



広報 かみいた

No.331
2026.1

上板町町制施行70周年記念式典・講演会



豊栄舞



上板音頭

新年あいさつ 2

保健師からのお知らせ 8~10

申告納税相談 15

六条大橋通行規制 21

インスタ始めました



お問い合わせフォーム



新年のごあいさつ

上板町長 松田 卓男



明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、輝かしい新春を迎えてられ、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、日頃は町政の運営、推進にご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

昨年10月に再選させていただき、新しい任期のもと、気持ちも新たに町政に取り組んでいるところでございます。

新年においても町民の皆様のご負託に応えるべく、決意を新たに『夢ある上板』の公約実現に向けて、初心を忘れず全身全霊をもって努力する覚悟であります。

これから町政運営にあたっては、多くの課題があり前途多難ではあります
が、ひとつひとつ誠意を持って課題解決に取り組み、あらゆる世代の町民の皆様
が幸せを実感できるまちづくりを目指したいと考えております。

さて、昨年の主な取組みと致しましては、『町制70周年記念事業』、『小中学校施設照明LED化事業』、『庁舎電機設備改修工事』、『定住促進住宅取得応援助成金』、『育児用品等配付事業』、『高齢者外出支援バス・タクシー料金助成事業』、『物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金事業』等、「挑戦・実行・実現・子どもたちに夢ある未来を」を旗印に、小さくともキラリと光る上板町を目指す施策を重点的に行いました。

しかしながら、全国的に、人口減少と少子高齢化が進行しています。また、円安・物価高騰による景気悪化により、本町経済や地域活力に悪影響が懸念されているところであります。

今後は、本町が活性化し発展し続けて行くためにも、町民の暮らしや福祉の満足度を高め、外から見た町の魅力度を高めるとともに、さらなる活性化に向けた取り組みを図る為の施策が重要な課題となっております。

これらの課題解決に向けて『役場は町民の役に立つ場』という意識を全職員共通認識とし、出来ることはすぐ実行するフットワークの軽い職員を一人でも多く育てていきたいと思っており、ご理解のほどよろしくお願ひします。

本年も、今まで以上に小さなことほど丁寧に、当たり前のことはほど真剣に、常にチャレンジ精神をもって取り組み「小さくてもキラリと光るまちづくり」実現へ、未来を見据えた長期的な展望を持って町政を進めてまいります。

結びに当たり、今年一年が町民の皆様にとりまして、健康で幸多き飛躍の年となりますことをご祈念申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきます。

上板町議会議長 安田 孝子



新年明けましておめでとうございます。

令和8年の年頭に当たり、上板町議会を代表して、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

町民の皆様におかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお健やかにお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。また、日頃から町議会への深いご理解と議会活動に対する温かいご支援・ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、物価高騰の波はとどまるところを知らず、私たちは非常に厳しい生活を余儀なくされており、対策が急がれるところです。

また、各地で多発している自然災害は人ごとではありません。自助・共助をふまえ、日頃から備えておくことが大切です。その上で、防災・減災対策事業を進めていく必要性を強く感じております。

さらに、急速に進行しつつある情報化、少子・高齢化社会にどう対応していくのか、その課題はますます複雑多様化しており、地域に即した対応が迫られています。

私ども議会も、こうした状況の中、町民皆様の声を聞き、議員間で協議を重ね、町長へ提言するなど、議会改革を進めています。

町民皆様が安心して暮らせるまちづくりを一番に考え、皆様のご意見を十分に拝聴し、ご期待に応えるよう決意を新たにしておりますので、どうか本年も変わらぬご支援・ご協力を賜りますよう、お願い申し上げますとともに、本年が町民皆様方にとって、健康で幸多き一年となりますようお祈り申し上げまして新年のご挨拶といたします。

2025年度人権フェスティバル

令和7年12月7日（日）に上板町人権フェスティバルが開催されました。

当日は、蓮池薰さんの記念講演や東光小学校1年生と5年生の人権学習発表、上板中学校の人権意見発表、あじさいコーラスの記念コーラス等がおこなわれ、関係者各位のご協力により多数の方々にご参加いただき、盛況のうちに終えることができました。紙面にてお礼申し上げます。



●お問い合わせ● 住民人権課 ☎088-694-6809

高齢者福祉功労者 知事表彰受賞



令和7年10月22日（水）あわぎんホールにおいて、令和7年度とくしま健康福祉のつどいが開催され、西條陽一氏が「高齢者福祉功労者知事表彰」を受賞されました。

氏は平成20年から上板町老人クラブ会員となり、平成24年から現在まで鍛冶屋原老人クラブ会長として永年に亘り老人クラブ活動に献身的な努力を続け、地域の会員の指導又町全体での組織の強化、発展向上に努力・援助されています。

今回その活動及び功績が評価され、知事表彰の運びとなりました。

栄えある受賞を称えるとともに、今後益々のご健勝とご活躍を祈念いたします。



西條 陽一 氏

令和7年度町内ソフトテニス大会

令和7年度町内ソフトテニス大会が、11月9日（日）ファミリースポーツ公園テニスコートにて開催されました。雨が降る場面もありましたが約20名が参加し熱戦が繰り広げられました。

気迫あふれるプレーでの試合も白熱しており、大いに盛り上がりました。

優勝者は以下のとおりです。（敬称略）

一般の部

優 勝

小寺 寛之
川瀬 虎太郎 ペア



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



食べ物の支援を必要とする人たちへ届けよう



☆取り組み時期について

受付日 令和8年1月13日(火)～23日(金)
時 間 午前9時～午後4時

☆持ちより場所

- ・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）

○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。



☆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。

● お問い合わせ ● 産業課 ☎ 088-694-6806

防災セットの 購入はお早めに！

防災セットの申請・購入期限は令和8年1月末日までです。

先着500名となりますので、申請はお早めに。

購入についての詳細は広報かみいた11月号に掲載しています。

6,500円相当の防災用品が半額以下の2,000円で購入できます！

セット 内容



非常用持ち出し袋 1袋



身体拭きシート(10枚入り) 2個 ペーパー歯磨き(5包入り) 1個



防寒ポンチョ 1個



非常用トイレ(10袋入り) 3個



ペーパー歯磨き(5包入り) 1個



防災ガイド 1枚

● お問い合わせ ● 企画防災課 ☎ 088-694-6824

1月のこども食堂 開催のお知らせ

1月11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。



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。

子ども食堂申込電話 ☎ 088-637-6555

『ご注意・申請期限が迫っています』

上板町自家水使用者支援給付金について

【目的】エネルギー・食料品価格の物価高騰の影響を受けている家庭の負担軽減を図るために、自家水（井戸）利用世帯に給付金を支給します。

【給付対象者】生活用水に自家水のみ使用している、令和7年10月1日現在で上板町の住民基本台帳に記録されている世帯（同一敷地内に水道使用料減免制度の適用を受けている世帯がある場合を除く）

