



いしい



【今月の表紙】

高川原勇獅子保存会による勇獅子 (第31回 高川原福祉会館祭／11月3日)

すっきりと晴れ渡った秋晴れの中、4年ぶりとなる高川原福祉会館祭が開催され、オカリナ演奏や勇獅子、地元・高川原小学校の金管バンドの演奏が行われました。

お知らせ

NEWS

“いしいアプリ”
 役場からの
 お知らせが届いて
 便利です！
 ダウンロードして
 お使いください！




催し

消防団年末夜警の実施

各地区の消防団が、地域の安全を願って、次のとおり年末夜警を行います。皆さまも、火災予防にご協力ください。

日時 12月28日(木)
29日(金)

午後8時～

場所 町内全域

令和6年「石井町成人式」について

民法の改正により令和4年4月1日から成年年齢が18歳に引き下げられましたが、石井町では昨年「石井町成人式」の式典名称を「石井町二十歳のつどい」に改め、これまでどおり20歳を迎える方を対象に開催します。

日時 令和6年1月2日(火)

受付 午前9時30分～

式典 午前10時～

場所 石井町中央公民館
(いしい藤ホール)

該当者

平成15年4月2日～平成16年4月1日に生まれた方

問 社会教育課 ☎ 674-7505



募集

ネーミングライツ制度パートナー企業の募集

石井町では、次の施設について、ネーミングライツ制度(施設命名権の売却)のパートナーとなる企業を募集しています。

対象施設

①飯尾川公園いしいドーム
(現在は四銀いしいドーム)



②飯尾川公園運動広場
(現在はOKいしいパーク)



所在地 高川原2115番地3

命名権料

【1施設につき】原則年額100万円以上(消費税・地方消費税は別途負担)

使用期間 原則5年間

募集期間

令和6年1月26日まで(必着)

◎詳しくは、HPに掲載の募集要項をご確認ください。

問 建設課

☎ 674-1117



満18歳から29歳の投票立会人募集

石井町選挙管理委員会では、若い方に選挙を身近に感じていただくために、満18歳から29歳の方々の投票立会人を募集しています。

立ち会いをする場合は自分の投票する投票所で、立ち会いをする日時は、投票当日(午前7時～午後8時)です。

応募資格 満18歳から29歳で石井町の選挙人名簿に登録されている方

報酬額 13,000円

(昼食・夕食付き)
応募方法 登録申込書を記入し、石井町選挙管理委員会(石井町役場住民課)へ提出してください。

問 住民課 選挙担当

☎ 674-1114



放送大学入学生募集のお知らせ

放送大学は、令和6年4月入学生を募集しています。

◎幅広い世代の8万5千人以上の学生が、大学卒業や学びの楽しみなど、様々な目的で学んでいます。

◎心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の授業科目があり、テレビやインターネットで1科目から学ぶことができます。

◆出願期間

第1回：令和6年2月29日まで
第2回：令和6年3月12日まで

問 資料の無料請求は放送大学徳島学習センター ☎ 602-0151

暮らし

住民税非課税世帯等への給付金(1世帯あたり7万円給付金)について

国において、「デフレ完全脱却のための総合経済対策」として、住民税非課税世帯等を対象に1世帯あたり7万円を支給する方針が決定されました。

今後、国から具体的な内容が示され、支給時期や支給方法等の詳細が決まり次第、順次、広報誌やホームページ等でお知らせします。

問 総務課 ☎ 674-1111

年末年始の役場業務

役場業務は次のとおり休みになります。

◆役場一般業務

12月29日(金)～1月3日(水)
※午後5時15分以降に緊急の用務があるときは、ALSOKあんしんケアサポート☎03-6834-2456へご連絡ください。

※出生・死亡・婚姻届等の戸籍届書は受付します。

☎総務課 ☎674-1111

高川原福祉会館だより

	職業相談	人権相談
日 程	1月16日(火)	1月11日(木)
時 間	午後1時半～3時半	午後1時～3時
相談員	ハローワーク職員	石井町人権擁護委員
場 所	高川原福祉会館 ☎674-0403	

