



## 主な内容

- 議会だより.....2~3P
- 子ども議会.....3P
- 町長コラム.....4P
- お知らせ.....4~8P
- 健康メモ.....9P
- いしいスナップ.....10~11P
- ふれあい広場.....12~13P
- やってみよう!介護予防体操.....14P

## 石井町飯尾川公園夏祭り(8月6日)

今年は、飯尾川公園に会場を移して初めての夏祭り。芝生広場にたくさんの模擬店が並び、大勢の人々でにぎわいました。子どもたちに大人気のふじっちゃんやすだちくんも登場。チビッコみこし、JRTカラオケ大賞、大ビンゴ大会、ダンスや阿波踊りなど一日中楽しめるイベントが盛りだくさんで、美しい花火がフィナーレを飾りました。



石井町イメージキャラクター  
「ふじっちゃん」

## 町民のうごき

総数 26,645人・男 12,677人・女 13,968人・世帯数 9,833世帯 平成23年9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23年第2回定例町議会(6月議会)  
の「町政の概要」について報告します。



## 町政の概要

### ■石井町役場新庁舎建設

役場庁舎は老朽化が進み、現在の耐震基準を満たしていないため、災害発生時には、真つ先に対策本部となるにも関わらず、その役割が果たせない状態になる可能性が極めて高いです。

そこで、庁舎建設を早急に行うため、平成23年5月13日に「石井町役場庁舎建設検討委員会設置に関する要綱」を制定しました。外部の視点などによる議論を通じ、町民のための庁舎建設を目指します。

### ■非常用食料及び物資の備蓄

現在、アルファ米、ミネラルウォーター、保存用ビスケットがそれぞれ約3,000食ありますが、とても十分な量とは言えないため、さらに各7,000食程度を購入

し、避難所である各学校及び公民館分館等に備蓄するよう計画しています。

また、非常用の毛布についても、現在410枚を備蓄していますが、さらに3,500枚程度を購入する予定です。併せて、子供用・大人用の紙おむつも購入し、各避難所に備蓄する予定です。

### ■消防詰所の建て替え

町内には、消防団の詰所が26箇所ありますが、老朽化した建物が多く、大規模地震の際には倒壊する危険性もあります。災害救助の要となる消防団の活動に支障がでることのないよう詰所の整備が急がれます。

そこで、平成23年度から3年間を目標に、消防団との協議のもと、老朽化した詰所10箇所の建て替えを計画しています。詰所の近くに集会所などの避難できる施設がないところには、消防団詰所

と集会所の機能を併せ持った施設への建て替えを行います。

平成23年度の建て替え計画として、藍畑分団第7部(東覚円)と高川原分団第3部(南島)を予定しています。

### ■地域防災交流センター整備事業

切迫する南海地震に備え、自主防災組織の組織率向上に努めているところですが、平成23年度には、防災リーダーの育成や自主防災組織が学習・交流するスペースとして、「地域防災交流センター」を整備します。建築場所は、石井駅東側の町営住宅石井中団地の用地の一部です。

建物の規模は、250㎡の木造平屋で、広い研修スペースと、事務室、シャワー室や簡易な調理施設も設置予定です。整備の手段として、徳島県の地域防災力強化推進モデル事業により、徳島県産材使用を条件とした森林整備加速化・林業飛躍事業の補助金を活用します。

### ■東日本大震災における被災者支援

被災者支援の一環として、被災地より2名を臨時職員として採用し、防災対策の充実を図

るために「危機管理対策室」に1名、また高齢福祉関係にも1名を配属したいと考えています。

### ■幼保一元化

平成22年度に、就学前児童の全家庭を対象に、石井町の就学前教育・保育に関するアンケート調査を実施しました。その集計結果について、「幼保対策検討委員会」の委員が分析・考察をし、今後の就学前児童の教育、福祉の増進に向けた審議を行なっているところです。

また、少子化対策の一つとして、平成23年度から、幼稚園、保育所等に通う就学前児童が2人以上いる世帯で、石井町内の保育所に通う4歳未満の第2子以降の保育料を無料としています。

### ■学校教育に関する事業

「高浦中学校屋内運動場整備事業」については、平成23年6月に本体工事を終え、7月に竣工検査を実施します。

幼稚園保育については、子育て支援の一環として、平成23年5月から、町内5幼稚園において、通常保育を午後2時

まで完全実施しています。また、預かり保育は、通常保育終了後、午後5時までは無料とし、午後5時から午後6時までは月額2千円で実施しています。

### ■農業関係

お米の生産調整(転作)事業について、平成22年度のモデル対策から、平成23年度は農業者戸別所得補償制度推進事業として本格的に実施され、農業経営の安定を図り、食料自給率の向上と農業の多面的機能の維持を目指しています。

石井町では、全農家を対象として「米の所得補償交付金」・「水田活用の所得補償交付金」の加入申請を行い、転作事業の推進を図っています。

また、遊休農地の有効活用として「石井町藤の里いきが農園」を平成23年度から開設し、住民に農作業を通じて物作りの楽しみと収穫の喜びを体験していただく場を提供する事業を実施しています。現在、18区画の内14区画で利用されています。

### ■雇用対策

緊急雇用創出事業について、

平成22年度から5事業継続しており、新規の9事業とあわせて7課で14事業、38名の雇用を予定しています。安心・安全で住み続けたいまちづくりを目指しています。

■観光事業

石井町のイメージキャラクター「ふじっこちゃん」の認知度を高めるために、役場の封筒等にイラストを取り入れたり、公用車にシールを貼り付けたりしています。今後は、着ぐるみの制作や商工会・町内事業所への使用の推進を図っていきます。

