



主 な 内 容

議会だより	2P ~ 3P
お知らせ	4P ~ 5P
町長コラム	5P
特定保健指導	6P
敬老会・金婚者激励会	7P
いしいスナップ	8P
健康メモ	9P
ふれあい広場	10P ~ 11P
いしいドーム来場者 100万人達成	12P

高原小学校・幼稚園運動会

(9月27日・高原小学校運動場)

高原小学校・幼稚園の運動会は、好天に恵まれ、絶好の運動会日和となりました。児童や園児たちは、これまでの練習の成果や自分の力を発揮しようと出場する種目に全力を出していました。

頑張っている児童や園児たちに、保護者の皆さんや地域の皆さんから温かい声援が送られていました。

町民のうごき

総 数 26,786人・男 12,770人・女 14,016人・世帯数 9,647世帯 平成21年11月1日現在

石井町の広報

『文字放送』

(石井有線テレビ) 毎日

『石井町政だより』

(徳島新聞・ホームページ)

毎月第3火曜日

『ホームページ』

<http://www.town.ishii.lg.jp/>

議会だより

平成21年第3回定例町議会を9月9日から17日までの9日間の日程で開催しました。本定例会に提出された議案は、可決14議案、修正可決1議案でした。

条例の一部改正

- 石井町財産の交換、譲与、無償貸付等に関する条例の一部を改正する条例について
普通財産に加えて行政財産の貸し付けを可能とするため本条例を改正しました。
- 石井町国民健康保険条例の一部を改正する条例について
健康保険法施行令等の一部改正に伴い、平成21年10月から平成23年3月までの間の出産に係る出産育児一時金を4万円増額するため本条例を改正しました。
- 石井町乳幼児等医療費の助成に関する条例の一部を改正する条例について
徳島県乳幼児医療費助成制度改正に伴い、支給対象年齢を9歳に到達する日以後の最初の3月31日までの者とするため本条例を改正しました。

補正予算

修正可決

●平成21年度石井町一般会計補正予算(第2号)

補正額 2億2,732万2千円

予算の総額 78億7,822万8千円

主な歳出の内容

介護基盤緊急整備等臨時特別補助金 5,250万円

減債基金積立金 5,000万円

子育て応援特別手当事業(平成21年度分) 2,511万4千円

高浦中学校屋内運動場整備事業 1,746万9千円

主な歳入の内容

地方交付税 3億8,324万6千円

繰入金 2億7,927万6千円

●平成21年度石井町国民健康保険特別会計補正予算(第1号)

補正額 721万1千円

予算の総額 27億6,500万円

主な歳出の内容

国保被保険者指導等事業 212万9千円

繰入金 △6,452万6千円

前年度繰越金 6,508万2千円

●平成21年度石井町後期高齢者医療特別会計補正予算(第1号)

補正額 957万8千円

予算の総額 2億5,240万9千円

主な歳出の内容

一般会計繰出金 864万8千円

繰越金 864万8千円

●平成21年度石井町介護保険特別会計補正予算(第1号)

補正額 1億2,455万7千円

予算の総額 22億6,394万4千円

平成20年度各会計決算

会計名 区分	一般会計 (単位:千円)	国民健康保険 特別会計 (単位:千円)	老人保健 特別会計 (単位:千円)	住宅新築資金等 貸付事業特別会計 (単位:千円)	給与集中管理 特別会計 (単位:千円)	後期高齢者 医療特別会計 (単位:千円)	介護保険 特別会計 (単位:千円)
歳入総額	7,523,947	2,888,160	315,616	24,519	1,343,955	225,810	2,177,137
歳出総額	7,137,668	2,770,078	307,088	15,177	1,343,955	217,161	2,054,127
歳入歳出差引額	386,279	118,082	8,528	9,342	0	8,649	123,010
繰越明許費繰越額	73,150	0	0	0	0	1	0
実質収支額	313,129	118,082	8,528	9,342	0	8,648	123,010

※繰越明許費繰越額とは、翌年度へ繰り越すべき財源のこと。

収益的収支(税抜き)		資本的収支(税込み)	
収入	461,504,096	収入	15,710,203
支出	388,746,921	支出	161,296,742
当年度純利益	72,757,175	不足額	145,586,539

※不足額は、当年度分損益勘定留保資金、減債積立金で補てん。

実質赤字比率	連結実質赤字比率	実質公債費比率	将来負担比率
- (14.73)	- (19.73)	11.1 (25.0)	- (350.0)

