

にぎやかな過疎のまち“にぎやかそ”美波町

広報

みなみ

-minami-

8

2023.Aug
No.209

今月の表紙

カフェやすらぎで接客をする
木里さん、中林さん。

地域を育む
憩いの場

もくじ contents

04 いきいき健康情報

- ・「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」
- ・家庭血圧を測ってみよう④
- ・地域包括支援センター行事予定&保健事業一覧 ほか

06 福祉のお知らせ

- ・令和4年度介護保険特別会計決算報告

08 教育・子育て

- ・現況届・所得状況届の提出をお願いします
- ・ひとり親家庭等医療費助成制度について ほか

10 税のお知らせ

- ・消費税インボイス制度説明会

13 Information

- ・地籍調査のお知らせ
- ・高台整備工事についてのご案内 ほか

15 TOPICS

16 心温かい人々が暮らす町

17 ウミガメ News Letter

18 町民文芸

世界の言葉

美波の文化・歴史を訪ねる

19 HIWASA Library News

20 にぎやかそクイズ ほか

みなみの魅力情報

イベント情報、最近の話題、災害時の警報・避難所など、美波町の情報を発信しています。

Instagram



facebook



Youtube



twitter



Kizato Yukiko Nakabayashi Masako

木里 幸子さん・中林 正子さん



木岐東町にある「やすらぎ亭」では月に2度、喫茶の日「カフェやすらぎ」が開催されています。カフェやすらぎの取り組みは10年程前から実施されてきましたが、近年はコロナの影響などで長らく活動を休止していましたが、今年3月からようやく約3年ぶりの再開を迎え、地域の方々からは喜びの声が上がっています。現在運営に携わっているのは、木里幸子さんと中林正子さんのお2人。木岐のまちづくり協議会による全面的なサポートの下、毎月の活動をされています。提供メニューは、和菓子・洋菓子・飲み物を取り揃えており、旬の果物を使ったスイーツも充実しています！木岐地区には飲食店などのお店が無いので、木岐ではここが唯一の”食べて、お喋りができる場”といっても過言ではありません。地域の皆さんが気軽に訪れられる憩いの場になればとの想いで、メニューの価格設定もリーズナブルに設定されています。毎月カフェに訪れているという常連さんは、「毎回楽しみです。スイーツも美味しいし、普段会わない人達ともここで話ができる。元気いっぱいになれる場所です。」と笑顔でお話くださいました。また、運営のお2人自身にとってもカフェを通して地域の方々に関われることが嬉しいのだと言います。「この活動を通して改めて地域のことをよく知るようになりましたし、それに私たちもやっていると本当に楽しいです。」と明るくお話をされました。カフェやすらぎでは、”お客さん”という垣根を超えた、人と人の繋がりが感じられる、あたたかい空間が広がっています。一度訪れてみてはいかがでしょうか。



おっぼこ

この美味しそうな黒糖蒸しパンはカフェやすらぎでは「おっぼこ」としてメニューに載っています。木岐の一部地域では「黒糖蒸しパン」のことを「おっぼこ」と呼ぶそうです！



いきいきと健康的な生活を過ごすため、美波町健康増進課や福祉課による健康情報をご紹介します。

もの忘れを 予防しよう!



「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」

年齢を重ねると「最近もの忘れが増えた」と感じることはありません。これは脳の老化が原因であり、誰にでも起こりうる自然な現象です。しかし、認知症が原因のもの忘れは、加齢によるもの忘れとは性質が大きく異なります。



加齢によるもの忘れは、生理的な機能が老化し、思い出す能力が衰えたことよって起こります。他方で、認知症によるもの忘れは、脳の細胞が死んでしまったり、病気が原因で動きが悪くなったりしたために、記憶すること自体が難しくなるという違いがあります。

● 「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違いの例

| 加齢によるもの忘れ | 認知症によるもの忘れ |
|-----------------|-----------------|
| 朝食のメニューが思い出せない | 朝食を食べたこと自体忘れている |
| ヒントがあれば思い出す | ヒントがあっても思い出せない |
| 目の前の人の名前が思い出せない | 目の前の人と誰かわからない |
| 物の置き場所を思い出せない | 置き忘れ・紛失が頻繁になる |
| 物覚えが悪くなったと自覚がある | 数分前の記憶が残らない |
| 日付や曜日、場所などを間違える | 日付や曜日、場所がわからない |

「認知症によるもの忘れ」の症状にあてはまる場合でも、それが認知症によるものかどうかはわかりません。気になる症状がある場合は、早めに病院を受診しましょう。

もの忘れの予防に、生活習慣を見直してみましょう!

高血圧や糖尿病などの生活習慣病にかかると、もの忘れが悪化するリスクが高いと言われています。

加齢は止めることはできませんが、生活習慣の改善は誰にでもできます。まずはできることからやってみませんか?

- ・十分な睡眠
- ・栄養バランスのとれた食事&減塩
- ・運動習慣を身につける
- ・人や社会と関わりを持つ



【お問い合わせ】 役場福祉課 ☎ 0884-77-3614

地域包括支援センター行事予定

【お問い合わせ】 地域包括支援センター ☎ 0884-77-1171

| 日程 | イベント名 | 時間 | 会場 | |
|----|-------|--------------|-------------|--------------|
| 9月 | 5日 火 | ストレッチ教室 | 10:00～11:00 | 日和佐公民館 |
| | | 手芸講座 | 13:30～15:30 | 木岐公民館 |
| | 6日 水 | ノルディック・ウォーク | 14:30～16:30 | 日和佐公民館 |
| | 7日 木 | リハビリ体操 | 13:00～15:00 | 由岐公民館 |
| | 8日 金 | 太極拳 | 9:00～9:50 | 日和佐公民館 |
| | | 手芸講座 | 13:30～15:30 | 日和佐公民館 |
| | 11日 月 | いきいき体操 | 13:00～15:00 | 由岐公民館 |
| | 12日 火 | ストレッチ教室 | 10:00～11:00 | 日和佐公民館 |
| | 13日 水 | 総合相談（認知症のお話） | 13:30～15:30 | 赤松基幹集落センター |
| | 15日 金 | 脳若返り教室 | 14:00～15:00 | デイサービスセンター竜宮 |
| | 19日 火 | ストレッチ教室 | 10:00～11:00 | 日和佐公民館 |
| | | 総合相談（認知症予防） | 13:30～15:30 | 志和岐公民館 |
| | 21日 木 | いきいき体操 | 13:00～15:00 | 日和佐公民館 |
| | 22日 金 | 太極拳 | 9:00～9:50 | 日和佐公民館 |
| | | 総合相談（お口の健康） | 13:30～15:30 | 木岐公民館 |
| | 26日 火 | ストレッチ教室 | 10:00～11:00 | 日和佐公民館 |
| | | 総合相談（体操） | 13:30～15:30 | 大戸公民館 |
| | 28日 木 | リハビリ体操 | 13:00～15:00 | 日和佐公民館 |

