

かみかつ

No.617
2022
月号



藤川分団 操法大会優勝

もくじ

移住交流支援センターだより ほか	2
「健康の達人」になろう	3
こんにちはは保健師です	4
ゼロ・ウェイスト宣言	5

案内版	6~15
町民の詩歌 ほか	16
戸籍の窓口 ほか	17
ようこそ上勝へ ほか	18

～移住交流支援センター(企画環境課)だより～

『上勝町空き家バンク』登録にご協力をお願いします!

移住希望者・町内勤務者の住まいの不足が深刻です。現在は移住相談があっても町営住宅(単身棟)や空き家が不足しているため、ご案内できない状況となっています。また、ペットを飼うことが可能な空き家を希望される方も増えています。空き家登録をしていただいた物件は、移住を希望されている方等に賃貸・売却の情報提供をしています。住む人がいなくなった家は老朽化が早く、数年放置すればすぐ人が住めない状態になります。そうなる前に、住まいを必要としている方々にご提供いただけませんか。状態が良い物件ほど借手、買手が見つかりやすくなります。まずは登録して、家財道具の整理から始めてみませんか?空き家整理費や改修補助金もありますので、お気軽にご相談ください。



安田

移住相談件数 4月:3件 5月:5件 6月:10件

(主な相談内容)

- ・お試し暮らしシェアハウスを利用したい。移住後には家庭菜園程度の畑がほしいので農地や畑つきの物件があれば見たい。
- ・市内との二拠点生活を希望。犬・猫と一緒に暮らせる空き家を探しているがあるか。
- ・移住先として上勝町を検討している。シェアハウスの利用申し込みについて、農業体験について、移住されている人の体験談を聞きたい、インターネットの通信状況、町の人の干渉具合等はどうか。
- ・1～2年後に移住を考えている。資金はどのくらい必要か。

お試し暮らし体験:シェアハウス利用者数(インターン生は除く) 4月～6月 2件

アルバイトの募集はありませんか?

梅雨が明け、農作業も本格的に忙しい季節となってきているのではないのでしょうか。移住ポータルサイト「上勝パラダイス宣言」にて、求人情報を掲載しています。求人情報を元に仕事を探されている方へ情報提供をさせていただきます。事業所や農業関連等での人材募集、人手が足りない時期だけの季節アルバイト(個人農家への晩茶摘み、草刈り等)の情報をいただければ、ご紹介させていただきます。お気軽にご連絡ください。

【お問い合わせ】企画環境課 移住コーディネーター:安田(専任集落支援員)

移住担当:松岡、横田

☎:46-0111 IP:050-3438-8071 E-mail:iju@kamikatsu.i-tokushima.jp

上勝町移住ポータルサイト「上勝パラダイス宣言」<https://kamipara.jp/>



【カミパラQRコード】

①村の彩 ②村の空・山・海
③村の実りの四季 ④村の祭りや伝統 ⑤村の建造物自慢

《対象地》 連合加盟町村
《テーマ》

写真部門と動画部門の共通要項です。
【概要】
「日本で最も美しい村」連合は、小さくても素晴らしい地域資源や、美しい景観を持つ村の存続、それぞれの村が自立を目指すための運動をしています。失った二度と取り戻せない日本の農山漁村の景観と文化、日本の原風景を皆さんの写真や動画の力で後世に残しませんか。

日本で最も美しい村 「フォト&動画コンテスト2022」

2022年度
「日本で最も美しい村」連合定期総会出席

6月29日(水)から7月1日(金)の3日間、秋田県小坂町において、2022年度「日本で最も美しい村」連合定期総会が開催されました。小坂町は絶景の名所、十和田湖に面した自然豊かな町で、かつては日本の鉱山として栄え、今は製錬と農業、観光の町としてにぎわう、人口4,800人の町です。定期総会では、全国の加

盟町村から約170名が参加し、昨年度の活動報告と今年度の活動予定の共有のほか、小坂町の歴史や伝統文化について視察を通して学び、また加盟町村同士で、町の魅力や課題について情報交換を行いました。引き続き「美しい町づくり」を進めてまいりますので、ご理解とご協力をどうぞよろしくお願い申し上げます。

⑥村と食 ⑦村と人 ⑧自由
⑨ロマンティックな村
《募集期間》
2022年7月1日(金)～
2022年11月30日(水)
《各賞》
グランプリ(5万円分の商品券)、特賞(2万円分の商品券)、入選(1万円分の商品券)、ロマンティック賞(加盟町村特産品)
その他詳細はQRコードからご確認ください。



「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.291

肩こり

今回は「肩こり」についてです。

肩こりは、日本人が日常で自覚している症状で女性1位、男性2位の症状です。多くの方が悩んでいることと思います。頭の重さは5〜6kgあります。そんな重い頭を首から肩の骨格や筋肉で支えています。筋肉が弱つてくると無理に力がかかり、こりや痛みがでてきます。単に肩こりといってもいろいろ原因があり、中でも「同じ姿勢」「眼精疲労」「運動不足」「ストレス」が4大原因といわれています。

近年、パソコンやスマホの普及により、また新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、リモートで仕事をする機会が増えているため、今までよりもパソコンやスマホの長時間使用による肩こりが増えているのではないかと考えられます。パソコンやスマホの使用は「同じ姿勢」と「眼精疲労」を引き起こします。パソコ



ンやスマホの操作、読書、手仕事（いりどりなど）をする時、多くの方は首を少し前に突き出す姿勢になってしまします。また両肩を少し前にすぼめる姿勢にもなりがちです。こうした姿勢を続けていると、首から肩の筋肉が緊張した状態が続き、血流が悪くなり肩こりを起こしやすくなります。さらに細かい文字などを見続けると、目やその周囲の筋肉が緊張し、それと同時に首や肩も緊張します。特にパソコンやスマホの場合、光源を見つめているのと同じなので目が常に緊張を強いられ、まばたきの回数が減ります（通常毎分15〜20回程度。パソコンスマホの作業中は毎分1〜2回に減少）。そのためド