※かつこ内は、早期健全化基準。実質赤字比率・連結実質赤字比率は黒字のため数値なし。

石井町水道事業会計	-
-----------	---

※資金不足比率は黒字のため数値なし。

主な歳出の内容

介護給付費負担金等返還金

4, 890 万 8 千円

一般会計繰出金

4, 754 万 8 千円

主な歳入の内容

前年度繰越金

1 億 2, 300 万 8 千円

議員提出議案

否決

●石井町議会議員の議員報酬の特例に関する条例について

請願

不採択

●EPA・FTA推進路線の見直しを求め、日米FTAの推進に反対する請願
●米価の回復と価格の安定、ミニマム・アクセス米の輸入中止を求める請願

町政の概要

■高齢福祉

9月1日現在における石井町の高齢者の状況は、総人口26,755人に対し、65歳

以上の高齢者は6,670人で、高齢化率は24.92%となっています。昨年と比較すると、総人口が74人減少したのに対し、高齢者人口は163人の増加となり高齢化率は0.67ポイント上昇しています。また、75歳以上の高齢者は3,448人で、総人口に占める割合は12.88%となっています。高齢者が健康で住み慣れた地域で安心して生きがいをもつて暮らせる長寿社会を目指して、各種施策や事業に取り組んでいるところです。

また、9月8日には80歳・90歳の方に対し敬老祝金を支給しました。

■健康マイレージ事業

40歳以上の方を対象に健診等への参加や、健康づくりの活動をポイント化し、そのポイントに応じて景品をプレゼントする健康マイレージ事業を始めます。

■国民健康保険

石井町国民健康保険は、毎年医療費が増加しています。そこで、患者負担の軽減や医療保険財政の健全化を図るため、被保険者に対し、「ジェネリック医薬品お祝いカード」を配布しました。医療機

関を受診するときに活用していただき、ジェネリック医薬品（後発医薬品）の利用にご協力をお願いします。

■乳幼児等医療費助成事業

県の少子化対策の一環として、乳幼児等医療費助成制度の改正が打ち出され、平成21年11月1日検診分から支給対象年齢が入院・通院ともに小学校第3学年修了までに拡大となります。

■浦庄町民体育館

浦庄町民体育館の建て替えについては、「新体育館建設推進協議会」において審議され、同協議会より「高浦中学校の体育館として整備を行う」との答申がありました。今後は、この答申に従い、事業を進めていきます。

■全国学力テスト

小学校6年生と中学校3年生を対象に行われた全国学力テストの結果が公表されました。結果を分析し、今後の児童・生徒に対する指導に生かしていきます。

■都市公園整備事業

快適で美しい公園整備のため、飯尾川公園には藤棚、ハイブリッド街灯、駐輪場などの整備を、前山公園には公園

進入路の整備について、それぞれ工事を発注しています。

■建設課関係の事業

石井駅山路線街路新設事業については未買収地の用地契約を締結しました。また国道部分については、国土交通省との設計協議が整い次第、工事を発注する予定です。

■地球温暖化対策事業

「住宅用太陽光発電システム設置補助金事業」を実施し、8月10日に補助金交付申請書の受け付けを行いました。予想を上回る多数の申請があったため、受付順に抽選を行い、補助金総額の限度額に達するまで申請書の受理を行いました。この事業の交付決定金額は、27件、総額998万9千円となりました。

■環境対応型のLED

また、環境対応型のLEDを使用した防犯灯の設置については、9月9日現在で5基を設置しています。今後も、順次LED防犯灯の整備をすすめていきます。

■町税等の一斉徴収

住民の納税に対する公平を図り、自主納付の向上に努めていただくため、9月を徴収月間とし、税務課職員と町長、町幹部職員が滞納者宅を訪問し、納付の催告及び徴収を行いました。今後も、町税等の滞納徴収に努めていきます。

■防災への取り組み

9月1日現在における石井町内の自主防災組織率は約43%となっています。災害に備えて、非常食や飲料水、毛布などの備蓄数を増やし、備蓄場所も増やせるよう取り組みを進めていきます。

議会の豆知識

～補正予算とは～

補正予算とは、当初予算成立後に生じた事由に基づき、既定の予算に追加や減額などの変更を加える必要が生じたときに編成する予算です。補正予算の成立には議会の議決が必要となります。

補正予算の金額の上に「△」の印が付いているものがあります。これは減額の補正を行ったということを表しています。

お知らせ
Information



催
し

農
産
物
品
評
会

とき 11月21日(土)
午前9時〜正午

ところ JA名西郡本所

◎午前11時の表彰終了後、農産物の販売を開催します。
※産業経済課

Tel 674-1118

総ぐるみ人権啓発研修大会

知ろう、考えよう、
人権の大切さ

「ご存じですか？」

毎年12月4日から
人権週間です。

とき 12月5日(土)
午後1時30分〜

ところ 中央公民館

主な内容
人権作文優秀作品表彰と発表
名西高生による音楽演奏

講演 「いのちを頂いて
いのちをつなぐ」

臨時人権相談室開設

★無料臨時託児預かり室をご利用ください。
※社会教育課
Tel 674-7505

ふじっこ親子クリスマス会
中止について

毎年、12月中ごろに開催している「ふじっこ親子クリスマス会」ですが、本年度は新型コロナウイルス感染症拡大のおそれがありますので、イベントを中止します。誠に申し訳ございませんが、何とぞご了承の程よろしくお願い申し上げます。
※福祉生活課
Tel 674-1116