保健事業一覧 ※事前予約が必要です。

【お問い合わせ】 健康増進課 ☎ 0884-77-3621

| 日程 | イベント名 | 時間 | 会場 | |
|-------|---------|--------------|-------------|-------------|
| 8月 | 18日 金 | こころの相談 | 予約制 | 美波町医療保健センター |
| | 22日 火 | 女性とこどものケアルーム | 10:00～11:30 | 美波町医療保健センター |
| | | | 13:00～16:00 | 美波町医療保健センター |
| 23日 水 | 健診結果説明会 | 個別にお知らせします | 美波町医療保健センター | |

※特定健診の結果説明会は、受診者の皆さんに個別にお知らせします。

家庭血圧を測ってみよう④

『血圧は測るたびに変わる。どれが本当の血圧かわからないので高くても気にしない!』

家庭内でも食事や会話、日常的な動作などで血圧は変化します。どの値が「本当の血圧」なのかといえば、どういう状況で測定した値であっても、その時々の「本当の血圧」に変わりありません。病院や健診で高くなる場合もその方のその状況下での本当の血圧です。ただ、高血圧かどうかの判断には家庭血圧の正確な記録をかかりつけ医に見てもらわなければならないので、まずは家庭血圧を続けて測っててください。



「食」からフレイル予防

- フレイル対策で認知症の予防をしよう! -

脳の健康を保つためには、1日3食規則正しくバランスの取れた食事をすることが大切です。食事の改善は、フレイル予防や生活習慣病の予防にもつながります。

フレイル予防の為の食事のとり方

- ① 3食しっかりとりましょう
- ② 1日2回以上、「主食」「主菜」「副菜」を組み合わせる食べましょう
主食：ごはん、パン、麺類
主菜：肉、魚、卵
副菜：野菜、いも、きのこ、海藻料理
- ③ 色々な食品をとりましょう

いつもの食事に少し足すだけで栄養 UP!
例：朝食のパンとコーヒーにヨーグルトを足す
インスタントラーメンにたっぷりの野菜や卵を入れる など





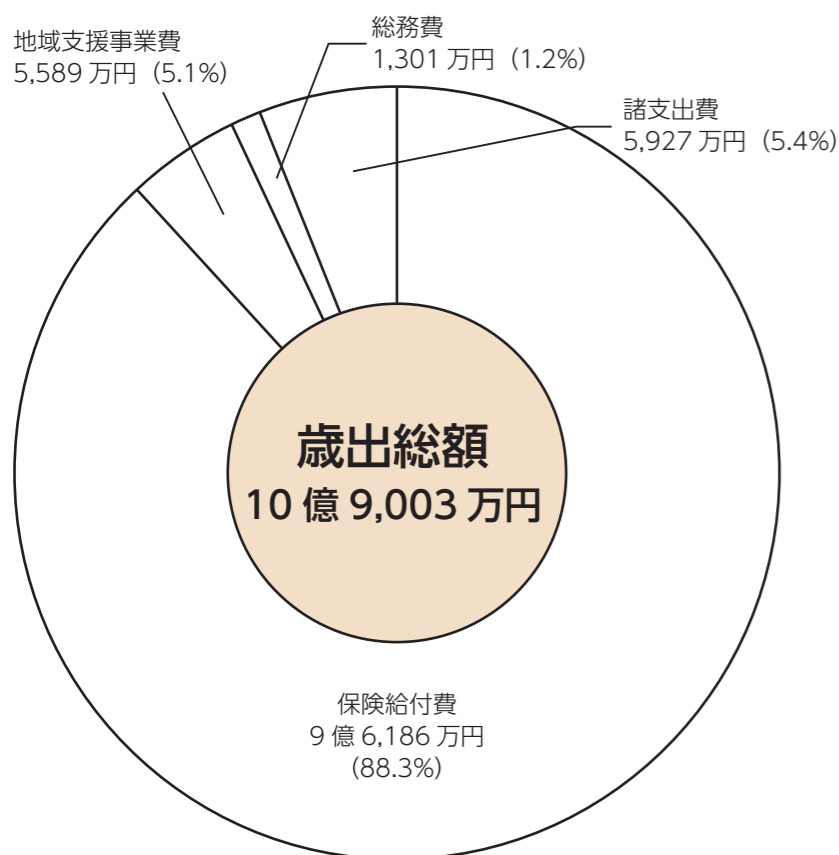
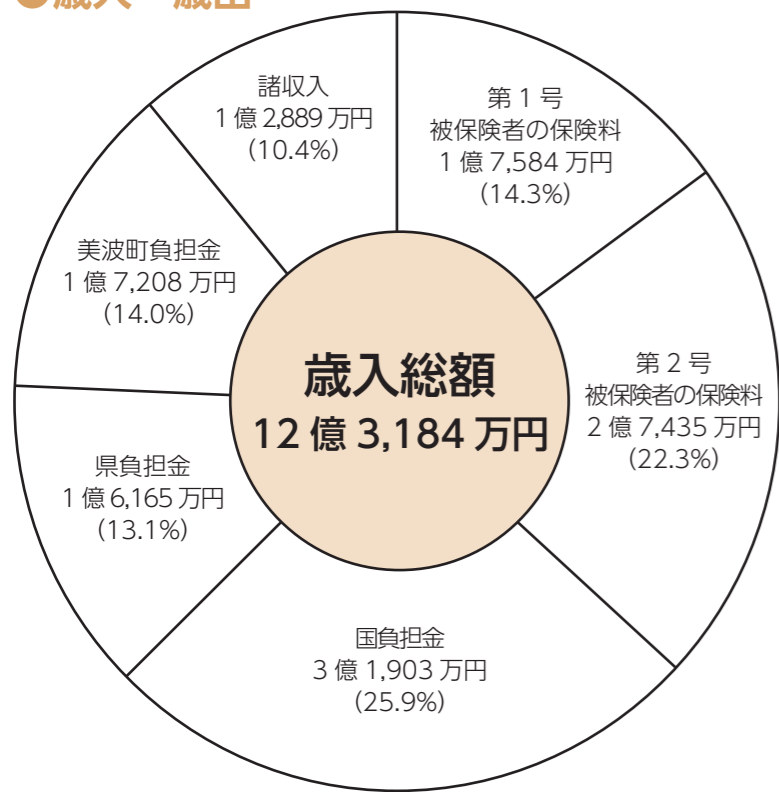
令和 4 年度 介護保健特別会計決算報告

美波町の令和 4 年度の介護保険特別会計については下記のとおりでした。

福祉のお知らせ
Welfare Information



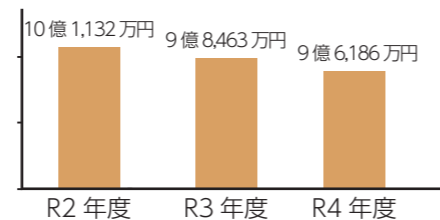
●歳入・歳出



- ▶ **第 1 号被保険者の保険料**
65 歳以上の方が納めるお金です。
- ▶ **第 2 号被保険者の保険料**
40 歳以上 65 歳未満の方が納めるお金です。
- ▶ **国負担金**
国が一定の基準に基づき、負担するお金です。
- ▶ **県負担金**
県が一定の基準に基づき、負担するお金です。
- ▶ **美波町負担金**
美波町が一定の基準に基づき、負担するお金です。

