



迫力ある日和佐太鼓の演奏



満開の桜のもと
多彩な行事が催されました

見事な桜街道へいざスタート



○税務保険課からのお知らせ

①町税及び国民健康保険税の納期及び納税通知書について

平成20年度の町税及び国保税（特別徴収を除く）の納期は次のとおりです。

また、各税目の納期限（各納期の月末）までに税金が納付されない場合、一定期間経過後に督促状が発せられ、1件100円の督促手数料がかかりますので、納期限を忘れずに納付してください。

なお、納税通知書は、各税目ごとに1年分を1冊にまとめた冊子形式となっていますので、紛失等しないよう大切に保管してください。

また、納付の際に督促状や随時用の納税通知書で納付された場合は、二重納付の原因となりますので、当初にお送りした納税通知書と合わせて保管してください。

○町税の納期限

税目	期別	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
軽自動車税	1期	1期											
固定資産税	3期		1期				2期			3期			
個人町民税	3期			1期			2期			3期			
国民健康保険税	6期				1期	2期		3期	4期		5期	6期	

国民健康保険税の特別徴収対象者の方は、年金支払月毎に特別徴収させていただきます。

②口座振替制度の利用について

町税等の納付には、「安全」で「便利」な口座振替制度の利用をお勧めします。納付書により直接役場などに納めに行く手間が省け、また、納期限を忘れてしまうことなく、納め忘れもありません。

新たに口座振替を希望される方は、預金通帳、印鑑、納税通知書を持参のうえ、町内各金融機関の窓口で手続きをしてください。

なお、口座振替利用者の方には、領収書の発行は省略させていただいており、1年間の町税の納期限が全て終了した3月上旬に「町税口座振替領収済通知書」により1年間に納付していただいた町税等の納付状況をお知らせいたします。（確定申告等に必要な国保税の納付証明書は、随時発行できますので税務保険課又は由岐支所住民室までお問合せください。）

【お問い合わせ先】 役場税務保険課 ☎ 77 - 3615 由岐支所住民室 ☎ 78 - 2211

平成20年度美波町育英奨学金を希望される方へ

美波町教育委員会では、優秀な人材を多く育成することを目的に、経済的な理由で就学が困難な学生に奨学金を貸与します。

資格要件等

- ①町内に住所を有する者の子弟で、大学（短大・高専・各種専門学校を含む）、高校に在学し又は入学が決定している者
- ②学業及び人物が優秀で心身ともに健全な者
- ③学資の支弁が困難と認められる者
※他の奨学金と重複してもさしつかえありません。

奨学金貸与額（月額）

・大学等4万円 ・高校2万円

利子

無利子

返還期間

卒業1年後から10年以内。但し年間の返還額が大学等で12万円、高校で6万円を下まわるとは出来ません。（短大の場合は、返還期間が8年となります。）

貸与者の決定

貸与人数が限られておりますので、審査委員会を開催して貸与者を選考します。

申請方法

申請書類は教育委員会にありますので、お問い合わせください。

申請期限

平成20年5月20日（火）までに教育委員会へ

問い合わせ先

美波町教育委員会 ☎ 77 - 3620

※3月号の同記事で、申請方法・期限の欄に教育委員会分室と記載しておりましたが、誤りですので訂正してお詫び申し上げます。

平成20年度 美波町 ゴミ収集分別表

◆可燃ゴミ (もやせるゴミ)

厨芥類

残飯・貝類など台所ゴミ等、レトルト食品の銀色のパック

注) 水分を十分にきって下さい。

紙類

新聞紙・雑誌・チラシ等は、各紙類ごとに分別して、ひも等で束にして出して下さい。

布類

ふとん、シーツ、衣類・靴(革製品含)、長靴、はぎれ、ぬいぐるみ、ジュタン、カーペット等

注) ふとん1枚につきごみ袋(大)を1枚つけて下さい。

木くず

板ぎれ、棒ぎれ、竹

注) 木ぎれ、板ぎれなどは最大幅 50 cm × 50 cm × 厚さ 5 cm 以内のもの

合成品類

買い物袋等ビニール類

合成製品

硬度プラスチック容器(おもちゃ、発砲スチロール等)

ビニールホース(長さ 50 cm 未満)

ビデオ・カセットテープ

トレイ 資源ゴミ対象外

資源ゴミ対象外トレイ、カップ麺の容器

その他

タタミ(6等分に切断)、乾燥剤、湿布、ハミガキチューブ、食用油容器(プラスチック製)、納豆のパック、マヨネーズ・ケチャップ容器、資源ゴミ対象外ペットボトル

◆資源ゴミ (分別ゴミ) ※水洗いをして出して下さい。

缶

20 cm × 20 cm × 20 cm 未満(縦×横×高さ)が対象です。

ガラスびん 茶色・無色・その他


口のリング等を取り除きガラスびんだけ出して下さい。

注) 化粧品ガラスびんは、不燃ゴミへ出して下さい。

紙類

段ボール・牛乳パックは、各紙類ごとに分別して、ひも等で束にして出して下さい。

ペットボトル

マークが対象です。

プラスチック製洗剤容器

シャンプー・洗剤等の容器が対象です。

注) 洗濯のり・トイレ用洗剤の入っていたプラスチック製洗剤容器は、可燃ゴミへ出して下さい。

トレイ

食品用の白色が対象です。

注) ビニールコーティングがしてある容器は可燃ゴミへ出して下さい。

◆不燃ゴミ (もやさないゴミ)