【給付額】1世帯あたり1,500円

【申請方法】申請用紙に必要事項をご記入いただき、添付書類を添えて役場総務課に提出してください。（申請用紙は総務課にご用意しています。また、町公式HPからダウンロードできます。）詳しくは町公式HPをご覧ください。

【申請期限】令和8年2月2日（月）

【給付方法】申請書に記入いただいた世帯主の口座へ振込します。

●お問い合わせ● 総務課 ☎ 088-694-6801

『ご注意・申請期限が迫っています』

民間の賃貸住宅にお住まいの方へのお知らせ

エネルギー・食料品価格の物価高騰の影響を受けている、
民間の賃貸住宅に入居している世帯の支援を行います。
該当する方（世帯主）は申請してください。

【給付対象者】直接水道課と給水契約を締結していない民間の賃貸住宅に入居している世帯で、令和7年10月1日から申請日まで住民基本台帳に記録されている世帯の世帯主

【給付額】1世帯あたり1,500円

【申請方法】申請用紙に必要事項をご記入いただき、添付書類を添えて役場総務課に提出してください。（申請用紙は総務課にご用意しています。また、町公式HPからダウンロードできます。）詳しくは町公式HPをご覧ください。

【申請期限】令和8年2月2日（月）

【給付方法】申請書に記入いただいた世帯主の口座へ振込します。

●お問い合わせ● 総務課 ☎ 088-694-6801

中央広域環境施設組合(中央広域環境センター)からのお知らせ

令和6年度 ごみ種類別搬入量

令和6年度は、中央広域環境センターへ27,273.13トンのごみが搬入されました。この内訳は、可燃ごみが26,678.56トン、小型複合ごみが365.73トン、大型複合(粗大)ごみが228.84トンとなっており、前年度と比べて599.15トン減となっています。(下記参照)

【単位:トン】

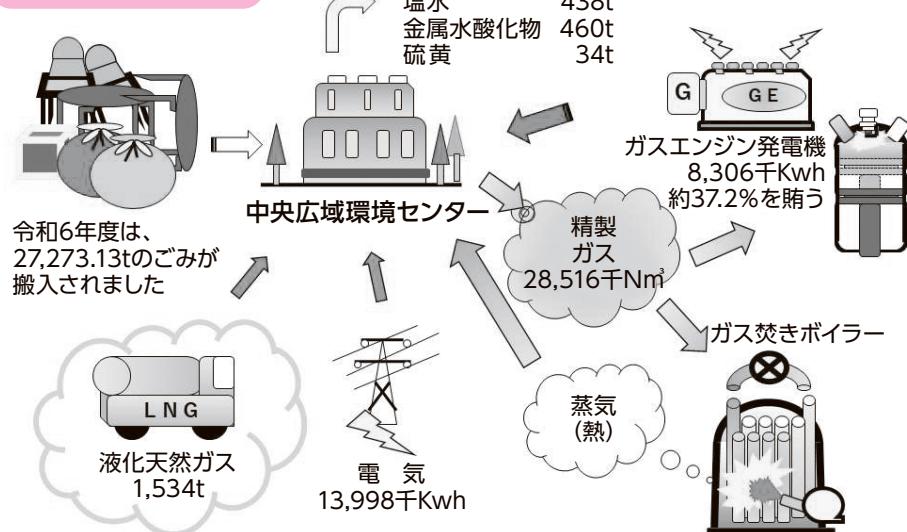
搬入者 ごみ種別	吉野川市	阿波市	板野町	上板町	許可業者	搬入量計
可燃ごみ	7,085.68	6,220.42	2,848.37	1,988.24	8,535.85	26,678.56
小型複合ごみ	178.76	132.98	37.93	16.06	—	365.73
大型複合(粗大)ごみ	104.30	118.83	5.71	0	—	228.84
搬入者別搬入量計	7,368.78	6,472.23	2,892.01	2,004.30	8,535.85	27,273.13

令和6年度 ごみ処理状況



副産物の種類	活用されるもの
溶融スラグ	建設資材
工業塩	塩ビ製品・融雪剤
金属水酸化物	非鉄金属原料
精製ガス	施設内設備のガスエンジン発電機の燃料
濃縮塩水	化学薬品

令和6年度 ごみ処理実績量



環境調査

当環境センターでは、環境保全のために国の環境基準より厳しい基準を設けて運転をしています。

そのために周辺の環境調査も行い、調査結果は、公害防止審査委員会で審議され、周辺住民の方に公表しております。また、組合のホームページでも公開しております。

調査内容は、大気(年4回)、水質・臭気(年2回)、土壤・騒音・振動(年1回)の各項目と、当環境センターからの排出ガス(年4回)の調査を行っています。



※環境調査は業者により測定を行っています。上の左側の写真は水質調査で、右側の写真は土壤調査の測定を行っている状況です。

●お問い合わせ● 中央広域環境施設組合 中央広域環境センター
☎ 088-637-7127 FAX 088-637-7128 <http://www.ck-kankyou.org/>

令和7年度『ごみに関する標語』募集結果

当組合では、毎年度、ごみに関する学習の一環として、阿波市、板野町、上板町の組合管内の小学校4年生の皆さんから「ごみに関する標語」の募集をしております。令和7年度は、御所小学校、板野東小学校、高志小学校にお願いし、106名の児童の皆さんから応募があり、厳正な審査の結果、各校から1名の優秀賞を選定させていただきました。

優秀賞

「リサイクル ごみの中にも しげんあり」

御所小学校 4年生 清水 麻衣

「再利用 つかえる物は リサイクル」

板野東小学校 4年生 白下 絆里

「すべてないで みんなでへらす だいさくせん」

高志小学校 4年生 板東 みゆな

指名願いの受付

■提出期間

令和8年2月2日(月)～
令和8年3月31日(火)
午前9時～午後4時30分
※土・日・祝日を除く。

■提出方法

持参又は郵送(期間内必着)

■提出場所

中央広域環境施設組合(郵送可)

■有効期間

令和8年4月1日～令和9年3月31日
1年間(令和8年度)

