

# かみかつ

No.636  
2024  
月号



4~5歳



1歳



0歳



2歳



3歳

## 彩保育園「生活発表会」の様子

### もくじ

上勝っ子！世界へ羽ばたけ！ ほか……………	2～3
「日本で最も美しい村」連合 15 年目審査通過 ……	4
移住交流支援センターだより ほか……………	5
第5回高齢者教室を終えて ほか……………	6
「健康の達人」になろう ……	7
こんにちはは保健師です……………	8～9

ゼロ・ウェイスト宣言……………	10～11
案内板……………	12～19
町民の詩歌 ほか……………	20
戸籍の窓口 ほか……………	21
ようこそ上勝へ ほか……………	22

# 上勝っ子！世界へ羽ばたけ！

## ご卒業おめでとうございます

3月に上勝中学校を卒業される8名から一言！

- ①上勝町に期待すること
- ②将来の夢
- ③卒業にあたっての一言



おおう え ゆう き  
大上 優希

- ①上勝町に期待することは、力をいれているゴミの分別をたくさんの人へ伝えていくことです。ゼロウェイストセンターなどのゴミを削減する取り組みはこれからの地球にとって大切なことなので、上勝町以外の人にも知ってほしいです。
- ②将来の夢は、福祉関係の仕事に就くことです。そのために高校で福祉の勉強をたくさんして、困っている方を助けてあげたいと思っています。
- ③上勝町で過ごした3年間はとても早く、楽しかったです。入学してあっという間に卒業でした。そのくらい楽しい中学3年間でした。学校の先生や保護者の方々、地域の人たちが温かく見守ってくれたおかげです。誰にも負けない気持ちで夢に向かってがんばっていきたいと思います。今までありがとうございました。



きよた けい  
清田 圭

- ①将来、上勝に移住してくる人や若者が増え、さらに便利な町になってほしいです。
- ②私は将来、市役所か町役場で働きたいと思っています。詳しいことはまだ決まっていますが、高校に進学してたくさんのことを学び、しっかり考えていきたいです。
- ③15年間ありがとうございました。上勝はとても自然が豊かでみんなの仲が良く、自慢の町です。私は上勝町で生まれ育って本当に良かったと思います。上勝町で学んだことを高校でも生かしていきたいと思っています。今までお世話になりました。



くりばやし ひろき  
栗林 洋希

- ①上勝町に住んでいるすべての人が、幸せに明るく暮らしていると思える町になってほしいと思っています。また、上勝町のことをいろんな人に知ってもらい、上勝町が今よりも活気あふれる町になってほしいです。
- ②将来は地域の人に恩返しができる仕事につきたいと思っています。そのために、高校でたくさんの知識をつけ、経験をつんで恩返しをしていきたいと思っています。
- ③長い間お世話になりました。充実した学校生活を送ることができたのは家族や友達、先生方や地域の人々のおかげです。高校に進学すると不安になることもあると思います。そのときは上勝町で学んだことを生かして立ち直り、諦めずに進みます。本当にありがとうございました。



しもおか めい  
下岡 芽生

- ①私は一度上勝を離れますが、帰ってきた時には、上勝の人みんなが元気なままでいてほしいです。また、さらにみんなと仲良くなれたらと思っています。
- ②私の将来の夢は料理人になることです。なるうと思ったきっかけは小学生の時に、初めて作ったのがホットケーキで、家族がそれを食べ「おいしい」と言ってくれて、とても嬉しくやりがいがあったからです。そのために、これからたくさん勉強していきたいです。
- ③今までの15年間、本当にお世話になりました。この町で生活をしてきて学んだことは、何かあった時みんなで助けあうことです。この15年間笑ったり泣いたりした良い思い出を絶対に忘れません。私は本当に自然がいっぱいで美しい上勝町で生まれて良かったです。高校に進学後は、大変なこともあると思いますが、それに負けずしっかりと頑張っていきたいです。



しんがい れん  
新開 連

- ①私は今のままの自然の美しいところを保ちながら、若者がさらに増えるような魅力にあふれ、生活しやすい上勝町になっているように期待します。
- ②私の将来の夢は検察官になることです。昨年、出前授業に来ていただいた方の話を聞き、大変興味を持ちました。これからどんどん法律などの勉強をしていこうと思っています。
- ③私は4月には高校生となり、上勝町を離れなければなりません。しかし、私は上勝町で過ごしたたくさんの思い出や経験を忘れず、これからの人生にしっかりと役立て、楽しい人生を送れるようにしたいと思っています。本当にありがとうございました。



とのかわ せり  
殿川 瀬里

- ①上勝町の美しい自然をしっかり守るとともに、もっとたくさんの人に知ってもらえるようないろいろな取組に期待しています。
- ②私は警察官僚になって徳島県警本部長になることと日本初の女性剣士八段を目指します。これから立派な警察官になれるよう勉強と剣道を頑張ります。
- ③15年間ありがとうございました。これまでに支えてくれた分を恩返しできるように上勝町で学んだことを生かして高校でも頑張っていきたいと思います。今まで本当にありがとうございました。



ながおか るな  
長岡 琉那

①自然豊かな所をそのまま守り続けてほしいです。また、コンビニができるなど今よりさらに便利な町になってほしいです。

②将来の夢はまだ決まっていませんが、人を助けられるような仕事がしたいです。そのために、高校でいろいろな勉強をして、自分がやりたいと思える仕事を見つけたいです。

③保育園の時に上勝町へ引っ越ししてきました。今まで町の皆さんにお世話になりありがとうございました。上勝町の皆さんに助けられ、成長する中で得た経験は、私の宝物です。進学のため、上勝町を離れることになりましたが、上勝町のことは一生忘れません。本当にありがとうございました。



ながき みさと  
長木 美里

①今までよりもさらに活気にあふれ、栄えている上勝町が見てみたいと思っています。暮らしに何一つ不自由のない、みんながもっと助け合えるようなそんな町になってほしいと願っています。

②私の将来の夢は声優です。アニメーションに新しい命を吹き込むってすごくうれしいことだと思うからです。そのためにいろいろな経験をたくさん積んでいきたいと思っています。

③皆さんこれまでありがとうございました。私の今までの人生に関わってくれた人たちには感謝してもしきれません。上勝町で過ごした年月はとても長く、そしてとても短いと思います。だからこそ、この短かった15年間をこれからの糧にして将来へ羽ばたきたいと思っています。本当にありがとうございました。

## 令和5年度 徳島県教育委員会関係 職員表彰(グループ表彰)受賞

上勝中学校が徳島県教育委員会関係職員表彰(グループ表彰)を受けました。表彰内容は、持続可能な地域社会づくりに向けて、地域コミュニティとともに多彩な教育活動を展開するなど、特色ある学校づくりに貢献したことです。

上勝町が推進する「ゼロ・ウェイスト」等の理念を生かした「上勝中学校 GX フェスティバル」開催に向けての取組が評価されました。皆様の温かい御協力に感謝いたしますとともに、引き続き御支援賜りますよう、どうぞよろしくお願いいたします。



## 徳島県小学生 バレーボール優秀選手に 上勝小学生が 選ばれました!



上勝小学校6年生2名が徳島県小学生バレーボール優秀選手に選ばれ表彰されました。

(写真左：長岡真渚さん、横山大希さん：  
論田 JVC 所属)



# 「日本で最も美しい村」連合 15年目審査通過

令和5年11月、連合加盟15年目審査があり、無事に審査を通過することとなりました。本町は2005年の発足メンバーの1つであり、これまで18年にわたって美しい景観づくりを全国の加盟町村と行っており、引き続き、加盟後もこうして継続した取組を行っていかねばなりません。

本町の特徴的な取組について、資料審査のほか、審査員が実際に農家や事業所を訪問し、地域産業の現状について聞き取り調査を行いました。

- カフェポールのフードロスや地元食材活用について
- 月ヶ谷温泉のバイオマスボイラーの活用について
- 彩山事業による人の流れについて
- 香酸柑橘農業について
- 上勝阿波晩茶農業について
- 杉を活用したKINOFブランドについて
- いろいろビジネスの現状と若手人材の就農について
- 廃棄物対策についてゴミステーションの視察と宿泊体験
- クラフトビールづくりについて