固定資産税(償却資産)の申告

固定資産税における償却資産(土地や家屋以外の事業用資産)の所有者は、毎年1月1日現在町内に所有する償却資産の内容(償却資産の名称、取得年月、取得価額、耐用年数等)について申告書(地方税法第383条の規定による)を作成し、提出してください。

太陽光発電設備も償却資産に該当し、申告の対象となる場合があります。

提出期限 1月31日(水)

提出先 税務課固定資産税係

☎税務課 ☎674-1115

農用地区域からの除外申請

期 間 1月4日から1月31日まで
(土・日・祝日を除く)

☎産業経済課 ☎674-1118



徳島県特定最低賃金の改正

令和5年12月21日から、徳島県特定最低賃金が次のとおり適用されます。

業 種	時間額
はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具製造業	1,020円
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	983円

◎造作材・合板・建築用組立材料製造業は令和5年の金額改正はありません。令和5年10月1日から、徳島県最低賃金**896円**が適用されます。

☎【最低賃金に関しては…】

徳島労働局賃金室(☎088-652-9165)または最寄りの労働基準監督署

【最低賃金改正に伴う労務等の相談や業務改善助成金に関しては…】

徳島働き方改革推進支援センター(0120-967-951)

石井町社会福祉協議会からのお知らせ

●歳末たすけあい募金

【期間:12月1日～25日】

石井町内の小・中学校、公共施設、金融機関、店舗等に募金箱を設置しています。

昨年度は、**401,850円**の募金をお寄せいただき、要援護高齢者世帯や児童・生徒の福祉活動、高齢者給食サービス活動等の支援のために配分させていただきました。

今年も、皆さまのご協力よろしくをお願いします。

☎石井町社会福祉協議会

☎674-0139

刈草を提供します(無料)

吉野川の堤防除草で発生した刈草を堤防付近や集積場所に置いています。

提供条件や設置時時期など詳細はお問い合わせください。

☎国土交通省 徳島河川国道事務所 吉野川鴨島出張所

☎0883-24-4334
FAX 0883-22-1251



「お子さまの教育資金を「国の教育ローン」(日本政策金融公庫)がサポート!

「国の教育ローン」は、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校・大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。

【ご融資額】 お子さま1人につき350万円以内

【金利】 年2.25%

※母子家庭の方などは年1.85%(令和5年10月2日現在)

【ご返済期間】 18年以内

【HP】 「国の教育ローン」で検索

☎教育ローンコールセンター

☎0570-008656(ナビダイヤル)または(03)-5321-8656

新火葬場建設に係る地元住民説明会開催結果

実施時期 10月24日及び26日

開催回数 2回

会 場 石井町防災センター2階
(河川防災ステーション 三郎広場内)

参加人数 (24日) 44名
(26日) 17名

※当日の資料及び開催記録をご確認いただけます。

(当日資料)



(開催記録)



☎総務課 ☎674-1111

いしい地域情報チャンネル (i-チャンネル)

役場からのお知らせは112チャンネル

●視聴方法

①石井CATVの
111チャンネルを表示

②リモコンの
チャンネル送りボタンを
1回押す



役場からの
“お知らせ番組”

放送開始時間

- ① 8:00 ② 11:10
- ③ 14:00 ④ 17:00
- ⑤ 20:00 ⑥ 22:10

いしい 情報室



お天気情報

放送開始時間



- ① 6:50 ② 7:50 ③ 11:00
- ④ 11:50 ⑤ 16:50 ⑥ 22:00

小林町長のまちを歩けば

源流調査隊が行く!“吉野川源流の旅”

石井町の発展に欠かすことの出来ない吉野川、その流れの源を、映像でお届けします。

【放送日】12月29日～1月3日(6日間)



