

神宅・松島小学校で
救命講習が
開催されました



「毎年9月は
防災月間です」
～災害に備えましょう～



国勢調査実施のお知らせ 5

敬老会開催のお知らせ 8

国際電話詐欺に注意 12

救急車の正しいかかり方について 16

避難情報のポイント 23

インスタ始めました



お問い合わせフォーム



第63回 四国陸上競技大会 陸上競技

(8/2・8/3) 場所：愛媛県ニンジニアスタジアム

結果

上板中学校3年生 ^{みずむら めい} 水村 芽生さん

- ①女子走り幅跳び 5m21 +0.6 **優勝** 🏆
②女子100mH 14秒29 +0.4 **優勝** 🏆

大会新記録 徳島県中学新 (34年ぶり)

女子100m障害決勝で県中学新 (34年ぶり) をマークした。「普段より調子が良く、記録更新を狙っていたのでうれしい。」「疲れはなかった。」という決勝は、序盤競り合ったが、3台目を超えてトップに抜け出した。「足を素早く下ろし、ハードル間の3歩を速くした。最後の15mを必死で走った。」持ち味である後半の強さを発揮した記録更新でした。



上板熱中小学校がお届けする、手作り感満載の「わらあい市」開催日のご案内

技の館では、不定期で「わらあい市」を開催しています。

10時～14時 小雨決行

2025年下期の開催日をお知らせします。

【開催日】

2025年9月7日(日)	水祭り
2025年10月5日(日)	ハロウィン
2025年12月7日(日)	クリスマス
2026年2月1日(日)	節分



小さなお子様から大人の方までが楽しめる季節のイベントとなっています。

新鮮野菜の販売・お出汁が美味しいうどんや窯焼きピザの販売・軽食販売など飲食コーナーもあります。

とくしま上板熱中小学校の生徒さんによるあたたかいおもてなしなど、手作り感あふれる空間が魅力的な「わらあい市」は、家族で楽しめること間違いなしです♪

その月のゲームコーナーやお食事の詳細は、技の館 HP からチェックしてください。
お待ちしております☆彡

●お問い合わせ●

技の館＜一般社団法人ジャパンプルー上板＞

〒771-1310 徳島県板野郡上板町泉谷字原東 32 番地 4 ☎ 088-637-6555



祝

石垣市・上板町ゆかりのまち提携25周年記念

令和7年7月18日(金)上板町技の館において、石垣市・上板町ゆかりのまち提携25周年記念式典を開催しました。
当日は、石垣市(石垣市民の翼)の皆様をはじめ、徳島八重山文化協会の皆様など、多くの関係者にご臨席をいただきました。

【石垣市と上板町とのご縁】

上板町出身の製糖家 中川虎之助氏が、石垣島にサトウキビ畑を開墾し、製糖事業を開始したことが始まりで、多くの関係者のご尽力により、製糖事業による砂糖の歴史を基調とした、教育・文化・産業・経済など幅広い交流が続いております。

上板音頭【上板女性の会】



阿波踊り【上板熱中連】



記念品贈呈

【石垣市・石垣市議会・
上板町・上板町議会】

記念品

- 陶器製記念プレート【石垣市】
- 琉球松置き時計【石垣市議会】
- 藍染タペストリー
【上板町・上板町議会】

●お問い合わせ● 企画防災課 ☎ 088-694-6824

上板町町制70周年記念 町民手作りイベント



☆読み聞かせ講習会☆「絵本のひみつを知ろう」

～絵本を大学教授の目線で分析・解析してお話～（読み聞かせもあります）

と き：令和7年9月7日（日）午前10時

ところ：上板町技の館

講 師：余郷裕次氏（鳴門教育大学特命教授）



☆おはなし会&マジックショー☆

～ワークショップ：藍染めの布でしおり作り体験をしよう～

と き：令和7年10月5日（日）午前10時

ところ：上板町技の館

講 師：紙芝居ボランティア「おしゃべりくまさん」



☆おはなし会（赤ちゃん・幼児対象）&手遊び・わらべ歌☆

～ワークショップ：親子で遊べる小道具づくり・やさいのおなかスタンプで遊ぼう～

と き：令和7年12月7日（日）午前10時

ところ：上板町技の館

講 師：谷上良子氏（鳴門ふくろうの森・とくしまおはなしを語る会）



☆おはなし会&紙芝居を体験してみよう☆

～ワークショップ：昔遊び（お手玉・けん玉・こま等）～

と き：令和8年2月1日（日）午前10時

ところ：上板町技の館

講 師：紙芝居ボランティア「おしゃべりくまさん」



おはなし会：絵本・読み聞かせに興味のある方など、どなたでもOK（申し込み不要）

読み聞かせ講習会：先着30名（事前申し込みが必要です）

ワークショップ：先着20名（事前申し込みが必要です）

全日程：くじ引き・スーパーボール掴みどり（子どものみ）有り

参加費無料 ご参加お待ちしております

● お申し込み先 ● 上板町技の館 ☎ 088-637-6555

主催：キラキラひろば 後援：上板町・上板町教育委員会

上板町長選挙のお知らせ

任期満了に伴う上板町長選挙が下記により執行されます。

◇選挙日程

- ・告示日 令和7年9月30日（火）
- ・立候補受付 令和7年9月30日（火）8時30分～17時
上板町中央公民館・大会議室（役場2階）
- ・投票日時 令和7年10月5日（日）7時～20時
- ・投票所 町内5投票所（投票所入場券に、あなたの投票所を記載しています）
- ・期日前投票 令和7年10月1日（水）～令和7年10月4日（土）の4日間
【時間】8時30分～20時
【場所】上板町役場 1階ロビー
- ・不在者投票 令和7年10月1日（水）～令和7年10月4日（土）の4日間



◇期日前投票制度

選挙は、選挙期日（投票日）に投票所において投票することを原則としていますが、仕事や旅行などで投票日当日、投票に行けない方が選挙期日前であっても選挙当日と同じ方法で投票を行うことができる制度です。

◇不在者投票制度

仕事や旅行などで選挙期間中、上板町以外の市区町村に滞在している方は、滞在先の選挙管理委員会ですべての不在者投票ができます。また、指定病院等に入院等している方などは、その施設内で不在者投票ができます。

