

広報

Katsuura

かつうら

2008

平成20年 7月1日発行

7

第457号



勝浦中学校 2年生が 職場体験学習

今月の主な内容

- 進むごみの減量化 P. 3
- 介護保険第1号被保険者のみなさんへ ... P. 4
- 児童手当 P. 5
- 長寿医療制度(後期高齢者医療制度) P. 13
からのお知らせ
- 国民年金だより P. 14・15
- 保健だより 夏の健康管理 P. 19





勝浦町食生活改善推進協議会

県協議会
会長表彰受賞

去る6月6日にアスティ徳島で開かれた「平成20年度徳島県食生活改善推進協議会通常総会」において、勝浦町食生活改善推進協議会が会長表彰を受賞されました。

この表彰は、食生活の改善や普及に努め、地域の健康増進に寄与した団体に対して贈られるものです。

心からお喜び申し上げますとともに、今後ますますの活動をご期待いたします。

平成20年度 宝くじ助成金で
太鼓等が整備されました

財団法人自治総合センターの宝くじ収益金を利用した宝くじ助成金により、沼江区に太鼓や鼓など神楽の演奏用具が整備されました。

沼江区では、大將軍神社と蛭子神社の祭りなどでこの用具を使用し、伝統的な神楽の伝承を行うなど、地域コミュニティの一層の醸成に役立てたいとのことです。



宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは
広く社会に役立て
られています。

関東阿波かつうら会

第12回 総会開催

～ 稼勢新会長就任～



総会の様子

会員募集中！

申込先 事務局長 福田 ☎045(94)7122

※関東阿波かつうら会：関東在住の勝浦町出身者および会の趣旨に賛同する者で組織する会。会員数九十六人（平成二十年五月現在）

関東阿波かつうら会の第十二回総会が六月七日、東京・千代田区の主婦会館で開催され、会員約四十人と中田町長ら町関係者等合わせて約五十人が出席しました。

総会では役員改選が行われ、森猛会長から稼勢政夫新会長になりました。新会長からは「会のPRなど積極的な取り組みをしたい」と新体制での決意が述べられました。

土砂災害防災訓練実施

今山地区



集会所へ避難

め約九十人の方が参加し、集中豪雨による土砂災害の発生を想定して、今山ふれあい交流館までの避難訓練が行われました。

その後、集会所では集まった住民に今山地区の土砂災害のハザードマップが配布され、徳島県砂防防災課の職員からは、地区内の土砂災害危険区域について説明されました。また、過去の災害の状況について、スライドを使った説明がされ、参加者は真剣に耳を傾けていました。

台風や集中豪雨により、毎年全国各地で土砂災害が多発し、多くの犠牲者が生じています。このため、土砂災害に対する警戒避難体制の整備を図ることを目的として、国土交通省、徳島地方気象台、徳島県と連携し、「土砂災害に対する全国統一防災訓練」が六月一日(日)に今山地区で実施されました。

当日は、一斉清掃終了後の午前十時から、警察・消防関係者を含



集会所で防災講演会

進むごみの減量化

皆さんもご存じのように、平成19年度から小松島市へ可燃ごみの焼却を委託しています。年度も改まり平成19年度の数値が確定しましたのでお知らせします。

平成19年度可燃ごみの焼却量は1,036トンでした。平成18年度の焼却量が1,284トンでしたので、248トン(△19.3%)少なくなりました。

この量を町民1人当たりに換算しますと、平成18年度の198.3kgに対し平成19年度は163.1kgとなり35.2kg減少しました。

このことは、リサイクル用プラスチック類、ペットボトルや白色トレイの分別によるリサイクル率の向上と、電気式生ごみ処理機と生ごみ処理容器補助制度の利用による生ごみ収集量の減少が考えられます。

ごみの減量化は、皆さんの取り組みが不可欠です。今後ともご協力をお願いします。



今山地区分別ステーションの説明会の様子

1人当たりの
ごみ焼却量

平成18年度
198.3 kg

平成19年度
163.1 kg

= 35.2 kg
減少



介護保険第1号被保険者(65歳以上)のみなさんへ

平成20年度の介護保険料を7月中旬に通知します。今回は特別徴収の方、普通徴収の方(下段「介護保険料の納め方」参照)全員に年間保険料や納期ごとの金額などを確定しお知らせします。徴収方法により取扱が変わってきますので、内容をよくご確認いただき、納付忘れ等のないようにご協力をよろしくお願いいたします。



介護保険料の決め方 (第1号被保険者)

介護保険料の額は、市町村単位でどの程度介護サービスが必要かによって、基準額が決まります。そのうえで、所得段階別に個人の保険料額が決まります。平成20年度の勝浦町の基準額は月額4,600円です。所得段階は下表のとおりです。

平成20年度の保険料

基準額は第4段階で、年額で55,200円となります。

(年額)

第6段階 82,800円	本人が住民税課税で前年の所得が200万円以上の方
第5段階 69,000円	本人が住民税課税で上記以外の方
第4段階 55,200円	本人が住民税非課税(世帯に課税者がいる)の方
第3段階 41,400円	世帯全員が住民税非課税で第2段階に該当しないの方
第2段階 27,600円	世帯全員が住民税非課税で課税年金収入と所得金額の合計が80万円以下の方
第1段階 27,600円	老齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税及び生活保護受給者の方

☆ 激変緩和措置 ☆

税制改正(*)の影響で保険料の段階が第4段階または第5段階へ上昇する場合は、本来かかる保険料よりも抑えた金額にする措置があります。(平成20年度まで延長されました。)

※税制改正により第5段階となる方

税制改正がなかった場合の段階	保険料(年額)
▲ 第4段階	64,030円
▲ 第3段階	59,610円
▲ 第2段階	55,200円
▲ 第1段階	55,200円

※税制改正により第4段階となる方

税制改正がなかった場合の段階	保険料(年額)
▲ 第3段階	50,230円
▲ 第2段階	45,810円
▲ 第1段階	45,810円

(*)税制改正とは、「65歳以上の非課税措置の段階的廃止」のこと

介護保険料の納め方

年金から天引きされる「特別徴収」と、納付書に基づき、個別に納めて頂く「普通徴収」の2通りあります。



※年金額が18万円以上の方でも普通徴収となる場合もあります。

現況届の申請は
済みましたか？

児童手当



支給期間

生まれた日の翌月から12歳になって
最初の3月までもらえます！
(12歳到達後最初の年度末まで)

支給対象

最初の子どもからもらえます！

支給金額

3歳未満……	一律	10,000円	(月額)
3歳以上			
最初の子ども		5,000円	(月額)
2人目の子ども		5,000円	(月額)
3人目以降の子ども		10,000円	(月額)

児童手当はどんな制度？

豊かで活力ある社会を将来にわたって維持していくためには、これからの未来をささえる子ども達も、心も体も健やかに育ち、幸せになることです。そのためには、家庭における生活の安定が必要！子育てにかかる費用の一部を、児童手当として支給することにより、子どもとくらし、子どもを養い、守り育てる方の生活を安定させ、生活の質が高まるよう支援することが目的です。

児童手当には2つの種類があります。
一つが「児童手当」、もう一つが「特例給付」です！

「特例給付」ってなんなの？

所得制限により児童手当を受けられないサラリーマン（厚生年金に加入している方）等の特例としてもうけられた給付です。



所得が一定額未満の場合に限って、児童手当と同額の給付が支給されます。支給対象となる子どもも年齢についても児童手当と同じです。

注意：児童手当の手続きを忘れずに

新たに支給資格が生じた場合の「認定請求」や、支給対象児童が増えた場合の「額改定認定請求」等の手続きをしないと手当を受けることができません。※手続きが遅れると遅れた月分の手当が受けられなくなり。また、支給対象児童が減った場合の「額改定届」や、サラリーマンの方が退職し特例給付の受給資格がなくなった場合の「受給事由消滅届」などの手続きが遅れると、もらった手当を返していただくこととなります。