放送開始時間

- ① 10:00～
- ② 21:00～

※放送期間中は、右番組表の一部に変更があります。

→ 12月16日から31日までの番組表です ※都合により変更になる場合があります。

開始時間	放送内容
6:00	情報カメラ+文字放送
6:30	日本遺産 藍のふるさと阿波
7:00	紙芝居「徳島のむかし話」
7:15	あなたのための 家族のための がん検診
7:18	空から見た石井町(石井小学校)
7:30	心肺蘇生法とAEDの使い方
7:44	情報カメラ+文字放送
8:00	いしい情報室
9:00	いきいき100歳体操(徳島版)
9:31	あなたのための 家族のための がん検診
9:34	空から見た石井町(浦庄小学校)
10:00	歯みがき好きな子を育てるために
10:12	文字放送(音声付き)
11:10	いしい情報室
11:12	情報カメラ+文字放送
12:00	紙芝居「徳島のむかし話」
13:00	いきいき100歳体操 認知機能改善編①
13:23	あなたのための 家族のための がん検診
13:26	空から見た石井町(高原小学校)
14:00	いしい情報室
14:12	文字放送(音声付き)
15:00	くっぼちゃんの健口体操
15:11	石井町PR動画
15:30	いきいき100歳体操 認知機能改善編②
16:00	情報カメラ+文字放送
16:10	心肺蘇生法とAEDの使い方
16:24	空から見た石井町(藍畑小学校)
17:00	いしい情報室
17:14	情報カメラ+文字放送
18:00	日本遺産 藍のふるさと阿波
18:05	手洗い動画
18:30	紙芝居「徳島のむかし話」
18:40	文字放送(音声付き)
19:00	いきいき100歳体操(徳島版)
19:31	あなたのための 家族のための がん検診
19:34	空から見た石井町(高川原小学校)
19:45	歯みがき好きな子を育てるために
20:00	いしい情報室
20:12	文字放送(音声付き)
21:00	心肺蘇生法とAEDの使い方
21:30	日本遺産 藍のふるさと阿波
22:00	情報カメラ+お天気
22:10	いしい情報室
22:22	情報カメラ+文字放送
23:00	安全・安心なインターネットの利用に向けて
23:46	あなたのための 家族のための がん検診

年金生活者支援 給付金制度について



年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。※すでに給付金を受給している方については、新たな手続きは不要です。

■対象となる方

■老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります

- ✓ 65歳以上である
- ✓ 世帯全員の市町村民税が非課税となっている
- ✓ 前年の年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下である

■障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の要件を満たしている必要があります

- ✓ 前年の所得額が約472万円以下である

■請求手続き

① 新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

お受け取りの対象になる方には、日本年金機構から9月上旬以降順次、請求可能な旨のお知らせが送付されています。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。**令和6年1月4日までに請求手続きが完了しますと、令和5年10月分からさかのぼって受け取ることができます。**

② 年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または石井町役場住民課年金窓口で請求手続きをしてください。

☎ねんきんダイヤル ☎0570-05-4092（ナビダイヤル）
徳島北年金事務所 ☎088-655-0200

障害者控除対象者認定書を 発行します

障害者手帳の交付を受けていない場合でも、65歳以上の方で、身体の障害または認知症の状態が一定の基準に該当すると町が認定した方に、確定申告等により税の所得控除を受けられる「障害者控除対象者認定書」を交付します。

◆**対象者** 65歳以上で、要介護1以上の認定を受け、一定の基準を満たした方。

※要介護認定を受けている方でも障害者控除の対象にならない場合があります。

◆**申請方法** 長寿社会課窓口までお越しください。



☎長寿社会課 ☎674-6111

国民年金保険料を納付書で納めている方へ

口座振替・クレジットカードでの納付が便利でおトクです！

- 1 金融機関等へ行く手間が省けます。
- 2 保険料の納め忘れがありません。
- 3 口座振替は前納割引で、さらにお得！

(前納期間が2年だと、1か月分の保険料額(16,520円)とほぼ同額が割引されます。)