募
集

イルミネーションコンテスト

ご自宅や店舗などをイルミネーションで飾り付け、真冬の夜を光のファンタジーで包んでください。

参加資格

- ①石井町在住の方
- ②作品が石井町内にあり、屋外から見えること
- ③12月1日〜25日までイルミネーションを点灯する

応募方法 住所・氏名・電話

番号を明記の上、ハガキまたはFAXで応募してください。
応募締切 11月27日(金)
賞品 最優秀賞(1作) 5万円/優秀賞(1作) 3万円/入賞(2作) 1万円
応募先
石井町商工会青年部
石井町石井字石井431-2
fax 674-1401

応募先

石井町商工会青年部
石井町石井字石井431-2
fax 674-1401

12月1日〜1月3日の間、午後5時より飯尾川公園駐車場にてイルミネーションのオブジェを展示します。

※石井町商工会
Tel 674-1292

平成22年度保育所入所児童募集

受付期間
12月1日(火)〜14日(月)
午前7時30分〜午後5時
(土・日曜日を除く)

★申込書の交付および受付は入所を希望する保育所または福祉生活課で行います。

- 石井保育所 Tel 674-0349
- 浦庄保育所 Tel 674-6792
- 高原保育所 Tel 674-3289
- 高川原保育所 Tel 674-6849
- 光の子保育園 Tel 674-2530
- さくら保育園 Tel 675-0280

いしいキッズ Tel 674-7898
※福祉生活課
Tel 674-1116

平成22年度幼稚園児募集

受付期間

12月1日(火)〜18日(金)
午前8時30分〜午後5時
(土・日曜日を除く)

★入園願は幼稚園にあります。
石井幼稚園 Tel 674-1799

浦庄幼稚園 Tel 674-4042

高川原幼稚園 Tel 674-4219

高川原幼稚園 Tel 674-3442

藍畑幼稚園 Tel 674-4679

※学校教育課
Tel 674-7505

暮
ら
し

障害者相談会

平成21年10月から、障害福祉相談会を開催します。

【相談支援事業所一覧】

●名西地区在宅障害者生活支援センター(名地区)

相談対象 身体障害者、身体的重複障害者、障害児

●れもん
相談対象 知的障害者、知的精神重複障害者、障害児

Tel 674-1333

●地域活動支援センターことじ
相談対象 精神障害者
Tel 694-6606

3月		2月		1月		12月		11月		10月		担当	日付	地区	時間	場所													
名地区	れもん	ことじ	名地区	れもん	ことじ	名地区	れもん	ことじ	名地区	れもん	ことじ																		
25日	18日	12日	25日	18日	12日	21日	14日	8日	24日	17日	11日	26日	19日	13日	22日	15日	9日	石井	藍畑	浦庄	浦庄	高川原	高川原	高川原	高川原	浦庄	浦庄	石井	石井
午後1時30分〜午後3時(各回共通)																													
相談会場は、各地区の公民館分館です。ただし、石井地区のみ相談会場は中央公民館となります。																													

※福祉生活課

Tel 674-1116

回収します！電話帳

N T T 西日本では地球環境保護・資源の有効活用のため「古い電話帳から新しい電話帳へ」の考えのもと、古い電話帳のリサイクルを積極的に推進しています。新しい電話帳を各家庭に11月中旬にお届けしますので、古い電話帳を配達員へお渡しください。

●不在等で古い電話帳を回収できなかったお客様へは、改めて回収に伺います。左記までご連絡ください。
※タウンページセンター
Tel 0120-506-309

供託の新しい制度

法務局で取り扱っている供託（地代・家賃弁済供託等）手続きは供託所の窓口に出向くことなく、自宅や事務所のパソコンを利用して、インターネットによるオンライン申請が可能となりました。また供託金の納付方法もインターネットバンキングやペイジーマークのある郵便局等のATMを利用した電子納付が可能となるなど、より利用しやすい制度となっています。

※徳島地方務局供託課
Tel 622-4867

※法務省ホームページ
<http://www.moj.go.jp/>

建退共制度

■加入できる事業主
建設業を営む方

■対象となる労働者
建設業の現場で働く方

■掛金 日額310円

■特長

◎国の制度なので安全、確実、申し込み手続きは簡単です。
◎経営事項審査で加点評価の対象となります。
◎掛金の一部を国が助成します。
◎掛金は事業主負担となりますが、法人は損金、個人では必要経費として扱われ、税法上全額非課税となります。

