広報 おみいた
No.273
2021.3

節分（さくら保育所）

2月2日(火)、さくら保育所で節分の豆まきがありました。
今年の節分は、124年ぶりに2月2日になりました。
子どもたちは鬼を怖がりながらも、頑張って鬼に向かって豆を投げていました。

上板町事業者応援金給付事業の申請期限について　2
「とくしまマラソン2021」の開催中止について　2
子育て世代包括支援センター開所します　3
国民健康保険被保険者証の一斉更新について　4
町税等の口座振替制度について　5
廃車手続きについて　5
ファミリー・サポート・センターの会員になりませんか？　10

〈上板町の人口〉住民基本台帳登録人口　令和３年１月末現在　○世帯数／4,936世帯　○人口／男5,652人／女6,130人／計11,782人

事業者・農業者の皆さまへ

上板町事業者応援金給付事業の申請期限について

令和２年７月31日から、新型コロナウイルス感染症の影響により事業収入が減少し、経営に深刻な影響を被っている商工業者及び農業者に対し、経営継続の下支えと事業継続を図ることを目的とし、上板町が独自の応援金を給付しています。

下記の期限をもって事業が終了いたしますので、早めの申請をお願いいたします。

※申請期限（**令和３年３月25日まで**）を設定しておりますので、申請漏れのないようご注意ください。申請期限を過ぎての申請は受付及び給付が出来なくなりますのでご了承ください。

【対象者】

次の要件のいずれかに該当し、上板町内に本店を有する法人または本町に住民登録のある個人事業者で、営業の実態があり、今後も事業を継続する意思がある事業者

1. 商工業者
   ①「セーフティーネット並びに危機関連保証の融資等」を受けた事業者
   ②国の「持続化給付金」の給付を受けた事業者
   ③徳島県社会福祉協議会の「生活福祉資金」を受けた事業継続中の事業者
2. 農業者
   ①国の「持続化給付金」の給付を受けた農業者
   ②新型コロナウイルス感染症対策（緊急経済対策）農業者向けセーフティーネット資金等の融資を受けた農業者

【支給額】

法人は30万円、個人は20万円（ただし、要件で複数の制度を利用した場合も１回限りとする）

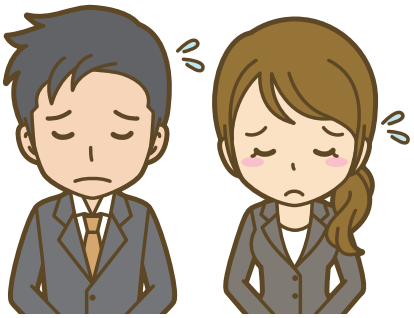
【申請期限】

令和２年７月31日(金)から 令和３年３月25日(木)まで

● お問い合わせ ●　上板町役場　産業課　088－694－6806　FAX 088－694－5903
アドレス　sa@kamiita.i-tokushima.jp

「とくしまマラソン2021」の開催中止について

令和３年３月28日(日)に開催予定でした「とくしまマラソン2021」は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止が決定いたしました。大会への参加を心待ちにされていた皆様には大変申し訳ございませんが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。詳細につきましては「とくしまマラソン2021」のホームページにてご確認ください。



上板町指定燃やせるごみ袋の引換について

上板町指定燃やせるごみ袋の引換をお忘れではありませんか？
まだ、引換ハガキをお持ちの方は役場 環境保全課までご来庁ください。

● お問い合わせ ●　上板町役場　環境保全課　０８８－６９４－６８１３

2021年
3月開設!!

上板町子育て世代包括支援センターを開設します

上板町では、上板町保健相談センターの開設と同時に、安心してお子さまを産み育てることができるよう、妊娠期から子育て期を切れ目なく支援できるよう「子育て世代包括支援センター」を開設します。保健師等がお母さんやお子さんの健康や子育てに関する様々な相談に対応しています。お気軽にお立ち寄りください。

子育て世代包括支援センターの主な業務

妊娠が分かったら・・・

- 母子健康手帳の交付
- 妊婦一般健康診査受診票の交付
- 妊娠・出産に関する情報提供・相談・支援

子育てで心配なこと・気になることがあったら・・・

- 授乳相談
- お子さんやご家族の健康相談（お子さんの身体計測）
- 子育てに関する情報提供・相談・受付
- 産後ケア事業の利用相談・受付

来所相談だけでなく、電話相談や家庭訪問も行いますのでお気軽にご相談ください。

開所日時

月曜日～金曜日　午前8時30分～午後5時

土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始（12/29～1/3）を除く

お問い合わせ先

上板町子育て世代包括支援センター「藍っこ」

（上板町役場西側）

088-694-5599
FAX 088-694-5903
〒771-1792
板野郡上板町七條字経塚42番地

上板町消費者協会

断捨離プロジェクト（陶磁器編）

去る、1 月31日に実施し3,080kgの陶磁器が回収され、カンボジア・タイ・中国等の諸外国に輸出し再利用されることとなりました。

また、多くの町民の方からご好評を頂き、下記日程で実施する運びとなりましたのでご協力下さい。

記

実施日：令和３年 **５月３日(月)**
午前９時～午前 11 時まで

場　所：上板町リサイクルセンター（役場西隣）

受入品目：割れていない陶磁器及びガラス容器（食器、湯飲み、コップ、置物等）

※受入品目をお持ち頂いた方に燃やせるごみ袋(大)10枚／世帯をお渡しします。

主催　上板町消費者協会　　協賛　上板町環境保全課

第63回徳島県中学校新人軟式野球大会

兼文部科学大臣杯第12回全日本少年春季軟式野球大会
日本生命トーナメント徳島県予選 準優勝 上板中学校野球部

令和２年11月３日(火)から第63回徳島県中学校新人軟式野球大会が行われ、強豪校と対戦しましたが、11月28日(土)鳴門市のオロナミンC球場での決勝戦まで勝ち進みました。決勝戦は阿南第一中学校と対戦し、最後まで頑張りましたが、０対３で惜しくも敗れ準優勝となりました。