▼保険料額と前納割引額の目安

支払方法	1か月		6か月		1年		2年	
期間	保険料額 割引額		4月～9月分、 10月～翌年3月分		4月～翌年3月分		4月～翌々年3月分	
			保険料額	割引額	保険料額	割引額	保険料額	割引額
納付書(毎月払い)	16,520円		99,120円		198,240円		402,000円	
クレジット前納 納付書前納			98,310円	810円	194,720円	3,520円	387,170円	14,830円
口座振替前納	16,470円	50円	97,990円	1,130円	194,090円	4,150円	385,900円	16,100円

※保険料額は毎年度変わります。上記の国民年金保険料は令和5年度のものです。

お申し込み期限

まとめて前払い(前納)の場合

4月末日からの前納…2月末日までにお申し込みください。

「2年前納(4月～翌々年3月)」 「1年前納(4月～翌年3月)」 「6か月前納(4月～9月)」

※納付が開始されるまでお申し込みから2か月程度かかります。

※お申し込み期限を過ぎた場合、ご希望の割引額が適用されないためご注意ください。

※毎月払いをご希望の場合は、いつでもお申し込みいただけます。

☎ 徳島北年金事務所 ☎ 655-0200



高齢者向けスマホ体験教室

体験用端末を使い、スマホをお持ちでない方やスマホ初心者の方に、操作方法などを体験していただきます。

午前は基礎講座、午後はLINE講座及びアプリの取得方法を学びます。

【日時・場所】

- ① 1月10日(水)
高原分館 1階ホール 11時～/14時～
- ② 1月15日(月)
石井分館 2階講堂 11時～/14時～
- ③ 1月29日(月)
高川原分館 2階講堂 11時～/14時～
- ④ 2月1日(木)
藍畑分館 2階ホール 11時～/14時～
- ⑤ 2月7日(水)
浦庄分館 2階講堂 11時～/14時～

【予約方法】

長寿社会課窓口にてお申し込み(先着順)

【申込締切日】

各会場、実施日の1週間前まで
※全行程90分予定。
※教室定員は8～15名。

☎ 長寿社会課 ☎ 674-6111

図書室だより広報出張版&移動図書館車巡回日程

悪天候等のため中止することがあります。
最新情報はホームページ等をご確認ください。

1月の巡回日程



1月 * 12月の巡回は11月号にすべて掲載済みです。		
巡回日	巡回場所	時間
1月9日 (火)	藍 畑 分 館	14:00~15:00
1月10日 (水)	高 原 分 館 (高 原 小 西 駐 車 場)	10:00~11:00
	曾 我 団 地 集 会 所	14:00~15:00
1月11日 (木)	浦 庄 分 館	10:00~11:00
		14:00~15:00
1月12日 (金)	フ ジ グ ラ ン 石 井	9:30~11:00
	高 川 原 簡 易 郵 便 局	14:00~15:00
1月15日 (月)	フ ァ ミ リ ー マ ー ト 浦 庄 店	10:00~11:00
	石 井 町 役 場	14:00~15:30

中央公民館大規模改修工事準備のため
令和6年11月末日(予定)まで
中央公民館図書室を休室しています。

- ★休室中は移動図書館車巡回地または仮設図書室をご利用ください。★
- ※仮設図書室の開設場所や日程等については詳細が決まり次第HP等で広報します。
- ※休室中は移動図書館車または夜間返却BOX(仮設図書室に設置予定)へご返却ください。
- ※徳島県立図書館の蔵書の遠隔地返却は必ず移動図書館車窓口で手続きをお願いします。

皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

★石井町中央公民館図書室での貸出の代替となるサービス

移動図書館車ふじっこ2号	県立図書館協力貸出	図書館の広域利用
3.5tトラック型の図書館車が町内巡回地に各回1時間程度停車します。 貸出カードは図書室と共通です。 *工事期間中は仮設図書室としても運営予定です。詳細が決まり次第HP等で広報します。	徳島県立図書館の蔵書やCDなどを、石井町の図書室に取り寄せて石井町の貸出カードで借りられます。 *工事期間中の実施については協議中です。詳細が決まり次第HP等で広報します。	石井町の住民であれば、連携対象先他市町村の図書館で貸出カードを作成し、その図書館を利用できます。 *対象図書館でのカード作成申請には本人確認ができる物が必要です。
 	 	 <div data-bbox="1228 1904 1436 2049"> <p>借りた本は 借りた図書館に 直接返却して ください</p> </div>

年末年始のごみ収集とし尿の受け入れについて

石井町では、年末年始の期間は、特別収集日・特別受入日を除き、ごみ収集とし尿の受け入れを停止しますので、ご注意ください。

● **停止期間** 12月30日(土)～1月3日(水)

なお、年末のごみ特別収集日・し尿特別受入日は次のとおりです。

● **ごみ特別収集日** 12月29日(金)

高原・藍畑・高川原地区：燃やせるごみ
石井B地区：資源ごみ

● **し尿特別受入日** 12月29日(金)



維持補修工事に伴うし尿受け入れの休止について

クリーンセンターでは維持補修工事のため、次の日のし尿等の受け入れを休止しますので、ご注意ください。

● **し尿受入休止日** 1月19日(金)

不法投棄や野焼きは法律で禁止されています！

ごみの不法投棄や野外でごみ等を燃やす、いわゆる野焼き（野外焼却）は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により禁止されています。違反すると、5年以下の懲役若しくは1,000万円以下の罰金又はその両方が科されます。なお、法人の場合は3億円以下の罰金が科せられます。

野焼きについては、煙や悪臭等により周辺の方の迷惑となる場合は、生活保全上の観点から行政指導等の対象となることもありますし、場合によっては、警察や消防が出動することになります。



不法投棄や野焼きは
「他人に迷惑をかける行為である」
と自覚しよう

まちのうごき

令和5年10月15日～令和5年11月14日受理分(敬称略)

ご結婚おめでとう

(岩本 崇義 (徳島市)
川真田朗子 (石井町))

(黒田 泰宏 (大阪府)
柿本奈緒子 (諏訪))

細川 智也 } 多輝人 (石井)

一宮 良行 } 佳純 (石井)

明石 和也 } 和代 (石井)

栗林 久夫 } 来斗 (高畑)

高力 悠太 } 一椏 (高川原)

川上 伸嗣 } 日和 (石井)

お悔やみ申し上げます

小西 澄子 98歳 (東覚円)

中東タケ子 82歳 (天神)

人口 世帯数 10,931戸 (+ 5)
 男性 11,857人 (- 9)
 女性 13,057人 (- 15)
計 24,914人 (- 24)
 令和5年12月1日現在

- 久保 義男 75歳 (重松)
- 山下フクコ 81歳 (白鳥)
- 福井 豊秀 71歳 (高畑)
- 田村アサ子 89歳 (城ノ内)
- 近久 福枝 92歳 (高川原)
- 遠藤 悦男 97歳 (石井)
- 横畠キヨノ 100歳 (高畑)

※広報掲載については、石井町へ届け出された方で掲載を希望された方のみ、掲載しております。

お誕生おめでとう

正木 卓也 } 煌星 (石井)

長篠 賢志 } 耀生 (尼寺)

辻村 賢広 } 仁志 (石井)

五反地剛志 } 彩羽 (石井)

下窪 涼 } 幸那 (高畑)

石井町ホームページ掲載

バナー広告を募集しています

- 掲載期間 1年間
- 広告掲載料 1枠当たり 年額40,000円(消費税込)
- ◆ 石井町ホームページ・トップ画面の下部にバナー広告を掲載します
 リンク先のホームページを設定し、バナー広告をクリックして表示します