◎事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。
※建退共徳島県支部
Tel 622-3113

要約筆記奉仕員の派遣

話の内容をその場で文字にして伝える筆記通訳を行う要約筆記奉仕員を派遣します。

対象者 身体障害者手帳をお持ちの聴覚障害者で、手話通訳が困難な方

※福祉生活課
Tel 674-1116
fax 675-1500

徳島県最低賃金

「必ずチェック
最低賃金！
使用者も労働者も」
徳島県最低賃金
平成 21 年
10 月 1 日から
時間額 633 円

注 特定の産業には（産業別）最低賃金が定められています。
※徳島労働局
Tel 652-9165

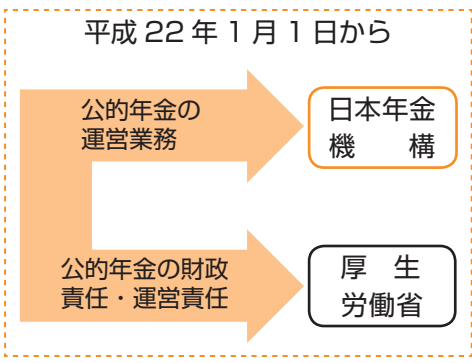
お店選びはSマーク登録店

厚生労働大臣認可の標準約款制度に従って営業することを登録した「理容店」、「美容店」、「クリーニング店」、「めん類飲食店」、「一般飲食店」では店頭でSマークを掲げています。登録店は、安心・安全・衛生を約束する信頼できるお店です。

※（財）徳島県生活衛生営業指導センター
Tel 623-7400

日本年金機構がスタート

社会保険庁が廃止され、新たに「日本年金機構」が来年1月1日からスタートします。
●国民の皆さまの信頼に応え、一層のサービス向上の実現を目指し、社会保険庁は組織・人員を一新し、「日本年金機構」として生まれ変わります。
●現在あるお近くの社会保険事務所は、新たに「年金事務所」と名称が変わりますが、年金相談などの窓口として引き続きご利用いただけます。



※住民課 Tel 674-1114

町長コラム

石井町長 河野俊明



今秋、株式会社ソニーがグループの新しいブランドメッセージとして「make.believe（メーカー・ドット・ベリリーブ）」を全世界に導入するという発表をしました。本来の単語の意味だけではなく、ベリリーブは「想像する」、「夢見る」といった精神を、メーカーは「実行する」、「形にする」といった行動を表現しているそうです。

私には、高齢者や子ども達、住民全てが「石井っていいなあ」と思える石井町にしたいという夢があります。その夢を実現するために、現在、財政の健全化に取り組んでいます。無駄を省き必要な事業を最小限の費用で行っています。そして、石井町の特性を生かしたまちづくりのため、緑の田園から生産される豊富な農産物の販路拡大を進めています。また、福祉の充実と環境の保全に努め、住民の一体感を高め、生活の向上を図りたいと考えています。
夢の実現に向けて、住民の皆様にも石井町のまちづくりに参加していただきたいと思っています。

どう変える!? 生活習慣 ～特定保健指導②～

消費カロリーの計算式

体重を1kg減らすのに必要な消費カロリー 7,000kcal

$$7,000\text{kcal} \times \boxed{} \text{kg} \div \boxed{} \text{カ月} \div 30 \text{日} = \boxed{} \text{kcal}$$

減らしたい体重 目標期間 1日当たりの消費カロリー

石井さんの場合で計算すると1日77kcalの消費が必要です。
 $7,000\text{kcal} \times 2\text{kg} \div 6\text{カ月} \div 30\text{日} = 77\text{kcal}$



石井さん(61歳)
特定保健指導を受けている男性

前回、石井さんは「6カ月間で体重マイナス2kg」という目標を決めました。今回は体重を減らすための計画を具体的に立ててみることにしましょう。

- 減量する方法を選ぶほう
- 77kcalを消費する方法を次の①②③の方法から選びましょう。
- ① 運動のみ
- ② 運動+食事
- ③ 食事のみ

わしは②で頑張るぞ!



■ 量や時間を決めよう

77kcalを消費するための計画は、保健師と相談して次のとおり決めました。

《運動》

ウォーキング20分

ストレッチ5分

★消費カロリー

47kcal減

《食事》

今までお茶碗山盛り一杯食べていたご飯をお茶碗に軽く一杯(150g)

★消費カロリー

30kcal減

(注) 減量の方法・効果は、

一人一人、状況に応じ違います。石井さんと同じ方法ですべての人に同様の効果があるわけではありません。

ご飯適量って少ないなあ。腹が減るかも...