児童手当の手続きはどこに行けばいいの？

住所地の役場の窓口（公務員の場合は勤務先）になります。「認定請求書」等の提出が必要になります！



児童手当はいつもらえるの？

毎年2月・6月・10月にそれぞれの前月分（例えば、6月には、2月・3月・4月・5月の4か月分）がまとめてもらえます。

注意：初めて児童手当をもらう場合は、申請した日の翌月分から支払月の前月分までが支払われることとなります。

児童手当の受け取り方は？

「認定請求書」に振り込み口座名等を記入する欄があります。記入していただければ、金融機関などへ振り込まれます！



児童手当をもらえるのはどんな人？

子どもとくらし、子どもを養い、守り育てる、そのような方なら、児童手当がもらえます！

ただし、条件があります！

- 一つ目の条件 日本国内に住所があること。国籍は関係ありません！
- 二つ目の条件 児童手当がもらえるのは、小学校修了までです！
- 三つ目の条件 所得額の制限があります。（子どもを養育し生計を維持している方で、所得が一定額未満の場合にももらえます。）
- 四つ目の条件 親が養育していない場合は、親でなくても子どもとくらし、子どもを養い、守り育てていれば、児童手当がもらえる場合があります！

児童手当を申請するのはお父さん？

お父さんに限定しているわけではありません。

その家庭において、その子どもに対する支給資格の要件に最もあう方が児童手当の申請者になります。

注意：一つの家庭の中で受給者が二人以上にはなりません！あくまでも、受給者は一人です。



※児童手当や特例給付（小学校修了前特例給付）のことについて、おわかりにならないことや詳しいことは、役場福祉課（公務員の方は勤務先）へお問い合わせ下さい。役場窓口には、児童手当制度のご案内（しおり）もありますのでご利用下さい。



【問い合わせ】 勝浦町福祉課 ☎(42) 1502 IP☎ 050(3438)7148(代)



募集
平成二十年度勝浦町
職員採用試験案内

勝浦町では、次のとおり職員採用試験を実施します。受験を希望される方は、所定の申込用紙にて受付期間内に勝浦町役場総務税務課に申し込んでください。
なお、申込用紙の請求および交付については、申込受付日初日から総務税務課で受け付けます。
郵便で申込用紙の請求をする場合は、封筒の表に「職員採用試験請求（試験区分〇〇〇〇）」と書き、あて先明記の百二十円切手を貼った返信用封筒（定形外A4サイズ）を必ず同封してください。

試験区分	看護師	一般事務（初級）
受験資格	昭和48年4月生に2日以降に、まられた者で、看護師の有する者	昭和58年4月2日から平成23年4月1日までに生まれた者
採用予定人数	1名程度	1名程度
試験日	平成20年9月21日(日) (第1次試験)	
試験場	徳島大学工学部	
申込受付期間	平成20年7月28日(月)から平成20年8月11日(月)までの執務日の午前8時30分から午後5時15分(土・日曜日を除く)	

問い合わせ 勝浦町総務税務課
(総務担当) ☎(42)2511

徳島ファミリー・サポート・センター 交流会

次の日程で徳島ファミリー・サポート・センター交流会を開催します。

日時 七月十三日(日)
午前10時～12時

場所 文化の森 二十一世紀館
イベントホール

内容 アンパンマンと体操しよう
うたってあそぼう♪

。トトロのメドレー
。大きなかぶ（人形劇）
※どなたでも参加できます
(参加無料)



問い合わせ・申込先

徳島ファミリー・サポート・センター
〒770-0942
徳島市昭和町三丁目三五ー一
☎088(611)1551
勝浦町福祉課 ☎(42)1502
IP(代)050(3438)7148

子育て支援センター事業から

7月 わんぱく教室予定

時間 午前九時四十五分～
十一時三十分

場所 生比奈保育所
(リズム室および園庭)

対象者 0歳～5歳児
(家庭で保育されている子どもと保護者)

16日(水)	9日(水)	5日(土)
<ul style="list-style-type: none"> ★七月生のお友だちの誕生会 ★保健師による身体測定 ★パネルシアターを見ましよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ★園庭開放 保育所のお友達と遊びましよう。水着を持参して、一緒に水遊びをしませんか。 	<ul style="list-style-type: none"> ★保育所の友だちと一緒に「七夕の集い」に参加ましよう。 ・歌や踊り、好きなコーナーで遊びましよう。 ★講演会 「乳幼児の事故における対応方法」 ※講師の先生は日本赤十字社 徳島県支部から来ます。

※わんぱく教室はお子様と保護者の方が保育所に来て、保育所のお友達と一緒に楽しく遊びましよう。また、先生方が子どもたちにかかわる様子を見ながら子育てを学んでください。ちょっと、子どもの様子を見守りながら、いろいろな悩みを話し合ってみてはどうでしょうか。お待ちしています。

※駐車場のスペースが限られていますから、お車の方ができるだけ乗り合わせて参加ましよう。お近くの方は徒歩または自転車でお越ください。

育児相談

相談時間 平日

場所 午前九時～午後四時
生比奈保育所
内容 乳幼児に関する来所相談・電話相談

問い合わせ

生比奈保育所 ☎(42)3077
IP 050(3438)7473

学校給食の献立

レシピ募集!!



勝浦町では、「食育」と「地産地消」の推進をはかり、学校給食の充実に取り組んできました。さらに魅力ある学校給食を願って、風土と生活の知恵から生まれた家庭料理”母から娘へそして孫へ”と伝承して欲しい郷土料理・我が家の自慢料理を募集します。地域の食材を使用した料理のレシピを書いて教育委員会に送付してください。審査のうえ、優れた献立レシピは表彰を行い、学校給食に取り入れ紹介したいと思っております。

勝浦町の子どものためにふるってご応募ください。

応募期間 七月二十一日(月)～九月一日(月)まで

応募条件 地元食材を用いた家庭料理

応募先 広報の折り込みチラシにある応募用紙に記入して送付してください。

〒771-4395

勝浦町大字久国字久保田2-1

勝浦町教育委員会

参加資格 町内在住の人(学生、グループで可)

主催 教育委員会

学校における給食推進委員会

問い合わせ

勝浦町教育委員会 ☎(42)2515

IP代 050(3438)7148

平成20年度 自衛官募集案内

【お問い合わせ】 自衛隊阿南地域事務所
阿南市富岡町内町164 (内町会館1F) ☎0884(22)6981

募集種目	募集人員	資格	受付	試験期日
防衛大学校学生 (推薦) 注1	人文社会：約30名(うち女子約5名)	高卒(見込み含む) 21歳未満	9月5日～9日	9月27日・28日
	理工：約100名(うち女子約5名)			
防衛大学校学生 (一般)	人文社会：約65名(うち女子約5名)	高卒(見込み含む) 21歳未満 (自衛官は23歳未満)	9月8日～30日	1次 11月15日・16日 2次 12月16日～20日
	理工：約285名(うち女子約25名)			
防衛医科大学校 学生	約80名	高卒(見込み含む) 21歳未満	9月8日～30日	1次 11月1日・2日 2次 12月3日～5日
看護学生	陸：約70名	高卒(見込み含む) 24歳未満	9月8日～30日	1次 10月25日 2次 11月22日・23日
航空学生	海：約70名(うち女子若干名)	高卒(見込み含む) 21歳未満	8月1日～9月10日	1次 9月23日 2次 10月18日～23日 3次 11月15日～12日12日
	空：約70名(うち女子若干名)			
一般曹候補生	陸：約4,200名(うち女子約155名)	18歳以上27歳未満	8月1日～9月10日	1次 9月20日 2次 10月9日～16日
	海：約1,200名(うち女子約75名)			
	空：約1,100名(うち女子約110名)			
2等陸海空士 (男子)	陸：約4,450名	18歳以上27歳未満	年間を通じて行っ ています 注2	受付時にお知らせ します 注3
	海：約1,630名			
	空：約1,460名			
2等陸海空士 (女子)	「3・4月採用」 陸：約500名	18歳以上27歳未満	「3・4月採用」 8月1日～9月10日 注2	「3・4月採用」 9月28・29日
	海：約80名			
	空：約160名			

