



自転車乗車用ヘルメットをご購入される場合はぜひ補助金をご活用ください
詳しくはP16へ！



↑
HPIはコチラ



インスタ始めました



KAMITA_TOWN

お問い合わせフォーム



- 体験・教室募集 2
- 健診わくわくキャンペーン 4
- 保健師からのお知らせ 8~12

藍の栽培体験がスタートします！

技の館では、藍染体験以外にも藍栽培に関する体験研修を行っています。

藍の栽培



- 種まき (4月)
- 植え付け (5月～6月中旬)
- 刈取り (6月～9月下旬)
- 藍こなし作業 (6月～9月下旬)
- 切り返し作業 (10月～1月下旬)



種まき



植え付け



刈り取り



藍こなし



切り返し

上記の藍栽培の一連の作業工程の体験・見学を行っています。

栽培体験（種まき、植え付け、刈り取り）については、体験料 1,000円/日（飲み物代等含む）

藍こなし、寝せこみ作業については、体験・見学無料。体験・見学時間は2時間程度です。

藍について学びたいと思っている方や藍に興味がある方、大歓迎です！

日程などの詳細やお問合せは、技の館HPまたは、直接お電話にてお問合せください

お問い合わせ

技の館 / (一社) 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)
 ☎088-637-6555 FAX088-637-6554



← 詳細は、技の館HPをご確認ください。

6月のこども食堂開催のお知らせ

6月9日(日) 10時～14時に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、技の館です。(住所：板野郡上板町泉谷字原東 32-4)
 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。

参加をご希望の方は、下記の技の館まで電話で事前申込をお願い致します。

こども 無料
 大人 300円



● こども食堂申込電話 ● ☎088-637-6555

観葉植物のガーデニングしてみませんか？

観葉植物は、手入れも簡単で、リラクゼーション効果もあります。

ウツの鉢で、観葉植物を使った寄せ植えをします。おしゃれに飾って、お部屋に癒やしの空間を作ってみませんか？



■日 時

6月26日(水) 午後1時30分～

■申し込み締め切り

6月21日(金) 午後5時まで

■参加費

2,500円

■場所・お問い合わせ

馬道会館

☎088-694-4868

上板町西分字原淵18番地2

夏のキラキラアクセサリーを作ってみませんか。

ハンドメイド好きの方に人気の「レジン」様々な型に好きなパーツを入れて固めます。夏気分を盛り上げてくれるオリジナルアクセサリーを作ってみませんか。



- 日 時 6月28日(金) 午後1時30分～
- 定 員 15名
(先着となりますので、お早めに電話でお申し込み下さい)
- 参加費 材料費600円～1000円程度
- 作品例 ブローチ、プレスレット、ネックレスなど
- 場所・お問い合わせ
馬道会館 ☎088-694-4868
上板町西分字原淵18番地2

虫除けポプリを作いませんか？

ポプリとは乾燥した花にエッセンシャルオイルで香りつけたアロマグッズです。天然素材なので、人体に無害で、害虫から守ります。小皿に盛るだけでも可愛いし、ドアノブや窓際に下げて使うのも素敵です。人権のお話もあります。



- 日 時 6月25日(火) 午後1時30分～
- 定 員 15名
(先着となりますので、お早めに電話でお申し込み下さい)
- 参加費 材料費500円程度
- 場所・お問い合わせ
馬道会館 ☎088-694-4868
上板町西分字原淵18番地2

2024年度 地域障がい者パソコン講座

知的障がいの方を対象とした講座

パソコンの基本・インターネットの活用・パソコンで作品づくり
パソコンやインターネットを楽しみながら学びます。

日 時：令和6年7月27日～8月31日（全6回） 毎週土曜日10時～12時
※祝日の場合は休み
日程は変更となる場合があります。

場 所：福祉ホームリズム2階地域交流スペース（藍住町矢上字安任56-5）

費 用：無料

募集定員：7名

締め切り：7月19日（金）



身体および精神障がい・難病等の方を対象とした講座

- ① パソコンの基本・インターネットの活用
 - ② Word基礎
 - ③ Wordの応用
 - ④ Excel基礎
 - ⑤ 画像加工・動画の編集の基礎
 - ⑥ まとめ（総合復習）
- ・パソコンの基本からインターネットやWord、Excel、画像加工、動画編集等を学びます。
・多様な文書の作成ができるレベルを目指します。
ゆっくり進行しますので初心者の方も安心して学べます。

日 時：令和6年9月6日～令和7年1月31日（全21回） 毎週金曜日13時～16時
日程は変更となる場合があります。

場 所：福祉ホームリズム2階地域交流スペース（藍住町矢上字安任56-5）

費 用：無料

募集定員：10名

締め切り：8月30日（金）



● お問い合わせ ● 障がい者生活支援センター 凌雲 地域パソコン講座担当
☎ 088-693-1117 FAX 088-692-6776

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6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、以下の対象商品を1つプレゼント！！
※初めての健診とは直近2年間で特定健康診査の受診歴がない方に限り
上板町役場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7年3月17日
- ② 令和6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。
上板町役場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7年3月17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7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 直近2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6年度に特定健康診査を受診された方

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125ml×24個
- ③ (一社)ジャパングループ上板
藍染巾着1つ
- ④ (一社)ジャパングループ上板
WAZACAFFEお食事無料券(3,000円分)
- ⑤ アサンスポーツクラブ
温水プール無料券(10回分)
- ⑥ 上板ふれあいクラブ
上板ふれあいクラブ年会費無料券



● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 国民健康保険係 ☎088-694-6810

毎年受けよう！ 特定健診

元気な方も、定期的に通院している方も、隠れて進行する生活習慣病の早期発見のために毎年受診しましょう！



対象者

40歳から74歳 の
国民健康保険に加入している方
(※昭和24年10月1日～
昭和60年3月31日生まれの方)

自己負担

1,000円
10,000円相当の健康診査を
お得に受けられる！
年に1度のチャンスです！

今年の受診期限

令和7年1月31日
※昭和24年10月1日～
昭和25年1月31日生まれの方
⇒ **75歳のお誕生日前日**

えらべる3つの受診方法

- ① 医療機関で受診**
県内400カ所以上の医療機関で受診可能！
(対象機関は受診券に同封された一覧でご確認ください。)
- ② 集団検診(上板町保健相談センター)で受診**
今年の集団検診実施予定日 令和6年10月18日(金)・12月5日(木)
- ③ 国保人間ドック・脳ドックで受診**
国保の人間ドック・脳ドック受診時に受診券を提出してください。



● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 国民健康保険係 ☎088-694-6810

献血バスが参ります！



わずか40分で助かる命があります。献血が貴い命を救います。
ご協力お願いいたします。

令和6年 **6月10日(月)**

400ml献血をお願いしております。
男女ともに50kg以上の方が対象になります。

場所 上板町農村改善センター 【受付:農事研修室】

時間 9:30~12:30、14:00~16:00

年齢: 男性 17~*69歳・女性 18~*69歳

〔*65歳以上の方については、献血される方の健康を考え、
60~64歳までの間に献血経験がある方に限ります。〕

体重: 男・女ともに50kg以上の方が献血可能です。

●検診医の判断により、ご遠慮していただくことがあります。

お知らせ

高血圧・高脂血症・アレルギーなどのお薬を当日服用していても、献血をお願いいただけるものが増えました。
※なお、詳細につきましては、血液センターに確認のご連絡をいただきますようお願い申し上げます。