■国土調査事業

石井・浦庄・高原地区の調査が終了しました。平成23年度から藍畑地区を対象に調査を進めていきます。

■建設課に関する事業

国土交通省道路局所管補助事業として、幹線道路の整備を進めている町道高原33号線改良事業については、平成23年度も引き続き、未買収地の用地交渉を進めていくとともに、一部区間の工事を進めていきます。石井駅山路線街路新設事

業については、国道部分の歩道の工事をすでに発注しており、平成23年度に完成予定です。

また、平成22年度より繰越して実施している「きめ細かな臨時交付金事業」と町単独事業について、町民の方々のご要望に迅速に対応し、安全で快適な生活道路の整備と維持管理に努めていきます。また、平成22年度好評をいただいた住宅リフォーム助成事業については、引き続き平成23年度も、町内の業者に工事を発注した町民の方に対して補助を行います。

■清掃センターに関する業務

平成23年7月から、ワレモノ陶磁器類及び廃蛍光管の収集を開始し、併せて、古着・布類も新たに分別収集します。また、資源ごみ(空き缶、新聞、ダンボール等)をごみ集積場所から持ち去る行為を禁止するため、「石井町廃棄物の処理及び清掃に関する条例」の一部を改正します。これにより、資源ごみを持ち去る者に対して、禁止命令を行うことができ、禁止命令に違反した者には、罰金を処することができます。

石井町子ども議会

平成23年石井町子ども議会が、8月9日に町議会議場で開催されました。

「子ども議会」は、石井町の将来を担う子どもたちに、町政などに対する質問や要望を述べてもらい、併せて、議会の役割や運営について興味・関心を持ってもらう機会とするため、町教育委員会が毎年開催しています。

子ども議員として、町内の各小学校から代表2名と各中学校から代表3名(合計16名)が出席しました。



子ども議員からは、東日本大震災を受けて、避難場所の耐震性や飲食料の備蓄など、防災対策や被災地支援についての質問が多く出されました。また、通学路の安全、人権ボランティア活動、ごみの分別、農業・産業など、身近な問題や実際に町が抱える課題についても質問や要望が出され、町長や教育長などが一つずつ丁寧に答弁をしました。子どもたちの柔軟な発想や視点でとらえた意見や要望を、安心・安全で住みよい町づくりのために生かしていきます。

# 「ふるさと納税」は石井町へ



ふるさと  
石井町では、「石井町を応援したい」、「もっと魅力ある町になってほしい」と思っている方からの寄附金を受け付けています。ぜひ、町外にお住まいのご家族・ご友人などに「ふるさと納税は石井町へ」とPRをお願いします。

## Q1.「ふるさと納税」ってどんな制度なの？

「ふるさと納税」制度とは、平成20年4月30日に公布された「地方税法等の一部を改正する法律」により、個人住民税の寄附金税制が大幅に拡充され、以前にお住みになっていた地方自治体に限らず、応援したい、貢献したいと思う地方自治体へ「寄附」をした場合に、その相当額が所得税やお住まいになっている自治体の住民税から控除される制度のことです。

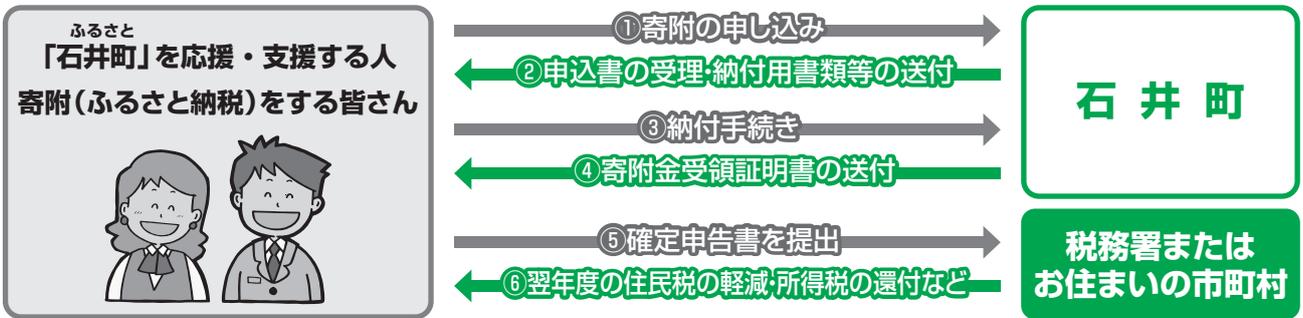
地方自治体に対する寄附金のうち、所得税では2,000円、個人住民税では5,000円を超える部分について、所得税と合わせて控除を受けられます。ただし、控除額には上限があります。

※平成22年度の石井町へのふるさと納税の件数は0件でした。



## Q2.「ふるさと納税」をしたいけどどうすればいいの？

「ふるさと納税」の流れは次のようになります。(イメージ図)



## Q3.寄附金はどのように活用されるの？

石井町への寄附金は、次の4つのメニューの中から、寄附金の使い道を選んでいただくことができます。

### メニュー1

支え合い育て合う、人の輝くまちづくり

### メニュー2

環境を考え、暮らしを快適にするまちづくり

### メニュー3

住民が主役の活力あふれるまちづくり

### メニュー4

その他町長が必要と認める事業

## 振り込め詐欺にご注意を

石井町では、電話等による寄附の勧誘や働きかけを一切行っておりません。この寄附制度は、皆さんの「石井町を応援したい!」という善意を形にするための取り組みです。「ふるさと納税」をかたった振り込め詐欺などには十分ご注意ください。

