



広報

阿波

成人おめでとう!
平成28年阿波市成人式開催

1月2日 交流防災拠点施設アエルワ
～吉野地区の皆さん～

2016

2

No.129

URL <http://www.city.awa.lg.jp>
E-mail info@city.awa.lg.jp

祝 平成28年 阿波市成人式



特集「お正月」	1～2
見守り協定・大臣賞ほか	3～4
ガンバシ! あわキッズ・公民館ほか	5～8
うちのお医者さん	9～10
暮らしのお知らせ	11～21
フォトニュースほか	22～24
図書館カレンダー	25～26
健康だより	27～28

今月の折り込みはありません

今月の「市民憲章」

… 阿波市民憲章5項目のうちの1文をご紹介します …
元気いっぱい仕事に励み、人が輝くまちをつくります。

キャッチフレーズ

ロゴマーク

「10周年
かがやく阿波市に
きらめく未来」



阿波市制施行10周年記念

みんなでハタチのジャンプ!



大人の自覚を胸に 二十歳の門出

1月2日、交
流防災拠点施設
アエルワで成人
式が開催され、
新成人338人
のうち300人
が出席しまし
た。

新成人を代表
して中谷啓人さ
んが「将来に希
望と夢を抱き、
失敗を恐れず阿
波市のさらなる
発展に貢献でき
るよう努力して
いきたいと思っ
ます」と決意を
述べ、北真奈美
さんが野崎國勝
市長より記念品
を受け取りまし
た。

この成人式
は、14名の実
行委員が中心
となって企画・計画をしま
した。忙しい仕事や学業の
合間を縫って、何度も集ま
り話し合い、当日はスタッ
フとして活躍、成人式を成
功に導きました。今年の実
行委員発案で、当日会場ま
でお祝いに来てくれた中学
時代の恩師13人に花束の中
ブライズプレゼントが行わ
れました。

成人式終了後も、会場の
内外で近況を語り合う楽し
そな姿が見られました。



記念品授与 きた 北 真奈美さん



司会 ゆうき 森 優樹さん



代表謝辞 なかつに 中谷 啓人さん





恩師へ花束のサプライズプレゼント
「先生、お世話になりました！」



久しぶりに会った友達と♡



実行委員の皆さん

阿波市成人式

平成二十八年一月二日



火の用心への 誓い新たに出初め式



1月10日、阿波市消防団出初式が行われました。
庁舎前であった野崎國勝市長らによる観閲の後、交流防災拠点施設「アエルワ」で吉岡孝好団長が、整列した31分団(団員375人)に「予防警戒や災害被害軽減のため、なお一層の連帯を図り訓練に励んで、地域防災の要として精進してください」と訓示しました。

新春の阿波路を 駆け抜けました

第62回 徳島駅伝

新春を駆けける徳島駅伝が1月4日から6日まで開催されました。
沿道からは大勢の人が小旗を振ったり、声援を送ったりして、選手を励ました。
2日目の5日は地元阿波市を走るコースでした。妹尾大輝さんは吉川凌平君



新春を駆けける徳島駅伝が1月4日から6日まで開催されました。
沿道からは大勢の人が小旗を振ったり、声援を送ったりして、選手を励ました。
2日目の5日は地元阿波市を走るコースでした。妹尾大輝さんは吉川凌平君

(土成中2年)から受けたたすきを握りしめて勢いよくスタート。吉川君は「沿道からの応援に背中を押され、気持ちよく走れました」とコメントしています。

この平和を続けてください

～厚生労働大臣表彰 戦没者遺族援護功労～

12月8日に厚生労働省で位頭文雄さんが厚生労働大臣表彰を受けました。

位頭さんは阿波市遺族会副会長として、英霊の顕彰と遺族の援護に尽力されてこられました。



いとう ふみお
位頭 文雄さん(吉野町柿原)
元阿波市遺族会副会長

りません。戦後70年日本は平和でしたが、次世代の皆さん、どうか自覚を持ってこの平和を続けてください」と受彰の感想を述べました。

「私が13歳のとき父が戦死し、長男として母と共に生活に追われる苦勞をしましたが、戦争は絶対してはなりません。」

とくしま生協と「見守り協定」

市は12月24日、生活協同組合とくしま生協と一人暮らしのお年寄りの孤独死などを防ぐための「高齢者等の生活状況の見守りに関する協定」を締結しました。

市内の生協加入は3890世帯。買い物に不便であるなどの理由から、高齢世帯の利用も多く、毎日5台のトラックが市内を走っています。新聞がたまっていて、どの異常を見つけた場合は市に連絡し、緊急時は消防や警察へ通報します。このような活動は以前からされており、宅配弁当が手つかずに置かれていることで異変に気づいた事例もあります。

