

広報

# かつら

4

2008

第454号

平成20年4月1日発行



春を駆ける

## 第28回 勝浦川マラソン大会 開催

(3月23日)

### 今月の主な内容

- 楽ビジョン動画 番組案内 ..... P.6
- 国民年金の手続きはお済みでしょうか? ..... P.12・13
- 犬の登録と狂犬病予防注射 ..... P.10
- 保健だより 春の健康 ..... P.17

勝浦の町 ひな祭り一色に

# 大盛況でファイナール！



## 第二十回ビッグひな祭りを終えて

ビッグひな祭り実行委員会  
委員長 殿川 武男

第二十回の記念すべきビッグひな祭りを盛會裡に開催できたことを心から歓びたいと存じます。

このビッグひな祭りを立ち上げることができましたのは、実行委員の創意ある会場設営と長期に亘る準備作業の賜であることは勿論ですが、加えて町内外有志各位並びに一般皆様の格別のご理解とご協力のおかげであると深く感謝申し上げます。

新聞、ラジオ、テレビなどマスコミ各社の報道もあって、会場は連日大盛況で賑わい、特に近畿、中国地方からの観光バスや徳島バスのサンデーツアー等、多くの来場者を迎えることができました。また、養護施設からの来場者、更には幼稚園や小学校の子どもさんも来られて、ひな人形のことを調べたり、市松人形と背くらべをするなど大変にぎわいました。

加えて、土曜、日曜を中心に、特設ステージでひな祭りを盛り上げて下さった町内外の出演者の方々にも感謝申し上げます。ビッグひな祭りも、今年で二十回を迎えることができました。毎回「テーマ」を持って開催運営し、お越し下さった皆様に喜んでいただくようにしております。

今回は、「ひな人形の歴史を学ぼう、ひな

飾りを体験しよう」とのテーマで、古いひな人形や、御殿飾りの年代表示をして来場者の期待に答えられるようにしたり、「自分で飾るひな段」、「おひな様に変身の衣裳コーナー」も設け、記念写真撮影もして喜んでいただきました。

会場内南側の通路部分には「昔の街なみ風景」として珍しい施設や道具、昔風の手造り人形を並べたり、貴重な掛軸を展示しました。メインステージには、地元喜楽苑の力作・等身大のひな人形が並びました。

会場いっぱい展示された三方体のひな人形が来場者をお迎えし、来場者は、「うわー」「すばらしい」と感嘆の声をあげられていました。

勝浦町での交流人口は、このビッグひな祭りだけで定住人口の数倍にもなっています。元氣な勝浦町づくりのお役に立っていると自負しています。

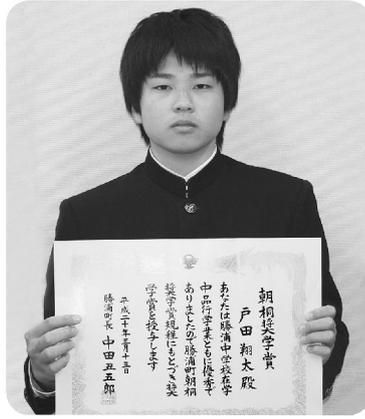
このビッグひな祭りは、町を挙げての催しとなりました。町内各地の商店街では、それぞれ特色ある「ひな街道」をつくってお客様の足を止め、買い物をしていただくよう経済効果をあげる気運が高まってきました。これが定着すればビッグひな祭りは更に盤石となり、勝浦町の知名度はあがり、グローバルビッグひな祭り、人形文化の発信地として未来に向かって一層輝きを増すこととなるでしょう。町民あげての尚一層のご理解とご協力を期待いたします。

平成十九年度

## 朝桐奨学賞

平成十九年度朝桐奨学賞に、戸田翔太さんと中尾陽子さんが選ばれました。

この賞は、名誉町民・故朝桐猪平氏の尊いご遺志を永久に遺すため、ご遺族から寄付された資金で設けられたもので、毎年勝浦中学校を卒業する生徒の中から優秀な方に贈られています。



戸田翔太さん  
(坂本)



中尾陽子さん  
(三溪)

## 集会所に防犯防災灯設置

財団法人自治総合センターの宝くじ収益金を利用したコミュニケーション助成事業により、町内八カ所の集会所に防犯防災灯の設置を行いました。この防犯防災灯は太陽電池によるLED灯であり、停電時にも明かりを得ることができます。町では、夜間の防犯対策や防災対策および環境に優しいクリーンエネルギー普及対策の一環として、平成十八年度および平成十九年度の二年間で、各地区の避難所に指定されている集会所にこの防犯防災灯の設置を行ってきました。平成十九年度は次の集会所に防犯防災灯が完成し、町内十六地区の集会所へ設置が完了しました。

- ・ 石原集会所
- ・ 山西集会所
- ・ 星谷集会所
- ・ 立川集会所
- ・ 掛谷集会所
- ・ 今山ふれあい交流館
- ・ 棚野集会所
- ・ 坂本集会所



覚えて!

## ごみの分別⑧

飲料用空缶リサイクルについて  
こんな質問が多くあります。

**Q** 飲料用空缶のアルミ缶とスチール缶の見分けかたはありますか。

**A** リサイクルマークが缶に印刷されています。アルミ缶は、「」です。

スチール缶は、「」です。

また、磁石がくっつく缶はスチール缶です。

**Q** シーチキンやとうもろこし、果物の食品の空缶も飲料用空缶のリサイクルに出せませんか。

**A** 出せませんので、町指定ごみ袋のアルミ類、スチール類に分別して出してください。また、分別ステーションの場合は、アルミ類、スチール類のコンテナに分別して出してください。

**Q** 道路清掃などでさびたスチール缶を拾いましたが、飲料用空缶リサイクルに出せませんか。

**A** 資源化透明袋や分別ステーションの回収ネットへも出せません。町指定ごみ袋のスチール類に入れて出してください。

**Q** 飲料用空缶に少し中身を残したり、汚れていても出していいですか。

**A** 出さなくてください。飲料が残っていると、害虫が発生したり、腐敗した臭いが出て、収集場所周辺の迷惑や保管、作業に困ります。

必ず中身を捨てて、軽く水洗いして水を切って出してください。





## 第36回 地区対抗 バスケットボール大会

3月18、19日の2日間、生比奈小学校体育館において、地区対抗バスケットボール大会が開催されました。

今大会では、多くの方がバスケットボールを楽しんでいただけるよう3on3形式の特別ルールで行いました。大会には、14チーム約60人の方が参加しました。

例年より1日に行われる試合数が多く、たくさんの方が集い、和やかな雰囲気の中、試合が行われました。

決勝戦は、星谷D対沼江・石原・山西・掛谷B。序盤から点の取り合いとなり、ダンクシュートや3点シュートなど会場を沸かせるプレーが続出。終盤までもつれた試合となりましたが、46-43と星谷Dが逃げ切り優勝しました。

**優勝** 星谷D  
**準優勝** 沼江・石原・山西・掛谷B



## 沼江谷川 清掃ボランティア活動

二月十日に沼江地区と石原地区の間を流れる沼江谷川の清掃を沼江・石原地区の住民約五十人が参加し、草刈や谷川内のゴミを拾い集め、清掃ボランティア活動に汗を流しました。