このご飯の量でも、野菜やキノコ、海藻類をおかずに加えれば満足感は十分ですよ。



「生活習慣を変える」というと、難しい、できない、と思われがちですが、日々の生活を見直し、少し変えることで改善することができるとです。特定保健指導では、その少しのヒントを、一人一人に応じて計画し支援を行っています。保健師と一緒にがんばりましょう。

次回は、「理想的な生活習慣継続のために」です。

※保健センター

Tel 674-0001

石井町健康マイレージ事業

健康マイレージ事業とは?

町民の皆さんに楽しんで健康づくりを行ってもらうため、各種健康づくりイベントへの参加などをポイント化し、景品と交換する事業です。

■対象者

石井町在住の40歳以上の方(平成22年3月31日までに40歳に到達する方を含む)

■応募方法

応募ハガキ兼ポイントカードに5ポイント貯め締切日までに応募してください。応募は1人1回(1枚)のみです。

■応募ハガキ兼ポイントカード設置場所

石井町役場
保健センター
中央公民館及び各公民館分館
いしいドーム

■応募締切

平成22年3月31日(必着)

★応募していただいた方には景品として健康グッズをプレゼントします。なお、応募多数の場合は抽選となります。

※保健センター

※企画財政課

Tel 674-0001
Tel 674-7501

対象事業	スタンプ場所	ポイント
いしいドーム1回利用者及び有料講座体験参加者	いしドーム	1
いしいドーム定期券及び回数券利用者、有料講座参加者	いしドーム	2
石井町民マラソン・ウォーク大会	参加時	1
特定健診受診者(※1)	住民課	1
健康まつり参加者(11月6日実施)	参加時	1
各種がん検診受診者(※1)	保健センター	1
特定高齢者把握事業(健診)	長寿課	1
特定高齢者把握事業(基本チェックリスト返送)	長寿課	1
その他町長が認めるイベント		1
自己目標		1(※2)

※1 特定健診、がん検診は平成21年度健診をすでに受けられた方も対象です。

※2 自己目標欄には、健康づくりの目標(例:3カ月で1kg減)を必ず記入してください。記入がスタンプの代わりになります。

敬老会・金婚者激励会

9月11日、中央公民館にて「敬老会・金婚者激励会」を開催しました。

本年度の対象者は、80歳以上2,109人、金婚者(結婚50年)33組、ダイヤモンド婚者(結婚60年)17組でした。米寿119名、90歳到達者65名、夫婦そろって90歳到達者1組、夫婦そろって80歳到達者66組の方々に石井町より記念品と祝い状をお贈りしました。

式典後は、各地区老人クラブ連合会の皆さんと音羽流仙翠甫会の皆さんによるアトラクションが行われ、来場された皆さんに楽しい一日を過ごしていただきました。

また、敬老会・金婚者激励会の開催にあたり多数のボランティアの皆さんにご支援ご協力をいただき厚くお礼申し上げます。



米寿到達者代表



90歳到達者代表



金婚者代表



夫婦そろって80歳代表



ダイヤモンド婚者代表

金婚者激励会

- 石井地区
- 一宮知隆
 - 遠藤洋雅
 - 川内公一
 - 川北富美子
 - 野口義弘
 - 松浦数子
 - 三河初子
 - 三河清子
 - 水間利生
 - 矢田忠夫

- 浦庄地区
- 泉秀吉
 - 坂尾史子
 - 竹内親介
 - 高原地区
 - 島野八郎
 - 高橋勝代
 - 田中久雄
 - 吉岡千恵子
 - 井内昇一
 - 和泉隆雄
 - 宮崎富子
 - 芳川サダ子
 - 吉川喜久子
 - 高川地区
 - 川口幸雄
 - 久米美昭

ダイヤモンド婚者激励会

- 石井地区
- 青山章一
 - 一宮須美子
 - 伊月晴子
 - 乾里子
 - 岡本文男
- 久米由一
- 五反地昭一
 - 住友宣市
 - 高橋宏
 - 武知年廣
 - 武知アサ子
 - 多田福市
 - 継岡英治
 - 本田安江



金婚者・ダイヤモンド婚者は、敬老会・金婚者激励会へ申し込みいただいたご夫婦のお名前を掲載しています。毎年、募集しますので、該当するご夫婦は長寿社会課へ申し込みしてください。

- 海原進
- 久米武義
 - 毛利美智代
 - 森本千代子
 - 浦庄地区
 - 佐藤清
 - 佐藤アサエ
 - 後藤正史
 - 近藤澄江
- 高川地区
- 佐藤宗太郎
 - 十川保一
 - 高橋重利
 - 富子
- 藍畑地区
- 高田鐵雄
 - 西森登
 - 夏子

(敬称略・順不同)