家電用電化製品

ラジオ、ステレオ、掃除機、電器ストーブ、扇風機、トースター、炊飯器等

ガス器具

炊飯器等、ガスコンロ

金属製品

三輪車、やかん等、ストーブ(灯油を抜いて出して下さい)

ガラス製品

ガラスコップ等、板ガラス

陶器類

茶わん、コップ、皿、植木鉢等

その他

ポリタンク(空にして出して下さい)

資源ゴミ対象外の缶、ビン、使いすてカイロ、傘、造花、自転車、チューブ、乾電池

危険ゴミ

火気厳禁表示のある缶、可燃ガス缶、スプレー缶等は水中で大きな穴を開けて出して下さい。

電球や蛍光灯については、紙等に包みテープで留めて出してください。

◆粗大ゴミ ※ゴミ袋1枚(大)を付けて下さい。

家電用電化製品

レンジ、モーター類(洗濯機のモーターより大きいもの)等

家具類

応接セット、ベッド、スポンジマット、タンス、ジュタン、カーペット等(切断できる場合、可燃)

金属製品

スチールイス、スチール机、スチールロッカー、パイプイス、自転車、乳母車等

鉄棒・針金・物干し竿(長さ 1.8m 以内が対象)

トタン板は長さ 1.8m × 幅 90 cm 以内が対象

ゴミを出す時はカレンダーで確認のうえ、当日の朝出すようお願いいたします。資源ゴミ(分別ゴミ)は午前7時から8時までに指定の場所へ出すようお願いいたします。

水洗いした木の割りばしは、美波町社会福祉協議会で回収しています。

平成20年5月1日から戸籍の窓口での本人確認が始まります

戸籍謄本・住民票等の請求の際に窓口で「本人確認書類」が必要になります。
（「戸籍法の一部を改正する法律」等の施行によります。）

「本人確認」に必要な書類は、運転免許証、パスポート、写真付き住民基本台帳カードなど。
このような、官公庁発行の写真付身分証明書は1点のみの提示で結構です。

上記のような写真付身分証明書をお持ちでない方は、健康保険証、年金手帳などを2点以上提示していただきます。

なお、本人であることを証明するものが何も無い場合は、窓口で本人確認のためのご質問をさせていただきますのでご協力をお願いします。

代理の方が請求するときは、代理の方の「本人確認」を行うとともに、さらに委任状による代理権限の確認も行います。

☆委任状には

日付、委任者（頼む人）の署名と押印、使用目的、提出先、必要な通数、代理人（窓口にくられる方）等の記入が必要になります。

本人以外、第三者による請求の場合は、窓口にくられた方の「本人確認」を行うとともに、「正当な理由」を請求書に詳しく記入していただきます。

戸籍に記載されている方、またはその配偶者、直系の親族の方（以下「本人等」といいます）は、戸籍謄本等を利用する理由を書く必要はありません。本人等以外の方については、「正当な理由」を請求書に詳しく書いていただきます。

☆「正当な理由」には

自分の権利を行使したり、自分の義務を果たしたりするために戸籍の内容を確認する必要があること、国や地方公共団体の機関に提出する必要があることなどが当てはまります。

また、弁護士、司法書士、土地家屋調査士、行政書士など、これまで請求理由を書く必要がなかった職種の方も、今後は請求理由を書いて請求していただくことになります。

☆不正な請求のときには

偽り、その他の不正な手段によって戸籍謄本等の交付を受けた者は、刑罰（30万円以下の罰金）が科されます。

郵便で請求するとき

本人確認書類の写しを同封し、返送先は現住所となります。

戸籍の届出のとき

婚姻、協議離婚、養子縁組、協議離縁または認知の届出（以下「縁組等の届出」といいます）についても「本人確認」が必要です。

戸籍窓口に来られた方について「本人確認」を行います。

窓口に来られた方が本人確認書類を忘れて、使いの方が届書を窓口を持って来た場合には、「縁組等の届出」が受理されたことをご本人に通知します。

※ご理解・ご協力をお願いいたします。

【お問い合わせ先】 役場住民福祉課 ☎77-3613 支所住民室 ☎78-2212

愛玩鶏を飼っている皆さまへ

清掃と消毒の徹底は、一番の鳥インフルエンザウイルスの侵入防止対策です

高病原性鳥インフルエンザ発生予防のため、次のことにご注意ください。

- 飼育舎の周辺に防鳥ネットを張るなど、スズメなどの野鳥が鳥小屋に侵入するのを防止してください。
- ネズミ等の野生小動物が鳥小屋に入らないようにしてください。
- 飲み水は新鮮な水道水を与えてください。
- 「ゼロのつく日は県下一斉の消毒日です。」鳥小屋は常に清潔にし、毎月3回（10日、20日、30日）以上消毒しましょう。
- 鳥小屋から出る際は、手洗いをし、靴底の消毒をしてください。
（消毒液は市販の虐政石鹸を1000倍希釈して使用してください）

なお、飼養されている鳥が突然多数死亡した場合などの異常がありましたら、速やかに美波町産業振興課（☎77-3617）または徳島家畜保健衛生所阿南支所（☎0884-22-0344）まで連絡してください。