ここ数年、沼江谷川に草などが大量に生え、河床が高く大雨が降った後には河川の氾濫など流れに影響しており、また不法投棄されたゴミが葎などに引っかけたり、河川の景観を損ねていました。

清掃を始めると河川には、空き缶や扇風機などの電化製品が捨てられていました。

清掃ボランティア活動は、住民の皆さまの善意の労力で成り立つ活動です。多くの方が、清掃活動に参加しきれいで美しい街づくりをするためだけでなく、清掃活動を通じて

さまざまなゴミの問題について考えていただければと思います。

また町では住民の皆さまが清掃ボランティア活動を行う場合、事前に連絡（勝浦町住民課 ☎(42)1501）をいただければ、ゴミ袋を提供いたします。

最後になりましたが、当日参加していただきました、沼江・石原地区の住民の皆さま、ありがとうございました。

募集

自衛官募集

(一般幹部候補生等)

一般・技術幹部候補生採用試験

一般大学等出身の幹部自衛官候補者、採用と共に陸・海・空曹長に任命され、幹部候補生として約一年間の教育を受けた後、二等陸・海・空尉(大学院修士課程修了者は二尉)に昇任し、幹部自衛官となります。

受験資格

日本国籍を有し、二十歳以上二十六歳未満の者(二十二歳未満の者は大学院卒) 大学院修士取得(見込)は二十八歳未満のもの

受験区分

陸上自衛隊	一般幹部候補生	一般要員
海上自衛隊	一般幹部候補生	一般要員
	技術幹部候補生	飛行要員
航空自衛隊	一般幹部候補生	一般要員
		飛行要員

受付 四月一日(火)～五月十二日(月)

一次試験 五月十七日(土)・十八日(日)

(十八日は飛行要員希望者のみ)

筆記試験 一般教養(択一)

専門(択一、記述)

一次試験合格発表 六月六日(金)

二次試験

六月十七日(火)～二十日(金)のうち指定する一日 小論文、口述、身体検査  
(飛行要員希望者は二次試験七月十六日(水)～八月二日(土))

最終合格発表

陸上 八月四日(月)  
海上 八月二十二日(金)  
航空 九月二日(火)

歯科・薬剤科幹部候補生採用試験

受験資格

日本国籍を有し専門の大学を卒業(見込)した者であり、歯科は二十歳以上三十歳未満の者、薬剤科は二十歳以上二十六歳未満の者(薬剤修士学位取得者は二十八歳未満)

受験区分

陸上自衛隊、海上自衛隊、航空自衛隊(歯科幹部候補生または薬剤科幹部候補生)

受付 四月一日(火)～五月十二日(月)

一次試験 五月十七日(土)

筆記試験 一般教養(択一)

専門(択一、記述)

一次試験合格発表 六月六日(金)

二次試験

六月十七日(火)～二十日(金)のうち指定する一日 小論文、口述、身体検査

最終合格発表

陸上・航空 八月四日(月)  
海上 八月二十二日(金)

4月

子育て支援  
センター事業から

★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  
(リズム室まのよび園庭)

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)

わんぱく教室はお子様と保護者の方が保育所に来て、育児についての悩みを話し合ったり、保育所のお友達と一緒に遊んだりしながら、楽しく子育てをしていきませんか?

たくさんの方のご参加をお待ちしています。

30日(水)	23日(水)
<ul style="list-style-type: none"> <li>★室内外で好きな遊びをしましょう</li> <li>★四月生のお友達のお誕生会パネルシアター</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>★わんぱく教室二〇〇八年度の受付と説明</li> <li>★わんぱくだより配布</li> <li>★保育所のお友達と園庭で一緒に遊びましょう</li> </ul>

※駐車場のスペースが限られていますので、お車の方はできるだけ乗り合わせてください。お近の方は徒歩または自転車でお越ください。

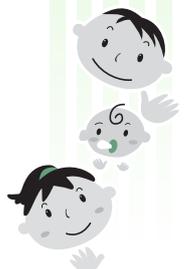
育児相談

生比奈保育所では、子育てによる悩み相談を行っています。子育てのことで困ることや気になることがありましたら、気軽に相談ください。

相談時間 平日午前九時～午後四時  
場所 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





### 五月一日から 本人確認を実施します

平成二十年五月一日から、戸籍の証明や住民票を取得するときに、本人確認を実施することになりました。

戸籍の証明書には、結婚したことや離婚したことなど、また住民票には、住所や生年月日、性別などの個人情報に記載されています。

ところが最近、他人になりすましたり、つそを言ったりして、他人の戸籍の証明書や住民票を取得するという事件が発生しています。

そこで戸籍や住民票に記載された大切な個人情報を守るため、窓口に来られた方（代理人も含む）について、運転免許証等で本人であることの確認を行います。

また、郵送で戸籍の証明書や住民票を取得するときにも、本人確認書類（運転免許証やパスポート等）の「コピーを同封する」ことが必要です。

ご理解のご協力をよろしくお願ひいたします。

#### 問い合わせ

勝浦町住民課 ☎(42)15001

### 介護保険第一号 被保険者の皆さんへ

#### ● 特別徴収（年金から天引き）に 該当される方

平成二十年度の介護保険料額の算定は、六月に前年度所得が確定してからとなるため、四月、六月、八月に特別徴収される介護保険料は仮算定として、平成十九年二月の保険料と同額となっています。（初めて特別徴収に該当される方の仮算定額は、平成十九年の保険料段階額の六分の一となります）

平成二十年度の確定通知は七月に送付し、保険料額の変更がある場合は十月以降の保険料で調整を行いますので、ご理解頂きますようお願いいたします。

#### ● 普通徴収（納付書・口座振替）に 該当される方

普通徴収に該当される方の平成二十年度分保険料は、前年度所得確定後に保険料を決定し七月に通知します。

#### 問い合わせ

勝浦町福祉課 介護保険係

☎(42)15002

## 楽ビジョン動画 番組案内

勝浦町・上勝町インターネット及びCATVサービス加入世帯で利用できる、テレビインターネットによる楽ビジョン番組を紹介します。ぜひ一度ご覧ください。

なお、操作方法については、各種説明書または二〇〇七年広報かつうら八月号をご覧ください。左記へお問い合わせください。

#### 問い合わせ

#### ・ 地域情報センター

☎(0120)960138

(フリーダイヤル)

IP050(3438)9877

#### （受付時間）

午前九時～午後五時（平日）

※右記以外の時間帯は、留守番電話で受付し、折り返して連絡・対応となります。

#### ・ 勝浦町総務課

☎(42)2511

IP050(3438)7148

タイトル	公開日	内 容	番組名
メタボリックシンドロームを防ぐために	公開中	平成19年11月10日、農村環境改善センターで行われた第17回勝浦町健康・福祉まつりでの講演の内容です。 演題：「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を防ぐために」 講師：国民健康保険勝浦病院 院長 平賀 隆先生	 イベント
生活習慣病予防のウォーキング	公開中	平成19年11月10日、農村環境改善センターで行われた第17回勝浦町健康・福祉まつりでの講演の内容です。 演題：「生活習慣病予防のウォーキング」 講師：京都大学非常勤講師・医学博士 岡本香代子先生	 イベント
第22回国民文化祭人形フェスティバルin勝浦	公開中	平成19年10月27日から11月4日まで、人形文化交流館を中心に行われた「第22回国民文化祭 人形フェスティバルin勝浦」の内容です。	 イベント
2008 勝浦町人権フェスティバル	4月上旬	平成20年2月27日、農村環境改善センターで行われた2008勝浦町人権フェスティバルの概要版です。 劇団カッパ座による「命の尊さ」をテーマにした芝居やア・カペラ・グループPYLON（ぱいろん）による“原点にして究極”の音楽 音楽で人の輪と題した講演会が行われました。	 イベント