■種類

建設工事、測量・建設コンサルタント関係、運輸関係(一般貨物運送業許可業者)、物品の製造・買い入れ・売り払い、役務の提供関係

提出期間内を過ぎる場合、下記へご連絡ください。

○提出先

〒771-1402
阿波市吉野町西条字藤原70番地1
中央広域環境施設組合

【お問い合わせ】

中央広域環境施設組合 総務局業務課

☎ 088-637-7127
FAX 088-637-7128

※申請書類等はホームページから
ダウンロードしてください。

URL <https://ck-kankyou.org/>

会計年度任用職員の募集

令和8年度に中央広域環境施設組合で会計年度任用職員として勤務していただける方を募集します。

選考試験の結果、適正であると認める方を採用します。

■募集職種

事務補助員

■勤務先

中央広域環境施設組合 中央広域環境センター

■応募資格

パソコンが使用できる方

改正雇用対策法に基づき年齢制限は設けていません。

■勤務時間

月曜日～金曜日のうち週35時間

■報酬

日額8,421円～9,165円

■諸手当

給与関係条例、規則等の定めるところにより、通常手当、賞与を支給します。

■加入保険

地方公務員共済組合保険、厚生年金保険、雇用保険、労働者災害補償保険に加入します。

■募集人員

1人

■応募方法

応募期間を厳守のうえ、下記の応募先まで必要書類をご持参ください。郵送提出不可。応募書類は返却いたしません。

履歴書(市販の様式・写真必要)

■応募期間

令和8年1月9日(金)～令和8年1月23日(金)
午前9時～午後4時30分 ※土・日・祝日を除く。

■試験日時

令和8年2月9日(月)

受付 午前8時30分 試験開始 午前9時

■試験会場

中央広域環境施設組合 中央広域環境センター

■試験方法

面接および書類により選考します。

【応募先・お問い合わせ先】

〒771-1402 阿波市吉野町西条字藤原70番地1

中央広域環境施設組合 総務局総務課

☎ 088-637-7127 FAX 088-637-7128

保健師からのお知らせです



① 各種集団検診について

《検診日時》 令和8年1月19日（月） 9時～10時30分（時間予約制）

《検診内容》

項目	対象者	検診内容	自己負担金	定員
大腸がん検診	40歳以上	便潜血検査2日法	500円	
頸部超音波検査	20歳以上	超音波検査で頸部（頸動脈、甲状腺）をみます。	3,520円	24名

《受付場所》 上板町保健相談センター 1階

《申込み》 保健相談センター・保健師まで 電話（☎ 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。

② インフルエンザと新型コロナウィルス予防について

インフルエンザと新型コロナウィルス感染症予防のために、次のことを心がけましょう。

- ・手洗いを日常的に行いましょう。
- ・人混みはできるだけ避け、人混みに出るときはマスクをしましょう。
- ・十分に栄養と休養をとり、体力や抵抗力を高め、体調管理を行いましょう。
- ・室内では加湿器などを使用し、乾燥を防ぎましょう。

③ ノロウイルスによる食中毒を予防しましょう

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、1年を通して発生していますが、特に11月から3月の冬季に多く発生しています。

■感染経路

①食品からの感染（食中毒）

- ・ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝など
- ・感染した人が調理をして汚染された食品

②ヒトからの感染（感染症）

- ・感染している人のふん便やおう吐物からの感染
- ・家庭や施設内等で飛まつ等による感染

■潜伏期間と症状

<潜伏期間（感染から発症までの期間）>

24～48時間

■主な症状

- ・吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続く。
- ・感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もある。
- ・子どもやお年寄りなどは、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息にも要注意。

冬は特に
ご注意！

■予防方法

①食品からの感染予防

- ・カキ等の二枚貝は、中心部までしっかり火を通して（中心温度が85℃～90℃で90秒以上の加熱）食べる。
- ・二枚貝の調理に使った食器類の洗浄消毒を徹底する。
- ・手洗いを徹底する。

②人からの感染予防

- ・感染者のおう吐物やふん便は正しく処理を行い、感染の広がりを防ぐ。マスクや手袋等を着用し、処理後は手を洗う。
- ・ノロウイルスには塩素消毒が有効。



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

4 高齢者の肺炎球菌予防接種の費用助成について

(1) 定期接種対象者

上板町に住民票があり接種を希望される方で、下記①～②に該当する方のうち、今までに肺炎球菌ワクチン接種を受けたことのない方。

① 65歳の者

●予診票は、65歳の誕生日月の翌月に個別通知を送付いたします。

●費用助成の対象となるのは、65歳にある間に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。

② 60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方

(2) 接種可能期間

65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日まで

(3) 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上板町から「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。

(4) その他

肺炎球菌予防接種は、肺炎球菌に起因する肺炎の発症及び重症化を予防するためのものです。

接種を希望される方はかかりつけ医療機関へ申し込んでください。（※要予約）

5 健康づくりのための睡眠について

睡眠は、こども、成人、高齢者のいずれの年代においても健康増進・維持に不可欠な休養活動です。睡眠不足は、日中の眠気や疲労に加え、頭痛等の心身の不調、情動不安定、注意力や判断力の低下、学業成績の低下など多岐にわたる影響を及ぼし、事故等の重大な結果を招く場合もあります。

睡眠不足など様々な睡眠の問題が慢性化すると、肥満、高血圧、2型糖尿病、心疾患や脳血管障害の発症リスクの上昇や症状の悪化、死亡率の上昇にも関係することが明らかになっています。また、うつ病などの精神疾患においても発症初期から睡眠の問題が出現し、再燃・再発リスクを高めるという報告もあります。質（睡眠休養感）・量（睡眠時間）ともに十分な睡眠の確保のために、できることから始めてみましょう。

「睡眠ガイド2023」の主なポイント

高齢者	寝床にいる時間は、8時間以内を目安にしましょう 長時間の昼寝×
成人	6時間以上を目安として、必要な睡眠時間を確保しましょう 休日の「寝だめ」×
こども	小学生9～12時間、中高生8～10時間を参考に睡眠時間を確保しましょう 夜更かしの習慣×

○個人差を踏まえて取り組みましょう。

○生活習慣や睡眠環境、嗜好品の取り方を見直しても症状が続き、日常生活に支障をきたす場合には、睡眠障害の可能性があるので早めに医療機関を受診しましょう。

～良質な睡眠のための環境づくりについて～

- ① 日中にできるだけ日光を浴びる
- ② 寝室にはスマートフォンやタブレットを持ち込まず、できるだけ暗くして眠る
- ③ 寝室は暑すぎず寒すぎない温度で、就寝の約1～2時間前に入浴し身体を温めてから寝床に入る
- ④ できるだけ静かな環境で、リラックスできる寝衣・寝具で眠る



