので、それを生かして県内外からたくさんの人に来てもらって、人口が増えることです。
- ②専門的なことが学べる高校に進学し、自分に向いている職業を見つけないです。
- ③どんな苦しい時でも、笑っていられるような人間でいたい。今まで、ありがとうございました。



すぎもと
みき
杉本 美樹

- ①上勝町は良い所や美しい所がたくさんあると思うので、それをもっとたくさんの人に伝えて、町がもっと賑わってほしいです。
- ②これからたくさんことを学び、経験して、人の役に立てるような仕事に就きたいです。
- ③中学校生活3年間で地域の方にとってもお世話になりました。皆さんに励まされたこと、喜んでもらったことを胸に頑張りたいです。



よしづみ
ゆうじ
吉積 雄地

- ①今と変わらない町であってほしいです。自然があり、空気がきれいな今と変わらない上勝であってほしいです。
- ②今の自分より、もっとカッコいい自分になりたいです。高校に行っても、自分らしく生きていけるようにしたいです。
- ③まずここまで成長できたのは上勝町の皆さんのおかげです。高校では今以上に成長して、上勝に帰ってこられるように努力します。ありがとうございました。



ふくた
りゅうた
福田 柳大

- ①放置されている土地を、かつてのように実り豊かな自然と人がうま共生できるように、この町をもっともっと元気付けてほしいです。
- ②ずっと笑っていられるような生き方をしたいです。
- ③柳のようにしなやかに、世の中を渡っていけるようにしたいです。そして名前を付けてくれた家族にいつか恩返しをしたいです。



たけなか
あやか
竹中 絢

- ①いつまでも元気で笑顔が溢れ、上勝のきれいな自然を守りぬぎ、明るい町であってほしいです。
- ②ウェディングプランナーになって、人の幸せを祝うことのできる人になりたいです。
- ③今までありがとうございました。この3年間でたくさんことを学び、成長できたと思います。学んだことを生かして高校でも頑張ります。

満百歳おめでとうございます



2月2日、小畑ヨシエさん（傍示）
がめでたく満百歳になられ、入所さ
れている大神子園において、ご親族
や多くの関係者の方々が見守る中、
慶祝訪問を受けられました。
徳島県ならびに上勝町より祝い状
と記念品が贈呈されました。

2月6日、山田牧子さん（正木）
がめでたく満百歳になられ、入所さ
れている健祥会エジンバラにおいて
お誕生日を祝う会が開催されました。
お祝いの会の席上、徳島県ならび
に上勝町より祝い状と記念品が贈呈
されました。



ご家族に囲まれて記念撮影
をする小畑ヨシエさん



記念撮影をする山田牧子さん

（住民課）

鬼は外 福は内

2月3日に上勝町青年会主催
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つ
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！
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。
今年も皆さまにたくさんのお福
が訪れますように。

（上勝町青年会一同）



みんなで仲良く記念写真！



怖かったけど頑張りました！

スポーツ吹き矢体験教室開催！

2月10日、コミュニティセンターにて、スポーツ吹き矢体験教室が開催され、町内から17名の参加がありました。

スポーツ吹き矢とは、5～10m離れた円形のめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。講師には、日本スポーツ吹き矢協会公認指導員の方々に来ていただき、基本動作から、ミニゲーム等体験しました。町内でも、スポーツ吹き矢の普及に努めていきたいと思っていますので、皆さまのご参加をお待ちしております。

(教育委員会)



ミニゲームで優勝した錦内フミ子さん



よく的を狙って～

活動のご報告

皆さまこんにちは。いつも大変お世話になっております。早いもので協力隊の任期も残すところ1年となりました。

近況のご報告をさせていただきますと、1月には日経ソーシャルビジネスコンテストにおけるプレゼンテーションのお手伝いをさせていただきました。テーマが上勝町の彩山とそ

の地域の杉の木を使つての商品開発KINOF（木の布）製品についてでした。2月にはKINOF初めての商品販売展示会、東京青山のスパイラルホールで行われた「ててて見本市」への出展では200以上の中から99ブランドの選定に残ったことから、KINOFの活動は商品の魅力、その背景のストーリー、地域資源を生かしMADE in JAPANである、山を整備循環させる一役を担うことなどが認められたと実感しています。今後も自信を持ってこのプロジェクトを推進していきたいと思っています。

ゆこうに関しては、徳島大学医学部栄養学科の生徒さんや先生、農業

地域おこし協力隊 杉山 久実

機関の方々に収穫や搾汁（手絞り）を体験していただきました。昨年に引き続き勉強会にも参加しています。ゆこうの新しく発見された機能性を生かした商品開発を考えています。

次年度は、協力隊活動最終年となりますが、上勝町の皆さまのお力添えにより、

貴重な情報や体験をさせていただき、活性化のヒントにしていききたいと思ひますので引き続きよろしくお願ひいたします。



「ててて見本市」出展
(東京青山スパイラルホールにて)



徳島大学の学生たちと「ゆこう」収穫・搾汁体験

地域おこし協力隊

「健康の達人」になろう

知って得する健康情報

上勝町診療所所長 幸田朋也

No.250

「便秘」について

便秘とは内科学会の定義によると「3日以上排便がない状態または毎日排便があっても残便感がある状態」となっています。便秘とひとくちに言っても、「便が硬い」「3日ぐらい便が出ていない」「便が出ても残った感じがある」「下剤をつかわないと出ない」など、いろいろな悩みがあります。

【便秘の原因】

便秘の原因としては、腸の動きが低下して便が大腸の中に長時間残るために水分が吸収されて便が硬くなったり、腸が緊張などで狭くなった状態が続く、便が通りにくくなることなどが挙げられます。また、病気が原因で起こることもあり、大腸がんなどの腫瘍、腹部の手術の後に癒着で腸が細くなる腸閉塞によるものや炎症性腸疾患、パーキンソン病や薬の副作用などで腸の動きが悪く



なることによるものもあります。ほかにストレスや旅行先、入院した時など環境の変化でも便秘になることもあります。

【食事習慣の見直し】

便秘になりにくくする、あるいは改善する方法はどうでしょうか。まずは食事習慣の見直しです。1日3回規則正しく食事をとることが重要です。夜遅くに食べたり、朝食を抜いたりすると腸に負担がかかります。動きが悪くなりやすくなります。次に食物繊維や水分をしっかり摂ることです。食物繊維は野菜・果物・海藻類・キノコ類・こんにゃく・豆類に多く

含まれています。1日当たり男性20g以上、女性18g以上といわれています。食物繊維はごぼう1本(180g)に10g、レタス1個(300g)に3g、シイタケ1個(15g)に0.5g、きなこ大さじ1杯に1g含まれています。どれか一つをたくさん食べるのではなくバランスよく食べましょう。

ただ、手術などを受けて腸閉塞(イレウス)を起こしたことのある方は食物繊維について注意が必要で、一度にたくさん摂ると便が詰まってしまい腸閉塞を起こすことがあります。春先の山菜(タケノコ、ワラビなど)や秋冬のキノコ類など、一度にたくさん食べないように気を付けましょう。

水分量ですが、こまめにとることが重要です。食事の時を除いて1時間にコップ半分(100ml)ぐらいを目安にとってください。また、腸内細菌を活発にし、腸の動きを良くするために、発酵食品の納豆やヨーグルトなどを取るように心がけましょう。

【運動】

次に運動ですが、30分程度のウォーキングやお腹をおへそから始めて「の」の字にマッサージするこ

とで腸の動きを刺激して排便がしやすくなります。それから、排便を我慢することをお勧めします。排便を我慢すると便秘になり、排便がしにくくなることもありますが、あまり我慢しすぎないよう心がけましょう。

【トイレの姿勢】

トイレでの姿勢も影響します。和式ですときの姿勢はほぼ理想的な形なのでよくに言及しませんが、洋式です場合は、踵をあげる・両肘は太ももの上に置く・背筋を伸ばして腹筋に力を入れる・前傾姿勢(35度)で排便する、といったポイントもあります。

それでもなかなか出ない場合は、薬も昔からあるものから新しいものも出てきています。診療所などの医療機関でご相談ください。生活習慣を見直し便秘の悩みを解消していきましょう。