# 4月 はぐくみ クラブ行事



子育てサークル「はぐくみクラブ」の四月の行事をお知らせします。  
お母さん同士の交流を広げ、親子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？  
平成二十年度は四月二十二日から活動を始めます。

**日時** 毎週火曜日  
午前十時二十分～十一時二十分

**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

4月行事予定
22日(火)
子どもフリーマーケット
昨年也大盛況だったフリマ第二弾！
ご家庭で不要になった子ども服・おもちゃなどを持ち寄ってフリマに参加しませんか？

## 三月の活動報告

三月はひなまつりパーティーとお別れ遠足を実施しました。ひなまつりパーティーでは、スポンジケーキに生クリームやおひなさま、ひし餅の砂糖菓子を好きなようにデコレートしていきましました。顔に生クリームがついてしまったり、途中で食べてしまいう子もいてみんな大騒ぎ。

お別れ遠足は、阿南の西部公園に行きました。  
春の日差しがとても気持ちよく、子どもたちは、元気にすべり台をすべったりお弁当を食べたりしていました。



▲ケーキをつくりました



▶ひなまつりケーキ

※十九年度のはぐくみクラブ活動に参加いただきましてありがとうございました。

**問い合わせ・申込先**  
はぐくみクラブ(株) (44)20206  
TEL 050(3438)9813  
URL [http://blog.goo.ne.jp/hagukumi\\_2006](http://blog.goo.ne.jp/hagukumi_2006)

## 平成二十年度 勝浦町育英奨学金 貸付金について

優秀な学生であつて経済的理由により修学が困難な者に対して奨学金を貸し付けし、社会有用の人材を育成することを目的とする貸付制度があります。

**募集期間** 四月一日(火)～十八日(金)

**貸付予定者** (土・日除く)  
高校生・徳島医療福祉専門学校生  
大学生

**貸付金等の額** (人数については予算の範囲内)

【奨学金】  
高校生 月額二万円以内  
徳島医療福祉専門学校生 月額三万円以内  
大学生 月額三万円以内

【入学準備金】  
徳島医療福祉専門学校生・大学生 入学時に四十万円以内

### 応募のために必要な書類

- ①奨学金貸付願書
- ②出身学校長の推薦書
- ③家族全員の所得証明書
- ④町内に住所を有する方の子であることの証明書  
(住民票または戸籍抄本等)
- ⑤在学証明書または入学許可書の写し

※その他所得等による規定もありますので、書類の様式等応募方法については、勝浦町教育委員会事務局(42)2515までお問い合わせください。

## 平成二十年度 就学援助制度

小・中学校の児童・生徒がいる家庭で、次に該当する場合、給食費等の助成が受けられる制度があります。

### 受給資格

- 前年度または当該年度に
- ①生活保護が停止または廃止となった。
  - ②町民税の減免を受けたか、非課税となっている。
  - ③国民年金の掛金または国民健康保険税の減免を受けた。
  - ④児童扶養手当を支給されている。
  - ⑤職業安定法に基づき、日雇労働者を希望し、求職申し込みをしている。
  - ⑥世帯全体の収入が一定額以下である。

### 申請書提出期間

四月一日(火)～十八日(金) (土・日除く)

※なお、申請書の様式等詳細については勝浦町教育委員会事務局(42)2515までお問い合わせください。

## 勝浦町立学校施設 （小中学校体育館・運動場） の前期利用申請受付

勝浦町立学校施設（体育館・運動場）の使用申請を次のとおり受け付けます。

### 開放施設

生比奈小学校・横瀬小学校・勝浦中学校の各体育館および運動場（ナイター施設を含む）

### 申請受付日

- ・四月三日(木) 午前十時  
勝浦町スポーツ少年団に加入している各スポーツ少年団
- 四月三日(木) 午後二時  
勝浦町スポーツクラブ
- 勝浦町体育協会所属の各クラブ
- ・四月四日(金) 午前十時  
その他一般

### 申請場所

勝浦町教育委員会 階視聴覚室

### 使用料

- (1) 午後五時から八時：無料
- (2) 午後八時から十時  
体育館 三百円/時間・一面  
運動場（ナイター施設含む）  
七百円/時間・一面又は  
三百円/時間・全面

### 使用可能者

- (1) 勝浦町スポーツ少年団
- (2) 勝浦町スポーツクラブ
- (3) 勝浦町体育協会
- (4) その他（町内に在住、在勤又は在学する者が十人以上の団体を構成し、かつ監督者として成人が含まれること）

持参するもの 印鑑  
その他

今回の受付は、四月三日から九月三十日までの使用期間の受付とし、受け付けた日数の使用料は全額前納していただきます。なお、今回の受付をしながらも、施設の空いている日であれば使用希望の二日前までに申請していただければ、使用可能です。（その場合でも、前納していただきます）

なお、耐震工事中でありました勝浦中学校体育館は、工事が終わっていますので、使用できません。

※ご不明な点は、勝浦町教育委員会 ☎(42)2515までお問い合わせください。

## 固定資産課税台帳の縦覧

固定資産税縦覧台帳（以下「縦覧台帳」という）を、無料で縦覧することができます。

縦覧台帳で土地・家屋の評価が適正にできているか確認することが出来ます。家屋を新築、増築、取り壊し等された方は、一度確認してください。

### 縦覧場所

勝浦町総務課

### 縦覧期間

四月一日(火)～六月三十日(月)まで  
平日 午前八時三十分から  
午後五時十五分まで

※土曜・日曜・祝日は縦覧できません。

### 問い合わせ

勝浦町総務課

☎(42)1503

## 電気式生ごみ処理機購入補助金のお知らせ

ごみ減量化を進めるために、購入補助金制度の申請を次のとおり受付を行います。

### 受付期間

四月一日から九月三十日まで

### 補助対象者

- (1) 町内に住所を有する世帯
- (2) 肥料化および減量化されたものを処理できる方

### 補助金の額

- (1) 一世帯につき一台まで
- (2) 購入額の三分の二を補助（千円未満端数切捨）ただし、四〇、〇〇〇円を限度とする

※予算が限られていますので、受付先着順となります。

生ごみ処理容器（コンポスター）の半額補助制度もあります

## 男の料理教室会員募集

健康づくりの生活の上で大切な食生活について、一緒に考え、実践してみませんか。現在十七人の方が加入し楽しく学んでいます。

平成二十年度の会員を次のとおり募集します。

対象者 勝浦町民の男性ならごなたでも参加できます。

開催回数 年間六回（毎月第二、四、六曜日）

場所 住民福祉センター

経費 初回加入時 三千元必要  
生活習慣病予防のための実習を主に行います。

申込先 \*参加希望者は、随時受付しています。  
勝浦町福祉課 ☎(42)1502

申請につきましては、五月下旬に、保健部長さんから回覧をいたします。  
問い合わせ  
勝浦町住民課 ☎(42)1501  
I P ☎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！