火葬業務についてのお知らせ

今年度より午前（10時）からの火葬が可能となりました。

【お問合せ先】 役場住民福祉課 ☎77-3613
支所住民室 ☎78-2212

美波町役場（本庁・支所）における勤務時間のお知らせ

平成20年4月1日から勤務時間の変更により、各種窓口の開設時間を下記のとおり実質的に15分延長しています。

これまでの勤務時間 午前8時30分～午後5時15分まで
↓
変更後の勤務時間 午前8時30分～午後5時30分まで

美波町スポーツ少年団に入団しよう

美波町スポーツ少年団では、平成20年度の団員を募集中です。

スポーツ少年団は、①生涯スポーツの基礎づくり ②スポーツを通じての教育 ③地域クラブとしての活動 を取り組んでおります。

自分の興味関心のあるスポーツ活動に参加してみませんか？

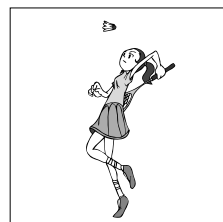
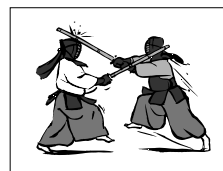
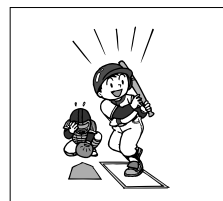
また、スポーツ少年団には、団員として、指導者として、育成母集団として、関わり方はいろいろです。

子どもたちの活動を支える大人の仲間も募集しています。

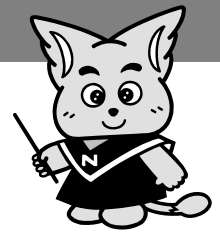
入団希望やお問い合わせは、日和佐公民館（TEL：77-0028）

由岐公民館（TEL：78-0007）まで連絡ください。

種 目	会 場	曜 日	時 間
野 球 (日和佐支部)	日和佐小学校	火・金	17:00～19:30
	赤松グラウンド	水・木	17:00～19:30
野 球 (由岐支部)	由岐小学校	火・木・金	17:30～19:30
バレーボール (日和佐支部)	日和佐小学校	火・木・金	17:00～19:00
バレーボール (由岐支部)	由岐小学校	火・金	17:30～20:00
	木岐小学校	水	17:30～20:00
剣 道	日和佐小学校	火・木	17:30～19:30
バドミントン	日和佐小学校	月・水	18:00～20:00
		金	19:00～21:00
サ ッ カ ー	日和佐小学校	水	17:00～19:00
		日	10:00～12:00



国民年金だより



国民年金の手続き（種別変更）はお済みでしょうか？

就職や退職、結婚などで加入者の種別が変わったときは、14日以内に手続きをすることが必要です。

届け出をしなかったために、将来の年金額等に影響が出る場合がありますので、必要な手続きは早急に済ませましょう。

■国民年金の加入者は3つの種別で分けられます

- 第1号被保険者・・・自営業、学生など（第2号、第3号被保険者以外の方）
- 第2号被保険者・・・会社員などの厚生年金保険・共済組合等の加入者
- 第3号被保険者・・・会社員などの（第2号被保険者）に扶養されている配偶者

■種別が変わるときには届出が必要です

現在の種別	種別が変わる事由	変更後の種別	必要な届け出	届け出先
第1号	就職して厚生年金か共済組合に加入した	第2号	資格喪失届	事業所
	会社員と結婚して被扶養配偶者となった	第3号	種別変更届	事業所
	夫が就職して、被扶養配偶者になった	第3号	種別変更届	事業所
第2号	転職して自営業になった (被扶養者配偶者も第1号被保険者になります)	第1号	資格取得届 (種別変更届)	市町村役場
	会社を退職して自営業者の妻となった	第1号	資格取得届	市町村役場
	会社を退職して会社員の被扶養配偶者になった	第3号	資格取得届	事業所
第3号	夫が会社を退職した	第1号	種別変更届	市町村役場
	会社員の夫と離婚した	第1号	種別変更届	市町村役場
	収入が増え、被扶養配偶者でなくなった	第1号	種別変更届	市町村役場
	夫が亡くなった	第1号	種別変更届	市町村役場
	会社に就職して被扶養配偶者でなくなった	第2号	資格喪失届	事業所
	夫が転職し、厚生年金から共済組合または共済組合から厚生年金に変わった	第3号	種別確認届	事業所
未加入	会社などに勤めていない人	第1号	資格取得届	市町村役場
	20歳未満で就職し、厚生年金か共済年金に加入した	第2号	届出不要	-

□平成20年5月から社会保険事務所の窓口での現金（保険料）領収を廃止します

年金記録問題につきまして、皆さまには大変ご迷惑とご心配をおかけし、深くお詫び申し上げます。

社会保険庁におきましては、コンビニ納付やクレジットカード納付の導入など、納めやすい環境づくりに取り組み、下記のように納付方法の多様化も進んでまいりました。今般、これらの納付方法による納付を促進するとともに、不適切な取扱いの再発防止策の一環として、平成20年5月から、原則として社会保険事務所の窓口における国民年金保険料の現金領収を廃止することといたしました。

今度の国民年金保険料の納付につきましては、下記の方法により納付していただきますよう、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

- ①国民年金保険料納付書による納付〈納付場所〉
 - 全国の銀行、信用金庫、信用組合、労働金庫、農協・漁協等の金融機関
 - 郵便局 ○コンビニエンスストア
- ②口座振替による納付〈申し込み手続きを行う窓口〉
 - 全国の銀行、信用金庫、信用組合、労働金庫、農協・漁協等の金融機関
 - 郵便局 ○社会保険事務所
- ③クレジットカードによる納付〈申し込み手続きを行う窓口〉
 - 社会保険事務所 ※ご利用につきましては、社会保険事務所にお尋ねください。
- ④電子納付(Pay-easy)が利用できます