★「ふるさと納税」に関する詳しいことは、石井町ホームページをご覧ください。

申込書等のダウンロードもできます。 石井町ホームページ <http://www.town.ishii.lg.jp/>

お問い合わせ ●●●●

石井町役場総務課

☎088-674-1111

「ふるさと納税」に関する詳しいことは、石井町ホームページをご覧ください。申込書等のダウンロードもできます。石井町ホームページ <http://www.town.ishii.lg.jp/>

こちら石井町では真夏の町議選も終わり、新人の若い4人が全体の得票数の52%も占めました。世代交代を町民が望んだ結果か又は現職の町議が楽観視したせいかわかりませんが、いずれにしても当選された石井町議の皆さん、「ノーサイドでいきませんか!」

## 町長コラム

石井町長 河野俊明

ノーサイドでいこう

民主党の代表に選出された野田さん、議員に「ノーサイド(敵味方の区別がなくなること)でいきませんか」と呼びかけました。なんと心地よい言葉でしょうか。今の日本が置かれている現状は、東日本大震災、原発事故、円高等々、このような中、小沢だ反小沢だとか自民党だ民主党だというような争いを繰り返している時ではありません。そもそも国会議員は自分のことより国民のことを第一に考え行動するべきです。日本は今、非常時です。筋を通し、信念を持った指導力のある政治家が出て来ることが求められています。野田首相の今後の手腕に注目しようではないでしょうか。

## 平成23年9月1日から 資源ごみの持ち去り禁止条例が施行されました。

石井町では、ごみ集積場所に出された空き缶や古紙類などの資源ごみを業者らが無断で持ち去るのを防ぐため、平成23年6月に「石井町廃棄物の処理及び清掃に関する条例」の一部を改正しました。持ち去り禁止の明記に加え、罰則規定も盛り込んでいます。違反した場合は、20万円以下の罰金が科されることがあります。

**資源ごみとは…**缶、びん、ペットボトル、紙製容器包装、プラスチック製容器包装（白トレイ含む）、新聞、雑誌、段ボール、紙バック



▲「資源ごみの持ち去り禁止」の看板を町内のごみ集積場所に設置しています。

### ◆町指定ごみ袋「燃やせるごみ袋（大）」について、旧の長方形型ごみ袋も販売します

石井町指定ごみ袋は、平成23年4月から現在の取っ手付きレジ袋型に変更となりましたが、平成23年9月から、利便性の向上を図るため、燃やせるごみ袋（大）のみ、旧の長方形型ごみ袋も販売します。取っ手付きレジ袋型（新）と長方形型（旧）のどちらでもご利用いただけます。

お問い合わせ先 清掃センター ☎674-6842

## 緊急速報「エリアメール」を使った災害・避難情報の配信開始（NTTドコモのみ）

石井町では、平成23年7月30日から、NTTドコモの緊急速報「エリアメール」を使った災害・避難情報の配信を開始しました。これにより、災害などの緊急時において、石井町が配信する避難勧告などの災害・避難情報を、町内全域に存在する携帯電話に一斉配信できます。



- 「エリアメール」の受信時には、ポップアップ表示や専用の警告音でお知らせします。
- 「エリアメール」の受信は、お申し込み不要。月額使用料・通信料なども無料です。

※次の機種は、あらかじめ携帯電話での受信設定が必要となります。

906i・905i・706i(NM706i,L706ie,SH706ieを除く)シリーズ/N705iμ/P705iμ/N705i/P705i/SO705i/PROSOLIDμ/らくらくホンV/らくらくホン プレミアム(設定方法は、お手持ちの携帯電話の取扱説明書または携帯電話会社のホームページをご覧ください)

※機種によっては一部機能がご利用できない場合があります。

※通話中、通信中並びに電波状態が悪い場所では「エリアメール」を受信することができません。

◎現在このようなサービスは、NTTドコモからのみ提供されていますが、今後、他の携帯電話会社からも同様のサービスが提供された場合は順次対応する予定です。

お問い合わせ先 総務課 ☎674-1111

## 耕作放棄地解消 取組月間 たがやせ農地!みんなで実りを取り戻そう

■徳島県及び市町村は、平成21年度からの本格的な耕作放棄地の発生防止・解消の取組を促進するため、行政・農業団体・農業者のみならず、広く県民に対して、耕作放棄地解消の必要性や農地保全の重要性の啓発を行っています。

■このため、農地は、国民共有の財産であり、子や孫の世代に良好な状態で引き継いでいくことが大切であることを理解してもらうため、耕作放棄地解消取組強化月間を10月に設定し、市町村ごとに意識啓発の活動を行います。

■なお、平成20年度から毎年石井町では、農地パトロールを実施し、耕作放棄地調査を行っています。

### 耕作放棄地解消には、国や県による支援事業があります。

■再生作業及び土作りに係る経費や、農業用施設や基盤整備に係る経費を補助する国補「耕作放棄地再生利用緊急対策交付金」等があります。

お問い合わせ先 農業委員会 ☎674-7507



## 暮らし

原付バイクの登録等の窓口が  
税務課に変わります

原付バイク等の登録・廃車・名義変更等の手続きについて、これまで住民課窓口係にて受付していましたが、**10月1日から、税務課での受付に変更**となります。

手続きの内容については、これまでと変更はありません。

◎軽自動車税は4月1日現在の所有者に課税されます。原付バイク等の名義変更・廃車等の手続きはお早めに。

☎税務課 ☎674-1115

## 敬老祝金について

平成22年度から、9月30日において町内に引き続き1年以上居住している満88歳の方が支給対象となっています。該当者には、10月に支給のご案内をお送りします。

☎長寿社会課 ☎674-6111

## 国保からのお知らせ

## ◆特定健康診査について

健診の対象となる方に、「特定健康診査受診券」を郵送でお送りしています。受診期間は**9月30日まで**です。受診されていない方は期間内の受診をお願いします。

健診を受け、生活習慣病を予防することは、自分自身の健康を守るのももちろん、高齢社会における医療費の増加も防ぎます。必ず受診しましょう。なお、健診費用の自己負担は**1,000円**となっています。