こんにちは

保健師です



あなたはぐっすり

眠れていますか？

「睡眠時無呼吸症候群」について

睡眠は日中活動した脳と身体を十分に休息させるためのものです。

そんな睡眠に関わる主な病気には、不眠症、過眠症、概日リズム睡眠障害、睡眠時無呼吸症候群、むずむず脚症候群、うつ病などがあります。

無呼吸症候群とは

睡眠中に無呼吸を繰り返すことで、様々な合併症を起こす病気です。

無呼吸（呼吸が10秒以上止まった状態）が一晚（7

時間の睡眠中に30回以上、もしくは1時間あたり5回以上起こります。

睡眠時無呼吸症候群には大きく分けて2つのタイプがあります。

◎空気の通り道である上気道が物理的に狭くなる閉塞性のもの。
◎脳から呼吸指令が出なくなる中枢性のもの。

どんな場合に起こりやすい？

（※閉塞性タイプの場合）

◎**太り気味** 首やあご周りに脂肪がつき、気道が塞がりやすい。
◎**下あごが小さい、下あごが後方に引っ込んで**

舌根（舌の付け根）で気道が塞がりやすい。

◎**舌が大きい** 舌根が落ち込んだときに気道が塞がりやすい。

◎**タバコや寝る前のお酒** タバコを吸うと喉の粘膜が腫れて気道が狭くなる。また、寝酒をすると気道の筋力が低下し、いびきをかきやすくなる。

いびきのほかにも：
睡眠時無呼吸症候群の症状

いびきに加え、夜間の頻尿、昼間の眠気や倦怠感、起床時の頭痛などがみられます。

そのほか、**高血圧、心臓病、糖尿病、脳卒中**などを合併しやすくなります。

予防のためにできること

◎**肥満のある方は、できるだけ適正体重に近づける**
◎**寝酒の習慣を見直す**

◎**横向きで寝るなど、寝る姿勢の工夫**

◎**「あいうべ体操」で口周りを舌の動きをよくする**
※あいうべ体操のやり方

口を大きく開け、ゆっくりと大げさに「あいうべー」と声を出しながら口を動かし、「べ」のときには舌をできるだけ前方（下方）に突き出します。

睡眠時無呼吸症候群が疑われたら

問診や検査で睡眠中の状態を調べます。睡眠時無呼吸症候群と診断された場合は、CPAP（持続陽圧呼吸）療法や、マウスピースなど自分の状態に合った治療が行われます。

◎**もしかして？**と思ったら、医療機関での相談をおすすめします。上勝町診療所でも睡眠のご相談を受け付けています。

貯筋教室

ゆっくり体をほぐし、無理のない筋トレ体操を行います。運動不足・肩こり・腰痛・膝の痛みのある方は、楽しく体を動かして、筋力をつける貯筋体操をしてみませんか？

日時 **3月27日(水) 14時～16時**
場所 **コミュニティセンター**
講師 **株本泰輔 先生**
参加費 **500円**
持ち物 **タオル・お茶など**



歯の健康相談

歯科衛生士による歯やお口の相談

日時 **3月5日(火)／4月5日(金)**
9時～11時30分

場所 **上勝町診療所**

予約制〈要電話予約〉

お電話にて**上勝町診療所**へご予約をお願いします。在宅でのご相談も受け付けます。
☎ 44-5010 IP 050-3438-7872

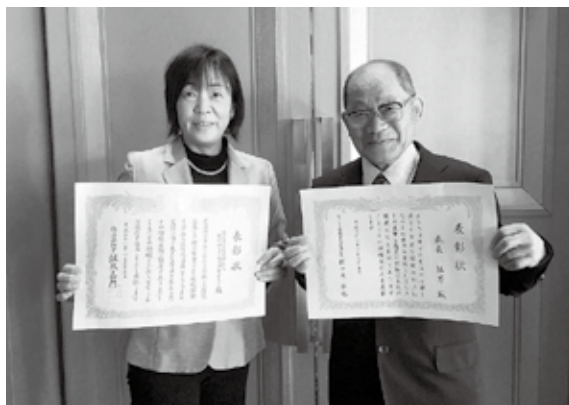
お子様の(赤ちゃんからの)お口の相談も始めました!

◎姿勢が悪い ◎よだれが多い
◎ごはんをよく食べてくれない
◎口呼吸になっている…
など、思い当たることはありますか？できることがあります。ぜひご相談ください。

ゼロ・ウェイスト宣言 2020年達成に向けて

森長猛男さんが「とくしま環境県民会議表彰」を受賞、NPO法人ゼロ・ウェイストアカデミーが「とくしま環境賞」を受賞しました！

1月25日に開催された「地球にいいことはじめよう！エンジョイECOフォーラム」にて、とくしま環境県民会議表彰の表彰授与式が執り行われ、上勝町からは森長猛男さん（生実）が長年のごみステーションでの



表彰を受けた森長さん（右）と、ゼロ・ウェイストアカデミー 佐々木さん（左）

住民への分別啓発や、分別困難な廃棄物についても丁寧に解体・資源化を行うことで、地域のごみ削減および循環型社会の形成に寄与してきたことが評価され、表彰されました。おめでとうございます！

同フォーラムで、平成30年度「とくしま環境賞」の表彰授与式も執り行われ、長年のゼロ・ウェイスト普及啓発活動に対する評価を受けたNPO法人ゼロ・ウェイストアカデミーが表彰されました。

世界経済フォーラム年次総会（ダボス会議）の報告会開催



世界経済フォーラムのオープニング
シユワブ会長と共同議長7名が登壇している様子
（右から3人目 坂野理事長）

NPO法人ゼロ・ウェイストアカデミーの坂野晶理事長が、世界経済フォーラム年次総会（ダボス会議）の共同議長を務めました。世界中から各国各界のリーダーが集まる場での議論や情報について、上勝町の皆さまにも共有すべく、報告会を開催しますので、ぜひお越しください。

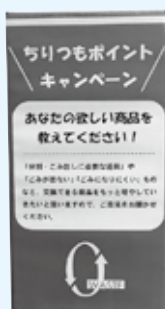
■日時…3月5日（火）18時30分
■場所…カフェ・ポールスター
■参加費…無料（上勝町民に限る）
■お問い合わせ…ゼロ・ウェイストアカデミー ☎44-6080

あなたの欲しい商品を教えてください！

ちりつもポイントと交換できる商品をさらに充実させるべく、皆様のご要望をお聞かせください！

その中から、ごみを分別するための道具や環境に配慮した商品、ごみになりにくい商品かどうかを確認した上で、交換商品に追加する予定です。

記入用紙と箱はごみステーションに置いてあります。ぜひ、ご利用ください。



ちりつもポイントキャンペーン！ 当選者

毎月10名の方に1,000円相当の
町内商品券をプレゼント！
今月の当選番号は！！

132・138・278・
397・402・479・
504・544・599・
659



引換は「ごみステーション」まで

おかえりブロック贈呈式

1月26日、上勝小学校でふれあい学習発表会が開催され、開会式の後、おかえりブロック贈呈式を行いました。

「おかえりブロック」とは、ごみステーションで集めている洗剤やシャンプーなどの詰め替えパウチを、ブ

ロックにリサイクルしたもので、皆さまのご協力により集まったパウチは、平成28年からの3年で約350kgになりました。

そのパウチが1,944個のブロックになって、また町に帰ってきたことから「おかえりブロック」と名付け、遊びを通じてリサイクルを実感してもらえればと、上勝小学校、彩保育園、

上勝あすなろクラブに贈呈されました。

この取り組みは花王株式会社とテラサイクルジャパン合同会社の多大な協力のもと、ゼロ・ウェイストアカデミーが主体、上勝町が後援という形で実現したもので、今後もパウチを回収し、様々な形でのリサイクルを継続していきたいと考えております。

詰め替えパウチを分別する場合は、中身を出し切って、キャップがあればキャップを付けたまま捨てることができるため、パウチの中を洗う必要がなくなる上に、ちりつもポイントも貰えます。

引き続き、ご協力をよろしくお願いいたします。



→ブロックで作ったプレゼントの形のおブジェ

不要になった 建具を募集します！

新ごみステーションを建設する際、町内の資源をできるかぎり再利用し、ゼロ・ウェイストを体現するような建物にしたいと、平成29年2月から建具を募集したところ、皆さまのおかげで400枚以上の窓やドアが集まりました。ありがとうございました。

新ごみステーションの建設も始まり、引き続き不要になった建具を募集しますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

■募集するもの 木の窓枠、アルミサッシ、ドア

※ガラスが割れていても構いません。

■募集期間 平成31年3月～5月末日まで

■受入場所 (仮設) ごみステーション

※持ち込みできない場合は、企画環境課までご連絡ください。引き取りに参ります。



案 内 板

徳島県知事選挙及び 徳島県議会議員一般選挙

4月7日(日)
7時～20時

徳島県知事選挙が3月21日(木)に、徳島県議会議員一般選挙が3月29日(金)に、それぞれ告示され、4月7日(日)に投票が行われます。

候補者の政見を確かめ、よく考えて棄権せずに投票しましょう。

上勝町で投票できる人

●年齢要件

平成13年4月8日以前に出生した人。

●住所要件

徳島県知事選挙においては平成30年12月20日、及び徳島県議会議員一般選挙においては平成30年12月28日以前から引き続き上勝町に住所を有しており、公職選挙法に定められている欠格事項に該当しない人。