★★ ご自身の健康管理にぜひ献血を役立ててください ★★

献血にご協力をいただいた方には、血液型のほかに15項目の血液検査(肝機能・コレステロール・糖尿病関連等)の結果が送れます！



● お問い合わせ ●

徳島県赤十字血液センター
☎088-631-3200



みんなでフレイル予防！ 上板町の介護予防事業に参加してみませんか？



健康けん玉教室

■開催日時 毎月1回(第1木曜) 午前10時～午前11時30分

【事前予約制】【参加無料】

■定員 15名

■会場 上板町老人福祉センター 集会室

【貸し出し用のけん玉をご用意しています】

【椅子を利用することも可能です】



■講師 公益社団法人日本けん玉協会徳島県支部
健康けん玉指導員 中西 浩二

昔は子どもの玩具であったけん玉も、近年ではフレイル(虚弱状態)予防として注目され、手首や腕だけでなく、膝や腰を使うことで健康促進や、認知症予防にも効果的です。「けん玉で健康！」をテーマに色々な技のレベルアップより「健康のためにけん玉をする！」を最優先に簡単な技で音楽に合わせた運動や面白い技で脳の活性化・認知症予防・運動不足解消を体験してみましょう！



介護予防教室

■開催日時 7月～9月(3か月間)

(毎週火曜)

栄養教室(9:30～10:10)

歯科教室(10:20～11:00)

運動教室(11:10～11:50)

【事前予約制】【参加無料】

■定員 15名

■会場 上板町老人福祉センター 集会室

65歳以上で介護予防教室への参加を希望される方に栄養、歯科、運動の項目について、現在の生活状況がわかるアンケートを実施して頂きます。その結果、多くの項目に該当し、生活機能の維持改善のため、見直しが必要とみなされた方が対象となります。



● お問い合わせ・申し込み先 ● 上板町社会福祉協議会 ☎088-694-6155

フレイルサポーターになろう！！

「フレイルサポーター養成講座」開催！

令和4年度より、かみいた健康プロジェクトとして「フレイルサポーター」事業を開始。第1期生として20名のフレイルサポーターを養成し、地域の通いの場やイベント等でフレイルチェックやフレイル予防啓発を行っています。皆さんも、「フレイルサポーター」になって地域で活躍してみませんか？



“フレイルって？”

最近よく耳にする「フレイル」。でもフレイルってなんだろう？そう感じている方も多いのではないのでしょうか。フレイルとは、加齢にともない筋力や心身の活力が低下した状態で「健康」と「要介護」の中間の状態のことをいいます。

“STOPフレイル”

健康な状態で長生きするためには、フレイルの兆候に早く気づき対策を行えば元の健常な状態に戻る可能性があります。そこで、日頃の予防行動が健康長寿を目指す秘訣！



さあ、今日からSTOPフレイルを実践！フレイルサポーターとなり、地域のため、自分のために活動しませんか？上板町は、フレイルサポーターを募集します！！

フレイルサポーター活動内容：地域の通いの場やイベント等でフレイルチェック、体力測定などを行います。

開催日時 ①7月8日(月) 10時～16時 受付9時45分～ (講義・フレイルチェック実践練習) (昼休憩 約1時間)

②7月9日(火) 10時～12時30分 受付9時45分～ (フレイルチェック実践)

会場 上板町役場2階(中央公民館 大会議室) 定員 30名程度(応募者多数の場合は調整)

参加無料
事前申込み

対象 介護予防や地域活動に関心があり、フレイルサポーターとして活動ができる方(年齢は問いません)

申込方法 電話又はFAXで氏名、住所、生年月日、連絡先を7月5日(金)までに健康推進課へご連絡ください。

【当日の持ち物】タオル、飲み物、筆記用具、動きやすい服装でお越しください。

● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810

～ 介護保険料のお知らせ～

介護保険は「介護の問題」や「老後の不安」を解消するために、社会全体で支えあう制度です。40歳以上の人が被保険者となって保険料を納め、介護が必要となったときに介護保険のサービスを利用できる制度です。

介護保険は国や県、町が負担する「公費」とみなさんが納める介護保険料を財源として運営されています。

保険給付分（利用者負担を除く）		
公費（国、県、町負担分）50%	第1号被保険者 23%（65歳以上の方の保険料）	第2号被保険者 27%（40歳から64歳の方の保険料）

※第2号被保険者の保険料は医療保険料と一体的に徴収されています。

65歳以上の方の介護保険料（令和6年度から令和8年度）

65歳以上の方（第1号被保険者）の介護保険料は、3年ごとに策定する介護保険事業計画に基づき、3年を通じて財政の均衡が保たれるように決定しています。

令和6年度から令和8年度までの介護保険料の基準額は、年額78,000円（月額6,500円）です。

【所得段階別保険料額】

保険料段階	対象者		年額保険料(円)	基準額割合
1	住民税非課税世帯	本人が住民税非課税 生活保護を受給している人 老齢福祉年金を受けている人または前年の合計所得金額と課税年金収入額合計が80万円以下の人	22,230	0.285
2			37,830	0.485
3			53,430	0.685
4	住民税課税世帯	本人が住民税課税 前年の合計所得金額と課税年金収入額合計が、80万円以下の人	70,200	0.9
5			78,000	1.0
6			93,600	1.2
7			101,400	1.3
8			117,000	1.5
9	本人が住民税課税	前年の合計所得金額が、120万円以上210万円未満の人	132,600	1.7
10			148,200	1.9
11			163,800	2.1
12			179,400	2.3
13			187,200	2.4

※第1段階から第3段階については、今年度も低所得者に対する保険料軽減を実施しています。

※令和6年度介護保険制度改正により国の基準が9段階から13段階に変更になりました。

介護保険料の納め方

65歳以上の方（第1号被保険者）の納め方には年金からの天引き（特別徴収）と納付書または口座振替による納付（普通徴収）があります。

令和6年度介護保険料普通徴収分の納期は次のとおりです。

納期	第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期
納期限	令和6年 7月1日	7月31日	9月2日	10月31日	12月25日	令和7年 2月28日

※一人ひとりの保険料は介護保険の大切な財源です。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

● お問い合わせ ● 上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810



保健師からののお知らせです

1 頸部超音波検査の受診者募集

○頸部超音波検査とは？

1. 検査は横になり首にゼリー状の液を塗って超音波をあてるだけなので、検査に伴う痛みや苦痛はありません。
2. 心臓から頭に向かう首の左右の大きな血管を画像で見ます。
3. 動脈硬化による血管の変化（肥厚度、プラーク）を見ます。
4. 時間予約制です。（1人約10分）
5. 検査は徳島県総合健診センターの超音波検査士が専用の超音波検診車でを行い、後日医師が読影を行います。



○予約方法

対象 20歳以上

検査費用 3,300円

《検診日時》 令和6年7月11日(木) 13時30分～16時00分（時間予約制）

《検診場所》 上板町保健相談センター

《申込み》 6月10日(月)から電話受付開始（☎088-694-3344）

※定員24名に達し次第締め切ります。

※申し込まれた方には問診票を送付します。

心筋梗塞、脳梗塞を発症する前に、
早期の血管の異常（動脈硬化）を見逃さないために受けてみませんか？

2 各種集団がん検診について

《検診日時》 令和6年6月20日(木) 8時30分～11時30分（時間予約制）

《検診内容》

項目	検診内容	自己負担金	定員	対象者
胃がん検診	バリウム検査	1,000円	36名	40歳以上
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		