梶原 樹理理事長は「配達員に1層の周知徹底を図り、責任を持つ



て見守り活動を積極的にを行い、市民の皆さんのお役に立ちたい」と話しています。

自分たちの地域は自分たちで守る!

「自分たちの地域は自分たちで守る!」と、12月17日八幡公民館で、八幡小学校区自主防災組織連合会設立大会が行われました。

記念講演で林小学校区自主防災組織連合会会長の玉井由紀雄さんが、6月29日同区の住民約千人が参加した大がかりな防災訓練の様子などを紹介し、「災害時には隣近所の力が一番大切。協力することで被害の拡大を防げます」と話しました。



地域の安心・安全のために活動



土成地区地域の安全を守る会(村雲光好会長)が防犯功労者団体として警察庁長官・(公財)全国防犯協会連合会会長から表彰されました。

同会は平成6年に結成されて以来、青色回転灯装備車での見守り活動や、ひとり暮らしの高齢者宅を訪問して各種犯罪被害防止啓発や相談活動を行っています。

村雲会長は「今日はひとり暮らしの高齢者の方に贈るパトライスを作るため集まりました。これからも地域の安全・安心のために活動を続けたいと思います」と語りました。

ソフトボール優秀選手として表彰

徳島県ソフトボール協会が2015年徳島県協会優秀選手を表彰し、阿波市からは社会人1名、高校生2名、中学生3名が選ばれました。

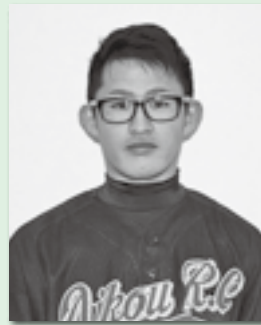
石川 知苗さん
(辻高校)



笠井 美希さん
(徳島商業高校)



井形 凌彦さん
(吉野川市愛好RC)



井形さんはピッチャー。宮崎県で8月に開催された「第12回全日本一般男子ソフトボール大会」に出場、ベスト16入りを果たしました。笠井さんは三塁手。国際親善女子ソフトボール大会に選抜チームの一員として出場、四国国体にも出場しました。石川さんはインテーターハイヤ四国国体、春のセンバツなどへ辻高校のセンタースタッフとして出場、活躍しました。重友さん・大谷さん・三並さんは美馬・阿波中学校ソフトボール部で活躍。「第20回四国中学生新人ソフトボール強化大会」で優勝しました。



いげともきらり 重友希良里さん
おおたにあすか 大谷明日香さん
みなみあゆな 三並優亜奈さん
(阿波中学校)

阿波中美術部 防犯啓発に貢献



阿波市防犯協会から阿波中学校美術部へ12月16日、防犯功労賞が贈られました。同部は10月に開かれた市の伝統行事「やねこじき」に、振り込め詐欺被害防止を訴える作品を出展し、防犯啓発に貢献しました。半年間かけて部員が制作した人形などは身長なども調べ本物そっくりに作られており、やねこじきでは第1席の市長賞を受賞、阿波市フェスタでも庁舎玄関前に展示され、大勢の人から称賛を受けました。

2月のベビー&キッズ情報



就学前の小さなお子さまと、一緒にお出かけしませんか?気軽に参加できる子育て関係の事業などをご紹介します。(なお、事業は都合により変更されることもあります。詳しいことは、各連絡先へお問い合わせください)