期日前投票

投票日当日に仕事や旅行等やむを得ない事情で投票所に行くことができ

ない見込みの方は、期日前投票制度をご利用ください。

※知事選挙と県議会議員選挙とは、期間が異なりますのでご注意ください。

同時に投票できるのは、

3月30日(土)からです。

●期間

・徳島県知事選挙

3月22日(金)から

4月6日(土)まで

・徳島県議会議員一般選挙

3月30日(土)から

4月6日(土)まで

●場所及び時間

上勝町役場本庁応接室
8時30分～20時まで

不在者投票

・病院等での不在者投票

不在者投票のできる指定病院・施設に入院(入所)されている方は院長等に申し出るとその病院等で投票をすることが出来ます。

・郵便等による不在者投票

身体に重度の障害がある方は郵便等によって不在者投票をすることが出来ます。

この不在者投票ができる方は次の方に限ります。

①身体障害者手帳または戦傷病者手帳の交付を受けている方で一定の基準に当てはまる方。

②介護保険の被保険者証に要介護5として記載されている方。

なお、郵便で投票する場合、あらかじめ郵便投票証明書の交付を受けておき、その証明書を添えて投票用紙等の請求を投票日前4日(4月3日(水))までにしなければ

なりません。

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

入場券

徳島県知事選挙にかかる投票入場券については、3月21日(木)以降に発送します。

徳島県議会議員一般選挙にかかる投票入場券については、4月2日前後に、選挙公報と共に送付します。間違いないか早めに確認をお願いします。

入場券をなくされた方でも投票当日、選挙権を有していれば投票することが出来ますので、投票所の受付でその旨申し出てください。

なお、他の市町村へ転出された方については入場券を送付しないこととしております。

県内他市町村へ 転出した人

上勝町の選挙人名簿に登録されていて、県内のほかの市町村に住所を移した方で転入地の選挙人名簿に登録されていない者は、上勝町で投票することが出来ます。(町内での転居は回数に数えません。)

この場合の投票時には、いずれかの市町村が発行する、「引き続き都道府県の区域内に住所を有する旨の証明書」または「住民票の写し」が必要です。その他の事項については4月号広報でお知らせします。



今月の納税

後期高齢者医療保険料 8期分
納期限 平成31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
町県民税 3期分
国民健康保険税 8期分
介護保険料 8期分

納期限は2月28日(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20日(水)に督促状を送付します。早急に納めてください。

英会話 受講料無料

開催日時：毎週火曜日
(3月26日は休講です。)

初級・応用クラス：19時～21時

※初級クラスだけの受講も歓迎いたします！
※両クラスを受講することもできます。

場 所：高鋒公民館

【お問い合わせ】教育委員会

☎ 45-0111 IP 050-3438-7311

心配ごと相談

3月14日(木) 13時30分～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お気軽にご相談ください。

消費生活相談

相談時間：9時～16時

休館日：土日、祝日、年末年始

小松島市消費生活センター

☎ 0885-38-6880 (FAX 兼用)

小松島市横須町2番14 小松島市教育委員会庁舎内

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、相談を受け付けています。障害者手帳の取得、補装具、住宅改修、居宅サービス等どんなことでもお手伝いいたします。お気軽にお電話ください。

廃タイヤ 特定家電製品の回収

7時30分～14時

日比ヶ谷ごみステーション

○廃タイヤ 月～日・1kgごとに100円

○特定家電

テレビ・エアコン・洗濯機・衣類乾燥機・冷蔵庫

平日のみ(休日要事前相談)・有料

IP 050-3438-8110

3月担当医表

上勝町診療所

内科受付 8時30分～11時30分/14時～16時30分

水曜日午後/15時～16時30分

歯科受付 8時30分～11時30分/13時～16時30分

☎ 44-5010

IP 050-3438-7872

FAX 44-5011

		月	火	水	木	金
						1
内科	午 前					診 榎原
	午 後					検 幸田
歯 科						榎原
		4	5	6	7	8
内科	午 前	幸田	幸田	川村 13時～15時休診	幸田	診 榎原
	午 後					検 幸田
歯 科					住吉	榎原
		11	12	13	14	15
内科	午 前	幸田	幸田	川村 13時～15時休診	幸田	診 榎原
	午 後					検 幸田
歯 科					住吉	榎原
		18	19	20	21	22
内科	午 前	幸田	幸田	川村 13時～15時休診	春分の日	診 榎原
	午 後					検 幸田
歯 科						榎原
		25	26	27	28	29
内科	午 前	幸田	幸田	川村 13時～15時休診	幸田	診 榎原
	午 後					検 幸田
歯 科					住吉	榎原

*外来担当医は急患等により変更になることがあります。ご了承ください。

福原診療所

内科受付・診療 13時～14時30分

☎ 46-0302

IP 050-3438-8001

FAX 46-0302

	水	木	金
			1
午 後			幸 田
	6	7	8
午 後	川 村		幸 田
	13	14	15
午 後	川 村		幸 田
	20	21	22
午 後	川 村		幸 田
	27	28	29
午 後	川 村		幸 田

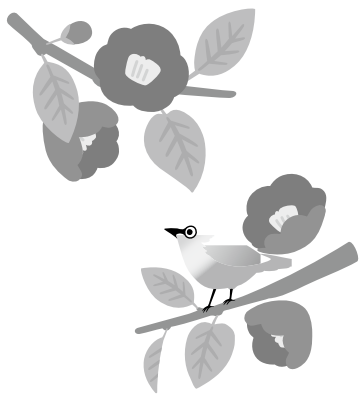
上勝町持続可能な美しいまちづくり 集落再生の取り組みについて

上勝町では、上勝町美しい集落再生プラン支援事業により、名及び集落が実施する課題等の取り組みを支援し、協働して持続可能な美しいまちづくりを推進しています。平成30年度では2月現在、約25の集落において様々な集落再生事業が計画され、主に環境および景観保全のための整備事業が実施されています。町では、各集落が取り組んだ実施事業について、機会あるごとにご紹介してまいります。

今月は、福原名（中山・喰田集落）の取り組みについてご紹介いたします。中山・喰田集落では、古くから集落に自生している椿による地域活性化や経済効果について地域住民が研修等を行うとともに、集落内の支障木を伐採しその跡地等に椿苗木を植栽し景観整備を実施しています。

この度、中山・喰田集落の椿による美しい集落再生事業に関連して、世界の椿の魅力を発信する取り組みとして、徳島県ツバキ協会主催による第6回（2019年）阿波カメリア椿展 in 上勝町 椿展 in 上勝町「世界をいろどる椿の魅力展」が次の要領で4日間開催されます。ご近所・ご家族・ご友人等お誘い合わせの上、ご来場いただきますようご案内いたします。

（企画環境課）



第6回(2019年) 阿波カメリア椿展 in 上勝町 「世界をいろどる椿の魅力展」

開催日: 3月21日(木)～24日(日) 10時～17時(4日間)
会 場: 福原ふれあいセンターおよび月ヶ谷温泉
入場料: 無料

【福原ふれあいセンター: 椿の展示等】

3月21日(木)～24日(日) 10時～17時

- ・椿の花時計
- ・椿のビッグ雛壇飾り、椿の生け花
- ・世界の椿花、変わり葉椿の紹介
- ・椿油のアロマ体験

3月23日(土) 13時

- ・椿の実の搾油実演



【月ヶ谷温泉ムーン: 椿に関する講演】

3月23日(土) 11時

- ・講演「演題: 椿油と森のアロマの魅力」
講師: (株)Renati Tura 代表取締役 徳田 育子 氏

【月ヶ谷温泉レストラン: 定食限定販売】

【温泉玄関前: 椿関連商品販売】

3月21日(木)～24日(日) 10時～17時

- ・椿油を使った天ぷら定食の限定販売や、温泉玄関前のテントにて、椿苗・椿油等の販売を予定しています。椿の魅力を存分にお楽しみください。

主催/徳島県ツバキ協会

共催/中山・喰田集落、月ヶ谷温泉

後援/上勝町、上勝町商工会、平間集落、(株)いろどり、
月ヶ谷温泉村観光協会、阿波勝浦井戸端塾、
(株)Renati Tura

【お問い合わせ】 月ヶ谷温泉（事務局） ☎ 46-0203

平成30年度SDGs 同時解決事業

かみかつ茅葺き学校の取り組み実施中!!

環境省のSDGsを活用した事業に、「かみかつ茅葺き学校」の提案が採択されました。

◆かみかつ茅葺き学校とは

山に生かされる暮らし、山を守る暮らしを次世代につないでいくため、山とともに暮らし知恵や技術、暮らしの中のいろいろな意味合いを学ぶ学校を「茅葺き民家、花野郎」で実施します。

町内のみなさんの手、知恵袋が教材です。ご協力をお願いいたします。昔の古い道具などご提供いただける方がありましたら、ご連絡ください。

◆集落に若者が住むことを目標に

茅葺き学校では、集落に住みたい若者をつくることを目標に、若者が来なくなる企画づくり、若者に届く情報発信をしていきます。

◆茅葺き予備校・茅刈り報告

今年と来年の屋根修復に必要な茅刈り、茅束づくりを行いました。上勝町内外から約60人の方の参加がありました。



茅束運び

◆茅葺き予備校・暮らし体験報告



囲炉裏を囲んで

◆平成31年度

「茅葺き学校」開校に向けて

ここでしかできない暮らしの体験ができるようにプログラムを検討中です!