○棚田及び花野邸視察（八重地、市宇、田野々、堂平、檜原、府殿、横峯）

## 【審査結果のご案内】

- 総合評価…B
- 評価ポイント…連合加盟時から一貫して美しいまちづくりを推進しており、森林や水辺景観の維持、棚田保護、伝統食材に関連したさまざまな体験プログラムの企画されている等
- 改善ポイント…美しいまちづくりのための組織構築や補助事業の整備、空き家の適切な管理と活用等。

前回の10年目審査では「B-」評価だったので、少し評価が上がっています。理由としては、杉を活用した商品開発がされていることや、いろいろビジネスへの若手人材育成支援が進んでいること、檜原の棚田のほか八重地、市宇、田野々、府殿の4カ所が2022年に「つなぐ棚田」に認定されたなどがあります。

本町の美しく活気のある町が続いているのも、日頃、地域の担い手として活躍されている皆様のおかげです。今後も皆様とともに本町の美しい景観や伝統文化、歴史を継承していきけるように取り組んでまいりますので、ご



田野々の棚田視察の様子



理解ご協力よろしくお願ひいたします。また、審査にあたり、聞き取り調査にご協力いただきました町民の皆様には、この場を借りて改めてお礼申し上げます。

（企画環境課）

## 上勝アート作品「淵神の塔」展示終了のお知らせ

作品の老朽化のため、令和6年3月31日で展示を終了いたします。作品制作の際にはたくさんの地域住民の皆さまにご協力いただき誠にありがとうございました。

（平成19年に「第22回国民文化祭とくしま2007」で制作。作家：國安 孝昌）



（制作当時）

## ～移住交流支援センター(企画環境課)だより～

安田 知春 (移住交流支援センター 企画環境課内)



### ■移住相談件数

11月: 8件 12月: 5件 1月: 8件

#### (相談内容)

- ・大学卒業後、IT系の企業を立ち上げたい。安く借りられる空き家はあるか。
- ・自伐型林業を生業にしたいと考えているが可能か。
- ・年齢が60歳を超えていても受け入れてもらえるか。
- ・住宅の空き情報を教えて欲しい。
- ・以前から上勝町には何度も足を運んでおり町の雰囲気気に入っている。空き家を希望だが内覧は可能か。

### ■お試し暮らし体験施設(シェアハウス、くるくるハウス、ワンルームハウス)利用者数

11月: 2組(2名) 12月: 2組(8名) 1月: 1組(2名)

#### (体験者の感想)

- ・住まいについて、空きが出て他の希望者と応募が被った場合は確約ができないとなると計画が立てられない。待っている希望者をリスト化し、先に待っている者を振り分けていくほうが良いのではと思いました。住まいがないのに移住を推進することには矛盾を感じます。
- ・「良い面」と「厳しい面」の両方を伝えてくださったのが良かったです。住居と仕事が都合良く見つければ移住後は「郷に入っては郷に従え」「習うより慣れる」で時間をかけて地元の方と雰囲気に馴染んでいければと考えています。
- ・保育園、小学校、中学校で丁寧な説明をしていただきありがとうございました。思った以上に教育環境が整っていてびっくりしました。

### ■『上勝町空き家バンク』登録にご協力をお願いします！！

空き家登録をしていただいた物件は、移住を希望されている方に賃貸・売却の情報提供をしています。住む人がいなくなった家は老朽化が早く、数年放置すればすぐ人が住めない状態になります。そうなる前に、住まいを必要としている方々にご提供いただけませんか。状態が良い物件ほど借手、買手が見つかりやすくなります。まずは登録して、家財道具の整理から始めてみませんか？家財道具の整理や改修に係わる各種補助金もありますのでご相談ください。

また、「町へ貸出を希望する」空き家も引き続き募集していますのでお気軽にお問い合わせください。

#### 【お問い合わせ】

企画環境課 移住コーディネーター：安田(専任集落支援員)

移住担当：栗林 空き家担当：森積

☎46-0111 IP: 050-3438-8071 E-mail: iju@kamikatsu.i-tokushima.jp

上勝町移住ポータルサイト「上勝パラダイス宣言」<https://kamipara.jp/>



移住交流支援センター  
LINE

## 町外在住の方へ “広報かみかつ”を送付いたします。

■町外在住の親類、ご友人の方に広報かみかつを有料(年間2,000円)にてお送りします。

ご希望がございましたら、下記①、②を企画環境課へご連絡ください。

①送り先の方の住所・お名前・連絡先

②送料をご負担される方の住所・お名前・連絡先(送付開始から1年経過後、送付の継続をご希望されるかどうか確認の文書・納付書を送付いたします。)

■町外在住(上勝町出身)の22歳以下の方で、広報かみかつの購読をご希望の方には、無料で送付いたします。

ご希望の方は、企画環境課へご連絡ください。

企画環境課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071

## 第5回高齢者教室を終えて

1月25日、高鉾公民館で第5回高齢者教室を開催しました。

午前の部は、上勝小学校から1・2年生に参加していただき、受講生との交流会を開催しました。初めに鹿島学級長から「このような機会をいただきありがとうございます。」と挨拶があり、児童からは全員でダンスを披露してくれ、元気を与えてくれました。その後6つのグループに分かれて、けん玉・あや取り・こま回し・メンコ・おはじき・お手玉などの昔遊びをしながら交流を深めました。最後に川村校長先生からは「子どもたちは大変楽しかったようです。喜びを与えてくれてありがとうございます。」というお話しで締めくくっていただきました。これまでの上勝を支えてこられた大先輩方と、これからの上勝を担う子どもたちとの意義深い交流ができました。

午後の部は、阿南市在住の「横見の若大将（<sup>ふなとあつし</sup>岐 篤史氏）」を講師に迎え、懐かしのメロディを堪能しました。岐氏は、ギターを片手に90分間で昭和歌謡46曲を歌いきり、受講生は当時のことを思い出しながら、それぞれに手拍子や体を揺らしてリズムをとったり、マスクの中で歌うなど、懐かしいひとときを過ごしました。最後は美空ひばりさんの曲で締めくくられましたが、歌詞をとおして、命を大切にしながらしっかりと生きていこうというメッセージが込められていたように感じました。



～小学生がダンスを踊る～



～横見の若大将が歌う～

【高齢者教室のお問い合わせ】 教育委員会 ☎45-0111 IP 050-3438-7311

## 上勝町スポーツ協会主催

### ランニング教室

日時：3月13日（水）

時間：18：30～

場所：上勝小学校 グラウンド

※雨天時は傍示社会体育館

講師をお招きして、ランニング教室を開催します。初心者から上級者まで、どなたでもご参加いただけます。ぜひ、ご参加ください。

**要 項**：小学4年生以上の町内在住者、町内事業所へ勤務する者もしくは上勝町スポーツ協会が設ける部の部員。

**持ち物**：運動靴 ※雨天時は体育館シューズ

**申込み**：参加される方は、3月11日（月）（必着）までに、教育委員会へお申し込みください。



# 「健康の達人」になろう

知って得する健康情報 上勝診療所 幸田朋也

No.310

## 睡眠について

今回は「睡眠」についてです。

睡眠不足は、日中の眠気や疲労に加え、頭痛の増加、注意力や判断力の低下、作業効率の低下・学業成績の低下といったことに影響を及ぼし、事故等の重大な結果を招く場合があります。

また、睡眠不足を含め、さまざま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を上昇させたり、症状を悪化させるといわれています。