ライアイを起こしやすく、眼精疲労へつながります。

【同じ姿勢】

予防策としてはまず「同じ姿勢」を続けないようにし、こまめに首や肩の緊張をほぐすことです。作業の合間に首をゆっくり後ろにそらしてみてください。このとき首筋や肩が堅い、あるいは少し痛いと感じたらすでに肩こりが始まっています。首や肩をゆっくり回して筋肉の緊張をほぐしましょう。1時間に1度は立ち上がり、手を上に伸ばしてブルブルと振る、軽い屈伸などを行い、全身の血流を促しましょう。

【眼精疲労】

「眼精疲労」の予防は時々目を休ませることが大切です。目薬をさすだけでなく1〜2分間目を閉じて休ませてください。そのときに指でこめかみあたりを優しくなでるように円を描きながらマッサージすると効果的です。仕事などで目を閉じることができない場合は窓の外など遠くを眺めるだけでも目の緊張がほぐれます。また、わざとまばたきを多くすることで目の乾燥を軽くすることもできます。

【運動不足】

肩こりの予防のための「運動不足」

については筋肉に強い負荷をかけるよりも、筋肉を動かすことに意味があります。ハードなトレーニングより散歩やラジオ体操などの軽めの運動がおすすめです。それが難しいければ、浅い屈伸運動や歩くときに手をいつもより少し大きく振る、屈伸運動の時に両手を上や前、横に伸ばすなどの方法でも肩の筋肉をほぐすことができます。

【ストレス】

「ストレス」による肩こりは運動でもストレス解消ができることがあります。例えば運動に取り組み時に目標（タイムを縮める、体重を減らすなど）を決める、グッズ（運動着、靴など）を選ぶといった楽しみを増やすことでストレス解消につながります。

生活様式の変化や新型コロナウイルス感染症の流行下で何かとストレスが増えやすい環境ですので、うまく息抜きと運動を取り入れて肩こりの少ない生活にしていきましょう。





こんにちは

保健師です



8月10日は「健康ハートの日」 心臓病予防について考えよう

昭和60年に日本心臓財団は、高齢化が進むにつれて増える心臓病に対応するには、国民の予防意識の向上が不可欠であると考え、8月10日がハートと読み取れることから、覚えやすいように語呂合わせでこの日を『健康ハートの日』と定めました。

心臓病は上勝町においても、死亡の40%を占めており、健康課題の一つとなっております。

心臓病の原因は？

心臓病の原因として、高血圧や高血糖、脂質異常症等を背景とする動脈硬化が挙げられます。実際、心臓病を起こした人を見てみると、半数以上の人が基礎疾患に、高血圧、糖尿病、脂質異常症を抱えていました。

次の症状があったらすぐに受診を

- ・胸の中央部を中心に、突然焼けつくような激しい痛みが起こり、安静にしていても30分以上続く
- ・肩や背中、首などに痛みが現れることがある

- ・持続的な胸痛とともに、動悸、息切れ、冷や汗、脱力感、不安感などがみられる
- ・嘔吐や呼吸困難、失神
- ・前触れとして、狭心症の症状(数分間の胸部の痛みや重苦しさ)がある

※人によっては痛みがはっきりしなかったり、症状が軽いこともあり、自覚症状の強さと病気の重症度は必ずしも一致するとは限りません。そのため、「このくらい大丈夫」「朝まで様子をみよう」と我慢するのは禁物です。

こまめな水分摂取で

夏の心筋梗塞を防ごう

夏季に起こる心筋梗塞は、発汗・脱水を契機にして発症することが少なくないことから、比較的年齢の若い人(50歳未満)にも発症しやすいことが特徴です。炎天下での活動やスポーツの前後に限らず、屋内でも意識して水分摂取を心がけましょう。

予防の基本は生活習慣の改善です

季節にかかわらず心筋梗塞の危険因子は、喫煙習慣や肥満、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病と知られています。

禁煙や塩分、糖分、脂肪分を控えたバランスのよい食事、適度な運動などが予防の基本です。

また、自分の健康状態の確認のため、年に1度は健診を受けましょう。具体的な予防のポイントは個人ごとに異なりますので、ご相談がありましたら、役場保健師までお気軽にご連絡ください。

女性のがん検診のお知らせ

。子宮がん検診

日にち 9月8日(木)

受付 13時～15時

対象 20～89歳で昨年検診を受けていない方

負担金 600円

。乳がん・骨X線検診

日にち 9月30日(金)

受付 9時～15時

対象 40～89歳で昨年検診を受けていない方

負担金 乳がん 1000円
骨X線 500円

【場所】 福原ふれあいセンター

【申し込み・お問い合わせ】

対象者の皆様にご案内いたしますので、8月17日(水)までにお申し込み下さい。



歯の健康相談

歯科衛生士による歯やお口の相談

日時 8月3日(水) / 9月6日(火) 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

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

「腰が痛い!楽になる方法ないかな?」
「最近筋力が落ちてきた気がする。どうにかしたい!」
「家で運動の習慣なんて簡単じゃない!」

そんな方は

株ちゃん先生の貯筋教室へ

筋トレプラス脳トレまでできちゃう、月1の魅力的な2時間です。

★教室前に筋肉量測定を始めました!

