



広報

# おみい友

No.292  
2022.10



令和3年度 わが町の家計簿	3～6
意見募集のお知らせ	7
健診わくわくキャンペーン	12
小学生 敬老の日作文	14・15

令和4年9月15日(木)に上板中学校で体育祭が開催されました。

# 徳島県交通安全対策協議会表彰

山田 明 氏

令和4年9月13日、山田明氏が、令和4年度徳島県交通安全対策協議会表彰を受けられました。

氏は板野交通安全協会上板分会副会長、上板町交通指導員として多年にわたり、交通教育の推進、交通安全思想の普及高揚に献身的に努め、交通事故防止に多大な成果を上げられました。

この功績が認められ、今回の受賞となりました。

栄えある受賞をたたえとともに、今後ますますのご活躍をお祈りしています。



● お問い合わせ ● 上板町役場 企画防災課 ☎088-694-6824

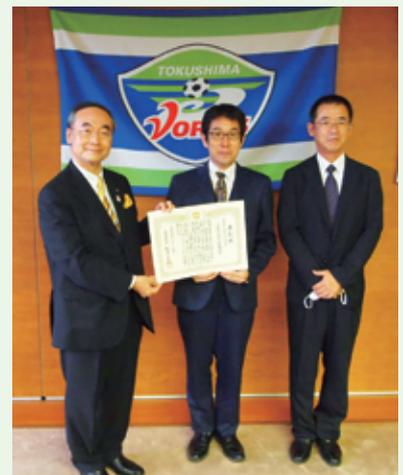
## 高志幼稚園が、令和4年度「徳島県幼児教育功労表彰」優秀賞を受賞しました！

今年度から創設された「徳島県幼児教育功労表彰」の優秀賞を高志幼稚園が受賞しました。

高志幼稚園では、農業が盛んな地域としての特性を生かし、保護者、地域の方にご協力をいただきながら、様々な体験活動を行っています。こうした取組が、子どもの健やかな発達に向けた独自性のある幼児教育の実践であると評価され、この度の受賞となりました。

こうした活動を継続して行うことができるのは、保護者、地域の方々のご理解、ご協力のおかげです。

今後ともご支援賜りますよう、よろしくお願いいたします。



● お問い合わせ ● 上板町教育委員会 ☎088-694-6814

## 令和4年度戦没者追悼式が行われました

去る、8月15日に令和4年度上板町戦没者追悼式が松島・高志・大山各地区の忠魂碑前にて町遺族会の主催で行われました。

式は、多数の遺族関係者らがお出席のもと厳かに行われ、松田町長、吉田遺族会会長が追悼の言葉を述べられました。出席者全員で正午に一分間の黙祷を行い、戦没者のご冥福と日本の恒久平和を祈りました。

また、経年劣化が進み倒壊の危険性があった松島地区忠魂碑を「平和の礎」と名を新たにし、再建したことを記念して同日に除幕式を実施しました。

今後も平和の尊さを次の世代に伝え、悲しい歴史を二度と繰り返さないことを祈ります。



● お問い合わせ ● 上板町役場 民生児童課 ☎088-694-6811



普通会計 歳入 58億4,578万円 歳出 55億2,852万円 差引 3億1,726万円 翌年度へ繰越

令和3年度の決算がまとまり、9月議会に提出しました。

本町の財政は、町税等の自主財源が少なく、国や県に依存している財源構成となっております。

主要な事業としては、青木団地外壁等改修工事、橋梁長寿命化計画による橋梁修繕工事、木造住宅耐震化促進事業補助金、浄化槽設置整備事業補助金、庁舎空調改修工事、地域おこし費などの地域活性化施策の推進や、子育て世帯等臨時特別支援事業や新型コロナウイルスワクチン接種事業、障害者自立支援給付費など福祉の向上のための事業を実施しました。

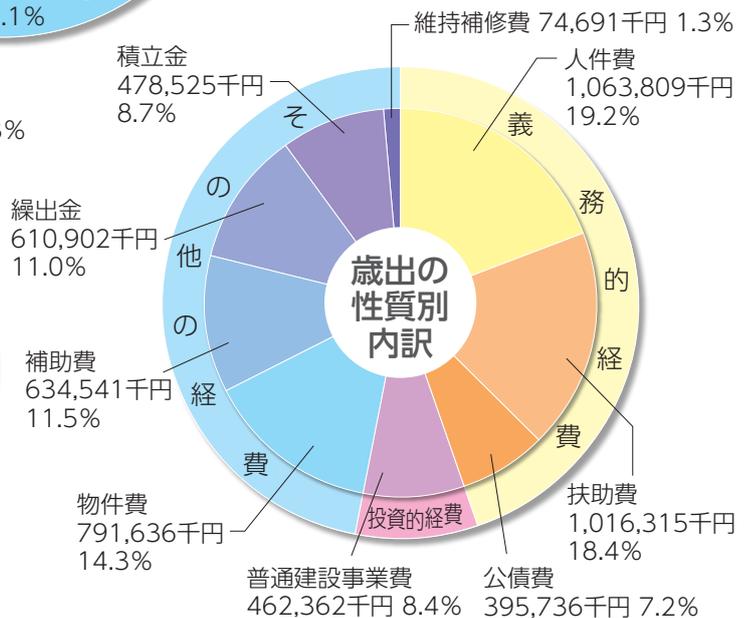
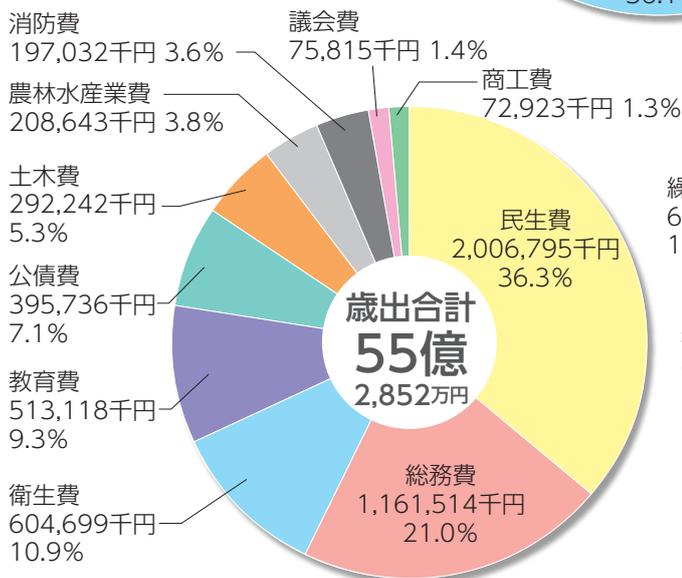
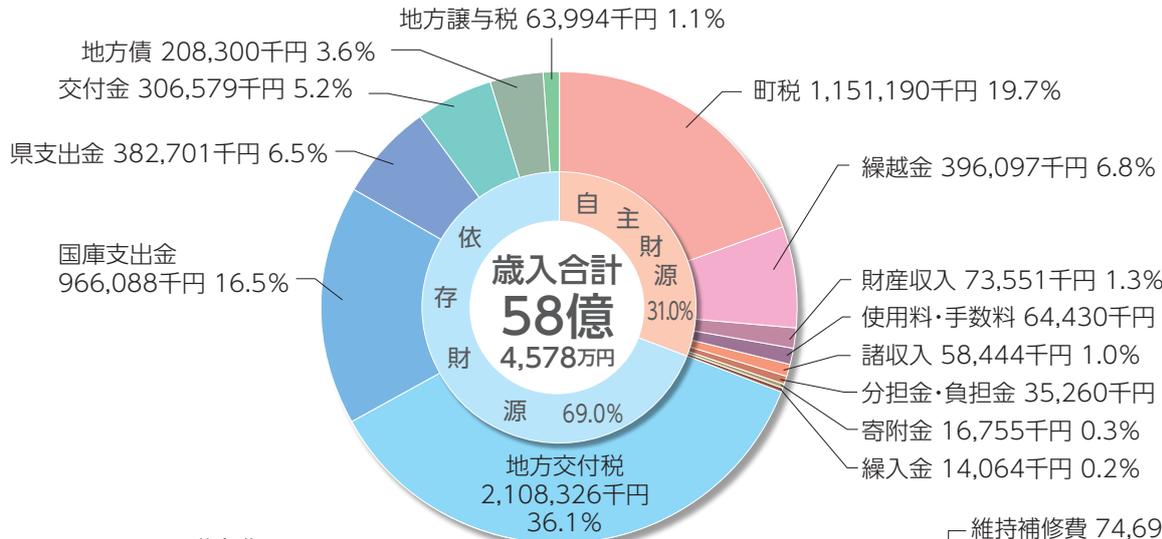
地方債残高は35億1,849万円と昨年度より1億7,600万円減少し、また、基金残高は4億7,853万円積み立てし24億1,245万円となりました。前年度と比較し交付税等が増収し、経常的な経費が減少したため経常収支比率は7.8ポイント改善し79.4%になりましたが、普通交付税の影響を強く受けているため、楽観はできない状況です。今後、行財政改革を積極的に推進し、中長期の財政計画に基づき、必要な事業は優先的に順位を付け計画的に事業を執行し、住民福祉の向上に努めてまいります。

## 町民1人当たり

約99,800円の町税を納めて頂き、約479,500円の支出をし、その内訳は次のとおりです。

民生費 174,100円	農林水産業費 18,100円
総務費 100,800円	消防費 17,100円
衛生費 52,400円	議会費 6,600円
教育費 44,500円	商工費 6,300円
公債費 34,300円	計 479,500円
土木費 25,300円	(内 人件費 92,300円)

(※令和4年3月末住民基本台帳登録人口11,528人で算定)

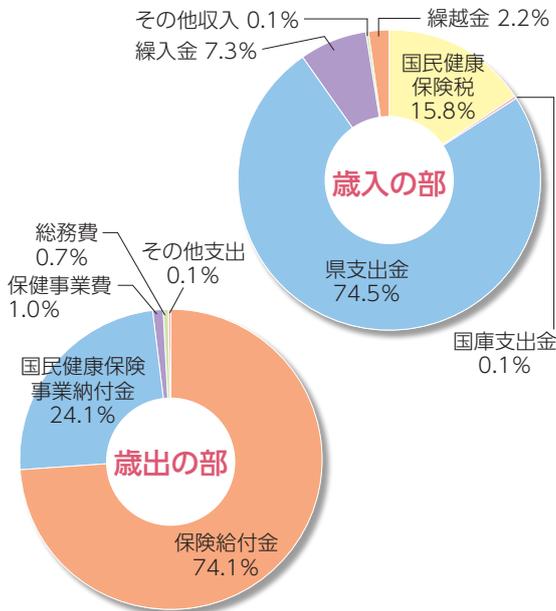


※普通会計とは、一般会計と住宅新築資金等貸付事業特別会計とを合わせたもので、地方財政状況調査（決算統計）の分類に沿ったものです。  
 ※普通建設事業費、繰越金、物件費、扶助費の中には、職員給料等が一部含まれています。