さらに、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ことが知られています。

そのため、心身の健康を保つていくためには、睡眠の質（睡眠休養感）、睡眠の量（睡眠時間）の両方を確保していくことが重要です。



### 【睡眠時間の目安と睡眠の質】

睡眠時間の目安としては、6時間以上とすることが望ましいとされています。子ども、成人、高齢者のそれぞれについて睡眠の取り方や目安をお伝えしていきます。

子どもの場合は、小学生で9～12時間、中学生で8～10時間とると良いといわれています。成長ホルモンは寝ている時の特に深い眠り（ノンレム睡眠）の時に分泌されます。1日のうちで分泌される時間も決まっており、22時から2時までの間といわれているので、この時間帯には布団の中で眠っているように就寝時間を確保することが重要です。子どもの時に身につける生活リズムは大切ですので、夜更かしの習慣化を避け、朝起きたときには朝日を浴びて体内時計をリセットするといったことを行うことで早寝、早起き

の生活リズムを形成し、良い睡眠をとることができていきます。

次に成人の場合ですが、時間としては先ほどと同様に6時間以上が目安となります。

睡眠の質については、寝室の照明や寝る前に夜遅くまでテレビやスマホなどの画面を見ているなどで寝付きが悪くなると、これに比例して睡眠の質も低下していきます。カフェインやアルコールの取り過ぎも睡眠の質を悪くすることがあるので注意しましょう。仕事がある日は忙しく、休日に寝だめをするという方もおられるかもしれませんが、寝る時間が2時間以上長くなると生活リズムが乱れ、時差ボケのような症状が出てしまいます。規則正しい生活を心がけ、睡眠時間と睡眠休養感を高めたいきましょう。

### 【高齢者が気を付けるポイント】

高齢者が注意することは、床上時間（布団の上で横になって過ごす時間）が伸びてしまうことです。必要な睡眠時間としては、6時間以上8時間以下といわれています。アルツハイマー型認知症の方で9時間以上眠っている人は、認

知症の進行につれ、健康リスクも増大するという研究報告もあります。

また、実際に寝ている時間より床上時間がかかり長いと、横になって休んでいるつもりがなかなか眠れないというストレスに変わって、睡眠休養感が下がってしまいます。できるだけ眠くなるまでは布団まで行かずにごろし、眠くなってから布団に入るようにしましょう。



上勝町 電話健康相談(無料) ☎ 0120-24-8174

# 保健師等医療専門職による 出張健康相談・健康教室の募集について（案内）



「こどもは」

保健師  
です



令和6年度より、地域の自治会やサークル活動などに、保健師や理学療法士、歯科衛生士等の医療専門職がお伺いし、皆さんの健康作りを応援する事業を開始します。

ご希望のある方はお気軽にご連絡ください。

○**内容と日時**：ご希望に沿った内容、日時で調整いたします。

内容については下記を参考にしてください。

## 内容の一例

- ・一般的な健康相談
- ・生活習慣病（高血圧・糖尿病・脂質異常症など）予防教室
- ・フレイル予防教室
- ・介護予防のための運動教室
- ・歯科衛生士によるお口の健康教室・健康相談
- ・理学療法士による体の相談やセルフケア教室 など



○**費用**：無料

○**お申込み**：住民課保健師 ☎46-0111 IP 050-3438-8071

3月は、子ども予防接種週間です

令和6年3月1日から3月7日までの7日間は「子ども予防接種週間」として、保護者をはじめ地域住民の予防接種への関心を高め、接種率の向上を図り、予防接種で防ぐことができる病気から子どもたちを守ることを目的に日本医師会、日本小児科医会および厚生労働省の主催により実施されます。

特にこの時期は、4月からの入園・入学に備え、接種漏れを見直すのに最適な時期と考えられます。保護者の方は、定期予防接種について予防接種漏れがないか母子健康手帳で確認をお願いします。なお、期間中は、一部の協力医療機関において、夜間、土日に予防接種を受けることが可能となります。協力医療機関の確認については、直接医療機関にお問い合わせしていただくか、住民課保健師までご連絡ください。

**定期予防接種を受けられる方**  
接種を受ける場合、一週間前までに医療機関に予約をしてください。準備物は、予診票、母子手帳です。

**予診票を紛失された方**  
再発行いたしますので、事前に住民課保健師までご連絡ください。

**予防接種に関する相談について**

お子様の予防接種の状況について、未接種の予防接種の有無など、ご不明な点がございましたら、住民課保健師までご連絡ください。



## 歯の健康相談

歯科衛生士による歯やお口の相談です。

日時 3月12日(火)/4月2日(火)9時～11時30分

場所 上勝町診療所

予約制〈要電話予約〉

お電話にて上勝町診療所へご予約をお願いします。在宅でのご相談も受け付けます。

☎44-5010 IP 050-3438-7872

お子様の(赤ちゃんからの)お口の相談

- 姿勢が悪い
  - よだれが多い
  - ごはんをよく食べてくれない
  - 口呼吸になっている…など、思い当たることはありませんか？
- できることがあります。ぜひご相談ください。

「腰が痛い！楽になる方法ないかな？」

「最近筋力が落ちてきた気がする。どうにかしたい！」

「家で運動の習慣なんて簡単じゃない！」

そんな方は

## 株ちゃん先生の貯筋教室へ

筋トレ+脳トレまでできちゃう、月1回だけの魅力的な2時間です。

■日時：3月27日(水)14時～16時

■今月の会場：高鉾公民館

■講師：株本泰輔 先生

■参加費：無料

■持ち物：タオル・飲み物など





# 高齢者肺炎球菌予防接種の経過措置は、令和6年3月31日で終了します

高齢者に対する肺炎球菌ワクチンは、平成26年に法律に基づく定期接種に位置づけられ、対象者を65歳以上の方等として実施しつつ、それ以上の世代（100歳までの5歳刻みの節目年齢）に対して、接種機会を提供する目的で経過措置が設けられてきました。この10年間続いた措置は、令和5年度をもって終了となります。

**経過措置終了後は、65歳の方等（※）のみが定期接種の対象となり、対象者以外の費用助成はありませんのでご注意ください。**

## ※経過措置終了後（令和6年4月1日～）の対象者

- ①65歳の方（65歳の誕生日から66歳の誕生日を迎える前日まで）
- ②60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸機能に障害がある人、またはヒト免疫不全ウイルスの影響で免疫機能に障がいがある人で極度に日常生活が制限されている人（身体障がい者手帳1級相当）

## 今年度対象の方は、お早めに接種してください

これまでに、肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがない人で、次に該当する方が対象です。

※対象者へは令和5年7月に既に個別通知しています。

● 65歳（昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生まれ）	● 85歳（昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生まれ）
● 70歳（昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生まれ）	● 90歳（昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生まれ）
● 75歳（昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生まれ）	● 95歳（昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生まれ）
● 80歳（昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれ）	● 100歳（大正12年4月2日～大正13年4月1日生まれ）
● 60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸機能に障害がある人、またはヒト免疫不全ウイルスの影響で免疫機能に障がいがある人で極度に日常生活が制限されている人（身体障がい者手帳1級相当）	

《上勝町診療所でも接種できます》 ☎：44-5010 IP：050-3438-7872

祝日を除く、月曜日～金曜日9:00～11:00／14:00～16:30（※1週間前までにご予約ください。）

この予防接種に関するお問い合わせは、役場住民課保健師まで（☎0885-46-0111）。

## にんようせい 徳島県妊孕性検査支援事業のご案内

徳島県では、妊娠を希望する夫婦が、ともに受けた不妊検査の費用を助成します。さらに、専門医から結果を踏まえた妊娠への助言や、必要な場合にはより専門的な検査や治療へとスムーズに進めるよう支援します。

### 対象となる方

次の①～④すべてに該当する方

- ①過去に不妊治療（人工授精、体外受精、顕微授精）を受けたことがないこと
- ②助成の申請時に、夫婦一方または双方が徳島県内に住所を有していること
- ③検査開始日における妻の年齢が40歳未満であること
- ④事業対象医療機関で夫婦が共に検査を受けていること