防災について学ぼう！ (9月1日)



防災の日にちなみ、放課後子ども教室の子ども達が災害時の炊き出しの実習や災害時の心得、非常持ち出し袋について、応急処置の方法を学びました。

24時間テレビ募金活動 (8月30日)



石井町青年団・石井町学生ボランティア委員会による24時間テレビ募金活動がフジグラン石井というドームで行われ、398,244円の募金が集まりました。(県内総額は6,480,126円)



秋の交通安全運動 (9月21日～30日)



徳島県警察音楽隊の音楽演奏



事前キャンペーン活動



交通安全マナーガール

秋の交通安全運動は、「高齢者の交通事故防止」を運動の基本とし、9月20日にはフジグラン石井で事前キャンペーン活動、徳島県警察音楽隊の音楽演奏が行われました。また、9月28日には交通安全マナーガールによる事業所訪問が行われました。

国体出場選手激励会 (9月24日)



トキめき新潟国体に出場する石井町関係の選手への激励会が石井町役場で開催されました。

こども'あい'らんど in いしい (9月23日)



前山公園で開催された、こども'あい'らんど in いしい。今回で最終回となるため、もち投げや風船とぼしなどのファイナルプログラムでフィナーレを飾りました。



暴力団排除の合意書を調印 (10月19日)



石井町と石井警察署は、石井町が行う建設工事や物品の調達契約などから暴力団の関与を排除するため、暴力団情報を共有する合意書に調印しました。

ボランティアフェスティバル (10月18日)



石井町ボランティアフェスティバルでは「こども文化祭」やボランティア活動を紹介するパネル展、模擬店などが行われました。

ミニタウン集会 (10月～11月)



ミニタウン集会在町内5地区で開催され、町民の皆さんからご意見やご要望がたくさん寄せられました。



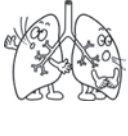


木々の葉がすっかり秋色になつた今日この頃ですが、いかがお過ごしでしょうか。さて、みなさんもよくご存知かと思いますが、現在日本人の死因第一位は悪性新生物いわゆる「がん」です。石井町でも同様に「がん」は死因のトップになっています。がんの予防は生活習慣の改善と定期的な検診を受けることが重要といわれています。そこで今回の健康メモでは、がん予防の一つであるがん検診について取り上げたいと思います。

すすんで受けようがん検診

最近では医学の進歩により、がんは不治の病ではなく、早期発見できれば完治する可能性がかなり高くなってきています。そのため、定期的ながん検診を受けることが重要なのです。

主ながんの検診法 (表①)

種別	検診法 (石井町集団検診の実施法)	発見できる病気
胃がん 	●胃エックス線検査 検診法 バリウム(造影剤)と発泡剤(胃をふくらませる薬)を飲み、エックス線(レントゲン)で胃の形や粘膜を観察します。	★胃がん ★胃ポリープ ★良性の腫瘍 など
大腸がん 	●便潜血検査(2日法) 検診法 検診当日は問診をし、便の容器をお渡しします。検査容器に自宅で少量の便(2日分)を採るだけで簡単に検査できます。便の中の血液を調べ、大腸内の出血の有無を検査します。	★大腸がん ★大腸ポリープ ★痔 など ※陽性反応が出た場合、「もともと痔があるから心配ない。」などと過信せず、必ず精密検査を受けましょう。
肺がん 	●胸部エックス線検査 検診法 肺全体をエックス線(レントゲン)撮影し、状態を観察します。 ●喀痰細胞診 検診法 問診により対象者を選定します。 ① 50歳以上で、喫煙指数(計算方法が決まっている)600以上の人 ② 6カ月以内に血痰が出た人	★肺がん ★結核 ※1枚のレントゲンを二人の医師が観察し、肺がんと結核の両方をみます。

石井町では、表①のがん検診のほか前立腺、子宮、乳房、甲状腺のがん検診を実施しています。これらの検診は、がんを早期発見・早期治療につながることを目的に行っています。また、検診結果が手元に届くまでに1カ月あまり

かかりますので、すでに自覚症状のある人は検診ではなく、かかりつけ医に相談してください。検診結果が届いたら、必ずご覧いただき、精密検査が必要となった場合は精密検査を受けましょう。

以上のことをふまえ、ぜひ

年に1回はがん検診を受診しましょう。

今回の健康メモでは、今回に引き続き「がん」について取り上げ、日常生活における予防についてお話しする予定です。

※検診結果については、判明次第迅速に受診者の方にお知らせするため、一人ひとり検診ごとに個別通知をしています。

※子宮がんの検診法は「広報いしい142号(平成20年5月)」、乳がんの検診法は「広報いしい148号(平成21年5月号)」を参照してください。

平成21年度がん検診未受診の方へ

■無料がん検診フェアー
とき(第1回)