詳細については
HPをご覧ください



●お問い合わせ● 上板町選挙管理委員会事務局（上板町役場総務課内） ☎ 088-694-6801

「定額減税しきれなかった方」への給付金（不足額給付）のご案内

■不足額給付対象者について

①当初調整給付の算定に際し、令和5年所得等を基にした推計額（令和6年分推計所得税額）を用いて算定したことなどにより、令和6年分所得税及び定額減税の実績額等が確定したのちに、本来給付すべき所要額と、当初調整給付額との間で差額が生じた者

⇒プッシュ型（支給確認書方式・お知らせ方式）を基本に給付

対象者の方には、**8月上旬**から順次「確認書」又は「支給のお知らせ」をお届けしています。

- 「確認書」が届いた方が、給付金を受け取るには返信が必要です。
確認書の記載内容をご確認のうえ、必要事項を記入し、本人確認書類等と一緒にご返信ください。
- 「支給のお知らせ」が届いた方は原則返信不要です。

②個別に書類の提示（申請）により、給付要件を確認して給付する必要がある者であって、以下のいずれの要件も満たす者

- ✓所得税及び個人住民税所得割ともに定額減税前税額がゼロ（≡本人として定額減税対象外）
 - ✓税制度上、「扶養親族」から外れてしまう（≡扶養親族等としても定額減税対象外）
 - ✓低所得世帯向け給付（R5非課税給付等、R6非課税化給付等）対象世帯の世帯主・世帯員に該当していない（≡一体措置の対象外）
- ⇒申請型を基本に給付

<給付対象となりうる者の例>

- 青色事業専従者、事業専従者（白色）
 - 合計所得金額48万超の者
- 給付対象となりうる可能性があるので、
上記要件を満たすか確認

8月1日（金）から書類の提示（申請）を受付しています。

<申請期限>10月31日（金）必着 ※ 期限後の申請は受付できませんのでご注意ください。

●お問い合わせ● 総務課 ☎ 088-694-6801

令和7年国勢調査を実施します

5年に一度、全員参加の統計調査



国勢調査 2025



- 国勢調査は、令和7年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人と世帯が対象です。
- 9月中旬から、調査員がみなさまのお宅を訪問し、調査書類をお配りします。
- 国勢調査の結果は、国や地方公共団体だけでなく子育て支援への利用、防災対策への利用、企業等での利用など、わたしたちの身近な暮らしに使われています。皆様のご理解、ご協力をお願いします。

国勢調査を装った詐欺や不審な調査にご注意ください。

- ・国勢調査では、金銭を要求することはありません。また、銀行口座の暗証番号やクレジットカード番号をお聞きすることはありません。
- ・国勢調査を装った不審な訪問者や、不審な電話、電子メール・ウェブサイトなどにご注意下さい。不審に思った際には、速やかに企画防災課にお知らせ下さい。
- ・調査員は、その身分を証明する「国勢調査員証」を携帯しています。

国勢調査については、
「国勢調査 2025キャンペーンサイト」をご覧ください。



●お問い合わせ● 企画防災課
☎ 088-694-6824

あなた自身が作成された遺言書を法務局が保管します (自筆証書遺言書保管制度)

法務局に遺言書を預けていただくことにより、大切な遺言書の紛失や改ざんを防止することができます。大切な財産をご家族等に確実に託す方法の一つとして、本制度をご利用ください。

保管申請手数料は、3,900円です。家庭裁判所での検認が不要となります。手続には予約が必要です。

遺言書保管申請の方法については、徳島地方法務局ホームページを御確認いただくか、徳島地方法務局供託課までお問合せください。



●お問い合わせ● 徳島地方法務局供託課 ☎ 088-622-4867

徳島地方法務局ホームページ：

https://houmukyoku.moj.go.jp/tokushima/page000001_00065.html



マイナ保険証をご利用の方も、まだお持ちでない方も これまでどおり医療機関等 を受診いただけます。

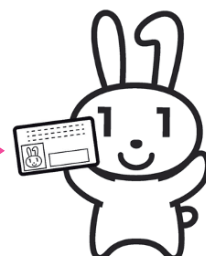


マイナ保険証を使ってる人はどうしたらいいの？



ぜひ、そのままお使いください！

マイナ保険証でないと受診等できないの？



マイナ保険証をお持ちでない方には、申請によらず資格確認書が交付されます。また、**ご高齢の方**や、障害をお持ちの方など、**配慮が必要な方は、役場健康推進課に申請することで資格確認書を取得できます。**親族等の法定代理人や介助者等による**代理申請も可能**です。
(詳しくは088-694-6810へお問い合わせください。)



マイナンバーカードを健康保険証として利用するための登録がまだの方は、以下2つの準備をお願いします。

STEP 1. マイナンバーカードを申請

■申請方法は選択可能です

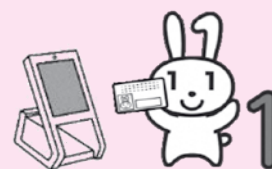
- ① オンライン申請
(パソコン・スマートフォンから)
- ② 郵便による申請
- ③ まちなかの証明写真機からの申請



STEP 2. マイナンバーカードを健康保険証として登録

■利用登録の方法

- ① 医療機関・薬局にある顔認証付きカードリーダーで行う
- ② 「マイナポータル」から行う
- ③ セブン銀行 ATM から行う



まずはマイナンバーカードを持っているかご確認ください！



マイナンバー総合
フリーダイヤル

0120-95-0178

5番を選択のうえ、音声ガイダンスにしたがってお進みください。

受付時間 (年末年始を除く)

平日: 9時30分～20時00分
土日祝: 9時30分～17時30分

マイナンバー

マイナ保険証
のメリット等
について



資格確認書
について



令和7年度上板町敬老会開催のお知らせ

高齢者に敬意を表するとともに、その長寿を祝し、あわせて広く高齢者福祉についての関心と理解を深めるため、次のとおり敬老会を開催いたします。

皆様のご参加お待ちしております。

- 日 時 令和7年9月15日（月）午前9時から
 - 場 所 上板町農村環境改善センター 多目的ホール
 - 対象者 昭和23年以前に生まれた方
- ※対象となる方には、案内通知を送付しています。（要返信）