開催日	名称	開催時間など	開催場所	問い合わせ申し込み電話番号
月曜日～金曜日	子育て支援センター さくらんぼルーム	9:00～16:00	子育て支援センター さくらんぼルーム(旧日開谷幼稚園)	Tel.0883(36)6824
月・水・金曜日	子育て支援センター なかよしルーム	9:00～16:00 (12:00～14:00は除きます)	子育て支援センター なかよしルーム(一条認定こども園)	Tel.088(696)3046
	子育て支援センター にこにこルーム		子育て支援センター にこにこルーム(八幡認定こども園)	Tel.0883(36)2810
月曜日～金曜日 A・Bどちらか開催	A わんぱく広場(室内)		土成子育て支援センター	Tel.088(695)5681
	B プレイコート(園庭)		土成中央認定こども園園庭	
3日(水)	たんぼぼサロン	10:00～15:00 参加費 ひとり 50円	吉野地域福祉センター こすもす	Tel.088(696)2386
	子育てひろばちよこ	9:30～11:30 参加費 一家族100円	阿波健康福祉センター バーベナの里	Tel.0883(35)6033
8日(月)	子育てサロンぱんだ	9:30～11:30 参加費 ひとり 30円	市場総合福祉センター	Tel.0883(36)5511
10日(水)	たんぼぼサロン	10:00～15:00 参加費 ひとり 50円	吉野地域福祉センター こすもす	Tel.088(696)2386
15日(月)	子育てサロンぱんだ	9:30～11:30 参加費 ひとり 30円	市場総合福祉センター	Tel.0883(36)5511
17日(水)	たんぼぼサロン「お祝い会」	10:00～15:00 参加費 ひとり 50円	吉野地域福祉センター こすもす	Tel.088(696)2386
	子育てひろばちよこ	9:30～11:30 参加費 一家族100円	阿波健康福祉センター バーベナの里	Tel.0883(35)6033
22日(月)	子育てサロンぱんだ	9:30～11:30 参加費 ひとり 30円	市場総合福祉センター	Tel.0883(36)5511

カンパレ!

あわキッズ!

人生と心の「お守り」

都道府県別賞1等



大本 泉さん

(徳島文理中学校2年生)

第53回中学生作文コンクール(公財) 生命保険文化センター(主催)で大本泉さんが「都道府県別賞1等」を受賞しました。
大本さんは祖母が介護保険を利用して歩行器をレンタルできたことや、骨折して入院したときに生命保険から保険料が支払われたことなどの経験から、保険の仕組みと大切さを知り、「人生と心の『お守り』、それは保険」と題して綴りました。
このコンクールには全国から2万8742点の応募がありました。

きれいな川や海を未来に残そう

谷口 萌さん

(阿波中学校1年生)



優秀賞

最優秀賞

藤原 朋夏さん

(阿波中学校3年生)



平成27年度浄化槽の日ポスターコンクールで、阿波中学校の谷口萌さんが最優秀賞を、藤原朋夏さんが優秀賞を受賞しました。
谷口さんの作品は汚水が浄化槽を通してきれいな水になり、川や海へ流れるさまをイメージして描かれています。「浄化槽が難しかったので色々調べて描きました。受賞できて、とてもうれしく思います」と受賞の感想を話しています。藤原さんは美しい水をたたえたコップの中で、金魚が鮮やかに泳いでいるポスターを作成しました。
二人の作品はカレンダーとして印刷され、公共施設などで掲示されています。

第5回

「家族のきずな」エッセイ

『見直そう家庭の力、深めよう家族の絆』より ①

このコーナーでは、平成27年に開催された「第5回家族のきずな」エッセイに入賞した阿波市の子どもの作文を紹介しています。



市場小学校5年生 瀬野穂乃花さん

「家族を幸せにするお米」

市場小学校5年生

瀬野穂乃花

私は、好ききらいが多いけど、お米は大好きです。お米は、おじいちゃんとおばあちゃんが作っている「コシヒカリ」です。

二人は他の仕事をしながら、休みの日や仕事から帰ってきて田んぼや畑をしています。

今は、稲かりの時期です。朝早くから太陽がしずむまで外で働いているのでたおれないかとても心配です。合間で私がお茶を入れると、「ありがと。」と笑顔で言ってくれます。

稲かりも天候によるので、思うようにできないみたいです。その上、機械の調子が悪くなったり止まったりすると、ますますできません。お米を買うのはかん単だけで、作るのは本当に大変です。

私の家のお米は、おかずがいらなくらいあまくとてもおいしいです。それは、おじいちゃんとおばあちゃんが、あせ水流してがんばって作ってくれたお米だからだと思います。私がお飯のおかわりをしていると、おじいちゃんにはこにこしてくれます。