注1：推薦について高等学校長の推薦等が別途必要です。

注2：平成21年3月中学校・高等学校卒業予定者及び中等教育学校前期課程修了予定者、卒業予定者の受付については、上表にかかわらず、文部科学・厚生労働両省から示された期日以降実施します。

注3：平成21年3月高等学校卒業予定者のための採用試験は、原則として平成20年9月16日以降に行います。

お知らせ

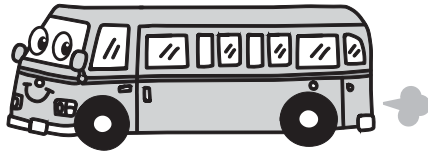


七月一日から
高速バスが小松島市街
地経由で大阪・神戸へ

小松島市中心部を経由した高速バスの発着がJRグループ（JR西日本バス・JR四国バス・本四海峡バス）のご協力により、七月一日より運行致します。
運行ルートは、

阿南方面 ↓ 大林 ↓ 小松島港
↓ 徳島赤十字病院 ↓ 論田中 ↓
新浜 ↓ 大阪方面 となります。

さらに、新神戸行き、三宮経由便も新設され、京阪神方面へのお出かけがさらに便利になります。
また、バス停近くに駐車場もございますのでご利用下さい。



デコ人形を
遣ってみよう!!

本年度も勝浦座が中心となり「子ども阿波人形浄瑠璃教室」を開催します。徳島の伝統芸能である人形浄瑠璃に触れ、演じる楽しさを実感してみてください。また、九月六日(土)の勝浦座の人形浄瑠璃公演「場所 勝浦町農村改善センター」に、教室参加者の方にも出演してもらう予定となっています。まだ、参加者を募集していますので、詳しいことは勝浦町教育委員会までお問い合わせください。

- 実習期間 七月末から九月上旬
- 実習回数 二十回程度
- 実習会場 勝浦町住民福祉センター
- 参加料 無料
- 指導者 勝浦座座員
- 対象者 小学四年生から
中学三年生



問い合わせ 勝浦町教育委員会

TEL (087) 422-2515
FAX (087) 438-7148



7月はぐくみクラブ行事



子育てサークル「はぐくみクラブ」の七月の行事をお知らせします。

お母さん同士の交流を広げ、親も子供も気軽に楽しめるサークルです。

一度遊びに来ませんか？

日時 毎週火曜日
午前十時三十分～
十一時三十分

対象者

〇～五歳児
(家庭で保育されている子供と保護者) 並びに妊婦さん

● 六月の活動報告 ●

六月十七日の活動はキッズ防災教室 & 非常食ランチでした。

専門家による南海地震による勝浦で予想される被害や、地震に対する備えがいかんにか大事であるかをスクリーンを使って講演してもらったり、豚汁の炊き出しとアルファ米の試食を行いました。子供たちが社会人になる頃までには発生が予想される南海地震。子供たちと一緒に日ごろからの備えを考えてみるいい機会になりました。

行事予定				
29日(火)	22日(火)	15日(火)	11日(金)	1日(火)
nana's cafe (新規申込を受け付けています。下記にお問い合わせください。)	絵本を読んでもらおう & 横田先生の育児相談	野菜を育ててみよう！ (リーフレタスの栽培)	親子リトミック	七夕飾りを作ろう



▲防災教室



▶非常食のランチ

問い合わせ・申込先

ぐくみクラブ TEL (087) 422-2515
FAX (087) 438-7148
URL <http://blog.goo.ne.jp/hagukumi-2006>

狩猟免許試験案内

平成二十年度徳島県狩猟免許試験が次の日程で開催されます。

狩猟免許の種類

- (1) 網猟免許
- (2) わな猟免許
- (3) 第一種銃猟免許
- (4) 第二種銃猟免許（空気銃）

試験科目

- (1) 知識試験 (2) 適性試験 (3) 技能試験

試験期日

- ・ 第一回 八月三日(日)
〔申込み期限〕七月二十五日(金)
- ・ 第二回 九月三日(水)
〔申込み期限〕八月二十五日(月)
- 〔場所〕 徳島県徳島合同庁舎
〔時間〕 午前十時～
(九時五十分までに入室)

狩猟免許初心者講習会

- ・ 第一回 七月二十七日(日)
〔申込み締め切り〕七月十一日(金)
〔場所〕 (社)徳島県猟友会事務所
〔時間〕 午前十時～午後三時頃
 - ・ 第二回 八月二十四日(日)
〔申込み締め切り〕八月十五日(金)
〔場所〕 穴吹林業総合センター
〔時間〕 午前十時～午後三時頃
- ※詳しくは、お問い合わせください。

お問い合わせ

東部農林水産局
088(626)8582
徳島県猟友会事務局
088(623)1617
勝浦町産業建設課
042)1505

JAS法による業者間取引の表示義務について 中国四国農政局

消費者に販売するすべての食品は、JAS法に基づく品質表示基準により、販売業者、製造業者等に品質に関する表示を義務付けています。このうち、加工食品の原材料供給者と製造業者との業者間取引については、両者の信頼に基づいて適切に情報が伝達されていると考慮していたことから、業者間取引には表示を義務付けていませんでした。しかしながら、加工食品の原材料供給者の不正事案が起きたことを踏まえ、消費者の食品表示に対する信頼を回復するため、平成二十年四月から業者間取引に対してもJAS法による表示を義務づけました。

詳しい内容については、中国四国農政局徳島農政事務所地域第一課
0884(22)0328までお問い合わせください。

第十七回 喜楽苑オレンジ荘夏祭り

今年も好例の夏祭りを開催します。たくさんの方の皆様の参加を心よりお待ちしております。

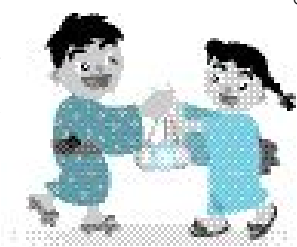
日時 八月二日(土) (雨天中止)
午後六時三十分～
八時三十分

場所 特別養護老人老人ホーム
喜楽苑新館南庭

催し物 四国大学沖繩県人会による沖繩エイサー
フラダンス・やっこ連による阿波踊りなど

模擬店 たこ焼き・スイートポテト
焼きそば・アイスクリーム
フランクフルト・ヨーヨー
金魚すくい・ゲームなど

※ゴーヤチャンプルのお接待もあります。



問い合わせ
社会福祉法人 勝寿会

042)3700

新人権擁護委員のご紹介

この度、昭和六十一年十一月十五日から約二十一年半の間、勝浦町の人権擁護委員を勤められた、細川寛さん(坂本)が平成二十年六月三十日をもって退任されました。後任者として、美馬晴幸(横瀬)さんに町民の皆さまの人権相談をお引き受けいただくことになりました。

細川さんは長年にわたり、人権擁護委員として地域住民の人権擁護思想の普及や人権相談の充実・強化に努められ、藍綬褒章を受賞されるなど、多大な功績を挙げられたことに、深く感謝申し上げます。また、美馬さんには今後のご活躍を期待しています。

なお、勝浦町では、毎週金曜日の午後一時から四時三十分まで、勝浦町住民福祉センター一階におきまして、各種人権相談(心配ごと相談)を行っています。相談は無料で、秘密は固く守られますので、お気軽にご相談ください。勝浦町の人権擁護委員は、次の方々です。

- 滝花恒子さん(棚野)
- 寺尾弘恵さん(星谷)
- 湯浅芳洋さん(掛谷)
- 美馬晴幸さん(横瀬)

勝浦町総合型 スポーツクラブ行事予定

無人島でシヨノーケリング 体験をしよう！

多くのカラフルなサン「礁」や熱帯魚を観察します。

実施日 七月二十七日(日)

午前八時役場出発(福祉バス)午後五時 役場到着

実施場所 牟岐少年自然の家 牟岐大島(無人島)

参加対象

町民(五歳以上) および勝浦スポーツクラブ(仮称)会員
※小学低学年の参加は保護者同伴とします。

定員 二十五人(申込順)