### 対象となる検査

- ・妊孕性を知るための不妊検査（保険適用外の検査）※男女ともに必須検査あり
- ・夫または妻の検査開始日のいずれか早い日から1年以内に双方が受けた検査

### 助成額

不妊検査に要した費用の自己負担額について、夫婦1組につき、**上限25,000円**

### 申請・相談窓口

徳島保健所  
徳島市新蔵町3丁目80  
☎088-602-8904

受付時間：月～金曜日  
（祝日、年末年始を除く）  
9：00～17：00

▶▶詳しくは  
県のホームページを  
ご覧ください。



県ホームページ  
QRコード

# ちりつもポイントの貯め方が変わります

## 令和6年3月からの変更点

これまで「ゼロ・ウェイストカード（赤いカード）」にポイントを貯めていましたが、機械の不調により付与方法を次のとおり変更しました。ゴミステーションでポイントを付与する際に、順次切り替えをさせていただきます。

**新しいポイント制度は、カードもスマホも要りません。**

**携帯電話もしくはIP電話の番号でポイント数を管理しますので、手ぶらで大丈夫です。**

- ①ポイントを貯めるとき
- ②ポイントを使うとき
- ③自分のポイント数を確認したいとき

いずれの場合もスタッフに携帯電話、もしくはIP電話の番号をお伝えください。

(最初だけ、登録のために性別・氏名・生年月日を聞き取りします)

ゴミステーション以外の場所でもポイント数を確認したい場合は、自分のスマホにアプリをダウンロードすれば、スマホで確認できるようになります。

アプリ名「**dodo ポイント**」

## 令和6年4月からの変更点

### ■毎月3,000円の商品券が8名に当たる抽選

変更点① 毎月抽選で8名に**300P**が当たる (商品券に交換すると3,000円分)

### ■量り売り利用

変更点② 1回の利用で3P → **1回の利用で5P**

### ■交換できる商品のポイント数

変更点③ 上限300P → **上限500Pに変更** (300Pに含まれていた10,000円以上の商品を分類)

※分類が変わる商品

**400P** ・てるぺん・ブロワ など



**500P** ・インパクトドライバー (本体)  
・バッテリー・充電器 など



### [変更前]

ポイントと商品価格の目安  
1P10円 ※学用品は1P20円

5~45P	499円以下
50P	500円~ 999円
100P	1,000円~1,499円
150P	1,500円~1,999円
200P	2,000円~2,999円
300P	3,000円以上

### [変更後]

ポイントと商品価格の目安 1P10円 ※学用品は1P20円

5~45P	499円以下
50P	500円~ 999円
100P	1,000円~1,499円
150P	1,500円~1,999円
200P	2,000円~2,999円
300P	3,000円~9,999円
400P	10,000円~14,999円
500P	15,000円以上



# ゼロ・ウェイストまちづくり推進会議を開催しました!

2月15日～17日、ゼロ・ウェイストセンターにおいて、ゼロ・ウェイスト宣言をしている国内5つの自治体が、各自治体の取組状況や、政策を進めていくにあたっての悩みなどを共有するとともに、この活動を広げていくための情報発信を行いました。また、町民向けのイベントとして「プラスチックごみゼロに挑戦する亀岡市の取組」と題して、亀岡市環境先進都市推進部長の山内様を講師にお招きして、環境と経済を好循環させる事例や、市民が参加したくなるような仕組みづくりの事例についてお話しいただいたほか、上勝町民のゼロ・ウェイスト活動を賞する会や、もち投げ、ホテルの見学会、センター外周路の視察ルートお披露目などを実施しました。

ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。



上勝町のSDGsに関する取組を紹介



色々な立場でゼロ・ウェイスト活動を続けてくださっている町民の皆さま



芝生広場でもち投げ



各宣言自治体の取組を公開、情報共有



亀岡市山内様より、使い捨てプラごみゼロの取組み事例を紹介

## 資源分別ガイドブックと ゼロ・ウェイストロードマップの 販売を希望する事業所を募集します

販売価格等、詳細については企画環境課までお問い合わせください。



## ちりつもポイントキャンペーン当選者

毎月8名の方に3,000円相当の町内商品券をプレゼント!  
今月の当選番号は!!

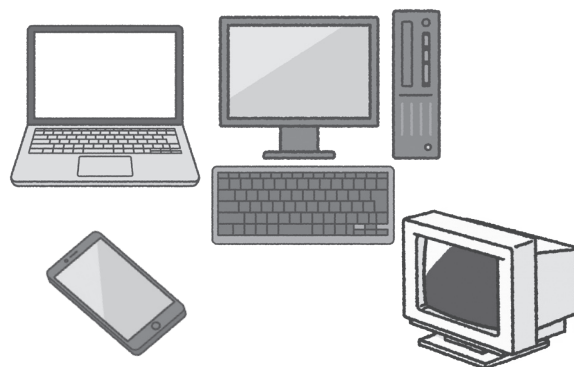
**124・475・531・608**  
**668・771・821・1044**

引換は「ゴミステーション」まで



## ゴミステーションで パソコンが回収できるよう になりました!

パソコンはゴミステーションでは回収できないものとして、町外の家電量販店などに持ち込むようご案内していましたが、今月よりゴミステーションで回収できるようになりました。



■デスクトップ型は本体とディスプレイのどちらか片方だけでもOK。ブラウン管ディスプレイもOKです。

■携帯電話やタブレットも回収しています。

**受け入れは無料です**

お問い合わせ ◆企画環境課 ☎ 46-0111 IP 050-3438-8071

◆ゼロ・ウェイストセンター ☎ 070-2616-9012 ◆ゴミステーション ☎ 050-3438-8110

## 国民年金保険料の前納額について

国民年金保険料を前納（前払い）すると、保険料が割引になりお得です。

口座振替で前納すると、現金やクレジットカードで前納するより割引額が大きくなります。

- ① **2年前納の場合の保険料額**（令和6年4月～令和8年3月分の保険料が対象）
    - ・口座振替の場合…397,290円（毎月納める場合より16,590円の割引）
    - ・現金納付の場合…398,590円（毎月納める場合より15,290円の割引）
  
  - ② **1年前納の場合の保険料額**（令和6年4月～令和7年3月分の保険料が対象）
    - ・口座振替の場合…199,470円（毎月納める場合より4,270円の割引）
    - ・現金納付の場合…200,140円（毎月納める場合より3,620円の割引）
  
  - ③ **6ヶ月前納の場合の保険料額**（令和6年4月～令和6年9月分の保険料または令和6年10月～令和7年3月分の保険料が対象）
    - ・口座振替の場合…100,720円（毎月納める場合より1,160円もお得！）
    - ・現金納付の場合…101,050円（毎月納める場合より830円の割引）
- ※クレジットカード納付の前納の保険料額は現金納付と同じ金額になります。

○令和6年3月から、国民年金保険料の口座振替・クレジットカードによる前納について、年度の途中からまとめて振替（立替）できるようになりました。

### <前納のお申込みについて>

前納制度を利用するには、年金事務所に申出を行う必要があります。

手続きの詳細につきましては、日本年金機構ホームページをご覧ください。か、徳島南年金事務所にお尋ねください。

日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>

【お問い合わせ】 徳島南年金事務所 ☎088-652-1511 住民課 ☎46-0111

## 令和6年3月1日から戸籍の広域交付が始まります

本籍地以外の市区町村の窓口でも、戸籍証明書・除籍証明書を請求できるようになります。

【どこでも】 本籍地が遠くにある方でも、お住まいや勤務先の最寄りの市区町村の窓口で請求できます。

【まとめて】 ほしい戸籍の本籍地が全国各地であっても、一か所の市区町村の窓口でまとめて請求できます。

請求できる方 ・本人  
・配偶者 ※死亡した夫または妻の戸籍を配偶者が請求する場合、婚姻後の戸籍のみ広域交付をご利用いただけます。  
・父母や祖父母の直系尊属 ・子や孫の直系卑属

請求方法 上記「請求できる方」が市区町村の窓口で請求してください。

【お問い合わせ】 住民課 ☎46-0111

## 今月の納税

後期高齢者医療保険料 8期分  
納期限 令和6年4月1日(月)