国民年金保険料の納付書は、Pay-easy(ペイジー)対応のATM、インターネットバンキング等を利用して納付することができます。Pay-easy(ペイジー)がご利用いただけるかどうかは納付の際にご利用の金融機関にお問い合わせください。

(注) 社会保険事務所から保険料の督促等をした場合などは、当分の間、社会保険事務所の窓口でも現金による納付を受け付けます

【お問い合わせ先】 徳島南社会保険事務所 ☎088-652-1511

2008 日和佐さくらまつり



3月25日から4月10日まで「2008 日和佐さくらまつり」が開催されました。期間中の4月5日は親水公園でお琴の演奏やお手玉演舞、日和佐川でのカヤック体験が催され、翌日6日には薬王寺境内において日和佐太鼓の演奏や商工会女性部によるお餅の接待、表千家茶道教室によるお茶会が開かれ、2日間とも好天に恵まれ満開の桜のもと大勢の人でにぎわい好評でした。



美波ちゃん いらっしゃ〜い

3月29日(土) 国民宿舎うみがめ荘で昨年に引き続き合併2周年を記念し、県内外から町名と同じ名前の「美波ちゃん」10名を含むその家族36名をお迎えし、記念パーティーを開催しました。

参加者はバースデーケーキを作ったり、写真を撮りあったり親交を深めていました。



「国民の宿うみがめ荘」新たなスタート



1964年(昭和39年)から44年に渡り皆様にご愛顧いただきました「国民宿舎うみがめ荘」は、4月1日より「国民の宿うみがめ荘」と名前を変え、民間経営による新たなスタートをきりました。

4月6日(日)には、新たな門出を祝いもち投げをし、多くの方でにぎわいました。

美波町役場組織・職員配置表

(平成20年4月1日付)

町 長	藤 井 格
副 町 長	中 東 覚
収 入 役	別 宮 憲一郎
教 育 長	谷 崎 満 則
総務企画課 77-3611 77-3616	課 長 影 治 信 良
	課長補佐 磯 野 晴 幸
	企画心得 鶴 木 敏 夫
	主 査 岸 本 博 志
	係 長 浜 孝 至
	係 長 宝 木 由起美
	係 長 永 本 嘉 彦
	事務主任 山 岡 伯 美
	事務主任 小 田 憲 司
	用 務 員 入 江 幸 枝
海部消防出向 後期高齢者医療 広域連合出向	住 田 浩 一 芳 川 浩 典
消 防 防 災 課 77-3619	課 長 寺 内 康 博 係 長 浜 棚 田 浩 史 事 務 主 任
住 民 福 祉 課 77-3613 77-3614	課 長 田 川 仁 重
	高齢者福祉監 原 千代子
	課長補佐 浜 西 清 治
	課長補佐 坂 本 理 宏
	主 査 高 岸 生 修
	主 査 島 田 仁 美
	係 長 村 田 仁 美
	事務主任 吉 田 みどり
	事務主任 外 磯 千 博
	事務主任 西 川 史 洋
技 師 天 野 敏 幸	
技 師 青 木 俊 文	
技 師 前 山 伸 一	
技 師 関 博 文	
技 師 西 本 孝 史	
税 務 保 険 課 77-3615	課 長 山 路 和 秀
	課長補佐 山 本 浩 一
	係 長 島 村 春 男
	係 長 別 宮 真 希 子
	係 長 秋 山 和 彦
	事務主任 喜 田 高 康
産 業 振 興 課 77-3617	課 長 栗 林 健 二 郎
	課長補佐 武 田 和 幸
	係 長 前 野 充 則
	係 長 濱 隆 宏
	係 長 賀 喜 正 史
事務主任 小 笠 雅 信	
建 設 課 77-3618	課 長 鈴 木 義 勝
	工事検査監 草 野 裕 作 係 長 勘 場 瀨 貴 志

会 計 課 77-3612	係 長 鍛 冶 淳 也
	技術主任 西 口 英 樹
地域包括支援センター 77-1171	事務主任 福 島 康 人
	事務主任 戎 井 満 弥
隣 保 館 77-1199	書記 大 地 辰 弥
	課 長 山 田 由 美
子 ども セ ン タ ー 77-0133	係 長 山 岡 理 香
	センター長 山 口 ま す み
日 和 佐 幼 稚 園 77-0133	課長補佐(保健師) 成 松 清 枝
	館 長 近 藤 和 人
日 和 佐 保 育 園 77-0092	センター長 松 本 晋 児
	係 長 井 上 明 美
赤 松 保 育 園 79-3001	園 長 新 開 貴 美 代
	教 諭 高 原 ゆ かり
児 童 館 77-2111	教 諭 近 藤 あ ゆ み
	教 諭 木 元 登 志 美
児 童 館 77-2111	園 長 照 本 喜 三 子
	主任保育士 東 田 久 代
児 童 館 77-2111	保育士 山 内 美 栄 子
	保育士 森 口 幸 代
児 童 館 77-2111	保育士 吉 岡 美 砂 子
	保育士 上 佐 有 子
児 童 館 77-2111	保育士 左 海 恵 実 子
	園 長 二 宮 泰 代 子
児 童 館 77-2111	教 諭 東 浦 洋 子
	館 長 福 寿 幸 子