私は二人に感謝して大切に食べようと思います。「おじいちゃん、おばあちゃんありがとう。」

「広報阿波」では叙勲や大臣賞、知事賞などを受けられた方を掲載させていただいていますが、全ての受章(賞)者を把握できません。

受章(賞)者がおられましたら、推薦者(団体)などは秘書人事課までご連絡ください。

「広報阿波」では、サークル会員募集やイベントの開催案内など、市民の皆さまからの情報を掲載させていただいています。

「広報阿波」は毎月1日に発行しています(1月のみ3日)。掲載したい情報のある方は、掲載したい月の1カ月前までに秘書人事課へお申し込みください。

営利を目的とするものや、他人のプライバシーに影響するものなどは、お受けできない場合がありますのでご了承ください。

【連絡先】 秘書人事課広報担当 TEL 0883(36)8701

木漏れ日を ていねいに 描きました

平成27年度「暮らしの緑化推進絵画コンクール」で西沢光さんが県知事賞を受賞し、12月25日に県庁で表彰されました。木漏れ日を下から見上げた構図の作品は、公園へ行って樹木を見上げ、デッサンして描きました。枝振りの複雑さや、細かい葉の重なりを、色合いを変えて描くのが難しかったです。

受賞作品は県立近代美術館ギャラリーに展示されました。



西沢 光さん
(阿波中学校3年生)

JA書道・交通安全ポスター



田村友理恵さん
(久勝小学校5年生)

小・中学生を対象にした「平成27年JA共済全国小・中学生「書道・交通安全ポスター」徳島県コンクール交通安全ポスター」の部で、田村友理恵さんが「JA徳島女性組織協議会会長賞」を受賞しました。作品は夜のまちを走る車を大きく描き「飲んだり乗るな」と明快な絵柄で、審査員からは「表現力が豊かな絵」と称賛されました。また、交通安全ポスターの部で森本咲紀さん、書道の部で大本泉さんが特選を受賞しました。

このコンクールには県下272校から4万436点の応募がありました。



森本 咲紀さん
(土成小学校3年生)



大本 泉さん
(徳島文理中学校2年生)

みなもと書展が 開催されました

第35回みなもと書展で、須見文音さん(脇町高校1年生)が、最高位である「みなもと大賞」を受賞し、12月6日に大阪市立美術館で開催された表彰式に、共に書道を習っている仲間と参加しました。須見さんは「最高賞をいただき感激しています。これからも精進を重ねたいと思います」と大賞受賞の感想を語りました。

また、団体優秀賞を大本華越先生支部が受賞しました。



すみとま まな (左から) 住友 茉莉さん 書源会長賞	にしぶち ひかる 西沢 光さん 書源役員賞	ふじもと 藤本ちひろさん 書源奨励賞
ひらしま あやみ 平島 彩未さん みなもと準大賞	おおもと いずみ 大本 泉さん 書源会長賞	すみ あやね 須見 文音さん みなもと大賞

阿波市ファミリー・サポート・センターです

どなたでも参加
できます♪♪♪

ふあみさぽ交流会のお知らせ

♥親子でかんたんお菓子作り♥ ~ポップケーキをつくろう~
【日時】平成28年2月19日(金) 9:45~11:30(9:30受付)
【場所】アエルワ調理室
【定員】先着10組

かわいく
ラッピングも
しよう♪♪



阿波市ファミリー・サポート・センター
〒771-1695 阿波市市場町切幡字古田201番地1 子育て支援課内
TEL&FAX: 0883 (36) 3520



問い合わせ
申し込み先

県中学校リーグ中央大会で準優勝

市場中学校野球部が12月6日に鳴門オロナミンC球場で開催された「第23回徳島県中学校リーグ中央大会」で準優勝しました。

天満翼王将は「この県中学校リーグ中央大会では12年ぶりの優勝を目指していましたが、あと少し力及ばず、悔しく思います。この思いと、指導やサポートをしてくださる先生や保護者の方たちへの感謝の気持ちを力に変えて、次の優勝を目指してチーム一丸となり頑張ります」と話しています。



HAYASHIファンタジアFC3位



12月5日から徳島市球場などで行われた「第5回マルハチカップU-11サッカー大会」で、HAYASHIファンタジアFCが見事3位に輝きました。

県下から集まった73チームが熱戦を繰り広げ、準決勝で敗れたものの3位決定戦を制し、3位になりました。同FCは4月に高知県で開催される四国大会に県代表としての出場が決定しています。