参加費

勝浦スポーツクラブ(仮称)会員 六四〇円
会員外 中学生以下一、一四〇円
高校生以上 一、一四〇円
※保険料、昼食代等を含みます。

準備物

水泳帽、水着、着替え、タオル、サンダル、水筒、ぬれてもよいTシャツなど

その他

雨天決行しますが、荒天により渡航できない場合は、自然の家で活動します。(警報発令時は中止)

大学生による 夏休み水泳&宿題教室

鳴門教育大学生による水泳と宿題指導を行い、交流を深めます。

実施日

八月八日(金)・九日(土)・十日(日)
宿題指導 午前九時〜十時三十分
水泳指導 午前十一時〜十三時二十分

実施場所

勝浦町住民福祉センターおよび生比奈小学校プール

参加対象 町内の小学三〜六年生

定員 二十五人程度(申込順)

参加費

勝浦スポーツクラブ(仮称)会員 一、五〇〇円
会員外参加 三、〇〇〇円

準備物

水泳帽、水着、着替え、タオル、ゴーグル、水筒、夏休みの宿題、筆記用具

その他

少雨決行しますが、水泳ができない場合は、町民体育館にて交流活動を行います。(警報発令時は中止)



健康と薬草講座

身近な薬用植物に親しむきっかけづくりとなる講座です。

実施日 八月三十日(土)

午後一時三十分〜三時

実施場所 町立図書館一階視聴覚室

定員 三十人程度(申込順)

参加費 無料

講師 県製薬指導所

※申込後の参加費の払い戻しはいたしませんので御了承ください。

【申し込み方法】

所定の申込用紙に必要事項を記入し、七月一日(火)〜八日(火)までに勝浦町総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会事務局まで申し込んでください。

問い合わせ 勝浦町教育委員会内

☎(42)2515
1P(代)050(3438)7148

「ふるさと納税」制度について

「ふるさと納税」制度がはじまりました。

この制度は、「ふるさと」を応援したいという納税者の方々の思いを実現するため、地方公共団体に

に寄附した場合、個人住民税や所得税を一定限度まで税額控除する仕組みです。

「ふるさと納税」とは、ふるさとへ贈る寄附金のことです。この「ふるさと」とは、都道府県や市町村の双方が対象です。

地方公共団体に五千円を超える寄附をした場合、五千円を超える金額について、一定の限度額までは住所地へ納税している個人住民税や所得税から税額控除することができます。(税務署に確定申告が必要です。)

ご自身の意志で、出生地や過去の居住地に限らず、都道府県や市町村を寄附先として選択できます。「ふるさと納税」にご協力いただける方にパンフレットと寄附申込書を送らせていただきますので、お心当たりがありましたら、次までお知らせくださいますようお願いいたします。

お問い合わせ

勝浦町総務課ふるさと納税担当
☎(42)2511

提案公募型助成事業の申し込みは、七月三十一日(木)までです。

提出もれがないようにお気をつけください。詳しい内容は、広報かつら平成二十年五月号をご覧ください。

勝浦町

農業委員会委員一般選挙

任期満了に伴う勝浦町農業委員会委員一般選挙が実施されます。

告示日 七月一日(火) 午前八時二十分から午後五時まで

投票日 七月六日(日) 午前七時から午後八時まで

選挙のできる人

勝浦町農業委員会選挙人名簿に登録されている人

期日前投票

投票日に、仕事や旅行などで町内にいない場合は、告示日の翌日から投票日の前日まで、次の場所・時間に期日前投票ができます。

場所 勝浦町役場住民課内 期日前投票所
日時 七月二日(水)から五日(土)までの
午前八時三十分から午後八時まで

不在者投票

県の選挙管理委員会が指定した病院や老人ホームなどの施設に入院・入所している人は、従来どおりその施設でも不在者投票ができる場合があります。事前に病院・施設等に申し出てください。

郵便による不在者投票

身体に重度の障害があり、法律に定められた障害の程度に該当する方は、あらかじめ「郵便投票証明書」の交付を受けて、郵便による不在者投票をすることができます。

問い合わせ

勝浦町役場 住民課内
選挙管理委員会 ☎(42)1501
I P(代) 050(3438)7148

子育て支援の一環として
発達相談窓口を開設しています!

心身の発育や発達などに関する相談を次のとおり実施します。

7月31日(木) 午後2:00~
勝浦町住民福祉センター
小松島療育センターの相談員

※相談については、事前に申し込みが必要になります。7月11日(金)までに予約をしてください。(予約をされた方については詳細についての通知をします) 予約がない方については、当日受けることができません。

【お問い合わせ・申し込み】

勝浦町福祉課保健師 ☎(42)1502
I P(代) 050(3438)7148

誰もが安心・納得して、自らの能力を
発揮しながら働ける社会つくるために

「最低賃金法が変わります」

改正のポイント

- 1 最低賃金を下回る賃金を支払った場合の罰金額が引き上げられます。
- 2 派遣労働者には、派遣先の地域(産業)別最低賃金が適用されます。
- 3 最低賃金の適用除外規定が廃止され、減額特例となります。

【お問い合わせ】

徳島労働局労働基準部賃金室 ☎088-652-9165
又は最寄りの労働基準監督署まで

障害者相談支援事業

お気軽にご相談ください

勝浦町では、障害者が自立した日常生活又は社会生活を営むことができるように支援するため、指定相談事業者へ委託し相談所を開設しています。

相談を希望される方は、事前にお電話で予約をお願いします。

場所	相談日
勝浦町住民福祉センター一階研修室	7月
	8月
	7日(木)
	21日(木)

右記相談事業のほか、障害者当事者団体が『障害者サポートダイヤル』を開設しています。

障害種別で相談に対応しています。

障害種別	日時	場所	相談窓口
精神障害者	月・水・金 9時~15時	徳島県立総合福祉センター1階	携帯 090(5142)0368 FAX 088(654)6610 TEL 088(654)6610
知的障害者	月~金 9時~17時	徳島県立障害者交流プラザ3階	メール Tokurikuseikai@kouyu-plaza.jp FAX 088(631)2719 TEL 088(631)2720
身体障害者			メール kenshin@kouyu-plaza.jp FAX 088(631)6211 TEL 088(631)6240

お問い合わせ

勝浦町福祉課 ☎(42)1502
I P(代) 050(3438)7148
社会福祉協議会 ☎(42)4652

脳ドックを受けてみませんか？

検査項目

神経学的検査、高次脳機能
血小板凝集脳検査、聴力検査
MRI(脳の断面図)
MRI(脳血管の画像診断)
頸部頸動脈

費用

(自己負担) 六、一〇〇円
(補助金額) 三四、八〇〇円

医療機関

期間

八月十四日から十二月十七日
までの病院指定日

募集人数

三十人(申し込み順とします)

対象者

年齢が四十歳以上で、勝浦町国民健康保険に加入している方。

申し込み方法

国民健康保険被保険者証、印鑑をご持参のうえ、勝浦町総務税務課へお申し込みください。

申し込み締切日

定数になりしだい締め切ります。

※詳しくは勝浦町総務税務課関係☎(42)1503までお問い合わせください。

申告により、平成十九年度の住民税が還付される場合があります

平成十八年分所得税が課税されていた人で、平成十九年に所得が減って所得税が課税されなかった方(ただし、一部例外があります)は、申告により、平成十九年度分住民税が減額(税源移譲前の税額まで)され、還付を受けられる場合があります。