## 国民健康保険 特別会計

令和3年度の歳入合計は14億4,811万円、歳出合計は14億471万3千円となっています。その内訳は図のとおりで、歳入歳出差引残額4,339万7千円が令和4年度へ繰越となりしました。  
令和3年度決算においては、医療機関等へ支払う保険給付費（療養の給付等に要する費用のうち上板町国民健康保険負担分）の総額が、国民健康保険加入者の皆様から納付いただいた国民健康保険税の約4.5倍になっている状況です。

国保加入世帯数 1,706世帯  
被保険者数 2,727人  
1人あたり保険税 84,124円  
1人あたり保険給付費 381,711円



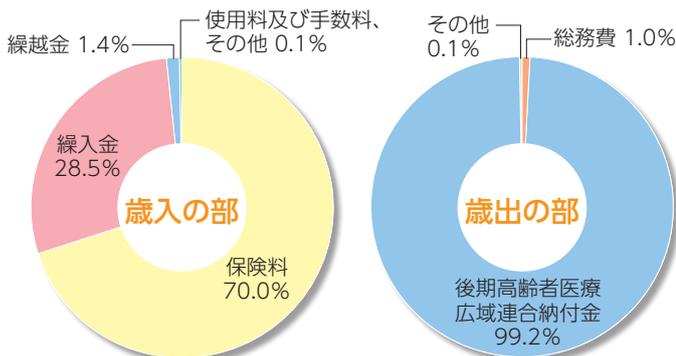
歳 入			歳 出		
項 目	金額(千円)	割合	項 目	金額(千円)	割合
国民健康保険税	229,406	15.8%	保険給付費	1,040,925	74.1%
国庫支出金	770	0.1%	国民健康保険事業納付金	338,917	24.1%
県支出金	1,078,406	74.5%	保健事業費	13,828	1.0%
繰入金	105,959	7.3%	総務費	9,848	0.7%
その他収入	992	0.1%	共同事業拠出金	1	0.0%
基金繰入金	0	0.0%	基金等積立金	3	0.0%
繰越金	32,577	2.2%	その他支出	1,191	0.1%
合 計	1,448,110	100%	合 計	1,404,713	100%
基金保有額			156,415,571円		

● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810

## 後期高齢 特別会計

歳入合計は、1億6,393万2千円、歳出合計は1億6,173万4千円となっています。その内訳は図のとおりで、歳入歳出差引残額219万8千円が、令和4年度へ繰越となりしました。高齢者の方々が安心して医療を受け続けられるようにするため、若い世代も含めたみんなが納めて支え合う後期高齢者医療制度が平成20年4月より導入されました。医療にかかる費用のうち、窓口負担を除いた分を公費で5割、若い世代の保険料で4割、高齢者の保険料で1割という負担割合で運営しています。この制度は、県内全ての市町村が加入する徳島県後期高齢者医療広域連合が運営主体（保険者）となり、市町村と連携して事務を行っています。申請や届け出の受付は、役場健康推進課で行っております。

被保険者数 1,951人  
一人あたり保険料 58,774円  
総医療費 2,044,164千円  
一人あたり医療費 1,047,751円



●歳入の部 (単位：千円)

項 目	金 額	割 合
保 険 料	114,704	70.0%
繰 入 金	46,729	28.5%
繰 越 金	2,230	1.4%
使用料及び手数料、その他	269	0.1%
合 計	163,932	100.0%

●歳出の部 (単位：千円)

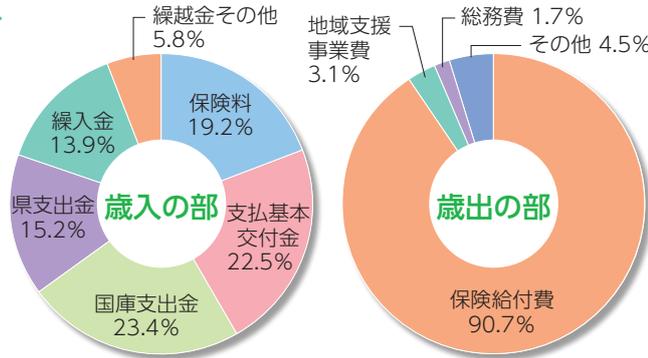
項 目	金 額	割 合
総 務 費	1,043	1.0%
後期高齢者医療広域連合納付金	160,439	99.2%
そ の 他	252	0.1%
合 計	161,734	100%

● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810



## 介護保険 特別会計

令和3年度の歳入合計は16億23万3千円、歳出合計は14億2,695万3千円となっています。その内訳は図のとおりで、歳入歳出差引残額1億7,328万円が、令和3年度へ繰越となりました。令和3年度の介護サービス給付費総額は皆様より納付いただいた介護保険料の約4.2倍になっています。



### ●歳入の部

項目	金額(千円)	割合
保険料	307,699	19.2%
支払基金交付金	360,072	22.5%
国庫支出金	374,904	23.4%
県支出金	242,972	15.2%
繰入金	222,155	13.9%
繰越金その他	92,431	5.8%
合計	1,600,233	100%

### ●歳出の部

項目	金額(千円)	割合
保険給付費	1,294,780	90.7%
地域支援事業費	43,363	3.1%
総務費	24,084	1.7%
その他	64,726	4.5%
合計	1,426,953	100%

基金保有額	30,000,000円
-------	-------------

### ●保険給付状況 (65才以上被保険者数 4,101人、要介護・支援認定者数 842人)

	在宅	施設	合計
延べ利用人数(人)	6,170	1,770	7,940
構成比(%)	77.7%	22.3%	100%
審査支払い手数料(円)	1,445,935	153,170	1,599,105
支給総額(円)	762,237,430	532,542,806	1,294,780,236
構成比(%)	58.9%	41.1%	100%
1人当たりの支給額(円)	123,539	300,872	163,071

●お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810

### ●収益的収入及び支出 (税込)

水道事業収益	212,927
給水収益	169,461
受託工事収益	3,342
その他の営業収益	633
受取利息及び配当金	15
長期前受金	9,217
他会計補助金	30,217
雑収益	41
特別利益	1

(単位：千円)

水道事業費用	181,888
原水及び浄水費	31,355
配水及び給水費	29,935
受託工事費	3,222
総係費	51,328
減価償却費	53,466
資産減耗費	0
支払利息	9,076
雑支出	2,807
特別損失	699

### ●資本的収入及び支出 (税込)

資本的収入	3,853
企業債	0
工事分担金	3,853

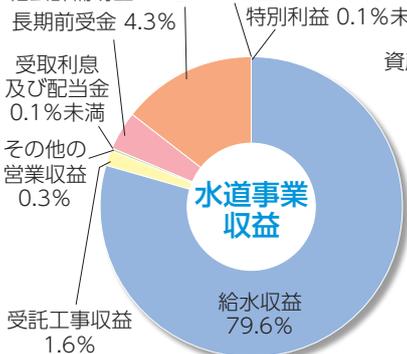
(単位：千円)

資本的支出	65,841
建設改良費	22,022
企業債償還金	43,819

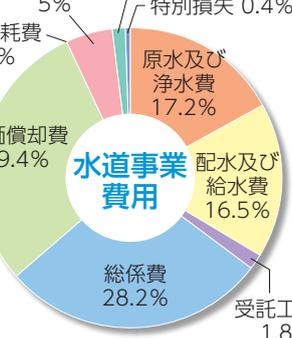
**収益的** 収入合計は 2億1,292万7千円 支出合計は 1億8,188万8千円 **資本的** 収入合計は 385万3千円 支出合計は 6,584万1千円

尚、資本的支出額に不足する額6,198万8千円は内部留保資金で補てんしております。

他会計補助金 14.2% 雑収益 0.1%未滿



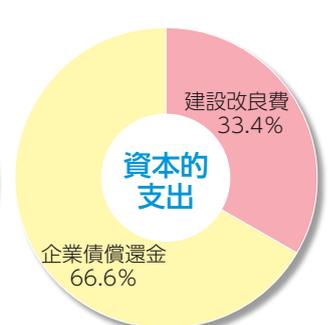
支払利息 5% 雑支出 1.5% 特別損失 0.4%



企業債 0.0%



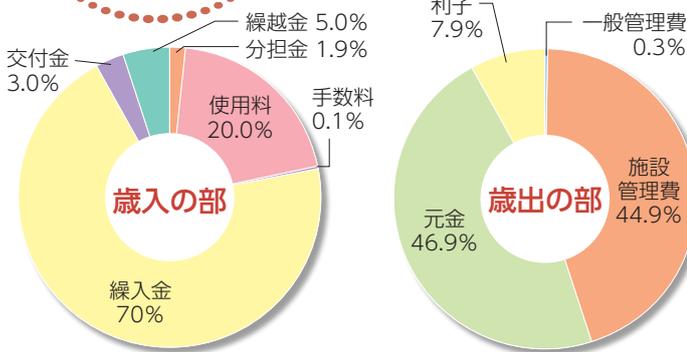
## 水道事業 決算



●お問い合わせ ● 上板町役場 水道課 ☎088-694-6817

# 農業集落排水事業会計

令和3年度農業集落排水事業特別会計決算についてお知らせします。  
 歳入合計45,036,374円、歳出合計42,164,388円となっており内訳は下記のとおりで歳入歳出差引残額2,871,986円が、令和4年度へ繰越となります。



## ●歳入の部 (単位：千円)

項目	金額
分担金	900
使用料	9,069
手数料	3
繰入金	31,381
交付金	1,500
繰越金	2,183
合計	45,036

## ●歳出の部 (単位：千円)

項目	金額
一般管理費	121
施設管理費	18,933
元金	19,782
利子	3,329
合計	42,165

● お問い合わせ ● 上板町役場 環境保全課 ☎088-694-6813

# 上板町職員の給与等を公表します

上板町の職員給与などの現状を町民の皆さんにお知らせします。  
 職員の給与制度は国家公務員の給与制度に準じて、町の条例によって定められています。  
 (なお、ここに記載している給与は、すべて税や各種保険料を引く前の額です。)

## ①人件費の状況 (普通会計決算)

区分	住民基本台帳人口	歳出額(A)	人件費(B)	人件費率(B/A)	前年度の人件費率
令和3年度	令和4.1.1現在 11,622人	千円 5,528,517	千円 1,103,069	19.9%	17.1%

※人件費には、特別職に支給される給料、報酬等を含む。 ※事業費支弁人件費を含む。

## ②職員給与費の状況 (普通会計決算)

区分	普通会計職員数(A)	給与費額				1人当たりの給与費(B/A)
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
令和3年度	111人	千円 380,559	千円 49,552	千円 150,995	千円 581,106	千円 5,143