☎住民課 ☎674-1114

## 石井警察署からのお願い

今年も『**秋の交通安全運動**』を実施します。

全国的に幼児や高齢者が被害にあう事故が増えています。これからの季節、夕暮れ時や夜間の運転には十分注意してください。

◆**運動実施期間** 9月21日(水)か

ら30日(金)までの10日間

## ◆重点事項

1. 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
2. 全席シートベルト着用とチャイルドシートの正しい着用の徹底
3. 飲酒運転の根絶

☎石井警察署 ☎674-0110

## 終戦当時の引揚者の方々へ

## ～通貨・証券などを

お返ししています～

税関では、終戦後、外地から引き揚げてこられた方が上陸港の税関・海運局に預けられた通貨・証券などをお返ししています。

返還の申し出は、ご本人ばかりでなく、ご家族の方でも結構です。お心当たりの方は、お問い合わせください。

☎小松島税関支署  
☎0885-32-0326

## 相談

## 弁護士による町民無料法律相談

日時 10月25日(火)  
午後1時～4時

場所 中央公民館2階実習室

相談人数 5名(先着順)

相談時間 1人約30分

申込受付日 10月18日～20日

申込方法 総務課へ電話でお申し込みください。(住所・氏名・電話番号・相談内容をお伝えください。)

※原則として、初回の方を優先させていただきます。

☎総務課 ☎674-1111

## 行政相談について

役所等の仕事について苦情や意見・要望がある方は、お気軽にご相談ください。

日時 毎月第4火曜日  
午前9時～正午

※ただし、10月は18日(火)に開催します。

場所 石井町役場(玄関受付)

◎相談無料・秘密厳守です。

☎住民課 ☎674-1114

## 高川原福祉会館だより

	職業相談	人権相談
日程	9月15日(木) 11月17日(木)	10月13日(木) 11月10日(木)
時間	午後1時半～3時半	午後1時～4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・多目的室 ☎674-0403	

## 電話による公証相談(無料)

受付日時 10月1日(土)

午前9時～午後4時

相談内容 遺言、任意後見契約、離婚給付等契約など公証に関する相談全般

## 受付電話

徳島公証役場 ☎625-6575

鳴門公証役場 ☎685-7982

## 法務局「くらしの相談所」開催

日時 10月2日(日)  
午前10時～午後3時

場所 クレメントプラザ5階  
クレメントサロン

相談内容 登記・供託・戸籍・国籍・人権・公証事務(遺言証書作成、成年後見等)に関する相談全般及び法的トラブルに関する相談 ◎相談は**無料**です。

相談担当者 法務局職員、公証人及び弁護士

☎徳島地方法務局総務課  
☎622-4318

## 法の日週間行事 無料法律相談

弁護士が皆さんのご相談に応じますので、ぜひご利用ください。(要予約)

日時 10月5日(水)

午前9時30分～午後3時30分  
場所 徳島地方裁判所(徳島市徳島町1-5)

定員 60名

申込方法 徳島地裁総務課

(☎603-0111)まで電話でお申し込みください。

〈受付:平日午前9時～午後5時〉

※定員に達した時点で受付終了となります。

「お知らせ」は、こちらからお読みください



町内一斉清掃にご協力を

～みんなで美しく住みよい石井町にしましょう～

とき 10月9日(日)

午前9時～午前10時

※雨天の場合は、10月16日(日)に順延します。

ところ 町内全域(お住まいの地域で、道路・公園・広場などの清掃をお願いします。)

ゴミ集積場所 清掃センターもしくはお近くの公民館分館

◎正午まで受け付けます。

問 福祉生活課 ☎674-1116

催し

第14回 石井町ボランティアフェスティバル

とき 10月16日(日)

午前9時30分～午後3時

ところ 中央公民館及び周辺

内容 こども文化祭(発表の部) / こども美術展(展示の部) / ボランティア団体・NPO法人による模擬店 / ボランティア活動紹介パネル展示 / 読み聞かせ / ボランティア体験コーナーなど

問 石井町ボランティア連絡協議会 ☎637-4333

第29回 石井町健康まつり

とき 11月11日(金)

午前10時～

ところ 中央公民館全館

テーマ 「はじめよう、健康生活!」～今できることをできる範囲でちよつとずつ～

※簡単な軽食をご用意しています。

◎健康マイレージのポイント対象です。

問 保健センター ☎674-0001

募集

健康相談・体操教室

健康づくりのためにご利用ください。参加費は無料です。

日程 9月22日(木)

10月27日(木)

時間 健康相談:午後1時～3時  
体操教室:午後3時～4時

場所 保健センター

対象 町内にお住まいの40歳以上の方

問 保健センター ☎674-0001

石井町がん対策保健推進員養成講座

町民の皆さんの健康づくりを支援するために、健康づくりボランティア「がん対策保健推進員」が活躍しています。

町内にお住まいの40歳以上の方で、がん対策保健推進員として活動してみたいという方は、2日間の養成講座を受講してください。

日時 10月13日(木)・14日(金)  
午前9時30分～11時30分  
(受付:午前9時15分～9時30分)