住 民 室 78-2211 78-2212	支 所 長 濱 浩 治
	室 長 谷 口 和 江
	室長補佐 藤 井 隆 司
	室長補佐(保健師) 木 内 万 紀 子
	室長補佐 花 木 美 名 子
	主 査 向 井 田 雅 史
	係 長 郡 明 子
	係 長 大 三 千 晴
	係 長 寒 川 三 知 子
	事務主任 濱 行 洋 美
地 域 振 興 室 78-2214	保健師 岡 本 理 恵
	保健師 榊 一 美
	管理栄養士 中 崎 真 理
	管理栄養士 久 米 美 智
	室 長 小 坂 進
	室長補佐 中 林 伸 次
	室長補佐 別 宮 亀 弘
	係 長 鈴 木 岳 仁
	係 長 猪 谷 隆 哉
	事務主任 蔵 田 智 哉
搬 送 班 78-1778	班 長 本 田 政 芳
	副 班 長 尾 光 明 之

2008 桜街道・夢マラソン

4月6日(日)、春のおだやかな天候に恵まれ2008桜街道・夢マラソンが745名の参加者のもと盛大に開催され、参加したランナーたちは満開の桜街道を懸命に力走していました。レース後には今大会でしか食べることのできない体協特製の『幻のうどん』に長い列ができていました。



あと少し、がんばれ!!



亀さんマラソンスタート



見事完走! 歓喜のゴール



お母さん、おつかれさま



大人気!! 体協特製うどん

2008 桜街道・夢マラソン結果

●ハーフマラソン (21,0975 km) 参加者: 325名

男子の部	第1位	東山圭佑 (勝浦町)	1時間16分47秒
	第2位	大上義仁 (徳島市)	1時間17分13秒
	第3位	松岡英明 (阿南市)	1時間18分52秒

女子の部	第1位	佐藤祐子 (吉野川市)	1時間37分11秒
	第2位	先田由紀 (北島町)	1時間37分18秒
	第3位	鈴木基恵 (徳島市)	1時間37分43秒

●ロードレース (3.0 km) 参加者: 77名

男子の部	第1位	蒲生悠太 (美波町)	9分25秒
	第2位	福島利幸 (海陽町)	9分34秒
	第3位	原線李 (徳島市)	9分34秒

女子の部	第1位	土壁真紀 (海陽町)	11分40秒
	第2位	岡崎葵 (牟岐町)	11分44秒
	第3位	蒲生千尋 (美波町)	12分02秒

●亀さんマラソン (2.0 km) 参加者: 343名

男子の部	第1位	古田祐樹 (上勝町)	6分46秒
	第2位	椎平孝夫 (徳島市)	6分48秒
	第3位	丹生大三 (那賀町)	6分50秒

女子の部	第1位	三宅明穂 (丸亀市)	8分53秒
	第2位	植野結衣 (高松市)	8分59秒
	第3位	新矢麻帆 (美波町)	9分00秒

みなみのスポーツ

“スポーツネットワーク ひわさ夢くらぶ” が設立されました

町内では【ゆきスポーツクラブ】に続いて、また県内では20番目の総合型地域スポーツクラブとして、3月30日(日)に設立総会が開かれ、【スポーツネットワーク ひわさ夢くらぶ】が設立されました。

スポーツネットワーク ひわさ夢くらぶは、スポーツ活動の「する」「見る」「支える」「創る」という取り組みを通じて、スポーツなかまの輪を広げ、元気で笑顔あふれるまちづくりに貢献していきます。

ただ今、スポーツなかま募集中です。詳しくは、くらぶ事務局(日和佐公民館内: TEL77-0028)まで



総会の様子



会長に選任された張西氏の挨拶

平成20年度の主な事業予定
○定期的なスポーツ活動の実施

教室名	日程	時間
ジュニア体操教室	毎週金曜日	18:30~
卓球クラブ		19:00~
ヘルシーエクササイズ教室		19:30~
空手道教室		19:00~
剣道・居合道教室	毎週月土曜日	20:30~
ソフトバレーボールクラブ		19:00~

- 指導者等研修の実施
- 交流イベントの開催
- 広報・啓発活動の実施

※会場は全て日和佐総合体育館となります。

このようなパンフレットと募金箱に注目です



“子ども元気アップ募金” に協力してください

現在の子どもたちは、体力の低下傾向や肥満傾向児の増加など、規則正しい生活習慣の確立が求められ、遊びやスポーツ活動を日々の生活の中に取り入れることが望まれております。スポーツネットワーク ひわさ夢くらぶでは、子どもたちの元気づくりをサポートすることも活動指針のひとつとしていて、この子ども元気アップ募金はその活動の1つです。

子ども元気アップ募金は、「子どもたちに、元気を、たくましさ、そしてやさしさ」をテーマに子どもたちが遊びやスポーツができる環境づくりを目指した募金活動です。あなたのちょっとした気持ちが、子どもたちの笑顔を育みます。ご協力お願いします。