心身の発育や発達に関する必要な相談を次のとおり実施します。

4月24日(木) 午後2:00～  
勝浦町住民福祉センター1階  
小松島療育センター  
吉良明美先生

※相談については、事前に申し込みが必要になります。4月7日(月)までに勝浦町福祉課保健師へ申し込み予約をしてください。予約がない方については、当日は受けられません。

### 【問い合わせ・申し込み】

勝浦町福祉課保健師 ☎(42)1502  
I P 050(3438)7441

安全と安心の  
まちづくり

春の全国交通安全運動が  
始まります！

ゆずり合い  
笑顔で走ろう  
阿波の道



交通安全思想の高揚を図り、正しい交通ルールの遵守とマナーの実践を習慣づけ、交通事故の防止に努めましょう。

期 間 四月六日(日)～  
四月十五日(火)まで

運動重点

子どもと高齢者の交通事故防止  
道路横断中の子どもや  
高齢歩行者および自転車  
乗用中の子どもや高齢者  
の保護を図るなど、思い  
やりのある運転に努めま  
しょう。



全ての座席のシートベルトと

チャイルドシートの正しい着用の徹底  
道路交通法の改正に  
よじ、全ての座席のシー  
トベルト着用が義務化  
されます。



交通事故発生時にお  
ける被害の防止・軽減を図るシートベ  
ルトとチャイルドシートの着用効果を  
認識し、着用を徹底しよう。

自転車の安全利用の推進

自転車の危険性(すぐに止まらない  
倒れやすい。発見されにくい。)や乗  
り方、マナーについて認識し、安全利  
用に努めよう。また、二人乗り・飲酒  
運転・無灯火・傘差し・携帯電話使用  
などの危険運転はしないようによしまし  
よう。

飲酒運転の根絶

飲酒運転の悪質性・危険性、飲酒運  
転による交通事故の悲惨さについて自  
覚することも、自転車も含め「飲酒  
運転は絶対しない。」という意識の徹  
底を図り、飲酒運転を根絶しよう。

交通ルールの遵守と思いやり運転の励行

交差点での信号の遵守、一時停止場  
所における確実な一時停止、さらには  
運転中の携帯電話の使用禁止など交通  
ルールの遵守を徹底しよう。

高齢者の特性を理解し、高齢運転者  
標識を表示した自動車への幅寄せや割  
り込みをせず、常に思いやりをもった  
運転に心掛けよう。

安心の相談ダイヤル #9110

ストーカー、悪質商法、薬物、けん  
銃、廃棄物、性犯罪、交通関係等、様々  
な相談に応じます。

犯罪被害で心に悩みなどある方は、

遠慮なくご相談ください。  
徳島県警察犯罪被害者相談所

☎(656) 8080

四・五月の猟銃等講習会開催日程

経験者講習

- 4月9日(水) 三好警察署
- 4月24日(木) 阿南警察署
- 5月14日(水) 徳島西警察署
- 5月22日(木) 阿南警察署

初心者講習

- 4月2日(水) 小松島警察署
- ※5月はありません

知っていますか?

「県民交通安全の日」

高齢者等にやさしくする日→毎月5日  
シートベルト着用推進デー→毎月10日  
県民交通安全参加日→毎月20日

労働保険の年度更新の  
お知らせ

平成二十年度の労働保険の年度更新  
の時期がまいりました。

平成十九年度分の確定保険料と、平  
成二十年度分の概算保険料の申告・納  
付手続を、「労働保険確定・概算保険  
料申告書」により五月二十日(火)ま  
でに行っていたいただきますようお願い  
いたします。

年度更新については、徳島労働局  
労働保険徴収室☎088(652)91  
43へお問い合わせください。

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。

場所	相談日
勝浦町住民福祉センター一階研修室	4月
	5月
	8日(木)
	10日(木) 24日(木) 29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	TEL 088(654)6610 FAX 088(654)6610 携帯 090(514)0668
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 Tokui-kuseikai@kouryu-plaza.jp FAX 088(631)2719 TEL 088(631)2720
身体障害者	9時～17時	同上	メール kensinren@kouryu-plaza.jp FAX 088(631)2719 TEL 088(631)2720

問い合わせ

勝浦町福祉課 ☎(42)1502  
社会福祉協議会 ☎(42)4652

# 犬の登録と狂犬病予防注射のお知らせ

平成20年度の犬の登録と狂犬病予防注射を次の日程で実施します。

登録料 3,000円 注射料 3,000円

狂犬病予防注射は飼い主の義務です。必ず受けるようにしてください。



## 平成20年度 狂犬病予防注射日程表

月日	場 所	時 間
4月7日(月)	坂本黄檗橋	午前 9:00~9:15
	坂本郵便局前	9:20~9:35
	坂本大師前停留所	9:40~9:45
	旧JA坂本事業所前	9:50~10:05
	与川内消防詰所前	10:15~10:25
	旧JA与川内事業所前	10:30~10:40
	勝浦町農村環境改善センター前	10:45~11:00
	徳バス横瀬営業所前	11:05~11:20
	横瀬集会所前	11:25~11:40
	JA勝浦支所前	11:45~12:00
4月8日(火)	星谷運動公園公衆便所	午前 9:00~9:15
	森内 智さん宅横	9:25~9:35
	勝浦会館	9:40~9:50
	大森良樹さん宅南	9:55~10:05
	今宮神社前	10:10~10:20
	勝浦町役場前	10:30~10:45
	中山権現橋	10:55~11:10
	中山消防詰所前	11:15~11:30
	横瀬駐在所前	11:35~11:50
旧NTT勝浦支店前	11:55~12:05	
4月9日(水)	石田亨さん宅横	午前 9:00~9:15
	中田商会付近	9:20~9:30
	古山商店横	9:35~9:45
	田中屋食堂南	9:50~10:00
	JA生比奈支所前	10:05~10:20
	勝浦町農村婦人の家	10:25~10:40
	福山隆さん宅横	10:45~10:55
	地福寺入口	11:00~11:10
	生名東林庵横	11:15~11:35
生名センター前	11:40~11:55	

飼い犬は生涯に1回の登録と毎年1回の狂犬病予防注射を受けましょう。

### 狂犬病について

狂犬病は、現在日本では発生していませんが、外国では発生例が伝えられています。外国からの輸入動物が多い現在、狂犬病も感染する恐れがあります。

### 犬の生涯1回の登録

犬を飼い始めたときやまだ登録を受けていない場合は、登録を受けましょう。

1度登録するとその犬の生涯に有効です。

### 死亡届と変更届

また、犬が死亡したときや犬の住所が変わったときは最寄の市町村長を経由して知事に変更届をすることが義務づけられています(違反した場合は未登録、未注射と同様に罰則が適用されます)。

### 毎年1回の狂犬病予防注射

狂犬病予防注射は、毎年1回受けなければなりません。(犬の体調が悪いとき、治療中の病気があるときは、あらかじめ獣医師に相談してください)