《受付場所》 上板町保健相談センター 1階

《申込み》 受診を希望される方は6月13日(木)までにお申し込み下さい。
保健相談センター・保健師まで（☎088-694-3344）お申し込み下さい。

* 次回の検診日は10月18日(金)の予定です。8月19日(月)より申し込みを開始いたします。

● お問い合わせ ● 上板町保健相談センター ☎088-694-3344

3 県内広域医療機関

子宮頸がん検診・乳がん検診・胃内視鏡検診のご案内

1. 子宮頸がん検診・乳がん検診

検診名	子宮頸がん検診	乳がん検診
対象者	20歳以上の女性 (2年に1回の受診間隔)	40歳以上の女性 (2年に1回の受診間隔)
自己負担金	1,200円	1,500円
検診期間	令和6年6月1日～令和7年3月31日(医療機関の診療時間内)	
受診方法・ 注意点	<p>①受診間隔は2年に1回です。 受診を希望される方は、必ず保健相談センターまでご連絡ください。 <u>(直接、医療機関を受診しても問診票がないと検診はできません。)</u></p> <p>②該当する方に問診票を送ります。 その問診票を記入し、医療機関を予約してから受診してください。</p>	
結果通知	後日、受診した医療機関から本人様宛に結果が届きます。	
医療機関	10ページ、11ページの委託医療機関一覧をご覧ください。	

2. 胃内視鏡検診

検診名	胃内視鏡検診
対象者	50歳以上の方(2年に1回の受診間隔)
自己負担金	4,100円(医療機関でお支払いください。)
検診期間	令和6年6月1日～令和7年3月31日(医療機関の診療時間内)
受診方法・ 注意点	<p>①受診間隔は2年に1回です。 受診を希望される方は、必ず保健相談センターまでご連絡ください。 <u>(直接、医療機関を受診しても問診票がないと検診はできません。)</u></p> <p>②今回の検診は、胃内視鏡検診です。 <u>同一年度に胃エックス線検査(バリウム)と併用はできません。</u></p> <p>③該当する方には、問診票・同意書・検診結果通知書をお渡しいたします。 その問診票を記入し、同意書と検診結果通知書を持参して医療機関を受診してください。また、健康保険証も持参してください。</p>
結果通知	後日、受診した医療機関より本人様宛に結果が届きます。
医療機関	10ページ、11ページの委託医療機関一覧をご覧ください。

(1) 子宮頸がん検診・乳がん検診・胃内視鏡検診 委託医療機関一覧 (R6.6月現在)

市町村	医療機関名	所在地	電話番号	子宮がん	乳がん	胃がん内視鏡	備考
上板町	井関クリニック	板野郡上板町椎本字椎ノ宮314-1	088-637-6066			●	
松茂町	井上医院	板野郡松茂町広島字南ノ川49番地12	088-699-8070		●		
	春藤内科胃腸科	板野郡松茂町広島字南ノ川32-1	088-699-3777			●	
北島町	ルナウィメンズクリニック	板野郡北島町中村字城屋敷19-13	088-697-2322	●			
	新居内科	板野郡北島町高房字八丁野東8-1	088-698-8808			●	
藍住町	中山産婦人科・小児科	板野郡藍住町東中富字長江傍示5-6	088-692-0333	●			
	藍住たまき青空クリニック	板野郡藍住町住吉字千鳥ヶ浜110-5	088-678-7727		●	●	
石井町	遠藤産婦人科	名西郡石井町石井字石井513-1	088-674-6818	●			
	手束病院	名西郡石井町石井字石井434-1	088-674-0024	●	●		
	なかに産婦人科	名西郡石井町石井字石井554-7	088-674-1295	●			
	石井虹の橋クリニック	名西郡石井町石井字石井231-1	088-674-2311			●	
	川原内科外科	名西郡石井町高川原字天神712-1	088-675-0015			●	
	田中医院	名西郡石井町浦庄字下浦689-1	088-674-6181			●	
阿波市	徳島県農村健康管理センター	阿波市阿波町平川原北59-1	0883-36-6611	●	●	●	
	阿波病院	阿波市市場町市場字岸ノ下190番地1	0883-36-5151		●		
吉野川市	吉野川医療センター	吉野川市鴨島町知恵島字西知恵島120	0883-26-2222	●	●		
	梶本胃腸科内科	吉野川市鴨島町鴨島506	0883-24-2413			●	
	木村内科胃腸科	吉野川市鴨島町西麻植字絵馬堂61	0883-24-6413			●	
鳴門市	徳島県鳴門病院	鳴門市撫養町黒崎字小谷32番	088-683-0123	●	●	●※	※胃：人間ドックに含まれる場合のみ可
	だいとうレディースクリニック	鳴門市撫養町大桑島字北浜71	088-683-1588	●	●		
	レディースクリニック兼松産婦人科	鳴門市撫養町南浜字東浜601番地	088-685-1103	●			
	兼松病院	鳴門市撫養町斎田字大堤54番地	088-685-4537		●	●	
徳島市	伊月健診クリニック	徳島市東船場町1-8	088-653-2315	●	●	●	
	おかだレディースクリニック	徳島市佐古1番町14番18号	088-678-6698	●			
	沖の州病院	徳島市城東町1丁目8番8号	088-622-7111	●	●	●	
	梶産婦人科	徳島市寺島本町東2丁目22番地2	088-622-1680	●			
	協立病院	徳島市八万町寺山13番地2	088-668-1070	●			
	蕙愛レディースクリニック	徳島市佐古三番町4-6	088-653-1201	●			
	国府藤田産婦人科	徳島市国府町中171番地の4	088-642-1026	●			
	しんくら女性クリニック	徳島市新蔵町3丁目59番地	088-602-2088	●			
	祖川産婦人科クリニック	徳島市北田宮3丁目5-65	088-633-1133	●			
	徳島検診クリニック	徳島市南矢三町1丁目7番58号	088-632-9111	●	●	●	
	徳島平成病院	徳島市伊賀町3丁目19番地の2	088-623-8624	●	●		
	富岡医院	徳島市国府町日開973の1	088-642-8111	●			
	虹の橋病院	徳島市中島田町3丁目60番地1	088-633-0800	●	●	●	
	春名産婦人科医院	徳島市南二軒屋町1-2-55	088-652-2538	●			
	平尾レディースクリニック	徳島市西須賀町下中須85-7	088-669-6366	●			
	美馬とし子レディースクリニック	徳島市栄町2丁目15	088-653-1912	●			
	山城公園レディースクリニック	徳島市山城西3丁目26	088-676-3370	●			
	(公財)とくしま未来健康づくり機構 (徳島県総合健診センター)	徳島市蔵本町1丁目10番地3	088-633-2266	●※	●	●	※子宮：人間ドック受診に限り可
	稲山病院	徳島市南田宮4丁目3-9	088-631-1515		●		
	田岡病院	徳島市万代町4丁目2番地2	088-622-7788		●		
	たまき青空病院	徳島市国府町早淵字北カシヤ56番地1	088-642-5050		●	●	
	寺沢病院	徳島市津田西町1丁目2番30号	088-662-5311		●		
	徳島クリニック	徳島市昭和町1丁目16番地	088-622-7712		●	●	
	徳島健生病院	徳島市下助任町4丁目9番地	088-622-7771		●		
	徳島市民病院	徳島市北常三島町2丁目34番地	088-622-5121		●		
	水の都記念病院	徳島市北島田町1丁目46番11	088-632-9299		●	●	
	むくの木クリニック	徳島市国府町東高輪353-1	088-624-7575		●	●	