【お問い合わせ】 特定非営利活動法人 郷の元気 ☎46-0676

かみかつ棚田未来づくりプロジェクト

過疎高齢化がすすむ棚田集落で、交流活動促進による元気な集落の持続や集落居住をめざして、2017年度から2021年度にかけて、八重地・市宇・田野々・檜原地区を中心に8つの取り組みを展開します。

◆ボランティア手帳

「上勝ぼらんくん」が完成!!

2017年度から意見を出し合い、作成に取り掛かっていたボランティア手帳「上勝ぼらんくん」が昨年末完成いたしました。

●ボランティア活動手帳

「上勝ぼらんくん」とは?

上勝町でのボランティア活動の活性化や持続的な地域づくりのためのボランティア活動手帳です。中学生以上のボランティア活動を記録し証明します。



上勝ぼらんくん表紙

●上勝ぼらんくんの使い方

- ①手帳を購入しよう(1冊100円)
※月ヶ谷温泉受付にて販売中
- ②ボランティア情報を入手しよう
- ③ボランティアに申し込もう
- ④ボランティアに参加しよう
- ⑤ボランティア講座を受講しよう
- ⑥必要事項の記入を確認の上、事務局に提出しよう

※上勝中学校生徒の皆さんには、学校にて無料での配布を予定しています。

●運営組織

主催・・・かみかつ棚田

未来づくり協議会

協力・・・かみかつ観光交流協議会

※本事業は、平成30年度農水省農山漁村振興交付金の採択を受け実施しています。

【お問い合わせ】 かみかつ棚田未来づくり協議会事務局(株かみかついっきゅう内) ☎46-0203

ファミリーサポートセンターについて

子育ての援助を受けたい人（依頼会員）と子育ての援助を行いたい人（提供会員）がセンターに会員登録をし、子どものお世話を一時的に有料で援助する会員組織です。

ファミリーサポートセンターは、援助活動に関する会員間の連絡調整を行っているほか、会員に対する講習会や会員同士の交流会を開催しています。

上勝町では、現在2名の提供会員が活動しています。援助を受けたい、援助を行いたい方または詳しい内容を聞きたい方は、下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ】

■公益財団法人 徳島県勤労者福祉ネットワーク

☎ 088-655-2940

■住民課 ☎ 46-0111 IP 050-3438-8071

上勝中学校音楽部 スプリングコンサート の開催

日時: 3月21日(木) 春分の日

10時～11時

場所: 上勝中学校 2階多目的室

上勝町のみなさんに、私たちの音楽を聴いて少しでも楽しんでいただけるよう、日々一生懸命練習しています。

ご近所お誘い合わせの上、お気軽に中学校までお越しください。

お待ちしております。

【お問い合わせ】 上勝中学校

☎ 46-0015 IP 050-3438-7457

救急患者輸送業務輸送員 募集のお知らせ

上勝町では平成31年度に勤務していただける救急患者輸送員を募集します。

■募集人員

上勝町救急患者輸送業務輸送員 1名

■雇用形態

上勝町非常勤職員（嘱託職員）

■雇用期間

平成31年5月以降で採用決定後、着任可能日より平成32年3月31日まで
着任可能日については、事前にご相談ください。基本的には一年ごとの委嘱になりますが、長く勤務していただける方を求めています。

■業務内容

救急患者輸送車の運転や輸送業務などを補助し、救急患者を速やかに医療機関まで搬送します。

■勤務時間

基本的には3日交替による全日制（勤務日と休日が3日交替）です。勤務日には出動要請がある場合に備え、直に出動できるようにしていただく必要があります。（詳しい勤務内容等は上勝町救急患者輸送業務実施要領による。）
出動要請が無い限りは勤務日であっても、自宅等で自由にお過ごしいただけます。

■月額報酬

20万円程度

■保険制度等

健康保険、厚生年金は加入しますが、雇用保険には加入できません。

■応募資格

60歳未満で普通自動車の運転免許を有し、出動要請を受けてから役場本庁まで概ね5分以内に到着できる方。（普通自動車二種免許保有者優遇）

■申込受付期間

平成31年3月1日（金）～

平成31年4月26日（金）

採用者が決まらないときは、再募集する場合があります。

■申込方法

履歴書（写真付）を役場住民課まで郵送してください。折り返し、面接日等についてご連絡します。

■送付先

〒771-4501

徳島県勝浦郡上勝町大字福原字下横峯3番地1
上勝町役場住民課

【お問い合わせ】 住民課 ☎ 46-0111 IP 050-3438-8071

月ヶ谷温泉、町民入浴料改訂について

月ヶ谷温泉よりお知らせ

◆町民入浴料改訂（平成31年4月1日より）（税込料金）

区 分	一般入浴者料金	町民入浴者特別料金
大人(高校生以上)	520円	420円
中学生	420円	320円
小学生	320円	220円
幼児(3歳以上)	220円	120円

お問い合わせ

月ヶ谷温泉 月の宿 ☎ 46-0203

広報2月号に折込しましたとおり、平成31年4月1日より町民平日入浴料無料を廃止し、左記の町民入浴者特別料金で提供させていただくことになりました。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

※町民パスポートをお持ちの方は、町民確認のため、今後ともご持参下さい。裏面のポイント捺印は今後も継続します。
※入浴や飲み物のサービスデーなどは、毎月発行している「月ヶ谷温泉イベントカレンダー」をご確認いただき、ご利用ください。

※ご利用内容により特典があります。

※なお、消費税増税後は後日再調整させていただきます。

上勝町よりお知らせ

現在、上勝町が実施している高齢者等の月ヶ谷温泉無料入浴事業については、土・日・祝祭日等の利用に限っております。

しかし、本年4月1日より、月ヶ谷温泉の町民の皆様に対する平日の入浴料無料サービスが廃止されます。

これに伴い、町実施による高齢者等の無料入浴事業の利用日については、4月1日から曜日等を限定しないことといたしますので、平日等にもご利用ください。

《無料入浴を利用できる方》

- ・満65歳以上の方
- ・身体障害者手帳保持者
- ・療育手帳保持者
- ・精神障害者保健福祉手帳保持者
- ・白ろう病患者として労働基準監督署が認定した方

《利用のしかた》

- ①月ヶ谷温泉受付でお申し出ください。
- ②無料入浴回数 毎月4回まで（ただし、後期高齢者医療の被保険者の方は毎月8回まで）
- ③利用時間 10時～20時（住民課）

平成30年度制作 上勝町移住促進動画放送予定

平成30年度上勝町移住促進動画をケーブルテレビ徳島の自治体放送枠で下記のとおり放送の予定です。移住希望者が感じる上勝町の魅力や、町内での仕事・暮らし・人との関わりをドラマ仕立てで紹介する動画です。ぜひご覧ください。

放送日時 3月29日(金) 8:30、12:30、15:30、19:30、21:30、23:30
3月30日(土) 18:15、23:30

放送：ケーブルテレビ徳島

自治体放送枠「ふるさとふれあいTV」

動画タイトル：上勝町移住促進ドラマ

「上勝パラダイス宣言～これが僕らの生きる道～」

詳細や、撮影の様子は上勝町移住ポータルサイト「上勝パラダイス宣言」ニュースをご覧ください。

<https://kamipara.jp/news/>

※過去の上勝町制作動画・関連動画については、上勝町ホームページでご覧になれます。

<http://www.kamikatsu.jp/docs/2012091300011/>



ハイ、本番です！

撮影の様子

【お問い合わせ】 移住交流支援センター（企画環境課内） ☎ 46-0111

愛犬家の皆さまへ

平成31年度の犬の登録および狂犬病予防注射について、
4月4日(木)～5日(金)に、次のとおり町内を巡回します。

登録料 (新規登録犬のみ) 3,000円

注射料 3,000円 生後91日以上の子犬が対象です。



- 上勝町で登録されている犬の飼い主の方には、3月中に案内はがきをお送りいたします。
(注射の際に必要ですので、**当日必ずはがきをお持ちください**。はがきがない場合、登録内容の確認のため、しばらくお待ちいただくことになります。)
- 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など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。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19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、広報5月号でお知らせします。

▼4月4日(木)

時 間	巡 回 場 所	
9:00 ～ 9:10	福 川	田村商店様横
9:15 ～ 9:30	南 岡①	古請様資材置場前
9:35 ～ 9:40	六十ブ	六十ブ橋
9:50 ～ 9:55	槻 地	会堂前
10:10 ～ 10:15	南 岡②	下岡様宅横
10:25 ～ 10:40	正木平間	役場支所裏
10:55 ～ 11:00	柳 谷	会堂前
12:50 ～ 13:05	下 地	針木様宅前三つ角
13:10 ～ 13:15	中 央	橋詰様宅前四つ角
13:25 ～ 13:30	折 坂	坂野様宅下カーブ
13:35 ～ 13:40	若 生	青黄様宅前
14:00 ～ 14:05	下 平	谷様宅下
14:20 ～ 14:25	傍示日浦	田中様宅横

▼4月5日(金)