【問い合わせ】 勝浦町住民課 ☎42-1501

## こんな時は国保へ届け出を！

	こんな時	届け出に必要なもの
国保に入る時	他の市町村から転入してきたとき	印鑑、他の市区町村の転出証明書
	職場の健康保険をやめたとき	印鑑、職場の健康保険をやめた証明書
	職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき	印鑑、被扶養者ではない理由の証明書
	子どもが生まれたとき	印鑑、保険証、母子健康手帳
	生活保護を受けなくなったとき	印鑑、保護廃止決定通知書
	外国人が入るとき	外国人登録証明書
国保をやめるとき	職場の健康保険に入ったとき	印鑑、国保と職場の健康保険の両方の保険証 (後者が未交付の時は加入したことを証明するもの)
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	
	国保の被保険者が死亡したとき	印鑑、保険証、死亡を証明するもの
	生活保護を受けるようになったとき	印鑑、保険証、保護開始決定通知
	外国人がやめるとき	保険証、外国人登録証明書
その他	退職者医療制度の対象となったとき	印鑑、保険証、年金証書
	同じ市町村で住所が変わったとき	印鑑、保険証
	世帯主や氏名が変わったとき	
	世帯が分かれたり、いっしょになったとき	
	出稼ぎや長期の旅行に行くとき	
	修学のため、別に住所を定めるとき	印鑑、保険証、在学証明書
	保険証をなくしたとき (あるいは汚れて使えなくなったとき)	印鑑、身分を証明するもの (使えなくなった保険証等)

**必ず14日以内に役場受付窓口へ届け出ましょう!!** 問い合わせ先 勝浦町総務税務課 ☎42-1503

※平成19年分の申告を済ませていない方は、速やかに申告を済ませてください。

新しい国保証は、3月末に各世帯宛に届いているはずですが、配達記録郵便で送りましたので、留守等のため届いていない場合や、直接お渡しするケースの分は勝浦町総務税務課で預かっていますので、受け取りにお越し下さい。

新しい国保証の有限期限は平成21年7月31日となりますが、世帯の中に満75歳になる人がいる場合には、その人の誕生日の前日までが有効期限となりますので、勝浦町役場まで有効期限の変更においでください。古い期限切れの国保証等は各家庭で廃棄処分していただいで差し支えありません。

※平成20年4月1日から始まる「後期高齢者医療制度(老人保健)」の役場窓口業務は福祉課から総務税務課に変わります。

## 特定健診でメタボリックシンドローム対策を!

がんや心臓病、脳卒中といった生活習慣病は、増加を続ける医療費の多くを占めています。生活習慣病のおおもととなるメタボリックシンドロームの早期発見・改善を目的に、40~74歳までの人を対象に、特定健診・特定保険指導が行なわれます。

◎勝浦病院では、5月から特定健診の予約受付を開始します。



## 学生の皆さん！「学生納付特例制度」をご存知ですか？

国民年金は20歳から60歳までのすべての方が加入することになっています。しかし、国民年金保険料を納めることが困難な学生には、本人の前年の所得が一定額以下の場合、保険料に納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。



### ■対象となる学生

大学（大学院）・短大・高等学校・高等専門学校・専修学校および各種学校（知事の認可を受けている学校で修業年限が1年以上である課程）に在学する20歳以上の学生で、学生本人の前年の所得が118万円以下であるとき。

### ■手続き

在学証明または学生証の写し、年金手帳、印鑑をお持ちになり、住民登録をしている市町村役場国民年金担当窓口で申請してください。（毎年申告が必要です。）

### ■承認を受けた期間

学生納付特例期間中の障害や死亡といった不慮の事故にあった場合には、障害基礎年金または遺族基礎年金を受けることができます。また、学生納付特例期間は、老齢基礎年金の受給資格期間に算入されますが、老齢基礎年金の年金額には反映されません。

### ■保険料の追納制度

承認された期間については、保険料を全額納付したときに比べ、受け取る年金額が少なくなります。このため、これらの期間は10年以内であれば、あとから保険料を納付することができる「追納制度」があります。なお、保険料の免除若しくは納付猶予を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する場合には、承認を受けた当時の保険料額に経過期間に応じ政令で定める額が加算されます。

## 国民健康保険

あなたの医療費はみなさんの保険料で支えられています。

### ●70～74歳の国民健康保険の加入者の方へ 窓口負担が1割に据え置かれます

医療制度改革により、平成20年4月から窓口負担2割とすることとされていましたが、平成20年4月から平成21年3月まで1年間、1割に据え置かれます。

支払っていただく医療費の1ヵ月あたりの限度額についても、従前のまま据え置かれます。

### ●75歳以上の方と同居する国民健康保険加入者へ 後期高齢者医療制度創設にともなって国民健康保険の保険料等が軽減されます

平成20年4月以降、75歳以上の方は、後期高齢者医療制度に移行し、新制度の保険料を納めることとなります。それにともなって、国民健康保険に引き続き加入する方の保険料負担が急に増えることがないように、国保被保険者の保険料については、次のような軽減を受けることができます。

75歳以上の方が後期高齢者医療制度、75歳未満の方が国民健康保険に加入することになる場合

例



#### ①所得の低い方の国保保険料の軽減について

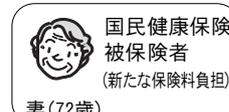
保険料の軽減を受けている世帯は、世帯構成や収入が変わらなければ、5年間今までと同じ軽減を受けることができます。

#### ②世帯割で賦課される国保保険料の軽減について

国民健康保険の被保険者が1人となる場合には5年間、世帯割りで賦課される保険料が半額になります。

75歳以上の方が被用者保険から後期高齢者医療制度に移行することにより、被扶養者(65～74歳)が国民健康保険に加入する場合

例



新たに国民健康保険に加入し、国保保険料を納めることになった方については、市町村の窓口申請いただければ、2年間、被保険者1人あたりで賦課される保険料が半額に、さらに、被保険者が1人の場合には、世帯別で賦課される保険料も半額になります。



## 国民年金の手続き(種別・変更)はお済みでしょうか？

就職や退職、結婚などで加入者の種別が変わったときは、14日以内に手続きをすることが必要です。届け出をしなかったために、将来の年金額等に影響が出る場合がありますので、必要な手続きは早急に済ませましょう。

### ■国民年金の加入者は3つの種別で分けられます

- 第1号被保険者……自営業、学生など(第2号、第3号被保険者以外の方)
- 第2号被保険者……会社員などの厚生年金保険・共済組合等の加入者
- 第3号被保険者……会社員など(第2号被保険者)に扶養されている配偶者



### ■種別が変わるときには届出が必要です

現在の種別	種別の変わる事由	変更後の種別	必要な届け出	届け出先
第1号	就職して厚生年金か共済組合に加入した	第2号	資格喪失届	事業所
	会社員と結婚して被扶養配偶者になった	第3号	種別変更届	事業所
	夫が就職して、被扶養配偶者になった	第3号	種別変更届	事業所
第2号	転職して自営業になった (被扶養配偶者も第1号被保険者になります)	第1号	資格取得届 (種別変更届)	市町村役場
	会社を退職して自営業者の妻になった	第1号	資格取得届	市町村役場
	会社を退職して会社員の被扶養配偶者になった	第3号	資格取得届	事業所
第3号	夫が会社を退職した	第1号	種別変更届	市町村役場
	会社員の夫と離婚した	第1号	種別変更届	市町村役場
	収入が増え、被扶養配偶者でなくなった	第1号	種別変更届	市町村役場
	夫が亡くなった	第1号	種別変更届	市町村役場
	会社に就職して被扶養配偶者でなくなった	第2号	資格喪失届	事業所
	夫が転職し、厚生年金から共済組合または共済組合から厚生年金に変わった	第3号	種別確認届	事業所
未加入	会社などに勤めていない人	第1号	資格取得届	市町村役場
	20歳未満で就職し、厚生年金か共済組合に加入した	第2号	届出不要	—