督促状の出るもの

後期高齢者医療保険料 7期分  
町 県 民 税 3期分  
国民健康保険税 8期分  
介護保険料 8期分

納期限は2月29日(木)でしたが、まだ未納の方が見受けられます。未納者には、3月19日(火)に督促状を送付します。早急に納めてください。

## 英会話教室 受講料無料

開催日時 毎週火曜日

(3月26日・4月2日・4月9日は休講です)  
初級・応用クラス 19時～21時

※初級クラスだけの受講も歓迎いたします。  
※両クラスを受講することもできます。  
※短時間の受講も可能です。

場 所：高鉾公民館

受講料：無料

【お問い合わせ】教育委員会

☎ 45-0111 IP 050-3438-7311

## 心配ごと相談

3月21日(木)13時30分～16時30分  
コミュニティセンター

人権・行政・厚生・福祉・家庭内や近隣との悩み事などなんでもお気軽にご相談ください。心配ごと相談の日以外のご相談は上勝町社会福祉協議会まで。

☎46-0919 IP 050-3438-7660

## 消費生活相談

相談時間：9時～16時

休館日：土日、祝日、年末年始

小松島市消費生活センター

☎0885-38-6880 (FAX 兼用)

小松島市横須町1番1号 小松島市役所本庁舎内

## 障がい児者生活支援相談

一般・特定・障がい児者  
相談支援事業こなん

☎0884-42-0999

障がい児者の支援、相談を受け付けています。障がい者手帳の取得、補装具、住宅改修、障がい福祉サービス等どんなことでもお手伝いいたします。お気軽にお電話ください。

## 有料ごみの回収

(廃タイヤ・廃消化器・特定家電)

月～金 7時30分～14時

土・日 7時30分～15時30分

ゼロ・ウェイストセンター

○廃タイヤ…1kgまでごとに100円

○廃消化器(20型以下)

…リサイクルマーク有→無料

無→550円

○特定家電(テレビ・エアコン・洗濯機・衣類乾燥機・冷蔵庫)

…リサイクル料金と運搬手数料

IP 050-3438-8110

# 3月担当医表

## 上勝町診療所

医科受付 8時30分～11時30分 / 14時～16時30分

水曜日午後 / 15時～16時30分

歯科受付 8時30分～11時30分 / 13時～16時30分



☎ 44-5010

IP 050-3438-7872

FAX 44-5011

		月	火	水	木	金
医科	午前					診 榎原 検 幸田
	午後					榎原
歯科						
		4	5	6	7	8
医科	午前	幸田	幸田	山本 13時～15時休診	幸田	診 榎原 検 幸田
	午後					榎原
歯科					住吉	
		11	12	13	14	15
医科	午前	幸田	幸田	山本 13時～15時休診	幸田	診 榎原 検 幸田
	午後					榎原
歯科					住吉	
		18	19	20	21	22
医科	午前	幸田	幸田	春分の日	幸田	診 榎原 検 幸田
	午後					榎原
歯科					住吉	
		25	26	27	28	29
医科	午前	幸田	幸田	山本 13時～15時休診	幸田	診 榎原 検 幸田
	午後					榎原
歯科					住吉	

※外来担当医は急患等により変更になることがあります。ご了承ください。

### 発熱などがある場合の受診について(発熱外来)

発熱や咳など風邪症状がみられる場合の受診は、他の患者さまと接触しないよう、診察時間を次のとおり設定していますので、ご理解・ご協力をお願いします。

○発熱外来診察時間…月曜日～金曜日 各日11時～12時

※上記の診察時間外でも可能な限り対応しますので、まずはお電話をお願いします。

☎ 46-0302

IP 050-3438-8001

## 福原診療所

医科受付・診療 13時～14時30分

FAX 46-0302

		水	木	金
午後				1 幸田
		6	7	8 幸田
午後		山本		15 幸田
		13	14	22 幸田
午後		山本		29 幸田
		20	21	
午後		春分の日		22 幸田
		27	28	29 幸田
午後		山本		

## ※令和5年度住民税非課税世帯、または住民税均等割のみ課税世帯が対象 低所得者の子育て世帯の方へ こども加算(児童1人あたり5万円)のご案内

国の方針に基づき、物価高に対応する支援として、低所得者の子育て世帯の方々へ加算給付金（こども加算）を支給します。

### 給付対象と申請の手続き

#### 1 対象世帯

令和5年12月1日（基準日）時点で上勝町に住民票があり、令和5年度住民税非課税世帯、または住民税均等割のみ課税である世帯

ただし、「世帯全員が住民税課税者から扶養されている世帯」は対象外です。

#### 2 加算対象となる児童の範囲

原則として、上記対象世帯と基準日において、同一世帯となっている18歳以下（平成17年4月2日以降生まれ）の児童

〈例外的に対象となる児童〉

- ア 基準日以降に生まれた新生児
- イ 対象世帯とは別世帯だが扶養している児童（要申請）

#### 3 給付額 児童1人あたり5万円（世帯主に対象児童分を合算して給付します。）

#### 4 受給手続

##### ①手続き不要の方（プッシュ型支給）

令和5年度中に支給実績がある世帯に対象が限られるため、町において同一口座への支給手続きを行います。

対象世帯の世帯主あてに、町から給付のお知らせを送付します。

##### ②申請が必要な方

対象世帯の方で、別世帯だが扶養している児童がいる場合は、令和6年5月31日までに申請書を提出してください。

審査のうえ要件を満たす方に給付します。

#### 【注意事項】

支給対象世帯にもかかわらず、「支給のお知らせ」が届かない場合は、住民課までお問い合わせください。

#### 詐欺に注意してください

物価高騰対応重点支援給付金等に関する「振り込め詐欺」や、「個人情報の詐欺」にご注意ください。ATM（現金自動預払機）の操作をお願いすることや、給付のための手数料などの振り込みを求めることは絶対にありません。