※職員手当には、退職手当を含まない。 ※事業費支弁人件費を含む。

## ③職員の平均給料月額及び平均年齢の状況 (令和4年4月1日現在)

平均給料月額	平均年齢
一般行政職 3,005 百円	41.3 歳月

## ④職員の初任給の状況 (令和4年4月1日現在)

上板町		国	
試験区分	初任給	試験区分	初任給
一般職 ※大卒程度	182,200円	一般職 ※大卒程度	182,200円
一般職 ※高卒程度	150,600円	一般職 ※高卒程度	150,600円

## ⑤一般行政職の級別職員数の状況 (令和4年4月1日現在)

	1級	2級	3級	4級
標準的な職務内容	主事及び主事補並びにこの相当職	主事及びこの相当職	主査及び係長並びにこの相当職	課長補佐及び主査並びにこの相当職
職員数	8人	23人	7人	13人
構成比	10.8%	31.1%	9.5%	17.6%

5級	6級	7級	合計
主幹及び課長補佐並びにこの相当職	課長及びこの相当職	理事	
11人	11人	1人	74人
14.9%	14.9%	1.4%	100.0%

※①標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務である。  
 ②一般行政職とは、「事務職」のことを指し、「技能労務職」や「教育職」等は含まない。

## ⑥職員手当の状況 (令和4年4月1日現在)

区分	上板町			国		
期末手当	(支給割合) 6月期 1.20月分	期末手当 0.95月分	勤勉手当 0.95月分	(支給割合) 6月期 1.20月分	期末手当 0.95月分	勤勉手当 0.95月分
勤勉手当	12月期 1.20月分	0.95月分	0.95月分	12月期 1.20月分	0.95月分	0.95月分
(※前年度実績)	計 2.40月分	1.90月分	1.90月分	計 2.40月分	1.90月分	1.90月分
	※職制上の段階、職務の級等による加算措置有			※職制上の段階、職務の級等による加算措置有		
退職手当	(支給率) 自己都合 20年 19.6695月分	応募認定・定年 24.586875月分	24.586875月分	(支給率) 自己都合 20年 19.6695月分	応募認定・定年 24.586875月分	24.586875月分
	25年 28.0395月分	33.270750月分	33.270750月分	25年 28.0395月分	33.270750月分	33.270750月分
	35年 39.7575月分	47.709月分	47.709月分	35年 39.7575月分	47.709月分	47.709月分
	最高限度額 47.709月分	47.709月分	47.709月分	最高限度額 47.709月分	47.709月分	47.709月分
	※定年前早期退職特例措置有			※定年前早期退職特例措置有		
扶養手当	主なもの 配偶者 月額 6,500円	子 月額 10,000円	父母等 月額 6,500円	主なもの 配偶者 月額 6,500円	子 月額 10,000円	父母等 月額 6,500円
住居手当	持家 なし	借家 家賃の額に応じて支給 最高月額 28,000円		持家 なし	借家 家賃の額に応じて支給 最高月額 28,000円	
通勤手当	通勤距離 2km~5km未満 月額2,000円	5km以上は距離に応じ支給		通勤距離 2km~5km未満 月額2,000円	5km以上は距離に応じ支給	
調整手当	支給対象職員 支給額 月額3,000円	保育士及び幼稚園教諭 月額3,000円		支給総額 (令和3年度) 13,695,068円		
管理職手当	管理または監督の地位にある職員に支給 月額 28,600円 ~49,500円	時間外勤務手当		支給対象職員1人あたり平均支給額(令和3年度) 145,692円		

## ⑦特別職の報酬等の状況 (令和4年4月1日現在)

区分	給料及び報酬(月額)	期末手当(支給割合)	区分	給料及び報酬(月額)	期末手当(支給割合)
町長	738,000円	6月期 1.625月分	議長	299,000円	6月期 1.625月分
副町長	590,400円	12月期 1.625月分	副議長	249,200円	12月期 1.625月分
教育長	546,200円	合計 3.25月分	議員	199,300円	合計 3.25月分

## ⑧部門別職員数の状況 (各年4月1日現在)

区分	職員数(人)					
	平29年	平30年	平31年	令2年	令3年	令4年
一般行政	議会	2	2	2	2	2
	総務	19	19	19	18	18
	税務	6	6	6	6	6
	農林	10	10	8	8	8
	商工	2	4	5	5	2
	土木	7	6	7	6	5
	民生	32	31	32	30	32
	衛生	10	11	12	12	12
	小計	88	89	91	87	86
	特別職	教育	22	21	21	20
小計	22	21	21	20	19	
公営企業等	水道	5	5	5	4	4
	その他	8	9	9	7	8
	小計	13	14	14	12	12
合計	123	124	126	119(7)	117(6)	115(7)

※①職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者、派遣職員等を含み、会計年度任用職員を除いている。  
 ②( )は再任用短時間勤務職員について外書。

● お問い合わせ ● 上板町役場 総務課 ☎088-694-6801

# ご意見募集 のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止いたしました住民懇談会の代替手段として町民の皆様からのご意見を募集します。

ご意見を希望される方は、ご意見及び必要事項（下記参照）をご記入の上、令和4年10月28日（金）までに上板町役場総務課までご持参いただくか郵送・FAX・メールにてお送りください。また南老人集会所、文化センター、馬道会館、技の館、老人福祉センターにもご意見箱を設置します。

なお、いただいたご質問と回答の一部を「広報かみいた」に掲載する予定です。

----- 切り取り線 -----

## 【参考様式】

氏 名		電話番号	
住 所			
ご意見①			
ご意見②			

● お問い合わせ ● 〒771-1392 上板町七條字経塚42番地 上板町役場総務課  
☎088-694-6801 メール:so@kamiita.i-tokushima.jp

## 上板町定住促進「住宅取得応援助成金」制度 の対象が拡大されています

対象物件（住宅）の床面積に関する制限（床面積50㎡以上280㎡以下）を廃止しました。

他の要件は満たしながら住宅の床面積の制限により対象外となっていた方は申請が可能ですので、該当すると思われる方は企画防災課までご相談ください。

### ● 制度の概要

平成30年4月1日から令和5年3月31日の間に、上板町への移住・定住者が移住又は定住のために上板町内で新たに居住を開始した一戸建ての**新築又は中古住宅**とその**住宅用地**に対して賦課及び納付された**固定資産税に相当する額**を、当該移住・定住者に**最大5年間助成**します。

### ● 注意事項

1. 住宅用地分の助成開始も住宅分の固定資産税納付後ですので、住宅分と住宅用地分の助成開始年度（第1回目の申請）は同じ年度になります。

住宅建築のために住宅用地を先に取得し、住宅用地分の固定資産税だけ賦課されている状態の場合、この年度の住宅用地分はまだ助成対象にはなりません。

住宅分の固定資産税が賦課された年度に、住宅分と住宅用地分の両方を納付し、その他の要件も満たしている状態である場合に申請が可能です。

2. 併用住宅（住宅の一部が店舗・事業所等、居住以外の用途で使用されている住宅）の場合は、居住以外の用途で使用されている部分の固定資産税分は助成対象になりません。

住宅用地分の助成についても、併用住宅の場合は下記のとおりになります。

①家屋敷地：居住の用途で使用されている部分に対する固定資産税分から算出した金額のみが対象になります。

②庭 等：土地使用状況により居住の用途に使用される部分の固定資産税分から算出した金額のみが対象になります。

3. 住宅自体は専用住宅（居住の用途のみで使用されている住宅）であっても、住宅用地の一部が事業用に使用されている場合は、事業用として使用されている部分の固定資産税分は助成対象になりません。

※助成金制度の詳細内容については町ホームページの該当記事にて交付要綱をご確認いただくか、企画防災課までお問い合わせ下さい。

● お問い合わせ ● 上板町役場 企画防災課 ☎088-694-6824

# 子どもたちの健やかな成長のため 里親になりませんか

10月は  
里親月間です

里親が育てる。  
社会が支える。



## 里親とは

「里親」＝「養子縁組」だと思いませんか

子どもの成長には、家庭で暮らす時間や経験がとても大きな役割を担っています。

ところが今、さまざまな事情で自分の家族と暮らせない子どもたちがいます。子どもたちを迎え入れ、温かい愛情と正しい理解でその成長をサポートする人が「里親」です。

「里親」は、児童福祉法で規定されている制度です。里親というと特別な方というイメージを持つ方がいるかもしれませんが、そんなことはありません。実際の里親は、どこにでもいる普通の家庭のお父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんです。

## 里親の種類

4つの種類があります

養育里親	様々な事情により家族と暮らせない子どもを一定期間、自分の家庭で養育する里親です。
専門里親	養育里親のうち、非行、虐待などの理由により専門的な援助を必要とする子どもを養育する里親です。
養子縁組里親	養子縁組によって、子どもの養親となることを希望する里親です。
親族里親	実親が死亡、行方不明等により養育できない場合に、祖父母などの親族が子どもを養育する里親です。

## 里親委託まで

里子の受け入れまでは段階を踏むので安心！



児童の委託を受けた里親には委託費が支給されます。また、医療費は県で負担します。

今までに関心を持ちながら、一步を踏み出せなかった方や、もう少し話を聞いてみようという関心をもたれた方がいらっしゃいましたら、お気軽にお問い合わせください。

- 【相談窓口】
- 中央子ども女性相談センター ☎088-622-2205
  - 南部子ども女性相談センター ☎0884-22-7130
  - 西部子ども女性相談センター ☎0883-53-3110

里親についての情報はこちらを検索してください ↓

とくしまはぐくみネット 里親 🔍



## マイナンバーカードが健康保険証として利用できます

マイナポイント対象となるマイナンバーカードの申請が12月末まで延長となりました。



### どこで使えるの?

このステッカー・ポスターが貼ってある医療機関・薬局で使えるようになります



### 利用には事前に登録が必要です



マイナポータルは  
こちらから



スマホでも  
登録できる!

### どんないいことがあるの?

- 就職・転職・引越をしても健康保険証としてずっと使える!
- マイナポータルで特定健診情報や薬剤情報・医療費が見られます!
- マイナポータルで確定申告の医療費控除がカンタンにできます!
- 窓口への書類の持参が不要になります!