● お問い合わせ ● 上板町保健相談センター ☎088-694-3344

市町村	医療機関名	所在地	電話番号	子宮がん	乳がん	胃がん内視鏡	備考
徳島市	こかわ医院	徳島市寺島本町西1丁目15	088-622-2125			●	
	日比野内科	徳島市寺島本町東2-14	088-654-5505			●	
	伊月病院	徳島市徳島町2丁目54番地	088-622-1117			●	
	片岡内科消化器クリニック	徳島市佐古五番町11-17	088-611-1251			●	
	川島病院	徳島市北佐古一番町6番1号	088-631-0110			●	
	おかむら内科クリニック	徳島市庄町1丁目27-1	088-678-7505			●	
	中瀬病院	徳島市応神町古川字戎子野97-1	088-665-0819			●	
	大塚外科内科	徳島市川内町平石住吉317-4	088-665-7722			●	
	ほとり内科	徳島市川内町大松802-3	088-666-3830			●	
	高岡消化器内科	徳島市福島2丁目5-2	088-652-9528			●	
	松村内科・胃腸科	徳島市北佐古二番町5-19	088-631-3311			●	
	いもと内科クリニック	徳島市八万町犬山232番地1	088-678-2338			●	
	近藤内科病院	徳島市西新浜町1丁目6番25号	088-663-0020			●	
	吉田医院	徳島市新内町1丁目18番地	088-625-3065			●	
	たなか内科クリニック	徳島市南島田町2丁目96番地の1	088-631-7373			●	
小松島市	住吉レディースクリニック	小松島市南小松島町8-3	0885-32-0836	●			
	徳島赤十字病院	小松島市小松島町字井利ノ口103	0885-32-2555		●		
	藤野医院	小松島市坂野町字平田18-2	0885-38-1636			●	
	江藤病院	小松島市大林町字北浦21-1	0885-37-1559			●	
	マスカット内科循環器科クリニック	小松島市横須町11-53	0885-33-1100			●	
阿南市	阿南医療センター	阿南市宝田町川原6-1	0884-28-7777	●	●	●	
	木下産婦人科内科医院	阿南市学原町上水田11-7	0884-23-3600	●			
	岩城クリニック	阿南市学原町上水田11番地1	0884-23-5858		●		
	和田胃腸科内科医院	阿南市西路見町元村7-7	0884-23-1241			●	
	ふじの内科クリニック	阿南市羽ノ浦町宮倉前田3-7	0884-28-6321			●	
勝浦町	国民健康保険勝浦病院	勝浦郡勝浦町大字棚野字鴻畑13-2	0885-42-2555			●	
那賀町	那賀町立上那賀病院	那賀郡那賀町小浜137番地1	0884-66-0211			●	
つるぎ町	つるぎ町立半田病院	美馬郡つるぎ町半田字中藪234-1	0883-64-3145	●		●	
美馬市	ホウエツ病院	美馬市脇町大字猪尻字八幡神社下南130番地3	0883-52-1095	●			
	成田病院	美馬市脇町字拝原2576番地	0883-52-1258		●		
東みよし町	三加茂田中病院	三好郡東みよし町加茂1883番地の4	0883-82-3700		●		
三好市	田岡医院	三好市池田町シマ934-6	0883-72-5551	●			
	徳島県立三好病院	三好市池田町シマ815-2	0883-72-1131	●			
	三野田中病院	三好市三野町芝生1242番地6	0883-77-2300		●		
	三好市国民健康保険市立三野病院	三好市三野町芝生1270-30	0883-77-2323			●	
牟岐町	徳島県立海部病院	海部郡牟岐町大字中村字杉谷266	0884-72-1166	●			

(2) 乳がん検診について

■とくしま医療センター東病院（旧東徳島医療センター）板野郡板野町大寺大向北1-1

期間	検診日	予約先
6月14日(金) } 12月27日(金)	・金曜日の午後（1日10名まで。各月第1金曜日を除く。） ・予約制です。(月)～(金)の13時～15時まで電話予約を受け付けています。	とくしま医療センター東病院 ☎088-672-1171

■集団検診日程（検診場所：上板町保健相談センター）

月日	時間	定員	予約受付開始(予定)	予約先
8月31日(土)	9時00分～11時30分	30名	7月10日(水)～	上板町役場 保健相談センター ☎088-694-3344
11月27日(水)	13時30分～15時30分	30名	10月15日(火)～	
12月5日(木)	8時30分～11時30分	30名		

● お問い合わせ ● 上板町保健相談センター ☎088-694-3344

6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
6/4	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
7/2	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 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
6/5	※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5年7月8月 令和6年1月2月生

2. 1歳6か月児健康診査

月日	受付時間	場所	内容	該当者
6/13	※個別通知にて案内します。	保健相談センター	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4年9月1日~ 令和4年11月30日生

III がん検診(40歳以上の方)

月日	受付時間	場所	内容	該当者
6/20	8:30~11:30 (時間予約制)	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	胃がん 1,000円 肺がん 0円 喀痰検査 500円 大腸がん 500円

○がん検診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
上板町役場 健康推進課(保健相談センター) ☎088-694-3344

● お問い合わせ ● 上板町保健相談センター ☎088-694-3344

令和6年 6・7月分
(6/1~7/10まで)

在 宅 当 番 医

■ 担当時間 ■
平日 18:00~22:00
休日 9:00~22:00

市外局番は
(088)です。

6月	日	担当	電話番号
1	(土)	井上 医院	699-8070
2	(日)	つかさクリニック	697-2323
3	(月)	有住内科クリニック	698-8655
4	(火)	吉野川 病院	698-6111
5	(水)	田根 内科	698-0123
6	(木)	いのもと眼科内科	698-8887
7	(金)	北島こどもクリニック	697-2221
8	(土)	谷口耳鼻咽喉科クリニック	699-2787
9	(日)	中村耳鼻咽喉科クリニック	697-3213
10	(月)	つかさクリニック	697-2323
11	(火)	中村耳鼻咽喉科クリニック	697-3213
12	(水)	健生きたじまクリニック	698-9629
13	(木)	こまつばら整形外科	698-5108
14	(金)	ルナウイメンズクリニック	697-2322
15	(土)	春藤内科胃腸科	699-3777
16	(日)	こまつばら整形外科	698-5108
17	(月)	くぼ小児科クリニック	678-7141
18	(火)	きたじま皮フ科	678-7010
19	(水)	香川 内科	692-9770
20	(木)	森本 医院	641-4141

6月	日	担当	電話番号
21	(金)	中川 整形外科	641-2288
22	(土)	かまだ 眼科	678-8585
23	(日)	健生きたじまクリニック	698-9629
24	(月)	稲次 病院	692-5757
25	(火)	浜 病 院	692-2317
26	(水)	清水 内科	692-8900
27	(木)	あいずみ皮ふ科	692-9211
28	(金)	奥村 医院	692-2403
29	(土)	たかた整形外科・せばねクリニック	698-8689
30	(日)	ルナウイメンズクリニック	697-2322
7月	日	担当	電話番号
1	(月)	山田 眼科 藍住	692-8118
2	(火)	矢野 医院	692-4411
3	(水)	西條 内科耳鼻科	692-8711
4	(木)	富本 小児科内科	692-7228
5	(金)	中山産婦人科・小児科	692-0333
6	(土)	有住内科クリニック	698-8655
7	(日)	くぼ小児科クリニック	678-7141
8	(月)	小松 泌尿器科	692-1277
9	(火)	きはら耳鼻咽喉科医院	693-0087
10	(水)	こやま小児科内科クリニック	637-3211

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
とくしま医療センター東病院 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。

こども
用

とくしまの小児救急医療体制

各医療機関
所在地

※受診される場合は、事前に確認し健康保険証・医療費助成の
受給者証をお持ちのうえご利用ください。



本ページの医療体制は変更されることがあります。
最新の情報は左記QRコードからご確認ください。
<https://anshin.pref.tokushima.jp/med/docs/2012081600367/>