部員十人で思うような練習もできない中、選手達はよく頑張りました。今後は、より一層練習に励み、次回は優勝できるように頑張りたいと思います。

多くの方々にご声援をいただき本当にありがとうございました。これからも応援よろしくお願いします。

上板町国民健康保険加入の皆様へ

国民健康保険被保険者証の一斉更新について

現在お持ちの上板町国民健康保険被保険者証（以下、保険証）は令和３年３月31日で有効期限が切れます。

新しい保険証は令和３年３月中に簡易書留でお送りしますので、４月１日からご使用ください。

なお、保険証は世帯ごとに、世帯主宛てにお送りします。新しい保険証が届いたら記載されている住所、氏名、生年月日等をご確認ください。

※後期高齢者医療制度に加入している方は、今回の保険証更新には該当しませんので、ご注意ください。

※有効期限が切れた保険証は、上板町役場税務課へ返却してください。各自の責任において処分する場合は細かく裁断する等、個人情報の取扱いにご注意ください。

※所得申告がお済みでない方（公的年金支払報告書、給与支払報告書の提出がある方は除く）は、所得の申告をしてください。

こんなときは届出を！

以下に当てはまる方は 14 日以内に税務課窓口で手続きをしてください

こんなとき	持参するもの
他の市町村へ転出したとき	保険証
他の健康保険に加入したとき	国保と健保の保険証
生活保護を受けることになったとき	保険証、保護開始決定通知書
死亡したとき	保険証
住所、世帯主、氏名などが変わったとき	保険証
修学のため、子どもが他の市町村に居住するとき	保険証、在学証明書

※申請にはマイナンバーの記入が必要です。個人番号カード等をお持ちください。

● お問い合わせ ●　上板町役場　税務課　国民健康保険係　☎ ０８８－６９４－６８０７

令和２年分の確定申告について４月15日(木)まで延期されました。

町税等の口座振替制度について

1　口座振替制度とは

金融機関があなたに代わって、あらかじめあなたの指定した預金口座から、自動的に町税等を振り替えて納付する方法です。いつでも申し込むことができ、一度手続きすれば翌年度以降も継続されますので、大変便利です。また、手数料もかかりません。

手続きは簡単です。通帳と通帳印をご持参のうえ、金融機関又は税務課・福祉保健課に備えてある「口座振替依頼書」に必要事項を記入・押印のうえ金融機関窓口へお出し下さい。

2　取り扱い金融機関

1）阿波銀行
2）徳島大正銀行
3）ゆうちょ銀行
4）板野郡農業協同組合

3　申込み方法

口座振替を希望される金融機関に直接申込みしてください。

※申込みに必要なもの

1）各種納税通知書（納付書）の全部
2）預金通帳またはキャッシュカード
3）金融機関届出印

4　口座振替で納付できる税目・保険料

1）町・県民税（特別徴収及び法人町民税を除く。）
2）固定資産税
3）軽自動車税
4）国民健康保険税
5）介護保険料
6）後期高齢者医療保険料

※随期課税分は、口座振替できません。

5　振替納税の開始時期

申込みをした月の翌月納期分から該当する町税等が振替になります。

※全期前納による振替を年度途中で申し込んだ場合、当年度は、期別ごとの振替となり、全期前納による振替は、翌年度からになります。

6　領収確認

口座振替で納付された町税等の領収書は、年度末に一括して役場から送付します。ただし、軽自動車税の納税証明書（継続検査用）は６月に送付します。

● お問い合わせ ●

上板町役場　税務課　088-694-6807　　福祉保健課　088-694-6810

廃車の手続きは令和3年3月31日までに

軽自動車税は毎年4月1日現在に車両を所有している所有者に1年分の税が課税されます。

また、年度途中での廃車等による軽自動車税の払い戻しはありません。

盗難・廃棄等によって、軽自動車や原動機付自転車等が手元にない場合でも、4月1日までに届出が無い場合には課税になります。廃車手続がお済みでない方は3月31日までに手続をお願いします。

手続場所

車　　種	手　続　場　所	電話番号
原動機付自転車（125cc 以下）、小型特殊自動車	上板町役場　税務課	088-637-3117
軽自動車、軽二輪車（125cc ～ 250cc 以下）	県軽自動車協会	088-641-2010
二輪の小型自動車（251cc 以上）	四国運輸支局　徳島運輸支局	050-5540-2074

※手続に必要なものは、各手続場所へご確認ください。

今月の納付期限について

税務課からのお知らせ

３月は後期高齢者医療保険料（８期）の納付月です。

納付期限は３月31日（水曜日）です。

納付期限内にお納めくださいますようお知らせします。

口座振替の方は、３月31日に引き落としいたしますので、残高のご確認をお願いします。

※転出・婚姻等、世帯状況に異動があった場合でも、自動的に解約とはなりませんのでご注意ください。

● お問い合わせ ●　上板町役場　税務課　０８８－６９４－６８０７

INFORMATION

保健師からのお知らせです

令和３年３月31日が実施期限の検診・予防接種・申請について

- ■子どもの定期予防接種について
- ■上板町こうのとり応援事業について
- ■子宮頸がん検診、乳がん検診受診について
- ■高齢者の肺炎球菌予防接種について
- ■胃内視鏡検診について

1 子どもの定期予防接種について

●麻しん風しん混合（麻しん・風しん単独も可）ワクチン接種（第２期）

麻しん風しん混合予防接種の第２期の定期接種の対象者（平成26年４月２日～平成27年４月１日生まれのお子さん）で、まだ接種がお済みでない方は**令和３年３月31日(水)まで**に接種していただくようお願いします。

2 高齢者の肺炎球菌予防接種について

令和２年度助成の対象となる方には４月に個別通知を送付しています。
（下記に該当する方のうち、今までに**肺炎球菌ワクチン接種を受けたことのない方**。）

年齢	生 年 月 日	年齢	生 年 月 日
65歳	昭和30年４月２日生～昭和31年４月１日生	85歳	昭和10年４月２日生～昭和11年４月１日生
70歳	昭和25年４月２日生～昭和26年４月１日生	90歳	昭和５年４月２日生～昭和６年４月１日生
75歳	昭和20年４月２日生～昭和21年４月１日生	95歳	大正14年４月２日生～大正15年４月１日生
80歳	昭和15年４月２日生～昭和16年４月１日生	100歳	大正９年４月２日～大正10年４月１日
60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方			

⑴自己負担額　4,000円（接種費用から公費負担を除いた金額です。）
※ただし、生活保護世帯の方は町が発行する「高齢者の肺炎球菌予防接種費用免除券」を発行しますので、下記お問い合わせ先までお申し出ください。
⑵接種期限　令和３年３月31日(水)まで
＊通知を紛失した方は、福祉保健課　保健師までお問い合わせください。

※町からの費用助成の対象となるのは、この期間中の１人１回のみです。
この期間に接種できなかった場合、その後の接種は任意接種(全額自己負担)となりますので、ご注意ください。

3 上板町こうのとり応援事業について

上板町では、不妊治療を行っているご夫婦を支援する為、医療保険が適用されない特定不妊治療に要する費用の一部を助成します。

助成は、徳島県こうのとり応援事業の助成決定を受けたものに上乗せする形で行います。

【申請方法】
原則として、治療が終了した日の属する年度内に必要書類を添付して申請する必要がありますので、
令和２年度中に治療が終了した方は、令和３年３月31日(水)までに　必ず申請してください。
※この期間を過ぎると申請を受理できない場合がありますのでご了承ください。