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

受付時間  
平日 9:30~20:00 / 土日祝 9:30~17:30

## 保健師からののお知らせです



## 1 各種集団健(検)診について

項目	対象者	検診内容	自己負担金	定員
胃がん検診	40歳以上	バリウム検査	1,000円	36名
大腸がん検診		便潜血検査2日法	500円	
肺がん検診		胸部X線撮影	無料	
特定健康診査※	40歳以上 (※受診券が必要)	身体測定、血液検査、尿検査、医師の診察	1,000円	
乳がん検診	40歳以上の女性 (2年に1回)	マンモグラフィ撮影	1,500円	30名
骨粗鬆症検診	40歳以上の女性	前腕部(手首)のX線検査により骨密度を計測します。	500円	36名

※昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性の方は、特定健診と同時に風しん抗体検査を受けることができます。(クーポン券が必要です。)

## 《検診日程》

実施日	受付時間 (時間予約制)	検診項目						申込み期間
		胃	大腸	肺	特定	乳	骨	
10月21日(金)	8:30～11:00	●	●	●	●			10/14まで
10月25日(火)	9:00～10:00		●					10/18まで
11月22日(火)	9:00～11:30					●	●	10/11～ 受付開始
12月20日(火)	8:30～11:00	●	●	●	●	●		

\*新型コロナウイルス感染症の状況により、日程を変更または中止させていただく場合があります。ご了承ください。

《受付場所》上板町保健相談センター 1階 (\*受付場所は変更になる場合があります。)

《申込み》保健相談センター・保健師まで (☎088-694-3344) にてお申し込み下さい。

\*申し込まれた方には問診票、大腸容器等を送付します。

## 乳がん検診を希望される方へ ～ご注意ください～

日本乳癌検診学会より、乳がん検診については、新型コロナワクチン接種前に受診するか、ワクチン接種後少なくとも6～10週間後の間隔をおいてから受診することが推奨されています。(新型コロナワクチン接種後の反応性リンパ節腫大への偽陽性を予防するため。)

今回の検診を受けていただける方は、  
右の表の通りです。

検診日	コロナワクチン接種日
① 11/22(火)	9/13(火) 以前にお済みの方
② 12/20(火)	10/11(火) 以前にお済みの方

なお、今回の検診を受けることができない場合は、医療機関で実施する個別検診で受診していただくことができますので、保健相談センターまでお問い合わせください。

● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 保健相談センター ☎088-694-3344

## 2 高齢者の予防接種について

### 1) 高齢者のインフルエンザ予防接種について

高齢者個人の発病および重症化を防ぐために、季節性インフルエンザの予防接種を下記のとおり行います。接種を希望する方は、⑥の町内接種医療機関へ直接申し込んで下さい。

#### ① 対象者

1. 上板町に在住している65歳以上の者。(昭和32年10月・11月・12月及び昭和33年1月生まれの方は、満65歳に到達した日から接種対象になります。)
2. 60歳から65歳未満の者であって、心臓、じん臓、若しくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害を有するものとして厚生労働省令で定めるもの。
3. 1または2に該当し、自分で接種の意思確認ができて予診票に自分で署名できる者。(自署できない方は、代筆者が署名し、代筆者の氏名、住所、電話番号、被接種者との続柄を記載すること。)

#### ② 実施期間

令和4年10月1日から令和5年1月15日(医院の診療時間)

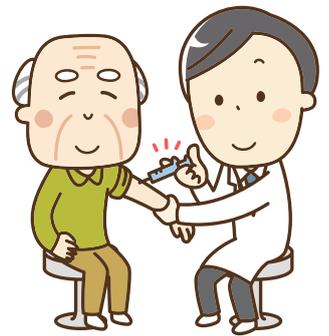
※⑥町内接種医療機関では、10月1日(土)より予約の受付を開始します。  
予約及び接種については、接種を希望する医療機関へお問い合わせください。

#### ③ 接種回数 1回

#### ④ 持ってくるもの

健康保険証または後期高齢者医療被保険者証(住所と年齢確認のため)

予診票 } ※町内接種医療機関には設置しております。  
接種済証 }



#### ⑤ 費用 自己負担額は、1,600円です。

#### ⑥ 町内接種医療機関 (あいうえお順)

井内内科	井内廣重医師	☎088-694-5353
井関クリニック	井関俊彦医師	☎088-637-6066
友成医院	友成信二医師	☎088-694-5515
野田医院	野田泰弘医師	☎088-694-2009

※町内接種医療機関には予診票等を設置しておりますので、直接町内接種医療機関へお申し込みください。

⑥の町内接種医療機関以外で接種を希望される方には、予診票等を窓口へ取りにお越しいただくか、郵送にてお渡しいたしますので、上板町役場 健康推進課(保健相談センター) ☎088-694-3344までお問い合わせください。



### 2) 高齢者の肺炎球菌定期予防接種はお済みですか？

令和4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。  
通知を紛失した方は、健康推進課(保健相談センター) 保健師までお問い合わせください。

#### ① 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。

#### ② 接種可能期間 令和5年3月31日まで

※ 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 中学3年生応援インフルエンザ予防接種費用助成事業

#### 目的

毎年発生するインフルエンザ（季節性インフルエンザ）は通常初冬から春先にかけて流行します。この時期は高校受験シーズンであることから、高校受験対策の一環として任意の予防接種であるインフルエンザ予防接種を希望する中学3年生の保護者に対し予防接種費用の一部を助成することにより、インフルエンザの発病及び重症化やまん延を防止し、保護者の負担軽減と健康の保持増進を図ることを目的に実施します。



#### 内容

- **接種期間** 令和4年11月1日～令和5年1月15日
- **助成回数** 1回
- **助成額** 2,000円（ただし、予防接種費用が上限額に満たない場合は予防接種費用の額を助成額とする。）
- **接種方法** 個別接種とし町内医療機関（委託医療機関）で実施

**\*詳しい内容は対象者に個別通知にてお知らせします。**

● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 保健相談センター ☎088-694-3344

上板町国民健康保険加入者の方へ

## お薬と上手に付き合いましょう

#### お薬手帳を活用しましょう

- 薬の種類や飲み合わせについて確認するため、お薬手帳は一冊にまとめましょう
- 副作用歴、アレルギーの有無、過去にかかった病気、体調の変化などについて記入しましょう

#### ポリファーマシーにご注意を

- ポリファーマシー…多剤服用の中でも「害をなすもの」
- 対策として、かかりつけ薬局を持つことやお薬手帳を活用していきましょう

#### 服薬情報のお知らせ

- 町国保では、多くの薬を服用されている方へ「服薬情報のお知らせ」を送付しています
- 薬の重複や飲み合わせの問題など、服薬の管理にお役立てください



#### ジェネリック医薬品を利用しましょう

- 利用することで、医療費の節約になり負担が軽くなります
- また国全体の医療費の削減の貢献、医療保険制度を守るためにも役立ちます

● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810



# テクとく

## テクテク歩いておとくをGET!!



毎日の健康づくりが楽しくなる無料スマホアプリ「テクとく」。  
健康づくりへの意識向上を図るため、とくしま健康ポイントアプリ「テクとく」を活用してみませんか？

「テクとく」アプリをダウンロードすると、毎日アプリを開くだけで、その日の歩数が健康ポイントとして自動的に加算され、貯まったポイントに応じていろいろな特典が受けられます。

コロナ禍の長期化によって運動不足が懸念される中でも、日々の運動や健康管理を楽しく続けることができるので、家族みんなでダウンロードしてみよう！



アプリダウンロード  
QRコード

● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810

# 特定健康診査を受けましょう！

令和4年度特定健康診査がスタートしています。年に1度は身体の定期健診をしましょう！

今年の受診券の有効期限は **令和5年1月31日(火)です！** 期限内に受けるようにしましょう。

## 特定健康診査とは？

あなたの今の身体の状態をチェックし、病気の発症や重症化を予防すること、また早めの治療につなげることも目的に実施しています。日ごろの生活習慣が大きく関与している生活習慣病は、自覚症状がないまま進行していきます。

特定健診で自分自身の健康状態を知りましょう。コロナ禍ではありますが、ご自身の健康管理のため、早めに受診をしましょう。対象者は、40～74歳の上板町国民健康保険加入者、および被用者保険の被扶養者です。

## ★通院中の方も特定健診の対象者です!! 重要

生活習慣病（高血圧や糖尿病、脂質異常症など）以外で通院中の方は、生活習慣病の早期発見につながります。

また、生活習慣病で通院中の方は、医師による治療に加え、保健師、管理栄養士などがあなたの食生活などの生活改善についてサポートします。

※詳しくは、**かかりつけ医**にご相談ください。

## 特定健康診査ってどれくらいの人を受けているの？

上板町の特定健診受診率は **令和2年度 32.9%** (24市町村中22位)

上板町国民健康保険における特定健診受診率は令和2年度**32.9%**で、前年度と比較すると2.2%減少しており、全国平均・徳島県平均を下回っています。県内市町村の受診率と比較すると、令和2年度の受診率は24市町村中22位、令和3年度速報値では受診率が33.5%（県内22位）と、下位に位置しています。

## 特定健診を受けるメリットは??

### ●特定保健指導・栄養指導

健康診査の結果に基づいて、上板町の保健師や管理栄養士から健康管理に関する支援が受けられます。あなたに合った生活改善方法を一緒に考えていきましょう。

### ●健康寿命の延伸

自覚症状のない生活習慣病の予防・早期発見ができます。また、重症化を防ぐことができます。

医療機関に定期的に通院中の方でも受けることができます。1回分の血液検査を特定健診の受診券を出して受けるようにしましょう。

### ●医療費や国保保険料の増加の抑制

大切な健康を守るだけでなく、病気を早期に発見・重症化を予防することで、医療費や保険料の増加を抑制することにもつながります。

受診券を紛失された方は、再発行できますので、右記までお問い合わせください。

### ●お問い合わせ●

上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810

# 健診受けて得しちゃお♪ 健診わくわくキャンペーン

上板町国民健康保険  
加入者の方に朗報!!

令和4年度特定健康診査を受診された方に対して、以下のキャンペーンを行います。

## キャンペーン内容

- ① 初めて特定健康診査を受診すると、町内企業3社いずれかの対象商品を1つプレゼント!!  
※初めての健診とは直近3年間で特定健康診査の受診歴がない方に限ります。

健康推進課窓口にて特定健康診査受診結果を持参の上、申請が必要  
(ご希望の商品を選択出来ます)

申込期間：令和5年3月15日

- ② 令和4年度に特定健康診査を受診された方は、指定ゴミ袋(大)を1袋(10枚入)プレゼント!!  
※キャンペーン①の方は対象外です。

健康推進課窓口にて特定健康診査受診結果を持参の上、申請が必要  
申込期間：令和5年3月15日

健診結果についてご相談がある方は、お気軽にお申し出ください。

## 対象者

令和5年1月31日までに、国民健康保険の特定健康診査、人間ドック、脳ドックを受診された方で、以下のどちらかに当てはまる方。

- キャンペーン① 過去3年間受診歴がない方
- キャンペーン② 上記以外の方で令和4年度に特定健康診査を受診された方

## 発送について

- キャンペーン① 申請後、約3ヶ月(商品の準備が整い次第、各企業より発送します。)
- キャンペーン② 申請時に、健康推進課窓口で直接お渡しします。

## 対象商品

- ① 光食品(株) 健診わくわくキャンペーン向け詰め合わせセット  
有機キーマカレー 140g×4袋  
有機ミートソース 140g×4袋
- ② 日本酪農協同(株) 毎日牛乳200ml×24個
- ③ (一社)ジャパブルー上板 藍染巾着1つ



● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810

# 10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
10/4	13:30~15:00	保健相談センター	個別健康相談・健康教育	保健師・管理栄養士・理学療法士
11/1	13:30~15:00	保健相談センター	個別健康相談	保健師・管理栄養士

## II がん検診 (40歳以上の方)

月日	受付時間	場所	内容	料金
10/21	8:30~11:00 (※個別通知にて案内します。)	保健相談センター	胃がん検診、肺がん検診、喀痰検査、大腸がん検診、特定健康診査	胃がん 1,000円 肺がん 0円 喀痰検査 500円 大腸がん 500円 特定健康診査 1,000円

- がん検診・特定健康診査は事前に申し込みが必要です。電話での申し込みもできます。
- 申込先・問い合わせ先 健康推進課 (保健相談センター)  
☎088-694-3344

※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。

● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 保健相談センター ☎088-694-3344

## III 乳幼児健康診査

### 1. 乳児健康診査

月日	受付時間	場所	内容	該当者
10/5	※個別通知にて案内します。	保健相談センター	問診、身体測定、診察、育児相談、栄養相談	令和3年11月12月、令和4年5月6月生

### 2. 股関節脱臼検診・ブックスタート

月日	受付時間	場所	内容	該当者
10/26	※個別通知にて案内します。	保健相談センター	股関節脱臼検診・ブックスタート	令和4年5月7日~令和4年8月26日生

### 3. のびのび子育て教室

月日	受付時間	場所	内容	該当者
10/28	9:50~10:00	保健相談センター	離乳食教室、赤ちゃんの成長発達・事故予防・予防接種について	令和4年5月7日~令和4年8月26日生

令和4年 10・11月分

(10/1~11/10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

10月	1(土)	清水内科	692-8900	10月	22(土)	山田眼科 藍住	692-8118	
	2(日)	奥村医院	692-2403		23(日)	このINRクリニック	693-1103	
	3(月)	西條内科耳鼻科	692-8711		24(月)	井上病院	672-1185	
	4(火)	富本小児科内科	692-7228		25(火)	三愛内科	672-0176	
	5(水)	中山産婦人科	692-0333		26(水)	福島内科	672-4970	
	6(木)	内科クリニック・オクムラ	692-4771		27(木)	新野医院	672-0571	
	7(金)	きはら耳鼻咽喉科医院	693-0087		28(金)	近藤内科医院	672-5630	
	8(土)	あいずみ皮ふ科	692-9211		29(土)	矢野医院	692-4411	
	9(日)	小松泌尿器科	692-1277		30(日)	新野医院	672-0571	
	10(月)	山根眼科	692-8171		31(月)	ファミリークリニックしんの	672-5148	
	11(火)	こやま小児科内科クリニック	637-3211		11月	1(火)	みやざき内科診療所	672-6618
	12(水)	大久保内科	692-1220			2(水)	山根眼科	692-8171
	13(木)	杉みね整形クリニック	693-1021			3(木)	内科クリニック・オクムラ	692-4771
	14(金)	藍住たまき青空クリニック	678-7727			4(金)	井内内科	694-5353
	15(土)	奥村医院	692-2403			5(土)	西條内科耳鼻科	692-8711
	16(日)	西條内科耳鼻科	692-8711			6(日)	きはら耳鼻咽喉科医院	693-0087
	17(月)	小松泌尿器科	692-1277			7(月)	野田(泰)医院	694-2009
	18(火)	藍住川島クリニック	692-0110			8(火)	友成医院	694-5515
	19(水)	このINRクリニック	693-1103			9(水)	井関クリニック	637-6066
	20(木)	増田クリニック	693-3020			10(木)	上板整形外科クリニック	637-6600
	21(金)	安芸内科	692-6111					

担当時間以外の深夜の救急

きたじま田岡病院 698-1234  
 稲次病院 692-5757  
 東徳島医療センター 672-1171

全日対応ですが、要確認  
 水曜日、土曜日は受診前に要確認  
 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。

# 小学生敬老の日作文



「やさしいおじいちゃん、  
おばあちゃんへ」

松島小学校 六年 坂本 太陽

「いつもぼくに、やさしくしてくれてありがとうございます。」

ぼくも、おじいちゃんや、おばあちゃんみたいな、やさしい人になりたいです。

おじいちゃんは、ぼくが工作をしているときに、いつも手伝ってくれます。ありがとうございます。

おばあちゃんも、いつも一緒に遊んでくれます。ありがとうございます。一緒に誕生日を祝ってくれて、ありがとうございます。

いつも一緒にはられないけど、その分、あった時にはうれしくなるよ。まだまだ元気なおじいちゃんとおばあちゃん。これからもずっと一緒にいたいね。

いつかおじいちゃんと一緒にお酒を飲んだり、おばあちゃんと一緒に車で旅をしたり、したいことはまだまだあるけど、一番の願いは、長生きだよ。ずっとぼくと一緒にいてね。これからも、仲良く元気で。ずっと一緒にだからね。

おじいちゃん、いつも一生懸命働いてくれて、おつかれさま。一緒にご飯を食べたり、ゴロゴロしたり、バッテリー

ング練習をしたりしようね。ぼくの野球の試合も見に来てね。

おばあちゃんも、一緒にトランプをしたり、一緒に寝たり、クイズの出合いをしたりしようね。仕事で疲れているだろうけど、無理しないでね。

ぼくが飲み物を落とした時、ぼくのことを怒らず、やさしく「大丈夫？ぬれてない？」とおばあちゃんがいつてくれたね。おじいちゃんも、床をぬらしてしまったことよりも

「太陽、ぬれてない？大丈夫？」と優しく言ってくれて、その時は涙があふれそうだったよ。

本当に、こんなやさしいおじいちゃんとおばあちゃんがいてくれて良かったよ。これからも体を大切にしてくださいね。これからは長生きだよ。これからもずっと、ぼくと一緒にいてね。約束だからね。

家に遊びに行ったら笑顔で「おかえり！」と言ってくれる、おじいちゃんとおばあちゃんがいて本当に幸せ者だと思います。本当に毎日が幸せです。ぼくのおじいちゃんとおばあちゃん、でいてくれて、ありがとうございます。世界一、宇宙一やさしいおじいちゃんとおばあちゃん、大好きだよ。ありがとうございます。

「僕のすてきな  
おじいちゃんにこいつて」

高志小学校 六年 阿彌 琉生

僕の家にはおじいちゃんがあります。おばあちゃんは僕が生まれるだいぶ前になくなつたので、離れに一人で暮らしています。おじいちゃんはおばあちゃんの事が大好きだったので、今もおばあちゃんの誕生日にはケーキを買ってきてお祝いしています。

おじいちゃんはお寺の住職をしているので、毎朝本堂でお経を読んでいます。「おはよう。いってらっしゃい。」と見送ってくれます。また、毎年十二月三十一日には、除夜の鐘をつきます。本堂でお経を読んだ後、外に出て百八回鐘をつきますが、とても寒いのでみんなで交互に鐘をついています。おじいちゃんは、本堂にストローブをおいて、「中で温まってきてよ。」と気遣ってくれてやさしいです。

おじいちゃんは何でも器用にできるので、いつも忙しそうに何か作業をしています。老人会で地域の世話人をしていて、地域に貢献しています。家ではお米や野菜を作っていて、壊れたものがあつたら直してくれます。トイレの配管の修理をしてくれたり、僕が二年生のときには、入り口の納屋の所にブランコを作ってくれたりしてくれました。

嬉しかったです。最近、ブロッ

ク塀を壊して、新しいフェンスを取り付けていました。一人で何でも直せるのです。すごいなと思います。何か困った事があれば、家族みんなが頼りにしています。おじいちゃんは音楽が好きでよくCDを聴いています。演歌や洋楽、クラシックといろんなジャンルの曲を聴いています。外で作業しているときも大音量で聴いています。

いつも元気なおじいちゃんが、数年前に急に具合が悪くなり、救急車で病院に運ばれたときは、とても心配しました。おじいちゃんは離れに一人だったので、たまたまお客さんが来ていたときに具合が悪くなり、知らせたので気付くことができたけど、夜だったので、もしお客さんが来ていなかったら、朝まで異変に気付くことができなかったかもしれない。お父さんは救急車と一緒に乗っていき、僕とお母さんはあとから車で病院に行きました。病院についてから、少ししておじいちゃんのいる病室に入り、顔を見て話をして一安心しました。たいしたことなく、すぐに元気になって退院できたので良かったです。

おじいちゃんは優しく、いつも僕のために欲しいものを色々買ってくれます。おとなになつて僕が働けるようになったら、おじいちゃんの欲しいものをたくさん買ってあげたいと思います。大好きなおじいちゃん、これからも元気で長生きしてね。

## 「感謝の気持ち」

神宅小学校 五年 森江 希乃華

私には祖母がいます。祖母は、野菜を育てているので、私たちにも野菜をくれます。Uの形のなすや、ひょうたんみたいなピーマンなどすごい形があるので、とてもおもしろいです。でも味はとてもおいしいです。

夏休みは、いつも祖母のそうめんを食べます。祖母が作るそうめんが一番おいしいと思います。でも、今年の夏は、コロナの感染拡大の心配があったので、あまり会えなくて残念でした。

私は、祖母の家でよくゲームをします。祖母の脳トレのためです。マス目に、丸やバツを交互に書いていきます。たて・横・ななめに丸やバツを先に三つそろえるゲームです。祖母は、すごく考えていますが、結局私に負けます。祖母は、

「え。そんなに勝つわけないやろ。ずるしとるで。」

と言ったから、笑いながら、「してないよ。」

と、笑顔で答えました。

他にもゲームをしていて、心に残っているのは、十回ゲームです。「プリン」って十回言ってもらうと、祖母が、「プリンプリンプリンプリンプリンプリンと、急にだまりこみ、

と、大声で言ったので、二人で大笑いしました。

祖母の家に行くと、食パンやスポーツドリンクやお茶をくれます。とてもやさしいです。

昔、お姉ちゃんとのけんかを止めに入ってくれた時に腰を痛めてしまいました。でも、全然痛そうにしていなかったので、「最強だな」と思いました。

コロナ前は祖母と、よく温泉に行っていました。祖母はサウナが好きです。お姉ちゃんと三人でサウナに入りました。とても熱いですが、出ていくしゅん間が気持ちよくて、三人でしんぼうしました。サウナの後、水風呂に入ると、解放された気分ですつきります。祖母も私たちも笑顔いっぱいでした。

祖母は、料理が好きで、自家製の食べ物をよく作ります。ちりめんとさんしょうの実を混ぜた物や、きゅうりと油あげのすの物、しょうがのつけものとかを作ってくれます。本当においしいです。祖母は、自分でも料理を作りますが、お母さんの作った料理が大好きです。特に、たけのこや大葉の天ぷら、もやしナムルが大好きで、持っていくと、すごくうれしそうで、喜んでくれます。作ると約束したのに作らなかったら、すごくおこって、こわかったです。

