



# みなみ

# 2

2009 February  
No.35



暗闇の中、県内初のトレイルランスタート

国内第一人者で世界4位の  
別次元の走りを披露!!  
鍋木選手は



絶景とスタッフの声援が選手を元気づけます

## 長寿医療制度からのお知らせです

### ○障害認定について

一定の障害を有する方は、障害認定を申請することにより、65歳から長寿医療制度に加入することができます。新たに障害者手帳等の交付を受けられる方が長寿医療制度に加入する場合は、障害者手帳等交付申請時に後期高齢者医療障害認定申請手続きを行ってください。すでに下記に該当する方の内65歳から74歳までの方で、長寿医療制度に加入される方も、後期高齢者医療障害認定申請手続きを行ってください。なお、65歳になられる1月前から申請可能です。

#### 障害認定に該当する方

1. 障害年金等の受給者であり国民年金証書1・2級の方等
2. 身体障害者手帳1・2・3級の方及び4級の一部（音声機能・言語機能・下肢障害の一部）
3. 精神障害者保健福祉手帳1・2級の方
4. 療育手帳A1・A2の方
5. 国民年金の障害年金に該当する程度の状態にあるが、年金の裁定を受けられない方であり、身体障害者手帳の交付を受けることができない疾病の方等

なお、すでに障害認定を受けられている方については、障害者手帳等の更新は必ず有効期限内に行ってください。

### ○限度額適用・標準負担額減額認定証について

世帯の所得の少ない方（低所得Ⅰ・低所得Ⅱに該当する方）は限度額適用・標準負担額減額認定証を申請することができます。この証を病院で提示すると医療費の限度額や入院時の食事代の負担額等が安くなります。この証の発行は月をまたいで遡ることができませんので、入院等される場合は、役場住民福祉課又は、由岐支所住民室まで、ご申請ください。

#### 低所得Ⅰ

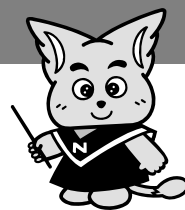
同一世帯の全員が住民税非課税で、その世帯全員の所得が必要経費・控除（年金の所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたときに0円となる人

#### 低所得Ⅱ

同一世帯の全員が住民税非課税の人（低所得Ⅰ以外の人）

【お問い合わせ先】 美波町役場 住民福祉課 ☎ 77 - 3614 由岐支所 住民室 ☎ 78 - 2212

## 国民年金だより



### 社会保険料（国民年金保険料）控除証明書について

年の途中から国民年金に加入された場合など、平成20年10月1日から12月31日までの間に、はじめて保険料の納付をされた方については、2月上旬に控除証明書を発送することとしています。

また、平成20年11月に発送しました控除証明書の証明欄にある納付済額や見込額以上に保険料を納付されたときは、「11月に発送しました控除証明書」と、「追加で納付していただいた保険料の領収証書」を申告書に添付してください。

確定申告（住所地を管轄する税務署で受付）の際に必要となりますので大切に保管してください。

なお、お問い合わせ等は、控除証明書専用ダイヤルまたは社会保険事務所までお願いします。

### 控除証明書専用ダイヤル

（平成20年11月1日～平成21年3月13日 平日9:00～17:00）

TEL 0570-070-117

- ※ 一般電話・公衆電話から、市内通話料金でご利用いただけます。
- ※ IP電話等の方は、TEL 03-6748-8882へおかけください。

#### 【お問い合わせ先】

徳島南社会保険事務所  
国民年金業務課

TEL 088-652-1511

# 国民健康保険からお知らせ

70～74歳の現役並所得以外の方は4月からの自己負担割合が  
1年間「1割」のまま据え置かれます

現在、70～74歳の現役並所得以外の方の自己負担割合は、1割となっておりますが、平成22年3月まで凍結され、1割に据え置かれます。

現在お持ちの国民健康保険高齢受給者証の有効期限は平成21年3月31日までとなっておりますので、新しい受給者証は国民健康保険保険証といっしょにお送りいたします。

## \*\*\* 新しい国民健康保険証は郵送いたします \*\*\*

4月からの新しい国民健康保険証は、3月下旬に郵便でお送りいたします。現在お持ちの国民健康保険証の有効期限は、平成21年3月31日までとなっておりますので4月1日以降に役場までお返しください。