平成22年1月17日(日)

午前9時〜午前11時

内容 肺・胃・大腸

とき(第2回)

平成22年2月10日(水)

午前9時〜午前11時

内容 肺・胃・大腸・乳・甲状腺

ところ 保健センター

対象者

●石井町在住の40歳以上(平成22年4月1日現在)の方で、平成21年4月〜7月までの間

にがん検診を受けていない方(乳がん検診は平成22年1月31日まで個別検診実施中)

●乳がん・甲状腺検診は2年に1回の隔年受診のため、昨年・今年とも未受診の方(乳がん・甲状腺検診はセット検診になっていますので、どちらか一方だけは受けられません。)

☆検診を希望される方は、12月18日(金)までに、保健センターへお申し込みください。

※保健センター

Tel 674-0001

ふれあい広場

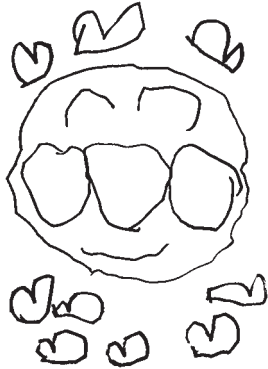
みんなの
ページだよ!

百歳
おめでとう
ございます



足利静子さん(石井)
生年月日
明治42年9月20日

百歳のご長寿を迎えられた足利さんに県と町からそれぞれ祝い状と祝い金が贈られました。これからもお元気で過ごしてください。



清重 侑季さん(高川原)

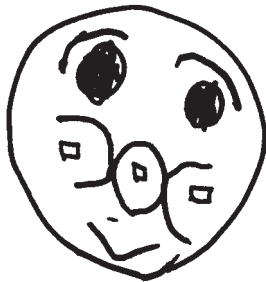


なかやま めぐみさん(関)

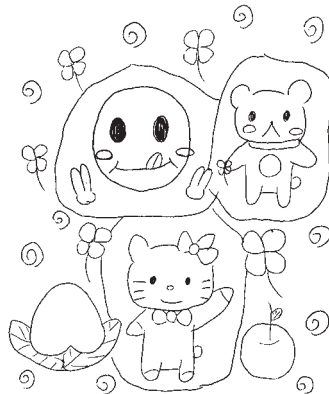
必ず黒の油性ペンで書いてね!



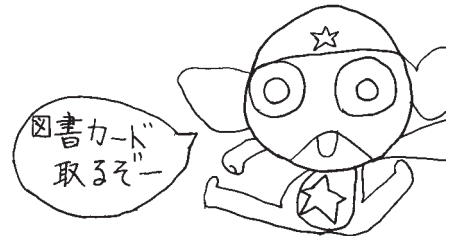
イラスト紹介



岩本 幸輝さん(大万)



小倉 里奈さん(高畑)



笠井 悠斗さん(下浦)

図書カードを当てよう! 広報クイズ

○に入る言葉は何でしょう。

【問1】平成20年度の石井町の実質公債費比率は○○.○%です。

【問2】いしいドームの利用者が○○○万人を突破しました。

※ 記入例
【問1】 -○○.○%
【問2】 -○○○万人
住所・氏名(フリガナ)・
年齢(または学年)
イラスト・俳句など

ハガキに記入例のように答えを書いて、応募方法により12月15日(火曜日)役場必着でご応募ください。抽選で5名の方に1,000円の図書カードを進呈します。

また、クイズの答えの後にイラスト・俳句・教えて欲しい事など、どんどん書いて応募してくださいね。

9月号の当選者(敬称略)

※9月号の答え「①16人 ②5,022人」

佐藤由加利(重松)、寒川明奈(石井)、岩本幸輝(大万)、後藤綾子(天神)、清重ハル子(高川原)

9月号の応募総数は60通でした。当選者の皆さんおめでとうございます。

短歌・俳句 川柳紹介

うだるよな
猛暑にあえぎ
たえにしに
なぜか逝く夏
惜別の情
井上 澄子さん(加茂野)

眠れぬ夜
窓下で鳴く
虫の音に
いやされ眠る
明日を夢見て
桑村 千代子さん(下浦)

紅葉の
名所さがし
二人旅
からだ気づかい
明日のよろこび
中山 幸子さん(関)

晩秋の
古都の紅葉
人の波
夕日に映えて
なをもあざやか
松島 秀子さん(石井)

初盆に
母の面影
思い出の
本好きだった
話しに花を
後藤 幸子さん(東高原)

おばあちゃん
呼ばれてきづく
年月を
優しい孫に
頭下がるる
美馬 トシ子さん(下浦)

秋分に
墓前に花を
たむけては
田んぼのあぜ道
彼岸花
中川 美智子さん(下浦)