食中毒の発生しやすい季節です！

気温が高くなり、湿度も増すこれからの季節は食中毒が発生しやすくなります。食中毒とは、細菌やウイルスなどの有毒な物質がついた食べ物を食べて、下痢や腹痛、吐き気、発熱などの症状が起こる病気のことです。原因物質や症状はさまざま、1年を通して発生しますが、これからの季節は特に細菌による食中毒が多くなります。命に関わる場合もありますので、「食中毒予防の三原則」を守り、予防に努めましょう。



食中毒予防の三原則

① つけない

- 手はしっかりと丁寧に洗う
- 野菜や果物は流水できれいに洗う
- 調理器具は清潔なものを使用する
- 生の肉や魚が他の食べ物とくっつかないようにする
- 加熱しないで食べるものから順に取り扱う



② 増やさない

- 生のものや、作った料理はできるだけ早く食べきる
- すぐに食べないものは、冷蔵庫や冷凍庫で保管する



③ やっつける

- 加熱が必要な食品は、中心部までしっかり火を通す
- 生の肉や魚を切った包丁やまな板はきれいに洗い、できれば塩素系漂白剤や熱湯で消毒をする



正しい手洗い

液体石けんと流水による手洗い



令和6年度 後期高齢者健康診査のお知らせ

後期高齢者医療制度に加入されている方を対象に、糖尿病などの生活習慣病の早期発見や重症化の予防のため、健康診査を実施します。

「健康診査受診券」が届いた方は、必ず受診しましょう。



対象者

※長期入院、施設入所等の方及び令和6年10月以降に後期高齢者医療制度に加入の方は、対象外です。

1 申込みをしなくても受診券が届く方

① 令和5年10月1日から令和6年9月30日までの新規加入者（75歳になった方など）

※令和6年10月1日以降に後期高齢者医療制度に加入予定の方は、加入前の健康保険の特定健診を受診してください。市町村国保の場合は、受診券の有効期限を確認して、期限内に受診してください。

② 昭和20年4月生まれの方から昭和23年9月生まれの方

③ 令和5年度に後期高齢者健康診査受診券で健診を受診された方

※広域連合が受診を確認できた方に限ります。

④ 生活習慣病と診断されていない方

※生活習慣病とは、生活習慣が発症原因に深く関わっていると考えられる病気で、糖尿病、高血圧性疾患、脂質異常症、虚血性心疾患、その他心疾患、くも膜下出血、脳内出血、脳梗塞、脳動脈硬化、その他脳血管疾患、動脈硬化等があります。

2 申込みにより受診券が届く方

上記①以外の方で受診を希望する方

【申込期間】 6月中旬から12月6日まで

【申込先】 上板町役場健康推進課窓口へ備付けの健康診査申込書でお申し込みください。

受診券送付時期

7月上旬から12月13日まで
(加入時期や申込時期に応じて送付)

受診費用

無料

受診期間

「健康診査受診券」を受け取られたときから
令和6年12月末まで

予約

受診する医療機関に事前予約が必要

健診項目

身体計測、血圧測定、血液検査（貧血検査含む）、尿検査、心電図検査、眼底検査

※市町村国保の特定健診と同じ項目です。

※眼底検査は、医師の判断により検査が必要な方のみ実施します。

※がん検診は、上板町保健相談センター（☎088-694-3344）へお問い合わせください。

持参するもの

健康診査受診券・後期高齢者の質問票（受診券に同封しています）・被保険者証

後期高齢者医療制度健康診査に関するお問い合わせ先

- ・ 徳島県後期高齢者医療広域連合事務局事業課 ☎088-677-3666
徳島市川内町平石若松78番地1
- ・ 上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810



お知らせ

ホームページ：
<https://www.itanoseibu-119.org>

6月2日～8日は「危険物安全週間」です。

ついで！

○ガソリンや灯油を高温になる所に出しっぱなしに！等
うっかり！

○急発進や誤操作でガソリンス
タンクの設備に接触！等

知らなかった！

○中身の残ったスプレー缶をそ
のままゴミに！等

では済まないのが危険物！

●身近な危険物の取扱いについて
・火気の近くでは使用しないよ
うにしましょう。

・詰め替えを行う場所では換気
を行いましょう。

・直射日光が当たる場所等での
保管はやめましょう。

・正しい方法で廃棄しましょう。

種別	火災	救急
令和6年4月 出動件数(件)	0 (0)	95 (402)
前年同月 出動件数(件)	1 (2)	92 (421)

※上段=月計、
()=累計



●お問い合わせ

板野西部消防署

☎088(672)0198

農作業後は道路に泥を落とさないように注意しましょう！

農地でトラクターなどの農業機械を使用したのち、道路に泥を落としたまま移動される事例が発生しております。

車道や歩道に落ちた泥のかたまりは、道路を汚すだけでなく、自動車や歩行者、オートバイ、自転車などの通行の妨げにもなり大変危険です。

環境美化と交通安全のため、農作業後に道路へ出る際には、必ず泥を落としてから移動するようお願いします。また、やむを得ず道路を汚してしまった場合には、すみやかに泥の撤去、清掃をしていただくようお願いいたします。

●お問い合わせ

上板町役場 産業課

☎088(694)6806



各種相談

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受け、必要に応じて関係行政機関にあつせんを行います。

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。

●開設日

令和6年6月19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

●お問い合わせ

上板町役場 総務課

☎088(694)6801

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6年6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6年6月20日(木)

午後1時30分～午後4時

また、徳島県立人権教育啓発

推進センター及び徳島地方事務局常設相談所で、人権に関する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(664)3701

徳島市東沖洲2-14

沖洲マリントーナメントビル内

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～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(003)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(007)110

●女性の人権ホットライン

全国共通ダイヤル

0570(070)810

※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

サポート詐欺に気をつけて

インターネット閲覧中に偽のセキュリティ警告等を表示し、金銭を騙しとろうとするいわゆる「サポート詐欺」が全国的に多発しています。

●事例

・パソコンに警告画面が表示されたので、表示された連絡先に電話したところウイルスの除去費用の高額請求をされた。
・サポート料として、次々と料金を請求されるので、コンビニで電子マネーを購入し支払ってしまった。

●対処方法として

※偽のセキュリティ警告画面がされたらブラウザを強制的に閉じるかパソコンを再起動する。
※偽のセキュリティ警告画面で表示される電話番号に電話をしない。
もし被害に遭ったと思ったら・・・

ひとりで判断しないでまわりの人や左記の相談窓口に連絡しましょう。

●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時～12時

13時～16時30分(土・日・祝・年末年始を除く)

上板町消費生活相談窓口からのお知らせ

自転車乗車用ヘルメット購入費補助制度をご利用ください

上板町民の皆様の経済的負担及び交通事故による被害の軽減のため、自転車乗車用ヘルメット購入者に対して、補助金の交付を行います。

1 補助対象者

町内に住所を有する方で、町税等を滞納しておらず、また、同一の補助金を受けてない方で、令和6年4月1日～令和7年3月31日までの間に自転車乗車用ヘルメットを購入した方。

2 補助金額

自転車乗車用ヘルメットの購入費の1/2の金額(100円未満の端数は切り捨て)。

※1人1個あたり上限3,000円

3 募集件数

予算の範囲内で先着順に受付。

※補助申請をお考えの方は、企画防災課までご連絡ください。

交通死亡事故ゼロ表彰

令和6年4月5日(金)、徳島県庁にて交通死亡事故抑止功労にかかる表彰式があり、上板町が1000日以上交通死亡事故ゼロの表彰状を授与されました。

今回の表彰は各地域で町民の皆さまが積極的に交通安全活動にご協力いただいたおかげで受賞することが出来ました。今後も行政といたしまして安心安全なまちづくりを目指して参りますので、引き続きご協力賜りますようお願いいたします。