【お問い合わせ】 美波町税務保険課 ☎ 77-3615

## 給食車運行業務従事者の募集について

業務内容	由岐学校給食センターの給食運搬業務（業務委託期間：1年間）
募集人員	1名
応募資格	1 町内在住者で道路運送法（昭和26年法律第183号）の定めるところにより、安全運転に努めて信義を守り、誠実かつ正確、そして善良な車両の点検、自動車の構造の欠落、または機能に支障がないよう管理に細心の注意を払い運転できる者であること 2 学校教育運営に関する重要な業務であるので、教育に理解があり、特に衛生管理・健康管理に留意し、且つ誠実で責任感の強い心身ともに健全な者であること 3 国、県、町税を滞納していないこと 4 業務を代行できる資格を有する保証人がいること
申込期間	平成21年2月27日から3月13日まで
選考方法	競争入札
申し込み 問合せ先	美波町教育委員会（☎ 77-3620） ※申し込み用紙は、美波町教育委員会もしくは由岐公民館にあります

～ 総務省及び牟岐警察署からのお知らせ ～

## 定額給付金の給付をよそおった 「振り込め詐欺」にご注意ください。

右記のようなことは  
絶対にありません!!

市町村役場や総務省などがATM（銀行・コンビニなどの現金自動預払機）の操作を求めること

ATMを操作して他人からお金を振り込んでもらうこと

市町村役場などが「定額給付金」の給付のための手数料などの振込を求めること

不審な電話や郵便物など困りごとがあれば、下記機関まで迷わず、ご相談ください。

牟岐警察署 ☎ 72-0110

警察安全相談 # 9110

# 平成21年度 国家公務員採用試験日程

大学卒業等程度	試験の種類	申込受付期間	第1次試験日
	国家公務員採用 種試験	4月1日(水)～4月8日(水)	5月3日(日)
	国家公務員採用 種試験	4月13日(月)～4月22日(水)	6月21日(日)
	国税専門官採用試験	4月1日(水)～4月14日(火)	6月14日(日)
	労働基準監督官採用試験		
	法務教官採用試験	7月21日(火)～8月4日(火)	9月27日(日)
航空管制官採用試験			

高等学校卒業程度	試験の種類	申込受付期間	第1次試験日
	海上保安学校学生採用試験(特別)	4月1日(水)～4月8日(水)	5月17日(日)
	国家公務員採用 種試験	6月23日(火)～6月30日(火)	9月6日(日)
	刑務官採用試験	7月21日(火)～8月4日(火)	9月20日(日)
	入国警備官採用試験		9月27日(日)
	皇宮護衛官採用試験		
	航空保安大学校学生採用試験		
	海上保安学校学生採用試験		
	海上保安大学校学生採用試験	8月27日(木)～9月8日(火)	10月31日(土)
気象大学校学生採用試験		11月1日(日)	

※詳しい内容については 〒760-0068 高松市松島町1-17-33 人事院四国事務局 第二課試験係  
☎087-831-4765 [人事院ホームページ <http://www.jinji.go.jp/>]

## 平成21年度 前期技能検定試験のお知らせ

技能検定は、職業能力開発促進法に基づいて、技能者の皆さんがもっている技能の程度を一定の基準により検定し、公証する国家検定制度です。

試験日程	6月～9月にかけて、実技試験と学科試験が県内各会場で実施されます。
職種	造園など30職種
申込	4月2日(木)～4月15日(水)に、徳島県職業能力開発協会(☎088-663-2316)、鳴門地域職業訓練センター(☎088-686-6222)、牟岐町商工会(☎0884-72-0194)にて受付します。

※詳しくは、徳島県職業能力開発協会へお問い合わせください。

スポーツ保険は  
スポーツ活動・文化活動・ボランティア活動等に最適な保険です。

保険内容が  
新しくなりました。

加入対象者	補償される団体活動等	加入区分	年間掛金 (一人当たり)	傷害保険金額				賠償責任保険 てん補限度額 (免責金額なし)	共済 見舞金
				死亡	後遺障害 (最高)	入院 (日額)	通院 (日額)		
子ども (中学生以下 (特別支援学校 高等部の 生徒を含む。))	団体活動全般 (スポーツ・文化・ボランティア・地域活動など)	A1	600円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	身体・財物賠償合算 1事故5億円 ただし、身体賠償は 1人1億円	突然死 (急性心不全 脳内出血等) 180万円
	団体活動全般	AW	1,150円	2,100万円 日射・熱射病及び細菌性・ウイルス性食中毒の 場合、保険金額はA1区分と同様	3,150万円	5,000円	2,000円	身体・財物賠償合算 1事故5億500万円 ただし、身体賠償は 1人1億500万円	対象外
	上記以外 (個人活動・個人練習など)			100万円 日射・熱射病及び細菌性・ウイルス性食中毒は対象となりません。	150万円	1,000円	500円	身体・財物賠償合算 1事故500万円	
大人 (高校生以上 65歳以上 全年齢)	文化・ボランティア・地域活動 団体員の送迎、応援、準備、片付け	A2	600円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	身体・財物賠償合算 1事故5億円 ただし、身体賠償は 1人1億円	突然死 (急性心不全 脳内出血等) 180万円
	スポーツ活動 スポーツ活動の指導	C	1,600円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円		
	子どものスポーツ活動の指導限定 ※C区分でも加入可	AC	1,100円	1,000万円	1,500万円	2,500円	1,000円		
	スポーツ活動 ※C区分でも加入可 ※スポーツ活動を行わない方はA2区分	B	800円	600万円	900万円	1,800円	1,000円		
全年齢	危険度の高いスポーツ活動	D	9,000円	500万円	750万円	1,800円	1,000円		