申告期間は、七月一日から七月三十一日までです。

還付対象となる可能性がある方には、減額申告書を送付しています。対象になると思われる方で、まだ減額申告書が届いていない場合はお問い合わせ下さい。

問い合わせ

総務税務課町民税係
☎(42)1503
I-P(代)050(3438)7148

徳島税務署からのお知らせ

相続税・贈与税の土地などの評価に用いる平成二十年分の路線価等の閲覧は**七月一日(火)**からを予定しています。

路線価図等は、ご自宅などで**インターネット**により閲覧できます。

。国税庁ホームページの「路線価図等の閲覧コーナー」では、全国の過去三年分の路線価図等がご覧になれます。

全国の国税局・税務署でパソコンにより閲覧できます。

。国税局・税務署では、IT化・ペーパーレス化を進めており、本年からは路線価図等(冊子)を備え付けませんので、ご理解願います。

。混雑時はお待ちいただく場合があります。

税に関する情報は

国税庁ホームページへ
<http://www.nta.go.jp>

勝浦町個人情報保護条例の平成十九年度運用状況

平成十九年四月一日から施行されました勝浦町個人情報保護条例に基づく開示等の請求は、平成十九年度(平成十九年四月から平成二十年三月)においては、ありませんでした。

お問い合わせ

勝浦町総務税務課 ☎(42)2511
I-P(代)050(3438)7148

2. 情報公開の請求者別内訳

区分	人数
町内に住所を有する者	0人
町内に事務所又は事業所を有する個人及び法人その他の団体	0人
町内の事務所又は事業所に勤務する者	0人
実施機関の事務事業に利害関係を有する者	1人

3. 情報公開実施機関別内訳

機関	人数	監査委員	人数
町長	0人	監査委員	0人
議会事務局	0人	農業委員会	0人
教育委員会	1人	固定資産評価審査委員会	0人
選挙管理委員会	0人		
合計	1人		

4. 不服申し立て状況 該当なし

お問い合わせ 勝浦町総務税務課 ☎(42)2511

I-P 050(3438)7148

情報公開条例の平成19年度運用状況を公表

平成19年度(平成19年4月~平成20年3月)における同条例の運用状況を公表します。

1. 情報公開の状況

区分	請求	公文書の公開			
		公開	部分公開	非公開	不受理
件数又は人数	1件	1件	0件	0件	0件

注:「不受理」とは、当該情報が存在しないため請求書を受理しなかった場合をいいます。

長寿医療制度(後期高齢者医療制度)からのお知らせ

8月から保険料の「普通徴収」が始まります。8月上旬に納付書等を送付します。

保険料の納め方は、年額18万円以上の年金を受取っている方は、原則として年金からの天引き(特別徴収)、それ以外の方は納付書で納めていただく(普通徴収)の2種類あります。

● 納付書で納める(普通徴収)

算定年	19年 中 所 得 で 算 定 (平成20年度の保険料を8回に分けます。)											
納付月 (平成20年・21年)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
期 別 (納める時期)					1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期

【対象者】 年金からの天引き(特別徴収)されない人

【納め方】 納付書で納めます。

年間保険料額が決定した後に「保険料額決定通知書」と「納付書」を送付します。8月から翌年3月までの8回の納期で保険料をお支払いいただきます。

※年度途中に保険料の更生があった場合などは「特別徴収」から「普通徴収」への変更や「特別徴収」と「普通徴収」の併用が行われることもあります。

● 年金からの天引き(特別徴収)

算定年	18年中所得で算定			19年中所得で算定 (年間保険料で調整しています。)		
年金支払い月 (平成20年・21年)	4月	6月	8月	10月	12月	2月
年間保険料額	仮徴収額です。			本徴収額です。		

【対象者】 年金額が年額18万円以上の人

ただし、介護保険料と後期高齢者医療保険料とを合わせた保険料額が年金額の2分の1を超える人は除きます。

【納め方】 年6回の年金支払い時に、年金の受給額からあらかじめ差し引かれます。

【仮徴収と本徴収】

特別徴収の場合、4月から8月までは前々年の所得で算定した仮の保険料を徴収し、その後、前年所得を確定し、10月から2月で本来の年間保険料で調整し徴収します。

問い合わせ 総務税務課 ☎(42)1503 I P 050(3438)7148

勝浦病院だより



糖尿病教室、7月は次の予定となっています。糖尿病についての基礎知識や食事・薬などわかりやすく説明をしています。興味のある方はぜひご参加ください。

日	担 当	内 容
1日(火)	内科医師	糖尿病について
8日(火)	坂口栄養士	食事について
15日(火)	正瑞薬剤師	薬について
22日(火)	亀山看護師長	生活と運動

場 所 勝浦病院2階 研修室
時 間 午後2時から1時間程度

費 用 無料です

そ の 他 申込みは不要で自由参加です。
お気軽にどうぞ。

問い合わせ 勝浦病院 ☎(42)2555・I P 050(3438)7441

「ねんきん特別便」 年金記録の確認にご協力ください

現役加入者の皆様へ

■緑色の封筒でお届けします

本年6月から10月までの間に、すべての現役加入者の方々へ「ねんきん特別便」をお届けします。

- ・自営業、専業主婦、学生などの方には、直接ご本人の住所へ
- ・会社勤めの方には、お勤めの会社を通じて（会社のご協力が得られた場合）又は直接ご本人の住所へ



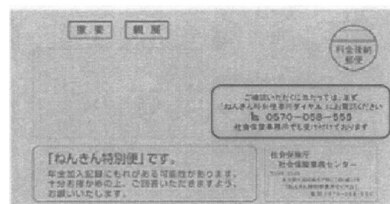
6月から10月の緑色の封筒

■年金記録のご確認をお願いします

- ・年金記録に「もれ」「間違い」がないか十分にご確認をお願いします。
- ・「もれ」や「間違い」がある場合も、ない場合も、必ずご回答くださいますようお願いいたします。

※3月までに青色の封筒で「ねんきん特別便」が届いた方は、年金記録にもれがある可能性が高い方です。

- ・まだ、回答をいただけていない方がいらっしゃいますので、ご注意ください。
- ・まず、「ねんきん特別便専用ダイヤル」にお電話ください。
- ・結びつく可能性のある記録についての具体的な情報を提供します。



3月までの青色の封筒

■平成8年以前に旧姓で年金に加入していた方はご注意願います

結婚等により氏名を変更されている方の記録が、いわゆる持ち主不明であった「5,000万件」の記録の中に多数存在することが見込まれています。これらの年金記録は、皆様からのお申出により、速やかに記録に結びつけることができますので、ご協力をお願いします。

■住所変更の手続きをお願いします

「ねんきん特別便」を確実にお届けするためには、正しい住所の届出が必要です。住所異動の際は、変更の手続きを忘れずをお願いします。

■まわりの方にも呼びかけてください

ご家族の方などに「ねんきん特別便」が届いたら、過去の職歴について一緒に記憶をたどってみるなど、多くの方からご回答をいただけるよう、ご協力をお願いします。（ご家族でも、お一人お一人に届く時期は異なります。）

ご質問・お問い合わせは

「ねんきん特別便専用ダイヤル」0570-058-555

月～金曜日：午前9時～午後8時 第2土曜日：午前9時～午後5時

※上記以外の受付日時については、社会保険庁HP (<http://www.sia.go.jp/>) でご案内しております。

※IP電話・PHSからは03-6700-1144にお電話ください。

※一般の年金相談は、「ねんきんダイヤル」0570-05-1165まで。

または、お近くの社会保険事務所まで。

徳島南社会保険事務所 徳島市山城西4-45 **088-652-1511**

障害基礎年金等を受けている方の現況届について

20歳前の障害による障害基礎年金、障害福祉年金から切り替わった障害基礎年金、母子・準母子福祉年金から切り替わった遺族基礎年金を受けている方は、毎年7月が「現況届」の提出月です。

「現況届」とは、引き続き年金を受ける権利があるかどうかを確認するための大切な届です。7月初旬に社会保険事務所から現況届が送られてきますので、同封の説明書をよくお読みのうえ必要事項を記入し、お住まいの市町村役場国民年金担当窓口へ**7月31日**までに提出してください。

なお、「現況届」が提出されない場合や、所得の審査ができない場合には、年金の支払いが一時停止することがありますのでご注意ください。

「ねんきん特別便」
の送付に伴う

出張相談所の開設について

この度の年金記録をめぐる問題について、大変ご心配をおかけしておりますことを、心よりお詫び申し上げます。

さて、今般、年金記録問題の早期解決に向け、県社会保険労務士会の協力を得て「ねんきん特別便」を受け取られた方を対象とした、「社会保険労務士の無料相談（予約制）」を次の日程で実施することとしておりますので、お気軽にご利用ください。