○詳しくは、厚生労働省「健康づくりのための睡眠ガイド2023」をご覧ください。

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

1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
1/6	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
2/3	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. 集団検診（40歳以上の方）

月日	受付時間	場所	内容	料金
1/19	9:00～10:30 (時間予約制)	保健相談センター	大腸がん検診	大腸がん 500円

月日	時間	場所	内容	対象者
1/19	9:00～10:30 (時間予約制)	保健相談センター	頸部超音波検査 (エコー検査)	20歳以上の住民の方 募集人数 24名

○大腸がん検診・頸部超音波検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

IV. 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
1/22	※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・育児・栄養・発達相談	令和5年5月1日～令和5年8月31日生

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

令和8年1・2月分
(1/1～2/10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。

1月

- 1(木) きたじま田岡病院 698-1234
- 2(金) きたじま田岡病院 698-1234
- 3(土) きたじま田岡病院 698-1234
- 4(日) 谷口耳鼻咽喉科クリニック 699-2787
- 5(月) ともなり消化器・肝臓内科クリニック 694-5515
- 6(火) 井関クリニック 637-6066
- 7(水) 川原眼科 694-8388
- 8(木) 浦田病院 699-2921
- 9(金) 芳川病院 699-5355
- 10(土) こやま小児科内科クリニック 637-3211
- 11(日) 井関クリニック 637-6066
- 12(月) ともなり消化器・肝臓内科クリニック 694-5515
- 13(火) 春藤内科胃腸科 699-3777
- 14(水) かまだ眼科 678-8585
- 15(木) 谷口耳鼻咽喉科クリニック 699-2787
- 16(金) つつみ内科・脳神経内科・リウマチ科 677-7227
- 17(土) 大久保内科 692-1220
- 18(日) 有住内科クリニック 698-8655
- 19(月) 越智内科胃腸科 698-3111
- 20(火) 有住内科クリニック 698-8655
- 21(水) たかた整形外科・せばねクリニック 698-8689

2月

- 22(木) 吉野川病院 698-6111
- 23(金) 新居内科 698-8808
- 24(土) 杉みね整形クリニック 693-1021
- 25(日) 吉野川病院 698-6111
- 26(月) 田根内科 698-0123
- 27(火) いのもと眼科内科 698-8887
- 28(水) 北島こどもクリニック 697-2221
- 29(木) つかさクリニック 697-2323
- 30(金) いわさき耳鼻咽喉科 697-3213
- 31(土) 増田クリニック 693-3020
- 1(日) 新居内科 698-8808
- 2(月) 健生きたじまクリニック 698-9629
- 3(火) こまつばら整形外科 698-5108
- 4(水) くぼ小児科クリニック 678-7141
- 5(木) ルナウイメンズクリニック 697-2322
- 6(金) きたじま皮フ科 678-7010
- 7(土) 小松泌尿器科 692-1277
- 8(日) 田根内科 698-0123
- 9(月) 仙波眼科医院 677-7157
- 10(火) 藍住川島クリニック 692-0110

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
稻次病院 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。

訪問購入・訪問買取に気をつけて！

- 「電話でいらなくなったものはありませんか。靴でも服でも食器でも不要品を買い取ります」と事業者からの電話勧誘を受け少しでもお金になるならと来訪を了承した。不要品を用意して待っていたが、不要品には目もくれず、「指輪やアクセサリーなどの貴金属はありませんか」と言われ大切にしていたアクセサリーを強引に買い取られてしまった。
- 突然訪問してきた買取り業者に「いらなくなった貴金属はありませんか？高く買取ります」と言われた。不審に思い断ったが玄関の前から帰ってくれず怖い思いをした。
等、消費者の意思に沿わない買取り被害や脅迫に近い勧誘などといった消費者トラブルがみられます。
訪問購入や訪問買取には様々なルールや制度があり、これらを違反している場合契約自体が無効に

なる事例もありますので諦めないで下記までご相談ください。

上板町消費生活相談窓口では消費者問題や消費者被害を当事者だけのことと捉えず、未然に防ぐため情報提供や注意喚起を積極的におこなっていきたいと思いますので、ご協力の程よろしくお願ひいたします。

相談内容等は秘密厳守ですので、ご安心ください。
※相談員不在の場合もありますので、あらかじめ電話でご予約いただきますようお願いいたします。

●お問い合わせ

上板町消費生活相談窓口
☎088-694-6816 相談無料
受付 平日9:00~16:30
(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

上板町国民健康保険加入者で40歳～74歳の方へ

令和7年度特定健康診査の受診券の有効期限は

令和8年1月31日です！

※ただし昭和25年10月1日～昭和26年1月31日生まれの方は、有効期限が75歳の誕生日の前日となっております

10,000円相当の健診が

1,000円で受診できます

受診券が必要になります
再発行可能です

所要時間は

約1時間です

※当日の混雑状況によって
前後する場合があります

医療機関で
受診される方は
医療機関へ直接
ご予約下さい。

受診券の再発行などお問い合わせは 健康推進課 ☎088-694-6810

●お問い合わせ● 健康推進課 国民健康保険係 ☎088-694-6810

20歳になつたら国民年金

20歳になつた方には、日本年金機構から、「国民年金加入のお知らせ」や納付書等により、国民年金に加入したことをお知らせします。

「学生納付特例制度」と「免除・納付猶予制度」

●「学生納付特例制度」

前年所得が基準以下の学生を対象とした、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

【対象になる方】

大学（大学院）、短大、高等学校、高等専門学校、
専修学校

※各種学校に在籍する学生等で、ご本人の前年所得
が基準以下の方です。

※学校教育法で規定されている修業年限が1年以上の課程に在学している方

●「免除・納付猶予制度」

収入の減少や失業等により、保険料を「免除」または「猶予」する制度があります。

保険料を納められないときは、未納のまま放置せず必ず「学生納付特例」や「免除・納付猶予」を申請しましょう！

●お問い合わせ

徳島北年金事務所 ☎088-655-0200
住民人権課 ☎088-694-6809

各種相談

成年後見・相続・遺言無料相談会のお知らせ

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

また、相続や遺言のご相談にも応じます。お気軽にご相談ください。

※今年度の相談会は今回が最終となります。

●日時 2月3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。

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	1月 21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