※同一団体が1口しか加入できません。中途加入する場合、中途脱退する場合も年間掛金を摘要します。加入後の加入者の入換え、加入区分の変更はできません。  
※掛金には(財)スポーツ安全協会が運営する「共済見舞金制度」の掛金、1人20円が含まれています。  
※危険度の高いスポーツ活動はD区分以外では補償されません。

対象となる事故……★グループ活動中の事故 ★往復中の事故  
保険期間……平成21年4月1日午前0時より翌年3月31日午後12時まで(申込受付は平成21年3月から)  
加入用紙・資料請求・お問い合わせは 日和佐公民館(☎77-0028) 由岐公民館(☎78-0007)

5名以上の団体で  
ご加入ください。



# 住宅に住宅用防災警報器等が必要となります。

平成16年6月の消防法改正により、一般住宅（一戸建住宅、マンション、アパート、店舗等併用住宅の住宅部分）に住宅用防災警報器等の設置が義務付けられました。（消防法第9条の2）設置、維持についての基準は海部消防組合火災予防条例によって定められています。



## 義務化の背景

- 住宅火災における死者は、建物火災による死者のうち95%を占めます。
- 住宅火災の死者の過半数が65歳以上の高齢者です。
- 住宅火災の死者の7割が逃げ遅れによるものです。

## 設置しなければならない期日

- 新築の住宅 平成18年6月1日から設置
- 既存の住宅 平成23年5月31日までに設置が必要

## 住宅用防災警報器とは？

- 煙を感知して警報音を鳴らすことによって火災を知らせる機器です。

## 設置しなければならない箇所

- 寝室（就寝の用途に供する居室）
- 寝室へ向かう階段の上端

## 悪質な訪問販売等に十分注意してください

消火器と同様に、悪質な訪問販売や点検をする者が出没する恐れがありますので十分注意してください。

消防署では、住宅用防災機器等について訪問販売は一切いたしません。

- 電池式の場合は、比較的安価で購入でき、自分で設置することができます。
- AC電源式は、お近くの電気工事店及び消防用設備工事店にご相談ください。

## 【ご相談は】

海部消防組合 総務課予防係 ☎0884-72-0600  
日和佐出張所予防係 ☎0884-77-0999

# 平成21年4月より 教員免許更新制が実施されます

平成21年4月から教員免許更新制が実施されます。平成21年3月31日までに教員免許状を取得した現職教員の方々は、各自の修了確認期限までに30時間以上の免許状更新講習を受講・修了し、勤務する学校が所在する都道府県の教育委員会に必要な手続きを行うことが必要となります。教員免許状をお持ちですが現職教員でない方々は、免許状更新講習を受講することはできませんが、各自の修了確認期限までに免許状更新講習を受講・修了しなくても、お持ちの免許状が失効することはありません。

なお、臨時又は非常勤の講師として学校に勤務することを希望される方は、各自の修了確認期限が過ぎている場合、勤務前に免許状更新講習を受講・修了することが必要となります。徳島県教育委員会等に登録することにより各自の修了確認期限又は期限後に免許状更新講習を受講することができるようになります。

※教員免許更新制の詳細は

文部科学省ホームページをご覧ください。  
([http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/koushin/index.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/koushin/index.htm))

【お問い合わせ先】 徳島県教育委員会 教職員課  
☎088-621-3150

# 国は住宅への太陽光発電システムの 補助制度を行います！

経済産業省が平成20年度「住宅用太陽光発電導入支援対策費補助金」制度をはじめます。

**募集期間** 1月13日(火)～3月31日(火)

**補助金額** 太陽電池モジュールの公称最大出力1kwあたり7万円

**対象者** 自ら居住する住宅に対象システムを設置する個人で、電灯契約をしている方

詳しくは、徳島県県民環境部環境局環境首都課（☎088-621-2334）までお問い合わせください。

# 「禁煙タクシー」の全県実施について（お知らせ）

本年4月1日から、徳島県全域においてタクシーの全面禁煙が実施されることとなっています。

禁煙タクシーの実施については、タクシー乗務員はもとより、喫煙される利用者の方々のご理解とご協力が不可欠となります。多くの方が利用する交通機関ですので、誰もが快適に過ごせるようにご協力ください。