場所 保健センター

問 10月7日(金)までに保健センター(☎674-0001)へお申し込みください。

木造住宅耐震診断募集

～南海地震に備えましょう～

南海地震は、今後30年以内に60%程度の確率で発生し、石井町は震度6弱の揺れが予想されています。古い木造住宅の倒壊による被害が懸念されます。ぜひ、耐震診断を受けてください。

対象 町内の次の要件をすべて満たす木造住宅

- ①昭和56年5月31日以前に着工
- ②在来軸組工法や伝統工法で建設(プレハブ工法等を除く)③3階建てまで(共同住宅も含む)
- ④現在居住していること⑤申込者が町税等を滞納していないこと

申込者 対象となる住宅の所有者  
受付期間 12月27日(火)まで(土・日・祝日を除く)

募集戸数 54戸(先着順)

自己負担金 無料

問 総務課 ☎674-1111

木造住宅耐震改修費補助金

対象 町が実施した耐震診断で「倒壊する可能性が高い」(評点0.7未満)と判定された住宅を、「一応倒壊しない」(評点1.0以上)に改修する工事(県の講習を受けた業者による工事に限る)

補助金額 上限60万円(改修工事費の2/3以内)

募集戸数 30戸(先着順)

受付期間 11月30日(水)まで(土・日・祝日を除く)

問 総務課 ☎674-1111

徳島県立テクノスクール訓練生(4月入校)募集

対象 ①40歳以下(昭和46年4月2日以降に生まれた者)で、中学校卒業(ただし、平成24年3月新規中学校卒業見込者を除く)②高卒以上対象訓練科は、40歳以下で高等学校卒業(平成24年3月新規高等学校卒業見込者を含む)

申込先 入校志望の県立テクノスクールまたは各公共職業安定所

選考日 10月25日(火)

選考方法 筆記試験及び面接

校名	募集訓練科	定員	期間
徳島校	理容科	若干名	2年
	美容科	若干名	2年
	金属技術科	若干名	1年
	インテリア木工科	若干名	1年
鳴門校	電子機器科	15名	1年
	塗装科	若干名	1年
	メカニカル技術科	20名	1年
西部校	建築科	若干名	1年
	電気工学科	20名	1年
	車体整備士科	15名	2年
阿南校	自動車整備科	20名	2年

申込期間 10月6日(木)まで

(※注) 緑色は高卒以上対象訓練科

問 徳島校 ☎631-1474

問 鳴門校 ☎686-4752

問 西部校 ☎0883-62-3067

問 阿南校 ☎0884-26-0250

## 町民税・県民税の年金からの特別徴収制度(天引き)について

平成23年4月1日現在、65歳以上の年金受給者で前年中の年金所得に係る町・県民税の納付義務のある方は、公的年金から町・県民税の特別徴収(天引き)する制度が平成22年10月より始まっています。

**町・県民税の年金からの特別徴収(天引き)は、納税方法を変更するものであり、新たな税負担が生じるものではありません。**

公的年金等以外の所得に係る町・県民税については、従来どおりの方法により納めていただくようになります。



◆平成23年度から年金特別徴収の方

(例)町・県民税の年税額が6万円(年金所得のみ)

月	納付書で納める(普通徴収)		年金からの天引き(特別徴収)		
	6月	8月	10月	12月	2月
税 額	15,000円	15,000円	10,000円	10,000円	10,000円
算出方法	1/4	1/4	1/6	1/6	1/6

平成23年度については、公的年金に係る所得から算出される税額の半分を、6月と8月に納付書にてお支払いいただきます。残りの半分の額については、年金支給月(10月、12月、2月)に特別徴収(天引き)します。

◆平成22年度から引き続き年金特別徴収の方

(例)平成22年度町・県民税の年税額が6万円(年金所得のみ)

平成23年度町・県民税の年税額が9万円(年金所得のみ)

【平成22年度の納め方】

月	納付書で納める(普通徴収)		年金からの天引き(特別徴収)		
	6月	8月	10月	12月	2月
税 額	15,000円	15,000円	10,000円	10,000円	10,000円
算出方法	1/4	1/4	1/6	1/6	1/6

【平成23年度の納め方】

月	年金からの天引き(特別徴収)					
	4月	6月	8月	10月	12月	2月
税 額	10,000円	10,000円	10,000円	20,000円	20,000円	20,000円
算出方法	前年度2月と同じ額			平成23年度の年税額の残りの1/3ずつ		

平成23年度については、4月、6月、8月は、前年度の2月の税額と同額を特別徴収(天引き)します。10月、12月、2月は、年税額から4月、6月、8月の税額を差し引いた残りの税額を特別徴収(天引き)します。

※平成23年度の年税額によっては10月から特別徴収税額が変わります。詳しくは、6月に送付しました納税通知書の「公的年金からの特別徴収について」をご確認ください。

お問い合わせ先 石井町役場税務課 町民税係 ☎674-1115

### 認知症サポーター養成講座のお知らせ

認知症高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすことのできる社会作りを目指し、認知症に対する正しい理解と普及を図ることを目的に認知症サポーター養成講座を開催しています。

また、講座の後には介護予防教室も行っています。

**と き** 平成23年9月29日(木) 午前10時～正午

**と ころ** 公民館浦庄分館

**対象者** 浦庄地区在住の方

※今後、各地区公民館分館を会場として、地区単位で随時開催する予定です。

**お問い合わせ先** 受講希望者は、長寿社会課(☎674-6111)までご連絡ください。





# 運動習慣をつけましょう!!①

## ～運動不足と肥満の関係～

まだまだ残暑が厳しいですが、みなさんは夏バテなど大丈夫でしょうか？  
9月から10月にかけて…と言えば、運動会や陸上競技会、体育祭など運動にまつわる行事が盛りだくさんです。