時 間	巡 回 場 所	
9:10 ～ 9:15	八重地①	集会所前
9:20 ～ 9:30	八重地②	川口橋
9:40 ～ 9:45	市 宇	市宇詰所上のカーブ
9:55 ～ 10:00	菅 蔵	西浦橋
10:10 ～ 10:25	堂 平	堂平橋(集落センターへの橋)
10:35 ～ 10:40	ながと通り	井上様宅前東
10:50 ～ 11:05	喰 田	森本様宅前
11:10 ～ 11:15	福原平間	亀橋
12:45 ～ 12:55	高 畑	生実分団瀬津詰所前
13:05 ～ 13:10	府 殿	梅塚様宅前
13:25 ～ 13:30	中樫原	松下千江美様宅入口カーブ

お問い合わせ 住民課 ☎ 46-0111

軽自動車、原付等の 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。使用されていない場合でも廃車が済んでいない場合は課税されますので、廃車される方は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。

(税務課)

●廃車についてのおたずねは

軽自動車税	車 種	連 絡 先	郵便番号・所在地・電話番号
	軽自動車 軽二輪(126～250cc)	徳島県 軽自動車協会	〒771-1156 徳島市応神町応神産業団地 1-4 ☎ 088-641-2010
	小型二輪(251cc以上)	徳島運輸支局	〒771-1156 徳島市応神町応神産業団地 1-1 ☎ 050-5540-2074
	原動機付自転車 (125cc以下のオートバイ)	役場税務課	☎ 46-0111 IP 050-3438-8071

住民票の写し等の 事前登録型本人通知制度のご案内

2月1日から、事前登録型本人通知制度を開始しました。

本人通知制度とは、事前に登録された方に対し住民票の写しや戸籍謄本などの証明書を本人の代理人や第三者に交付した場合に、その交付の事実を郵送でお知らせする制度です。この制度は、証明書の不正請求の抑止および不正取得による個人の権利侵害の防止を目的としています。希望される方は事前登録が必要です。

【登録できる方】

- ・上勝町の住民基本台帳に記載されている（いた）方
- ・上勝町の戸籍に記載されている（いた）方

【登録方法】

所定の申請書（町ホームページからもダウンロード可）と、本人確認書類（運転免許証、個人番号カードなど。顔写真がない場合は証明書2点）、認印を持参し、事前登録をしてください。※未成年者や成年被後見人またはやむを得ない理由で申出ができない方は、代理人による申請ができます（代理人であることを確認できる書類や委任状が必要）。町外に住んでいる人や病気などのやむを得ない理由がある方は、郵送で申請することができます。

【通知対象となる証明書】

住民票の写し、住民票記載事項証明書、戸籍の附票の写し、戸籍謄抄本、戸籍記載事項証明書など。

【登録の有効期間】

申請した日の翌日から廃止などの届出があるまで。

【通知される内容】

証明書の交付年月日、交付した証明書の種別、交付通数、交付請求者の種別（本人等の代理人、本人等以外の者）※証明書を取得した個人に関する情報は含まれません。

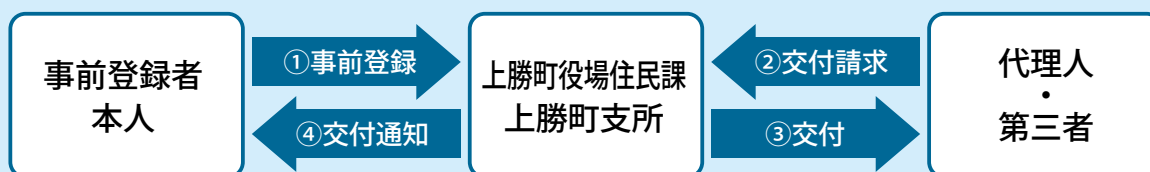
【登録受付場所】

住民課および支所窓口

【注意事項】

- ・世帯全員や同籍者全員の登録を希望する場合は、各自が申請するかそれぞれの委任状を添えて代理人が申請してください。
- ・この制度は、第三者から証明書の請求があった場合にその交付を拒否したり、交付の可否をお問い合わせするものではありません。

【事前登録型本人通知制度のイメージ】



【お問い合わせ】 住民課 ☎ 46-0111 IP 050-3438-8071

平成30年度 国民健康保険税は納付いただけましたか

平成30年度の国民健康保険税の納期限が終わりましたが、一部未納の方が見受けられます。

3月末には新しい国民健康保険被保険者証を送付しますが、未納の方には送付できない場合があります。未納の方は、**早急に納付してください。**

国民健康保険加入・脱退の届出は14日以内に

他の市区町村への転出や転入をしたとき、また、職場の社会保険に加入したときや脱退したときには、お住まいの市区町村へ届出が必要となります。なお、国民健康保険加入・脱退の届出には、世帯主の個人番号（マイナンバー）カード、もしくは通知カードの提示が必要となります。（通知カード持参の場合は、本人確認書類（運転免許証等）も必要です。）

必ず14日以内に、届出をしてください。

（税務課）



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：応相談

会 場：高鉾公民館

相談員：

かみかつQぴっとサポーター 2 名

【お問い合わせ】

かみかつQぴっと事務局（教育委員会内）

☎ 45-0111 IP 050-3438-7311

Eメール

kyoiku_1@kamikatsu.i-tokushima.jp

※秘密および個人情報は固く守られます。

相談のご希望がありましたら、
事前に事務局にご連絡ください。

町外在住の方へ 【広報かみかつ】を 送付いたします

■町外在住の親類、ご友人の方に

広報かみかつを有料（年間 2,000 円）にて
お送りします。

ご希望がございましたら、下記①、②を企画
環境課へご連絡ください。

①送り先の方の住所・お名前・連絡先

②送料をご負担される方の住所・お名前・連
絡先（送付開始から 1 年経過後、送付の継
続をご希望されるかどうか確認の文書と納
付書を送付いたします。）

■町外在住（上勝町出身）の 22 歳以下の方で、

広報かみかつの購読をご希望の方には、
無料で送付いたします。

ご希望の方は、企画環境課へご連絡ください。

☎46-0111 IP 050-3438-8071

第 9 回 リハ教室のご案内

農作業や家事からくる
身体の不調に悩んでいる方へ

地域おこし協力隊があなた
の身体の悩みに合ったリハ
ビリやマッサージを行います。
お気軽にご参加ください。



■日時・場所：午前の部 10 時～12 時
午後の部 13 時～15 時

3 月 2 日(土) 高鉾公民館

9 日(土) 傍示定住センター

16 日(土) 福原ふれあいセンター

23 日(土) コミュニティセンター

30 日(土) 旭基幹集落センター

■料金：無料 ■服装：動きやすいもの

■お一人ずつ対応させていただきます

※時間外の相談も受け付けますので、
ご連絡ください。

【お問い合わせ】

地域おこし協力隊 宮繁岳大（理学療法士）

☎ 090-5714-7096（宮繁）



Y O G A



ヨガとはサンスクリット語で繋がりを意味し、
心と体、魂が繋がっている状態をいいます。

日頃、ストレスと緊張で張り詰めた心と
身体をヨガと一緒に
緩めましょう。身体
の固い方、初心者、
大歓迎です。



Canada Queen's University

日 時：3 月 6 日(水)・27 日(水) 19 時～20 時

場 所：福原ふれあいセンター和室

参加費：500 円（チャイ付き）

持ち物：バスタオル、ヨガマット（お持ちの方）

服 装：動き易く身体をしめつけないもの

いりどり幸染め・さをり織りの
出張講師もお受けしています。
お気軽にお声かけください。

【お問い合わせ】 地域おこし協力隊 前野るり
携帯電話 ☎080-9444-1717



メールアカウント新規取得者さま及びメールアカウント継続利用者さまの新メールアドレスの取得方法等について

勝浦町・上勝町インターネット及びケーブルテレビサービスについて、「テレビトクシマ加入申込書兼NTTビジネスソリューションズ㈱解約申込書」の返送にご協力いただき、ありがとうございます。

3月上旬より新メールアドレス(@kkcatv.jp)の取得が可能になります。取得にかかる書類を3月上旬にお客さまに発送しますので、記載内容に従いメールアドレス取得の手続きをお願いいたします。

●新メールアドレスの取得について

■メールアカウント新規取得者さま

3月上旬頃に発送予定の「テレビトクシマ・マイページ」ログイン用のIDとパスワードで下記URLもしくはQRコードよりログインしていただき、画面に沿ってメールアドレスの新規登録を行ってください。

※登録の際には現在ご利用いただけるメールアドレスが必要です。

「@gmail.com」など「@quolia.ne.jp」以外のメールアドレスでも可能です。

テレビトクシマ・マイページアドレス <https://mypage.tcn.jp/cttportal/>



登録が完了しましたら、「@kkcatv.jp」でのメールをご利用いただけますので、お客さまにてメールの設定をお願いいたします。主要なメールソフトの設定方法については、当社ホームページに掲載いたします。また、設定についてのサポートも行いますので**メール移行専用窓口 ☎088-635-8569 (月～日 9:00～19:00) にお問い合わせください。**

■メールアカウント継続利用者さま

2月15日までにメールアカウント継続の予約をされたお客さまは、3月上旬に登録完了のご案内が届きます。メール設定(設定変更)を行っていただき、ご利用ください。また、設定についてのサポートも行いますので**メール移行専用窓口 ☎088-635-8569 (月～日 9:00～19:00) にお問い合わせください。**