## ■徳島県労働委員会委員による 緊急労働相談

**日時** 3月12日(木) 午後2時～4時  
3月26日(木) 午後2時～4時

**予約** 予約制（前日、午後4時まで受付）

**会場** 徳島市万代町1-1 徳島県労働委員会

**相談員** 弁護士等（徳島県労働委員会委員）

**内容** 解雇、退職強要、時間外手当不払いなど労使間のトラブル全般

**その他** 費用無料、秘密厳守

【予約・お問い合わせ】 徳島県労働委員会（県庁11階）TEL088-621-3234

# 「平成20年度 海部郡地区 消費者のつどい」が 開催されました。



2月1日(日) 日和佐公民館において海部郡内から会員150名が集まり、津川なち子先生による「環境問題への取り組み」と題した講演を聞いた後、午後からは環境保護等をテーマにした各支部の寸劇、創作ダンス、コーラス、南京玉すだれ等の発表がありました。

※写真の説明

津川先生の講演では、みんなで1970年代の買い物と現代の買い物を比較し、CO2の排出がどれくらい多くなっているかを調べました。

## 新春将棋大会

1月2日(金)、日和佐地区文化協会及び日和佐王将会(牧野圭作会長)主催の「新春将棋大会」が日和佐公民館で行われました。50年以上続く本大会には、愛好者38名が参加し正月から将棋を楽しみました。美波町関係の上位入賞者は次のみなさんです。

A級の部 優勝 原田 慎也さん(阿南市:富田病院勤務)  
準優勝 都 武治さん(西由岐)  
第3位 日野浦功一さん(奥河内)



## ★第8回 美波町由岐地区

## 文化協会杯争奪新春将棋大会

1月11日(日) 由岐地区文化協会及び美波町由岐地区将棋愛好会主催の「新春将棋大会」が由岐公民館で行われました。32名の将棋愛好家が参加され会場内は緊迫した雰囲気での対局が展開され、B級の部で原田 勇さん(西河内:写真左)が見事優勝されました。



## 趣味の発表会

1月18日(日)、美波町由岐地区文化協会主催の「趣味の発表会」が由岐公民館で行われました。出演者は、日頃練習をしているカラオケ、三味線、民謡、日舞、合吟等を披露し、会場では大変な盛り上がりを見せました。



美しい音色が会場に…  
(渦の会)



愛らしい踊りを披露  
(長浜優花さん)

◆阿南租税教育推進協議会が実施した平成二十年度小・中学生の「税に関する作文・ポスター」の募集において、美波町立木岐小学校から新矢麻帆さんが(社)徳島県法人会連合会入選、中崎彩香さんが阿南租税教育推進協議会会長賞にそれぞれ選ばれました。

(社)徳島県法人会連合会 入選

## 必要な税金

美波町立木岐小学校五年

新矢麻帆

みなさんは、税金がある方がいいですか。それとも、ない方がいいですか。私は、租税教室でお話を聞いてから、税金に対する考えが少しずつ変わりました。

今までは、おやつを買っても消費税がかかるので、何だかお金を余分に払っているように思っていました。しかし、私たちの生活から少しずつ集められた税金は、大きな金額になり、それが私達の生活に役立てられているのです。

まず、私が火曜日と金曜日に外出しているゴミは、税金を使ってしょ理されています。

ました。ゴミは、減らそうとしても無くすことはできません。私の住む美波町では、ゴミが年間二千八百万トンもあり、その費用に一億円もかかるそうです。一日では、二十七万円もかかると聞いて、たくさんのお金が掛かることにびっくりしました。税金でなければ払うことはできません。

次に、道路です。昨年、高規格道路ができて日和佐までまっすぐでトンネルの長い道ができました。今までよりも短い時間で日和佐へ行くことができて本当にうれしいです。この道も税金で作られています。道路には、信号や街灯、歩道橋など私達の命を守ってくれるものもたくさんあります。

全部税金が使われているというのを知りました。税金は、一人一人がかせいだお金の少しを出し合っ、それをみんなが幸せにくらせるようによく考えて使われていると思いました。私が買物ではらった消費税も形を変えて、多くの人が幸せになるように使われていると思うと税金は、とても必要だと思えます。九月一日に二学期が始まり、新しい教科書を先生にいただきました。多くの人の税金からできたものです。大切に使います。