- ▶ **保険給付費**
介護サービスを使ったときにかかる費用の 7～9 割分や自己負担が一定額を超えた場合に支払われる高額介護サービス費などです。

保険給付費推移



- ▶ **地域支援事業費**
地域包括支援センターの運営費です。
- ▶ **総務費**
保険料の徴収にかかる事務経費、介護認定のための経費です。

●介護保険料の収入状況

単位：円

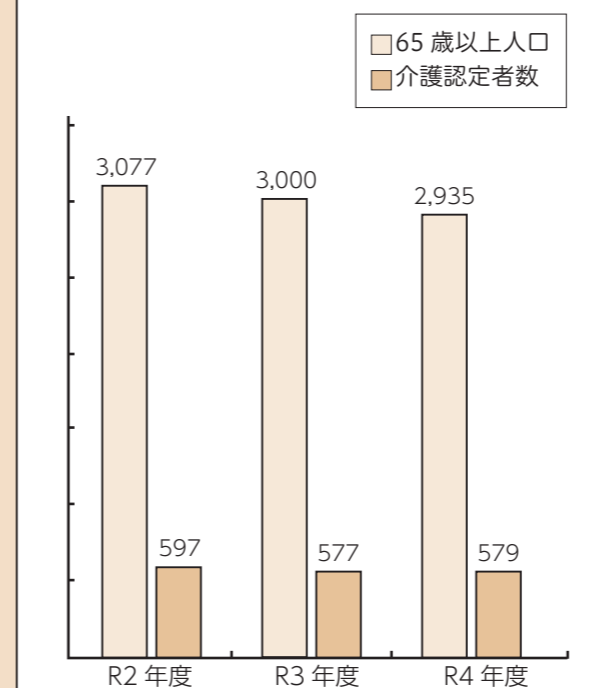
| 年度 | 区分 | 収入予定額 | 収入済額 | 収納率 | 不能欠損額 | 収入未済額 |
|---------|-----------|-------------|-------------|---------|---------|-----------|
| 令和 4 年度 | 特別徴収現年度分 | 166,937,518 | 166,937,518 | 100.00% | 0 | 0 |
| | 普通徴収現年度分 | 9,486,781 | 8,756,541 | 92.30% | 0 | 730,240 |
| | 普通徴収滞納繰越分 | 2,154,993 | 146,381 | 6.79% | 852,927 | 1,155,685 |
| | 合計 | 178,579,292 | 175,840,440 | | 852,927 | 1,885,925 |

※特別徴収とは年金天引きの分です。

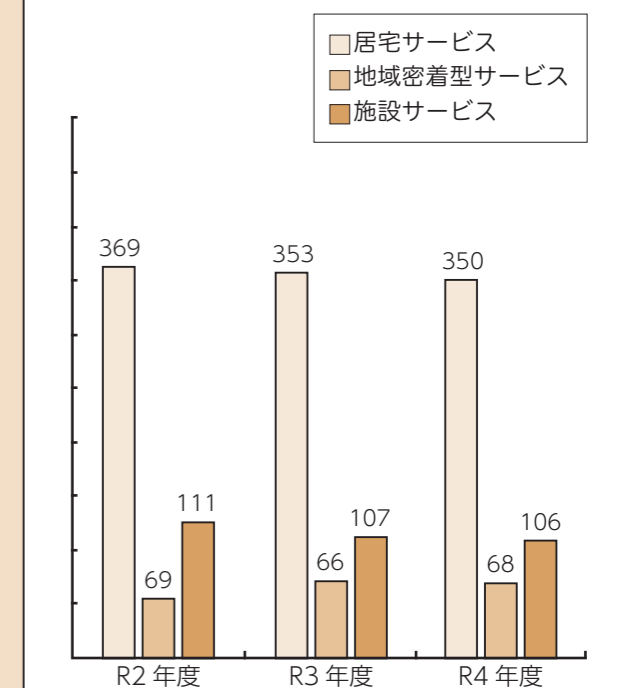
※普通徴収とは納付書及び口座振替で納付いただいている分です。

※5月31日現在の数字となっています。

▶ 65 歳以上人口と介護認定者数



▶ 介護サービス利用者数



65 歳以上人口（第 1 号被保険者）が減少傾向にあります。介護サービス利用者（実際にサービスを利用する方）は平成 28 年度に減少して以降、横這い傾向にあります。

美波町では今後 65 歳以上人口が減少していくと思われませんが、65 歳未満人口の減少割合の方が高いため、高齢化率が徐々に上がると思われれます。

【お問い合わせ】 役場福祉課 ☎ 0884-77-3614



現況届・所得状況届の提出をお願いします

毎年8月は、児童扶養手当の現況届、特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・福祉手当の所得状況届の提出時期です。該当される方には、必要書類を送付しておりますので、内容をご確認のうえ、期限内に手続きをお願いします。

【受付期間】

- ▶児童扶養手当
8月 1日(火)～8月31日(木) 平日8:30～17:15
- ▶特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・福祉手当
8月10日(木)～9月11日(月) 平日8:30～17:15



ひとり親家庭等医療費助成制度について

ひとり親家庭等の方が医療機関にかかった際、保険医療の自己負担分の一部について助成を行っています。

【助成を受けることができる方】

下の1)～3)のいずれかに該当する方

- 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養育されている児童
- 3) 父母のいない児童

※児童は、18歳に達する日以降の最初の3月31日までの方となります。

【所得制限】

児童扶養手当を受給できる所得水準であること

【助成の対象】

| | 通院 | 入院 |
|----|-----------------------|--|
| 父母 | 助成対象外 | 無料 |
| 児童 | 1ヶ月1医療機関につき自己負担1,000円 | ※ただし、保険適用外の医療費、入院時の食事代、差額ベッド代、シーツ代等は助成の対象となりません。 |

現在助成を受けられている方へ

ひとり親家庭等医療費受給者証の有効期限は9月30日です。更新手続きが必要な方には、必要書類を送付しておりますので、内容をご確認のうえ、期限内に手続きをお願いします。

- ▶受付期間:8月1日(火)～8月31日(木) 平日8:30～17:15

子育て支援情報

施設を開放して育児支援を行っています。月間行事予定は美波町ホームページでご覧いただけます。

(下のQRコードからもアクセスできます。)