開設日時

平成20年7月3日(木) 午前10時～午後3時
平成20年9月4日(木) 午前10時～午後3時
平成20年11月6日(木) 午前10時～午後3時

開設場所

J A東とくしま 勝浦支所 1階会議室

相談内容

- ① 「ねんきん特別便」の趣旨・目的及び見方の説明
- ② 照会票記入方法の助言、記載方法の説明
- ③ 期間に空白がある場合の本人への確認
- ④ 年金加入に関する記憶喚起のための助言 等

予約申込み方法 および申込み先

相談は、電話等による完全予約制で実施しておりますので、相談希望日1ヶ月前から次のところへ予約の申込みをお願いします。

徳島県社会保険労務士会 フリーダイヤル 0120-967951

問い合わせ先

徳島社会保険事務局年金課 ☎088-634-1173





僕が出会った少年

この夏、ある町へ阿波おどり見物に行った時、母親に連れられて車いすに乗って見物している少年を見かけた。その少年は、リズムに合わせてとても楽しそうに、両手と頭を動かしていた。しばらくその少年を見ていたがその少年が、目が見えず、足も動かせない障害があることに気づき、びっくりした。なにげなく見ていた僕は、不自由な体で精一杯リズムに合わせて踊っているその少年の姿に感動し、胸が熱くなり、自然と涙が出て、心から拍手を送っていた。

しかしその時僕の耳にこんな声が飛び込んできた。「こんな所に連れて来て、はずかしいんかいな。」「ふうが悪い。親は、何ともないんかいな。はじさらしてかわいそうに。」また、わざわざ、となりの人に、少年を指さしながら、「見てみ。あんな子が来とるわよ。何考えとるんかいな、なあ。」と言う人さえた。おそらく、少年の母親も耳にしている事だろう。だが、母親は、心の中を表に出さず、ただニコツとし、少年の方へ、うなづいて

いるだけだった。以前学校で人権について学習した時に出て来た差別が、現実には、目の前で展開している。その光景に情けなくて、腹が立ち、それ以後、おどりを見る気には、なれなかった。少年の母親は、この子を楽しくさせたい。おどりを見せてやりたい。という気持ちで、この場所に来ただろう。それなのに、人の気持ちを考えない発言で母子の楽しみを一瞬にして奪ってしまうなんて。僕が少年の母親だったら絶対に許せない。我が子が外見で判断され、中身を何一つ受け止めてもらえていないという事のくやしさは、どれほどだったろう。中傷され、傷ついた気持ちを隠し、笑顔で接している母親を、すばらしい人だと僕は、尊敬する。また、少年も言葉を発する事ができたら多分、こう言っているだろう。「僕は、一生懸命生きているんだ。他人にそんな事を言われる筋合いは、絶対ない。」と。僕は、五体満足に産まれ育っている。だから、本当の意味で、この母子の苦しみ、悲しみを十分の一も分かって

いないだろう。たとえば、僕がこの少年のように障害があつて生まれていたら、「好きでこんなふうになった訳じゃない。僕はふつうに五体満足でいたかった。他人に中傷されたり、偏見の目で見られたくない。こんな目に合うためにここに来たんじゃない。」と、大声で叫んでいたに違いない。この一夜でいろんな体験をし、勉強をしたと思う。自分さえ良ければ、人はどうでもいいと、人の気持ちを考えず、おもしろ、おかしく批判する姿のみにくさ。あたり前と思いいこんで言う言葉が、人を傷つけることがあるという事。人を外見でとらえるんじゃない、本質で見なければいけないということ。しかし、今の社会は、「なぐそう差別。」「人権を尊重しよう。」と、提言しながらも、人が人を平気で不幸においやつたり、差別しむやみに人権を侵害している状況としか思えない。はられたくないレッテルをはられ、悩み苦しんでいる人々がいても、「うわべだけの人権尊重」で対処している世の中に、僕は不満が一杯だ。僕たち子供には、「差別したらいかんよ。人を大切にせないかんよ。」と、教えながらも、自分達大人は、何一つ実行していかないじゃないか。と大きな声で言いたい。人間一人一人が、本当に心の中から相手を尊重し、思いやる心を育てて行かなければ、今の社会からは、差別もなくならないし、人権尊重への道は拓かれないと思う。

これから僕は自分に正直になり、相手を傷ついたり、無責任に批判したりすることのないよう努力していきたい。そして、誰にでも思いやりを忘れずに、明るく接して、少しでも人権が尊重できる社会が築けるよう、がんばりたいと思う。

最後に、この少年に出会えたことを、少年に感謝している。なぜなら、僕に、素直な心で人間を見る事の大切さを教えてくれたからだ。心から「ありがとう。あなたも、一生懸命生きて。」と願っている。