応募方法等詳しくは、石井町ホームページをご覧ください



石井町役場 総務課 ☎674-1111

町長コラム

願いを胸に

石井町長
小林 智仁

今年もあっという間に、年の瀬の足音が近づいてきました。皆さんにとって今年はどうな年だったでしょうか？

僕自身のことでいえば、皆様方にご信任をいただき、3期目の任期をいただけたことが一番大きな出来事でした。皆様方の期待を裏切ることなく、山積する町政の課題にひとつずつ丁寧に取り組むことで、与えられた職責を全うできるよう努力してまいります。

一方、世界に目を向けてみますと、ウクライナ侵攻をはじめ各地で紛争が後を絶ちません。病院が攻撃され、あるいは市街地が攻撃され、子どもたちや体の不自由な方たちが犠牲になっている姿が映像から流れるたび、その衝撃で言葉を失ってしまいます。

日々の暮らしの向上はもちろん重要なことではありますが、平和でなければその恩恵を享受することはできません。「われらは全世界の国民が、ひとしく恐怖と欠乏から免れ、平和のうちに生存する権利を有することを確認する」憲法前文に掲げられているこの宣言のように、明るく年が希望に溢れた社会になることを願っています。



今回のテーマ
【ひと】



まつに えみ
松二 恵美 さん

自宅で出来るハンドメイド作家として活動。石井町高川原にある『Noah's Ark』のカフェとレンタルスタジオを借りて、偶数月の第4土曜日に、『みんなのマルシェ in ノアの箱舟』を開催している。
石井町藍畑で生まれ育ち、27歳までを石井町で過ごした。

持ち歩くパワースポットと呼ばれる『オルゴナイト』を作り、出店している松二さん。同級生との再会をきっかけに、“大好きな石井町の魅力を伝え、多くの人に石井町に来てもらいたい！”という思いが募り、『みんなのマルシェ in ノアの箱舟』を開催することとなった。

毎回、お店を入れ替えているため、沢山の出店者の方との出会いがある。親子で楽しめるワークショップ店やリラクゼーションブース、スピリチュアルカウンセラーのほか、石井町産の旬な野菜も並んでいる。10月は、新鮮なブロッコリーが販売され、栽培者の農家さんは藤やさいの『紫カリフラワー』も栽培している。



(写真：松二さん提供)



ホームページ

このコーナーでは、紹介希望者を募集しています。(自薦・他薦問わず) 詳しくは、総務課へお問い合わせください。
☎674-1111

松二さんが紫カリフラワーを“素敵な野菜だ”と思った事が、出店をお願いするきっかけとなったそう。

「マルシェは、普段の生活だけでは出会うことがなかった方との“素敵な縁”を沢山結んでくれる。」と話す松二さん。地元でみんながリラックスして楽しめる空間づくりを目指している。

～地元で頑張る～お店紹介～

「地元で頑張るお店紹介」は、町内の商工業の発展を目的に、石井町商工会と協力し作成しています。

『シューズショップタケダ 石井店』

昭和54年創業 (代表 武田 広昭)

～ ファッションと健康は足元から!!
自分の足を知ることは、健康な歩行生活への第一歩 ～



TEL：088-674-7799
石井町石井字白鳥305-6
営業時間：9：00～20：00
定休日：第1・3水曜日

当店は、学校指定靴・作業靴・人気ブランドスニーカー・ビジネス用・介護シューズ・健康グッズ等、地域に密着した商品を豊富に取り揃えています。靴の専門家、シューフィッターがおり、足の計測、今の足に合った靴の調整等、お客さまの靴のお悩みに対応させていただきます。修理・メンテナンスも受け付けていますので、ぜひご利用ください。

また、シューズショップタケダオリジナル商品【オリジナルワラーチ】も展示しています。『身体の機能・体幹をしっかり使う』ことを重視し、形状にもこだわっていますので、一度体験してみてください。