● お問い合わせ ●
上板町役場 企画防災課 ☎088-694-6824

春の交通安全合同キャンペーン

令和6年4月5日(金)道の駅いたのにて交通安全協会板野支部が藍住町、板野町、上板町の3町合同で実施する交通安全合同キャンペーンに参加しました。通行するドライバーの方に啓発グッズを配布し、交通安全の呼びかけを行いました。



災害派遣報告

令和6年能登半島地震

健康推進課 保健師係長 豊原麻美

私は4月15日(月)から4月21日(日)まで、徳島県保健師チームの第32班として石川県輪島市にて保健師業務に従事しました。

発災からまもなく4か月を迎える頃になり、建設が進む各地の仮設住宅で生活される方が徐々に増えてきているなど復興の兆しが見える一方で、輪島市内は依然として道路の陥没や倒壊家屋が発災当時のまま多く残されている状況でした。

私は能登北部保健福祉センターを拠点として、輪島市の保健師の指示のもと主に仮設住宅を訪問し、調査票に基づいた生活の実態や健康状態等の聞き取りを行い、支援が必要な方のアセスメントを行いました。また、避難所で生活されている心身の健康状態に不安のある方や在宅の方への家庭訪問もさせていただきました。

仮設住宅には自宅が「全壊」や「大規模半壊」となった方が入居されており、生活の困り事は様々でしたが、仮設住宅の部屋の狭さやプライバシー確保の問題、震災により収入が減ったことによる経済的不安、ライフラインを含めた復興の見通しが立たないことによる今後の生活への不安等の話が多く聞かれました。避難生活が長引くことでもともと自立していた方が要介護状態になったり、食事の偏りやストレスから高血圧状態が続いている方も多くおられました。必要な医療や福祉につなげていくことが大切だと感じました。

今回の活動を通して輪島市の住民の方や現地の保健師の方々から、地震での体験談をはじめ様々なお話を聴かせていただくことができ、とても貴重な経験になりました。防災について自分事として考え行動していきたいと思いました。

輪島市の方々がお元気で生活されていくことを切に願うとともに、被災地の一日も早い復興を祈っています。



朝市通り



仮設住宅



能登北部保健福祉センター

桃のクビアカツヤカミキリ防除

1. 成虫の対策

- 発生時期となる6月下旬から園地内をよく見廻り、発見次第捕殺します。梅雨時期は主幹下部でよく見つかり、降雨のあった翌日の晴天日に発生が多い傾向があります。梅雨明け後は動きが素早くなり、日中は樹冠内に潜んでいます。
- 捕獲時に刺激のある分泌物を出すことがあるので、手袋を着用します。
- 以下の登録農薬を発生時期には樹全体に、収穫後には樹幹に散布します。



農薬の名称	希釈倍数	使用時期	使用方法	使用回数
モスピラン顆粒水溶剤	2,000倍	収穫前日まで	散布	3回以内
アクタラ顆粒水溶剤	2,000倍	収穫前日まで	散布	3回以内
テッパン液剤	2,000倍	収穫前日まで	散布	2回以内

2. 幼虫の対策

- フラス（木くず）が排出される時期に、排出口からドライバーなどで樹皮を剥がしながら食入孔を探り、幼虫を発見次第、刺殺します。
- 樹皮を剥がした部分には、保護資材を塗布します。
- 食入孔を探索しても幼虫が奥深くにいるなどで発見できないときは、排出口にエアゾール剤（ロビンフッド）のノズルを突っ込み薬液を噴射します。

3. 被害樹の処分

- 薬液を噴射します。食害を受けた樹木は、伐採・抜根します。
- 伐採した幹・枝は、園地に放置せず、チップパー等による細断や地中への埋設などで処理します。
- 抜根ができないときは、切株を厚手のシート等で被覆するか覆土します。

● お問い合わせ ● 農林水産総合技術支援センター
資源環境研究課 ☎088-674-1954
高度技術支援課 ☎088-674-1922

令和6年度 農業用廃ビニール類 の共同処理について

本町では、農業用廃ビニールの適正処理のため、回収日を設定しております。

今年度につきましても下記のとおり、回収を行いますので、出し方のルールを厳守し搬入して下さい。詳細については、下記のお問い合わせ先までご連絡下さい。

■回収日

- (第1回) 令和6年6月25日(火)
9:00~15:00
- (第2回) 令和6年11月19日(火)
9:00~15:00

■場 所

徳島県農協 旧大山支所（神宅字堂床）

■処理品目

塩化ビニール類、硬質プラスチック類

※注意事項

農業用廃ビニール以外の異物が混入しないように十分注意して下さい
塩ビと硬質プラでは、金額が異なるため分けて搬入して下さい

● お問い合わせ ●
上板町役場 産業課
☎088-694-6806

野生動物に注意！

近年、町内一円において野生動物の出没情報が寄せられています。特にイノシシ・サル出没が目立っています。

もし、野生動物と遭遇した場合は、大声を出したり、物を投げたり、棒で追い立てたりしないようにしてください。

※興奮して人を襲ってくる可能性があります。

慌てて走りだしたりせずに、落ち着いて速やかにその場から立ち去ってください。

目撃した場合は、上板町役場 産業課（☎088-694-6806）または、徳島板野警察署（☎110）へ連絡してください。



● お問い合わせ ●
上板町役場 産業課 ☎088-694-6806

フードドライブのお礼と報告



上板町では令和6年5月13日から24日にかけてフードドライブ活動を行いました。

今回で11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「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

病児保育事業のご案内

お子さんが病氣中や病氣の回復期にあって、かつ保護者が就労しているなどの理由で家庭で保育ができないときに、お子さんを一時的に預かる事業です。

利用対象者

徳島市、小松島市、勝浦町、佐那河内村、石井町、神山町、松茂町、北島町、藍住町、板野町、上板町、上勝町の乳児・幼児又は小学校に就学している児童。 ※徳島赤十字ひのみね医療療育センター附属乳児院については、乳児・幼児のみ利用可能です。

対象となる病氣

かぜ、消化不良症（多症候性下痢）などの子どもが日常かかる疾患や、はしか、水ぼうそう、風しんなどの感染性疾患、喘息などの慢性疾患及び骨折などの外傷性疾患など。

※当面の症状の急変は認められないが、「病氣の回復期に至っていない」または「回復期であっても集団保育は困難である」と認められるもの。
※徳島赤十字ひのみね医療療育センター附属乳児院は医療機関ではないため、はしか、百日ぜき、インフルエンザなどの強い感染性疾患のお子さまはお預かりできません。