●お問い合わせ● 健康推進課 ☎ 088-694-6810

認知症について学ぼう

認知症総合支援事業

講師：阿部浩明 上板調剤薬局 管理薬剤師／サザン薬局グループ

演題：『認知症とお薬について』



認知症

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。



日時：令和7年10月9日（木曜）

午後1時30分～午後3時00分（午後1時00分開場）

参加方法：事前申込み

参加無料（定員30名程度）

会場：上板町老人福祉センター集會室

西分字橋西1-11

☎088-694-6155

主催：上板町社会福祉協議会

共催：上板町



●申込先● 上板町社会福祉協議会 ☎ 088-694-6155



保健師からのお知らせです

1 各種集団健(検)診について

項目	対象者	健(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	60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	

《健(検)診日程》 ●印が受診できる健(検)診です。

実施日	受付時間 (時間予約制)	健(検)診項目				申込み開始日
		胃	大腸	肺	特定	
10月17日(金)	9:00～10:30		●			受付中
10月24日(金)	8:30～11:30	●	●	●	●	

《受付場所》 上板町保健相談センター

《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。

* 次回の健(検)診日は、12月4日(木)です。

2 個別検診について

検診名	対象者	自己負担金	検診期間
子宮頸がん検診	20歳以上の女性(2年に1回)	1,200円	令和8年3月31日まで (医院の診療時間内)
乳がん検診	40歳以上の女性(2年に1回)	1,500円	
胃内視鏡検診	50歳以上の方(2年に1回)	4,100円	

※胃内視鏡検診について

この胃がん検診で実施する内視鏡検査では、鎮静剤を使用できません。また、同一年度に胃部エックス線検査と併用はできません。

《検診場所》 県内広域医療機関

《申込み》 保健相談センター・保健師まで (☎088-694-3344) にてお問い合わせください。

令和7年度 結核・肺がん検診について(お知らせ)

令和7年度 町内巡回結核・肺がん検診を下記のとおり実施いたします。

検診名	対象者	自己負担金
結核・肺がん検診	40歳以上の住民の方で他の検診で受けていない方	無料
喀痰検査	50歳以上で、喫煙指数（1日の喫煙本数×年数）が600以上の方	500円

<レントゲン撮影時の服装について>

*無地のTシャツ（肌着）をご準備ください。（色は何色でも構いません。）

*Tシャツ（肌着）は、えりが無く、ししゅうやワッペンについていないもの、及びボタン・金具・プラスチック等のついていないものに限りです。ネックレス等は必ず外してください。

*検査着の貸し出しはありません。

《結核・肺がん検診日程表》 *事前申し込みは不要です。直接実施場所に時間内にお越し下さい。

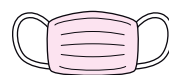
日 程	時 間	受付場所
9月29日（月）	午前	9：00～10：10 神宮寺大己貴神社
		10：30～11：40 JA 徳島県本店経済部（神宅字宮ノ北22）
	午後	13：10～14：10 西原団地南
		14：30～15：30 大南集会所前
9月30日（火）	午前	9：00～10：10 技の館 駐車場
		10：30～11：40 松島神社前
	午後	13：10～14：10 安楽寺 北側大駐車場
		14：30～15：30 古町「セブンハイツ滝川」様 駐車場
10月3日（金）	午前	9：00～10：10 徳島バス「井ノ内バス停」跡地横（瀬部481-1）
		10：30～11：40 鳥屋集会所
	午後	13：10～14：10 南老人集会所
		14：30～15：30 椎本多目的集会所
10月6日（月）	午前	9：00～10：10 上板町役場西側 保健相談センター
		10：30～11：40 西分老人集会所
	午後	13：10～14：10 上板町消防団第六分団詰所（佐藤塚西199）
		14：30～15：30 上板町文化センター

感染症予防のため、ご理解・ご協力をお願いします。

①マスクのご着用にご協力ください。

②受診時に下記のいずれかに該当する方は、検診を見合わせていただきます。

- 37.5度以上の発熱のある方、または微熱の続く方
- 風邪症状（咳・喉の痛み・下痢・倦怠感・鼻水等）のある方または体調のすぐれない方
- 新型コロナウイルス感染症になって10日以内の方



*問診票は、当日、現地受付にて用意しております。

*問診票は、上板町保健相談センターにも用意しています。事前に配布を希望される方は、窓口にお越しいただくか、電話にてご連絡ください。

*検診に関するお問い合わせは、

健康推進課（保健相談センター） ☎ 088-694-3344 までお願いします。



9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
9/2	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

月日	時間	場所	内容	担当
10/7	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

II. 乳幼児健康診査

1. 2歳児歯科健康診査・フッ素塗布

月日	受付時間	場所	内容	該当者
9/4	※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、歯科診察、フッ素塗布、歯科・発達・育児・栄養相談	令和5年1月1日～令和5年4月30日生

2. 1歳6か月児健康診査

月日	受付時間	場所	内容	該当者
9/11	※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5年12月1日～令和6年2月29日生

III. 町内巡回結核・肺がん検診 (40歳以上の方)

9月29日、30日、10月3日、6日、町内各地を検診車が巡回し、胸部レントゲン撮影を行います。料金は無料です。

●お問い合わせ● 健康推進課 (保健相談センター) ☎ 088-694-3344

令和7年 9月分
(9/1～10/10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。

9月	1(月) 奥村医院 692-2403
	2(火) 山田眼科 藍住 692-8118
	3(水) 藍住たまき青空クリニック 678-7727
	4(木) 西條内科耳鼻科 692-8711
	5(金) 富本小児科内科 692-7228
	6(土) こまつばら整形外科 698-5108
	7(日) 杉みね整形クリニック 693-1021
	8(月) 中山産婦人科・小児科 692-0333
	9(火) 内科クリニック・オクムラ 692-4771
	10(水) きはら耳鼻咽喉科医院 693-0087
	11(木) こやま小児科内科クリニック 637-3211
	12(金) 大久保内科 692-1220
	13(土) ルナウイメンズクリニック 697-2322
	14(日) 増田クリニック 693-3020
	15(月) 小松泌尿器科 692-1277
	16(火) 杉みね整形クリニック 693-1021
	17(水) 増田クリニック 693-3020
	18(木) 小松泌尿器科 692-1277
	19(金) こうのINRクリニック 693-1103
	20(土) くぼ小児科クリニック 678-7141

9月	21(日) 藍住川島クリニック 692-0110
	22(月) きたじま皮膚科 678-7010
	23(火) こうのINRクリニック 693-1103
	24(水) 藍住川島クリニック 692-0110
	25(木) 矢野医院 692-4411
	26(金) 安芸内科 692-6111
	27(土) 森本医院 641-4141
	28(日) 藍住たまき青空クリニック 678-7727
	29(月) あいずみ松本眼科 677-5568
	30(火) 井上病院 672-1185
10月	1(水) 三愛内科 672-0176
	2(木) 新野医院 672-0571
	3(金) 近藤内科医院 672-5630
	4(土) 中川整形外科 641-2288
	5(日) 安芸内科 692-6111
	6(月) ファミリークリニックしんの 672-5148
	7(火) みやざき内科診療所 672-6618
	8(水) 野田(泰)医院 694-2009
	9(木) ともなり消化器・肝臓内科クリニック 694-5515
	10(金) 井関クリニック 637-6066

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 対応日は確認して下さい

※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。

みんなとめよう!!