品揃えが自慢の当店に、ぜひお越しください。



きれいな花を咲かせてね

祝百寿
おめでとうございます

吉田 昌子さん
(西高原)
大正12年11月25日生

百歳の誕生日を迎えられた吉田さんに、県と町からそれぞれ祝い状と祝い金が贈られました。これからもどうぞお元気でお過ごしください。



10/11



10/25

“11年目となる「人権の花」運動で、パンジーの苗を贈呈（浦庄小学校・防災交流センター）”
「人権の花」運動は、美しい花を育てることで地域に人権の輪が広がることを願う運動です。



10/26

行政相談員
中村 厚子さん(左)と河崎 恵子さん(右)

“行政相談員2名が総務大臣表彰を受賞”
長年の活躍に対し功績が称えられました。



11/3

美しい音色～♪

“高川原福祉会館祭でオカリナ演奏”
講座生が日頃の練習の成果を披露しました。



11/8

一般社団法人吉野川青年会議所様

“とくしまみんなのドリル贈呈式”（裏表紙にも掲載）
地域に関する問題を気軽に楽しむことができます。



11/17

～芸術の秋～

“第38回石井町文化祭（11/17～11/19開催）”
多くの作品・文化芸能活動が披露されました。

ふれあい広場



日曜・祝日当番医

●診療時間●
午前9時～午後5時



受診に迷った時は！

急な病気やケガの際、すぐに受診したほうが良いのか、医師や看護師が電話でアドバイス

【徳島救急医療電話相談】

局番なしの **#7119** または **088-622-6530**

【15歳未満の方は…徳島子ども医療電話相談】

局番なしの **#8000** または **088-621-2365**

12/17	健生石井クリニック	675-1033
12/24	川村医院	674-0120
12/30	なかたに産婦人科	674-1295
12/31	田中医院	674-6181
1/1	遠藤産婦人科	674-6818
1/2	伊勢内科・小児科	675-0535
1/3	宇高耳鼻咽喉科医院	675-0750
1/7	上田医院	675-1130
1/8	須見医院	674-0178
1/14	遠藤整形外科	674-0066



●相談時間●

月～土：午後6時～翌朝8時
日・祝日・年末年始：24時間対応



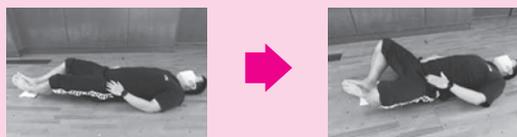
☎石井消防署 ☎674-6788
【名西郡医師会ホームページ】
<http://myouzaigun-med.or.jp/>

寝ながら簡単！！ 腸腰筋を鍛えて姿勢を改善しよう(^o^)/

普段の生活でつまずいたり転倒しやすい方、腰痛、猫背や反り腰、便秘が気になる方は、腸腰筋を鍛えてバランスの良い身体をつくりましょう！！

☆やり方☆ ※床でする場合はタオルを足下に敷く事で足の引き寄せがスムーズにできます！

- ① 仰向けになって両膝を立てる
- ② 膝を開き、足裏同士を合わせ足先を天井に向ける
- ③ 息を吐きながらかかとをお尻に引き寄せる



POINT 股関節を意識して行いましょう！！

※両足が難しい方は片足ずつでもOKです！

実施回数 10回×1～3セット (慣れたら徐々に回数を増やしてみましょう！！)

寝る直前に布団でもできるトレーニングです！！ぜひ試してみてください(^ ^)/

短歌・俳句・川柳紹介

夏過ぎて冬来にけらし襟寒く秋はいづくぞ人に問はまし
見えてますか？快進撃のタイガース聞こえてますか？六甲おろし

内藤 睦久さん (下浦)

中川美智子さん (下浦)