実施施設

お住まいの市町村に関係なく、次のどの実施施設でも利用することができます。

施設名	所在地・電話番号	受入定員	利用できる日時	
徳島市	ふじおか小児クリニック 	徳島市昭和町8丁目70-3 ☎088-622-0012	それぞれ 6人	月～金曜日 8:30～18:00 土曜日 8:30～17:00 ※日曜日、祝日及び8月12日～8月15日 12月29日～1月3日は除きます。
	田山チャイルドクリニック 	徳島市北矢三町3丁目3-41 ☎088-633-2055		
	愛育小児科 	徳島市国府町桜間字登々路8-1 ☎088-635-2299		
	末広ひなたクリニック 	徳島市末広2丁目1-111 ☎088-624-8660		
	ひなたクリニック 	徳島市応神町古川字戎子野81番4 ☎088-678-5461	それぞれ 3人	
	えもとこどもクリニック 	徳島市北沖洲3丁目1-24 ☎088-664-8580	それぞれ 6人	現在休診中 再開時期については えもとこどもクリニックの ホームページをご参照ください
小松島市	徳島赤十字ひのみね医療療育センター附属乳児院 	小松島市中田町字新開2-2 ☎0885-32-0555	3人 月～金曜日 8:30～18:30 土曜日 8:30～16:30 ※日曜日、祝日及び12月29日～1月3日は除きます。	
石井町	伊勢内科小児科 	名西郡石井町石井字石井726-7 ☎080-6391-9523	6人 月～土曜日 8:30～18:00 ※日曜日、祝日及び年末年始は除きます。	
北島町	北島こどもクリニック 	板野郡北島町中村字東堤ノ内19-1 ☎088-697-2281 (8:00～9:00) ☎088-697-2221 (9:00～)	6人 月～金曜日 8:30～18:00 土曜日 8:30～17:00 ※日曜日、祝日、休診日及び12月29日～1月3日は除きます。	
藍住町	富本小児科内科 	板野郡藍住町東中富字東傍示11-4 ☎088-678-2111	6人 月～金曜日 8:30～18:00 土曜日 8:30～17:00 ※日曜日、祝日及び休診日は除きます。	

■利用期間

集団保育が困難で、かつ保護者の勤務の都合、傷病、事故、出産、冠婚葬祭などの理由でやむを得ず家庭で保育ができない期間。

■利用料金 1人当たりの日額 1,800円

※生活保護世帯・市町村民税非課税世帯は無料、市町村民税が均等割のみ課税の世帯は900円となります。

※利用料は、父母及び同一世帯者の課税により算出します（4～8月は前年度、9～3月は現年度で利用料を決定）。課税状況が確認できない場合は、一旦1,800円をお支払いいただき、課税証明書の提出をもって払い戻しいたします。

※当該事業利用料以外の診察料などがかります。

利用手順については次のページをご覧ください

■準備物

①昼食…実施施設でも用意できますが、金額など実施施設によって異なります。事前にご確認ください。

②着替え一式、バスタオルなど

③薬…かかりつけの医療機関等で出されているものがあれば持参してください。

●利用前の医療機関での診察（下記の利用手順②）の時には、**利用申請書**、保険証、印鑑 が必要となります。

●利用申請書は、市町村担当課窓口、実施施設、保育所、幼稚園、認定こども園等に備えています。また、各市町村ホームページからも印刷できます。

利用手順

1 空き状況の確認・予約

前日または当日、電話などで利用を希望する実施施設へ直接お問い合わせください。

2 利用前診察

前日または当日、かかりつけ医等で受診し、利用申請書の医師記入欄に「**保育可能確認**」を記入してもらってください。

3 サービスの利用

当日、実施施設へ利用申請書を提出し、サービスを受けてください。

4 利用料金の支払い

当日、サービス終了後、お子さんを迎えにきた時にお支払いください。

利用上の注意

- ① 利用に際しては、実施施設からの指示を必ずお守りください。
- ② 保育中に病状に変化があった場合、サービスを中止し、お迎えをお願いすることがあります。
- ③ 土曜日に利用する場合は、できるだけ金曜日のうちに実施施設へ予約してください。
- ④ 利用をキャンセルする場合は、お早めに実施施設まで連絡してください。

● お問い合わせ ● 上板町役場 民生児童課 ☎088-694-6811

令和6年度の所得が児童手当の所得上限未満となる方へ



現在、所得制限により児童手当が支給されていない方で、令和6年度の所得が上限額を下回った方については、**新たに申請が必要になります。**

所得上限額については下記の表をご確認ください。

【参考】児童手当所得制限（所得上限）限度額

扶養親族等の数	①所得制限限度額		①所得上限限度額	
	所得額(万円)	収入額の目安(万円)	所得額(万円)	収入額の目安(万円)
0人	622	833.3	858	1071
1人	660	875.6	896	1124
2人	698	917.8	934	1162
3人	736	960	972	1200
4人	774	1002	1010	1238
5人	812	1040	1048	1276

申請期限
令和6年6月30日

※申請が遅れると手当を受給できない月が発生する場合があります。

受給額

① 所得制限限度額未満の方

「児童手当」が支給されます。

- ・ 3歳未満：月額15,000円
- ・ 3歳以上小学校修了前（第1子・第2子）：月額10,000円
- ・ 3歳以上小学校修了前（第3子以降）：月額15,000円
- ・ 中学生：月額10,000円

② 所得制限限度額以上・所得上限限度額未満の方

「特例給付」が支給されます。

- ・ 0歳から中学生まで：月額5,000円

③ 所得上限限度額以上の方

児童手当等は支給されません。

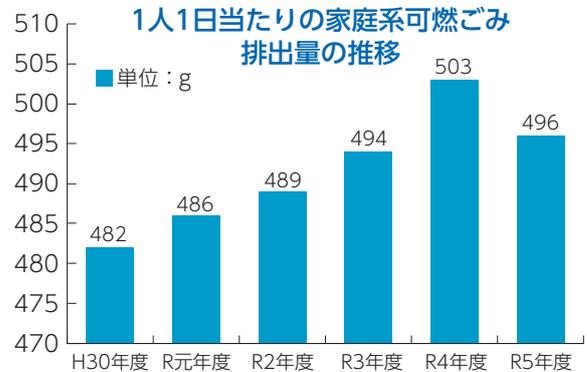
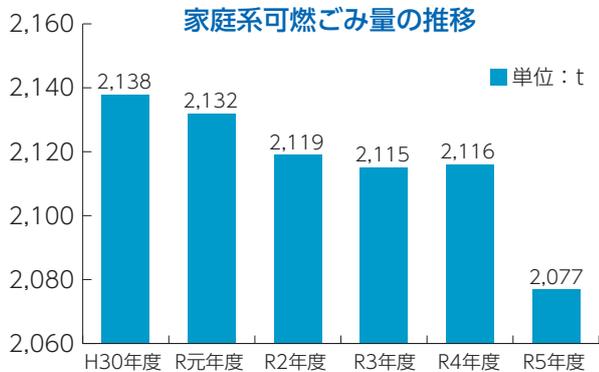
● お問い合わせ ● 上板町役場 民生児童課 ☎088-694-6811

家庭系及び事業系可燃ごみ量の推移

1. 家庭系可燃ごみ量

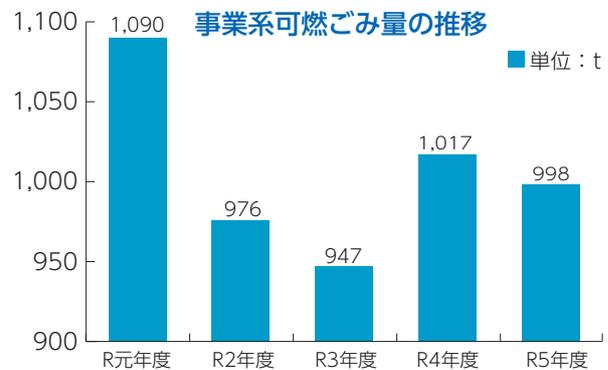
令和5年度にご家庭から排出された可燃ごみ量は約2,077トンで、前年度と比べ排出量は約39トン減少し、1人1日当たりの家庭系可燃ごみの排出量は、令和5年度は496グラムで、前年度より約7グラム減少しました。

町民皆様は、なお一層の「**ごみ分別**」にご協力頂き、ごみ減量に努めて下さい。



2. 事業系可燃ごみ量

令和5年度に事業所から排出された可燃ごみ量は約998トンで、前年度と比べ排出量は約19トン、率にして約1.9%減少しました。1人1日当たりの事業系可燃ごみの排出量は238グラムで前年度より約3グラム減少しました。しかし、令和4年度の一般廃棄物処理実態調査では、1人1日当たりの事業系ごみ排出量の徳島県平均値は233グラムとなっており、本町はこの数値を上回っています。