平成十五年度全国中学生人権作文
コンテスト徳島県大会作品集より

かつうら柳壇

井上 博選

題 「ぬ」「ね」から始める

寝ていても夢や希望は持つてます

横瀬 西蔭達男

眠る児の夢を育てる国づくり

生名 岩本敏子

温もりがやっぱりあつた丸木橋

棚野 竹田あゆみ

ぬかよるこびでも生活にリズム出る

棚野 殿川早苗

念を入れ描く明日に架ける橋

生名 岩本敏子

温もりをもらい心も丸くなる

久国 美馬真由

寝ついてからサイレン鳴れば胸さわぐ

横瀬 西蔭達男

秀句

ぬくぬくと育つて我慢知らぬ子等

横瀬 日下美里

〔評〕もう少し我慢出来たらと思う時がある。しかし今の時代に子供は順応しているのかも知れぬ。長い目で見たいなと思う。

抜けるよな五月の空に鯉のぼり

横瀬 日下美里

〔評〕威勢よい鯉のぼり、少子化の結果が少ない感じ。伝統行事のひとつ続けていきたいなと思う。小型の物が出て目立たないのかも。

寝たきりになるまい今朝も散歩道

横瀬 中田万里

〔評〕転ばないよう気をつけたい。転ぶと骨が折れたり寝たきりになりやすい。無理をせず足腰の運動続けたいと思う。

雑詠

昨日下げ今日又上り泣く庶民

横瀬 呑口久子

命よりつきるお金がなお恐い

久国 美馬真由

つまらない事聞く耳は持つてない

棚野 島 つとむ

寝ぐせ髪なおらないまま逢いに行く

立川 前田千恵

アルバムを見れば私も黒い髪

立川 堀 梅子

テクシーでやって来たよと飲み仲間

中山 山下ふさを

塗りました同窓会に厚化粧

横瀬 桜木千代

年金で少し派手目の服を選る

坂本 平尾智男

風呂上り裸で夏をたしかめる

横瀬 前田好月

逃げたのは釣れた魚の倍はある

横瀬 前田好月

二の足を踏ます高値の0の数

立川 前田千恵

妊婦服着る日を父や母が待つ

棚野 島 つとむ

落ち込みが続き居直りうまくなる

棚野 殿川早苗

三代目やっと泳がす鯉のぼり

棚野 竹田あゆみ

聞き流すことにも慣れて受話器おく

立川 堀 梅子

喜は少し悔いは売りたい程に持つ

中山 山下ふさを

愚痴止めて温い心の老い欲しい

中角 花岡福枝

売り出しの店で長居はしたくない

横瀬 桜木千代

春風が老いの心も弾ませる

横瀬 中田万里

親の恩しみじみわかる歳となる

横瀬 関東紀美

家で生まれた仔犬と仔猫仲がよい

棚野 北島アサノ

秀句

メタボからそう簡単に抜け出せず

横瀬 日下美里

〔評〕日頃の食事や運動が大切だと言う。運動も無理なく続けたい。口では言いやすいが実行は大変。しかしやるしかないね。

山荒れて春の小川も聞こえない

坂本 平尾智男

〔評〕山が荒れるのは経済的な問題と、地域や環境によって左右されそう。専門家による整備や環境を考えてほしいと思う。

白菜が鉢巻きしめて出番待つ

横瀬 呑口久子

〔評〕育ち具合から天候や出荷を考えながら大変だと思う。虫喰いばかりの作物では、いいものを安く買いたい人がいるから。

次回作品募集

七月五日締め切り 俳句一人二句

あて先 生名 丸山香月

八月一日締め切り 短歌一人一首

あて先 横瀬 中田ヤスエ





7月の保健行事

〈問い合わせ 勝浦町福祉課保健師 ☎(42)1502〉

日	曜	内 容	受付時間	場 所	対 象 者	持参するもの
3	木	巡 回 が ん 検 診	8:00~10:00	生名センター	住 民	問診票
10	木	巡 回 が ん 検 診	8:00~10:00	農村環境改善センター	住 民	問診票
14	月	健 康 相 談	13:30~14:30	中角集会所	住 民	健康手帳
		介 護 教 室	14:30~15:30			
17	木	巡 回 が ん 検 診	8:00~10:00	坂本集会所	住 民	問診票
18	金	1 歳 児 健 康 診 査	13:00~13:30	農村環境改善センター	平成19年5月1日から10月31日までに生まれた子	母子健康手帳
22	火	ふ れ あ い 教 室	9:30~14:00	横瀬集会所	乳幼児とその家族	エプロン 三角巾
23	水	ふ れ あ い 教 室	9:30~14:00	山西集会所	乳幼児とその家族	エプロン 三角巾
24	木	巡 回 が ん 検 診	8:00~10:00	今山ふれあい交流館	住 民	問診票
25	金	乳 児 健 康 診 査	13:30~14:00	農村環境改善センター	平成20年1月1日から5月31日までに生まれた子	母子健康手帳
28	月	ふ れ あ い 教 室	9:30~14:00	掛谷集会所	乳幼児とその家族	エプロン 三角巾
30	水	ふ れ あ い 教 室	9:30~14:00	沼江コミュニティセンター	乳幼児とその家族	エプロン 三角巾
31	木	巡 回 が ん 検 診	8:00~10:00	農村環境改善センター	住 民	問診票
8/1	金	ふ れ あ い 教 室	9:30~14:00	生名センター	乳幼児とその家族	エプロン 三角巾

“3期・4期の麻しん風しん混合予防接種対象者へ” 接種は早めに終わしましょう

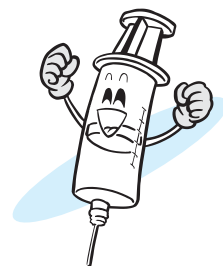
かつうら広報並びに予防接種対象者には個人通知でお知らせしましたとおり、3期・中学校1年生、4期・高校3年生の年齢に相当する人を対象に、麻しん風しん混合予防接種を行っています。

健康状態に合わせ、夏休みや広域医療機関（勝浦町役場福祉課へお問い合わせください）等を利用し早めに終了しましょう。

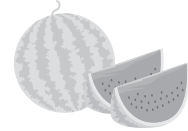
接種年齢や接種期間が対象外になると、任意接種となり接種料が9,230円の個人負担となります。また、予防接種健康被害救済制度が独立行政法人医薬品医療機器総合機構法に基づく救済制度となります。

詳細については、勝浦町役場福祉課、保健師へお問い合わせください。

☎(42)1502・I P(代) 050(3438)7148



夏の健康管理



あつーい、あつい夏。夏の暑さに負けていませんか？暑さに向かったのストレスは春や秋に比べ、体のタンパク質を多く消費させます。それなのに、そうめん、冷やむぎ、かき氷といった低タンパク、低カロリー食ばかりとっていませんか？これでは自分で胃腸の活動を低下させ、食欲不振から夏バテを引き起こしているようなものです。

夏バテ防止法

その1：良質のタンパク質をとる

食欲がなければ、ごはんや麺類などのデンプン質を減らして良質のタンパク質（牛乳、チーズ、ヨーグルト、卵、牛レバー、脂肪の少ない鶏肉など）を主とした献立を工夫しましょう。

また脂肪はリノール酸の多い植物油を1日少なくとも大さじ1杯半は欠かさずにとると良いでしょう。



その2：水分のとりすぎに注意

食欲不振の原因の1つとして見逃せません。のどの渇きにまかせてジュース、コーラ、お茶などを飲みすぎると、胃酸がうすめられ、また満腹を感じて食欲が落ちてしまいます。特に甘いジュースやコーラは、一時的に空腹感が抑えられるので、かえって食欲を低下させてしまうのです。

その3：ビタミンBとCをとる

私たちが生きていくために必要なエネルギーのほとんどは、糖や脂肪が代謝分解されて作られます。ビタミンB類はこの過程がスムーズに行われるように働いています。

またビタミンCはストレス軽減に役立ち、日焼けによるシミ、ソバカスを防いでくれます。食欲不振の夏には、これらのビタミンを積極的にとることも栄養管理の1つといえるでしょう。

疲労回復とビタミン

疲労を回復したいとき、これだけを摂ればOKという、特効薬のような栄養素はありません。「疲れ」とひとことでいってもその症状はさまざま、それぞれに応じて不足する栄養素、必要な栄養素を摂取することが大事です。けれど、どんな疲労にも共通していえることは、栄養バランスのよい食事を心がけること。とくに男性は、疲れると肉、うなぎなど脂質やたんぱく質が多い食品が効果があると考えがちですが、野菜や魚も欠かすことができません。でも、豚肉やうなぎは、別の意味で疲労回復にたいへん有効なのです。

体力を使うと、ビタミンB₁が消費されるため、これを補わなければなりません。すべての細胞は生命維持活動を行うときにエネルギーを必要としますが、多くの細胞はそのエネルギーを細胞内で作っています。このときエネルギー源となるのがブドウ糖、脂肪酸、アミノ酸で、この代謝になくてはならない物質がビタミンB群、とりわけビタミンB₁なのです。

B₁が不足すると、いくら糖分やたんぱく質などを摂取しても、細胞内でうまくエネルギーをつくることができません。またビタミンB群は老廃物の代謝に働くため、不足すると疲労物質である乳酸などの老廃物が溜まります

ビタミンB₁を多く含む食品は、強化米、玄米、ナッツ類、豚肉、うなぎなどです。

分別ステーション設置地区は、毎日出すことができますが、年末年始等の連休には集中しないように計画的に出してください。



ごみは正しく出して美しい町をつくりましょう

あき缶(アルミ缶・スチール缶)収集日程表

収集日	地区	設置場所
7日 (月)	山西	J A 生比奈支所保冷庫前 (果樹試験場上り口)
	中角	馬越ごみフェンス横
14日 (月)	中山	消防詰所横
22日 (火)	生名	東林庵前
	久国	島さん宅前 久国集会所前
28日 (月)	横瀬	横瀬集会所前
	"	小倉新平さん宅前三さ路
	"	広瀬清さん宅東
	"	出見勢中央常会ゴミフェンス横
	"	前川農村公園
	"	中田歯科駐車場
坂本	旧 J A 坂本出張所前	
	"	消防詰所横

ビン(無色・茶色・その他)収集日程表

収集日	地区	設置場所
1日 (火)	山西	山西集会所横の自転車置場付近
	中角	農村婦人の家
8日 (火)	今山	旧今山橋北詰ごみフェンス横
	黒岩	運動場入口(小屋の横)
	星谷	星谷橋北詰ごみフェンス横
中山	中山集会所前	
	生名	東生名ごみフェンス横
15日 (火)	久国	久国集会所前
	立川	前田さん宅前ごみフェンス横
19日 (土)	横瀬	横瀬集会所前
	"	小倉新平さん宅前三さ路
	"	広瀬清さん宅東
	"	出見勢中央常会ゴミフェンス横
	"	前川農村公園
	坂本	佐野さん宅前ごみフェンス横
	"	井上さん宅前
	"	久保の内ごみフェンス横
	"	長福寺前ごみフェンス横
"	旧 J A 坂本出張所上ごみフェンス横	

ペットボトル・白色トレイ収集日程表

収集日	地区	備考
3日(木)・17日(木)	旧生比奈	原則第1・3木曜日ただし祝祭日やお盆は変更しています。ご注意ください。
4日(金)・18日(金)	旧横瀬	原則第1・3金曜日ただし祝祭日やお盆は変更しています。ご注意ください。

ボランティアグループ「勝浦を考える会」 古紙の回収にご協力を!