※妻が会社員などで、夫がその被扶養配偶者のときは、「妻」と「夫」を読み替えてください。



## 特別障害給付金の請求はお済みですか？

国民年金に任意加入していなかったことにより障害年金を受給していない障害者の方について、福祉的措置として「特別障害給付金」が支給されます。この給付金は請求書を受付した月の翌月分からの支給となりますので、請求手続きがお済みでない方は、お早めに請求書を提出してください。

また、特別障害給付金の対象者は

- 平成3年3月以前の国民年金任意対象であった学生
- 昭和61年3月以前の国民年金任意加入対象であった厚生年金や共済組合等に加入していた方の配偶者

であって、任意加入していなかった期間中に生じた傷病が、現在、障害基礎年金の1・2級相当の障害の状態にある方。ただし、65歳に達する日の前日までに当該障害状態に該当する方に限られます。



# 怒りから行動へ

僕の怒りは、誰にも止められない。でも、怒りだけでは、差別はくなくならない。僕は、今まで道徳の時間や、総合的な学習の時間で差別に対する学習してきました。しかし、三年生になって「差別が悪いことは十分わかっている」もう、こんな勉強なんかしたくないと思っていた時のことである。帰りの学活の時に、「差別をなくしていくために必要な力」とは何かという質問をされた。僕は、何を急にしようもないことを質問しよんだらうかと、真剣に考えようとしなかった。

晩ご飯のとき、母さんが、僕がしんどそうにしているのを感じたのか、「辛いことはみんなあるよ。くよくよせられんよ」と言葉をかけてきた。僕は、何の返答もせず、ただ、ご飯を食べた。

僕は、今まで差別についてたくさん勉強してきたけれど、本当に真剣に取り組んでいたのだろうか。僕は、部落差別から逃げていただけだったのではないだろうか。僕は先輩や家族から部落差別についての体験談を

何度となく聞かされている。もしかすると、それだけで、部落差別をなくしていく人間だと誤解していたのかもしれない。母さんは、昔、大阪で仕事をしていたとき、ひどい差別にあつた。でも母さんは、逃げずに差別する人に向かって自分は、何も悪いことをしていないとはっきりと答えたそう。しかし、差別は止まることはなく続いたらしい。それから後のことは話してくれないが、僕は、母さんの弱虫と思つた。僕は、母さんを苦しめた部落差別を許さない。差別をすることの醜さをわかっ

てもらうと同時に、職場で大切なことは、みんなが楽しく助け合うことだと母さんの話から考えさせられた。「差別が悪いことは、みんなわかるとる。」けど、みんな差別する。今の世の中、正しいことが、場合によつて悪いことのように感じる時がある。こんな間違つた世の中を正しくいくために、僕は差別と闘い、なくしていく行動をする。

ある日、友達が今日の学習会をさばらんかと言つてきた。僕は何いよんな。と怒りをぶちまけた時があつた。しかし、今思えば、これでは、母さんと同じでないかと反省し、これからは、なんで、そんなことを言うのか、学習会が何のためにあるのかを友達に説明していきたいと思うようになった。

今、中学三年生。自分の権利と責任、権利と義務の関係を勉強している。その中で怒りだけでは、差別がなくならないことに母さんの体験談と重なつて理解することができた。

怒るだけでは、相手の人は僕の言うことを聞いてくれない。怖がつて、「わかつた。わかつた」と言葉だけで謝るだけや。

もう寝る頃である。今日の帰りの学活の時の質問について、僕なりに考える気になつてきた。差別をなくす力か、まず、相手を説得するための知識がいるしなあ、説明するため、の力もいるし。そう考えると、怒りから行動せなあかんと気持ちが変わつてきた。差別をなくすことは、簡単じゃないけど、今まで、差別についてのビデオ学習や、調べ学習だけだつたけど、これからは、なくしていくための力について、もつともつと国語の時の、言葉の発音や、文法にも意味があつたことがわかつた。差別する人は、日本人だけやない、

外国人と日本人の場合もある。だから英語でもしゃべれるようにならなあかん。これは、今の僕には無理やけど、今の僕は、差別に対する怒りからなくしていく行動をみんなもつともつと考え、身に付けていく。だからもつともつと強くなりたい。

結局、あの「西光万吉」と仲間たちは、水平社宣言というものすごいことをやった。日本の人権宣言といわれているらしいが、今の僕にあれだけ説得力のある宣言文は、作れない。でも、作れないから諦めるのではなく、僕の差別をなくしていく行動をもつともつと積極的に実行していきたい。「人の世に熱あれ、人間に光あれ」という言葉が訴えている世の中の幸せについて部落差別だけでなく、女性、「障害」者、外国人差別などもなくしていく取り組みを怒りから、相手に納得してもらうだけの行動をして、一日も早く、差別がなくなるよう努力することをみんなの前で誓いたい。だから、みんなも協力して一緒に差別をなくしていくようではありませんか。