笑いも、元氣もくれる本当にやさしい祖母です。おばあちゃん、いつも私たちの面倒をみてくれて、ありがとうございます。やさしくしてくれてありがとうございます。私は、おばあちゃんに感謝の気持ちでいっぱいです。

いつまでも長生きしてほしいです。

## 「お世話になっている

### 祖母へ」

東光小学校 六年 手塚 詠太

僕の父の両親、祖父母のことについて紹介します。

僕のおじいちゃんは、「レストラン」で仕事をしています。おじいちゃんには、いそがしい時は仕事のある何日も前から仕込みを始めて、当日の朝も早く起きて仕込みをしています。本당이がんばって仕事をしているのだと思います。

そんなおじいちゃんですが、仕事が終わる時は僕が行きたいところへ連れて行ってくれたり、好きなものを買ってくれたりなどいろいろなことをしてくれます。たまにご飯を食べに連れて行ってくれたり、おじいちゃんの自慢の料理を作ってくれたりします。おじいちゃんが作った料理はともにおいしいです。そんなおじいちゃんは僕にとってすごくカッコいい存在です。

おじいちゃんは、人と話すのが得意です。よく友達を店に連れてきて「飲み会」をしています。ですが最近コロナの影響で「飲み会」ができません。だから僕が話好きのおじいちゃんに顔を見せに行っています。そんな時にも自慢の料理を作ってくれることもあり、そんなときのおじいちゃんは、とても楽しそうに見えます。

僕のおばあちゃんは、とてもやさしいです。僕が話しかけた時はいつもやさしく話をしてくれます。相談にものってくれるおばあちゃんですが、時には厳しい時もあります。ちゃんとメリハリのある自慢できるおばあちゃんだと思います。ある時ぼくはおばあちゃんにこう聞きました。「なんでそんなにやさしいの？」おばあちゃんは、「大事な孫だと思ってるからだよ。」と答えてくれました。それを聞いた僕は、本当にうれしかったです。僕は本当に感謝しています。

このようにおじいちゃん・おばあちゃんにはいつもお世話になって、たくさん迷惑をかけています。今、いつもの感謝の気持ちをおじいちゃん・おばあちゃんに伝えたいと思います。

おじいちゃん、いつもがんばって仕事をしていますね。おじいちゃんを見てみると僕もやる気が出ます。これからも体に気をつけて、仕事がんばってね。いつもありがとう。おばあちゃん、小さいころ母が仕事でいない時お世話をしてくれて本当にありがとう。いつも誕生日にはゼリーを作ってくれてありがとう。これからもよろしくね。

僕は、おじいちゃん・おばあちゃんからいろんなことを教わり学んできました。まだまだたくさんのお話を教えていきたいと思っています。また、これからはたくさん迷惑をかけないようにしますがなるべく迷惑をかけないようにしたいと思っています。僕の大切なおじいちゃん・おばあちゃん、いつまでも長生きしてね。

# 今月の納付期限について

10月は町・県民税(第3期)・国民健康保険税(第4期)、介護保険料(第4期)、後期高齢者医療保険料(第3期)の納付月です。

**納付期限は10月31日(月曜日)です。**

納付期限内にお納めくださいますようお願いいたします。  
口座振替の方は、10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。

## ●口座振替

### 口座振替の手続き

納付書と通帳と通帳届出印を持参し、上板町内取扱金融機関窓口でお申し込み下さい。

### ご利用いただける町税

町県民税・固定資産税・軽自動車税(種別割)・国民健康保険税

### 取扱金融機関

阿波銀行、徳島大正銀行、板野郡農協、ゆうちょ銀行

# 家屋調査のお願い

令和4年1月2日から令和5年1月1日の間に新増築された家屋(住宅や倉庫など)については、令和5年度から固定資産税が課税されることになります。税務課ではその税額の基準となる評価額を算出するための「家屋調査」を行っています。適正な評価額を算出するために必要な調査ですので、ご協力をお願いいたします。調査内容は、所有者様、またはご家族様など代理の方の立会いのもと、家屋の外部と内部を拝見させていただき建築素材、設備(トイレやお風呂など)等を確認させていただくものです。

なお、調査対象家屋の所有者の方に「家屋調査について」の手紙を郵送いたしますので、詳細については、お手紙をご覧ください。ご希望いたします。

## ●お問い合わせ●

上板町役場 税務課  
☎088-694-6807

## ●お問い合わせ●

### ■町税(町・県民税、国民健康保険税)

上板町役場 税務課 ☎088-694-6807

### ■保険料(介護保険、後期高齢者医療保険料)

上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810

## 鳴門税務署からのお知らせ

# 消費税インボイス制度等説明会について

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式として適格請求書等保存方式(インボイス制度)が実施されます。事業者の皆様には、インボイス制度について理解を深めていただき、インボイス制度の実施に向けて必要な準備を進めていただくため、インボイス制度等説明会を開催しますので、是非ご参加ください。

説明会の名称	開催日時	開催場所	定員
インボイス制度説明会 (消費税の仕組みから知りたい方向け)	令和4年10月26日(水) 10:30~12:00	鳴門税務署 大会議室 鳴門市撫養町南浜字東浜39番地3	24名
インボイス制度説明会 (登録申請相談会)	令和4年10月26日(水) 13:30~15:00	鳴門税務署 大会議室 鳴門市撫養町南浜字東浜39番地3	24名
インボイス制度説明会 (消費税の仕組みから知りたい方向け)	令和4年11月25日(金) 10:30~12:00	鳴門税務署 大会議室 鳴門市撫養町南浜字東浜39番地3	24名
インボイス制度説明会 (登録申請相談会)	令和4年11月25日(金) 13:30~15:00	鳴門税務署 大会議室 鳴門市撫養町南浜字東浜39番地3	24名
インボイス制度説明会 (消費税の仕組みから知りたい方向け)	令和4年12月21日(水) 10:30~12:00	鳴門税務署 大会議室 鳴門市撫養町南浜字東浜39番地3	24名
インボイス制度説明会 (登録申請相談会)	令和4年12月21日(水) 13:30~15:00	鳴門税務署 大会議室 鳴門市撫養町南浜字東浜39番地3	24名

## ●お問い合わせ●

鳴門税務署  
法人課税第1部門  
☎088-685-4101  
(代表)(内線22)

代表電話にお問い合わせいただく際は、自動音声案内に沿って「2」を選択してください。

登録申請相談会については、説明会終了後、登録申請を希望される方を対象に申請手のサポートを行います。詳しくは、お申し込みの際に税務署職員にお問い合わせください。

○会場収容人数の都合上、**事前予約制**としますので、事前にお問い合わせ先まで申し込みをお願いします。

## 上板町

# 議会だより

◎令和4年第3回定例会の概要

第3回定例会は、9月6日から8日までの3日間の日程で開かれました。

開会日には、松田町長の挨拶及び提出議案提案理由の説明が行われ、一般質問では、学校における新型コロナウイルス感染症対策の状況、通学路の安全対策、高齢者支援についてなどが論議されました(議員7名から一般質問)。

また、令和4年度補正予算、令和3年度決算の認定についてなどが審議されました。

・町長提出議案16件(可決6件、認定8件、適任1件、報告1件)  
・議員提出議案2件(可決1件、決定1件)

## ◎議会議員全員協議会

令和4年7月27日  
吉野川下流地区における事業承継についての協議。

令和4年9月1日  
第3回定例会提出議案などについての協議。

## ●お問い合わせ●

上板町役場 議会事務局 ☎088-694-6815

# 上板町で婚活イベントが開催されます!

素敵な出会いをお探しの方へ。令和4年11月27日(日)に上板町技の館で婚活イベントが開催されます。当日は藍染め体験や美味しいスイーツを食べながらのティータイム等、充実した内容となっています。お申し込み・お問い合わせはマリッサとくしま(とくしまマリッジサポートセンター)へお問い合わせください。

※イベントに参加する場合は事前申し込みが必要です。



詳しくは ↓

マリッサとくしま



マリッサとくしま(とくしまマリッジサポートセンター) ロマンチックゴール とわに  
 徳島市寺島本町西1丁目5番地(アミコ東館7F) ☎088-656-1002  
 FAX 088-656-1008 ✉msc@marissa-tokushima.com <https://www.msc-tokushima.jp/>  
 平日 12時~20時 / 土日祝 10時~18時 / 定休日 水・木曜日(祝日の場合は開所)

● お問い合わせ ● 上板町役場 企画防災課 ☎088-694-6824

## 上板ふれあいクラブ



後期半額キャンペーン(10月~)

令和4年度 会員募集中! 日曜・祝日休み

みんな楽しく、  
いい汗かいて 健康な体づくり

教室名	開設日時	会場	指導者等	備考
①キッズサッカー	第2・4月曜日 19:00~20:00	東光小学校体育館	多富義和 町スポーツ推進委員	4歳~ 小学3年
②からだスッキリエアロ	毎週火曜日 13:30~14:30	上板ふれあいクラブ (ふれあいセンター内)	矢野真弓 トクシマフィットネスラボ	有料
③太極拳	毎週水曜日 13:30~15:30	上板ふれあいクラブ (ふれあいセンター内)	上板ふれあいクラブ 太極拳愛好会	
④エンジョイエアロ	毎週木曜日 19:30~20:30	上板ふれあいクラブ (ふれあいセンター内)	矢野真弓 トクシマフィットネスラボ	有料
⑤健康吹き矢	第2・4木曜日 13:30~14:30	上板ふれあいクラブ (ふれあいセンター内)	井坂道子・岡本佐和子	
⑥健康ストレッチ	第2・4木曜日 15:00~15:30	上板ふれあいクラブ (ふれあいセンター内)	板東宏一 ばんどう接骨院院長	
⑦キッズスポーツ教室	第2・4土曜日 14:00~15:00	上板ふれあいクラブ (ふれあいセンター内)	八尾景子 子ども身体運動発達指導士	幼稚園~ 小学2年
⑧ニュースポーツ (カローリング)	第1・3土曜日 13:00~14:30	農村環境改善センター 多目的ホール	上板町スポーツ推進委員	
⑨バウンドテニス	第1・3土曜日 15:00~17:00	農村環境改善センター 多目的ホール	西條勝行 県バウンドテニス協会	
⑩ダンススポーツ	毎週土曜日 15:00~17:00	中央公民館大会議室 (役場2F)	濱 清枝 徳島県ダンススポーツ連盟公認指導員	
卓球を楽しもう 筋力トレーニング	月~金13:00~20:00 土 13:00~18:00	上板ふれあいクラブ (ふれあいセンター内)	お友達や家族で卓球を楽しみませ んか(貸ラケット有)	筋トレ 高校生以上使用可

【会費・スポーツ安全保険料】 ※会費とスポーツ安全保険料を支払えば、教室に参加できます。(年会費半額)