●移行スケジュール(メールサービス・ホームページサービス)

ドメイン	3 月	4 月	5 月	6 月
quolia.ne.jp	NTT ビジネスソリューションズ	残置期間（6 月末まで転送設定可能）		
kkcatv.jp	ケーブルテレビ徳島 マイページでメールアカウント取得後ご利用いただけます。			

●お問い合わせ先の変更について

2019年4月1日(月)から、お申し込み、変更等の手続きのお問い合わせ先が下記のとおり変更となります。

お問い合わせ先	2019年3月31日(日)まで	2019年4月1日(月)以降
	地域情報センタ ☎0120-960-138	ケーブルテレビ徳島株式会社 ☎088-655-4000

※新規ご契約の手続きについては、2019年3月1日(金)サービス開始のお客さまから、お申し込み先がケーブルテレビ徳島㈱に変更となります。

○ご注意

「テレビトクシマ加入申込書兼NTTビジネスソリューションズ㈱解約申込書」をまだ返送していただいていないお客さまは、早急にご返送をお願いします。

※ご返送いただけない場合は、「テレビ・IP電話・インターネット」がご利用できなくなることもありますので、ご注意ください。

ご不明な点がございましたら、ケーブルテレビ徳島㈱までお問い合わせください。

【お問い合わせ】ケーブルテレビ徳島㈱ ☎088-655-4000 平日9:00～17:30 土曜日9:00～17:00(日祝日除く)

町営住宅入居者募集

募集物件

入居にあたっては、地域の自治組織に加入できる方に限ります。

住宅名	構造・階数	部屋番号	対象世帯	間取り	家賃	住 所
●単独住宅 町内の各産業に就労する後継者及び指導者又は、町外から転入し町内の各産業に就労する後継者、指導者であること						
川北 C 棟	コンクリートブロック 2 階建	C-1 号室	単身・世帯	3 K	10,500 円 (共益費含む)	福原字川北 58 番地 1
		C-4 号室			13,500 円 (共益費含む)	
旭 B 棟	コンクリートブロック 平屋建	B-4 号室	単身	1 K	7,200 円 (共益費含む)	旭字中村 104 番地 1
●複合住宅 上勝町に移住・定住を希望する者であること						
傍示複合	鉄筋コンクリート 3 階建	103 号室	世帯	3 DK	35,500 円 (共益費含む)	傍示字下地 69 番地
		302 号室			37,500 円 (共益費含む)	
●公営住宅 上勝町内に住所又は勤務場所を有する者であること（ただし、一定の所得を超える場合は申込みできません）						
福川	木造・2 階建	C-1 号室	世帯	3 LDK	所得に応じて変動 (共益費なし)	正木字前田 36 番地 1
喰田	木造・2 階建	1-1 号室	世帯	3 LDK	所得に応じて変動 (共益費なし)	福原字栩ヶ谷 81 番地

※一定の所得：所得月額が158,000円以下 (高齢者世帯、障がい者世帯及び小学校就学前世帯は214,000円)
所得月額とは、本人及び同居者の合計所得金額から諸控除額を差し引いて12ヶ月で割った金額

●入居申込資格

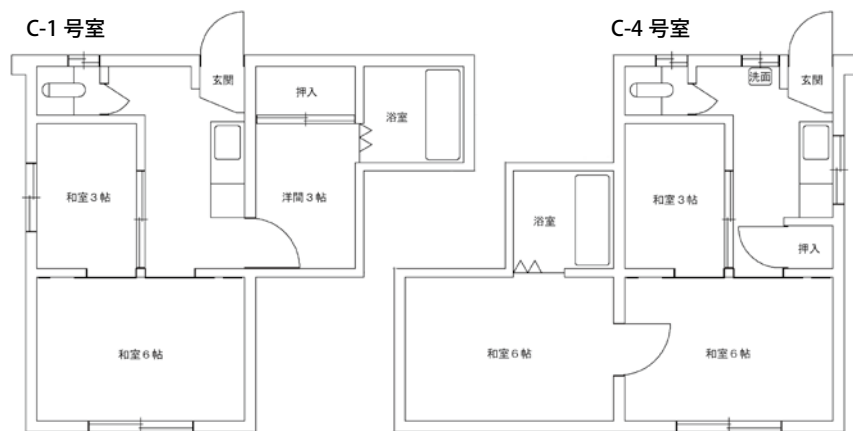
- (1) 世帯部屋は同居する親族 (内縁関係にある方及び婚約者を含む) がいること。
- (2) 町に定住し、地域発展に貢献できる若い者であること。
- (3) 現に住宅に困窮していること。
- (4) 申込者及び同居する親族が、暴力団員でないこと。
- (5) 申込者及び同居する親族が、国税・地方税の滞納をしていないこと。

●全戸共通

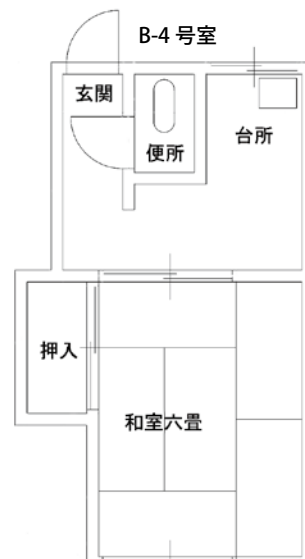
- 入居申込受付期間 3月5日(火) ～ 3月20日(水)
単独・複合住宅で受付期間内に申込みがなかった場合は、随時受付となります。
公営住宅で受付期間内に申込みがなかった場合は、再度広報にて募集を行います。
- 申込方法
建設課又は支所にある申込用紙に記入の上、申込者及び連帯保証人の所得証明及び納税証明書と合わせて申込みください。
公営住宅につきましては、上記の内容と異なりますので、お問い合わせ下さい。
なお、連帯保証人は保証能力があり、かつ国税・地方税の滞納がない方を選任して下さい。
- 注意事項
 - ①町営住宅では犬猫等のペットの飼育は禁止しております。
 - ②入居の際には、敷金 (家賃+共益費の3ヶ月分) が必要です。
 - ③その他、必要な設備については各戸で異なりますので、詳細はお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ】 建設課 ☎ 46-0111 IP050-3438-8071

町単独住宅



川北住宅 C 棟 単身・世帯用



旭住宅 単身用

町複合住宅



傍示複合住宅 世帯用

103 号室 ※奇数号室は左右逆の間取りです

1-1 号室 1 階



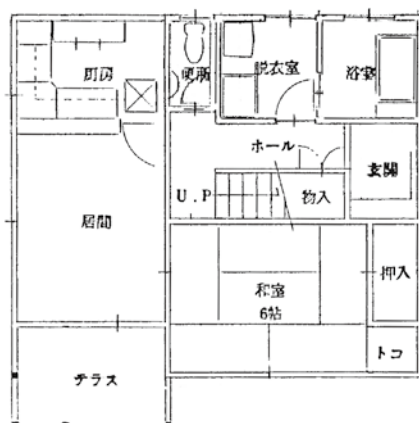
1-1 号室 2 階



喰田住宅 世帯用

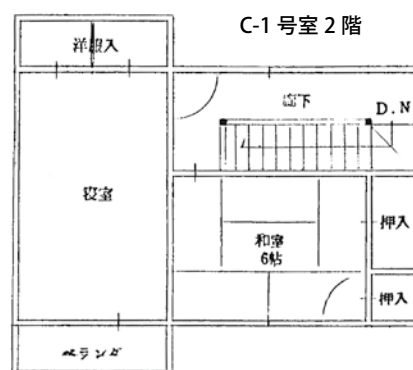
公営住宅

C-1 号室 1 階



福川住宅 世帯用

C-1 号室 2 階





あなたも「防災士」の資格をとってみませんか？

～ 徳島県地域防災推進員養成研修～

徳島県では、地域の防災活動に行政と協働して取り組む意欲のある方々に防災に関する実践的な知識や技能を習得していただき、地域防災力向上に向けた取組み等を積極的に推進できる防災リーダーを養成することを目的として、国立大学法人徳島大学と連携して次の研修を実施します。また、研修終了者は、特定非営利活動法人日本防災士機構が実施する「防災士資格取得試験」の受験資格を得ることができます。この機会に、ぜひ防災士の資格をとってみませんか？ お申込みは、下記担当まで。

1 研修内容

次の2つの講座のうちいずれか1つを受講していただきます。

①長期講座（徳島県地域防災推進員養成研修）

2019年度徳島大学教養科目「防災・減災基礎」を受講します。

(1)日程 日数…16日間(4月10・17・24日、5月8・15・22・29日、6月5・12・19・26日、7月3・10・17・24・31日)

時間… 各日 16時20分～17時50分

(カリキュラムの内容は、下記担当までお問い合わせ下さい。)