すくすくサポート ももほっぺ



美波町子ども家庭総合支援拠点

0歳から18歳未満のお子様に関すること、そのご家族ご自身のことなどの相談に応じています。必要に応じて適切なサービスや関係機関へつなぐ相談窓口です。



【お問い合わせ】 役場福祉課 ☎0884-77-3614

後期高齢者医療制度のお知らせ

●歯科健康診査のお知らせ

後期高齢者医療制度に加入されている節目の年齢の方を対象に、歯・歯肉の状態や口腔清掃状態等をチェックし、口腔機能の低下や肺炎等の疾病を予防するため、歯科健康診査を実施しています。また、徳島大学歯学部において、口腔ケアと体の健康、医療費や介護給付費との関連を調査しています。定期健診の受診や口腔ケアを行うことは、全身の健康にとっても重要であることが示されています。今年度の対象者は、ぜひ歯科健診を受診しましょう。



- ▶対象者 : 昭和22年、昭和20年、昭和17年、昭和12年、昭和7年生まれの方

※長期入院患者や施設入所者は対象外

※対象者には8月下旬に歯科健診受診券のハガキを送付します。

※長期入院患者・施設入所者の方にハガキが届くこともありますが、対象外ですので健診はご遠慮ください。

- ▶受診場所: 後期高齢者の歯科健診の実施協力歯科医院。受診可能な歯科医院の一覧表を市町村窓口・広域連合窓口で配布予定です。また、広域連合及び県歯科医師会 HP に掲載予定です。

- ▶受診方法: 事前に電話等にて健診実施歯科医院にご予約の上、受診してください。

- ▶健診項目: 問診、口腔内診査、口腔機能評価(口の湯き、かむ力、飲み込む力など)等

- ▶受診費用: 無料 ※その後治療行為が行われる場合は有料

- ▶受診期限: 令和5年11月30日

※受診券が届いてから、受診が可能です。

- ▶必要な物: 後期高齢者医療被保険者証、歯科健診受診券のハガキ

- ▶注意事項: 1) 健診の予約日を忘れないようにしてください。
2) 歯科健診は期間中に1回のみです。後日重複受診が判明した場合は費用を請求いたしますのでご了承ください。
3) 健診結果は、広域連合又はお住まいの市町村での口腔保健指導及び徳島大学との共同研究による分析調査に活用することがありますので、ご了承ください。

●在宅要介護者訪問歯科健康診査のお知らせ

後期高齢者医療に加入されている在宅の要介護者を対象に、在宅で歯科健診や歯科保健指導を行うことで、口腔機能の維持回復を促し、高齢者の低栄養や誤嚥性肺炎の予防をすることを目的に、訪問歯科健康診査を行います。

- ▶対象者 : 自力で歯科医院に通院することが困難な在宅の要介護者で、次の要件を全て満たす徳島県後期高齢者医療被保険者。

- 1) 要介護3・4・5の認定を受けている方
- 2) 介護保険の居宅療養管理指導(歯科医師・歯科衛生士によるもの)及び口腔機能向上加算を受けていない方
- 3) 医療保険の訪問歯科診療・訪問歯科衛生指導を受けていない方
- 4) 令和5年度歯科健康診査を受けていない方

- ▶実施期間: 令和5年9月1日～令和5年12月31日

- ▶受診費用: 無料 ※その後治療行為が行われる場合は有料

- ▶申込方法: 広域連合HPをご覧くださいか「徳島県後期高齢者医療広域連合 事業課」までご連絡ください。

※申請前に、必ず担当ケアマネジャーに相談してください。ケアマネジャーによる代理申請も可能です。

※対象者と決定した方には訪問歯科医・歯科衛生士をご自宅等に派遣いたします。

【お問い合わせ】 徳島県後期高齢者医療広域連合事務局事業課 ☎088-677-3666

ジェネリック医薬品による 自己負担額軽減のお知らせを発送します

徳島県後期高齢者医療広域連合では、現在処方されている新薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担額がどれくらい軽減できるのか、その一例をお知らせする通知を令和5年9月下旬に送付します。通知の対象者は、本年5月に医療機関で処方された新薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に自己負担額が大きく軽減される方です。なお、全てのお薬にジェネリック医薬品があるとは限りませんので、利用を希望される場合は、医師や薬剤師にご相談ください。



▶ジェネリック医薬品とは?

新薬（先発医薬品）の特許が切れた後に、同じ有効成分を使って作られ、新薬と同等の効果、効能を厚生労働省から承認されている医薬品です。



【お問い合わせ】

徳島県後期高齢者医療広域連合事務局事業課 ☎ 088-677-3666



消費税インボイス制度説明会

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式として適格請求書等保存方式（インボイス制度）が始まります。事業者の皆様には、インボイス制度について理解を深めていただき、インボイス制度の実施に向けて必要な準備を進めていただくため、無料の説明会を開催します。

税のお知らせ
Tax Information



●説明会の日程 ※事前予約が必要です。

| 対象事業者 | 内容 | 開催日 | 開催時間 | 定員 | 開催場所 |
|---------|---|----------|-------------|-----|--|
| 免税事業者対象 | ・インボイス制度説明会 ^{※1} ・登録要否相談会 ^{※2} | 8月21日（月） | 13:30～16:30 | 50名 | 阿南市商工業振興センター 2階展示ホール （阿南市富岡町今福寺34-4） |
| | | 8月22日（火） | 13:30～16:30 | 50名 | |
| | | 9月6日（水） | 13:30～16:30 | 50名 | |
| | | 9月7日（木） | 13:30～16:30 | 50名 | |

※各説明会については、事前予約制としますので、事前に阿南税務署までお申込みください。

※1インボイス制度説明会：消費税の基本的な仕組み等を加えて、インボイス制度の概要について説明します。

※2登録要否相談会：説明会終了後、インボイス発行事業者として登録すべきかどうかについて相談を希望する方を対象に、事業実態に応じた相談会を行います。

国税庁インボイス制度
特設サイトはこちら →

【お申込み・お問い合わせ】

阿南税務署個人課税部門 ☎ 0884-22-0416

i 地籍調査のお知らせ

役場建設課「地籍調査担当」 ☎ 0884-77-3618

令和5年度は、下記の対象地区で地籍調査を行います。

地籍調査に従事する業者は、腕章を着用し、身分証明書も携帯しておりますので、ご理解ご協力ください。

▶地籍調査で確認する境界とは?