区分	年会費	家族 2人目から	団体 (10人以上)	団体 (20人以上)	スポーツ 安全保険
大人(高校生以上)	3,000円	2,500円	2,500円	2,000円	1,850円
高齢者(65歳以上)	2,500円	2,000円	2,000円	1,500円	1,200円
中学生以下	2,000円	1,500円	1,500円	1,000円	800円
ファミリー	8,000円	同一世帯で人数制限なし(要:保険加入)			
フリーパス	20,000円	スポーツ安全保険料・すべての教室参加料込			

※会費・スポーツ安全保険は令和5年3月31日まで有効  
 ※筋トレ・卓球 使用料(会員1ヶ月500円、会員外1回町内300円、町外500円)  
 ※上板町外の方は、年会費+500円  
 ※⑤、⑧、⑨の教室は維持費として(年間500円)

【お申し込み・お問い合わせ】

●入会申込書は、上板町ふれあいセンターにあります。

上板ふれあいクラブ事務局 ☎088-679-7788 開設時間 月~金13:00~20:00 土13:00~18:00



# かみいた 防災 フェスタ 2022

参加  
無料

入場  
無料

日時

2022年 **11/3** 木・祝

時間

10:00～15:00

会場

上板町技の館 周辺

当日は役場からシャトルバスを運行しています！  
役場発：10:00から30分ごと  
技の館発：10:30から30分ごと  
駐車場に限りがあるため是非ご利用ください！

見る！



はたらくるま  
耐震シェルター など



学ぶ！



ロープワーク  
非常食レシピ  
耐震化相談  
パネル展示 など



体験  
する！

地震体験  
AED体験  
消火器体験  
煙体験 など



まだまだ  
あるよ！

指定緊急避難場所周知徹底キャンペーンとコラボ開催！

ペット同行避難体験もできるよ！

※事前に電話等で一緒に避難のために連れてこられる  
ペットの大きさを教えてください

14時30分より中庭でお菓子投げを行います！

「もしも」がくる前に  
知っておこう



● お問い合わせ ● 上板町役場 企画防災課 ☎088-694-6824

かみいた防災フェスタとコラボ開催! 「もしも」に備えて「指定緊急避難場所」に行ってみよう

「もしも」がくる前に  
知っておこう



# 指定緊急避難場所 周知徹底キャンペーン

in  
上板町

参加無料・申込不要・プレゼント有り

日時

令和4年  
**11/3 (木)**

**10:00~15:00**

〔カード受け取り 10:00~13:00〕  
〔プレゼント引換え 10:00~15:00〕

会場

上板町内の「指定緊急避難場所※」  
かみいた防災フェスタ「技の館」

(※本キャンペーンの対象となる「指定緊急避難場所」の一覧は下記参照)

はてさて。上板町の  
指定緊急避難場所は  
どこだったかのう。



対象

上板町にお住まいの方  
上板町内にお勤めの方

参加方法

ステップ1

10時~13時の間に本キャンペーン対象の指定緊急避難場所のうち、**自宅及び勤め先から近い指定緊急避難場所に行きます。**

ステップ2

下記の「指定緊急避難場所カード」配布場所で**カード**を受け取ります。

ステップ3

10時~15時の間にかみいた防災フェスタ会場「**技の館**」に行き「指定緊急避難場所カード」を見せて**プレゼント**を受け取ります。

※プレゼントの内容は受付順によって異なる場合があります。あらかじめご了承ください

施設名	所在地	「指定緊急避難場所カード」配布場所
上板町役場	上板町七條字経塚42番地	正面玄関前
上板町農村環境改善センター	上板町七條字経塚42番地	正面玄関前
上板中学校 (体育館)	上板町神宅字西金屋44番地	体育館玄関前
神宅小学校 (体育館)	上板町神宅字喜来135番地	体育館玄関前
東光小学校 (体育館)	上板町西分字東光8番地	体育館玄関前
松島小学校 (体育館)	上板町鍛冶屋原字北原20番地	体育館玄関前
高志小学校 (体育館)	上板町高瀬字天目一1108番地	体育館玄関前
上板町文化センター	上板町神宅字青木10番地1	玄関前
上板町文化センター 第1分館	上板町西分字滝ノ宮西26番地1	玄関前
上板町馬道会館	上板町西分字原測18番地2	玄関前
上板町ファミリースポーツ公園	上板町七條字天王7番地	駐車場
社会医療法人あいざと会 藍里病院	上板町佐藤塚字東288番地3	グラウンド横駐車場
老人保健施設健祥会ハート(上板町下六條字中西50番地1)も指定緊急避難場所ですが施設改修等のため <b>カード配布はありません。</b>		

● お問い合わせ ● 上板町役場 企画防災課 ☎088-694-6824

主催：吉野川流域治水協議会・吉野川中流・下流大規模氾濫に関する減災対策協議会

# 狂犬病予防注射の実施について(お知らせ)



飼い犬は法律により、生涯1回の登録と毎年1回の狂犬病予防注射を受け、つないで飼うことが義務づけられています。

本年度も5月に集合注射を実施しましたが、まだ注射を済ませてない犬は下記の日程表のとおり実施しますので受けさせていただきます。

また、新しく犬を飼い始めた方は、前もって登録していたき円滑に注射ができますようご協力ください。この日程で都合の悪い方は、動物病院で受けてください。

※ 令和2年度より注射料金が3,300円に変更となっております。

※ 当日は、新型コロナウイルス感染拡大防止に、ご協力をお願いします。

- 登録は、獣医師会に加入の動物病院でもできます。
- 登録犬が死亡したときは、必ず役場環境保全課まで死亡届を提出してください。
- 町内での住所・飼い主の変更又は町外からの転入のあった場合は役場環境保全課まで、他市町村へ転出された場合には、新たな所在地の役場等へ変更届を出してください。

## 登録済犬

狂犬病予防注射 3,300円 計 3,300円

## 新規登録

登録 3,000円

狂犬病予防注射 3,300円 計 6,300円



- 当日は、担当獣医師の指示に従い、注射を受けてください。
- 時間・場所を確認の上、犬をお連れください。
- トラブルの原因になりますので、首輪が抜けないようにしっかりとめてください。

## 令和4年10月6日(木曜日)

時間	場所	時間	場所
9:15 ~ 9:30	泉谷多目的集会所	13:10 ~ 13:30	椎本多目的集会所
9:40 ~ 10:00	松島神社前	13:40 ~ 14:00	馬道会館
10:10 ~ 10:25	門田集会所	14:10 ~ 14:25	文化センター
10:35 ~ 10:55	烏屋集会所	14:35 ~ 14:50	大山町集会所
11:05 ~ 11:20	天目一神社前	15:00 ~ 15:15	小柿ごみステーション前
11:30 ~ 11:45	旧JA高志支所東部集荷場	15:25 ~ 15:50	上板町役場駐車場

- お問い合わせ ● 野犬・放し飼い等の苦情のお問い合わせは、下記のとおりです。  
(神山町阿野字長谷333 徳島県動物愛護管理センター) ☎088-636-6122  
上板町役場 環境保全課 ☎088-694-6813

## 街路灯の清掃点検ボランティア

8月27日、上板町、吉野川市、阿波市及び石井町の電気工事業者(73店)が加盟する「鴨島電気工事協同組合」が、学生や地域住民の防犯に役立てればと、松島小学校を含む7校周辺の通学路に設置されている街路灯の清掃点検ボランティアを行いました。

組合員35名が194基の街路灯を清掃、点検した結果、17箇所の不良箇所が見つかり、役場の担当課へ改修を依頼しました。

この活動は、8月の「電気使用安全月間」行事の一環として2007年から継続して行われています。



- お問い合わせ ● 上板町役場 建設課 ☎088-694-6812

# 犬及び猫の避妊・去勢手術に助成をします

## 概要

あなたの大切なペットに、子犬や子猫が生まれても、育てる自信がないときは、避妊・去勢手術を受けさせましょう。犬や猫は、生まれて1年もたたないうちに子どもを産むようになり、1回の出産で3～5頭の子犬や子猫が生まれます。望まない繁殖を防ぎ、不幸な犬や猫を増やさないために、避妊・去勢手術を受けることをおすすめします。

## 記入例

### ▼ 表面

7708007	徳島県新浜本町二丁目3番6号
(公社) 徳島県獣医師会 行	

### ▼ 裏面

郵便はがき 0000000	避妊・去勢手術助成申込書
返信	犬・猫の別 名前 年齢 性別 毛色
氏住所名	(犬の場合) 犬の登録番号 徳島県第 号または 徳島県〇〇市町村第 号 狂犬病予防注射票番号 令和〇年度第 号
	申込者 住所 氏名(フリガナ) 電話番号

## 応募要領

対象	(1) 町内に住民登録を有する方。 (2) 上板町内で飼育されている犬及び猫。 (3) 犬については登録と令和4年度において狂犬病予防接種を受けていること。 (4) 町税等の滞納がない方(世帯)。
助成額	(1) 1頭につき5,000円(助成予定頭数44頭) (2) 助成金額は予算の範囲内とし、1世帯につき、当該年度は2頭まで。 (3) 応募者多数の場合は、抽選となる場合があります。
申込方法	往復はがきに1枚に1頭記入のうえ、公益社団法人徳島県獣医師会へお申し込みください。 [申込先] 〒770-8007 徳島市新浜本町二丁目3番6号(公社)徳島県獣医師会
記載事項	(1) 飼い主の住所、氏名、電話番号、犬・猫の別、名前、年齢、性別、毛色。 (2) 犬の場合は、犬の登録鑑札番号、及び狂犬病予防注射済票番号。 (3) 返信用はがきの宛名欄にも、申し込み者の住所、氏名、郵便番号を記入してください。
申込期間	令和4年10月1日から令和4年10月31日まで(必着)
手術実施期間	令和4年11月15日から令和5年1月20日まで
助成方法	(1) 認定書(返信はがき)を受け取った方は、事前に指定動物病院へお問い合わせのうえ、上記期間に手術を受けてください。 (2) 費用の支払いは手術手数料から5,000円を差し引いた金額をお支払いください。 ※上記の手術期間を過ぎた場合、この事業による手術は受けられなくなりますので、ご注意ください。 ※手術手数料は動物病院により異なります。
注意事項	(1) 手術を受けられるときは、認定書(返信はがき)と印鑑を持参してください。 ※また、獣医師が犬や猫の健康上、不相当と判断した場合は、手術を実施しない場合があります。 (2) 認定書を受け取り後、手術を受けることができなくなった場合は、環境保全課まで至急ご連絡ください。

### ● お問い合わせ ●

(公社)徳島県獣医師会  
上板町役場 環境保全課

☎088-663-6607  
☎088-694-6813



## 認知症の予防と進行抑制

小林由子講師

『認知症と栄養について』

公益社団法人徳島県栄養士会 専務理事  
管理栄養士

**日時** 令和4年10月28日(金曜)

午前10時～午前11時30分  
(午前9時30分開場)