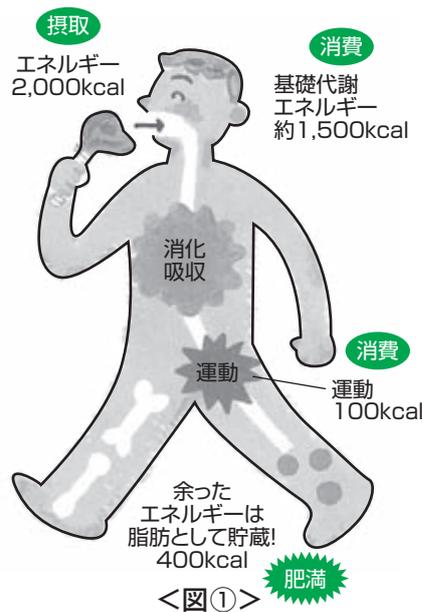
そこで、今回と次回の健康メモは、「運動」についてお話したいと思います。まず今回は、「運動不足と肥満の関係」について、そして次回は、「運動の種類とその実際」について説明します。

生活習慣病の最大の危険因子は、お腹周りに脂肪のたまった内臓脂肪型肥満です。この肥満の原因として、運動不足が関与しています。運動不足が肥満を引き起こす理由は、大きく分けて次のように2つあります。

### 1. 食べ過ぎによる肥満

食べ過ぎによって、摂取するエネルギーが、生命活動（基礎代謝）や運動によって消費するエネルギーを上回ってしまうと、当然摂取したエネルギーが余ってきます。

この余ったエネルギーは、体内で体脂肪というものに形を変えて、主に内臓（お腹周り）に蓄えられます。この状態が長く続くと**肥満**となります。〈図①参照〉



#### 例えば…

- ◎毎日、飴玉を1個食べる → 超過エネルギー30kcal
- ◎毎晩、テレビを見ながらポテトチップスを10～15枚食べる → 超過エネルギー100kcal
- 1年後には、1.6kg増
- 10年後には、15.6kg増
- 1年後には、5.2kg増

### 2. 筋肉量低下による肥満

運動不足は、体内の筋肉量を減らします。筋肉は、最大のエネルギー消費器官になるので、**筋肉量が減る＝消費エネルギーが減る**ということになり、**肥満**につながっていきます。

そのため、以前と変わらない食事量と感じていても、太りやすくなります。

次回は、この肥満を解消するための運動の種類とその実際について説明しますので、みんなで運動して健康で美しい身体を目指しましょう。

## 秋の検診フェアについて

今年は10月に検診フェアを実施します。春の検診が受けられなかった方、平日に検診を受けられない方は、ぜひご利用ください。(要申込)

**実施日** 平成23年10月20日(木) 受付時間:午前9時～11時  
10月30日(日) //

**検診内容・対象者・費用** (※対象年齢は、平成24年4月1日現在)

検診内容	結核・肺がん検診	胃がん検診	大腸がん検診	骨量測定
対象者	40歳以上			19歳～69歳(2年毎)
費用	無 料			



**場 所** 石井町保健センター

**お申し込み方法** お申し込みが必要です。ご希望の方は**9月30日(金) <土・日・祝日除く>までに**石井町保健センター(☎674-0001)へお電話ください。

7/3 そろうんそろうしょう がせき よみがえる増伴僧正の画蹟



修復された町指定の仏画3幅が蓮光寺(重松)で初披露されました。四国大学の須藤茂樹先生による講演もあわせて行われ、多くの人々が来場しました。

7/1 社会を明るくする運動



～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～  
「第61回社会を明るくする運動」の出発式が、役場庁舎で行われました。

いしい スナッフ

石井町の話題を紹介します。



7/18 差別落書きはやめましょう



徳島県と石井町の教育委員会などが、フジグラン石井で、差別落書きの防止などと呼びかける人権啓発活動を行いました。

7/12 高浦中学校体育館落成式



生徒及び関係者など約300人が新しい体育館の完成を祝いました。式典後には、健祥会レッドハーツと城南高校バレーボール部の模範試合を観戦しました。

7/4 空間放射線量の測定



石井小学校や高浦中学校のグラウンド等町内4カ所で空間放射線量の測定を行いました。測定値に異常はなく、詳細は石井町ホームページで公開しています。今後も定期的に測定を行う予定です。

8/2 少年少女消防教室



北島町の県消防学校で開催された「少年少女消防教室」に、浦庄小学校児童防災隊の12名が参加し、消防車の放水訓練や消火活動などを体験しました。

7/31 町民健康講座



J A名西郡本所(別館)で開催された「寝たきりにならないために」をテーマとした町民健康講座に約250人が参加しました。



高原小学校6年生の有井友哉君が、ソフトボール投げで63m33の記録で優勝し、全国大会へ出場しました。

第27回全国小学生陸上競技交流大会徳島県大会ソフトボール投げ優勝



徳島県中学校総合体育大会で準優勝し、四国大会に出場する石井中学校女子バスケットボール部・相撲部と高浦中学校男子バスケットボール部の各代表者3名が町長を表敬訪問しました。