国際電話詐欺

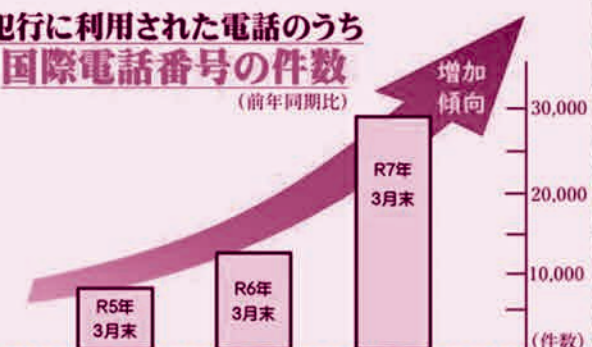
みんなとめ

+ (国番号) から始まる
国際電話番号に注意!



詐欺の犯人は国際電話番号を使って
詐欺の電話をかけています。

犯行に利用された電話のうち
国際電話番号の件数
(前年同期比)



被害の多くは
60~80歳代

固定電話

国際電話の発信・着信は
無償で休止できます

国際電話不取扱受付センター
0120 - 210 - 364

オペレータ案内 平日9:00~17:00
自動音声案内 平日・土日祝24時間

Webからの申込み

<https://www.kokusai-teishi.com>



20~30歳代の
被害が増加

スマートフォン

- ◆ 携帯電話機の発信設定を正しく行いましょう。
- ◆ キャリアの着信拒否サービスや電話着信規制アプリのご利用をおすすめしています。



警察庁・SOS47
特殊詐欺対策ページ

<https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/sos47/case/international-phone/>

みんなとめ

検索



お問合せはこちら

徳島板野警察署

Tel 088-698-0110

【特殊詐欺に注意！】悪質な訪問業者に注意！

巧妙な手口で特殊詐欺が増えています。

自宅に突然業者が訪問してきて、次のような悪質な方法で契約を結ぼうとします。

リフォーム業者などが突然訪問して、「無料点検」を持ちかけるなどして故意に瓦を壊したりした上で、不要な工事契約を結ぼうとします。

不要品買取業者などが突然訪問して、不要品の無料回収や買取りをもちかけ、貴金属やブランド品などを安価で強引に買い取ろうとします。

このような言動には注意してください！

「無料で点検」「屋根瓦がぐずれそう」「外壁が壊れそう」「不要品を買い取ります」「貴金属も見せてください」

他にも業者に家族構成、自宅の間取りや資産状況な

どを尋ねられ、ポロツと答えた内容が個人情報として犯罪グループに共有されるかもしれません。

もしも突然の訪問を受けたときは、安易に自宅に入れない、その場では点検させない、契約をしないように注意してください。

不安に思うことがあれば、一人で悩まず、下記までご相談ください。

●お問い合わせ

上板町消費生活相談窓口

☎694-6816 相談無料

受付 平日9:00～17:00

(土・日・祝・年末年始を除く)

上板町役場東隣 改善センター事務所内

9月10日～16日は「自殺予防週間」です。

国では、9月10日の「世界自殺予防デー」にちなんで、毎年9月10日からの1週間を「自殺予防週間」に設定し、悩みを抱えた人が必要な支援を受けられるよう、支援策を重点的に実施することとされています。

家族や職場、友人など身近な人のサインに気づき、医療機関や相談機関につなぎ、見守りと自殺予防につなげていくことが大切です。

寄り添う、支えあう、つながりあう。

あなたを必要としている人がいます。

- 気づき…家族や仲間の変化に気づいて、声をかける。
- 傾聴…本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。
- つなぎ…早めに専門家に相談するよう促す。
- 見守り…温かく寄り添いながら、じっくりと見守る。

●相談窓口

#いのち SOS ☎0120-061-338

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

こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570-064-556

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

★ SNS 相談、メール相談等

厚生労働省相談窓口案内は

右の QR コードよりご覧下さい。

“まもろうよこころ”



宮川内谷川の状況を 確認できます

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。

民地から道路へ 突き出した立木などの 管理をしましょう

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。

こうした事故では、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ので、事故を未然に防ぐためにも倒れそうな立木や道路へはみ出した枝は早めに伐採を行いましょう。

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

1枚300円

9月19日(金) 発売!!

ハウジングランボ宝くじ

公財徳島県市町村振興協会

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7年9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7年9月18日（木）

午後1時30分～午後4時00分

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、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 0570-003-110

※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 住民人権課 ☎088-694-6809

一日行政相談所
開設予定日

9月1日から10月31日までは「行政相談月間」です。

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。

開設日	9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着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。

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

●日時 令和7年9月30日 火曜日

午後1時30分から

●場所 馬道会館 ☎694-4868

上板町西分字原淵18-2

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。

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 10月7日（火）午後1時～3時

※偶数月の第一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（上板町役場二階）
第一会議室

●お問い合わせ 公益社団法人

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館内

☎088-679-4440

令和7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。

納期は次のとおりになっています。納付期限内の納付にご協力をお願いいたします。

	固定資産税	国民健康保険税
9月	9月30日(2期)	9月30日(3期)
	税務課 ☎088-694-6807	

	後期高齢者医療保険料
9月	9月30日(2期)
	健康推進課 ☎088-694-6810

口座振替の方は、9月30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。

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、歩きの効用を実践し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7年 9月10日(水) 10月10日(金)
11月10日(月) 12月10日(水)
令和8年 1月10日(土) 2月10日(火)
3月10日(火)