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より

# かつうら柳壇

井上 博選

## 題 「な」から始める

亡き母の声なつかしいビデオ見る  
横瀬 呑口久子

謎かけてあなたの心確かめる  
横瀬 桜木千代

内心は見かけ程には強くない  
横瀬 日下美里

なだめてもさすつても駄目痛む足  
久国 美馬真由

泣き寝入り煩の涙をそつと撫で  
立川 前田千恵

懐かしい友の便りに長電話  
横瀬 西蔭達男

何見ても勿体ないで嫌われる  
立川 堀 梅子

なる程と感心すれど真似出来ず  
横瀬 前田好月

## 秀句

なぜだろう人の命が軽くなる

久国 美馬真由

〔評〕殺人事件のニュースがよく出る。事情がどうあれ人の命を軽く見過ぎる。社会の乱れか教育問題か。残念な時代と思う。

なごやかなひと年願う初日の出

棚野 島 つとむ

〔評〕初日の出を拝み今年一年和やかな年をとか、家内安全などを祈る。計画を組んでいたがこの際改めて腹を締めなおしたい。

何気ない言葉の中にある温み

棚野 竹田あゆみ

〔評〕お付き合いであるの人は良い人だとか思う。兄弟や親子のように交際を深める人も。常に温かい気持ちで世の中丸くする。

## 雑詠

邪魔だった杖が今では頼りです

立川 前田千恵

モンゴルへ持って行きたい国技館

中山 山下ふさを

笑顔よし幸を次々連れてくる

棚野 殿川早苗

四苦八苦見栄はつている老いの意地

横瀬 呑口久子

懐メロに残る昭和が温かい

生名 岩本敏子

初夢は万円札をごみに出す

棚野 島 つとむ

楽しいこと考えているよい笑顔

棚野 殿川早苗

まあまああゝ暮しゆっくり仕舞風呂

棚野 竹田あゆみ

山盛りに注いでこぼさぬ父の酒

中山 山下ふさを

とつておきの踊り祝いの席で舞う

横瀬 前田好月

嫁からの荷物わくわく開けてます

横瀬 中田万里

歩く癖自分はわからぬ靴の禿び

坂本 平尾智男

孫可愛い初の曾孫はなお可愛い

横瀬 西蔭達男

長ばなし村の情報寄せ集め

横瀬 日下美里

無いですね年末ジャンボの当り券

坂本 平尾智男

家族みな隠し持つてる宝くじ

横瀬 中田万里

切り札を持たない母がいつも勝つ

棚野 田中思葦

出る杭に拍手をしたい時もある

棚野 田中思葦

孫からの優し電話に湧く元気

中角 花岡福枝

離れ住む子思う宵にベルの音が

中角 花岡福枝

## 秀句

栄養を補う老いの広辞苑

生名 岩本敏子

〔評〕いくつになっても辞書を片手とはいのことだ。年寄ると思ひ込みや度忘れが間違いを起こしている。良い習慣は続きたい。

ダイエットよもぎの餅が邪魔をする

横瀬 桜木千代

〔評〕最近メタボやダイエットなどよく聞く。これ等が旬の美味しい物を押えるようだ。欲しい物は食べて運動がよいと思う。

満腹になって貧しさもう忘れ

立川 堀 梅子

〔評〕飽食の時代で物がありあまり溢れている。戦中戦後を思うと本当に世の中変わり、飢えた事を忘れがち。ありがたいことだ。

## 次回作品募集

四月五日締め切り 俳句一人二句

あて先 生名 丸山香月

五月一日締め切り 短歌一人一首

あて先 横瀬 中田ヤスエ



# みんなの健康

## 4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
18	金	2歳児健康診査	13:30~14:00	農村環境改善センター	平成18年1月1日から6月30日までに生まれた子	母子健康手帳
19	土	男の料理教室	9:30~	住民福祉センター	会 員	エプロン 筆記用具
23	水	愛育班連絡協議会	9:30~14:00	住民福祉センター	愛育班長	エプロン 筆記用具
24	木	健康相談	10:00~11:00	勝浦会館	住 民	健康手帳
25	金	乳児健康診査	13:30~14:00	農村環境改善センター	平成19年10月1日から平成20年2月29日までに生まれた子	母子健康手帳

### 《平成19年度の実施内容》

月 日	内 容
平成19年5月17日	総 会
9月6日	料理講習 「カルシウムを取ろう」 ～乳製品を使った献立～
10月3日	伝達講習会 生比奈保育所でのわんぱく教室に参加する子供さんとその保護者の方を対象に、「ミネストローネ」と「バナナマーブルケーキ」を紹介しました。
11月22日	上勝クレイン（上勝・勝浦合同サッカーチーム）の皆さんに朝食の大切さをお話すると共に、手作りおやつ「げんこつ飴」を紹介しました。
12月15日	男の料理教室会員との合同研修会
平成20年3月19日	「食育の日」の普及推進を目的にチラシ配布を行いました。
その他	県での研修会等参加

勝浦町には、食生活の改善・活動の普及推進をして、「健康づくりの輪」を広げることが目的とした食生活改善推進員組織（平成九年結成）があります。

徳島県下では「共に学び、共に育とう」をモットーに、約千人の推進員が活動しています。

平成二十年度食生活改善推進員を次のとおり募集します。食生活に限らず、健康に関心のある方ならどなたでも参加できます。

(1) 主な活動内容  
 研修会：糖尿病予防や正しい食生活等の健康づくりについて学習し、伝達講習などを行い、普及推進に努めています。

講習会：料理講習、運動など



(2) 募集人員 約二十人  
 (3) 会 費 年間一、〇〇〇円  
 ※参加を希望される方は、四月十六日(水)までに、勝浦町福祉課保健師までお申し込みください。  
 IP 050(3438)7148  
 ☎(42)1502

健康づくりについて一緒に学んでみませんか？  
 ～平成二十年度 食生活改善推進員を募集します～

### ◆ 妊婦一般健康診査受診票の発行枚数が拡大されます ◆

4月1日から、妊婦さんの健康診査にかかる妊婦一般健康診査受診票を2枚から5枚に増やし発行します。これは、母子の健康管理や健康の保持増進はもとより、少子化対策の一環として行うことになりました。

### ◆ 麻しん排除計画にかかる定期予防接種の実施について ◆

平成20年度から5年間、中学校1年生、高校3年生の年齢に該当する方を対象に、麻しん風しん混合予防接種を行います。対象者には（4月1日現在本町に住民票を有する人）個人通知を行います。健康状態に合わせ、接種期間内に終了しましょう。（接種期間外になると任意接種となり接種料が9,950円の個人負担、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、勝浦町福祉課 保健師へお問い合わせください。☎(42)1502・IP 050(3438)7148



## 春の健康

「春眠暁を覚えず」と言われますが、春はつい眠くなります。日本の春は、温度・湿度とも睡眠には快適ですが、寒暖の変化で心身のバランスを崩しやすく、疲労もたまりやすいため、朝の目覚めを悪くしているようです。

また、春から初夏にかけての季節は、体内活動が盛んになるため、エネルギーを作り出す糖質の代謝に不可欠なビタミンB1などのビタミンB群の欠乏が起こりやすくなるなどの原因も春の眠さに関係していると言われています。

このように季節の変わり目は、人間の体や精神に、その季節に対応するための様々な変化を起こします。持病がこうした時期に再発したり、悪化することも少なくありません。自然が輝く季節を楽しみながら、元気に過ごしましょう。

### さあ、気持ちよく歩いてみませんか？

春風に誘われて体を動かしたくなる季節です。冬の間運動不足が気になっている方も多いのではありませんか？

さっそく、健康づくりのための運動を始めましょう。無理なく誰にでもできて、お金もかからないのが“歩く”こと。体脂肪を減らす楽しいウォーキングがお勧めです。お腹の出たお父さんは、なかなか貫禄があって立派に見えます。でも、この貫禄の源は脂肪ですので、あまり自慢できませんね…。

なぜ銀行貯金は増えないのに、脂肪貯金ばかりが増えてしまうのでしょうか。答えは極めて簡単です。供給するエネルギーより消費するエネルギーが少ないので、余分なエネルギーが脂肪に変身してしまうからです。脂肪貯金を減らすには、供給の制限、すなわち食事制限と消費の促進、つまり運動がとても大切なのです。その運動として最も適しているのが、ウォーキングです。

脂肪を減らすための歩き方には、少々コツがあります。30分間連続して、やや早足で歩いて下さい。歩き始めの10分～15分間は血液中の糖分がエネルギーとして使用され、その後、やっと脂肪が燃焼しはじめます。ですから、体脂肪を減らすためには、最低でも20分以上歩く必要があります。春の花々の甘い香りを感じながら爽やかな風の中を、颯爽と歩きましょう。