ただ今、設置協力店を募集しています。詳しくは、くらぶ事務局(日和佐公民館内: TEL77-0028)まで

あなたは、心地よく、そして深く眠っていますか？

日和佐公民館において、3月30日(日)に、川田誠一先生(高知県: 睡眠医療センター所長)を講師として、「心地よく眠る大切さから考える健康づくり講座」が開催されました。講座では、運動と食事と睡眠の関連、睡眠障害の現状、メタボリックシンドロームや睡眠時無呼吸症候群の症状と危険性などからひとときながら、睡眠の重要性をお話いただきました。昔から「よく学び、よく遊び、よく眠る」と言いますが、大人も今の生活習慣を一度振り返ることが必要なようです。



講座の様子

快眠のためのポイント(睡眠衛生の視点から)

- 朝に床から離れる時刻を一定にすること。(休日も気をつけよう)
- 朝に太陽の光を、朝食もしっかりとること。(朝の光で脳を、朝食で体をリセットしよう)
- 規則的な運動習慣を取り入れること。
- 週に2回以上の昼寝はしないこと。
- 床の中で長時間過ごさないこと。
- 床の中で睡眠とは関係ない行為を避けること。
- 床に入るすぐ前に、アルコール・カフェイン・ニコチンなどを摂らないこと。

睡眠時無呼吸症候群

悪循環を断ち切ろう

メタボリックシンドローム

“健康吹き矢” はじめてみませんか？

的に当たった爽快感、命中率を高めようとする集中力、腹式呼吸による血液循環促進と内臓の活性化など多くの効果があり、さらに楽しく気軽にできるニュースポーツが健康吹き矢です。

3月30日(日)に日和佐公民館で体験会を行い、参加者は健康吹き矢の魅力を堪能しました。興味関心のある方、継続してやってみたいと思う方は、日和佐公民館まで連絡ください。健康吹き矢を通じて、新しいスポーツなかまの輪を広げませんか？



体験会の様子

労働保険の年度更新のお知らせ

平成20年度の労働保険の年度更新の時期がまいりました。

平成19年度分の確定保険料と、平成20年度分の概算保険料の申告・納付手続を「労働保険確定・概算保険料申告書」により5月20日(火)までに行ってくださいようお願いいたします。

【お問い合わせ先】

徳島労働局 労働保険徴収室
☎ 088 - 652 - 9143

5月 まちの相談カレンダー

1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
8日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
13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) 隣保館
14日	水	行政相談 (13:00~15:00) 由岐老人福祉センター
15日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 隣保館
20日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター
22日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター
27日	火	心配ごと相談 (13:00~15:00) 地域交流支援センター
29日	木	心配ごと相談 (9:00~12:00) 日和佐老人福祉センター

町民文芸

由岐句会

鯉五郎いくたび跳ねて潮満ちくる
恋叶うとみくじに出たり四月馬鹿
四月バカ漁の夢見る余生かな
草餅を口いっばいに頬張る子
二階まで何をしに来た四月馬鹿
すぐばれる作り話や四月馬鹿
老いらくの恋の破れし四月馬鹿
風光る沖に向く墓ねんごるに
四月馬鹿かつぐ気分もピンク色
四月馬鹿昨日の事を忘れけり
セールの言葉巧みや四月馬鹿
葱坊主添えて活花整えり
今日だけの嘘を育てて四月馬鹿

木岐句会

霊山の鐘の余韻や白椿
老斑の手の裏おもて啄木忌
瑜祇塔の照明に映ゆ夜の桜
椿山木の間に青き海透けて

日和佐短歌会

車窓より生家の見えて庭先に父母あることき紅梅の咲く
さえずりて裏山越しにほのぼのと春告げくれる鳥の愛らし
我が植えし杉はいつしか大木に山の公害花粉を宿す
一歩一歩ふみしめながらウオーキング重ねる年を若くありたい
海からの潮の香りを運びくる風に吹かれて心安らぐ
ありなしの風に薔薇の芽ゆれており路地に音なき昼の狭庭に
早咲きの桜今年もおすそ分け向三軒両隣へと
そのかみの難流しの古事さながらに女童乗せし小船下り来

投稿 (短歌)

いつしかにひらく四枚の花びらの丸まりてゆく菜の花ばたけ
遥なる里の山並み霞み来てさえずり遠きうぐいすの声

夕映えに枝垂れ桜の花燃える
師の句集開けて一ト日や春しぐれ
二三戸の大蛇の里や梅古木
花筏途方に暮るる淀み川
マラソンの走者道ずれ桜南風
万蕾の天指して立つ山つつし
春夕焼染まる長崎みなとかな
山里の春を迎えて残り雪
戸板屋根ドラム打つこと菜種梅雨
百千鳥奏で安らく島の墓地

日和佐句会

花筏風の船頭待ちいたり
一団の遍路に磴をゆずりけり
若桜囲みて浜のとなり組
帰郷子へみどりあざやか若布汁
春耕やか黒なる土匂いたつ
空洞を鏝う皮よりひこばえす

投稿 (俳句)

さくら湯を入れて一人の午後三時

田川 幸枝
鈴木テルエ
栗林 和子
中野 瑛子
福井 郁子
本庄たゑ子
豊崎マツエ
谷崎 吉加

下町 昭
船越 儀雄



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。

藤 紀代美

田川 幸枝
本庄 潮乃
中川 美鈴
白河 輝女
福井 咲希
岡本 真砂

名田みや子
浜名 文子
山下美千子
青山 幸子
湊 とおる
勝瑞 高春
坂井 清
山下 恒夫
谷 嘉市
青山 文夫

2008 (平成20) 年度 隣保館教養文化活動講座生募集 !!