●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

☎080-3162-0458

第12回特別弔慰金の請求の受付を開始しました

●支給対象者

戦没者等の死亡当時の遺族であって、令和7年4月1日(基準日)において、恩給法による公務扶助料、援護法による遺族年金等の受給権を有する方がいない場合に、先順位のご遺族お一人に支給されます(戦没者の子や兄弟姉妹など、三親等内親族が対象)。

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

●支給内容

額面 275,000円 5年償還の記名国債

●請求期限

令和10年3月31日(金)まで

※請求期限を過ぎると、特別弔慰金を受け取ることが出来なくなるため、ご注意ください。

詳しくはお問い合わせください。

●お問い合わせ 民生児童課 ☎088-694-6811



救急車の正しいかかり方について

こんな時は救急車を 呼びましょう



- ① 15分以上続く突然の胸の痛み、圧迫感、重苦しさ、特に冷や汗を伴うようなもの
⇒心筋梗塞、狭心症などが疑われます！
- ② 突然、意識がなくなる
⇒脳出血、脳梗塞などが疑われます！
- ③ 突然、手や足に麻痺がおこる
⇒脳出血、脳梗塞などが疑われます！
- ④ 呼吸が苦しくなる
息を吸うごとにヒューヒュー音がしている
息を吐くときに大げさに肩を動かしている
意識がはっきりしない、など
- ⑤ 出血が止まらなくなる
傷口から血液が勢よくふきだしている
血液が大量に流れ出している、など
- ⑥ 広い範囲のやけど
(例：体の表面積の15%以上)
- ⑦ 交通事故
⇒特にはねとばされたり、歩行ができない、
意識がないなど 現場検証の前に119番通報
- ⑧ 心肺停止状態
心臓と呼吸が止まった状態で、
放置すれば死んでしまう。一刻を争う状態。
- ⑨ その他、いつもと様子が全く違う、
顔色が真っ青などの異常がある、など

救急車の呼び方

緊急を要する重症な状態の場合は、次の要領で通報してください。

- ① 119番にダイヤルする。
- ② 「火事ですか。救急ですか。」と尋ねられるので、「救急です」と告げる。
- ③ 救急車に来てもらう場所、患者の氏名、年齢、状態を伝える。
 - マンションの場合はマンションの名前、○階、○号室
 - 場所がわかりにくい場合は、目印となる建物や道路名など
- ④ 救急車を待っている間に次のものを用意する。
 - 健康保険証 ● お金 ● 普段飲んでいるお薬
- ⑤ 救急車のサイレンが聞こえたら、場所を案内する人を出し、誘導する。
- ⑥ 救急車が到着したら、次のことを伝える。
 - 救急車が到着するまでの容態変化
 - 応急手当をした場合は、その内容
 - 持病がある場合は、その病名、かかりつけ医

◆私のかかりつけ医◆

病院名	
電話番号	
診療時間	

化学物質（タバコ・家庭用品）、医薬品、動植物の毒などによって急性中毒の事故が発生した場合には…

大阪中毒110番 (365日 24時間対応)
072-727-2499 (情報提供：無料)

●お問い合わせ● 保健相談センター ☎ 088-694-3344

毎年9月9日は『救急の日』



厚生労働省と総務省消防庁は、救急業務及び救急医療に対する国民の正しい理解と認識を深め、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的に、毎年9月9日を「救急の日」、救急の日を含む1週間（日曜日から土曜日）を「救急医療週間」と定めています。

病院へ行く？ 救急車を呼ぶ？

迷ったら… #7119



●お問い合わせ●
板野西部消防署
☎ 088-672-0198
ホームページ：
<https://www.itanoseibu-119.org>



種 別	火 災	救 急
令和7年7月 出動件数 (件)	2 (5)	135 (777)
前年同月 出動件数 (件)	0 (1)	132 (744)

※上段＝月計、()＝累計

令和元年12月1日から電話相談受け開始

徳島救急医療 電話相談

急な病気やケガの際に、すぐに受診の方が良いのか、
医師や看護師が電話でアドバイスします。

プッシュ回線の
固定電話・携帯電話からは、
局番なしの
#7119

ダイヤル回線の固定電話、IP電話、
その他#7119をご利用いただけない場合
088-622-6530

月曜日～土曜日
…午後6時から翌朝8時
日曜日・祝日・年末年始
…24時間対応 ※12/29～1/3

15才未満のお子さんが急な病気やケガをしたときは、
「救急110番」または「088-622-6530」までお電話を
ください。

医師・看護師が電話で相談に応じます。
ご相談ください。

緊急・重症の場合は
迷わず「119」へ！

徳島県

チラシに関するお問い合わせ：徳島県保健福祉部医療政策課 088-621-2188

野焼きの原則禁止!!

「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、一部例外を除いては原則として禁止されています。

例外規定（抜粋）

○農林業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却

例：農業者が行う稲わらの焼却

○落ち葉やその他日常生活を営む上で行われる廃棄物の焼却であって軽微なもの

例：落ち葉、木くず、草刈り後の枯れ草等の焼却

焼却を始める前の注意事項

- 乾燥注意報が出ているときや風の強いときはやめましょう。
- 水バケツ、消火器などの消火の準備をしましょう。
- 火災と間違われずに日没までに消火を終わらせましょう。
- 消火するまでは、その場を離れないようにしましょう。
- 1度に大量に燃やさないようにしましょう。

不適切な焼却行為について

- ①田んぼの近くに民家があるときは、風向きが民家のほうでないことを確認し、周囲に迷惑がかからないように行ってください。
- ②道路に面している田んぼでは、煙が通行の妨げとならないように行ってください。
- ③直罰の対象とならない焼却であっても、周辺の生活環境に影響が生じている場合は指導・処分の対象となりますのでご注意ください。
- ④家庭ごみのプラスチックやビニール、また農業用プラスチックやビニールを焼却することは例外規定に該当しません。

違反した場合の罰則

- ・廃棄物処理法第16条の2の規定に違反すると「5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金、またはその両方が科される」場合があります。