県代表として四国中学校総体へ

### Welcome to Ishii Town!

ピーターズ・ダイナ 先生

出身国：カナダ（マニトバ州）

年 齢：24 歳

趣味・特技：読書・スポーツ

好きな日本の食べ物：寿司

日本で行ってみたいところ：

徳島県内のいろんなところに行ってみ  
たいです。

ダイナ先生からのメッセージ：

石井町のみなさんに会えるのを楽しみ  
にしています。ぜひ、お友達になってく  
ださいね。

### ダイナ先生と楽しく英語を学ぼう!!



今年の8月からALT（外国語指導助手）として、町内の小中学校・幼稚園等  
で子どもたちに英語を教えています。【石井保育所にて撮影】

8/20

### 災害について考える会

### 東日本大震災における被災地派遣職員支援活動報告



中央公民館のいいい藤ホールで開催され、町内の自治会や実行組、  
自主防災会などから約330人が参加しました。

町役場総務課の桃井主査が、宮城県気仙沼市大島での支援活動  
について、町社会福祉協議会の芳川主任・村本ボランティアコーディネーターが、石巻市での支援活動について、また、名西消防組合の吉岡課長補佐が、被災地での救助活動についての報告をしました。それぞれの活動を通して、大規模災害時における、自助・共助の大切さや自主防災組織の重要性などを訴えました。

また、県防災センターの馬越主任による講演から、南海地震対策として、日頃の備えがいかに大切であるかを再確認しました。

8/6

### 石井町飯尾川公園夏祭り



「がんばろう日本・心をつなぐ・いいの街から元気を！」をテーマ  
に、東日本大震災のチャリティーイベントとして開催し、ビンゴカード  
の売上金などを含めた義援金141,794円が集まりました。また、被災  
地から県内に避難しているご家族などを夏祭りに招待したところ、  
21人の方が来場してくださいました。

地域の皆様をはじめ多くの関係者の方々、暑いなか会場に足を運  
んでくださった皆様、本当にありがとうございました。

### がんばろう日本!



7/1

### 応援うちわ3,335本を被災地へ



いいいスポーツクラブが、各クラブの教室、町内の  
幼稚園・小中学校などに呼びかけて、うちわ3,335  
本を集め、県を通じて被災地に届けました。

### ◆被災地への派遣◆

- 関西広域連合宮城チームの一員として、町役場職員2名（8/31～9/9）

### ◆東日本大震災義援金の受付◆

- 被災された方々を支援するため、皆様からの義援金を受け付けています。  
皆様の温かいご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

受付場所 石井町役場総務課（☎674-1111）、石井町社会福祉協議会（☎674-0139）

# イラスト紹介

## みんなあい広場



中村向日葵さん(石井)



笠井祐子さん(関)



川丘伊吹さん(石井)



みんなのページだよ!



中村柊太さん(石井)



笠井綾乃さん(関)



外木宏明さん(神奈川県)



上地茉莉さん(石井)

一緒に考えませんか

### あなたの身近な川に関するアンケートのお願い

徳島県では、皆様のお住まいの近くを流れる川について、日頃お考えになっていることやご意見をアンケートによりお伺いし、今後の川づくりに活かしていきたいと考えております。

つきましては、神宮入江川・江川流域にお住まいの方(不特定の世帯)に、アンケートとパンフレットを配布しておりますので、ご家庭のポストに届いていましたら、同封の返信用はがきに、率直なご意見・ご感想などをご記入の上、ご返信ください。

なお、アンケートは全世帯にお配りできておりませんので、アンケートが届いていない方におかれましては、下記の場所でアンケートに答えることができますので、お手数ではございますが、足をお運びいただき、アンケートにご協力いただければ幸いです。

- 石井町役場 建設課 ☎088-674-1117
- 徳島県東部県土整備局 河川砂防担当(吉野川合同庁舎3階) ☎0883-26-3754

内 容 身近な川の治水、利水、環境、維持管理等に関する質問  
期 間 9月30日(金)まで

☎ 徳島県東部県土整備部河川局 河川整備課 ☎088-621-2570

### 第30回 徳島矯正展

と き 10月22日(土)  
午前9時~午後3時30分

と ころ 徳島刑務所(徳島市入田町大久200-1)

内 容 所内見学/「藍染め体験」や「ちびっこ刑務官」コーナー等各種イベント/受刑者の文芸作品等の展示/刑務所作業製品展示・販売(駐車場約300台)

☆石井町更生保護女性会によるバザーも出店しています。ぜひ、ご来場ください。

☎ 徳島刑務所企画部門 ☎644-0114

8月25日に和歌山市で開催された全国中学校体育大会の柔道男子60kg級で優勝!!



弟・大島拓海くん (阿波中学校3年・高原)

8月12日にウクライナで開催された柔道世界力デ選手権の男子60kg級で優勝!!



兄・大島優磨くん (国士館高校2年・石井町出身)

## 柔道 大島くん 兄弟で快拳!!

# 短歌・俳句・川柳紹介

8月には年に一度の阿波踊りどの顔見てもえびす顔  
青き田に白鷺舞いおり母と子が背をまるませて虫を取りけり  
残念だ雨の七夕や再会の織姫彦星むなし天の川  
夏まつりうちわ扇子と帯にさしゆかたとのへ踊り見物  
この暑さよくぞ耐えたネ庭の花二泊三日の留守を旁う  
帰省して風鈴の音に足止めて海のおいとキャンプファイヤー  
午後2時のプールの時間楽しみだ昨日の記録をこせるといいな  
ウオーキング大手振りふり道真中道徳守り健康守る  
災害のどぶりておそう爪跡に精根つきし人等おもいて  
魁皇&スペースシャトル長い旅路の航海終えてご苦労さま  
お試しの価格に引かれ悪いくせ電話か、れば相手のつばに  
夏の夕山風そよぐ裾の家  
居待月そごる歩きの影二つ  
突然の別れの切符黄泉の旅  
二階から目ぐすり程の宝くじ  
男見る目が肥えすぎてまだ一人