土地の境界は、大きく分けて、「筆界」と「所有権界」の2種類に分類されます。筆界は不動産登記法に基づく公的な境界であり、所有権界は土地の所有権の範囲を画する私的な境界です。地籍調査では、「筆界」を確認させていただきます。

●現地調査の立会【土地の境界を現地で確認】

▶対象地区：西由岐字愛宕山、字後山

田井字小野、字川尻、字原田

※土地所有者の皆様には、個別に案内通知を送付いたします。

▶作業期間：令和5年10月上旬～令和6年2月下旬（予定）

▶作業内容：公図など資料をもとに隣接する土地所有者と立会していただき、両者合意の上で確認した境界に杭を設置します。

※現地調査の立会前に道路等の事前調査のため役場職員、測量業者が皆様方の土地に立入る場合があります。ご了承ください。

●地籍調査結果の閲覧【測量結果等を確認】

▶対象地区：北河内字本村

西の地字志和岐谷

※土地所有者の皆様には、個別に案内通知を送付させていただきます。

▶閲覧期間：令和5年9月上旬～下旬（予定）

※万が一、調査の結果に誤り等があった場合には、申し出ることができ、必要に応じて修正が行われます。

※ここで確認された地籍調査の結果が、最終的な成果となります。

地籍調査成果の交付方法について

これまでに実施した地籍調査の成果（筆界点番号図、座標値一覧表）について、閲覧および複写物の交付を受けることができます。その申請の仕方、および成果物のお渡し方法について、変更しました。

申請をご希望される場合は、あらかじめお問い合わせください。申請の前に提供の可否についてご回答させていただきます。

また、要綱の制定に伴い成果の交付については、1件あたり300円の手数料がかかり、申請書の様式も変更しております。

申請書の様式は、役場建設課窓口または美波町ホームページよりダウンロードください。

様式のダウンロードは
こちらから →



i 高台整備工事についてのご案内

役場建設課 ☎ 0884-77-3618

南海トラフ巨大地震による津波被害等が想定される中で、住民の安全・安心を支える施設として、右図の施設建設に向け高台整備事業に着手しております。今回の工事は、こども園及び公園等の土地造成工事等を実施します。近隣の方々にはご迷惑をおかけしますが何卒ご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

●工事名：令和5・6年度 高台整備工事（公園造成他）

●工事箇所：美波町奥河内字弁才天

●完成予定：令和7年2月を予定

●受注者：株式会社 国際



8月定例教育委員会の日程

教育委員会 ☎ 0884-77-3620

- 日時：8月30日(水) 9:30～
- 場所：日和佐公民館 3階会議室

三井共同建設コンサルタント株式会社・サテライトオフィス進出！

役場政策推進課 ☎ 0884-77-3616

三井共同建設コンサルタント株式会社が令和5年6月1日、美波町でサテライトオフィス企業に認定されました。美波町での取り組みとして、磯焼けしている藻場の再生を目的として、海藻を食べる食害魚や未利用魚を積極的に活用した地場産品の開発等に取り組んでいます。

サテライトオフィス企業や地元水産関係者と連携しながら、磯根資源・人材・環境価値・文化を育む体制の構築を目指し、新たな取り組みの場として進出されました。



生き方と逝き方の未来設計塾

地域包括支援センター ☎ 0884-77-1171

自分らしい人生を全うするために今できることは何でしょうか。人生の最終段階をどのように迎えたいですか。そのためには何を準備しなければならないのでしょうか。現実と向き合いながら、これから住み慣れた家、地域で生活するために今できることは何かを考えてみませんか。

- 講演内容：姿勢と歩行 老いと痛みとの付き合い方
- 講師：徳島文理大学保健福祉学部理学療法学科 学科長 鶯 春夫 先生
- 日時：8月21日(月) 14:00～16:00
- 場所：日和佐公民館 3階大集会室
- 申込：8月16日(水)までに地域包括支援センターまでご連絡ください。

役場改修工事についてのご案内

役場消防防災課 ☎ 0884-77-3619

役場(本庁)は、南海トラフ巨大地震発生時の津波により、1階が浸水する想定となっています。そのため、町長室、副町長室、総務課、消防防災課の指揮調整機能、防災行政無線の非常用通信装置等を2階に移設するための工事を行います。工事期間中は、来庁者の皆様にご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力下さいますようお願いいたします。



- 工事名：令和5年度美波町役場災害対策改修工事
- 完成予定：令和6年2月
- 受注者：田中建設株式会社

浄化槽の維持管理と法定検査について

海部郡浄化槽一括契約協議会(事務局) ☎ 088-636-1234
役場建設課 ☎ 0884-77-3618

浄化槽の機能を十分に発揮させるためには、定期的な維持管理(保守点検と清掃)と法定検査が必須です。町では、これらの業務を一括契約として行っていただくことを推奨しています。この一括契約により、これまで別々に依頼していた保守点検と法定検査を同時に契約でき、一元的な管理が可能となります。これにより、ご利用中の皆さまは安心して浄化槽の使用を続けることができます。

一括契約による管理委託についてのご相談は、海部郡浄化槽一括契約協議会または海部郡内の保守点検業者までお気軽にご連絡ください。

令和5年度コミュニティ助成事業活動備品の整備

役場政策推進課 ☎ 0884-77-3616

東由岐町内会、うしお連ではコミュニティ助成事業(一般コミュニティ助成事業)を活用して、備品の整備を行いました。整備した備品を活用し、地域コミュニティ活動の一層の推進を図りました。



ノルディック・ウォーク交流南部大会参加者募集

とくしまノルディック・ウォーク協会 ☎ 090-3782-4325

ノルディック・ウォークは、2本のスティックを使って行うフィンランド発祥のウォーキングで、高齢者のフレイル予防など健康増進を図ります。秋風の中、「ぬくもりと活力のある長寿社会づくり」に向けた意識の高揚を図ることを目的に、次の日程で交流大会を開催します。ぜひ、ぴんぴんキラリを目指してご参加ください。

- ▶日時：10月1日(日) 9:00～13:40
※開催の7日前までにお申込みください。
- ▶コース：日和佐公民館 3階大集会室に集合。
葉王寺～あらせ展望台～竜宮公園～日和佐公民館。
平坦な道を歩くショートコースと、坂道を歩くチャレンジコースに分かれます。
昼食後、防災出前講座・ロープワークを予定。



- 参加費用：参加費 500 円、スティックレンタル 300 円、お弁当 700 円(お茶付き)
- 各自準備：水分、手袋、紫外線よけ、マイポール、帽子、タオル、ウェットティッシュ、携帯ゴミ袋、新聞紙、リュック、あれば 携帯電話・双眼鏡 ※マスクは自己判断でお願いします。
- 参加方法：とくしまノルディック・ウォーク協会に電話か FAX にてお申込みください。
☎ 090 - 3782 - 4325 / FAX 088 - 642 - 5003
- 主催：徳島県、公益財団法人とくしま“あい”ランド推進協議会
- 共催：関西マスターズスポーツフェスティバル実行委員会 主管：とくしまノルディック・ウォーク協会

海部美化センターへのごみの搬入について

海部美化センター ☎ 0884-72-2614

収集場所にごみを出せない場合や、一度に大量のごみを出される場合(ごみ袋5袋以上)は、海部美化センターへ、ごみの直接搬入をお願いしています。ごみの直接搬入の方法は次のとおりです。