●お問い合わせ● 産業課 ☎ 088-694-6806

年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは日本年金機構（年金事務所）が実施します。

●対象となる方

◇老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります

- ・65歳以上
- ・世帯員全員が市町村民税非課税
- ・前年の年金収入額とその他所得の合計が約90万円以下

◇障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の要件を満たしている必要があります

- ・前年の所得が約479万円以下

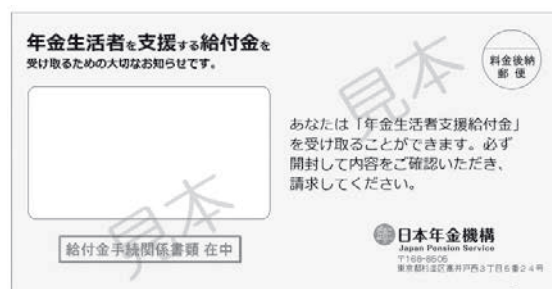
●請求手続き

①新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

お受け取りの対象になる方には、日本年金機構から、請求可能な旨のお知らせを送付します。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。**令和8年1月5日までに請求手続きが完了しますと、令和7年10月分からさかのぼって受け取ることができます。**

②年金を受給し始める方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または役場住民人権課で請求手続きをしてください。



●お問い合わせ● 『給付金専用ダイヤル』 ☎ 0570-05-4092（ナビダイヤル）
※ 050 から始まる電話でおかけになる場合 ☎ 03-5539-2216



徳島航空基地を 一般公開します！

みなさまの
ご来場をお待ち
しています。



海上自衛隊徳島航空基地開隊67周年を記念して、
徳島航空基地一般公開を開催します。



日時

10月4日（土）
午前9時～午後3時

場所

海上自衛隊 徳島航空基地
（松茂町住吉字住吉開拓38）

ホームページ：
<http://www.mod.go.jp/msdf/tokusima/>

予定イベント

- 航空機飛行展示
- 航空機地上展示
- その他各種イベント

※詳細は徳島教育航空群ホームページ、
SNS 等で随時お知らせします。



SNS



●お問い合わせ● 海上自衛隊徳島教育航空群司令部 広報室 ☎ 088-699-5111

第43回 徳島矯正展

矯正展は、法務省が主唱する「社会を明るくする運動」の一環として、国民の矯正行政および刑務作業などに関する御理解・御協力を得ることを目的として開催されるものです。

刑事施設での取り組みの紹介や、
全国の刑務所で受刑者が製作した製品の
展示・販売などを行っています。

内容

- ・刑務所作業製品展示販売
- ・所内見学 ・藍染体験
- ・性格検査コーナー ・各種イベントほか

日時

令和7年10月4日（土）
午前9時～午後3時30分

場所

徳島刑務所



〈案内〉

駐車場を用意しておりますが、駐車場スペースには限りがありますので、
公共交通機関（バス等）を利用し、最寄りのバス停（刑務所前又は天の原西）までお越しいただけると幸いです。

●お問い合わせ● 徳島刑務所 作業 ☎ 088-644-0114

自衛官等採用案内

募集種目	陸上・海上・航空自衛隊 自衛官候補生	陸上・海上・航空自衛隊 一般曹候補生
制度の概要	入隊3か月後、2等陸・海・空士に任用され、陸（1年9か月）、海・空（2年9か月）を1任期とし任用される。1任期終了後は、継続（2任期以降は2年を1任期）として勤務するか、自衛隊等による進学や就職等の支援を受けることができます。	入隊後2等陸・海・空士に任命され、2年9か月経過以降選考により3等陸・海・空に昇任し、定年まで勤務することができます。
初任給等	1 初任給 高卒：224,600円 大卒：239,600円 2 任期特例退職金（1任期） 陸上：約73万円 海空：約118万円 ※任期満了ごとに特例退職手当を支給 3 その他 週休二日制、期末・勤勉手当、各種手当、福利厚生等を完備	1 初任給 高卒：224,600円 大卒：239,600円 2 その他 週休二日制、期末・勤勉手当、各種手当、福利厚生等を完備
応募資格	18～33歳未満の者 (32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)	
応募期間 (試験日)	年間を通じて行っています。詳細については、下記のお問合せ先までご連絡ください。	



お問い合わせ先：自衛隊鳴門地域事務所

鳴門市撫養町立岩字七枚 57 (☎ 088-685-5306)

※鳴門地域事務所では随時説明会を実施していますので、ご予約頂ければ柔軟に対応いたします。



細部の情報は
ここから

三好市医師会准看護学院入学生募集

募集人数

20名

修業年限

2年

出願条件

- ①高等学校卒業の者、若しくはこれと同等以上の学力を有すると認める者
- ②本校の単願者で、合格後確実に入学できる者
- ③入学年度の4月1日時点で満年齢20歳以上～50歳未満の者
- ④社会人として2年以上勤務経験のある者
- ⑤心身ともに健康で将来准看護師として適性がある者

出願期間

社会人入試 (A) : 令和7年 8月25日 (月) ～令和7年 9月24日 (水) 午後4時まで

社会人入試 (B) : 令和7年10月27日 (月) ～令和7年11月19日 (水) 午後4時まで

試験日時

社会人入試 (A) : 令和7年10月5日 (日) 8:30 開場

社会人入試 (B) : 令和7年12月7日 (日) 8:30 開場



●お問い合わせ● 三好市医師会准看護学院 ☎ 0883-72-0586

男性のための料理教室受講生募集

料理未経験の男性の方、大歓迎です！男性も自分の健康に気を配り、元気に暮らしていくことができるよう、自立支援と生活習慣病予防のために一緒に学びましょう。当日は初心者の方でも簡単にできる料理を作ります。お気軽にご参加下さい！