町政は
思想しがらみ
区別なく
柔軟是非
民のしあわせ
長野 文夫さん(桑島)

毎年
高校野球
感動する
若きエネルギー
初のホームラン
吉岡 悦子さん(関)

敬老の日
お世話の人に
頭さがるる
山口 テル子さん(下浦)

紅葉に
包まれし滝
音遠く
阿部 敏弘さん(石井)

嘘つかず
秋の訪れ
曼珠沙華
泉 史子さん(下浦)

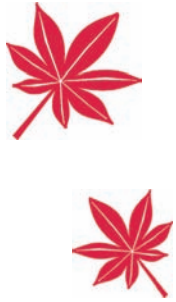
百日紅
枝先にのみ
咲きほこる
野口 直之さん(重松)

涼しさや
身をもって知る
朝の散歩
喜多 盛さん(石井)

武田 航さん(城ノ内)

だんだんと
少なくなるね
同窓会
遠藤 達郎さん(城ノ内)

あの路地を
抜ければ後に
月明かり
井内 宏さん(天神)



東京行き高速バスの停留所ができました

11月1日、川島
発東京行きの徳島
バス・ムーンプライ
トエディ号の停留
所が石井駅前にて
きました。
首都圏へお出か
けのときにご活用
ください。



※バスの予約は、
徳島バス予約センター
TEL 622-1826

※ホテルセット券のお問い合わせは、
徳バス観光サービス
TEL 622-0882

上り			
石井	徳島駅前	→	東京浜松町 東京品川
21:00	21:30	→	6:15 6:30
下り			
東京品川	東京浜松町	→	徳島駅前 石井
21:30	21:50	→	6:30 7:00

応募方法

●ハガキで

◆広報クイズ

◆短歌・俳句、川柳

◆イラスト(必ず黒の油性ペンで書いてください)

◆カラー不可

◆サークル紹介

◆作って欲しいコーナー・
教えて欲しい事など

●封書で

◆赤ちゃん紹介(3歳前後・
写真、コメントを同封し
てください)

◆広報いしいの表紙やいし
いスナップを飾る写真
(未発表作に限ります)

〒779-3295
高川原字高川原二二一
石井町役場
「ふれあい広場」係

住所・氏名(フリガナ)・
年齢(または学年)を必ず書
いて郵便でお送りください。

なお、応募多数の場合は掲
載できない場合があります。

また、応募ハガキ等はお返
しできませんので、あらかじ
めご了承ください。

いしいドーム利用者 100万人達成



いしいドームは、平成15年4月に町民の健康増進を図ることを目的にオープンし、町民の方はもちろん近隣の市町村からも多くの方に利用していただいています。

10月20日、いしいドームの利用者が100万人を達成しました。記念すべき100万人目の利用者となったのは上浦昭子さん（石井字石井）。上浦さんには、河野町長より花束、清重教育長から記念品が贈られました。上浦さんは、「100万人目の利用者になるなんてびっくりしました。いしいドームへ通い始めて4年になり、毎日1時間程度の水中ウォーキングをしています。これからも、いしいドームを利用していきたいです。」と笑顔で話してくれました。

いしいドームで生き生き健康づくり 11月～1月講座開催中

トレーニング館

最新鋭のトレーニングマシンを導入しています。目的に合わせて利用してください。専任のトレーナーが完全個別プログラムでサポートします。

営業時間

火曜日～土曜日 10:00～22:00
(受付終了: 21:30)
日曜日・祝祭日 9:00～19:00
(受付終了: 18:30)

休館日

毎週月曜日、年末年始

駐車場完備

200台収容

予約・お問い合わせ

徳島県名西郡石井町高川原字高川原 2115-3
飯尾川公園いしいドーム
Tel: 088 - 675 - 2211
Fax: 088 - 675 - 2270

ホームページ

<http://www.netwave.or.jp/~isiidome/>

- ★無料送迎バス
(定員8名) 運行中
- ★石井町健康マイレージ
事業の対象です



温水プール館

メタボリック対策に、体に負担の少ない水中運動を始めてみませんか。クラスごと（水泳が初めての方から中・上級者まで）のスイミングやアクアビクスなどの有料講座と水中ウォーキングなどの無料講座を実施しています。

スタジオ

いしいドームのスタジオで、気持ちのいい汗を流しましょう。太極拳、エアロビクス、ヨガなどの有料講座とストレッチや腰痛改善体操などの無料講座を実施しています。

子ども講座

お子さまの発育・発達に合わせた運動を、いしいドームで楽しみながら学びましょう。スイミング講座、体操講座、鉄棒（逆上がり）集中クラス、キッズダンス講座を実施しています。また、新たに野外でのボール運動を中心としたスポーツスクールを開催します。