- 日 時: 8月24日(水)14時～16時
- 今月の会場: 旭基幹集落センター
- 講師: 株本泰輔先生
- 参加費: 500円
- 持ち物: マスク・タオル・飲み物など



令和2年度

一般廃棄物処理実態調査の結果をお知らせします。

リサイクル率 上勝町は全国2位

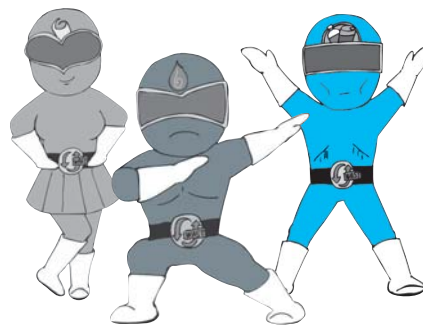
令和元年度	全国平均	1位 鹿児島県 大崎町	2位 徳島県 上勝町	3位 北海道 豊浦町
	19.6%	82.6%	80.8%	76.4%
令和2年度	全国平均	1位 鹿児島県 大崎町	2位 徳島県 上勝町	3位 北海道 豊浦町
	20.0%	83.1%	81.0%	74.3%

1人1日当たりのごみ排出量

年度	全国平均	上勝町
令和元年度	918g	539g
令和2年度	901g	539g

1年間のごみ排出量

年度	焼却・埋立	リサイクル資源
令和元年度	58 t	244 t
令和2年度	56 t	238 t



ごみゼロ戦隊ブンベツジャー

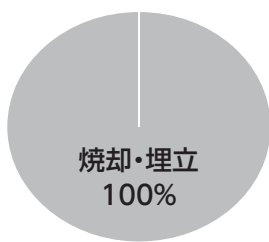
約80%の高いリサイクル率を維持できているのも、みんなの協力のおかげだ！
日々の積み重ねに感謝！！



2030年達成に向けて
ゼロ・ウェイスト宣言

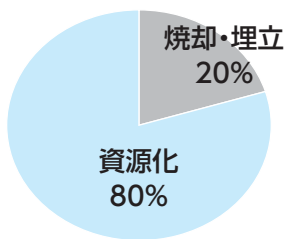
もし、全部焼却・埋立したら...

1,691万円



資源化する...

842万円



差額 849万円

令和2年度に上勝町から出たごみの量は294tでした。
これを全く分別せずに、すべて焼却・埋立処分する場合は、分別資源化した場合の処理費用は左表のとおりです。その差はなんと849万円！
皆さんの分別への協力のおかげで、上勝町は約80%のリサイクル率を達成しており、ごみを焼くためだけにこれだけの費用をかけるに済み、その分、別の行政サービスや事業などを実施することができています。

ちりつもポイントキャンペーン当選者

毎月8名の方に3,000円相当の町内商品券をプレゼント！
今月の当選番号は！！

253・328・588・668
675・698・761・820

引換は「ゴミステーション」まで



お問い合わせ ◆企画環境課 ☎46-0111 IP050-3438-8071

◆ゼロ・ウェイストセンター ☎080-2989-1533

◆ゴミステーション IP050-3438-8110

児童扶養手当現況届は8月中に!

児童扶養手当を受給されている方が、引き続き児童扶養手当を受けるためには、児童の状況等を確認するため、8月1日現在の現況届を提出しなければなりません。

該当の方には現況届の用紙を送付しますので、8月31日(水)までに役場住民課へご提出ください。

現況届を提出されないと11月以降の手当が受けられなくなることがありますので、必ずご提出ください。



■児童扶養手当とは

父母の離婚などで父または母と生計を同じくしていない児童を監護・養育している方に支給されるものです。
 なお、児童扶養手当の支給は、監護・養育されている児童が18歳に達した年度末（政令で定める障がいのある児童の場合は20歳）までです。

■児童扶養手当の額（令和4年4月1日現在）

児童数	手 当 月 額	
	全部支給の方	一部支給の方
1人のとき	43,070円	43,060円～10,160円
2人のとき	10,170円加算	10,160円～5,090円加算
3人以上のとき	1人につき6,100円加算	1人につき6,090円～3,050円加算

※手当を受ける資格のある方及びその方と生計を同じくする扶養義務者に一定以上の所得がある場合には、手当額の一部又は全部の支給が停止されます。

■所得制限限度額表（平成30年8月1日以降）

扶養親族等の数	本 人		孤児等の養育者、配偶者、扶養義務者の所得制限限度額
	全部支給の所得制限限度額	一部支給の所得制限限度額	
0人	49万円	192万円	236万円
1人	87万円	230万円	274万円
2人	125万円	268万円	312万円
3人	163万円	306万円	350万円

【お問い合わせ】住民課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071



すま第19-138号

令和4年度自衛官採用試験案内

	【自衛官候補生】 部隊を支える若い力	【一般曹候補生】 部隊の中核を担う スペシャリスト	【航空学生】 大空を舞台に活躍する パイロット
応募資格	18歳以上33歳未満の男女		空：高卒、21歳未満の男女 海：高卒、23歳未満の男女
受付期間	9月27日まで	9月5日まで	9月8日まで
試験日	10月2日～4日の 3日間の内1日	1次試験 9月16～17日の 2日間の内1日	1次試験 9月19日

詳しくは、自衛隊徳島地方協力本部 阿南地域事務所（☎0884-22-6981）へお問合せください。
 なお、事前に予約していただければ土日祝日も、説明対応いたします。

今月の納税

後期高齢者医療保険料 1期分
介護保険料 2期分
国民健康保険税 2期分
固定資産税 2期分
納期限 令和4年8月31日(水)

督促状の出るもの

介護保険料 1期分
国民健康保険税 1期分

納期限は8月1日(月)でしたが、まだ未納の方が見受けられます。未納者には、8月19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 受講料無料

開催日時 毎週火曜日
(8月中は休講です。9月6日から再開します)
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。
※短時間の受講も可能です。

場所：高鉾公民館

【お問い合わせ】教育委員会
☎45-0111 IP 050-3438-7311

心配ごと相談

8月18日(木) 13時30分～16時30分
高鉾公民館

人権・行政・厚生・福祉、家庭内や近隣との悩み事などなんでもお気軽にご相談ください。心配ごと相談の日以外のご相談は上勝町社会福祉協議会まで。
☎46-0919 IP 050-3438-7660