### 春の健康チェックポイント

冬ごもりから脱出しよう！	心身のリフレッシュを！	気温の変化に気をつけて！
冬の間運動不足から脱して、自然が輝きを増す季節の中、気持ちよく体を動かしましょう。ストレッチ体操で、縮こまっている筋肉や腱を伸ばし、早歩き、ジョギングなどの運動をマイペースで始めましょう。	新学期、新年度の慣れない環境からくる、緊張の連続、心身バランスが崩れがち。ストレスをためこまず、リラックスできる時間を持つ努力が大切です。音楽を聞いたり、スポーツしたり、リフレッシュしましょう。	桜の咲く頃は、花冷えといっただけで急に冷え込み、あわてる場合があります。気温の変化で体調を崩さないよう健康管理に気をつけてください。普段から、外気温の変化に適応できるよう体を慣らす訓練も大切です。

お問い合わせ  
 勝浦病院 ☎(42)2555  
 1P 050(3438)7441

場 所 勝浦病院二階 研修室  
 時 間 午後一時から二時  
 費 用 無料です  
 その他 申込みは不要で自由参加です。お気軽にご参加ください。

4月の予定 (いずれも火曜日)		
日	担 当	内 容
1日	内科医師	糖尿病について
8日	坂口栄養士	食事について
15日	正瑞薬剤師	薬について
22日	亀山看護師長	生活と運動

糖尿病教室、四月は次の予定となっております。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。

## 勝浦病院 だより



古紙の回収にご協力を!

ボランティアグループ「勝浦を考える会」

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

4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

4月12日(土) 午前9時まで

回収日の五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

不用犬引き取り日

8日(火)・22日(火)

※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、犬の飼い主の方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。

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 中角	山西集会所横の自転車置場付近 農村婦人の家
8日(火)	今山 黒岩 星谷 中山	旧今山橋北詰ごみフェンス横 運動場入口(小屋の横) 星谷橋北詰ごみフェンス横 中山集会所前
15日(火)	生名 久国 立川	東生名ごみフェンス横 久国集会所前 前田さん宅前ごみフェンス横
22日(火)	横瀬 " " " " " 坂本 " " " " "	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 花棚信一さん宅東 中田歯科駐車場 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JA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。

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 中角	JA生比奈支所保冷库前 (果樹試験場上り口) 馬越ごみフェンス横
14日(月)	今山 黒岩 星谷 中山	旧今山橋北詰ごみフェンス横 運動場入口(小屋の横) 星谷橋北詰ごみフェンス横 消防詰所横
21日(月)	生名 " 久国	東林庵前 島さん宅前 久国集会所前
28日(月)	横瀬 " " " " 坂本 "	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 花棚信一さん宅東 中田歯科駐車場 旧JA坂本出張所前 消防詰所横

# 図書館だより



## 4月の行事

### ★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

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			

○県立図書館協力巡回日 ○休館日

## おうちで図書館へ



2月28日、生比奈小学校2年生25人が図書館見学に訪れ図書館の利用の仕方の説明を受けたり、郷土資料室を見学しました。

### 2年 藤木 瑞穂

図書かんに行きました。図書かんに、いろんな本がありました。

と中がかみしばいをしてくれたのが心にのこりました。わたしは本がすきなのでなんでも読みます。

はじめて見た本もあるし、おもしろい本もありました。とっても楽しかったです。2かいに行くと化せきやよらい、そのほかにもいっぱいありました。もらったマップを見るといろんなことが分かりました。

### 2年 西おゆうた

今日、ひさしぶりに図書かんに行きました。あんなに本があるとはしりませんでした。それと、いっぱいビデオがありました。そして、本があってあそべるところでかみしばいを読んでもらいました。

「およめさんにばけたきつね」はおもしろかったです。

2かいに行くと、か石やツチノコがおいてありました。ほう石もありました。

### 2年 すず木あみ

今日、図書かんに行って、とても楽しかったです。紙しばいもおもしろかったです。2かいは、はじめて行ったから、どんなのがあるのか、楽しみでした。2かいには、へびがいました。ほんものかとおもいました。こばんもありました。ビデオは2本までしかかりたらだめと書いていましたがもっとかりたかったです。とてもおもしろかったです。

## 新着図書の一部紹介

流星の絆

主題歌

我、弁明せず。

ジバク

裁判員法廷

いつから、中年？

岩倉具視

山彦ハヤテ

婚約のあとで

そらいろいろ

犬と私の10の約束

夢をかなえるゾウ

食料植民地ニッポン

東野 圭吾

柴崎 友香

江上 剛

山田 宗樹

芦辺 拓

酒井 順子

永井 路子

米村 圭伍

阿川 佐和子

小沢 征良

川口 晴

水野 敬也

青沼陽一郎

### 《児童書》

ガンバリルおじさんとホオちゃん

やなせたかし

ねこのパンヤ

あかだなおこ

しずくちゃん⑧⑨⑩

ぎぼりつこ

きょうはなにをするの、ペネロペ

ペネロペひとりでふくをきる

アン・グットマン



## 心配ごと相談

日時 4月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  
相談内容 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

ご利用  
ください!

### 休日年金相談

日時 4月12日(土)・13日(日)・29日(祝)  
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

### 4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			

○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

### 勝浦会館から 平成20年度 人権教育推進市町村事業 交流講座の申し込み

当講座は、勝浦会館において当地域と近隣地域の方々が、それぞれの講座の中で親ばく・交流を深め人権問題に対する理解と認識を高めていくことを目的としています。この趣旨をご理解いただき、多数の方のご参加をお待ちしております。

申込先 勝浦会館 (申込用紙は、会館にあります)  
開講 5月から

開講予定 大正琴・陶芸・踊り・習字・生け花・歌謡・着付け

(注)○参加者が少ない場合や講師の都合で開講できない場合がありますので、お含みください。

○各教室には材料費等が必要です。申し込み時にお尋ねください。

問い合わせ先 勝浦会館 ☎42-3305  
mail:kaikan@town.katsuura.tokushima.jp

# まちのうごき

平成20年2月16日～3月15日 (敬称略)

## 人口 (平成20年2月29日現在)

世帯数	2,147戸
男性	3,007人
女性	3,240人
計	6,247人
出生	男 1人 女 1人 計 2人
死亡	男 6人 女 3人 計 9人
転入	男 6人 女 4人 計 10人
転出	男 8人 女 5人 計 13人

## ご結婚おめでとう

(大字三溪字上川原 谷尻道俊  
小松島市 岩本忍  
(大字棚野字鍛冶地 小川光弘  
徳島市 美馬朋弥

## お誕生おめでとう

大字沼江字大屋敷 阿部泰之(ま) 二女 真幸(ゆき)  
みつ美

## おくやみ申します

大字三溪字下川原 井上富貴與 (93歳)  
大字星谷字宮原 秋本正 (61歳)  
大字沼江字山路 秋本フミエ (89歳)  
大字星谷字大明神 長町芳藏 (87歳)  
大字棚野字広松 渡貴吉 (60歳)  
大字星谷字山下 豊岡カジエ (85歳)

## 善意あいがとうございました

(2月16日～3月15日)

石尾治美さん(坂本) 五見光さん(棚野)  
竹田茂文さん(棚野) 井上暁さん(横瀬)  
秋本徳重さん(今山) 長町豊秋さん(星谷)  
秋本貴志さん(星谷) 渡貴浩さん(棚野)

以上の方から善意銀行に善意がよせられました。ありがとうございました。