【日 時】9月26日（金）9時30分～13時まで

【場 所】上板町中央公民館（役場2階）

調理室・試食室

【対 象 者】上板町在住の男性の方

【参 加 費】400円

【持 ち 物】エプロン、三角巾、マスク、手ふき用タオル、
飲み物、筆記用具

【定 員】12名（先着順）

●申し込み●

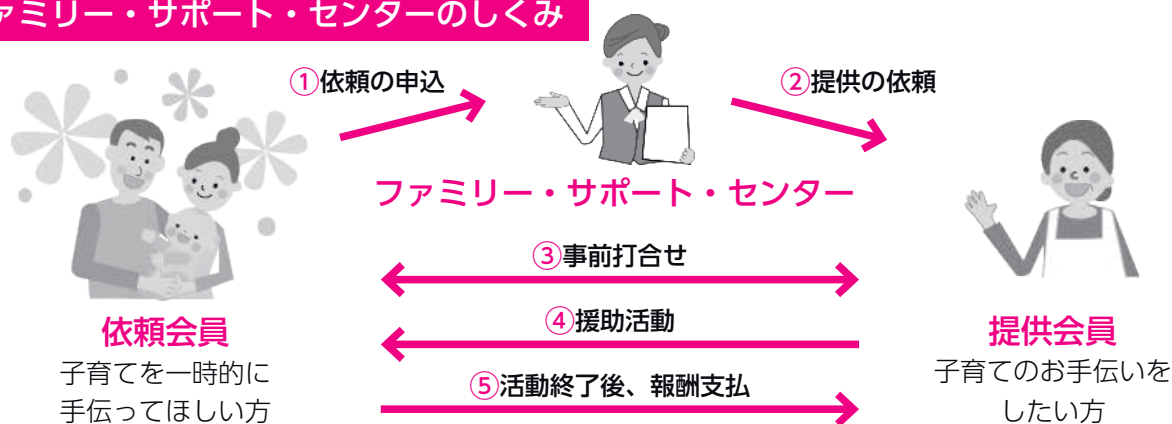
下記窓口もしくは電話にて受付します。

健康推進課 ☎088-694-6810

申し込み締め切り：9月18日（木）まで

ファミリー・サポート・センターの会員になりませんか？

ファミリー・サポート・センターのしくみ



◇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行ってできる人

◇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 くらいのもので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

●問い合わせと申し込み●

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



社会を明るくする運動

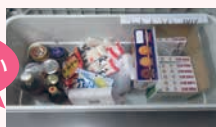
令和7年7月2日、上板中学校にて保護司、更生保護女性会の皆さんが「社会を明るくする運動」を実施しました。この運動は犯罪の防止と罪を犯した人たちの立ち直りについて理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築くための全国的な運動です。登校時にポケットティッシュを配布し、運動への理解、啓発に繋がりました。



上板町はエシカル消費を推進しています フードドライブ活動に御協力をお願いします。
あまっている食品を提供してください



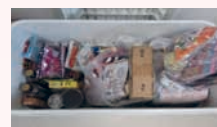
もったいない



食べ物の支援を必要とする人たちへ届けよう

集める → 届ける

もったいないをありがとうに♡



ありがとう

☆取り組み時期について

受付日 令和7年9月16日(火) ~ 26日(金)

時間 午前9時 ~ 午後4時

☆持ち寄り場所

- ・上板町農村環境改善センター窓口(専用の箱を用意しています)
- ・上板町社会福祉協議会窓口(専用の箱を用意しています)

☆届けるところ

- ・フードバンクとくしまを通じて福祉施設などに提供されます。



いただきたい食品

☆賞味期限が1ヶ月以上残っているもの ※期限が記されているもの

☆常温で保存できるもの

- ・お米、めん類、小麦粉など
- ・調味料(みそ、しょうゆ、マヨネーズ)
- ・保存食品(かんづめ、おもち など)
- ・おかし類
- ・インスタント食品
- ・レトルト食品
- ・のり
- ・お茶づけ
- ・ふりかけ
- ・お茶
- ・コーヒー
- ・こう茶

受付できない食品

- ・賞味期限が1ヶ月を切っているもの
- ・開いているもの
- ・生鮮食品(野菜・魚など)
- ・アルコール類は受付しません。

● お問い合わせ ● 産業課 ☎ 088-694-6806

知ってほしい! ワンヘルス!

—徳島県はワンヘルスを推進しています—

身近なこんなことも、
ワンヘルスの実践になります

◆ワンヘルス(One Health)とは?

動物から人へ感染する「動物由来感染症」は、人のかかる感染症の半数以上を占めています。また、この病原体を持つ野生動物、媒介生物などの生息域が、近年の森林破壊や気候変動で人の生活圏と重なってきて、人に感染する機会が増えています。

「人の健康」を守るためには、「動物の健康」も「環境の健全性」も守る必要があります。この3つの健康を1つのものとして守っていくという考え方が「ワンヘルス」です。

◆私たちは何をすればいいの?

各分野の専門家(医師、獣医師、環境分野の研究者など)、行政や関係機関が連携するだけでなく、ワンヘルスを意識した一人一人の行動が大切です。たとえば、「ペットを適正に飼う」「感染症を防ぐために手洗いやうがいをする」「草むらに入るときは、長ズボン着用や虫除けをする」「気候変動対策として省エネなどに努める」なども、ワンヘルスを実現するための取組として大切です。



動物との共生

いまどきの犬猫の飼い方

- ☐ 不妊去勢手術
- ☐ 室内飼育
- ☐ 迷子札
- ☐ マイクロチップ
- ☐ ワクチン

野良猫ってなんとかならないの?

解決策は、地域猫やTNRという不妊去勢手術をしてエサやトイレのお世話をする方法しかありません。外で暮らす猫の寿命は短く、長くて4~5年といわれています。不妊去勢手術をし、一代限りの命を見守る活動にご協力を。詳しくは、下記の徳島県動物愛護管理センターHPへ



徳島県動物愛護管理センター
ホームページ

関連イベント

動物愛護のつどい 令和7年9月23日(火・祝) 10:00~14:00
場所: 藍場浜公園 徳島市藍場町1丁目7

● お問い合わせ ● 徳島県生活環境部安全衛生課 ☎ 088-621-2229

STOP フレイル! with 徳島文理大学 開催決定!!

“STOP フレイル”

上板町は「フレイル予防」に積極的に取り組んでいます!

この度、徳島文理大学・徳島文理大学短期大学部、徳島県、明治安田、上板町が一丸となり、健康に関するイベントを実施します! 家族みんなで遊びに来てね♡

上板町町制施行 70 周年記念事業
お餅づくり体験・お餅配布もあるよ

開催日時 **令和 7 年 9 月 15 日 (月) 10 時~13 時**

会 場 **上板町農村環境改善センター**

参加無料



ブースイベント

理学療法学科 (徳島文理大学)

【足腰の達者度チェック・理学療法士による運動相談】

インボディによる筋肉量測定・足腰の筋力やバランスの測定・フレイル簡易チェックなどを行い、足腰の達者度を確認します。また、必要に応じて理学療法士が運動などのアドバイスを行います。

口腔保健学科 (徳島文理大学)

【歯医者さんのお口なんでも相談室】

お口の運動力測定、お口の潤い度を無料で測定できます。また、歯医者さんに聞きたいことをなんでも質問してみませんか?