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

障がい児者生活支援相談

一般・特定・障がい児者相談支援事業 せなん
☎ 0884-42-0999

障がい児者の支援、相談を受け付けています。障がい者手帳の取得、補装具、住宅改修、障がい福祉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。

有料ごみの回収

(廃タイヤ・廃消火器・特定家電)

月～金 7時30分～14時
土・日 7時30分～15時30分
ゼロ・ウェイストセンター
○廃タイヤ…1kgまでごとに100円
○廃消火器(20型以下)
…リサイクルマーク 有→無料
無→550円
○特定家電(テレビ・エアコン・洗濯機・衣類乾燥機・冷蔵庫)
…リサイクル料金と運搬手数料
IP 050-3438-8110

8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 ☎ 44-5010
水曜日午後/15時～16時30分 IP 050-3438-7872
歯科受付 8時30分～11時30分/13時～16時30分 FAX 44-5011

		月	火	水	木	金
		1	2	3	4	5
内科	午前	幸田	幸田	山本 13時～15時休診	幸田	診：榎原 検：幸田
	午後					榎原
歯科					住吉	
		8	9	10	11	12
内科	午前	幸田	幸田	山本 13時～15時休診	山の日	診：榎原 検：幸田
	午後					榎原
歯科						
		15	16	17	18	19
内科	午前	幸田	幸田	山本 13時～15時休診	幸田	診：榎原 検：幸田
	午後					榎原
歯科					住吉	
		22	23	24	25	26
内科	午前	幸田	幸田	山本 13時～15時休診	幸田	診：榎原 検：幸田
	午後					榎原
歯科					住吉	
		29	30	31		
内科	午前	幸田	幸田	山本 13時～15時休診		
	午後					
歯科						

※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。

発熱などがある場合の受診について(発熱外来)

発熱や咳など風邪症状がみられる場合の受診は、他の患者さまと接触しないよう、診察時間を次のとおり設定していますので、ご理解・ご協力をお願いします。
○発熱外来診察時間…月曜日～金曜日 各日 11時～12時
※上記の診察時間外でも可能な限り対応しますので、まずはお電話をお願いします。

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
		3	4	5
午後	山本			幸田
		10	11	12
午後	山本	山の日		幸田
		17	18	19
午後	山本			幸田
		24	25	26
午後	山本			幸田
		31		
午後	山本			

新型コロナウイルス感染症の影響により 収入が減少している方へ

令和3年1月以降に収入が減少した場合、引き続き令和4年度（令和4年7月から令和5年6月まで）も国民年金保険料の臨時特例免除を希望される方は、再度申請が必要となりますので、忘れずに申請をお願いいたします。



～国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ～ 国民年金保険料の追納をおすすめします！

免除または納付猶予の承認を受けた期間がある場合は、保険料を全額納付したときに比べ、将来受け取る年金額が少なくなります。

将来受け取る年金額を補うために、10年以内であれば、後から保険料を納めることができます。

申請方法や申請書等は、日本年金機構のホームページ（<https://www.nenkin.go.jp/>）に掲載しております。

【お問い合わせ】 住民課 ☎ 46-0111 徳島南年金事務所 ☎ 088-652-1511

ジェネリック医薬品による自己負担額軽減のお知らせを発送します

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

徳島県後期高齢者医療広域連合では、現在処方されている新薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担額がどれくらい軽減できるのか、その一例をお知らせする通知を令和4年9月下旬に送付します。

通知の対象者は、本年5月に医療機関で処方された新薬を、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に自己負担額が大きく軽減される方です。

なお、全てのお薬にジェネリック医薬品があるとは限りませんので、利用を希望される場合は、医師や薬剤師にご相談ください。

【お問い合わせ】 徳島県後期高齢者医療広域連合事務局事業課 ☎088-677-3666

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

徳島地方法務局と徳島県人権擁護委員連合会では、学校等における「いじめ」、「体罰」や家庭内における児童虐待など、子どもの人権問題解消に向けて開設している「子どもの人権110番」電話相談について、下記のとおり強化週間を実施します。期間中は相談時間を延長するとともに、土・日も電話相談をお受けします。通話料無料で相談できますので、いじめなどに限らず学校や家庭、友達関係の悩みごとなど、何でも御相談ください。

実施期間 令和4年8月26日(金)から9月1日(木)までの7日間

受付時間 午前8時30分から午後7時まで ただし、土曜日・日曜日は午前10時から午後5時まで
※強化週間以外の日は平日の午前8時30分から午後5時15分まで

開設場所 徳島地方法務局人権擁護課（土・日は高松法務局人権擁護部）

その他 相談は無料、秘密は厳守します。

【お問い合わせ】 ☎0120(007)110 ※フリーダイヤル(通話料無料)
※IP電話からは接続できません。

旧J A福原集出荷所に有料貸事務所 「上勝町福原貸事務所」の利用者募集

本年9月から利用開始する「上勝町福原貸事務所」の利用者を募集します。

当施設は、産業振興や就労人口の増加を図るため、旧J A福原集出荷所に整備された有料の貸事務所です。

事務所として貸出しをする部屋は全部で7室。そのほかに、利用者の皆さんが共同で使用できる会議室や給湯室も備えています。

地域活性化のため活動中の方はもちろん、これから活動したいという意欲をお持ちの方もどうぞ、ご応募ください。

なお、利用者の決定の際には、活動計画や収支見込みの審査を実施します。

●**利用できる方** 地域産業の活性化に向けて活動する法人・その他の団体や事業を営む個人

●**所在地** 勝浦郡上勝町大字福原字川北100番1

貸出対象	面積	月額使用料
事務室(1)~(5)	17.1㎡	31,000円
事務室(A)	40.6㎡	62,000円
事務室(B)	64.1㎡	45,000円

※上記月額使用料は、電気代、水道代、共益費を含む。

●**申込み** 8月26日(金)までに産業課へ郵送又は持参によりお申込みください。

●**利用者の決定** 9月中旬を予定。施設への入居は、入居決定後手続きが終了次第、順次入居できます。

※締め切り後、空室がある場合は、改めて広報誌等で募集します。

●**応募書類** 利用申請書、活動計画書、納税証明書など。

詳しくは、町ホームページや、役場産業課で配布する募集要領をご覧ください。

地域の活性化にご活用ください



上勝町持続化給付金の申請はお済みですか？

個人事業者の受付は8月31日(水)までです。

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた事業者を対象に、上勝町独自の支援策として、持続化給付金の申請を6月より受付しております。内容は次のとおりです。詳細は産業課までお問い合わせください。
なお、この給付金は収入とみなされ課税対象となります。