- 1) 役場(本庁または由岐支所)へ住所、氏名をお伝えください。その後、ごみの搬入券、受け入れ対象物の案内チラシを配布させていただきます。
 - 2) 直接搬入するごみの種類の確認後、搬入場所、搬入日時、搬入方法を説明させていただきます。
※海部美化センターへの搬入の際には、役場より発行した搬入券を必ずご持参ください。
なお、同日2回目以降については、海部美化センターで受付を済ませることができます。
 - 3) 直接搬入後、ごみの重量により計量した料金を、お支払いいただきます。
- ▶搬入場所：海部美化センター(牟岐町大字内妻字白木 139 番地 1)
 - ▶搬入日時：午前 8 時 30 分から午後 4 時まで(土日、祝日は除く)
可燃ごみ…月曜日から金曜日
資源ごみ…月曜日から金曜日
不燃・粗大ごみ…月・木・金曜日
 - ▶搬入料金：20Kg/120 円(20Kg 増えるごとに 120 円加算)
※海部美化センターでは、各町収集車の搬入と重なると混雑する場合があります。安全に搬入する為に、ごみカレンダーを見ていただき、事前にごみの分別にご協力下さい。

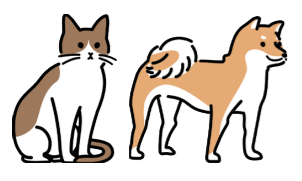


i 犬・猫の飼い方マナー

役場住民生活課 ☎ 0884-77-3613

犬はつなぐか柵等で囲うなどして飼う事が義務付けられています。放し飼いにすると、人をかんだり、畑等を荒らしたりする原因に繋がります。昼夜を問わず、放し飼いをするのはやめましょう。散歩をする時は、リードでつなぎ、排泄物は袋等に入れて持ち帰りましょう。

犬は生涯に一度の登録と毎年狂犬病の予防注射を受ける義務があります。犬の鑑札と予防注射済票は犬の首輪等に装着してください。犬が死亡した時は、死亡届を提出してください。



猫については、最近野良猫が多くなっているため、自分の飼い猫以外の猫には餌をやるなようにしてください。餌をやるのであれば、責任を持って飼育し、必要に応じて避妊・去勢の手術をしてください。マナーを守り、正しく飼育しましょう。

募 特別職国家公務員募集説明会

自衛隊阿南地域事務所 ☎ 088-22-6981

防衛省では、災害派遣や国際貢献等で活躍する自衛隊を募集しています。待遇、仕事内容や勤務地などについて話を聞いてみませんか。元ブルーインパルス整備員が疑問や質問に分かりやすくお答えします。

- 場所：小松島市小松島町新港 36-24 小松島商工会議所（トレビ）1階
- 日時：8月20日（日）、8月27日（日） 各日10時～15時
- 対象：18歳から33歳未満の方（ご家族、お知り合いなど代理も可能）



まちの相談カレンダー

| | | | | | |
|-----|-----|--------|----------------------|---------------|---------------|
| 9月 | 5日 | 火 | 女性のための生き方 なんでも相談 | 13:00～17:00 | 阿南市役所 5階 |
| | 7日 | 木 | 心配ごと相談 | 9:00～12:00 | 保健センター（社協事務局） |
| | 8日 | 金 | 女性のための生き方 なんでも相談 | 13:00～16:00 | 阿南市役所 5階 |
| | 12日 | 火 | 人権相談 | 10:00～12:00 | 日和佐公民館 |
| | | | 女性のための生き方 なんでも相談 | 13:00～16:00 | 阿南市役所 5階 |
| | 13日 | 水 | 行政相談 | 13:00～15:00 | 由岐公民館 |
| | 14日 | 木 | 心配ごと相談、 行政相談、介護相談 | 9:00～12:00 | 保健センター（会議室） |
| | 16日 | 土 | 女性のための生き方 なんでも相談 | 13:00～15:00 | オンライン対応 |
| | 19日 | 火 | 女性のための生き方 なんでも相談 | 13:00～17:00 | 阿南市役所 5階 |
| | 21日 | 木 | 心配ごと相談 | 9:00～12:00 | 日和佐隣保館 |
| | 22日 | 金 | 女性のための生き方 なんでも相談 | 13:00～16:00 | 阿南市役所 5階 |
| | 26日 | 火 | 女性のための生き方 なんでも相談 | 13:00～16:00 | 阿南市役所 5階 |
| 28日 | 木 | 心配ごと相談 | 9:00～12:00 | 保健センター（社協事務局） | |

女性のための生き方なんでも相談は、事前予約が必要です。
【連絡先】
なんでも相談予約電話
☎ 0884-22-0361
【南阿波定住自立圏共生ビジョン】
女性支援パートナーシップ事業です

美波町社会福祉協議会事務局は心配ごと相談を随時受付しております。
【連絡先】
美波町社会福祉協議会
/ ☎ 0884-77-0342
由岐支所
/ ☎ 0884-78-1792
【受付日】
月～金 8:30～17:00
（土・日・祝祭日は休み）

TOPICS まちの話題を写真でお届けします！

うみがめまつり・トライアスロン 4年ぶりに開催

美波町のビッグイベントである、うみがめまつりとトライアスロン。約4年ぶりの開催となり、たいへん盛り上がりました！



撮影者からのプチコメント
活気、熱気、歓喜に包まれた2日間でした！皆さん良い表情で、楽しみながら撮影ができました。
お気に入りの写真があれば是非教えてほしいですね！（井川瑛士）

心温かい人々が暮らす町

こどもの人権を守りましょう

いじめや体罰を理由に児童・生徒が自殺、親も養育放棄で乳幼児が衰弱死、児童ポルノをインターネットで販売した男性を逮捕……。こどもが被害者である報道の一部ですが、このように痛ましい事案が後を絶ちません。こども一人の人間として最大限に尊重され、守られなければなりません。一人ひとりの子どもたちが健やかな成長を保障されるために、こどもがどんな権利をもっているのかを定めたのが「子どもの権利条約」です。おとなへと成長する途中にあり、弱い立場にあるこどもたちには保護や配慮が必要な面もあるため、こどもならではの権利も定めています。また、すべてのこどもに保障される権利のほかに、難民や少数民族のこども、障がいのあるこどもなど、特に配慮が必要なこどもの権利についても定めています。

「子どもの権利条約」子どもの権利は大きく分けて4つ



(出典：公益財団法人日本ユニセフ協会ホームページ)

こんな時は、どうすればいいの？

友達から「いじめ」にあって学校に行きたくない、家の人にいやなことをされる、部活動で暴言・暴力を受けているなど、先生や親には話しにくいけど、このままではどうしていいかわからない、誰も気づいてくれない…。

このような悩みがあったら、迷わず電話してください。「周りでこんなことで困っている人がいる」という相談でも大丈夫です。

こどもの人権110番(全国共通・無料) ☎ 0120-007-110

注1)一部のIP電話からは接続できません。接続できない場合にはこちらの電話番号をご利用ください。

徳島地方務局 088-622-8110 (通話料有料)

注2)法務局の職員又は人権擁護委員が、「こどもの人権110番」又はこれに類似する名称を用いて、個人情報を収集するようなことは一切行っておりません。法務局等からの電話に心当たりのない場合は、十分ご注意願います。