詳しくは、上板町ホームページでご確認いただくか、下記までお問い合わせください。

● お問い合わせ ●　上板町役場　福祉保健課　保健師　☎ ０８８－６９４－６８１０

4　胃内視鏡検診について

令和２年度の胃内視鏡検診の検診期間は**令和３年３月31日(水)まで**となっています。

受診間隔は２年に１回、対象者は50歳以上の方です。（同一年度に胃部エックス線検査との併用はできません。）受診を希望される方は、下記までお問い合わせください。

5　子宮頸がん検診、乳がん検診受診について

令和２年度の子宮頸がん検診、乳がん検診の検診期間は**令和３年３月31日(水)まで**となっています。

受診間隔は２年に１回、対象者となる年齢は、子宮頸がんは20歳以上、乳がんは40歳以上の女性の方です。また、特定の年齢の方には無料クーポン券と問診票をお送りしています。

受診対象となる方でまだ受診されていない方は、下記までお問い合わせください。

毎年3月1日～3月8日は「女性の健康週間」です。

妊娠中の喫煙は、妊婦自身に及ぼす健康被害と共に、胎児に対する「受動喫煙」による健康被害が明らかにされていること、さらに、子宮頸がんや乳がんの予防や早期発見が重要であることなど、女性には特有の健康問題が存在しています。「女性の健康週間」は厚生労働省が、女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを総合的に支援するために制定されました。

妊娠がわかったら、まず禁煙

妊婦だけでなく周りの人もたばこを吸うと、たばこの煙のニコチンの作用で、胎盤や赤ちゃんの血管が収縮し、酸素や栄養が行き渡らなくなります。また、一酸化炭素は血液中の酸素を運ぶ役割のヘモグロビンと強力に結合するため、胎盤、赤ちゃんが酸素不足を起こします。そのため、低出生体重児や流産・早産などの危険性が高くなります。

子宮頸がん・乳がん検診について

子宮頸がん検診は 20 歳以上、乳がん検診は 40 歳以上の方を対象に２年に１回受診できます。この機会に検診を受けましょう。

禁煙の効果はいつからでもあります。

たばこは妊娠中だけでなく、生まれてからも赤ちゃん、子どもに悪影響を与えます。禁煙は、赤ちゃん、子どもへの最大のプレゼントです。禁煙には遅すぎる事はありません。どの時期に禁煙してもたばこによるリスクを減らすことができます。

☆福祉保健課にて「女性のための健康ガイド」を配布しています。（数に限りがあります。）

３月は、自殺対策月間です。

こころのストレスはありませんか

最近よく眠れない、食事が美味しくない、何をするにもおっくう、気持ちが落ち込むなど、こころのストレスを感じることはありますか。

こころのストレスをチェックしましょう

ストレスを過度にためず、うまくつきあっていくには、まずストレスの状態を知ることが大切です。最近よく眠れない…食事がおいしく食べられない…そんな時は、下記のサイトでストレスの状態をチェックしてみましょう。

みんなのメンタルヘルス総合サイト（厚生労働省）

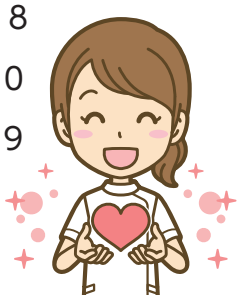
こころのストレスを感じたら

- 決まった時間に寝る、食べる、着替える、ストレッチをするなど毎日の基本的な生活リズムを崩さないように心がけましょう。
- 情報の集めすぎはストレスになります。新しい情報に触れるのは１日２回におさえましょう。
- 心配事や不安に思っていることを書き出してみましょう。「こころのモヤモヤ」を言葉にすることで、気持ちが少し楽になることがあります。
- 友人や親族などとの会話で気持ちを伝えてみましょう。直接会えないときは、電話、チャットなどを利用するのもよいでしょう。

それでもつらいときには…誰かに相談してみましょう

相　談　窓　口

こころの健康相談統一ダイヤル	０５７０－０６４－５５６
よりそいホットライン（24時間対応）	フリーダイヤル　０１２０－２７９－３３８
24時間子供 SOS ダイヤル（24時間対応）	フリーダイヤル　０１２０－０－７８３１０
DV 相談＋（24時間対応）	フリーダイヤル　０１２０－２７９－８８９
とくしま自殺予防センター	０８８－６０２－８９１１
徳島県自殺予防協会　いのちの希望	０８８－６２３－０４４４



● お問い合わせ ●　上板町役場　福祉保健課　保健師　０８８－６９４－６８１０

3月　保健行事予定表

Ⅰ．健康相談・健康教育

月／日	時　間	場　所	内　容	担　当
3/2	10：00～11：30	水道課会議室	個別健康相談	保健師
4/6	10：00～11：30	保健相談センター 保健相談室	個別健康相談・健康教育	保健師・理学療法士

Ⅱ．乳幼児健康診査

1．1歳6か月児健康診査

月／日	受付時間	場　所	内　容	該当者
3/18	※個別通知にて案内します。	上板町中央公民館	問診、内科・歯科診察、身体測定、聴力検査、発達・育児・歯科・栄養相談	令和元年5月1日～ 令和元年8月31日生

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため、日程を変更又は中止させていただく場合があります。その際は、電話や個別通知等でご連絡させていただきます。

令和3年3･4月分 〈3/1～4/10まで〉 在宅当番医

市外局番は（088）です。

■担当時間■　平日 18：00～22：00　休日 9：00～22：00

3月	1(月)	近藤外科内科	693－1188
	2(火)	こやま小児科内科クリニック	637－3211
	3(水)	大久保内科	692－1220
	4(木)	杉みね整形クリニック	693－1021
	5(金)	藍住たまき青空クリニック	678－7727
	6(土)	井上医院	699－8070
	7(日)	浦田病院	699－2921
	8(月)	小松泌尿器科	692－1277
	9(火)	藍住川島クリニック	692－0110
	10(水)	こうのINRクリニック	693－1103
	11(木)	増田クリニック	693－3020
	12(金)	竹本内科	672－0174
	13(土)	春藤内科胃腸科	699－3777
	14(日)	芳川病院	699－5355
	15(月)	井上病院	672－1185
	16(火)	三愛内科	672－0176
	17(水)	福島内科	672－4970
	18(木)	新野医院	672－0571
	19(金)	谷口耳鼻咽喉科クリニック	699－2787
	20(土)	井上医院	699－8070
	21(日)	春藤内科胃腸科	699－3777
3月	22(月)	近藤内科医院	672－5630
	23(火)	ファミリークリニックしんの	672－5148
	24(水)	みやざき内科診療所	672－6618
	25(木)	井内内科	694－5353
	26(金)	野田（泰）医院	694－2009
	27(土)	かまだ眼科	678－8585
	28(日)	谷口耳鼻咽喉科クリニック	699－2787
	29(月)	友成医院	694－5515
	30(火)	井関クリニック	637－6066
	31(水)	上板整形外科クリニック	637－6600
4月	1(木)	川原眼科	694－8388
	2(金)	浦田病院	699－2921
	3(土)	有住内科クリニック	698－8655
	4(日)	かまだ眼科	678－8585
	5(月)	芳川病院	699－5355
	6(火)	井上医院	699－8070
	7(水)	春藤内科胃腸科	699－3777
	8(木)	谷口耳鼻咽喉科クリニック	699－2787
	9(金)	かまだ眼科	678－8585
	10(土)	堀口整形外科	698－5111