指定場所と今月の回収日

(中角) 勝浦町農村婦人の家敷地内
リサイクル保管庫
7月5日(土) 午前9時まで

(横瀬) 勝浦町民体育館裏リサイクル保管庫
7月12日(土) 午前9時まで

※回収日の5日前から指定場所に置けます。
それまでは、ご家庭で保管ください。

古紙の分別方法

- ①段ボール
厚手の菓子箱等が入っているのは大丈夫です。
- ②新聞紙
チラシが入っているのは大丈夫です。
それ以外(広報等)は入れないでください。
- ③古本・雑誌・紙
包装紙などが入っているのは大丈夫です。
同じ種類に分けてください。厚い表紙は
破って段ボールの方へ入れてください。
※段ボール、新聞紙、古本(雑誌)はそれぞれ
ひもで縛ってください。

【問い合わせ】 勝浦町住民課 ☎(42)1501
IP(代)050(3438)7148

不用犬 引き取り日

10日(木)・24日(木)

※登録している犬の場合は印鑑
と鑑札が必要です。

お願い!!

最近、犬の飼い主のマナーが
悪くなってきています。

飼い犬の放し飼いや散歩中
のフンの放置はやめましょう。

今、飼い主のモラルが問わ
れています。近隣や周囲の人
に迷惑をかけることなく楽しく快適にペットと暮ら
すためにも、愛情と責任を持って飼いましょう。



日	月	火	水	木	金	土
		1	②	3	4	5
6	⑦	8	⑨	10	11	12
13	⑭	15	⑮	17	18	19
20	⑳	22	㉓	24	25	26
27	㉘	29	㉙	㉚	㉛	㉜

○県立図書館協力巡回日 ○休館日

★おはなし会
27日(日) 午後2時から
図書館幼児室

※小さなお子様を対象にした紙芝居の読み聞かせです。ぜひいらして下さい。

★図書館が閉まっている時の返却本は玄関横のブックポストに入れてください

7月の行事



課題図書
の紹介

課題図書がそろいました。夏休み中は利用者が多いので貸し出し期間を課題図書に限り一週間にさせていただきます。期間内にたくさんの方に利用してもらえよう、よろしくお願いします。

■小学校低学年の部

- ふしぎなキャンディーやさん みやにしたつや
- ぼくがラーメンたべてるとき 長谷川義史
- かわいいこねこをもらってください なりゆきわかこ
- ちいさなあかちゃん、こんにちは！ リヒャルト・デ・レーウ

■小学校中学年の部

- 3年2組は牛を飼います 木村セツ子
- ぼくのだいすきなケニアの村 ケリー・クネイン
- 花になった子どもたち ジャネット・テラー・ライル
- 今日からは、あなたの盲導犬 日野多香子

■小学校高学年の部

- チームふたり 吉野万理子
- 耳の聞こえない子がわたります マーリー・マトリン
- ブルーバック ティム・ウイントン
- なぜ、めい王星は惑星じゃないの？ 布施哲治



■中学校の部

- となりのウチナンチュ 早見裕司
- 曲芸師ハリドン ヤコブ・ヴェゲリウス
- 天馬のように走れ 那須田稔

■高等学校の部

- 荷抜け 岡崎ひでたか
- 兵士ピースフル マイケル・モーパーゴ
- オデッセイ号航海記 □ジャー・ペイン

新着図書の一部紹介

- | | |
|--------------------|--------|
| RURIKO | 林真理子 |
| 切羽へ | 井上荒野 |
| 恋人たち | 野中 柎 |
| 銀河不動産の超越 | 森 博嗣 |
| 皇后ジョセフィーヌのおいしい人生 | 藤本ひとみ |
| 南総里見白珠伝 | 米村圭伍 |
| 当たるも八卦の墨色占い | 佐藤雅美 |
| 忍びの国 | 和田 竜 |
| 金色の野辺に唄う | あさのあつこ |
| ハナシがはずむ！ | 田中啓文 |
| 千両花嫁 | 山本兼一 |
| アトピー食と薬でスキンケア | 田中貴子 |
| おひとりさま老後の知恵袋 | 池永昌靖 |
| 幸せになる！風水の間取りとインテリア | 直居由美里 |

漫画・ポスター教室

日時 7月25日(金)
午後2時～午後4時

場所 福祉センター3階

講師 松下義和氏・関東誉司氏

準備するもの えんぴつ・絵の具

※紙は図書館で用意します。

◎参加希望者は7月23日(水)までに図書館へお申込みください。



※昨年好評の「夏休み子ども木工教室」は8月に予定しております。

まちのうごき

平成20年5月16日～6月15日(敬称略)

人口 (平成20年5月31日現在)

世帯数	2,151戸
男性	2,997人
女性	3,220人
計	6,217人

出生	男 1人	女 0人	計 1人
死亡	男 1人	女 8人	計 9人
転入	男 5人	女 5人	計 10人
転出	男 3人	女 7人	計 10人

♡ご結婚おめでとう♡

(美馬郡つるぎ町 大字沼江字神谷) 森長 大治
大西 美里

☆お誕生おめでとう☆

大字沼江字平間 福本 信一(長男) 由香(長女) 佑一郎(長男)

◇おくやみ申します◇

大字三溪字榎測 小出 茂子 (75歳)
 大字星谷字二ツ森谷 出葉 ツギ (96歳)
 大字沼江字山路 大久保 フジエ (92歳)
 大字沼江字天川 若木 一義 (91歳)
 大字三溪字定岡 手水 花子 (72歳)
 大字三溪字定岡 登家 繁男 (87歳)
 大字棚野字北川原 白井 千ヨコ (90歳)
 大字坂本字宮平 谷 奥 辰夫 (68歳)
 大字坂本字柴田 菅内 良一 (71歳)

心配ごと相談

日時 4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金)
 午後1時～4時30分
 場所 勝浦町住民福祉センター1階
 内容 人権・行政・厚生・福祉
 ※平日でも受付しておりますので、お気軽にお問い合わせください。 ☎(42)4652

年金相談

休日年金相談
 日時 7月12日(土)・13日(日)
 19日(土)・20日(日)
 26日(土)・27日(日)
 午前9時30分～午後4時
 場所 徳島南社会保険事務所
 持参物 年金手帳・年金証書等

時間延長年金相談

日時 平日 午前8時30分～午後7時
 ※土・日・祝日を除く
 場所 徳島南社会保険事務所
 持参物 年金手帳・年金証書等

ねんきんダイヤル

年金請求に関する相談
 0570(05)1165
 年金受給している方の相談
 0570(07)1165
 受付時間 午前8時30分～午後5時まで
 ※土・日・祝日を除く

交流講座ご案内

近隣地域との交流事業として、今月も各種講座を開講いたします。 [場所] 勝浦会館

教室名	実施日	時間
陶芸	8(火)・22(火)	午後7:30～9:30
踊り	2(水)・9(水)・23(水)	午後2:00～4:00
歌謡	6(日)・20(日)	午後7:30～9:30
生け花	14(月)・28(月)	午後7:30～9:30
大正琴	3(木)・10(木)・18(金)	(木)午後1:00～3:00 (金)午後7:00～9:00

◎大正琴は初心者コースもあります。
 ◎申し込みをされていない方でもご参加ください。
 ◎問い合わせ先 勝浦会館 ☎(42)3305・IP 050(3438)8631

7月 勝浦郡夜間救急当番表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

○勝浦病院 ☎42-2555 ●上勝診療所 ☎44-5010
 平日:午前6時～翌朝午前9時 休日:午前7時～翌朝午前9時