注3)「こどもの人権110番」へご相談いただく際の電話番号のかけ間違いが多数発生しています。ご相談の際は、今一度電話番号をご確認いただき、おかけ間違いのないようお願いいたします。

◇ 全国一斉「こどもの人権110番」強化週間 ◇

徳島県地方務局と徳島県人権擁護委員連合会では、学校等における「いじめ」、「体罰」や家庭内における児童虐待など、こどもの人権問題解消に向けて開設している「こどもの人権110番」電話相談について、下記のとおり強化週間を実施します。期間中は相談時間を延長するとともに、土・日も電話相談をお受けします。通話料無料で相談できるので、いじめなどに限らず学校や家庭、友達関係の悩みごとなど、何でもご相談ください。

○実施期間：令和5年8月23日(水)から8月29日(火)までの7日間 月曜日～金曜日：8:30～19:00まで / 土曜日・日曜日：10:00～17:00まで / 強化週間以外の日は平日の8:30～17:15まで

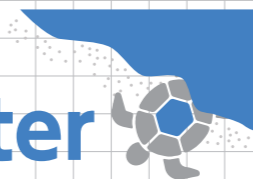
○電話で相談 こどもの人権110番 ☎ 0120-007-110 (全国共通・無料)

○メールで相談 こどもの人権 SOSe メール <https://www.jinken.go.jp/kodomo>

町民一人ひとりが相手を思いやり、多様な価値観を認め合う社会をめざしましょう。

「心温かい人々が暮らす、にぎやかな過疎の町」美波町であり続けるために人権について考え守っていくことがまさに、「にぎやかさ」美波町まちづくりにつながります。このコーナーでは人権に対する思いを掲載していきます。

ウミガメ No.20 News Letter



博物館のバックヤード

現在、日和佐うみがめ博物館カレッタは、展示リニューアル工事の為、一時閉館させて頂いています。「お客さんが来ないから、閉館中は仕事がないの?」と聞かれますが、そんなことはありません。リニューアルに向けて、様々な情報収集、企画立案、新しい展示物の準備、古い資料などの整理、改修工事に向けての大掃除に加えて、いつも通りにカメ達のお世話など、いつも以上に忙しい毎日です。そこで今回は、博物館の仕事についてお話します。博物館の仕事を大まかに説明しますと、博物館の「目的」に合わせて、「調査と研究」を行い、そこから得られた「資料の整理と保存」をして、それらの資料を「展示と解説」によって来館者に見て頂くという事になります。次に、博物館の仕事場についてです。博物館には、来館者に見て頂く「展示スペース」のほかに、「バックヤード」と

呼ぶ展示物の作成、補修、保管を行う作業場所があります。「バックヤード」は通常、公開していませんが、博物館の心臓部とも言える場所で、「バックヤード」を見ればその博物館の実力が判るとも言われる場所です。現在、カレッタでは、リニューアルに向けて「バックヤード」に収蔵されている資料の確認をしています。残念ながら、無造作に押し込められた物が多く、ほぼ「物置場」の様相でした。しかし、一つずつ収蔵物の確認を進めると、カレッタにとっては貴重な「お宝」が埋もれていることがわかりました。今後は、カレッタの「バックヤード」が再び「物置場」にならないように「収蔵物」を整理・保管し、後の世代に引き継げるようにしたいと思います。また、カレッタでは生きたカメ達も展示していますので、そのエサを保存する冷凍冷蔵庫、切り分ける調餌場、お世話をする器具類を管理する場所も「バックヤード」になります。ここについても、今回のリニューアルで新しく作り直す計画です。リニューアルが完了した後は、「バックヤードツアー」を企画して、カレッタの職員体験ができるようなプログラムも考えておりますのでお楽しみに。(館長：平手康市)

うみがめについての質問をお送りください。お答えします!
〒779-2304 徳島県海部郡美波町日和佐 浦369 うみがめ博物館カレッタ「質問係」



応募フォーム

Question

ウミガメの甲羅はどうやって大きくなるの?

Answer

甲羅は、背骨と肋骨が板状に変化した骨とその上に鱗板(ツメの様な物)がかぶさって出来ています。骨は私たちと同じ様に体の中で大きくなり、鱗板は私たちのツメが伸びるように大きくなります。

みなみの海のいきもの図鑑

太平洋に面する美波町では多くの生き物たちが生息しています。このコーナーでは実際に撮影してきたリアルな写真と共にいろんな生き物たちをご紹介します!

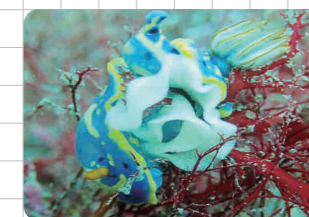


ウミウシの産卵

春から夏にかけて岩礁の表面や海藻に、クルクル巻いたりリボン状のものがみられます。これはウミウシの卵塊で、ダイバーの中では海リボンとも呼ばれています。日和佐の海では5月頃に多く見られます。ウミウシは1匹の体の中にオスとメス両方の機能を備えていて、両性生殖腺という器官を持っているので精子と卵子を作ることができます。なので2匹が出会えばお互いの精子を交換(交接)して受精し、どちらも産卵することができるのです。(ダイバー：長楽美保)



交接中のアオウミウシ(左)とサラサウミウシ(右) 体の右側から交接器を出してお互いの精子を交換している様子。



産卵中のアオウミウシ(左)とサラサウミウシ(右)

このコーナーでは、毎月様々な場面で使える、世界の様々な言語を紹介していきます。

今回のテーマ。
【文章でのあいさつ編(英語)】

アイ ホープ ディス イーメール ファインズ ユー ウェル
● I hope this email finds you well.

- ▶日本語訳：お元気のことと存じます。
- ▶使う場面：英語は日本語と違い、あいさつがなくてもマナー違反にはなりません。ただし、あいさつから始めたい場合は、上記のような表現を使うのもいいでしょう。

カインド リ ガーズ
● Kind regards,

- ▶日本語訳：敬意
- ▶使う場面：結びとなる「結辞」には非常に多くの種類があるので、どんな場合にも使える表現を使うことがオススメです。他にも、丁寧な言い方の「Best regards,」や「Sincerely,」などもあります。

覚えておきたい英語の単語集

- Dear (親愛なる)
- Inquiry (お問い合わせ)
- Regarding (に関する)
- Look forward (楽しみにする)

●日和佐短歌会
川の辺に色どり咲ける会飲の花梅雨の晴れ間の風にゆらめく
咲く日待つ百合の蕾のふくらかに氣象予報に続く雨の日
窓枠で夜の星空くり抜いて君にあげたいあの天の川
雨の中濡れてヒタヒタ歩く見ゆ近しき人は忘を病めるか
戦没の追悼式に初めての中二生徒も献花の列に