●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

くらしの保険相談

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

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

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8年1月27日(火)
午後1時30分から

●場所 馬道会館 ☎088-694-4868
上板町西分字原渕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。

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8年1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8年1月15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沖洲マリンターミナルビル内

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

●お問い合わせ 住民人権課 ☎088-694-6809

お知らせ

令和7年度 徳島県委託事業 アクティブシニア「介護助手」交流会

概ね60歳以上の現在活躍中の介護助手の皆さんと、介護助手に興味がある方を対象とした交流会を開催します！現役介護助手の方から、やりがい等のお話を直接聞ける機会です！ぜひ、交流を深め、住み慣れた地域で介護助手として働いてみませんか。また、口腔ケアの基礎知識を学ぶ「オーラルフレイルと口腔体操」の講座も開催しますのでぜひご参加ください。

- 対象 現役介護助手の方、介護助手に興味がある方（無資格・未経験・シニアOK）
 - 日時 令和7年1月22日（木）13：30～15：45（申込期限：1月15日）
 - 会場 イオンモール徳島（4階イオンホール）
 - 内容 オーラルフレイルと口腔体操（加藤高英先生）、介護助手交流会
 - 参加費・定員 参加無料、定員（各会場30名：先着順）
- お問い合わせ・お申し込み 徳島県社会福祉協議会福祉人材センター
☎088-625-2040



↑「介護助手」
ホームページはコチラ

「さくら親の会」の活動を紹介します

「さくら親の会」は、様々な障がいや発達の課題がある上板町内の方たちの家族会です。会の活動をとおして家族が互いに親睦を深め、喜びや悩みを分かち合い、学び合いながら安心して過ごせる地域を築いてゆくことを願っています。

活動内容

- 定例会の開催
(親同士の情報交換・親睦を図る)
定例会は次のとおり開催しています。
 - 日 時 毎月第3金曜日 午後7時30分から9時まで
 - 場 所 あおばの郷 レインボーハウス
(上板町七條字立石1番1)
※会場・日時は変更することがあります。
- 研修会の開催と参加
視察研修や学習会を開催
県や町の開催する研修会に参加
- 親相談
子どもの成長発達や子育てに悩む親の相談
- お問い合わせ
健康推進課（保健相談センター）保健師
☎088-694-3344

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。

種別	町県民税	国民健康保険税	後期高齢者医療保険料
納付期限	2月2日（4期）	2月2日（7期）	2月2日（6期）
お問い合わせ	税務課 ☎088-694-6807		健康推進課 ☎088-694-6810

口座振替の方は、2月2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。

鳴門税務署からのお知らせ

申告・納付・質問はいつでも待たずに自宅から！

申告

国税庁ホームページ
[確定申告書等作成コーナー]
から案内に従って入力するだけ！



納付

マイナポータル連携
で給与・公的年金・特定口座の収入金額や
医療費など各種控除の金額が自動入力！

個人の方の納付は振替納税が便利です！
また、e-Tax から申告すれば、
・クレジットカードやスマホアプリから簡単
に納付ができる
・より簡単な操作で口座振替（ダイレクト
納付）



質問

ご質問は、AIチャットボット
「ふたば」が24時間回答！



確定申告会場への入場には、入場整理券が必要です！

入場整理券の配付状況によっては、後日の来場をお願いすることもあります。

◇開設期間 2月16日(月)～3月16日(月)(土・日・祝日を除く。)

◇相談受付時間 8:30～15:00(相談開始9:00)

※書類提出受付 8:30～17:00

※確定申告会場では、ご自身のスマホを用いた申告書作成の指導を行っています。スマホ及びマイナンバーカードをご持参ください。

※マイナンバーカードの2種類のパスワード(注1)を確認の上お越しください。

(注1)英数字6～16桁(署名用電子証明書用)／数字4桁(利用者証明用電子証明書)

パスワードがご不明な場合は住民票のある市町の窓口かコンビニ(数字4桁はわかる場合)で再設定が可能です！

詳細はこちら



入場整理券
の入手方法
は…



オンラインで
事前発行

国税庁LINE公式アカウントの
友だち追加はこちらから！

又は



確定申告会場で
当日配付

入場整理券の当日の配付状況は、
国税庁ホームページに掲載！

※申告等の提出のみであれば、入場整理券は不要です。

●お問い合わせ● 鳴門税務署 ☎ 088-685-4101

申告納税相談のご案内 (所得税・住民税・国保税等)

期間 令和8年2月16日(月)～3月16日(月)(土日祝日を除く)
受付時間 午前9時00分～午前11時30分
午後1時00分～午後4時30分
場所 上板町農村環境改善センター 農事研修室

申告が必要な方

- ①令和8年1月1日現在、上板町に住所がある方で、前年中（令和7年1月1日～令和7年12月31日）に所得のあった方
- ②給与所得者で次に該当する方
 - (1) 給与所得以外に営業、農業、不動産、年金等の所得があった方
 - (2) 2ヶ所以上から給与の支払いを受けている方
 - (3) 前年中に退職した方や一定の所に勤務していない方
- ③上板町国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者
(前年中に所得がない場合でも申告が必要です。)
- ④住宅借入金等特別控除、医療費控除、寄附金控除等を受けようとする方

※相談日は大変混雑しますので、医療費の領収書や収支内訳書は必ず計算したものをご持参ください。計算ができていなければ、会場にてご自分で計算していただきます。

※利用者識別番号をお持ちでない方は、利用者識別番号の取得に時間をいただきますので、予めご了承ください。

※例年申告会場は大変混雑しますので、電子申告（国税庁ホームページ）や郵送による申告などをご検討いただくなど、ご理解ご協力をお願いします。

申告納税相談に必要なもの

- ①税務署より郵送された「確定申告のお知らせ」はがき（届いた方のみ）
- ②収支計算に必要な書類、帳簿、記録簿、領収書
- ③給与所得者、年金受給者については源泉徴収票（原本）
- ④生命保険料、地震保険料等の支払証明書、社会保険料領収書、国民年金保険料控除証明書
- ⑤医療費控除を受けられる方は「医療費控除の明細書」と「保険などで補てんされる金額の明細書」
- ⑥申告者本人名義の口座がわかるもの（金融機関名・支店名・預金種類・番号）※還付申告の場合
- ⑦申告書にはマイナンバーの記載が必要です
申告時に「番号確認」と「身元確認」を行いますので以下の書類をお持ちください。
 - マイナンバーカードをお持ちの方は
マイナンバーカードの提示が必要です。
 - マイナンバーカードをお持ちでない方は