担当時間以外の深夜の救急

きたじま田岡病院	698－1234	全日対応ですが、要確認
稲次病院	692－5757	水曜日、土曜日は受診前に要確認
東徳島医療センター	672－1171	対応日は確認してください

※休日･夜間緊急病院は、変更している場合がありますので、必ず電話してから受診してください。

ファミリー・サポート・センターの会員になりませんか？

会員大募集

子育てを一時的に手伝ってほしい方
子育てのお手伝いをしたい方
会員登録されませんか！

誰が会員になれるの？

依頼会員…小学校６年生までの子どもを預かって欲しい人
提供会員…上板町にお住まいで自宅で子どもを預かる事のできる人
（提供会員講習会を受講していただきます。）
両方会員…預けたり、預かったりの両方をかねてできる人

会員登録するには？

登録・入会は無料
会員登録は随時、入会の説明を受け登録できます。今すぐ必要でなくても登録しておくといざという時安心です。（保護者の顔写真２枚　４×３cmくらいのもの・印鑑を持参して下さい。）

利用料金

援助を受けた依頼会員が提供会員に直接支払います
月～金　７：00～21：00　　１時間／700円
上記以外の時間及び祝日・年末年始　１時間／800円

● お問い合わせ・申し込み ●
板野東部ファミリー・サポート・センター
住所：藍住町奥野字矢上前 32-1
088-693-3033（9時～17時まで）　FAX：088-693-3034
E-MAIL：familyit@mxi.netwave.or.jp　URL：http://fami-sapo.jp

ファミリー・サポート・センター

令和２年度　放課後児童クラブ利用料軽減のお知らせ

次の事由に該当される児童の放課後児童クラブ利用料は、軽減されます。軽減希望の場合は申請書にご記入のうえ、必要書類を揃えて役場福祉保健課へ提出してください。

①対象児童
上板町内の放課後児童クラブ利用者で生活保護世帯の児童または、非課税世帯でひとり親家庭の児童（基準は令和元年度町民税）

②対象月
令和２年４月分～令和３年３月分の利用料

③軽減内容
1. 生活保護世帯の児童…利用料全額
2. 非課税世帯のひとり親家庭の児童…利用料の 1/2
（利用料には、おやつ代及び実費徴収分は含まれません。）

④申請方法
対象と思われる保護者は、申請書に記入し次の書類を添付して、直接役場福祉保健課へ提出してください。

1. 利用料領収印のある集金袋
2. 申請者（保護者）の通帳の見開き部分の写し（金融機関名、口座番号、カナ氏名のわかる部分）
3. ひとり親世帯で児童扶養手当を受給している場合は証書番号のわかる部分の写し
4. 保護者の方（父、母）が平成 31 年１月１日現在、上板町に転入されていなかった場合は、令和元年度課税証明書が必要になります。

⑤申請期限
令和２年４月分～令和３年３月分の利用料軽減申請は、令和３年５月31日（月）まで随時受付しています。

第３回上板町水道事業運営審議会が開催されました

去る１月29日、委員全員出席のもと、第３回目となる上板町水道事業運営審議会が開催されました。上板町水道事業運営審議会は、大学学部長など有識者２名と町内関係団体の代表者や大口水道需要者代表、各小学校区からの水道需要者から選ばれた４名の代表者など８名、合計10名で組織され、町長より諮問を受け、昨年11月より上板町の将来に向けた水道事業の方向性とその財源となる水道料金水準の検討を議論し、答申書にまとめ、町長に答申します。

今回は、水道料金の料金水準と料金体系の検討、及びその改定時期について、委員の皆様と事務局水道課の間で活発な議論が行われました。次回の審議会では、答申書の文面について議論します。

今回第３回の審議内容につきましては、次回第４回の審議会開催後、上板町ホームページ上でお知らせします。第２回までの会議内容につきましては、逐次公開しています。今後も上板町水道事業運営審議会の活動にご注目ください。

● お問い合わせ ●　上板町水道事業運営審議会事務局　上板町水道課　☎ ０８８－６９４－６８１７

上板町消費生活相談窓口 からのお知らせ

電力・ガスの契約内容をよく確認しましょう

電力やガスの小売全面自由化により多くの事業者が参入し、事業者や料金メニューを自由に選択できるようになった反面、悪質な勧誘や詐欺などのトラブルも年々相次いでいます。

【事例１】

大手電力会社の代理店業者に「プランを変更すれば電気料金が安くなる」と説明され検針票の番号などを伝えたところ、別の電力会社に切り替え手続きをされていた。

【事例２】

「電気とガスをセットにすれば料金が安くなる」と勧誘され契約したが、実際は以前より高額になっていた。

アドバイス

- 検針票には、電気・ガスの契約切り替えに必要な住所や供給地点特定番号等の情報が記載されていますので、勧誘事業者に安易に伝えないようにしましょう。
- 電気・ガスの料金プランや算出方法をよく説明してもらい、契約先・契約内容をよく確認しましょう。
- 契約の意思がなければきっぱり断りましょう。

消費生活に関するご相談は下記窓口までお気軽にご相談ください。

※対応中の場合もありますので、来庁前にお電話にてご連絡ください。

上板町消費生活相談窓口　☎ 088-694-6816

秘密厳守・相談無料　受付　平日9：00～16：30（土・日・祝・年末年始を除く）

令和２年度若年者地域連携事業（徳島労働局委託事業）

とくしま大卒等　予約不要　入退場自由

就職ガイダンス＆UIJターンWebセミナー

参加無料

ホームページはこちら！

参加企業数 60社（予定）
（午前の部30社・午後の部30社）
参加企業は後日徳島労働局・徳島県・ジョブカフェのホームページにて発表します。

自分に合った地元企業を発見！
人事担当者からリアルな現場の話が聞ける！

お問合せ　ジョブカフェとくしま

徳島県若年者就職サポートセンター（ジョブカフェとくしま）
〒770-0831 徳島市寺島本町西1丁目61番地
徳島駅クレメントプラザ 5F とくしまジョブステーション内
☎ 088-602-1188　FAX 088-602-1189
jobcafe.tokushima@anabuki.gr.jp