- 1. 対象者** 上勝町に住民登録がある個人、または上勝町に事務所を置く法人
- 2. 受付期間** 個人：令和4年6月1日～令和4年8月31日
法人：令和4年6月1日～令和5年2月28日
- 3. 給付金の計算方法** 次のパターンを比較し、年間事業収入が30%以上減少している場合は給付対象になります。ただし、減少額が法人40万円未満、個人20万円未満は対象外となります。
①『令和3年分の事業収入』と『令和2年分の事業収入』
②『令和3年分の事業収入』と『令和元年分の事業収入』
・給付額の算出では、対象とした年間事業収入の減少割合(%)と減少額に応じて算出します。(小数点以下は切捨)、(千円未満は切捨)
【注意】・持続化給付金(国及び県、町)は、事業収入から除きます。
・時短要請の協力金は事業収入に含みます。(法人のみ)
- 4. 給付限度額** 個人：20万円 法人：40万円
- 5. 申請方法** 産業課へ次の必要書類等をご持参のうえ、手続きを行ってください。三密を避けるため予約制としますので、事前に産業課までご連絡ください。申請は1回限りです。
- 6. 必要書類等**
 - ・本人確認書類(免許証、保険証、マイナンバーカードなど)
 - ・事業収入のわかる書類は、下記のとおりです。(役場でコピーします)
 - ・個人：関係年分の事業収入わかる収支内訳表(白色申告)もしくは決算書(青色申告)など
※持続化給付金を受給しているが、上記の書類で受給額がわからない時は、わかる書類(通帳等)を準備してください。
 - ・法人：関係年分の売上高がわかる損益計算書と営業外収益(持続化給付金、時短要請時の協力金)がわかる雑益、雑損失等の内訳書など
 - ・通帳(振込先口座)
 - ・印鑑(シャチハタは不可)
 - ・来庁時に交付申請書と請求書にご記入・押印をいただきます。

【提出先・お問い合わせ】産業課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071

8月は「電気使用安全月間」です

夏は水を使う機会が多いうえに、暑さで汗をかきやすくなるため感電事故が多く発生しています。ぬれた手でプラグやスイッチをさわると感電するおそれがあります。



電気安全のご相談は、お気軽に下記までご連絡ください。

一般財団法人
四国電気保安協会
徳島支部 徳島南事業所 ☎0884-22-8177

マイナンバーカード未取得の方への QRコード付き交付申請書の送付について

マイナンバーカードをまだお持ちでない方^(※1)に、7月下旬から9月上旬にかけて、オンライン申請用QRコード付きマイナンバーカード交付申請書が順次送付されます。

この申請書は、国と地方公共団体が共同で運営する「地方公共団体情報システム機構」(J-LIS)から送付されます。

スマートフォン等で申請書のQRコードを読み取ることで、簡単に申請ができます。郵送での申請も可能です。

最大2万円分のポイントがもらえるマイナポイントの申込にはマイナンバーカードが必要です。

マイナポイントの対象となるマイナンバーカードの申請期限は9月末までですので、早めの申請がおすすめです。

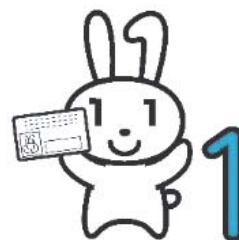
住民課では、マイナンバーカード交付申請補助、マイナポイント申込補助を実施しております。

この機会にぜひマイナンバーカードを取得してください。

※1 以下のような方には、交付申請書は送付されません。

- (1) 75歳以上の方で、令和2年度または令和3年度に後期高齢者医療広域連合からマイナンバーカード交付申請書が送付されている方
- (2) 令和4年1月1日以降に出生または国外から転入されている方
(出生または転入時に地方公共団体情報システム機構(J-LIS)から、個人番号通知書等と一緒に交付申請書が送付されています。)
- (3) 在留期間の定めのある外国人住民の方
(地方出入国在留管理局でマイナンバーカードの交付申請などについてお知らせをしています。)
- (4) 配偶者からの暴力(DV)、ストーカー行為等、児童虐待及びこれらに準ずる行為の被害者として、住民票の住所と異なる居所情報を登録している方

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



マイナンバーPRキャラクター
「マイナちゃん」

トライアル介護職員募集

住み慣れた地域の介護施設で
働いてみませんか?まずは2ヶ月間の
トライアル雇用からスタート!