(2)会場 徳島大学教養教育5号館 302/303教室 他

②短期講座（徳島県地域防災推進員養成研修）

(1)日程 日数…7日間(6月29・30日、7月6・13・14・20・27日) 予備日を含む

時間… 各日9時30分～17時

(カリキュラムの内容は、下記担当までお問い合わせ下さい。)

(2)会場 次の3つの会場のうちいずれか1会場で受講していただきます。

会場①：徳島大学教養教育5号館 302/303 教室

会場②：徳島県南部総合県民局美波庁舎（会場①での講義をインターネット中継により受講）

会場③：徳島県立西部防災館（会場①での講義をインターネット中継により受講）

2 受講対象者

①長期講座

- ・地域の防災活動に行政と協働して取り組む意欲があり、当研修の全日程を受講できる方で、各市町村長から推薦された方

②短期講座

- ・地域の防災活動に行政と協働して取り組む意欲があり、当研修の全日程を受講できる方で、各市町村長から推薦された方
- ・県防災人材育成センターが別途実施する一般公募申込者（先着順）

※過去に徳島県地域防災推進員養成研修を修了した方は、長期講座・短期講座の受講はできません。

3 費用

(1)受講料 無料

(2)教本代 テキスト代(3,500円)が必要です。※受講者は、必ずテキストを購入してください。

(3)駐車場 会場①徳島大学の駐車場は利用できませんので、公共交通機関または近隣の有料駐車場のご利用をお願いします。

会場②及び会場③は無料で駐車場の利用ができます。

4 防災士取得試験（希望者のみ）

本研修の修了者は、日本防災士機構が実施する防災士資格取得試験の受験資格を得ることができます。

※防災士取得試験受験料 3,000円及び防災士登録料 5,000円が別途必要です。

5 募集締め切り

①長期講座・・・3月 8日(金)

②短期講座・・・3月29日(金)

【申込み・お問い合わせ】 総務課 防災担当 ☎ 46-0111

3月は自殺対策強化月間です

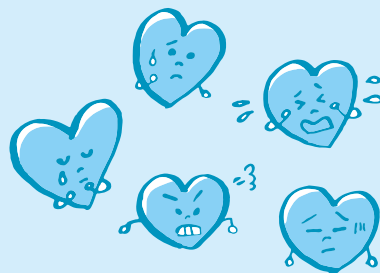
最近の自殺をめぐる厳しい情勢を踏まえ、様々な悩みや問題を抱えた人々に届く「当事者本位」の施策の展開ができるよう、政府全体の意識を改革し、一丸となって自殺対策の緊急的な強化を図るため、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と決めました。

平成30年、年間の累計自殺者数は、全国で20,598人となり、前年と比較すると723人減少しました。徳島県は、89人で、前年と比較すると34人減少しました。

しかしながら、依然として20,000人を超える多くの方々が自ら尊い命を絶たれており、そして多くの自死遺族の方々が悲しみの中にいることなどから、今後も中長期的に自殺対策予防に取り組む必要があります。

★予防のためには

- ① 頑張りすぎない
- ② 自分ひとりで抱え込まない
- ③ 自分に合った生活リズムを守る
- ④ 生活の変化（季節や家庭環境、仕事など）に気を付ける
- ⑤ 周りに相談する



少しでも気になることがありましたら、気軽にご相談ください。

【お問い合わせ】

○社会福祉法人 徳島県自殺予防協会

☎ 088-623-0444（24時間受付中）

〈HP〉 <http://www.inochinokibou.or.jp>

○とくしま自殺予防センター

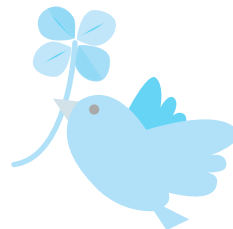
☎ 088-602-8911 9:00 ~ 16:00

（土日・祝日・年末年始を除く、来所相談は予約制）

〈HP〉 <http://www.pref.tokushima.jp/jisatsuyobou>

○住民課

☎ 46-0111 IP 050-3438-8071



お子さまの教育資金を「国の教育ローン」 (日本政策金融公庫) がサポート!

「国の教育ローン」は、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。

■ご融資額……お子さま1人につき350万円以内

■金利……年1.78%

※母子家庭の方などは年1.38%
(平成30年11月12日現在)

■ご返済期間……15年以内

※母子家庭の方などは18年以内

■HP……「国の教育ローン」で検索

【お問い合わせ】 教育ローンコールセンター

☎ 0570-008656 (ナビダイヤル) または

☎ 03-5321-8656

県からの お知らせ

3月のテーマは「火災予防」です。

ご家庭に消火器はありますか? 火災報知器を備え付けていますか?

付けていても正常に作動するかどうか定期的な確認を行いましょ。

事業所では、消火器だけでなく、ビルの非常口、非常階段も点検しましょ。



多重債務でお悩みの方に

四国財務局には、借金を抱え悩んでおられる方々のための「相談窓口」がございます。

一人で悩まず、ご相談下さい。必要に応じて、弁護士・司法書士などの法律専門家への引継ぎも行っております。

相談方法: 相談は無料です。まずお電話下さい。

こちらから電話をかけ直しいたします。

連絡先: 四国財務局 多重債務者相談窓口

☎ 087-811-7801 (直通)

FAX 087-823-2025

住所: 高松市サンポート3番33号 高松サンポート合同庁舎(南館)

〈受付時間〉

月曜日～金曜日

(祝日および
12/29～1/3を除く)

9時～12時

13時～17時



JICA 海外協力隊募集

～いつか世界を変える力になる～

独立行政法人国際協力機構(以下、「JICA」)は、従来の「JICAボランティア」という総称を改め、下記の要領で「JICA海外協力隊」の2019年度春募集を行います。世界約70ヶ国・1000を超える仕事、今必要とされています。あなたの技術・経験を開発途上国で生かしてみませんか? 現地の人々と協働しながら、人づくり、国づくりに協力します。

なお、ボランティア制度が大きく変更されましたので、詳しくはウェブ上でご確認ください。

◇応募期間

2019年4月3日(水)正午まで

*原則ウェブ応募となります。

◇応募資格

- 生年月日が、1949年4月5日～1999年9月2日の方
- 希望可能な一般案件の制限
生年月日が1973年4月5日以降の方は、全ての一般案件が対象ですが、それ以前の方は一部の一般案件のみが対象となります。
- いずれも、日本国籍を持っていることが前提となります。

*詳しくはJICA海外協力隊ウェブサイト参照ください。

<https://www.jica.go.jp/volunteer/index.html>

【お問い合わせ】

- JICA海外協力隊募集事務局

☎ 03-6734-1242

- JICA四国

☎ 087-821-8825

まるごとかみかつ案内所イベントカレンダー！

町内の
イベントが
一目で
わかる

3月 2019 March

イベント
アイコン
一覧

子ども向け

エンター
テインメント

スポーツ

生活

観光

グルメ

お祭り

アート

町外出店

セミナー教室

移住希望者向け

総合

体験

第9回 リハ教室 (詳細はP.18)

3月 2日(土) 高鉾公民館

9日(土) 傍示定住センター

16日(土) 福原ふれあいセンター

23日(土) コミュニティセンター

30日(土) 旭基幹集落センター

午前の部 10:00~12:00

午後の部 13:00~15:00

お問い合わせ: ☎090-5714-7096

(地域おこし協力隊 宮繁)

★世界経済フォーラム年次総会 (ダボス会議) 報告会 (詳細はP.8)

3月5日(火) 18:30~

場 所: カフェ・ポールスター

参加費: 無料(上勝町民に限る)

お問い合わせ: ☎44-6080

(ゼロ・ウェイストアカデミー)

英会話教室 (詳細はP.11)

3月5日(火)・12日(火)・19日(火)

19:00~21:00

場 所: 高鉾公民館

お問い合わせ: ☎45-0111(教育委員会)

ヨガ教室 (詳細はP.18)

3月6日(水)・27日(水) 19:00~20:00

場所: 福原ふれあいセンター和室

お問い合わせ: ☎080-9444-1717

(地域おこし協力隊 前野るり)

★上勝中学校音楽部スプリングコンサート

(詳細はP.14)

3月21日(木・春分の日) 10:00~11:00

場 所: 上勝中学校2階 多目的室

お問い合わせ: ☎46-0015(上勝中学校)

★第6回(2019年)阿波カメリア椿展 in上勝町

(詳細はP.12)

3月21日(木)~24日(日) 10:00~17:00

場 所: 福原ふれあいセンター、月ヶ谷温泉

入 場: 無料

イベント: ○椿の実の搾油実演(3月23日(土)13時~)

○講演(演題: 椿油と森のアロマの魅力)

(3月23日(土)11時~)

場所: 月ヶ谷温泉ムーン

講師: ㈱Renati Tura 代表取締役

徳田 育子 氏

○椿油のアロマ体験、世界の椿花、

椿の生け花 等

お問い合わせ: ☎46-0203 月ヶ谷温泉(事務局)

★平成30年度制作 上勝町移住促進動画放送

(詳細はP.15) (予定)

3月29日(金)

8:30 12:30 15:30 19:30 21:30 23:30

3月30日(土) 18:15 23:30

放 送: ケーブルテレビ徳島

自治体放送枠「ふるさとふれあいTV」

お問い合わせ: ☎46-0111

移住交流支援センター(企画環境課内)

まるごとかみかつ案内所

上勝町
観光案内
アプリ

イベントは、時間や内容が変更される場合がありますので、各イベント
お問い合わせ先にご確認ください。
事業所のみならず、広報紙で紹介したいイベントの情報がありましたら前月10日ま
でにアプリに書き込んでください。
イベントを紹介したいけど書き込み方がよくわからない方は企画環境課広報担当、
または産業課観光担当までご連絡ください。 ☎ 46-0111 IP 050-3438-8071

料金などのイベント詳細は『まるかみ』をご覧ください

無料!