**会場** 上板町老人福祉センター

上板町西分字橋西1-11  
☎088-694-6155

**参加方法** 事前申し込みが必要

**[定員30名程度 参加費無料]**

### 認知症と食事の関係

認知症は生活習慣を見直すことで予防したり、発症をおくらせたり軽く抑えたりすることができます。認知症の原因の一つである生活習慣病の予防・治療をしっかりと行い、健康的な生活を送ることが認知症予防につながります。認知症の予防の三本柱は「食べる」「運動」「社会参加」です。健康な脳を維持するには栄養がまんべんなく必要となります。

主催：上板町社会福祉協議会／上板町地域包括支援センター  
共催：上板町

● 申し込み先 ● 上板町社会福祉協議会 ☎088-694-6155

# フードドライブのお礼と報告



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。



フードドライブ専用のケースがいっぱいになりました。

上板町では令和4年9月5日から9日にかけてフードドライブ活動を行いました。

今回で7回目の活動になりますが、皆様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、上板なかよし子ども食堂や「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0の削減に向けた効果的な取り組みを行ってまいります。

● お問い合わせ ● 上板町役場 産業課 ☎088-694-6806 上板町社会福祉協議会 ☎088-694-6155

## 上板町消費生活相談窓口 からのお知らせ

### 個人情報を読み出す不審電話にご注意!

大手電力会社や民生委員を名乗り、家族構成など個人情報を聞き出すとする電話が県内で複数発生している旨の情報提供が寄せられています。不審な電話にご注意ください。

- アドバイス**
- 個人情報を伝えてしまうと、還付金詐欺等の悪質な手口で使用される可能性があるため、**家族構成などを聞かれても安易に伝えないように**しましょう。
  - **留守番電話**や、役場から無償貸出している**不審電話撃退装置**を活用しましょう。
  - 不安に思うことやトラブルが生じた場合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9:00～12:00 13:00～16:30 (土・日・祝・年末年始を除く)



## 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4年10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4年10月20日(木) 午後1時30分～午後4時

※新型コロナウイルス感染症拡大により中止になる可能性があります。

### 町民の皆さまへお願い 新型コロナウイルス感染症 に関連する人権への配慮

感染された方やその家族、治療にあたっての医療従事者等に対する不当な差別、いじめ、SNS等における誹謗中傷等はあってはなりません。

また、SNS等による誤った情報や根拠のない噂の拡散は、人権侵害に当たるだけでなく、新型コロナウイルス感染症に対する人々の不安を煽り、適切な感染対策の妨げにもつながります。

不確かな情報に惑わされることのないよう、正しい情報に基づき、人権に配慮した、冷静な

行動をとっていただきますようお願いいたします。

また、徳島県立人権教育啓発推進センター及び徳島地方法務局常設相談所で、インターネットでの書き込みや新型コロナウイルス感染症に関する事など、様々な相談を受け付けております。

### ○人権教育啓発推進センター

徳島県男女参画・人権課分室  
☎088-1664-1370  
徳島市東沖洲2-14  
沖洲マリナーミナルビル内  
あいぽーと徳島

### ○徳島地方法務局常設相談所

徳島地方法務局人権擁護課  
徳島市徳島町城内6番地6  
徳島合同庁舎6階  
相談時間 平日  
午前8時30分から午後5時15分

### 電話による相談

#### ●みんなの人権110番

全国共通ダイヤル  
0570-10003-110  
※発信地域に応じて、最寄りの相談所につながります。

#### ●子どもの人権110番

全国共通フリーダイヤル  
0120-10007-110

#### ●女性の人権ホットライン

全国共通ダイヤル  
0570-1070-1810  
※発信地域に応じて、最寄りの相談所につながります。

● お問い合わせ ● 上板町役場 住民人権課 ☎088-694-6809

# 出張こども食堂開催のお知らせ

10月9日(日)10時~14時に出張上板なかよしこども食堂を開催します。  
 今回の開催場所は、上板町文化センターです。(住所：上板町神宅青木10-1)  
 こども食堂は、地域のこどもから高齢者まで、だれもが仲良く楽しく集い、安心して暮らせる町づくりを目的として活動しています。  
 食事の他に色々な遊びやゲームも用意しています。  
 こどもから大人までどなたでも参加できます。  
 どうぞお越しください。



こども 無料  
 大人 300円



参加をご希望の方は、下記の技の館まで電話で事前申し込みをお願い致します。  
 申し込み電話：☎088-637-6555

詳細情報は、  
 上板なかよし子ども  
 食堂HPまで。

# 「年金生活者支援給付金制度」

ご請求はお早めに！

対象者の方には  
 この封筒が  
 届きます。



現在、給付金を受け取られている方のお手続きは不要です。

老齢年金生活者支援給付金  
 障害年金生活者支援給付金  
 遺族年金生活者支援給付金

- 対象者は、一定の所得以下の年金受給者です。
  - 年金生活者支援給付金を受け取るには、請求書の提出が必要です。
  - 日本年金機構から送られてきた封筒に入っている請求書に記入・切手を貼ってご返信ください。
- ※基礎年金を受け始めた方には、年金の請求書と一緒に書類をお送りしています。

●お問い合わせ●

給付金専用ダイヤル **0570-05-4092**

050から始まる電話でおかけになる場合は東京03-5539-2216

(受付時間) 月曜日 午前8:30~午後7:00  
 火~金曜日 午前8:30~午後5:15  
 第2土曜日 午前9:30~午後4:00

年金給付金 検索

(ナビダイヤル)



# 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 9:00~17:00  
 (土日祝休み)

※平日の利用が難しい方には  
 毎月第4土曜日 19:00~21:00(要予約)  
 で相談を受け付けております。

★電話番号

☎088-637-6006

★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。

民地から道路へ突き出した  
 立木などの管理について  
 「お願い」

毎年、台風等で立木が道路  
 上へ倒れたり、道路にはみ出し  
 た枝で通行車両が損傷したり  
 する事故が発生しています。  
 こうした事故の場合、一般的には立木所有  
 者の管理責任が問われ、損害賠償等の責任を  
 負うことがあります。  
 倒れそうな立木や道路上にはみ出した枝は  
 早めに伐採し、事故の未然防止に努めてくだ  
 さい。



# 宮川内谷川の河川監視カメラが一般公開されました

動画投稿サイトYouTubeで松島橋より上流方向を映した映像をリアルタイムで見ることができます。自然災害時の避難判断等にお役立てください。

●アクセス方法

YouTubeサイト内にて「宮川内谷川徳島県河川整備課」で検索、もしくは県webサイト「徳島県水防情報」内の「カメラ映像」からアクセスできます。



●お問い合わせ● 上板町役場 建設課 ☎088-694-6812

## 秋の寄せ植えをしてみませんか？

晩春まで長く咲き続けてくれる花で寄せ植えしませんか。柔らかな陽に照らされた昼下がり、自分だけのオリジナルの寄せ植えを作りましょう。



### ■日時

10月26日(水) 午後1時30分～

### ■場所

馬道会館 ☎088-694-4868  
上板町西分字原淵18番地2

### ■申し込み締め切り

10月21日(金) 午後5時まで

### ■材料代 2,000円



Happy Birthday!

お誕生おめでとう

(令和4年8月)

東山	幹	詩乃	董	すみれ	男の子(七條)
里	純平	愛	柚那	ゆずな	女の子(七條)
楠本	豪	亜衣莉	陽向	ひなた	女の子(七條)
土井	陽介	めぐみ	真綾	まあや	女の子(佐藤塚)



## 学校給食センター 8月28日(日)～9月3日(土)は「とくしま野菜週間」です！

8月31日は、8(ヤ)3(サ)1(イ)の語呂合わせから「野菜の日」と制定されています。これにちなんで、徳島県では平成24年度に8月31日を含む日曜日から土曜日の1週間を「とくしま野菜週間」と独自に制定し、様々な取り組みが行われています。

平成28年度の県民栄養調査における野菜の摂取量は男性317g、女性315gで、1日の目標摂取量350gまであと40gというところまでできています。目標達成に向け、約70gの野菜料理(小鉢程度)を1食に1皿以上、1日に5皿を目標に、朝食で1皿分、昼食と夕食で各2皿分を摂れるように考えると目安になるでしょう。

野菜は低脂肪、低エネルギーでありながら「かさ」が多いことから、満腹感を与えてくれる反面、食べにくいということがあるかもしれません。葉物野菜は熱を加えることでかさが減り食べやすくなります。調理法や味付けなど、いろいろ工夫をしてみてください。

上板町の学校給食では1食で平均100g程度の野菜が摂れるように努力しています。ご家庭でも補っていただけるようお願いいたします。また、一度にたくさん食べるのではなく、3食に分けて毎日食べることが大切です。続けることもお忘れなく…



— 目指せ「1日350g」—

即席漬けと焼き肉風炒め  
約210g  
(中学生量)



コーンサラダとトマトスープ  
約150g  
(中学生量)

● お問い合わせ ● 上板町学校給食センター ☎088-694-2279

畳製作一級技能士のいる店



徳島県マスコット  
・すま娘11-80号  
・やわらすだちくん

# 植田畳店



畳のことなら  
まかせて

家具移動無料 見積り無料 遠くでもOK!! 女性スタッフ同行可能

0120-350-193 上板町神宅 ☎088-694-2585

<https://www.uetatami.com>

## あなたの“声”をお聴きします～行政相談週間～

10月17日(月)から23日(日)までは「行政相談週間」です。行政相談週間は、総務省の「行政相談」を広く皆さんにお知らせしてお気軽に利用していただくために、総務省が全国一斉に実施しているものです。この行政相談週間の一環として、当町では、次のとおり行政相談委員による行政相談所を開設しますので、どうぞお気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。



- |  |   |
|--|---|
| <p>&lt;相談例&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コロナに関する支援策を知りたい</li> <li>・道路が傷んでいて危険</li> <li>・どこに相談したらよいか分からない</li> <li>・役所に申請したが、手続が進まない</li> <li>・窓口には行きづらい</li> </ul> | <p>&lt;行政相談所&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■日時<br/>10月19日(水曜日)<br/>13時30分～15時30分</li> <li>■場所<br/>上板町老人福祉センター</li> </ul> |
|--|---|

● お問い合わせ ● 上板町役場 総務課 ☎088-694-6801

# 毎日牛乳

日本酪農協同株式会社

<http://www.mainichi-milk.co.jp>

業務指令本部 / 大阪府和泉市小田町1-8-1 ☎0725(41)7111(代表)  
本店 / 大阪市浪速区塩草2-9-5 ご用のお客様は、上記本部までご連絡ください。

工場 / 近畿・徳島・滋賀・広島 営業所 / 北陸・岡山・札幌・名古屋  
販売部 / 近畿・四国・京滋・中国 支店 / 東京  
関連会社 / 株式会社北海道酪農公社・毎日牛乳運送株式会社・中国乳業株式会社