隣保館では町内の皆様と各種講座を通じて相互交流を促進するために教養文化活動の講座生を募集します。お誘い合わせの上、ご参加下さい。

※各教室とも受講希望の方は、平成20年5月9日までに隣保館（☎77-1199）へお申し込みください。定員を超える場合は抽選にて決定します。決定した方には通知をお送りいたします。

講座名 (募集人数)	講座開催日	開始時間	場所	講師
太極拳 (12名)	毎月第1・3火曜日	午後7:00～	教養娯楽室(2F)	岡本裕之先生
水墨画 (10名)	毎月第2・4金曜日	午後7:00～	教養娯楽室(2F)	木内和美先生
パッチワーク (7名)	毎月第2・4火曜日	午後1:30～	教養娯楽室(2F)	松代映子先生
ギター(初級) (20名)	毎月第2・4土曜日	午後2:00～	教養娯楽室(2F)	竹内岩夫先生
石のかめづくり (10名)	第2・4月曜日(6月～8月)	午後7:00～	保健衛生室(1F)	関原順子先生

日和佐病院だより



外科の新しい先生が 就任しました！



花岡先生は、大阪医科大学医学部を卒業し、徳島大学病院、徳島県立中央病院、松山赤十字病院、兵庫県立淡路病院で活躍されてきました。

外科医長 はな **花** おか **岡** じゅん **潤** 医師

4月からの外来診療予定

【外科】

	月	火	水	木	金
午前	花岡 潤	花岡 潤	花岡 潤	休 診	休 診
午後	花岡 潤	花岡 潤	花岡 潤	休 診	休 診

※月、火、水の午前には内視鏡検査(胃カメラ)行っております。
(希望の方は事前に予約をお願いいたします。)

【内科】

	月	火	水	木	金
午前	川井尚臣	川井尚臣	川井尚臣	田中千春	山部一恵
午後	川井尚臣	花岡 潤	田中千春	田中千春	新居英二

【整形外科】

	月	火	水	木	金
午前					
午後				殿谷隆一	

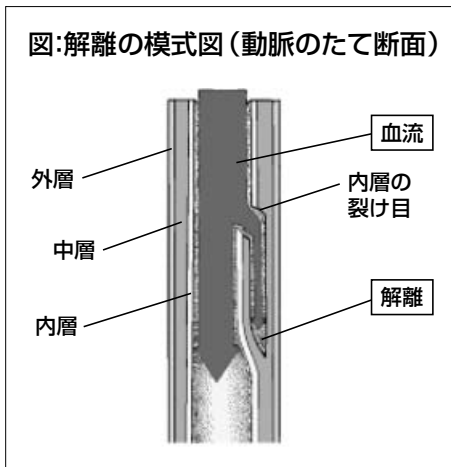
お元気ですか

大動脈の解離

由岐病院内科 本田 壯一

大動脈壁の内層が裂けてしまう死亡率が高い病気について解説します。動脈は、3層からできています。大動脈壁の内層が裂けると、その裂け目に血液が勢いよく流れこみ、まだ無傷のままの外層から中層を引きはがします。その結果、大動脈壁に偽の血流路ができます(図)。これを「大動脈解離」といいます。

この病気は、動脈壁がもろくなったために起こります。最もかかわっているのは高血圧です。また、マルファン症候群などの遺伝性の結合組織の病気でも起こります。まれに、血管造影検査などでのカテーテル挿入中の事故で起こることもあります。



典型的な症状は、「引き裂かれるような」突然の激痛です。最も多いのは胸の痛みですが、背中に感じられることもあります。この痛みは大動脈にそい、解離が広がるにつれて移動します。

解離が進行すると、大動脈から分かれている動脈の分岐部がふさがれ、血流がとぎれることがあります。したがって、どの動脈が詰まるかによって様々な症状が出ます。脳へ血液を送る動脈がふさがると脳梗塞(半身の麻痺、言語障害など)が、心筋へ血液を送る冠動脈がふさがると心筋梗塞(ショック、不整脈など)が、腸へ血液を送る腸間膜動脈がふさがると突然の腹痛が、腎臓へ血液を供給している腎動脈がふさがると腰痛が、脊髄動脈がふさがると神経が損傷を受け、異常感覚や手足を動かせなくなる症状が起こります。解離した部位から血液が漏れ出して胸部にたまることもあります。解離部位が心臓に近い場合には、漏れ出した血液が心臓のまわりにたまる場合があります。この状態になると心臓は血液を十分に受けとることができなくなり、命にかかわる「心タンポナーデ」になります。

強い胸痛があるのに、心電図で心筋梗塞の変化が

【著者略歴】

本田 壯一 (ほんだ そういち)
 由岐病院院長・阿部診療所所長(兼任)
 昭和33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、平成17年4月より、現職。

ないとき、解離が疑われます。X線を通さない造影剤を注射して行うCT検査が、素早く確実に大動脈解離が描出されるため、緊急時に役立ちます。心エコー検査も、大動脈解離の診断に有用です。

大動脈解離が疑われると、救急搬送し、ICU(集中治療室)でバイタルサイン(脈拍・血圧・呼吸数)を監視します。死亡するのは、大動脈解離が発生した2~3時間後です。できるだけ早く薬を投与し、血圧を下げる必要があります。心臓血管外科では、手術を行うか、手術せずに薬物療法を続けるかを決定します。手術では解離した大動脈をできるだけ広範囲に切除し、大動脈壁の中層と外層間の偽の血流路を閉じ、人工血管で大動脈を再建します。