介護施設において、介護業務を行う職員を募集します。短時間勤務・無資格・未経験でも可。

- 対象/原則60歳未満の方
- モデル期間/雇用開始日から2ヶ月間
(施設と相談後、継続雇用あり)
- 時給/850円~1,000円
仕事内容により変動します。
(期間終了後継続雇用となった場合、各施設の賃金体系に基づき支給)

～近隣のモデル施設～

- 特別養護老人ホーム 健祥会ピーター
住所: 上勝町大字正木字西浦25番地
☎0885-45-0772
- 養護老人ホーム 健祥会エジンバラ
住所: 上勝町大字正木字西浦25番地3
☎0885-45-0811



HPIはコチラ

参加方法等は、徳島県社会福祉協議会HPをご覧ください。お問い合わせください。

【お問い合わせ】
徳島県社会福祉協議会 ☎088-625-2040

8月10日(水)

Jアラートの 全国一斉情報伝達 試験を実施します



国から住民へ地震・津波や武力攻撃等の緊急情報を伝達するJアラート(全国瞬時警報システム)の全国一斉情報伝達試験(内閣府)が実施されます。これに伴い、上勝町でも防災行政無線(屋外スピーカー)を通じて試験放送が流れます。

～全国一斉情報伝達試験(内閣府)～

- 試験日時 8月10日(水)
午前11時ごろに実施します。
- 放送内容 「これは、Jアラートのテストです。」
(3回くりかえし)
※町内に設置してある防災行政無線から、一斉に放送されます。

【注意事項】

当日の災害発生状況、気象状況により中止になる場合があります。実際の災害等とお間違えのないようご注意ください。

【お問い合わせ】
総務課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071



令和4年度 徳島県警察職員募集案内

1. 警察官

試験名	警察官B(男性)	警察官B(女性)
受験資格 ※年齢は令和5年4月1日現在	平成4年4月2日(30歳)から平成17年4月1日(18歳)までに生まれた者。ただし、四年制大学等を卒業した者または令和5年3月31日までに卒業する見込みの者を除く。	
採用予定数	20名程度	9名程度
身体基準	身長:なし 体重:なし 視力:両眼とも、裸眼視力が0.6以上または共生視力が1.0以上であること。 色覚:警察官としての職務執行に支障が無いこと。	
試験案内配布開始	7月1日(金)	
受付期間	8月4日(木)～8月25日(木)	
試験日	10月16日(日)	
1次試験会場	徳島大学総合科学部(常三島キャンパス)	
試験内容	教養試験、身体・体力試験	

2. 警察事務

試験名	高等学校卒業程度	試験案内配布開始	7月1日(金)
受験資格 ※年齢は令和5年4月1日現在	平成13年4月2日(21歳)から平成17年4月1日(18歳)までに生まれた者。ただし、四年制大学等を卒業した者または令和5年3月31日までに卒業する見込みの者を除く。	受付期間	8月4日(木)～8月22日(月)
採用予定数	6名程度	1次試験 試験日	9月25日(日)
		1次試験 会場	徳島大学総合科学部(常三島キャンパス)
1次試験 試験内容	教養試験		

※受験資格、日程、試験内容等詳細については、試験案内で確認してください。

3. その他

採用は原則として令和5年4月1日以降です。

4. お問い合わせ先

徳島県人事委員会事務局 ☎088-621-3212(直通)

徳島県警察本部警務部警務課人事係 ☎088-621-2953(直通) ☎088-622-3101(代表)

小松島警察署 ☎0885-32-0110

福原駐在所

☎46-0024

海上保安庁職員募集

(採用試験のご案内)

海上保安大学校学生採用試験
— 高等学校卒業程度 —

●受付期間

令和4年8月25日(木)9:00～
9月5日(月)

※申し込みはインターネットにより行ってください。詳細は下記の「徳島海上保安部HP」よりご確認をお願いいたします。

<https://www.kaiho.mlit.go.jp/05kanku/tokushima/>

【お問い合わせ】

徳島海上保安部 管理課
☎0885-33-2246



あなた自身が作成された遺言書を 法務局が保管します (自筆証書遺言書保管制度)

あなたの大切な
遺言書を守ります



法務局では、自筆の遺言書を保管するサービスを行っています。法務局に遺言書を預けていただくことにより、大切な遺言書の紛失や改ざんを防止することができます。大切な財産をご家族等に確実に託す方法の一つとして、本制度をご利用ください。

保管申請手数料は、3,900円です。家庭裁判所での検認が不要となります。手続には予約が必要です。

遺言書保管申請の方法については、徳島地方法務局ホームページを御確認いただくか、徳島地方法務局供託課までお問合せください。

【徳島地方法務局ホームページ】

https://houmukyoku.moj.go.jp/tokushima/page000001_00065.html

【お問合せ先】

徳島地方法務局供託課 ☎088-622-4867



8月

2022 August

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♪



親子で初めての 火おこし・焚火体験

8月6日(土) 10:00~12:00

折込のチラシをご参照ください。

場 所:千年の森ふれあい館
定 員:10名(先着順)
参加費:500円
お問い合わせ:☎44-6680
千年の森ふれあい館



なすび寿司を作ろう!

8月9日(火) 10:00~13:00

折込のチラシをご参照ください。

場 所:ひだまり(無料送迎あり)
参加費:500円
定 員:6名
お問い合わせ:☎050-3438-9545
ひだまり



やってみよう川遊び!

8月21日(日) 10:00~12:00

折込のチラシをご参照ください。

場 所:町内の川
参加費:1家族500円*要申込
お問い合わせ:あえるば上勝事務局
aelva.kamikatsu@gmail.com



ブナ林をシカから守るぞ!②

8月28日(日) 9:30~15:30

折込のチラシをご参照ください。

集 合:高丸山現地駐車場
定 員:20名(先着順)
参加費:500円
お問い合わせ:☎44-6680
千年の森ふれあい館



正しい姿勢で 若返り教室!