【番号確認書類】

マイナンバーを確認できる書類
●通知カード
●住民票の写し又は
住民票記載事項証明書
などのうちいずれか1つ

【身元確認書類】

記載したマイナンバーの持ち主であることを確認できる書類
●運転免許証 ●公的医療保険の資格確認書
●パスポート ●身体障害者手帳
●在留カード
などのいずれか1つ

【番号確認書類】と【身元確認書類】の提示が必要です。

※控除対象配偶者、扶養親族及び事業専従者についてもマイナンバーの記載が必要です。

（控除対象配偶者、扶養親族及び事業専従者の身元確認書類は不要です。）

※代理人が申告する場合

申告者本人分の必要書類に加え、代理人の方の身元確認書類の提示が必要です。

申告相談日程表

月日	曜日	支部名等
2月16日	月	全地区 年金のみの方
2月17日	火	全地区 年金のみの方
2月18日	水	大東 原東 原西1 原西2 原西3
2月19日	木	神宮寺1 神宮寺2 大山町 大山畠 フルーツタウン神宅 殿宮 小柿 小柿北
2月20日	金	中北 大南1 大南2 大南3 小柿団地 神宅団地 神宅 西金屋 学園橋
2月24日	火	川西1 川西2 川東1 川東2 滝ノ宮 青木・西分・横関・八坂各団地
2月25日	水	日吉 小路 古北村 地家 西高原 中筋 中筋第2 達 大北村
2月26日	木	椎本全支部 神明 東光 馬道 馬道南 馬道南2 原渕 東光団地 君ノ木 藍生
2月27日	金	北高瀬 古町 瀬部 元原 元原2 仁界 中須賀 鍛冶屋原南団地 居屋敷東 桃の里
3月2日	月	柚木全支部 栗ノ木全支部 天王 石橋ノ上 泷ノ上

月日	曜日	支部名等
3月3日	火	引野全支部
3月4日	水	中東1 中東2 中西東 中西西 セリエタ ウン 山田 山田南 原 北 川原田団地
3月5日	木	南瀬部 北瀬部 鳥屋 横山 瀬部サンタウン
3月6日	金	井内全支部 古田南 古田北
3月9日	月	新田全支部 新東 上六條 下六條全支部 高磯全支部
3月10日	火	佐藤塚全支部 第十新田 第十団地
3月11日	水	全地区特別な事由により上記期間中に申告 できなかった方
3月12日	木	//
3月13日	金	//
3月16日	月	//