手術を受けた人も含め大動脈解離を起こした人は、その後の生涯を通じ、血圧を低く保つよう薬物療法を続ける必要があります。

3月号までのテーマをまとめました(表)。このコラムが、健康増進の参考になれば、幸いです。

表: タイトル一覧(平成18年7月~平成20年3月)

No.	年月	テーマ
No.1 から No.8 は、旧由岐町役場便りに連載		
9	H18年7	睡眠時無呼吸症候群
10	月	病院で働く人々
11	8月	テクノストレス
12	9月	アミラーゼ
13	10月	嚔下性肺炎
14	11月	糖尿病とインスリン
15	12月	インスリン注射
16	H19年1	何科へ(専門科)
17	月	鼻からの胃カメラ
18	2月	血栓症の予防
19	3月	脳梗塞の予防
20	4月	爪のケア
21	5月	骨折の予防
22	6月	認知症の早期発見
23	7月	乗り物酔い
24	8月	脂質異常症
25	9月	新型インフルエンザ
26	10月	年末年始と飲酒
27	11月	トリアージ
28	12月	笑う門には?
29	H20年1	プラス1000歩

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

5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

6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					

5月10・24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

図書館だより

No.025
2008年4月号



写真 今に残る画像の記録展

【期間】4月5日(土)～5月10日(土) 【会場】図書・資料館 2階ギャラリー

押し花展

【期間】5月13日(火)～25日(日) <最終日は午後3時まで>

【会場】図書・資料館 2階ギャラリー

■新着本

- 流星の絆 東野圭吾
- ジバク 山田宗樹
- 弥勒世 上下 馳星周
- ワンス・アポン・ア・タイム・イン・東京 上下 榎周平
- 福袋 角田光代
- レンアイケッコン 小手鞠るい
- 花が咲く頃いた君と 豊島ミホ
- こうふくみどりの 西加奈子
- ジーン・ワルツ 海堂尊
- ウツボカズラの夢 乃南アサ
- 戸村飯店青春100連発 瀬尾まいこ
- たすけ鍼 山本一力
- ブランケット・キャッツ 重松清
- フォトグラフル 町田康
- 静かな爆弾 吉田修一
- 女術の供養 澤田ふじ子
- 命賭け候 門田泰明
- チューバはうたう 瀬川深
- いらつく二人 三谷幸喜
- 狐火の家 貴志祐介
- ランジェ侯爵夫人 オノレド・バルザック 等

児童本

- コトコトでんしゃ とよたかずひこ
- かくれんぼ せなけいこ
- ガンバリルおじさんとホオちゃん やなせたかし
- ビックリえほん 井上洋介
- ときそば 川端誠
- さかな1ぴきなまのまま 佐野洋子
- にゃんこおうじ いもとようこ
- へんてこライオン 長新太
- イグアノドンとちいさなともだち V・ベレストフ
- 絵本カスピアン王子のつづえ C・J・ルイス
- 流れ行く者 上橋菜穂子

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

	人口	前月比
人口	8,502人	(- 64)
男	3,965人	(- 18)
女	4,537人	(- 46)
世帯数	3,584世帯	(- 10)

(平成20年3月31日現在)

今月の納税

納付期限 4月30日(水)
軽自動車税

退職 (平成20年3月31日付け)

田村 正和 (日和佐病院院長)
大田 淳 (日和佐病院検査技師長)
古字 道直 (日和佐病院事務長)
山田美枝子 (税務保険課課長補佐)
坂本 佳子 (日和佐学校給食センター調理員)

喜多利利 75 (弁才天)
影山利雄 79 (赤松)

死亡

指定預託
金一封 阿部 等様 (戎町)
御母堂トラノ様の供養として戎町
町内会へ

(幸宮田 美裕 紀介 (小松島市))
(別西宮田 美裕 紀介 (東由岐))
(原本浩一 雄 (東河内))
(坂本浩一 雄 (西河内))
(岩瀬竜子 一 (西河内))
(田根中央子 一 (阿南市))

婚姻

川邊 裕義 (創生)
子 和

出生

人口動態

社協だより

阿部 隆一 (104) (木岐)
西村 延子 (73) (阿部地)
大村 静江 (79) (西の地)
島西 千代子 (83) (西の地)
横山 サダコ (91) (赤松)
秋山 ナヲエ (98) (山河内)
小川 ナヲ博 (87) (山河内)
西川 武雄 (63) (井ノ上)
岡田 幸太郎 (87) (桜町)
頼子 和郎 (88) (北河内)
山崎 和子 (79) (外磯町)
阿部 トラノ博 (93) (北河内)
橋部 トラノ博 (72) (戎町)
(ヒワサ荘)

椿自慢コンテスト

3月27日(木)、木岐椿公園(満石神社周辺)を会場に椿自慢コンテストが開催され、色とりどりの自慢の椿が咲いていました。



今に残る画像の記録展

日和佐図書・資料館において、5月10日まで「今に残る画像の記録展」を開催しています。江戸時代から現在までの写真を展示しており、中には県内に現存する最も古い写真に属するものもあります。



4月9日(水)日和佐小学校の入学式がありました。本年度、改修工事に着手することから既存校舎での最後の入学式となりました。2学期からは仮校舎(旧日和佐高校)に移り、新校舎は、現在の場所に22年4月に完成する予定です。