もし、不審な電話がかかってきた場合には、すぐに最寄りの警察署または上勝町住民課にご連絡ください。

住民税非課税世帯等への給付金（3万円、7万円）の対象世帯は、該当しません。

## 令和5年度住民税均等割のみ課税されている世帯の方へ 給付金（10万円 / 1世帯）のご案内

物価高の影響を特に受ける低所得世帯の方々への国の支援策が拡大されたことに伴い、令和5年度住民税均等割のみ課税されている世帯に対し、10万円の給付金を支給します。

### 支給対象と申請の手続き

#### 1 対象世帯

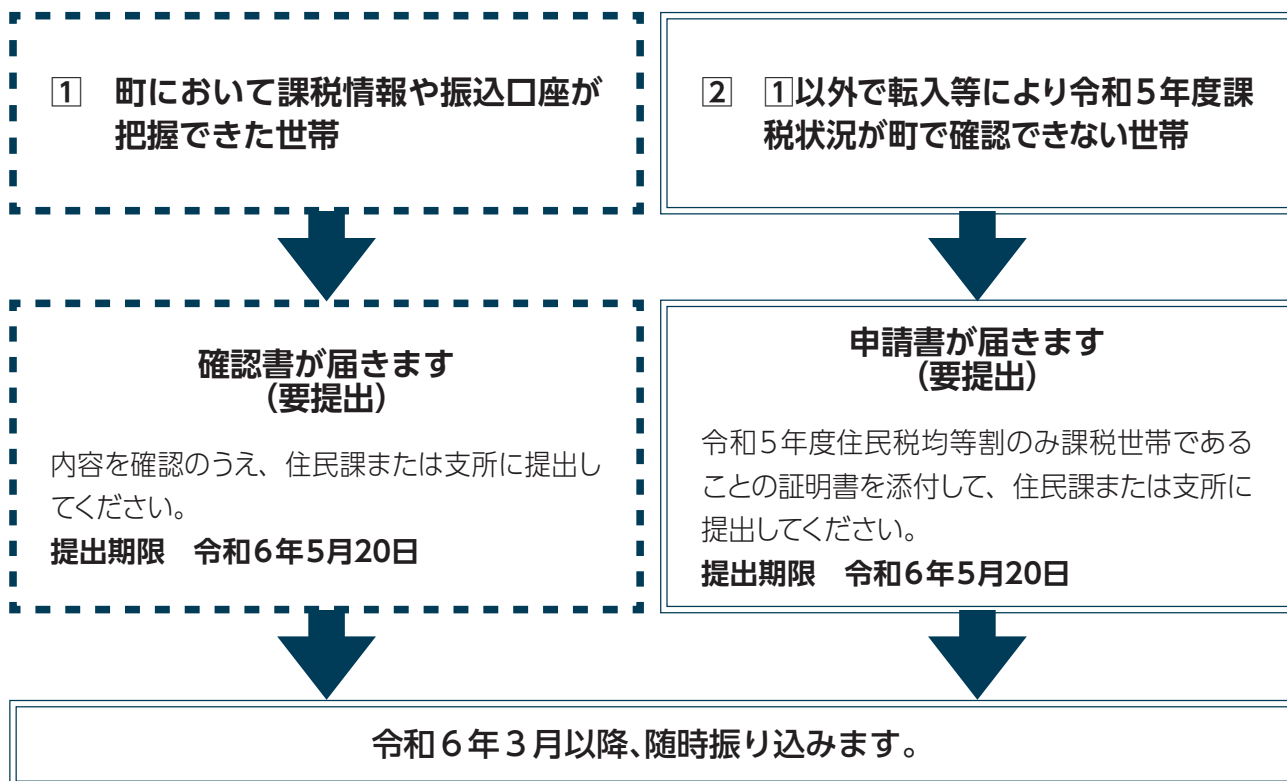
令和5年12月1日（基準日）時点で上勝町に住民票があり、令和5年度住民税が均等割のみ課税されている世帯

ただし、「世帯全員が住民税課税者から扶養されている世帯」は対象外です。

※住民税が均等割のみ課税されている世帯とは、令和5年度住民税均等割のみ課税されているものだけで構成されている世帯、もしくは均等割のみ課税されているものと非課税者で構成されている世帯をいいます。

#### 2 支給方法

対象者には①支給要件確認書、もしくは②申請書を送付します。



#### 【注意事項等】

支給対象世帯にもかかわらず、「確認書」または「申請書」が届かない場合は、住民課までお問い合わせください。

この給付金は、「物価高騰対策給付金に係る差押禁止等に関する法律」により、所得税等の課税及び差押えの対象とはなりません。

#### お問い合わせ

住民課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071

# 「物価高への支援給付金」

上勝町では、物価高騰への対策として、国の交付金を活用し、子育て世帯と低所得者世帯を支援するため給付金を支給します。(基準日 令和6年2月1日)

- (1) 事業名 令和5年度物価高騰対応子育て応援給付金事業  
内容等 町の住民基本台帳に登録されている児童(平成17年4月2日以降に生まれた子)1人につき2万円を支給します。  
受給者 児童の主たる生計維持者(父・母、または世帯主)
- (2) 事業名 令和5年度物価高騰対応非課税世帯等生活支援給付金事業  
内容等 町の住民基本台帳に登録されている令和5年度住民税非課税世帯、及び住民税均等割のみ課税世帯に、1世帯につき1万円を支給します。  
受給者 世帯主

令和6年3月頃の支給に向けて準備を進めています。支給開始にあたっては、該当される方には個別に通知いたしますので、しばらくお待ちください。

## 3月は自殺対策強化月間です

自殺は、さまざまな要因が複雑に関係していて、「その多くが追い込まれた末の死」であり、「その多くが防ぐことができる社会的な問題」と言われています。

3月は就職や転勤、転居など、生活環境が大きく変動する時期で、自殺者数が増える傾向にあることから、国は3月を「自殺対策強化月間」とし、自殺対策に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策を総合的に推進することとしています。

悩みを抱えている方は、一人で悩まず、専門の相談機関にご相談ください。また、身近な方の悩みに気づいたら、温かく寄り添いながら悩みに耳を傾け、専門家への相談をすすめて、やさしく見守りましょう。

### （こころの健康を保つためのポイント）

- ✓ 食事や睡眠など、日常生活のリズムをなるべく崩さないようにしましょう。
- ✓ 全力で頑張り過ぎず、定期的に休みを取りましょう。
- ✓ 趣味やレクリエーションなど、好きな活動にこころを向けてみましょう。
- ✓ 太陽の光を浴び、外の空気を吸ってリフレッシュしましょう。
- ✓ オンライン、電話、メール等の会話も気分転換につながります。家族や友人等と会話をし、人とのつながりを大切にしましょう。

#### こころの相談窓口（電話相談）

##### ●いのちの希望

☎ 088-623-0444 (10:00 ~ 23:30、年末年始を除く)

##### ●とくしま自殺予防センター

☎ 088-602-8911 9:00 ~ 16:00 (土日・祝日・年末年始を除く、面接相談は予約制)

(HP) <https://www.pref.tokushima.lg.jp/jisatsuyobou>

【お問い合わせ】 住民課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071



# 愛犬家の皆さまへ

令和6年度の犬の登録及び狂犬病予防注射について、4月4日(木)～5日(金)に、次のとおり町内を巡回します。

**登録料** (新規登録犬のみ) 3,000円

**注射料** 3,300円 生後91日以上の子犬が対象です。(釣銭がないようにご準備ください)

**予診票** 上勝町で登録されている犬の飼い主の方には、3月中に注射予診票をお送りいたしますので、記入のうえご持参ください。(今回からはがきではなく、予診票での案内に変わりました。)

- 予診票がない場合には、接種場所でご記入いただきます。
- 注射状況によっては、予定時間と多少前後することがありますのでご了承ください。
- 注射場所については、毎年、前年の実施状況や登録状況などによって調整しています。原則として、巡回場所以外での注射はできません。必ず最寄りの巡回場所まで飼い犬をお連れ下さい。

なお、当日注射ができない場合は、5月19日(日) 午後に補正注射を行いますので、その際に登録や注射をお願いします。補正注射の詳しい日程や場所につきましては、広報5月号でお知らせします。

## ▼4月4日(木)

時 間	巡 回 場 所	
9:00～9:05	福 川	田村商店様横
9:10～9:20	南 岡①	古請様資材置場前
9:25～9:30	六十ブ	六十ブ橋
9:35～9:40	槻 地	会堂前
9:55～10:00	南 岡②	下岡様宅横
10:10～10:15	正木平間	役場支所裏
10:20～10:25	下 地	針木様宅前三つ角
10:30～10:35	中 央	橋詰様宅前四つ角
10:40～10:45	若 生	青黄様宅前
11:05～11:10	蔭井谷	山下様宅下カーブ
11:15～11:20	下 平	谷様宅下
11:35～11:40	傍示日浦	田中様宅横

## ▼4月5日(金)

時 間	巡 回 場 所	
9:10～9:15	八重地	集会所前
9:30～9:35	市 宇	市宇詰所上のカーブ
9:45～9:50	菅 蔵	西浦橋
9:55～10:00	堂 平	堂平橋(集落センターへの橋)
10:05～10:10	野 尻	大杉荘前三つ角(前年度より変更)
10:15～10:20	横 峯	コミュニティセンター前駐車場(//)
10:25～10:35	喰 田	森本様宅前
10:40～10:45	福原平間	亀橋
10:55～11:00	高 畑	生実分団瀬津詰所前
11:10～11:15	府 殿	梅塚様宅前
11:25～11:30	中樫原	松下千江美様宅入り口カーブ

【お問い合わせ】 住民課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071

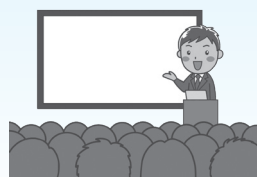
## 上勝町地域おこし協力隊活動発表会の開催について

上勝町では地域おこし協力隊の受け入れをしており、協力隊員と町内の支援事業者とともに協同して地域の活性化を図り、起業や事業継承、上勝町への定住・定着等、地域力の維持・強化につながるよう取組を進めているところです。