阿南租税教育推進協議会会長賞

## 幸せをありがとう

美波町立木岐小学校五年

中崎彩香

わたしは、今まで税金のことなど考えたこともありませんでした。大好きな学校も、お父さんやお母さんが行かせてくれていると思っていました。

ところが、今日租税教室でお話を聞いて、おどろきました。学校も道路も教科書も全部税金で作られているのですから。ほかにも、税金が使われています。急病人を運ぶ救急車や、火災を消す消防車。事件がおきたときにかけてくれる警察の人。ゴミを集めてくれるゴミ収集車などわたしたちのくらしをよくしてくれるもののほとんどが税金で行われています。租税教室で、もし税金がなかったらどうなるかというビデオを見せてくれました。わたしは、とてもこわくなりました。それは、町中がゴミだらけになっているし、学校や公園がなくなっていました。道路では、交通事故がおきていて、ケガをした人が苦しんでいました。町のあちこちで人がけんかをしていました。子どもたちも行くところがなくて、ほんやりしていました。わたしは、とても悲しくなりました。それは、幸せな人が一人も出てこないのです。税金は、わたしたち子ども

もから大人、高齢者の方まで、みんなが幸せにくらせるようにするために集められていることがわかりました。自分だけ幸せになるのではなく、村の人町の人々、日本の人が仲よく幸せにくらせるように税金が使われているのです。

わたしは、まだ子どもだから仕事をしていないので、大人のように税金ははらっていません。でも、働いている多くの人の税金のおかげで学校に行かせてもらっていることがわかりました。だから、わたしは、一生けん命勉強して、大人になったら、子どもたちのためにきちんと税金をおさめたいと思います。



# みなみのスポーツ

## 千羽海崖コースタル トレイルランニングレース 2009

1月25日(日)、徳島県初のアウトドアスポーツイベント、千羽海崖コースタルトレイルランニングレース2009(主催:スポーツネットワークひわざ夢くらぶなど)が開催されました。

ロングディスタンスクラス(32km)に56名、ショートディスタンスクラス(9km)に24名、合計80名の選手が全国から集まりました。

このレースは、冬期開催、海岸側のコース選定、標高差が大きいという特徴を持ち、美波町の豊かな自然を活かすことができ、選手の皆さんには大変喜んでいただきました。

ボランティアの皆様には、早朝からご協力いただき誠にありがとうございました。皆様のご協力により無事に終了することができ、選手から多くの感謝やお礼の言葉をいただいております。

はじめての取り組みで課題は多々ありますが、美波町の持つ自然の素晴らしさと町民の皆様のあたたかい気持ちに支えられた取り組みになりました。

### 参加者の声から…

今回レース自体もそうなんですが交流会、地元の協力の素晴らしさ、アットホームさ、景色…に2日間とても感動しました楽しませていただきました。…(中略)…今大会に参加したんですが、「走らせてくれている家族の優しさ」「走れない辛い時期を思い出したり」「何度もリタイヤが頭によぎるくらいハードなコース」…色々なことが頭によぎり最終500mで涙が自然にあふれ出てきました。

こんな事初めてだったんですが、本当に私の心に一生残るいい大会に参加でき大変嬉しく思っています。

トレイルランニングに出会えて幸せです。

順位	ロングディスタンスクラス	ショートディスタンスクラス
1位	中 辻 悠 貴(福井県) 3時間42分41秒	坂 口 博 信(徳島県) 59分48秒
2位	飴 本 義 一(神奈川県) 3時間46分20秒	磯 村 真 介(神奈川県) 1時間2分28秒
3位	木 村 進(徳島県) 3時間51分14秒	古 山 建 司(徳島県) 1時間8分52秒
ブービー賞	西 澤 元(徳島県) 7時間21分15秒	鳥 井 毅(徳島県) 2時間2分31秒
特別(鑑木)	平 野 真 弓(徳島県)	小 出 貴 美 子(徳島県)



入賞者の皆さんの喜びの様子

この取り組みは、スポーツ夢タウンづくり支援事業を活用しました。

力強く選手宣誓をする  
馬見選手(美波町)と  
平井選手(徳島市)



厳しいレースコース  
を激走する選手



選手を追走する  
ゲストラナーの  
鍋木毅さん

ラストランナーの  
感動のゴール



炊き出しや運営で、  
あたたかく選手と接する  
町民の皆さん



24日の前夜交流会では、  
ヘルスメイトの食事、  
日和佐太鼓やうしお連に  
よる芸能披露があり、  
賑やかに交流しました。



日和佐商工会が抽選会やスタンプ  
ラリーで盛り上げてくれました。  
また、同時に防災ウォーキングも  
おこないました。





●美波町地域包括支援センター総合相談日程

健康相談・介護相談・血圧測定・健康体操など  
(都合により予定変更の場合もあります)