8月30日(火) 14:00~16:00

折込のチラシをご参照ください。

場 所:ひだまり(無料送迎あり)
参加費:無料
定 員:6名
講 師:宮繁岳大 先生
お問い合わせ:☎050-3438-9545
ひだまり

イベント
アイコン

セミナー教室

子ども向け

行事は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期、中止にな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。

令和4年度 職業訓練指導員試験 受験案内 (徳島県)

1. 対象職種

- (1) 学科試験 (関連学科及び指導方法) を実施する職種:配管科
- (2) 学科試験のうち指導方法のみを実施する職種:配管科以外の職種

2. 試験日時及び場所

日時:令和4年8月7日(日)
午前9時20分から

場所:徳島市南末広町23-64
徳島県立中央テクノスクール

3. お問い合わせ

詳細については下記までお問い合わせください。
徳島県産業人材育成センター
☎088-621-2353
<https://www.pref.tokushima.lg.jp/ippanokata/sangyo/rodokankei/7207244/>

ニュース

●上勝情報ラジオ「いんぐり、ちんぐり」 11回目の放送です!

上勝の暮らしを紹介している「上勝クラシカル」のメンバー、美馬由紀、東輝実、松本卓也がお送りする、上勝情報ラジオ「いんぐり、ちんぐり」。第11回の放送を2022年8月26日(金)からインターネットにて配信します!

上勝町に住んでいる方や上勝町に関わる方をゲストにお招きしてテーマに沿ってお話しをしたり、その他上勝町の最近の様子やイベント情報などをお伝えしています。

これからも定期的に放送していきますので、ぜひ、お聞きください。

また、こんな内容もあったらいいな、こんなゲストを呼んでほしいなどのリクエストもお待ちしています。

【どうやって聞くの?】

インターネットで「上勝クラシカルラジオ」で検索。

こちらのQRコードからも聞けます。→



【内容】

夏真っ只中の上勝町の最近の様子や、ゲストもお招きして色々とお話しを聞いていきたいと思ひます。

お問い合わせ:46-0338 (上勝クラシカル)

宝くじ いつでも、どこでも。
公式サイト 宝くじをもっと手軽に、もっと便利に!

24時間いつでもネット購入 /

宝くじ LOTO マー PINKO NUMBERS 7-OSVA

NEW QuickOne いつでも買える。秒で結果でる。



会員登録はこちら

お問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)
TEL 011-330-0777 (有料)

令和4年度 上勝町敬老式典の開催について

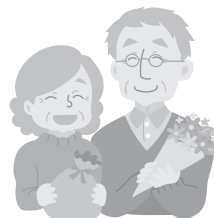
9月19日(月)上勝町コミュニティセンターにおいて敬老式典を開催します。

今年度は新型コロナウイルス感染症予防のため、被表彰者の方のみの招待とさせていただきます。また、余興は中止し規模を縮小して開催します。ご了承ください。

表彰に該当される方には、8月中旬に往復はがきにて案内を送らせていただきますのでご確認ください。

※表彰該当者 長寿(90歳以上)、米寿(88歳)、喜寿(77歳)
結婚60年、結婚50年
(基準日はすべて令和4年9月30日)

なお、今後の新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては式典を中止する場合がございます。ご理解のほどよろしくお願いたします。



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

藤川分団 全国大会へ

第33回徳島県消防操法大会が7月18日に徳島県消防学校で開催され、勝浦地方分会代表として藤川分団が小型ポンプの部に出場し優勝しました。

小型ポンプの部には県内より12チームが参加。緊張感漂う雰囲気の中、会場に響き渡る号令と規律正しい動作に会場の目が集中します。

「小型ポンプ操法を終了しました」と報告後の選手には笑顔が。上勝町消防団史上初の優勝という成績を納め、10月29日に千葉県で開催される全国大会に徳島県代表として出場する事になりました。

- 【分団長】 片山政紀
- 【副分団長】 美木克人
- 【指揮者】 高石健太郎
- 【1番員】 廣澤 元
- 【2番員】 片山雄斗
- 【3番員】 平尾信幸
- 【補助員】 前田大輔



上勝町の四季を写す

昨年7月から今年の6月までに、写真家の大杉隼平氏に撮影していただいた内容を、毎月少しずつ紹介していきます。

旭



八重地の棚田



晩茶づくり



生実



檜原の棚田



晩茶づくり



福原



いろどり



反転の田んぼ

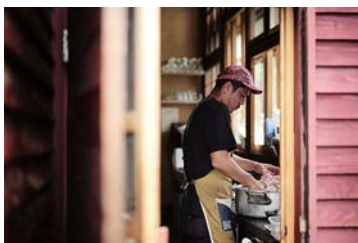
傍示



いろどり



正木



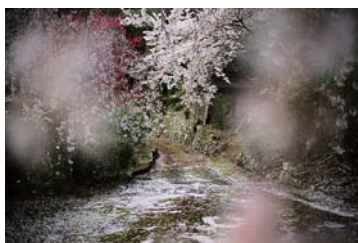
RISE&WIN



農作業



鮎釣り



桜道



搾汁工場

町民の詩歌

俳句

荒れさせば戻らぬ棚田草を刈る
 遍路墓草花折りて手向けけり
 青あらし首筋を抜け山河へと
 初曾孫春の香りの祝い膳
 山ひだの数見せ梅雨のもや昇る
 柿の花こぼるるままに留守の庭

弘子 知子 枇呂 一休 あつ子 朱音

短歌

早朝の東の空に雲の華わくわくしつつ未知へと誘わる
 慈雨の中大豆の苗も生き生きと小さき体に若芽出しくる
 軒下に笹に短冊七夕を飾りし昭和遠くなつかし
 蚊帳失せてカヤツリ草に名を残す夢のようなる思い出多し
 棚田への時間給水にふたつみつ迎えくれたる螢は遠く
 かなかなの蟬の鳴く声まだ聞かぬ夏至近づくに鶯は鳴く
 合歡の花遠くに咲くも人目ひく桃色見事一日の命