ダウンロードは
こちら

web 版 URL
<http://kamikatsu.guide>

まるかみ

検索

アップストア、
Google Play で検索

iphone・Android

QRコードからも
ダウンロードできます。



アプリのお問い合わせは ☎ 46-0111 上勝町役場企画環境課 制作: 上勝開拓団



こんなに大きくなりました（1年生）



すてきレンジャー（2年生）



ニュース「カミカル」（4年生）

1/26 ふれあい学習発表会 （上勝小学校）



合唱（全校児童）

1/31 移住プロモーション動画撮影 （役場本庁にて）



（左より）音声さん 監督 カメラマンさん

フォトスケッチ

町内の様子



本番前の入念な打ち合わせ

小松島警察署 福原駐在所だより

「振り込め詐欺の新たな手口」の発生について

この度、他県において「一般社団法人全国銀行協会」を騙ってキャッシュカード等を送付させる新たな振り込め詐欺が発生しました。

郵送された封書には、

1. 「元号改元による銀行法改正について」と題する資料
2. 「キャッシュカード変更申込書」
3. 「返信用封筒（82円切手貼付）」

の3点が同封されており、金融機関、口座番号、暗証番号等を記載させた申込書およびキャッシュカードを郵送させる手口となります。

今後、「一般社団法人全国銀行協会」を騙ってキャッシュカード等を送付させる「新たな振り込め詐欺」の被害が徳島県でも予想されますので、十分に気をつけてください。



宅配事業者を装う
ショートメッセージに
ご注意!!

現在、宅配事業者の案内を装うショートメッセージを送る事案が発生しています。

もし、身に覚えのないショートメッセージを受信した場合は、リンクをクリックせず、また、表示されている電話番号に電話をかけないように、ご注意ください。

小松島警察署 ☎0885-32-0110
福原駐在所 ☎46-0024

国税専門官募集

○受験資格

(1) 平成元年4月2日～平成10年4月1日生まれの者

(2) 平成10年4月2日以降生まれの者で、次に掲げる者

① 大学を卒業した者及び平成32年3月までに大学を卒業する見込みの者

② 人事院が①に掲げる者と同等の資格があるとする者

○受験申込受付期間

平成31年3月29日（金）午前9時～

4月10日（水）〔受信有効〕

原則として、インターネット申込みをご利用ください。インターネット申込専用アドレス

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>

なお、インターネット申込みができない場合は、高松国税局総務部人事第二課試験研修係までお問い合わせください。

☎087-831-3111 内線245

○採用予定数

別途、人事院ホームページに掲載します。

○お問い合わせ

徳島税務署総務課

☎088-622-4131

町民の詩歌

俳句

胸を張り春風受けてスタートに
連山を駆けぬけて行き春しぐれ
春風にさそわれしまま歩をのばす
あくせくす日々のくらしに春の色
風邪気味に薬味具はる根深汁
温室の蘭束ねて売らる道の駅
活け終えて一つそえたい福寿草
金色の雲浮かびたる初日かな
あきもせず酒が葉や山笑う
降る雪に思い出される櫓の音
山宿のもてなし炭火がんと
柔らかき囲炉裏の暖を囲みをり
美しき日々の記憶や梅二輪

恭子 ヤスエ 美代子 米子 妙 枇呂 千恵 あつ子 弘子 一休 公次 朱音 周泉

短歌

花もようぬくいふとんにねかされて娘の真心が身にしみる朝
朝まだき稜線染めて明けてゆく干芋作りにいそしむ朝
旧正に鳴門の神社へ向かう道みずとりの浮く川面に見入る
思いがけぬ車窓いづばい今宵の月あかあか燃えてスーパームーンなる
平成も最後となるや如月の新の年号待つも楽しき
ほかほかの御飯に味噌汁湯気の中香りたつ茶に嫁の気頂く
鶯の初音ききしと言いい合ひぬ夕べの雨のやみたる朝
新玉の歳を乗せたる宝船平成丸は船出してゆく

節子 ヨリ子 恵子 茂美 米子 あや子 たみ江 恵美子



上勝の宝もの!



た だ と も か
多田 灯花ちゃん 1歳2ヶ月

雅史さん } 次女(写真左) 姉 朱里ちゃん 3歳(写真右)
典子さん }



可愛く元気に育ってね!
(両親より)

上勝町大字福原

編集後記



取材で、上勝小学校の「ふれあい学習発表会」に伺いました。
このような機会でもなければ学校に伺うことがなかったので、初
めて見る児童の皆さんの劇・発表・合唱は、とても完成度の高い
もので感動しました。当日は、今シーズン一番の大雪で、体育館
の中はストーブが何台か用意されているものの、足元からじわじ
わと冷えが上ってくるような寒い日でしたが、皆さん元気いっば
いの発表を見せてくれました。最後に6年生から葉わさびとゆこ
うで作ったクッキーが配られ、私にも持ってきてくれました。あ
りがとう、美味しかったです!

(T・A)

戸籍の窓口

平成31年2月1日現在

人 口	1,546 人	△1
男	738 人	0
女	808 人	△1
世帯数	783 戸	△2

	世帯数	
正木	519 人 (3)	242 戸 (1)
傍示	250 人 (△1)	126 戸 (△2)
福原	225 人 (△4)	118 戸 (△2)
生実	244 人 (2)	132 戸 (2)
旭	308 人 (△1)	165 戸 (△1)

○ 高齢化率52.01%

つつしんでご冥福をお祈りいたします

[傍示] 松下 高雄さん	91 歳
[旭] 清井 豊枝さん	82 歳

平成31年 1月の視察来町者数

10 件 78 名

ありがとうございました 彩保育園

浦田 恵子さん(相生町)	生花
安堵 美代恵さん(傍示)	生花
片山 将夫さん(正木)	お菓子
大森 秀尊さん(慈眼寺)(正木)	お菓子・飲料
関 笑子さん(旭)	果物
市宇棚田保全よろず会(旭)	果物

夜間救急当番

下記の医療機関へ事前に連絡をお願いします。

国民健康保険上勝町診療所

夜間・休日は休診となりますが、電話での相談は可能です。

☎ 44-5010

国民健康保険勝浦病院

必ず事前に連絡をお願いします。

☎ 42-2555
IP 050-3438-7441

救急車の要請

上勝町役場へ連絡をお願いします。

☎ 46-0111
IP 050-3438-8071

かみかつさんぽ No.33

文・写真 杉本勇二(地域おこし協力隊)



「またお逢いできることを楽しみに。」

「犬もあるけば棒に当たると申しますが、移住者の私が上勝を三歩あるくと驚きに当たります。散歩でもするように上勝の町を取材して、上勝の三宝(良い所・良い人・良い味)を紹介して行きたいと思います。」と2016年7月に書きはじめました。それから、「かみかつさんぽ」というコラムを、毎月広報に掲載していただきました。今回で33回目。これで最終回となります。

夏に書きはじめ、秋になり、冬を過ぎて、春を迎えました。これを3年間。よく書くことがあったなと思われるかもしれませんが、ほんとに毎日が驚きの連続でした。33回。毎回、良い所・良い人・良い味に出逢うことができた喜んでおります。誠にありがとうございました。



大好きな冬のブナの森

2016年1月5日に上勝町にやってきて、2016年3月23日に家族を呼び寄せました。2016年4月1日から、地域おこし協力隊として、地域活性の仕事に携わらせていただいています。2019年4月1日からは、ひとりの上勝人として、地域活性の仕事に取り



大好きな上勝の酒の粕汁

組んでまいります。何卒これからもよろしくお願いいたします。

平成31年3月 日程

14 日(木)	正木地区
15 日(金)	生実、傍示地区
18 日(月)	八重地、市宇、福原地区
19 日(火)	田野々地区

一般廃棄物運搬支援事業

こんな時はご連絡をお願いします。

- 当日不在
- ごみがない
- 粗大ごみがある

【連絡先】

企画環境課 ☎ 46-0111
IP 050-3438-8071

(新規申請は住民課まで)

インターネット及びCATV・IP電話サービス

お問い合わせ窓口 故障・入会・各種変更など

故障かな? ...と思ったら下記までお問い合わせください。

問い合わせ先 / 地域情報センタ

TEL 0120-960-138
IP 050-3438-9877

受付時間

平 日 9:00 ~ 20:00
土 曜 日 9:00 ~ 19:00
日 曜 祝 日 9:00 ~ 17:00