3月		
13日	金	赤松集落センター (10:30~13:00)
25日	水	原ヶ野公民館 (10:30~13:00)
27日	金	木岐公民館 (10:30~13:00)
未定		大戸公民館

【お問い合わせ先】 地域包括支援センター ☎77-1171

●教育委員会からのお知らせ

3月定例教育委員会開催の日程について

日時 平成21年3月30日(月)  
午前9時00分~

場所 美波町役場本庁 教育委員会横会議室

3月 まちの相談カレンダー

3日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター
5日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
		行政相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
10日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター
		人権相談 (9:00~12:00) 日和佐隣保館
11日	水	行政相談 (9:00~12:00) 由岐老人福祉センター
12日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
17日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター
19日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐隣保館
24日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター
26日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
31日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター

町民文芸

由岐句会

尺八の音色ほろほろ芽木の月  
ひつじ波切るタンカーや寒日和  
曾孫の言葉のふえて寒明けける  
冬鷗群れて真昼の鳥鴨  
知りつくす灘の潮筋鯖釣り  
鯖釣り漁師勝負の数を聞く  
ころがりし錠剤ひとつ日脚伸ば  
口笛のつぎは鼻歌寒明くる  
紅梅に風の切れ間のひかりかな  
神の井の海沿い道の花菜かな  
眉山の綾なす光り寒明ける  
身一つに響く狼銃音の昼  
早梅やうす紅少し見え初めて  
無二の友今日退院の梅日和

木岐句会

灘に寄す潮目いびつに鯖東風

青山 文夫

日和佐短歌会

ごろごろの浜に拾ひし巾き石漬け物桶に今も用なす  
若き頃夢中で読みし文学集味会い深くりかえし読む  
吾が庭に凜と咲きたる白梅を道行く人ら眺めつつ褒む  
初会式のぼりはためく瑜珉塔に人の動きぞちらちら見ゆる  
福は内鬼は外ぞと孫が撒くまかれし豆を鬼ひろいおる  
庭の梅一輪二輪咲き初めて道具公をふと思ひ出す  
ゆるやかな流れの底に夕茜ひそと沈めて川暮れてゆく  
春立つ日庭の白梅咲きそろう鶯もはや来鳴く花かけ  
潜きたる水輪ひろがり消える頃ボカリと遠く浮かぶ水鳥  
きさらぎに入りて水面はゆるやかにすべてをつつみ母のごとくに

投稿(短歌)

切り株の上で戦うくわがたのチャンピオン戦つつちやりで終つ  
静寂の黒き家並や冴ゆる月卯ぐ鶯の白き耀き

下町 船越 儀雄

日和佐句会

一枚と畦にぬぎすて春耕す  
擬餌鉤にたやすく釣られ春鰯  
春潮やだるま朝日に魅せられて  
おろしたる靴の軽さや草萌ゆる  
弾みたる大縄とびや春来る  
春立つや大島津島模糊として

岡本 真砂  
福井 咲希  
白河 輝女  
中川 美鈴  
本庄 潮乃  
田川 幸枝

きさらぎの骨身に沁みる沖つ風  
初薬師師の句碑慕い礎のぼる  
春光や樺大樹に幹の瘤  
下戸ふたり舐めるにも似て玉子酒  
ストレスで病む恋猫や医者通い  
夢の森早春の風誘うなり  
春満月海いつばいにせり上がり  
賀状見て暫し故里偲びけり  
小夜時雨間に蠢く軒しずく  
子の子から旅の土産や梅苔む  
立春の心にひびく経を読む  
耕せばすぐに鶉の来て遊ぶ

志尾 多磨子  
名田 祥人  
青山 幸子  
谷 嘉市  
坂井 清  
勝瑞 高春  
名田 みや女  
浜名 文子  
森 延子  
三谷 静枝  
中崎 小夜子  
湊 とおる



町民文芸のコーナーに掲載を希望される  
場合は、総務企画課(☎77-3611)まで  
連絡をお願いします。原稿は毎月10日  
までに提出してください。

お元気ですか ④

# ヘモグロビン3題

由岐病院内科 本 田 壮 一

【著者略歴】

本田壮一（ほんだ そういち）  
 由岐病院院長・阿部診療所所長（兼任）  
 1958年7月、美波町田井の生まれ。富岡西高、徳島大学医学部卒業。徳島大学病院内科、関連病院勤務後、2005年4月より、現職。

医療・福祉分野での用語には、患者さんやその家族にわかりにくい外来語（英語・ドイツ語など）・略語・画数の多い漢字の入った専門用語がたくさんあります。また、説明しようとする、さらに難しい専門用語を使って人間の身体のしくみから説明しなくてはならないことばや、一般の人になじみのある語彙を使って言い換えると、誤解を生じてしまうことばもあります。