茂美 恵子 ヨリ子 米子 あや子 たみ江 恵美子

調停の現在

話し合いで問題の解決を図る裁判所の調停。100年前に制度ができてから、国民や社会のニーズに応じて進化してきました。最近の取組を紹介します。

民事調停はお金の貸し借りなどの民事のトラブルを、家事調停は離婚や相続などの家庭のトラブルを扱っています。

【家事調停】

家事事件において、ウェブ会議を利用した調停手続の実施が始まりました。自宅からも調停に参加できるようになります。

【民事調停】

自然災害や新型コロナウイルス感染症等でローンの支払いに困ったときにも、特定調停で返済の見直し等を図ることができま

す。特定権、商標権、著作権といった知的財産権に関する紛争について、迅速で柔軟な解決を非公開の手続で図る調停手続（知財調停）を利用することができます。



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：高銚公民館

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。

戸籍の窓口

令和4年7月1日現在

		前月比
人口	1,434 人	3
男	687 人	△1
女	747 人	4
世帯数	753 戸	3

		世帯数
正木	481 人 (2)	237 戸 (2)
傍示	244 人 (2)	126 戸 (1)
福原	212 人 (△1)	113 戸 (0)
生実	217 人 (1)	119 戸 (0)
旭	280 人 (△1)	158 戸 (0)

○高齢化率 53.21%

こんにちは赤ちゃん

[正木]	高石健太郎 さん	ほずみ 晶子 さん } 歩澄 さん
	晶子 さん	
[生実]	前田 翔一 さん	なつき あゆみ さん } 夏希 さん
	あゆみ さん	
[傍示]	西 利明 さん	は 麻衣 さん } のの葉 さん
	麻衣 さん	

令和4年 6月の視察来町者数

15 件 263 名

※オンライン視察も含む

し尿収集業務夏季休業のお知らせ

8月11日(木)~16日(火)まで休業

17日(水)より通常営業します。

【お問い合わせ】 毎日衛生有限会社 ☎42-2139

インターネットおよびCATV・IP電話サービス

故障かな?…と思ったら下記までお問い合わせください。

お問い合わせ窓口 新規申込・解約・故障・各種変更など



お問い合わせ 〒770-8552 徳島市新蔵町1丁目17

ケーブルテレビ徳島株式会社 ☎ 088-655-4000

お問い合わせ可能時間 ●平日 9:00~17:30 ●土曜日 9:00~17:00

時間外窓口 (時間外のため簡易な対応となります)

平日 17:30~20:00 / 土曜日 17:00~19:00 / 日曜・祝日 9:00~17:00

(お盆(8/12~8/15)および年末年始(12/29~1/4)は、日曜・祝日の対応と同じになります。)

※上記時間外は、留守番電話にて用件をたまり、翌営業日の対応となります。

ありがとう
ございました

彩保育園

片山 洋子さん(小松島).....野菜苗

梅西 正人さん(徳島県上勝町地域おこし協力隊)

.....野菜・マスク・お菓子

夜間救急当番

下記の医療機関へ事前にご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

必ず事前にご連絡をお願いします。

☎ 42-2555
IP 050-3438-7441

救急車の要請

上勝町役場へご連絡をお願いします。

☎ 46-0111
IP 050-3438-8071

医師や看護師等に 電話で相談できます！



徳島救急医療電話相談

夜間・休日の急な病気やけがなどの際、家庭でどのように対処すればよいか、すぐに医療機関を受診したほうがよいかなど判断に迷ったとき。

○固定電話(プッシュ回線)、携帯電話からは、(局番なしの)

☎ #7119

○#7119を利用できない場合には、☎088-622-6530

徳島子ども医療電話相談(15歳未満のお子さん)

○固定電話(プッシュ回線)、携帯電話からは、(局番なしの)

☎ #8000

○#8000を利用できない場合には、☎088-621-2365

相談時間

月曜日から土曜日：午後6時から翌朝8時まで

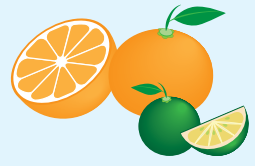
日曜日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)：24時間対応

【注意】 相談はあくまでも助言であり、電話による診断・治療はできません。

ようこそ上勝へ!



こし しん や
古志晋也



年齢 / 48歳
 現住所 / 上勝町大字旭
 出身地 / 愛媛県今治市
 仕事 / 勝浦かんきつアカデミーにて香酸柑橘の勉強中
 趣味 / 釣り、魚料理、サバゲー、温泉、飲酒

◆メッセージ

3年前より上勝への移住・孫ターンを計画し、本年4月に上勝町民となりました。上勝は母の生家があったため、幼少の頃から幾度となく訪れる親しみある場所でした。

前職は30年近く車海老の養殖の技術者として、海を糧としてきましたが、歳を重ねるごとに上勝町で過ごした日々を思い出しては、帰巢本能というものなのか山へ帰りたいという想いが強くなり、移住を決心しました。

今の私は、父・母は無論、祖父母や上勝のすべてが育んでくれたと思っているので、何かしら皆さんのお役に立つことができれば嬉しいです。新しいことはできませんが、古き良きことを引き継げる存在になりたいと思っています。何卒よろしく願いいたします。



～「わたしも載せてほしい!」という移住者さんも大歓迎! お気軽に企画環境課(安田)までお声がけください!～



上勝中学生がウナギを放流

7月11日、大字生実の勝浦川で、1〜3年生の15人が、「上勝復活うなぎの会」の協力のもと、ウナギ200匹の放流を行いました。
 「上勝復活うなぎの会」は、約40年前に姿を消した天然ウナギを復活させるため昨年9月に発足され、今回の放流では県内で養殖した体長20〜25cmの稚魚を放流しました。



上勝小学生がごみゼロ調理を体験

7月5日、カフェ・ポールスターで、2年生6人と4年生の2人が、料理をする時のごみの減量に配慮した調理を体験しました。
 児童が学校で育てたキュウリやピーマン、オクラなどを使い、ピーマンの種やへたから出汁をとるなど、食材を使い切るアドバイスを受けながら、みそ汁、漬物、おにぎりを作り、環境問題についての学びを深めました。