ご利用時間　10:00～18:00
（土曜・日曜・祝日・年末年始・クレメントプラザ休館日をのぞく）

主催：徳島労働局・各ハローワーク・徳島県・徳島県若年者就職サポートセンター（ジョブカフェとくしま）
運営：株式会社穴吹カレッジサービス

日時　2021 3.9 火
午前の部 10:30-12:30（受付10:00～）
午後の部 14:00-16:00（受付13:30～）
午前と午後で参加企業の入れ替えを行います。

対象者
・2022年3月大学等卒業予定者
・大学等既卒3年以内の未就職者
（大学院・大学・短大・高専・専修学校等の学生）

場所
あわぎんホール
（徳島県郷土文化会館）
4F 大会議室
徳島市藍場町2丁目14番地

フードドライブのお礼と報告

上板町では令和３年１月25日から29日にかけてフードドライブ活動を行いました。
今回で２回目の活動は前回に引き続き多くの方々から御協力をいただきました。
心から厚くお礼申し上げます。ありがとうございました。
寄付をいただいた食品は「ＮＰＯ法人フードバンクとくしま」を通して福祉施設に提供されます。
今回の活動においては、住民の皆様や町内小中学校の児童生徒、保護者、教職員の皆様が各ご家庭で余った食品を持ち寄っていただき、「もったいない」の意識を高めることができました。
上板町においては引き続き食品ロスの削減に向けた効果的な取り組みを行ってまいります。

もったいないをありがとうに♥

町内各小学校、中学校の児童生徒、保護者、教職員の皆様にご支援をいただきました。

社会福祉協議会がフードドライブ窓口を開設しました。

届けられた食品

届けられた食品

フードドライブ専用のケースがいっぱいになりました。

届けられた食品

農用地区域除外申請の受け付けについて

農用地区域内の農地を農地以外に転用する場合は、農用地区域除外申請が必要です。

受付期間　第１回　令和３年４月１日～４月30日
　　第２回　令和３年９月１日～９月30日
（土・日・祝日は含みません）

区域除外は、次の要件（1～5）を**すべて満たす**場合に限り除外されます。

要件１　その土地を転用することが必要かつ適当（緊急性・他法令許認可の見込みがある）であって、ほかに代替すべき土地がないこと。

要件２　除外することにより、農用地区域内における農用地の集団化、農作業の効率化その他土地の農業上の効率的かつ総合的な利用に支障を及ぼすおそれがないこと。

要件３　除外することにより、農用地区域内における効率的かつ安定的な農業経営を営む者に対する農用地の利用の集積に支障を及ぼすおそれがないと認められること。

要件４　除外することにより、農用地区域内の土地改良施設（排水施設、農道等）の有する機能に支障を及ぼすおそれがないと認められること。

要件５　土地改良事業が完了した年度の翌年度から起算して８年を経過していること。
（注１）土地改良事業が行われた農地は、事業がなされていない農地と比較して明らかに営農条件に優れており、公共投資の効用が十分に発揮されるよう、一定期間農用地として確保する必要がある。
（注２）土地改良事業完了後８年経過した土地であっても、上記要件がすべて満たされない場合及び町が地域農業の振興を図るうえで、農地として確保すべきと判断した場合は、除外が認められない。

除外が承認されるまでの事務スケジュール　**概ね申請月から６ヶ月程度**

申請 ➡ 農業振興地域整備協議会にて協議 ➡ 農業委員会の意見聴取 ➡ 県との事前協議
➡ 農用地利用計画変更案の公告・縦覧（30日間・住民の意見聴取）
➡ 農用地利用計画変更案に対する異議申出期間（15日）➡ 県との変更協議
➡ 県の同意 ➡ 変更公告 ➡ 除外の承認（申請者通知）

● お問い合わせ ●　上板町役場　産業課　☎ ０８８－６９４－６８０６

2021年3月までに

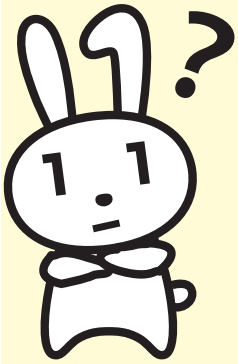
マイナンバーカードを申請すると

マイナポイントがもらえる!

対象期間が変わりました!

付与率25%

上限5,000円相当



いつまでにマイナンバーカードを申請すれば、マイナポイントがもらえるの?

2021年3月までにマイナンバーカードを申請した方はマイナポイントをもらうことができます。カード受取後、マイナポイントの申込みを行い、2021年9月までのチャージまたはお買い物が対象です。

※予算等の状況によって変更となる場合があります。

最新の情報はマイナポイント事業ホームページでご確認ください。 マイナポイント

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

総務省 Ministry of Internal Affairs and Communications

お問い合わせ マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178（マイナンバー）

音声ガイダンスに従って「5番」を選択してください。
平日:9時30分～20時00分　土日祝:9時30分～17時30分

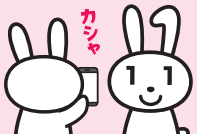
まずはマイナンバーカードの申請をしましょう

スマートフォンでの申請方法

パソコン・郵便・まちなかの証明用写真機からも申請できます

1 交付申請書に記載のQRコードを読み取り、申請用WEBサイトにアクセスして**メールアドレスを登録**

2 登録したメールアドレス宛に届く申請者専用WEBサイトにアクセスし、**顔写真を登録**

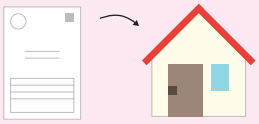


3 画面の案内にしたがって、**必要事項を入力し送信**

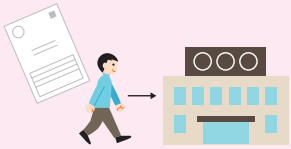
申請が完了した旨のメールが届いたら手続完了です!

申請後

1 市区町村から「交付通知書」が届きます。(申請から約1か月後)



2 交付通知書に記載の必要書類を持参して、市区町村の交付窓口にマイナンバーカードを受け取りに行きましょう!



⚠ マイナンバーカード受取の際に設定する「数字4桁のパスワード」は、マイナポイント予約・申込で必要です。

マイナンバーカードを受け取ったら、

マイナポイントを申し込みましょう

ICカード(電子マネー) IC CARD / QRコード決済 / クレジットカード CREDIT CARD

マイナポイントは選んだ決済サービスのポイントとして、付与されます。
マイナポイント申込みの際に決済サービスを1つ選択しましょう。

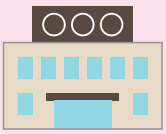
対象となる決済サービス検索はこちらから

3つの方法・場所で申込みできます!

準備するもの
- ご自身で設定した数字4桁のパスワード
- マイナンバーカード
- 決済サービスの情報

1 マイナポイント手続スポット

お近くの手続スポットを探しましょう!