- 吉岡悦子さん(関)
- 桑村千代子さん(下浦)
- 山口テル子さん(下浦)
- 中山幸子さん(関)
- 松島秀子さん(石井)
- 中川美智子さん(下浦)
- 武田航さん(城ノ内)
- 長野文夫さん(桑島)
- 井上澄子さん(加茂野)
- 喜多盛さん(石井)
- 遠藤藤恵さん(城ノ内)
- 阿部敏弘さん(石井)
- 井内斐子さん(天神)
- 泉史子さん(下浦)
- 遠藤由佳さん(城ノ内)
- 井内宏さん(天神)

## 自然の学校とパーベキュー大会

平成 23 年度子育て支援事業

- ◆とき 10月10日(月) 10時~15時
- ◆ところ 勝浦町ふれあいの里さかもと
- ◆参加費 1名につき 500 円
- ◆対象 子育て中の親子 (3歳~小学6年生以下) 40 組
- ※申込多数の場合は、ひとり親家庭を優先
- ◆内容 パーベキュー・竹細工(水てっぽう)
- ◆用意するもの 着替え、タオル、帽子、軍手、飲み物
- ◎送迎バスもあります
- ◆申込締切 9月26日(月)
- 問(財) 徳島県母子寡婦福祉連合会

☎654-7418

## いしい健康・スポーツ事務所が移転しました

平成23年8月1日から、いしい健康・スポーツ事務所は、石井町役場分庁舎1階から石井町水道課2階(飯尾川公園いしいドーム入口、パイパス側)へ移転しました。

問 いしい健康・スポーツ事務所  
☎ 674・3081

## 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23年9月1日から、○○ごみの持ち去り禁止条例が施行されました。
- 【問2】今年の8月から、新しいALT(外国語指導助手)として、ピーターズ・○○○先生が英語を教えてください。

※ 記入例  
【問1】○○ごみ  
【問2】○○○先生  
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

ハガキに記入例のように答えを書いて、応募方法により **10月14日(金)** 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。

7月号の答え「①自主防災②飯尾川」7月号の当選者は次のとおりです【敬称略】、おめでとうございます。川野和代(石井)、森脇光代(重松)、泉史子(下浦)、中山幸子(関)、岡崎純子(高畑) 7月号の応募総数は56通でした。たくさんのご応募ありがとうございました。

## 応募方法

### ●ハガキで

- ◆ 広報クイズ
- ◆ 短歌、俳句、川柳
- ◆ イラスト(かなら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、かわいいペット紹介など(写真にコメントも添えて送ってください)
- ◆ 広報いしいの表紙やい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)をかならず書いて郵便でお送り下さい。

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てできませんので、あらかじめご了承ください。

# やってみよう! 介護予防体操

## ～元気な時から筋力をしっかり貯めておきましょう～

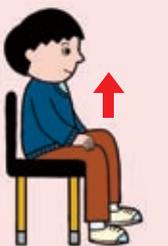
ほんのちょっとした段差でつまずいたり、階段や坂道で転んでしまったりした経験はありませんか?歩行中にバランスを崩してよろけてしまったり、お風呂場で滑ってしまったりした経験はありませんか?

脚筋力が低下すると、椅子から立ち上がる・歩く・階段を昇るといった日常生活の動作がスムーズに行えなくなります。**筋力はお金と同じで、いざという時のためにしっかりと貯めておくことが大切です。**突然病気になって入院しても、日頃から筋力を鍛えていれば病気やケガが治った時に、また普通の生活に戻ることができます。筋力の蓄えが少ないと、病気は治ったのに歩けなくなってしまった、という事にもなりかねません。備えあれば憂いなしです。日頃から筋肉をしっかり使い貯めておきましょう。



### つま先上げ

椅子に少し浅めに腰掛け、足の裏をしっかり床につけて背筋をまっすぐ伸ばしましょう。つま先上げを片足ずつ、それぞれ10回行いましょう。



### もも上げ

片足を付け根からゆっくり持ち上げ、ゆっくり下ろします。片足ずつ、左右それぞれ10回行いましょう。



### かかと上げ

かかと上げを、片足ずつ、左右それぞれ10回行いましょう。このとき、ふくらはぎにしっかり力を入れて、かかとを持ち上げましょう。



### ひざ 膝伸ばし

ゆっくり足を膝の高さまで上げ、ゆっくり下ろしましょう。このとき、弾みをつけないで、足をゆっくり持ち上げて、膝を伸ばした状態で少し保つようにしましょう。

担当地区	担当地域包括支援センター
石井地区(重松除く)、高川原地区	石井東部地域包括支援センター 石井町石井字城ノ内563番地 電話674-7265
石井(重松)地区、浦庄地区 高原地区、藍畑地区	石井西部地域包括支援センター 石井町浦庄字上浦157番地11 電話675-3722

★地区に関係なくご参加ください。  
 石井町役場企画政策課  
 ☎674・18002

《開催場所および日時》

- 中央公民館 10月7日(金) 午後7時～9時
- 高原分館 10月13日(木) 午後7時～9時
- 浦庄分館 10月21日(金) 午後7時～9時
- 藍畑分館 10月27日(木) 午後7時～9時
- 高川原分館 11月4日(金) 午後7時～9時

町長が町民の皆さんと話し合い、地域の要望や町政に対するご提言をいただくため、今年もミニタウン集会を各地区公民館で行います。皆さんのご参加をお待ちしています。

### 町長と話そう! ミニタウン集会