●投稿短歌
さぐり掘りして盆棚に供えたる甘藷小さめなれど初物
忘れぬ父の作りし器具使い家族で食べたかき氷の味

町民文芸に掲載を希望される方は、前月の20日頃までに政策推進課までお送りください。

●日和佐句会
洩うちわもう知る人もなき屋号
まっすぐに鳥消えゆけり木下闇
男性も日傘をさすようにとテレビ
爪ほどの翅のむらさき梅雨の蝶
夏菊や来賓つづく慰霊祭

●時雨庵俳句
浦里に書家の石碑や雲の峯
まだ立てぬ児にお揃いの藍浴衣

●由岐句会
月下美人しばみて闇の深みけり
源流の石の青さや苔清水
昼寝覚行方不明の葉かな
不機嫌な漁師仲間や戻り梅雨
青田波スマホ疲れの目を癒す
木洩れ日の映る清水を掬いけり
海鳴りの網戸を抜ける枕上
羅の似合う齢となりけり
棚経の僧立ち止まる古廂
山の空近づけて飲む清水かな

●森公子
●本庄潮乃
●福井咲希
●(名田みや女)
●(勝瑞高春)

町指定文化財

べの役を担ってきた貴重な遺跡です。
八丁の登り口より約30分の所に本堂があり、「玉厨子山泰仙寺」と「本尊如意輪観世音菩薩」の墨書板が左右に懸かっています。この本堂から立派な門杉のある石段を降りたところに谷川があり、その谷間に「座禅石」を刻まれた上面が平らな大石があります。その昔、禅僧がこの石の上で座禅を組み、本堂に向かって読経しながら修業した遺跡であると言われています。

【お問い合わせ】
日和佐公民館 ☎ 0884-77-0028
由岐公民館 ☎ 0884-78-0007



●新刊図書案内



キツネ狩り
著 寺島 曜 (新潮社)
事故で右眼を失明した警察官の尾崎冴子。その右眼は3年前の光景を映すようになった。それを知った署長の深澤は、尾崎の信頼する弓削警部補と共に、未解決一家四人殺害事件の再捜査に乗り出すが…。

●おすすめ図書



丸林さんちの家具づくりDIYレシピ
著 丸林さんち (ブティック社)
踏み台、本棚、木製ワゴン…。簡単＆おしゃれなはじめての家具づくりや、アンティーク塗装のアイデアとリメイクDIYなどを写真でわかりやすく紹介する。『ログハウスマガジン』連載に新規作品・内容を追加。

●図書資料館イベント

※新型コロナウイルス感染状況によって中止することがございます。ご了承ください。

| イベント | 日程 | 時間 |
|-------------|---------|-------------|
| おはなしの時間 | 8/19(土) | 10:30~11:00 |
| 工作教室 コマを作ろう | 8/20(日) | 10:00~11:30 |
| 小さなおはなし会 | 8/22(火) | 10:30~10:50 |

●新刊一般図書

- 私はスカーレット 上・下：林 真理子
- 光のしるべ：あさの あつこ
- 腹を空かせた勇者ども：金原 ひとみ
- ハンチバック：市川 沙央
- 極楽征夷大將軍：垣根 涼介
- この夏の星を見る：辻村 深月
- いかれた慕情：僕のマリ
- 夜果つるところ：恩田 陸
- 図書館のお夜食：原田 ひ香

●新刊児童書

- なつやすみ：麻生知子
- いちばんだいすき：メアリ・マーフィー
- はしごしゃののびるくん：正高もところ
- つめかみおばけ：よしむら あきこ
- のりものべんとう：八木 佳奈
- あくたれラルフがっこうへいく
：ジャック・ガントス

●8月・9月の予定

8月の予定

| 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 | | |

9月の予定

| 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 |

● 休館日(毎週月曜日(祝日に当たるときは翌日も)、祝日、年末年始) ● イベント ● おはなし会

美波町日和佐図書・資料館 ☎ 77-2733
開館時間：火曜日～金曜日 10:00～18:00 土曜日・日曜日 10:00～17:00

08 美波の文化・歴史を訪ねる

美波町の各所に残る文化財や史跡を写真とともに紹介していきます。
出典：美波町歴史散歩

たまずし 玉厨子山泰仙寺の
ちょうせき ざせん 丁石と座禅石



玉厨子山の西山の登り口より薬王寺奥の院である泰仙寺迄の参道に、丁石といわれる石標が古くから建てられています。砂岩で出来ていて高さは約50～60cmの四角柱で石面に丁=町数と施主の名が刻印されています。施主が山河内、西河内の玉厨子山麓の村の人達であります。登り口には「八丁」と刻まれた丁石が立ち、上に向かって一丁(109m)ごとに七丁、六丁と立てられて本堂の手前一丁で終わります。要するにこの丁石は泰仙寺への道のりを示す道案内であり、古くから当山の道しる



●材料 (食塩相当量 0.5g)

- ・なす 1本
- ・A) かつお節..... 1/4 パック
刻んだねぎ..... 適量
おろし生姜 適量
- ・濃口しょうゆ 小さじ 1/2
- ・すだち 適量

●作り方

- 1) なすはグリルで皮がこげるとまで焼き、皮をむく。(やけどに注意)
- 2) Aをのせ、醤油をかける。

▶減塩のポイント

- 1) 焼きなすは、香ばしい香りもごちそうです。
- 2) 水分が蒸発してうま味が凝縮されます。
- 3) 酢や柑橘類の酸味には、塩味を引き立たせる効果があります。

美波町への寄附

- 指定寄付金
金一封 株式会社オオキタ
環境対策のために

今月の納税

- 国民健康保険税 2期
- 納付期限：8月31日(木)

人口と世帯 (令和5年6月30日現在)

- 人口 : 5,994人 (-12)
- 世帯数 : 3,110世帯 (+2)

にぎやかそクイズ & アンケート

●問題

玉厨子山泰仙寺の参道には丁石といわれる石標が古くから建てられています。砂岩で出来ていて高さは約50cm～60cmとなっています。

登り口には「八丁」と刻まれた丁石が立ち、上に向かって一丁ごとに七丁、六丁と建てられています。では丁石は何mごとに建てられているのでしょうか？

※答えは誌面に記載しています。

●アンケート

- 1) 今月号でよかった内容や写真を教えてください。
- 2) 3ページの取材記事について、取り上げて欲しい方やご感想をお聞かせください。
- 3) 広報に関するご意見・ご感想などありましたらお聞かせください。

●応募方法

クイズの答え、住所、氏名、アンケートをご記入のうえ、下記の方法でご応募ください。政策推進課もしくは由岐支所にご持参いただいても結構です。正解者の中から抽選で記念品をお送りいたします。当選者の発表は、記念品の発送をもって代えさせていただきます。

▶郵送での応募

〒779-2395
徳島県海部郡美波町奥河内字本村 18-1
美波町政策推進課「広報8月号」係

▶メールでの応募

seisakusuishin@minami.i-tokushima.jp
件名：「広報8月号係」まで

8/22 (火)
締切

QRコードから
応募できます。



前回の答え「実生」、13通の応募がありました。
ご応募いただきありがとうございました。