お住まいの市区町村窓口や、お近くの郵便局、コンビニ、スーパー、携帯ショップ、量販店、銀行等で手続を行うことができます。

※一部、対応していない市区町村や店舗もあります。

2 スマートフォン

24時間手続可能

マイナポイントアプリをダウンロード

マイナポイントアプリ対応のスマートフォン機種は右のQRコードからご確認ください。

3 パソコン

24時間手続可能

マイナポイント予約・申込サイトを検索

マイナポイント予約・申込サイト

- 「マイキーID作成・登録準備ソフト」をインストールしてください。
- マイナンバーカードに対応したカードリーダーが必要です。

マイナンバー
PRキャラクター
マイナちゃん

つくってみよう！マイナンバーカード

あなたにピッタリの
申請方法がわかる♪

内閣府　総務省

そもそも マイナンバーカードとは？

申請して、取得できる
顔写真付きのプラスチック製のカード。
マイナンバーの他に、
氏名・住所・生年月日・性別が記載されているよ！

対面（おもて面）でも オンライン（うら面）でも使える公的な身分証明書

《おもて面》

おもて面は **顔写真付き！**だから、なりすましできないよ！対面での身分証明書に！

《うら面》

うら面は **ICチップ付き！**あなたを証明する情報が入っているよ！税や年金等の情報は入っていないよ！オンラインでの身分証明書に！

POINT!

オンラインでの身分証明書として、
マイナンバーカードを使うためには、
ICチップに「電子証明書」を搭載する
必要があるよ！
パスワードの設定が必要だから、**カードの申請時または受け取り時に、お住まいの市区町村で設定**してね！

4つの申請方法の手順はこちら！

イチオシ！ スマートフォン

❶ スマホで顔写真を撮影
❷ スマホで交付申請書の**QRコードを読み取る。**
❸ 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録。
❹ 申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、**顔写真を登録、必要事項を入力**して申請完了。

パソコン

❶ カメラで顔写真を撮影
❷ 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録。
❸ 申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、**顔写真を登録、必要事項を入力**して申請完了。

郵便

❶ 交付申請書に必要事項を記入し、**6ヶ月以内**に撮影した顔写真を貼り付けて郵送し、申請完了。

交付申請書がない場合
専用サイトから交付申請書がダウンロードできます。
プリントアウトしてお使いください。
マイナンバーカード 郵便

証明用写真機

❶ タッチパネルから「個人番号カード申請」を選択。
❷ 撮影用の料金を投入して、交付申請書の**QRコードをバーコードリーダーにかざす。**
❸ 画面の案内にしたがって、必要事項を入力。
❹ 画面の案内にしたがって、顔写真を**撮影して送信**し、申請完了。

マイナンバーについてのお問合せ

マイナンバー総合フリーダイヤル

0120-95-0178（マ イ ナン バー）

平日：9時30分～20時00分　土日祝：9時30分～17時30分（年末年始を除く）

■一部のIP電話等で上記ダイヤルに繋がらない場合

通知カード、マイナンバーカード	その他のお問合せ
050-3818-1250	050-3816-9405

■英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語対応のフリーダイヤル
This telephone number is toll-free corresponding to English, Chinese, Korean, Spanish and Portuguese.

マイナンバー制度について	通知カード、マイナンバーカード
Inquiries about My Number System	Inquiries about Notification Card and My Number Card
0120-0178-26	0120-0178-27

マイナンバーカードの申請方法はこちら
https://www.kojinbango-card.go.jp/kofushinse/

マイナンバーカードの3つのギモンに マイナンばあちゃんがお答えします！

1 うら面のマイナンバーを他人に見られたらどうなるの？

見られても他人は悪用できない仕組みなのじゃ！

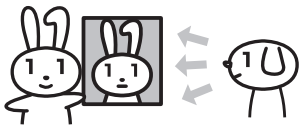
2 マイナンバーで預貯金額や医療などのあらゆる情報を国から監視されるの？

監視はしていないしできないのじゃ！

ポイント1

他人があなたのマイナンバーを使って手続することはできません！

マイナンバーを使う手続では顔写真付の身分証明書での本人確認が行われます。



マイナンバーを知られても、あなたの個人情報を調べることはできません！

- マイナンバーの利用範囲や、収集・保管などは法令で厳しく制限されています。
- 個人情報を一元管理する仕組みではないため、情報が芋づる式で漏れることはありません。（ポイント２参照）

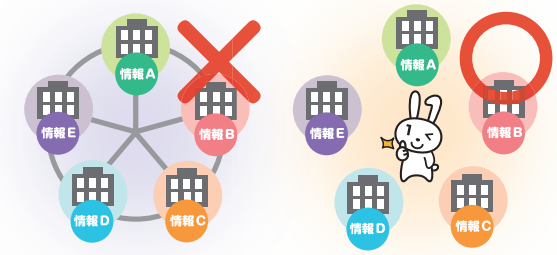
マイナンバーを悪用した場合には厳しい罰則があります！

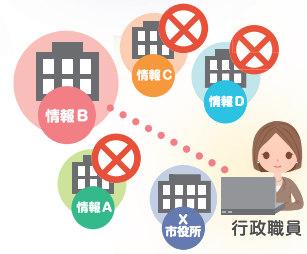
例えば…
マイナンバーを扱うことができる人が、自分または誰かの不正な利益のためにマイナンバーを提供した場合は、3年以下の懲役か150万円以下の罰金、もしくは両方が科されます。

※罰則は他にもあります。

ポイント2

マイナンバー制度はあなたの情報を１か所に集めて管理する仕組みではありません！





手続を受付ける行政職員だけが、その手続に必要な情報に限ってアクセスすることが許されています。

不正なアクセスが行われないように、第三者機関の「個人情報保護委員会」が監視・監督しています。

3 マイナンバーカードを落としたり失くしたりしたらどうしよう…

安心せい、まずは電話じゃ！

ポイント3

24時間365日体制にてマイナンバーカードの一時利用停止を受付！

0120-95-0178

通話料無料！
外国語にも対応！（英・中・韓・スペイン・ポルトガル）

キャッシュカード等と一緒だね！

カード利用には暗証番号等の認証が必要です！

- 暗証番号を一定回数間違うとカードがロック
- 不正に情報を読み出そうとするとICチップが壊れる

他人が悪用できないようになっているんだね！

カードのICチップには、税や年金などのプライバシー性の高い情報は入っていません！

健康保険証として使えるようになっても（2021年３月（予定）スタート）、健診結果や薬剤情報がICチップに入ることはないんだね。

令和3年3月マイナンバーカード交付の休日窓口開設（事前予約制）について

マイナンバーカードを平日に受け取りが困難な方のため、休日窓口を開設します。

既にマイナンバーカードを申請済で、かつ「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書」（ハガキ）がご自宅に届いた方が対象です。