生活科学科食物専攻 (徳島文理大学短期大学部)

【フードモデルを使用して、栄養バランスをチェック】

毎日の食事は、フレイル予防や健康維持に欠かせない大切な栄養源です。フードモデルを選んで、食事の栄養バランスを数値化してみよう。気を付けるべきポイントを栄養士がご提案します。

人間福祉学科 (徳島文理大学)

【~脳を活性化させるんじょ~】

フレイル予防につながる脳トレゲームと、感想をお話しいただいて、脳を活性化させましょう!

徳島県

【「でり・ぱりキッチン 阿波ふうど号」レシピコンクール優秀作品試食会】

高齢者の低栄養予防を知っていただくため、令和5年度、「みんなが健康! 県産食材料理レシピコンクール」を開催しました。通いの場や日々の食生活での実践に繋げてもらうため、試食会を開催します。この機会に、日々の食生活を見直してみませんか。
11 時 30 分~予定 (限定 100 食) (先着順)



明治安田

【血管年齢チェック&骨健康度(骨ウェーブ)測定会】

血管年齢とは、実年齢とは別に、血管のしなやかさ・硬さを基準にした血管の年齢です。また、「骨ウェーブ」は音波を利用し、骨の健康度を測る機器です。「血管年齢」と「骨健康度」の測定会にお越しただき、日頃の健康づくりの成果をチェックしてみませんか♪

スタジオサークル

【フォトスタジオ「上板メモリアル写真館」】

敬老の日・特別企画、スタジオサークルの“出張写真館”@上板町! フォトスタジオ「上板メモリアル写真館」が1日限定オープン、無料で記念撮影&写真1枚を進呈
10 時 15 分~12 時 30 分
(限定 30 組) (先着順)



メモリアル
フォト撮影

【上板町町制施行 70 周年記念事業】

「八坂クラブ」によるお餅づくり体験・お餅配布
11 時~ (限定 500 食) (先着順)

ステージイベント

◆講演 フレイルを予防し、元気で長生き
徳島文理大学理学療法学科
教授 鶯 春夫氏

◆START ミュージック!
STOP フレイル! in 上板
音楽で上板町を旅しよう!
歌って、踊って、鳴らして音楽療法を体験!!



徳島文理大学
音楽療法コース

◆お楽しみ抽選会
上板町

※当日のイベントスケジュールについて軽微な変更がある可能性があります。詳細は健康推進課まで、お問合せください。

●お問い合わせ● 健康推進課 ☎088-694-6810

警戒レベル

4

ひなんしじ

避難指示までに必ず避難

市町村からの避難情報発令前でも自らの判断で避難しましょう

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	避難情報等
5	災害発生 又は切迫 	命の危険 直ちに安全確保!	きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1
＜警戒レベル4までに必ず避難!＞			
4	災害の おそれ高い 	危険な場所から 全員避難	ひなんしじ 避難指示
3	災害の おそれあり 	危険な場所から 高齢者等は避難	こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難 ※2
2	気象状況悪化 	自らの避難行動を 確認する	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	今後気象状況 悪化のおそれ 	災害への心構えを 高める	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を実際に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。また、警戒レベル相当情報(氾濫発生情報、土砂災害警戒情報など)が発表されたとしても、必ずしも同時刻に同じレベルの避難情報が発令されるものではありません。

※2 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。



ハザードマップを確認し、自宅の災害リスクと、取るべき行動を確認しましょう。



「避難」とは「難」を「避」けることです。
安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません。
屋内で安全を確保することも考えられます。

※屋内安全確保は「3つの条件」を満たす場合に検討する行動です。
詳細は裏面を確認しましょう。



ハザードマップポータルサイト

検索

警戒レベル5は、
すでに安全な避難ができず
命が危険な状況です。
**警戒レベル5緊急安全確保の
発令を待ってはいけません。**

**警戒レベル4避難指示までに
自らの判断で危険な場所から
全員避難しましょう。**

※避難勧告は廃止されました。
(令和3年5月20日から)

避難に時間のかかる
高齢者や障害のある人は、
**警戒レベル3高齢者等避難で
危険な場所から避難
しましょう。**

●お問い合わせ● 企画防災課 ☎088-694-6824

出典：内閣府「新たな避難情報に関するポスター・チラシ」



お誕生おめでとう（令和7年7月）



吉川 紳太郎 綾 香

たいせい
大晴 男の子（引野）

大村 勇一朗 衣利佳

れん
蓮 男の子（椎本）

関 戸 竜二 実 里

みこ
美心 女の子（七條）

●お問い合わせ● 住民人権課 ☎088-694-6809

大好きなおじいちゃん・おばあちゃんへ ～敬老の日に脳活ポプリを贈ろう～

昼と夜で違うアロマの香りを嗅ぐことで記憶力が活性化され、認知症予防になります。受験生の応援ギフトにも最適です。



日 時 9月13日（土）

午前10時30分～

参加者 年齢を問いません。どなたでも OK。

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500～1000円程度（小中学生は無料）

場所・お問合せ 馬道会館 088-694-4868
上板町西分字原渕18番地2

9月のこども食堂開催のお知らせ



9月14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。

子ども食堂申込電話 ☎088-637-6555

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込をお願い致します。



地域子育て支援センターからのお知らせ

日中はまだまだ夏と変わらず暑い日が続いていますが、すっかり日が落ちるのもはやくなり、朝晩は過ごしやすくなりました。この時期は夏の疲れが出やすいので、生活リズムを整え、十分な睡眠を取るようにしましょう。今月もたくさん遊びに来てくださいね。

子育てひろば

*毎週月曜日 10時～11時30分（祝日は除く）

*対象年齢 生後4か月頃～満1歳くらい

さくらっこひろば

*毎週木曜日と第2・第4火曜日

9時30分～11時30分（祝日は除く）

*対象年齢 満1歳以上～幼稚園入園まで

支援センター室・園庭開放

*利用日時 月曜日～金曜日（祝日は除く）

8時30分～17時

9月の行事予定

子育てひろば

1日・8日・22日・29日

*29日は、身体測定・誕生会

保健師・栄養士による、育児・栄養相談

さくらっこひろば

4日（木）製作

9日（火）自由遊び

11日（木）おでかけさくらっこ

（日本酪農協同株式会社 徳島工場）

18日（木）親子リズム

25日（木）誕生会（ピザパーティー）

育児相談も
行っています。
お気軽にご相談
ください。



●お問い合わせ● 上板町地域子育て支援センター（さくら保育所内） ☎088-694-8180