3. 事業者の皆様へ

町内の事業所から排出された可燃ごみは中央広域環境施設組合（構成市町は上板町・板野町・吉野川市・阿波市）の処理施設に搬入し処理されており、組合負担金の負担割合は、家庭系と事業系を併せたごみの搬入量が反映されています。

事業者の皆様におかれましては、負担金削減のため引き続き事業系廃棄物の減量化及び再資源化の推進にご協力をお願いします。



● お問い合わせ ● 上板町役場 環境保全課 ☎088-694-6813

大型ごみシールの販売について

以下の販売店で大型ごみシールの購入が可能です。

大型ごみシール販売店は以下のとおりです。

- 鍛冶屋原：木内金物店
- 神 宅：上板農産市春夏秋冬、セブンイレブン上板町神宅店
- 椎 本：コスモス薬品上板店、ザ・ビッグ上板店、ローソン上板椎本店
- 七 條：コメリ上板店、ファッションライフまつたに
- 瀬 部：ローソン上板町瀬部店
- 西 分：ローソン上板町西分店、野口商店

※注意：上板町リサイクルセンターでの販売はしていません。

お知らせ

使い捨て社会から
再利用の循環型社会へ

大型ごみ

支 部

氏 名

一品につき一枚、必ず貼りつけて下さい。

上 板 町

● お問い合わせ ● 上板町役場 環境保全課 ☎088-694-6813

6月は土砂災害防止月間です。

土砂災害の種類と注意すべき前兆現象

台風や大雨、地震などの際には、土砂災害にも注意が必要です。がけ崩れや土石流、地すべりなどの土砂災害は、さまざまな破壊力をもつ土砂が一瞬にして多くの人命や住宅などの財産を奪ってしまう恐ろしい災害です。次の前兆現象が起こっていないか十分に注意し、早めの避難を心がけましょう。

がけ崩れ (急傾斜地) 崩壊



斜面が突然、崩れ落ちるのが、がけ崩れです。大雨や長雨で地面に水がしみ込んで起こりますが、地震によるものもあります。前ぶれがあまりなく、一瞬で崩れます。

土石流



山の斜面や川底にある石、土砂などが、長雨や大雨によって、一気に下流に流されるのが土石流です。流れるスピードは時速20kmから40km以上とたいへん速く、大きな岩がまじっていることもあります。

地すべり



地面は、固さや性質の違ういくつもの層が積み重なってできています。地下水が粘土のようなすべりやすい層の上にたまり、その層から上の地面がゆっくり動き出すのが地すべりです。

こんな前兆現象に注意！

- がけにひび割れができる。
- 地下水やわき水が止まる。
- 小石がパラパラと落ちてくる。
- がけから木の根が切れるなどの音がする。
- がけから水がわき出る。

- 山鳴りがする。
- 腐った土の匂いがする。
- 急に川の水が濁り、流木が混ざり始める。
- 立木がさける音や石がぶつかり合う音が聞こえる。
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる。

- 地面がひび割れたり陥没する。
- 家や擁壁に亀裂が入る。
- がけや斜面から水が噴き出す。
- 樹木や電柱が傾く。
- 井戸や沢の水が濁る。



技の館正面玄関横に、土砂災害警戒区域等を明示した現地表示板を設置しています。



徳島県地域防災推進員養成研修(短期講座)の受講者募集について

この研修は、防災に関する実践的な知識や技能を習得し、地域防災力向上に向けた取り組み等を積極的に推進できる「防災リーダー」を養成することを目的としています。

なお、本研修の修了者は、特定非営利活動法人日本防災士機構が実施する「防災士資格取得試験」の受験資格が得られます。

- **講義日程** 令和6年10月1日(火)、2日(水) 8時50分から18時まで
- **会場** あわぎんホール 大会議室
- **受講料** 無料(ただし、教本代4,000円が必要です)
※また、防災士資格取得試験の受験を希望される場合は、受験料3,000円、防災士登録料5,000円が別途必要になります。
- **その他** 防災士資格の取得には、消防署等が実施する「普通救命講習修了証」を取得していることが必須条件です。
また、町では防災士資格取得にかかる補助制度があります。詳しくは企画防災課までお問い合わせください。
- **申込期限** 令和6年7月17日(水) 午後5時まで
※申込者多数で定員オーバーになった場合、抽選等になる場合がありますので予めご了承ください。

● お問い合わせ ● 上板町役場 企画防災課 ☎088-694-6824

令和6年度 町税及び保険料の納付期限についてお知らせします

6月は町・県民税、介護保険料（第1期）の納付月です。納期限は7月1日（月曜日）です。納期限内にお納めくださいますようお願いいたします。

	町・県民税	介護保険料
7月	7月1日（1期）	7月1日（1期）
	上板町役場 税務課 ☎088-694-6807	上板町役場 健康推進課 ☎088-694-6810

口座振替の方は、7月1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。なお、全期前納の方については、定額減税の実施により第1期で全納ができなくなり、各期での口座振替とさせていただきますので、ご了承願います。令和7年度からは通常どおり全期前納の取り扱いに戻りますので、ご理解のほどお願いいたします。
※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

Happy Birthday!

お誕生おめでとう
(令和6年4月)

森 信 亜 弓 みつき 女の子（七條）

東 山 盟 美 優 つぐ 男の子（七條）

佐々木 正 志 綾 乃 るな 女の子（鍛冶屋原）

松 本 健 太 彩 花 せりか 女の子（西分）

原 昇 汰 葵 いぶき 男の子（西分）

● お問い合わせ ●

上板町役場 住民人権課 ☎088-694-6809

学校給食センター 給食がはじまりました



今年度は新しく4つの幼稚園に56名、4つの小学校に58名、中学校に102名の新生を迎え約1000名のスタートとなりました。

4月17日に幼稚園と小学校の新生のみなさんは初めての給食となりました。みんながそろう初めての給食なので、お祝いのデザートがつけました。献立は、上板町産の春にんじんを使ったキャロットラペや野菜スープに、人気メニューの照り焼きチキンでした。これからも学校給食では、なるべく徳島県産や上板町産の食材を取り入れた献立や、季節や行事を感じられるような献立、みなさんのリクエストなど様々な献立を取り入れていきたいと思えます。

これから毎日給食を食べるようになりますが、いつか学校給食から卒業するまでに苦手だったものがひとつでも食べられるようになってたり、栄養についての知識を身につけて自分で選択することができたり、健康の基礎を培ってもらえたらうれしく思います。



● お問い合わせ ●

上板町学校給食センター ☎088-694-2279

住民税と国民健康保険税の納付方法が新しく追加されます

軽自動車税・固定資産税に加え、令和6年6月から住民税、7月から国民健康保険税の納付書の表面にeL-QR（QRコード）が印字してある場合は、地方税共同機構が提供する「地方税お支払いサイト」を利用して、スマホ決済アプリの納付または、クレジット納付ができるようになります。

納付書の表面にeL-QR（QRコード）が印字されたものに限り、町指定金融機関以外の「地方税統一QRコード対応金融機関」の窓口でもお支払いができます。

※これまでどおり、上板町指定金融機関等での窓口納付や口座振替納付もご利用いただけます。

※過年度納付書には、eL-QR（QRコード）は、印字されません。

※クレジットカード払いは、別途手数料がかかります。



最新の情報は

「地方税お支払いサイト」

よくあるご質問をご確認ください。

※「QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。」

● お問い合わせ ● 上板町役場 税務課 ☎088-694-6807