なお休日窓口は混雑緩和の為、**ご予約頂いた方に限ります。**ご希望の方は、**令和３年３月11日（木曜日）までに、電話でご予約のうえ、必ずご本人が**お越しください。

●受取りの際に必要な書類

①交付通知書（ハガキ）

※ご来庁前に、裏面の回答書（住所・氏名・年月日）に署名または記名押印をあらかじめお願いします。

※個人番号カードの暗証番号も事前に考えておいてください。

②通知カード

③住民基本台帳カードまたは個人番号カード（お持ちの方のみ）

④本人確認書類（原本）

A. **１点**で確認できるもの
運転免許証、パスポート、在留カード、身体障害者手帳 等

B. **Ａがない場合は２点**（氏名・生年月日または氏名・住所の記載のあるもの）
健康保険証、介護保険証、医療受給者証、年金手帳、年金証書、本人名義の預金通帳、学生証 等

※15歳未満の者は親権者と一緒にお越しいただき、追加で次のものが必要です。

○親権者の本人確認書類
左記④本人確認書類（原本）のＡまたはＢ

○戸籍謄本（親権者と同一世帯または本籍が上板町の場合は不要）

●取扱業務

・マイナンバーカードの受け取り

※ご予約頂いた方のみの対応となり、その他の業務（電子証明書の更新・マイナポイントの予約・申込等）については受付していませんので、あらかじめご了承ください。

●開設日時（事前予約制）

令和３年３月14日（日曜日）９時15分～11時30分（11時15分受付終了）

※予約時間に遅れた場合は、交付の順番が大幅に前後し、長らくお待ちいただく場合がありますので、必ず時間厳守でご来庁をお願いします。

●場所　上板町役場 住民人権課

● 予約連絡先 ●　上板町役場　住民人権課　☎ ０８８－６９４－６８０９

※ご予約は、開庁日（平日：８時30分～17時15分）に３月11日（木曜日）までに電話で申し込みをお願いします。

※ご予約状況により、ご希望に添いかねることもございますので、あらかじめご了承ください。

生ごみ処理容器等でごみの減量化に取り組みませんか

家庭用生ごみ処理容器等の購入に補助金制度を設けております。

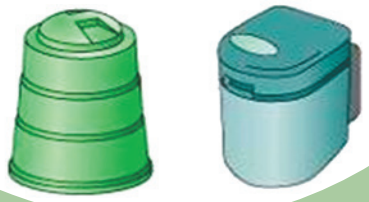
（補助金額）　**生ごみ処理容器**　（例：コンポスト・EM菌等使用容器）
購入価格の２分の１以内の額で、3,000円を限度。

電気式生ごみ処理機　（例：乾燥式・バイオ式）
購入価格の２分の１以内の額で、25,000円を限度。

お電話一本で予約受付致します。

補助金希望の方は事前に環境保全課へお問い合わせください。

生ごみを堆肥にするんじゃ。
たくさんの応募待っておるぞ。



● 手続き方法など詳しくは ●　上板町役場　環境保全課　☎ ０８８－６９４－６８１３

とくしま上板熱中小学校　第９期入学生募集中！

色々な人と出会い、刺激を受けながら学べる場を提供する“大人の社会塾”を「上板町技の館」で実施しています。４月から第９期がスタートします。

授業以外にも、楽しい課外活動もたくさんあります。（藍班、ハイキング班、ＩＴ班、ドローン班、ものづくり班、音楽倶楽部など）世代を超えた仲間も出来ますよ♪

現在、私たちと一緒に学ぶ仲間を募集しています。

さぁ、もう一度７歳の目で、新しい自分に出会いませんか？

期　　間：2021年４月～2021年９月　毎月、土曜日または日曜日　13：00～16：00（予定）
場　　所：上板町技の館　２階（上板町泉谷字原東32-4）
授 業 料：１万円（材料費別、授業回数約 10 日開講 /約15コマ）
申込方法：ホームページから入学申込可能です。詳しくは「とくしま上板熱中小学校」で検索！
※電話や FAX、メールでも受付しています。ご不明点あれば、いつでもご連絡ください。
TEL：088-694-7766 ／ FAX：088-694-7767 ／ Mail:ai@necchu-kamiita.com

豪華な講師陣を少しだけご紹介！

ピーター・バラカン 先生

4月17日 登壇予定

ラジオ DJ、ブロードキャスター、元 Inter-FM 執行役員
1980年にシンコー・ミュージックを退社後、執筆活動、ラジオ番組への出演などを開始し、YMO の海外コーディネーションを担当。現在は放送番組の制作、出演を中心に活動中。毎年、秋には自身が監修する音楽フェスティヴァル「LIVE MAGIC!」を開催している。

眞鍋 邦大 先生

5月15日 登壇予定

株式会社四国食べる通信 代表取締役
食材付きの情報誌である「四国食べる通信」の創刊時の編集長を務め、つくる人の想いや生産の裏側にある背景を食材と共に届けることで、四国の生産者と都会の消費者を繋いでいる。現在は、神戸大学大学院農学研究科にてフードビジネスを研究中。

寺本 英仁 先生

5月29日 登壇予定

島根県邑南町 役場職員、邑南町観光協会 常務理事
全国の自治体から注目されている町おこしのトップランナー。邑南町の A 級グルメのまちの仕掛け人。大胆な事業を打ち出し、答えは地域にあると、10年後の先を見据えながら邑南町を盛り上げる熱血公務員。

お問い合わせ　**一般社団法人ジャパンブルー上板**
〒 771-1310　徳島県板野郡上板町泉谷字原東32番地４
088－694－7766　FAX 088－694－7767　Mail:ai@necchu-kamiita.com　https://jblue-kamiita.com

人　権　相　談

上板町では法務大臣より委嘱をうけた人権擁護委員が、特設相談所を設け、皆様の人権についての相談を受けたり、法務局と連携しながら人権を守る活動を行っています。

令和３年３月は次のとおり予定しています。

開催場所　上板町中央公民館（役場２階）　第１会議室

開催日時　令和３年３月17日(水)
午後１時30分～午後４時00分

なお､新型コロナウイルス感染拡大防止のため､マスク着用での相談にご協力ください。

新型コロナウイルス感染症に関連する人権への配慮

徳島県では、新型コロナウイルスの感染者が急激増加し、感染された方やその家族、治療にあたっている医療従事者やその家族、県外から帰省された方や県外客等に対する心ない書き込みや誹謗中傷がインターネット等に広がっています。

このウイルスは、日常生活においてどこで潜んでおり、いつだれが感染するかわかりません。

私たちが闘う相手は、新型コロナウイルスです。感染された方やその関係者を責めてもなくなりません。また、医療従事者をはじめこのウイルスと闘っている方々に対する差別や誹謗中傷は許されません。