現在は6名の協力隊員が町内で活動されており、その活動内容については、随時、町広報誌に載せてはありますが、住民の皆様へ、より深く知っていただき理解をしていただくため、昨年度に引き続き下記のとおり活動発表会を開催します。

住民の皆様や事業所の皆様との繋がり作りにもなりますので、たくさんのご参加をお待ちしております。

**日 時**：令和6年3月26日(火) 18時30分～  
**場 所**：上勝町コミュニティセンター ホール  
**内 容**：①協力隊員から活動内容の発表／②意見交換



【お問い合わせ】 企画環境課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071

# 徳島ファミリー・サポート・センター会員募集中

## ファミリー・サポート・センターとは

「育児の応援を依頼したい」「少しでも育児の応援ができる」という人が会員登録し、育児の相互応援を有償で行うものです。初対面でのサポートではなく、双方が事前打ち合わせをしてお互いに了解したペアでサポートが行われます。

## 会員登録条件

### ①依頼会員

- ・0歳から小学校6年生の子どもの子育ての応援を受けたい人
- ・上勝町、徳島市、小松島市、勝浦町、佐那河内村、石井町、神山町に在住、在勤・在学している人

### ②提供会員

- ・上記市町村に在住・在勤の人で、少しでも子育ての応援ができる人

※応援活動については、ファミリー・サポート・センターが保険に加入しています。(保険料はセンターが負担)

### ③両方会員

依頼、提供の両方を行いたい人

## 入会登録（登録費・年会費は無料です）

### 必要なもの

- ・保護者の顔写真2枚（サイズ約3cm×4cm）
- ・本人確認できるもの

**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時～21時 1時間700円
- ・上記以外 1時間800円

※令和6年3月時点の利用料金であり、4月より変更となる場合があります。

## 依頼内容（例）

- ・保育所への送り迎えやその後の預かりなど。
- ・放課後児童クラブの迎えやその後の預かりなど。
- ・兄弟の学校行事、冠婚葬祭、通院などの時の預かり。
- ・放課後や、休校日（学校）、休園日（保育所）の時の預かり。

※この他にも様々な応援がありますので、何でも相談してください。

※様々なイベント・交流会も行っております。お気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ・申込】 徳島ファミリー・サポート・センター ☎ 088-611-1551

## 子どもはぐくみ医療 受給者の皆様へ

令和6年4月より徳島県の子どもはぐくみ医療費助成制度の助成対象が「0歳から18歳に達する日以後の最初の3月31日までの子ども」に拡充されます。これに伴い、以下の対象の方は、子どもはぐくみ医療費受給者証の記載内容が一部変更になり、新しい受給者証を発行します。3月中に新しい受給者証をお送りしますので、4月1日以降は新しい受給者証をご使用ください。**新しい受給者証はお子様18歳になる年度末までご使用いただくものになりますので、大切に保管ください。**古い受給者証については4月1日以降、住民課または支所へご返却ください。  
※今回の改正にあたり制度の概要に変更はありません。

- 新しい受給者証の発行対象者：4月1日時点で3歳～17歳のお子様がいる受給者の方
- 変更点：①有効期間 ②公費負担者番号（①、②いずれかのみ変更の場合もあります）

### 参考：子どもはぐくみ医療費助成制度の概要

0歳から18歳に達する日以後の最初の3月31日までの子どもが、病気やけがで県内の医療機関を受診したとき、保険診療にかかる医療費を助成します。窓口での支払いは不要です。

ただし、県外の医療機関を受診したときや入院時の食事療養費、治療用装具の購入費は償還払いとなりますので、住民課または支所で払い戻しの手続きを行ってください。

【お問い合わせ】 住民課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071

## 軽自動車、原付等の 廃車はお忘れなく

軽自動車(種別割)(原付を含む)は、4月1日現在の所有者に対して課税されます。使用されていなくても、廃車が済んでいない場合は課税されますので、廃車される方は印鑑およびナンバープレート等をご持参の上、廃車手続きをしてください。  
(税務課)

### ●廃車についてのおたずねは

車種	連絡先	郵便番号・所在地・電話番号
軽自動車	軽自動車検査協会 徳島事務所	〒771-1156 徳島県徳島市応神町応神産業団地 1番地3 ☎050-3816-3123
軽二輪(126~250cc) 小型二輪(251cc以上)	徳島運輸支局	〒771-1156 徳島県徳島市応神町応神産業団地 1番地1 ☎050-5540-2074
原動機付自転車 (125cc以下のオートバイ)	上勝町役場 税務課	☎46-0111 IP 050-3438-8071

## 令和6年4月1日から

地方税共通納税システムで電子納税出来る税目が追加されます。

対象税目は、追加された軽自動車税(種別割)、固定資産税に加え、新たに令和6年度から町民税(普徴)と国民健康保険税が追加されます。

従来の納付方法に加えて、クレジットカードや民間事業者のスマートフォン決済アプリでの納付が可能になります。

詳しくは下記のサイトでご確認下さい。

地方税お支払サイト URL <http://www.payment.eltax.lta.go.jp/>

3月  
2024 March

## まるごとかみかつ案内所 イベントカレンダー!

町内のイベントが  
一目でわかる♪

### イベントアイコン一覧

子ども向け

体験

**木のストラップづくり**  
3月2日(土) 10:00~12:00  
集 合:千年の森ふれあい館  
講 師:大塚康男 先生  
定 員:6組程度(先着順)  
参加費:500円  
お問い合わせ:☎44-6680  
千年の森ふれあい館

**命と愛と防犯と  
~親から伝える性教育~**  
3月10日(日) 10:00~11:30  
場 所:高鉾公民館  
講 師:なかしまちはる 先生  
参加費:500円/1家族  
お問い合わせ:  
aelva.kamikatsu@gmail.com

**しっかり汗かこう!みんなで筋トレ**  
3月11日(月) 15:00~16:30  
場 所:ひだまり  
講 師:佐藤麻美 先生(理学療法士)  
定 員:10名程度  
料 金:無料  
お問い合わせ:☎050-3438-9545  
ひだまり

**遊学の森の木でシイタケづくり(植菌)**  
3月17日(日) 9:00~12:00  
指 導:徳島県森づくりリーダーの会  
集 合:千年の森ふれあい館  
定 員:10名(先着順)  
参加費:1,000円/ホダ木1本(お土産)  
お問い合わせ:☎44-6680  
千年の森ふれあい館

**いきいき百歳体操やってみよう!  
(無料送迎あり)**  
3月18日(月) 10:00~11:30  
場 所:ひだまり  
講 師:天川雅策 先生(理学療法士)  
定 員:10名程度  
料 金:無料  
お問い合わせ:☎050-3438-9545  
ひだまり

**春らんまんのお庭へお花見遠足  
(無料送迎あり)**  
3月23日(土) 10:00~11:30  
予備日:3月26日(火)  
行 先:山河の里周辺(正木)  
定 員:6名  
料 金:無料  
お問い合わせ:☎050-3438-9545  
ひだまり

**遊学の森の恵み 春の薬草料理体験**  
3月24日(日) 9:00~14:30  
集 合:千年の森ふれあい館  
講 師:渡辺厚子 先生  
定 員:10名(先着順)  
参加費:2,000円  
お問い合わせ:☎44-6680  
千年の森ふれあい館