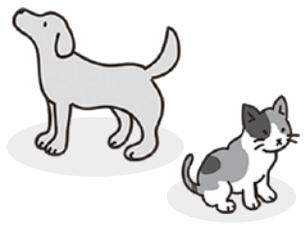
●お問い合わせ● 税務課 ☎ 088-694-6807

ノラ犬やノラ猫への無責任なエサやりは“絶対”にやめましょう

エサを貰うことを覚えた犬・猫は、その地域に居着き繁殖をします。

ノラ犬やノラ猫が増えると、

- 煙やゴミをあさる。
- 粪尿の被害に苦しむ人や感染症が蔓延する危険性がある。
- テリトリーを守るために人や飼い犬を攻撃する。など



被害を増やさないために、エサをやるのであれば責任を持って飼いましょう。

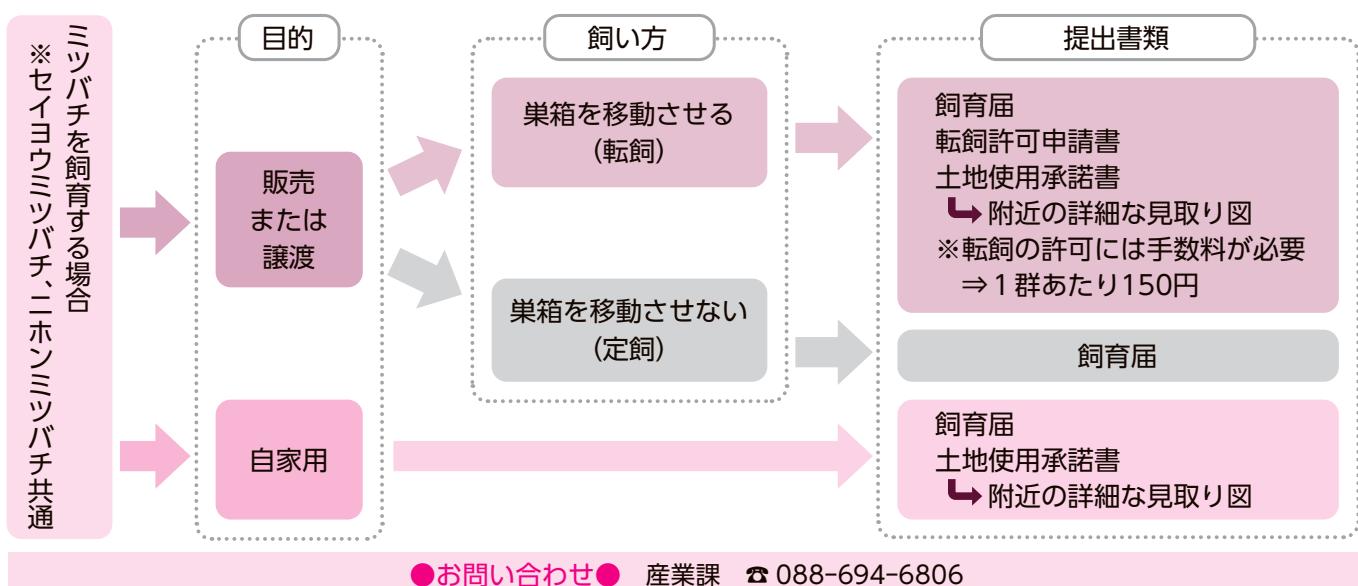
ミツバチを飼育する場合は飼育届が必要です。

ミツバチは業を営む方だけでなく趣味で飼育する場合でも飼育届の提出が必要です。

飼育者は毎年1月中に役場産業課へ飼育届を提出してください。

※花粉交配期間のみ飼育する場合は届出不要です。

※設置する場所が他人の所有地である場合は、土地使用承諾書の提出が必要です。



●お問い合わせ● 産業課 ☎ 088-694-6806

ひとり親家庭等医療費助成制度

—ひとり親家庭等医療費助成制度とは—

18歳未満の児童を扶養している、ひとり親家庭等の父母・児童が、病院を受診した時に、保険適用医療費の自己負担額について助成を受けることができる制度です。

これまで、父母は入院時の医療費に対する助成のみでしたが、令和7年10月1日から、父母の通院時の医療費も助成対象になります。

※通院時、1ヶ月1医療機関につき1,000円を限度として一部自己負担があります。

児童の入院時・通院時には、「子どもはぐくみ医療費助成制度」をご利用ください。

※入院時は、保険適用医療費の一部自己負担は生じません。

○対象となる方 対象となる方は次のとおりです。

- ①児童を扶養しているひとり親家庭の父母
- ②ひとり親家庭の父母に扶養されている児童
- ③父母のいない児童

○この制度は、申請月からの適用になります。

○所得制限

この制度には、児童扶養手当受給水準の所得制限があり、父母・扶養義務者に一定以上の所得がある場合は、制度の対象外になります。(公的年金受給中のため児童扶養手当を受給していない方も、制度の対象になる場合があります。)

ご存じですか？知財調停

知財調停とは？

ビジネスの過程で生じた知的財産権に関する紛争について、一定の期日までに提出された資料等に基づき、裁判官及び知的財産権事件の経験が豊富な弁護士・弁理士などの調停委員で構成される調停委員会の助言や見解を得て、話し合いによる簡易・迅速な解決を図る手続です。東京地方裁判所と大阪地方裁判所の知的財産権部で運用されています。



知財調停のメリット

柔軟性

- ◆ 特定の争点に絞って利用することもできます。
- ◆ 調停手続の経緯を踏まえ、当事者間の自主的交渉に戻ることや訴え提起・仮処分の申立てをすることもできます。

専門性

- ◆ 調停委員会は、**知的財産権部の裁判官と知的財産権事件の経験が豊富な弁護士・弁理士**などの調停委員で構成されており、紛争解決に向けての助言や中立・公平な立場からの見解を得ることができます。

迅速性

- ◆ 原則として**第3回期日まで**に、調停委員会が争点について、一定の見解を示し、迅速な紛争解決の実現を目指します。

非公開

- ◆ 手續は**非公開**のため、第三者に知られるこなく紛争の解決が可能です。

離婚と子どもをめぐるルールが新しくなります！

令和6年5月に成立した民法等改正法により、父母の親権・婚姻関係の有無にかかわらず、子どもの利益を確保することを目的として、子どもを養育する親の責務が明確にされるとともに、親権、養育費、親子交流などに関するルールが見直されました。

家庭裁判所キャラクター
かーくん



令和8年4月1日に
施行されます！



●お問い合わせ● 徳島地方裁判所 事務局 総務課 庶務係 ☎ 088-603-0111

林業

建設

大工

造船

アスベスト
関係現場

トンネル
工事

製造業

自動車
整備

このような業種で働いていたみなさん 職業病の心配をされていませんか

2026年 労災職業病相談会

1月23日(金)

労災保険制度等の説明・手続きのお手伝いをいたします。ご家族・ご遺族の方もご相談ください

午前9時～12時
上板町中央公民館

第一会議室（庁舎2階）

こんな症状や病気で苦しんでいませんか？



じん肺

掘削や碎石、研磨、ハツリ、などの作業で粉じんを吸いこみ息切れ、咳、たんなどの症状が出ます。

※歯科技工士も労災と認められるようになった



振動障害

削岩機、ピック、バイブレーター、インパクトレンチ、チェーンソー、草刈機の振動により、手指のしびれ、冷え、こわばりの症状が出ます

騒音性難聴

激しい騒音の作業場で、長年仕事をしたことにより、聞こえにくくなったり耳鳴りの症状が出ます
※ただし、労災申請ができるのは騒音作業場を離れてから5年以内です



ハラスメント 過労死

職場でのストレス、ハラスメント、長時間労働などが原因の、脳・心臓疾患、精神障害、過労死等もご相談ください



仕事が原因の病気なら退職してからでも労災申請できます



お問い合わせは

けんこうろう

建交労まで！

★事前申込は不要・秘密厳守

★平日(10時～16時)の電話相談も可

全日本建設交運一般労働組合徳島県本部

〒770-0847 徳島市幸町3-3-7

☎088-622-4347

《西部事務所》

〒779-4701 三好郡東みよし町加茂853-3

☎0883-82-3511

廃棄物処理法では
野焼きは原則禁止です！
5年以下の拘禁刑もしくは
1,000万円以下の罰金
又はこの両方に処せられます！

禁野 止燒 です は STOP! 野外焼却



やめよう！廃棄物の焼却



ダメ！煙や匂いで近所迷惑

野焼きが原因となる
火事が多発しています！

不用意な野焼きは、あなたやあなたの周り
の人生を狂わせるかもしれません！

野焼きを見つけたら下記まで通報してください！
「県不法投棄等窓口」 0120-381-347

■ 徳島県公式LINEまで



上板町町制施行70周年記念式典及び講演会

「上板町町制施行70周年記念式典」が挙行され、ご来賓の方を含め約200人の方にご臨席を賜りました。オープニングセレモニーでは、松島豊栄舞保存会による豊栄舞と、西條陽一様（歌）・西條澄子様こと雁音寿美歌社中の皆様（踊り）による歌及び踊りが披露されました。引き続き行われた記念式典では、各種功労者表彰及び感謝状が町長から贈られました。また、同会場において、タレント兼ファッションモデルユージ氏による、記念講演会が開催されました。

多くの皆様にご臨席をいただきまして誠にありがとうございました。

被表彰者・感謝状贈呈者名簿（順不同・敬称略）

自治功労

- 議会議員
上原正直 青山紘一 多富佐智子
- 町長
七條 明
- 副町長
乾 和雄
- 教育長
板東秀則 瀬尾裕之
- 監査委員
安田克良
- 情報公開・個人情報保護審査会
竹内 功 嘉重米子 新田政男
- 職員倫理審査会
北池 強 板東良太郎
- 消防団
坂東正晃 岡本勝哉
- 選挙管理委員会
山田 明 坂東一博
- 上板町明るい選挙推進協議会
日下和芳
- 固定資産評価審査委員会
切原義信
- 神宅財産区議会議員
原田米祐 柏木卓美 日下充義
- 山川朝一 藤本稔昭
- 大山財産区議会議員
仁木清二 溝渕由美子 多富敦志
- 岡本二三男