赤と黄色の帽子・ジャケット遠足はひょうたん島を四槽進む

大草 正子さん (城ノ内)

遍路みち貰い上手にあげ上手そんな上手になりたい私

大塩 淳二さん (中島)

冷えこみて古の葉色づき秋ふかし冬がそこまで雪のたより

中山 幸子さん (関)

草花名アブリ引きつつ師走道あれもこれもで覚えなく帰路

長野 丈夫さん (桑島)

生まれ来る理由意義などないけれどいつか自然に意味を見い出す

鉄野 直子さん (城ノ内)

ストレッチ、ラジオ体操ウォーキング、やる気も失せた体重計

田中 和子さん (桜間)

泣く孫に頬を擦り寄せあやす日々

高田 功さん (石井)

冬景色露天風呂行き板壁だ

清水 照美さん (下浦)

サンタさんトナカイさんよろしくね

来島 希歩さん (市楽)

サンタさん道案内を致します

伊澤 慶子さん (城ノ内)

冷えびえと初雪降りし剣山に

泉 史子さん (下浦)

初雪の路面に一筆轍かな

坂本 貞一さん (下浦)

立冬はコタツ開きで冬が来る

宮内 信一さん (天神)

健康に生きられる事望ましき

田岡 由子さん (平島)

アイドルの還暦知って老いを知る

井内 宏さん (天神)

オオだ来年こそはがんばるぞ

石黒 裕人さん (竜王)

図書カードを当てよう！広報クイズ

抽選で5名の方に1,000円の図書カードが当たる！

○に入る言葉や数字は何でしょう。

【問1】 高齢者向け○○○体験教室では、操作方法などを体験していただきます。

【問2】 ○○○(野外焼却)は、廃棄物の処理及び清掃に関する法律により禁止されています。

記入例のように答えを書いて、応募方法により12月28日(木曜日)役場必着でご応募ください。

【町からのお知らせで『興味がある・詳しく知りたい』ことがあれば、一緒に書いて送ってください(^^)】

11月号の答え【①初回 ②6年4月】

たくさんのご応募ありがとうございました。

※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。ご了承ください。

※記入例

【問1】 ○○○

【問2】 ○○○

住所・氏名(フリガナ)・年齢(または学年)、広報へのご意見・ご感想など

応募方法(※住所・氏名(フリガナ)を必ず書いてください。【12月28日(木)役場必着】)

●応募フォーム

(広報クイズ・短歌、俳句、川柳のみ)

※スマートフォン等の方



←こちらのQRコードを読み込んでください。

※パソコンの方

①石井町ホームページを開く

②便利情報ナビの『広報いしい』をクリック(画面中央部)

③『広報クイズの回答はこちら』をクリック

●郵送

(ハガキ・封書)

〒779-3295

石井町役場

『ふれあい広場』係

までお送りください。

《ご応募ください!》

- ・サークル紹介 ・4コマ漫画
- ・イラスト(必ず黒の油性ペンで書いてください)
- ・作って欲しいコーナー、教えて欲しい事
- ・赤ちゃんやかわいいペット紹介(写真・コメント) など



※応募多数の際は掲載できない場合があります。応募ハガキ等はお返しできません。

【誰でも自由にチャレンジ出来る】

とくしまみんなのドリル



一般社団法人吉野川青年会議所の皆さんが、町内の小学生が考えた問題を活用し、WEB版地域学習ドリル『とくしまみんなのドリル』を作成してくれました。ドリルを開くと、石井町のほか、吉野川市・阿波市のそれぞれのドリルを解くことができます。

11月8日、石井町役場で「とくしまみんなのドリル」贈呈式が行われました。

1回のチャレンジで15問の問題が出題されます。地域にこだわった問題がランダムに出題され、何度でも気軽にチャレンジすることができます。

↓QRコードを読み込み、皆さんも『いしいドリル』に挑戦してみてください！



石井小学校4年生の授業で、実際にいしいドリルを体験しました。