難解な医学用語を使わなければならないとき、手書きのメモや図を活用したり、言い換えたりしています（表）。必要度が高いのに難しい用語として、「HbA1c」「予後」「ステロイド」などがあげられています。今回は、ヘモグロビンについて解説します。ヘモグロビンが出てくる用語が3個あり、それぞれについて述べます。

○ヘモグロビン (Hb)

血液の赤い色のもと。ヘモグロビンは赤血球の中に大量にあるタンパクで、体のすみずみまで酸素を運搬する役割を担っています。鉄を含むタンパク質（図）で、少ないと貧血・出血、多いと多血症という病気と診断されます。正常値：男性は13～18g/dl、女性は11～16g/dl。

○ヘモグロビンA1c (HbA1c)

高血糖状態が長期間続くと、血管内の余分なブドウ糖は体内のタンパク質と結合します。この際、赤血球のタンパクであるヘモグロビン(Hb)とブドウ糖が結合したものがグリコヘモグロビンです。このグリコヘモグロビンには数種類あり、糖尿病と密接な関係があるものが、HbA1c（ヘモグロビン・エイワンシーと読みます）です。

赤血球の寿命は、およそ120日（4か月）です。赤血球は、この間ずっと体内をめぐって、血管内のブドウ糖と少しずつ結びつきます。高血糖、すなわち余っている糖が多ければ多いほど、結びつきが増えHbA1cも多くなります。したがって血液中のHbA1c値は、赤血球の寿命の半分くらいにあたる時期の血糖値の平均を反映します。病院の外来で血液検査をすると、その日から1～2か月前の血糖の状態を推定できることとなります。「平均血糖値」と言い換えてよいかもしれません。

正常値：4.3～5.8%で、6.5%以上であれば、ほぼ糖尿病と判断されます。また、糖尿病患者さんの治療の目標は、6.5%未満です。

○便ヘモグロビン

消化管から大量の出血があると、便は「タール便」といって真っ黒になり、一見して出血とわかります。しかし、わずかな出血の場合は、便を見ただけでは判別できません。このわずかな出血を検出して食道・胃・小腸・大腸などの消化管のがんや潰瘍を発見するのに簡単に役立つ検査が「便潜血」です。現在は、ヒトのヘモグロビンだけに反応する検査を行っており、「便ヘモグロビン」と称しています。肉食後も、陽性になりません。

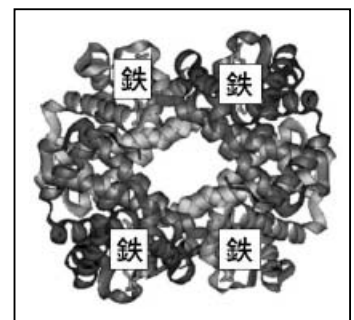
陽性の場合、痔核や大腸ポリープの場合も多く、すぐに大腸がんを心配しなくてもよいですが、もう一度、便潜血検査を行うのではなく、病院で精密検査（大腸ファイバー検査など）を受けることが勧められます。正常は、(-)：陰性です。

以上、少しでもヘモグロビンの意味の理解が進めば幸いです。

表：難しいことばの言い換え（例）

セカンド・オピニオン	他の医師の意見を聞いて、どんな診療を受けるか考える参考のこと。
ウイルス	薬ではなかなか退治できない「ばい菌」。
抗生剤	細菌を退治する薬。
ヘモグロビン	?（本文参照）

図：ヘモグロビン



ご意見・ご感想を歓迎します。

〈由岐病院 FAX：0884(78)0533〉

## ■図書館カレンダー

3月の予定							休館日
日	月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31					

4月の予定							休館日
日	月	火	水	木	金	土	
			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30			

3月14・28日はおはなし会です。午後3時～

『開館日・時間』 火曜日～金曜日...午前10時から午後6時まで

土曜日・日曜日...午前10時から午後5時まで

『休館日』 毎週月曜日(祝日に当たるときは翌日も) 祝日と年末年始

### 子どもたちの元気・笑顔がひろがる作品展

【期間】3月5日(木)～3月25日(水) 【会場】図書・資料館 2階ギャラリー

お確かめ  
下さい!!