社会福祉功労

- 民生委員・児童委員
上原千代子

教育文化スポーツ功労

- 教育委員会委員
稻井正吉 吉田隆之 乾 寛子
團 雅之 蔵内和男 平野シマコ
- 上板町スポーツ協会
森 榮一

産業経済功労

- 農業委員会委員
板東照之

感謝状（団体表彰）

- 一般社団法人ジャパンブルー上板
- 上板町歩こう会
- 上板町薬草協会
- 八坂クラブ
- 上板町防犯推進委員協議会
- 板野交通安全協会 上板分会
- 上板町交通安全母の会
- 上板町防災士会
- 上板町自主防災組織連絡協議会
- 泉谷協議会



通行規制のお知らせ

六条大橋(橋長680m)のうち約230mの区間で、歩道の添架工事を行うため、次のとおり通行規制を行います

**車道:夜間 片側交互通行(21時~6時)
歩道:終日 下流側のみ通行止め**

令和8年1月6日(火)から令和9年2月4日(木)まで



歩道の添架工事は、上記工事以降も断続的に実施します。今後発注予定区間の通行規制情報は、工事の準備が整った時点でお知らせします。なお、歩道の通行規制は歩道添架工事が全て完了するまで継続します。道路利用者の皆様には、長期にわたりご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願い致します。

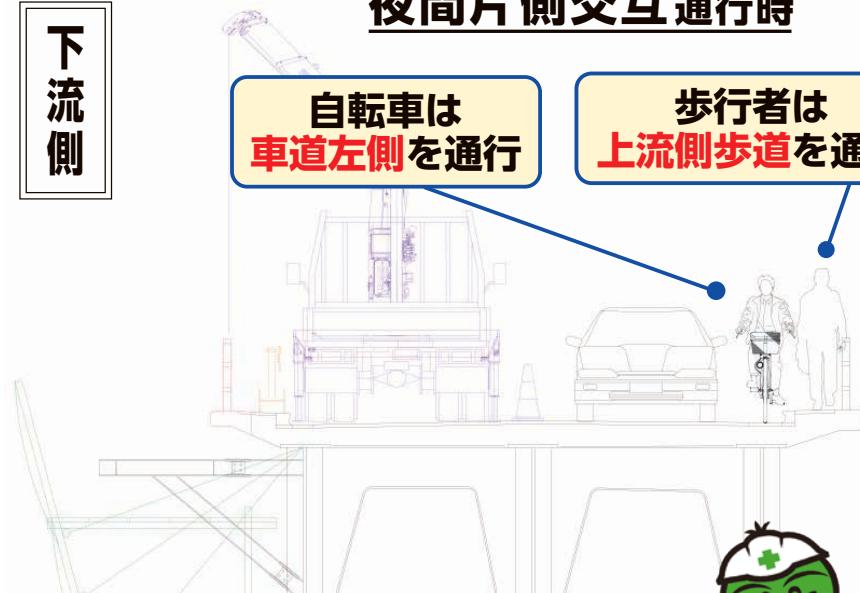
夜間片側交互通行時

下流側

歩行者は
上流側歩道を通行

上流側

自転車は
車道左側を通行



歩道完成イメージ

工事期間中、下流側歩道は
全面通行止めとなります。

●お問い合わせ● 徳島県 県土整備部 東部県土整備局（吉野川） ☎ 0883-26-3740

お誕生おめでとう(令和7年11月)

原 昇汰 葵

大翔 男の子(西分)

大西 正訓 佳代

美緒 女の子(弓野)

坂東 大樹 千尋

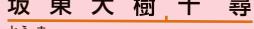
橙茉 男の子(西分)

長濱 亜瑠馬 瑠奈

芽功瑠 男の子(神宅)

大久保智貴 愛美

玲希 女の子(椎本)



●お問い合わせ● 住民人権課 ☎088-694-6809

昭和57年～昭和59年製のトヨトミ石油ファンヒーターを探しています

上記期間に製造された製品には、現在、取り付けが義務化されている安全装置が装着されておりません。誤った使用方法により、事故が起こる可能性があるため、1986年(昭和61年)より自主交換を行っております。

対象機種

LCR-3・LCR-3-1
LS-3・LS-3-1・LS-6

LCR-3タイプ



LS系タイプ



型番表示部分

ご連絡先

〒467-0855
名古屋市瑞穂区桃園町5番17号

株式会社 トヨトミ

フリーコール 0120-104-154

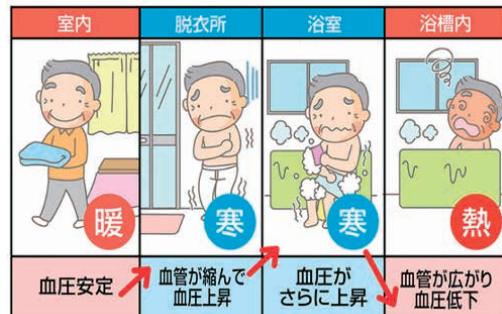
(お客様よりお知らせ頂きました個人情報は、商品の交換目的以外には使用いたしません)

※現在の石油ファンヒーターはPSCで定められた安全装置が全機種についております。



ヒートショックに要注意！！

急激な温度変化によって血圧が大きく変動する健康被害のことを言います。軽度であればまいまい程度の症状となりますが、重度になると脳卒中や心筋梗塞などの脳疾患や心疾患に陥ってしまう可能性があります。この時期の入浴時は特に、脱衣所と浴室の温度差は広がり、ヒートショックのリスクが高くなります。未然に防ぐためにも、暖房器具やシャワーなどで、脱衣所と浴室を暖めておく、入浴の際はかけ湯などで徐々に身体を暖めるなどできるだけ温度差をなくし、急激な血圧の変化を避けましょう。



種別	火災	救急
令和7年11月出動件数(件)	3 (12)	85 (1,219)
前年同月出動件数(件)	1 (3)	112 (1,183)

※上段=月計、()=累計

●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>



地域子育て支援センターからのお知らせ

あけましておめでとうございます。

気持ちも新たに、新年のスタートを迎えることが出来ました。

今年も楽しい支援センターにしたいと思いますので、よろしくお願ひいたします。

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

1月の行事予定

子育てひろば

5日・19日・26日

*26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

- 8日(木) 親子リズム
- 15日(木) キッズダンス
- 22日(木) 製作・絵本読み聞かせ
- 29日(木) 誕生会
- 13日(火)・27日(火) 自由あそび

育児相談も
行っています。
お気軽にご相談
くださいね。



●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