正しい情報をもとに、お互いが尊重し合い、命と健康を守り、一日も早く平穏な暮らしが戻るよう協力しあいましょう。

法務省の人権擁護機関では、新型コロナウイルス感染症に関連する不当な差別、偏見、いじめ等の被害に遭った方からの人権相談を受け付けています。困った時は、一人で悩まずに相談してください。

成年後見・相続・遺言無料相談会のお知らせ

「成年後見制度」とは、本人の判断能力が不十分な場合に、本人を法律的に保護し、支えるための制度です。

また、相続や遺言のご相談にも応じます。お気軽にご相談ください。

日　時　4月6日(火)
午後1時～3時
※偶数月の第1火曜日に無料相談会を実施しています。

場　所　上板町中央公民館
(上板町役場2階)
第1会議室

●お問い合わせ●
一般社団法人コスモス成年後見サポートセンター
徳島県支部徳島県行政書士会内
088－679－4440

一日行政相談所開設予定日

住民の皆さんから役所の仕事に対する苦情や要望などの相談をを受け、必要に応じて関係行政機関にあっせんを行います。

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。

新型コロナウイルス感染予防のため来庁前には検温し、マスクを着用しご来場ください。

開設日	3月17日(水)
開設時間	午後1時30分～ 午後3時30分
開設場所	上板町 老人福祉センター

くらしの保険相談

馬道会館ではファイナンシャルプランナーによる生活に密接した各種保険相談を開催します。

疑問や不安をかかえているかた、老後の生活設計に悩んでいるかた、ぜひこの機会に相談してみませんか。

日　時　令和3年3月23日(火)
午後1時30分から

場　所　馬道会館
TEL 694－4868
上板町西分字原渕18－2

・年金
・健康保険
・失業保険
・労災保険
・交通事故
・生命保険
・住宅ローン

相談は先着順となりますので、お早めにお申し込みください。

ひとり悩まず『あい』に相談してみませんか

上板町子ども・若者相談支援センター『あい』は、

さまざまな悩みをお持ちの子ども・若者（概ね39歳まで）とその保護者の方などがご相談いただける場所です。
どんな悩みもじっくりお聞きし、一緒に解決方法を探します。ひとりで（家庭内で）抱え込まずに、まずはご相談ください。

『あい』のご利用案内

☆場　所　上板町ふれあいセンター2階
上板町役場より西へ300メートル
上板町商工会西隣

☆受付時間　月曜日～金曜日
午前9時00分～午後5時00分(土･日･祝日は休み)

☆相談は、電話相談と来所（面接）相談があります。
・これまでの経緯や現状についてお聴きし、今後のことを一緒に考えます。
・定期的に来ていただいて継続してご相談をお受けします。
・相談者に適した相談窓口や、利用できるサービスの情報をご紹介し、おつなぎします。
・必要に応じて訪問支援もおこないます。

☆相談は無料です。秘密は厳守します。
匿名でも大丈夫ですので、どうぞお気軽にご相談ください。

電話相談

《受付時間》
月曜日　～　金曜日
午前9時00分～午前12時00分まで
午後1時00分～午後5時00分まで
088－637－6006

来所（面接）相談

《予約方法》（事前予約）
まずは電話で相談し、来所（面接）相談の予約をしてからお越しください。

《場　所》
ふれあいセンター2階　『あい』相談室

相談したいけど、平日は時間がとれない…

平日の利用が難しい方には、**毎月　第4土曜日の　午後7時00分～　午後9時00分まで**『あい』で　電話相談 及び 来所（面接）相談を受け付けています。
※来所（面接）相談の場合は、事前に電話予約をしてからお越しください。
3月の相談日は、**3月27日(土)**です。お気軽にお電話、来所ください。

学校給食センター　巣立ちゆくみなさんへ

毎月19日は食育の日

中学３年生のみなさんから募ったリクエストメニュー。「最後にみんなで食べられる阿波ギュウ混ぜご飯にしてください。」と、アレルギーで食べられないクラスメートを思うリクエストをたくさんいただき、いつもは入っている“しらす干し”が入っていない「阿波ギュウ混ぜご飯」が登場しました。

優しい心はそのままに、健やかに成長されますように。

急募「手話通訳者」の募集について

聴覚障がい者に対して意思疎通（手話通訳）の支援を行う職員を募集しています。

❶仕事内容
- 聴覚障がい者の手話通訳及び支援に関すること。
- 手話通訳者等の派遣に関すること。

❷必要な経験、資格
手話通訳士か都道府県認定の手話通訳者の資格がある人

❸年　　齢　不問
❹募集人数　１名
❺就業場所　障がい者生活支援センター凌雲
❻募集期間
令和３年３月31日(水)まで【※採用決定次第締め切ります。】
❼詳しいお問い合わせ先
障がい者相談支援センター凌雲
088－693－1117　ＦＡＸ：088－692－6776

HAPPY★BIRTHDAY お誕生おめでとう

（令和３年１月）

●大田佳彦	愛	さくら	女の子（椎本）
●板東将矢	綾子	咲花（さな）	女の子（七條）
●東山　幹	詩乃	唯暖（ゆのん）	女の子（七條）

第99回 上板ワンデーウォーク

吹く風に冷気が混じってはいるものの、日増しに強くなる日差しに春を感じる季節となりました。きれいに咲いた桜の名所を楽しみながら歩きませんか。

1日　時　令和３年３月28日(日)　９時30分～14時予定
2集合場所　上板町役場（駐車場あり）
3コース　上板町役場－門田(しだれ桜)－６番札所安楽寺－技の館(昼食)－上板町役場　約7㎞
4参加者　コースを歩ける方ならどなたでも参加できます
5参加費　200円（小学生以下 無料）
6持ち物　水筒、タオル、手袋、雨具、お弁当、健康保険証
※小雨決行します
主催　上板町歩こう会
080－3162－0458（前田）

上板町歩こう会 ウォーキング

歩こう会では、健康な毎日を過ごすため、上板町の風景を楽しみながらウォーキングを行っています。コースはミステリーコースで参加してからのお楽しみです。

上板町の新しい一面を見つけてみませんか？

■日にち　令和３年　4月10日(土)、5月10日(月)
6月10日(木)、7月10日(土)
■時　間　午前９時～　２時間程度(8時45分役場前集合)
■参加費　無料（当日保険料100円）
■申し込み　不要
■持ち物　飲み物、帽子、タオル、雨具、健康保険証　など
※小学生以下の方は保護者の同伴が必要です
※雨天決行（警報が出ている場合は中止）
主催　上板町歩こう会

■発行と編集／徳島県板野郡上板町役場　上板町広報編集委員会　088－694－6824　令和３年３月１日発行

UD FONT 見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。
VEGETABLE OIL INK