ご自宅に返却し忘れていた図書館の本はございませんか？  
今一度、お確かめ下さい。《休館・閉館》時の返却は図書館の  
玄関右にあるブックポストへ返却をお願いします。

# 図書館だより

No.035  
2009年2月号



## ■新着本

- ダブル・ファンタジー 村山由佳
- ブラザーサン・シスタームーン 恩田陸
- 海王 上下 宮本昌孝
- 金魚生活 楊逸
- 猫を抱いて象と泳ぐ 小川洋子
- 反乱する管理職 高杉良
- 煙霞 黒川博行
- 院長の恋 佐藤愛子
- 架空の球を追う 森絵都
- 三悪人 田牧大和
- この胸に深く突き刺さる矢を抜け 上下 白石一文
- 少女 湊かなえ
- 神器 上下 奥泉光
- 千世と与一郎の関ヶ原 佐藤雅美
- 手 山崎ナオコ
- 風花病棟 帚木蓬生
- 食堂かたつむり 小川糸
- アレグリアとは仕事はできない 津村記久子
- 男道 清原和博
- ベンジャミン・バトン数奇な人生 S・フィッツジェラルド
- オバマ ホワイトハウスへの道 阿部直子(訳) 等等

## ■児童本

- のろのろひつじとせかせかひつじ 蜂飼耳
- おそとがきえた 角野栄子
- ミータン泣かないもん ノンタック
- うばのかわ 長谷川摂子
- 子ザルのいちねん 福田幸広
- かえるごようじん ウィリアム・ビー
- しかめつつらあかちゃん ケイト・ベティ
- ドロップドロップ 村山早紀
- ひつじばん あきやただし
- ドーナツだいこうしん レベッカ・ポンド
- ハンバーガーキッドとかせきのまおう やなせたかし
- 椿先生、出番です！ 花形みつる

このほかにも、実用書、趣味の本、児童書や  
絵本などたくさんのお本が入っています。あなた  
の読みたい本が図書館になれば、予約や  
リクエストができます。どんどん申し出てく  
ださい。お待ちしております。

美波町日和佐図書・資料館 ☎0884-77-2733



## 人口と世帯

	前月比
人口	8,355人 (-14)
男	3,894人 (+4)
女	4,461人 (-18)
世帯数	3,558世帯 (-6)

(平成21年1月31日現在)

## 今月の納税

納付期限 3月2日(月)  
国民健康保険税 第6期分

(谷口) (請田) (角田) (二ツ橋)  
(ひとみ) (敬之) (史子) (年子)  
(阿南市) (赤松) (千葉町)

## 婚姻

高尾大西請  
磯崎塚丸田  
千勝由剛由大ひ量  
恵也梨奨渚志季幾とみ之  
( ) ( ) ( ) ( ) ( )  
雅鳳 雷 凛皇和  
太郎 槻 花

## 出生

## 人口動態

預託  
金一封 楠本 文雄様 赤松  
御尊父義夫様の香典返しとして  
金一封 中久 喜昭様 西町  
御子息成志様の供養として  
金一封 竹川 駒野様 桜町  
御主人善滋様の供養として  
指定預託  
金一封 宮脇 富子様 西町  
御主人喜三郎様の供養として西新  
会、西新町寿会へ  
金一封 竹川 駒野様 桜町  
御主人善滋様の供養として桜会へ  
金一封 福島 昭博様 桜町  
御尊父邦光様の供養としてテイサ  
ービスセンター竜宮へ

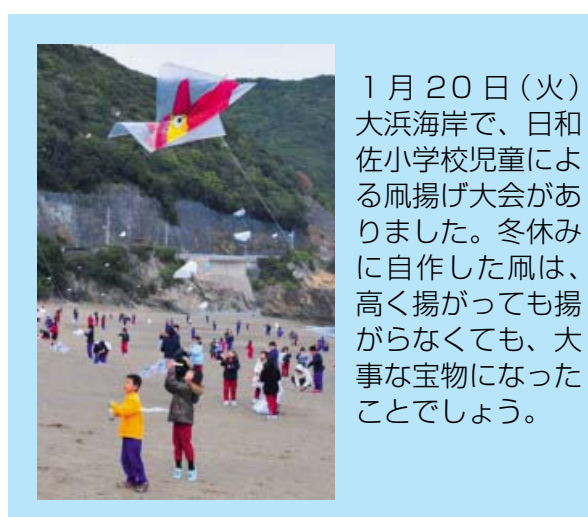
## 社協だより

中野カ 88(赤松)  
空野龍ツミ 75(北河内)  
榎元アルミ 95(井ノ上)  
竹谷慶子 68(西河内)  
福川善光 80(桜町)  
中山邦光 88(桜町)  
影山かず 47(西松)  
奥村忠生 77(赤松)  
片岡智恵 82(木岐)  
和佐善隆 72(桜町)  
小原一英 71(戎町)  
楠本義夫 87(西河内)

## 死亡



1月19日(月)日和佐小学校新築工事起工式が営まれ、工事の安全を祈願しました。



1月20日(火)大浜海岸で、日和佐小学校児童による凧揚げ大会がありました。冬休みに自作した凧は、高く揚がっても揚がらなくても、大事な宝物になったことでしょう。