# 町民の詩歌

## 俳句

雪予報蛇口ゆるめて水守る

空風からかぜに杉の枯枝道ふさぐ

「梅咲いた？」孫のLINEは異国から

寒の入り朝から薪割る翁かな

巡り来る春の先駆けすみれかな

色褪せて破れし障子指の跡

## 短歌

沈みゆく夕陽に向かう車窓から木立ちの光足もとまでも

西空に和紙を思わす半月はおぼろ乍らも絵となる夜あけ

黍きびなどを搗つきし唐白辞書からうすにありて遠き昔は童画のごとし

メダカ鉢薄氷うすらいとけて泳ぎけり近づけばスイとかくれんぼうす

冬將軍今だ居すわる庭先に紅梅早くも香り放てり

寒明けて寒さ中にも梅の花蕾ふくらみ日脚も延びて

暮れ惜しみ草刈りし日も遠くなり思い出のみが蘇りくる

朱 一 あ 枇 知 弘  
音 休 つ 呂 子 子

あ や 米 恵 た 恵 茂  
や り 子 子 子 美 子 美



## かみかつQぴっと 結婚相談会

ご縁談について相談会を行っています。  
結婚を希望される独身男女の方、  
親御様はお気軽にご相談ください！！

相談日時：応相談  
会 場：高銚公民館  
相 談 員：

かみかつQぴっとサポーター2名

### 【お問い合わせ】

かみかつQぴっと事務局(戸田)(教育委員会内)

☎ 45-0111 IP 050-3438-7311

Eメール

kyoiku\_1 @ kamikatsu.i-tokushima.jp

※秘密及び個人情報 は 固く守られます。

相談のご希望がありましたら、事前に  
事務局にご連絡ください。

小松島警察署

福原駐在所だより



## 突然の警告は詐欺！！ 「ウイルスに感染しましたおサポートセンター」 ネット利用中に突然表示された 警告通知はサポート詐欺！！

### ○記載された番号に電話してはダメ！！

インターネット利用中に、突然、ウイルス感染の警告画面が表示され、警告音が鳴ることがありますが、これはほとんどが偽の警告です！！  
警告画面に記載されている連絡先には絶対に電話しないでください！

### ○警告画面を消せない場合の対処方法

このような警告画面は、「閉じる×が表示されない、押すことができない」場合があります。

**【方法1】** キーボード上のエスケープキー「ESC」を長押しして、一回り小さくなった警告画面の右上に表示される閉じる「×」を押す。

**【方法2】** 電源ボタンを長押しして、パソコンを強制終了する。※作業中のデータが失われる可能性があります。

小松島警察署 ☎0885-32-0110  
福原駐在所 ☎46-0024

## 戸籍の窓口

令和6年2月1日現在

		前月比	
人口	1,393人	△	9
男	653人	△	5
女	740人	△	4
世帯数	728戸	△	8

### 世帯数

正木	475人(△8)	229戸(△5)
傍示	244人(0)	125戸(△1)
福原	194人(1)	106戸(0)
生実	207人(△1)	115戸(△1)
旭	273人(△1)	153戸(△1)

○高齢化率 52.55%

### つつしんでご冥福をお祈りいたします

武市美代子さん	87歳 [旭]
桶木 清子さん	87歳 [正木]
小西 和夫さん	76歳 [旭]
山西 艶子さん	82歳 [正木]
山下ツルエさん	91歳 [旭]

### 令和6年 1月の視察者来町者数

**13**件 **113**名

※オンライン視察も含む

### ありがとうございました

梅西 正人さん(上勝町地域おこし協力隊)  
…果物・さつま芋・防災食・クリアファイル  
安堵 鶴江さん(傍示) …桜、桃の花

## 夜間救急当番

下記の医療機関への事前  
連絡をお願いします。

### 国民健康保険上勝町診療所

夜間・休日は休診となりますが、  
電話での相談は可能です。

☎ 44-5010

### 国民健康保険勝浦病院

必ず事前に連絡をお願いします。

☎ 42-2555  
IP 050-3438-7441

## 救急車の要請

上勝町役場へ連絡をお願いします。

☎ 46-0111  
IP 050-3438-8071

## 一般廃棄物運搬支援事業

### 令和6年3月 日程

11日(月)	正木地区
12日(火)	生実、傍示地区
21日(木)	八重地、市宇、福原地区
22日(金)	田野々地区

こんな時にご連絡を  
お願いします。

- 当日不在
- ごみがない
- 粗大ごみがある

上勝町では、ごみをゴミステーション  
まで持ち込む手段を持たないお宅への運搬  
支援を行っており、ご家庭で分別してい  
ただいたごみを奇数月にご自宅へ収集にう  
かっています。

申請の手続きについては右記のとおりです。

### 手続きの流れ

- ① 役場企画環境課へ申請
- ② 役場・民生委員からの認定
- ③ 登録
- ④ 奇数月に収集  
(粗大ごみのみ有料。1車分につ  
き270円の負担金が必要です。)

【申込・お問い合わせ】 企画環境課 ☎46-0111 IP 050-3438-8071

## インターネットおよびCATV・IP電話サービス

故障かな?…と思ったら下記までお問い合わせください。

お問い合わせ窓口 新規申込・解約・故障・各種変更など

お問い合わせ 〒770-8552 徳島市新蔵町1丁目17

ケーブルテレビ徳島株式会社 ☎ 088-655-4000

お問い合わせ可能時間 ●平日 9:00 ~ 17:30 ●土曜日 9:00 ~ 17:00

時間外窓口 (時間外のため簡易な対応となります)

平日 17:30 ~ 20:00 / 土曜日 17:00 ~ 19:00 / 日曜・祝日 9:00 ~ 17:00  
(お盆(8/12~8/15)および年末年始(12/29~1/4)は、日曜・祝日の対応と同じになります。)

※上記時間外は、留守番電話にて用件をたまり、翌営業日の対応となります。

新規お申込みがスマホでもパソコンでも可能となりました→



## 医師や看護師等に 電話で相談できます!

### ■徳島救急医療電話相談

夜間・休日の急な病気やけがなどの際、家庭でどのよう  
に対処すればよいか、すぐに医療機関を受診したほうが  
よいかなど判断に迷ったとき。

○固定電話(プッシュ回線)、携帯電話からは、(局番なしの)

☎ # 7119

○# 7119 を利用できない場合には、☎ 088-622-6530

### ■徳島子ども医療電話相談(15歳未満のお子さん)

○固定電話(プッシュ回線)、携帯電話からは、(局番なしの)

☎ # 8000

○# 8000 を利用できない場合には、☎ 088-621-2365

### ■相談時間

月曜日から土曜日: 午後6時から翌朝8時まで

日曜日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日): 24時間対応

【注意】 相談はあくまでも助言であり、電話による診断・治療はでき  
ません。



# ようこそ上勝へ!



さ さ き けんたろう  
**佐々木健太郎**

年齢：37歳

出身地：神奈川県

現在地：上勝町大字正木

仕事：かみかつ事業協同組合

趣味：テニス・コーヒー

## ★メッセージ

こんにちは、佐々木と申します。昨年6月に上勝町に引っ越して来ました。今は正木の町営住宅に住み、かみかつ事業協同組合で働いています。町内の様々な職場に派遣されるので、いろいろな場所や仕事を体験でき、楽しく働かせてもらっています。これから春に向けてまた新しいお仕事や出会いを楽しみにしています。夏には今年もお茶摘みに挑戦したいと思っています。趣味はテニスとコーヒーで、昨年はバレーや阿波踊り、テニス大会などにも参加し、体を動かすことが多くて楽しかったです。

どこかでお会いできたら皆様どうぞよろしく願いいたします。



町内のテニス大会にて(左：ペアの渡戸さん)

～「わたしも載せてほしい!」という移住者さんも大歓迎!お気軽に企画環境課(安田)までお声がけください!～

## 第42回全国都道府県対抗女子駅伝、徳島県が13年ぶりの健闘を見せました!!

1月14日、京都市のたけびしスタジアム京都付設駅伝コースで行われた第42回全国都道府県対抗女子駅伝では、徳島県が見事な走りを見せました。9区間、42.195キロのコースを戦い抜き、徳島県は16位でゴールしました。

この結果は、2011年の第29回大会で12位に入った以来、13年ぶりに10位台に入るという大健闘でした。上勝町から出場した峯下優華選手(傍示)が7区で見事な激走を見せ、チームの健闘に大いに貢献しました。

困難なコースを粘り強く走り抜き、見事な成績を収めました。今後も更なる活躍が期待されます。おめでとうございます。



(右：峯下選手)

上勝町公式 SNS ▶▶  
友達追加はこちらから