一緒にサッカーをしませんか？ 楽しいよ！ 火・土曜日午後6時から、土曜日午後3時30分から林小学校で練習しています。見に来てね。

【問い合わせ先】
Tel.090(1001)5424 米倉

**届け出をお忘れなく！
子どもの医療費助成が中学校卒業まで拡大されました**

阿波市では少子化対策の一環として、平成28年4月1日から子ども医療費の助成対象を現行の小学校修了までから中学校修了までに拡大（自己負担金も助成する）とともに、制度の名称を「乳幼児等医療費助成制度」から「あわっ子はくみ医療費助成制度」に変更します。該当される新中学生1年生から3年生（平成13年4月2日～平成16年4月1日生まれ）の方には通知をお送りします。確認・ご記入の上必ず届け出をされるようお願いいたします。

※注意
未提出・未申告の場合は4月診療分から使用していたら受給者証を送付できません。

※新小学校6年生までの方の受給者証は、有効期限である平成28年7月31日まで、乳幼児等医療費受給者証を使用していたらなくなります。

【問い合わせ先】
子育て支援課
Tel.0893(3)60813

平成27年度「税についての作品」(作文・絵はがき・標語)

各賞受賞者	学校名	学年	氏名		各賞	
			姓	名		
作文	徳島文理中学校	2	大本	泉	おおもと いすみ	全国納税貯蓄組合連合会会長賞
	阿波市立八幡小学校	6	森	亮輔	もり りょうすけ	(公社)阿波麻植法人会(佳作)
	阿波市立八幡小学校	6	清	悠香	きよし はるか	
	阿波市立八幡小学校	6	宮本	采佳	みやもと あやか	
	阿波市立阿波中学校	1	平	本井	みやもと あやか	高松国税局長賞
	阿波市立土成中学校	1	折野	愛実	ひらい たくみ	川島税務署長賞
	阿波市立吉野中学校	3	吉岡	珠貴	おりの まなみ	川島税務署管内 納税貯蓄組合連合会長賞
	阿波市立土成中学校	3	馬松	拓宏	よしおか たまき	
	阿波市立土成中学校	3	馬松	村真	ば ば たくひろ	
	阿波市立阿波中学校	3	佐藤	藤	まつむら こころ	吉野川・阿波租税教育 推進協議会長賞
	阿波市立吉野中学校	3	池内	玲那	さとう かおる	
	阿波市立市高中学校	3	池内	優奈	いけうち れいな	
	徳島県立阿波高等学校	1	赤松	優樹	あかまつ ゆうな	川島税務署長賞
徳島県立阿波高等学校	1	後藤	勇唯	わたなべ ゆうき	吉野川・阿波租税教育推進協議会長賞	
絵はがき 標語	阿波市立土成小学校	6	中野	圭悟	ことう ゆい	(公社)阿波麻植法人会(入選)
	阿波市立八幡小学校	6	日浅	恵太	なかの けいご	(公社)阿波麻植法人会(佳作)
	阿波市立御所小	6	大森	春希	ひあさ けいた	阿波麻植間税会会長賞(優秀賞)

平成27年度「税についての作品」(作文・絵はがき・標語)の優秀者が表彰されました。税についての作品(作文・絵はがき・標語)は、租税教育の一環として、税のしくみや役割についての理解を深めていただくことを目的としています。表彰された方は、次のとおりです。(敬称略)

2月 公民館・勤労青少年ホーム行事予定表

公民館・勤労青少年ホームの行事をお知らせします。お気軽にご参加ください。開催時間などの詳細は、各施設へお問い合わせください。

吉野中央公民館 TEL 088(696)4383	
開催曜日	行事名
火曜日	囲碁のつどい
第2・4火曜日	パッチワーク
第3木曜日	トールペイント
第2・4木曜日	水墨画
金曜日	レクリエーションダンス
毎週金曜日と第4火曜日	ダンススポーツ
第1・3・4金曜日	茶道

土成中央公民館 TEL 088(695)5305	
開催曜日	行事名
月曜日	社交ダンス
水曜日	社交ダンス
第3水曜日	すみれ会

勤労青少年ホーム TEL 0883(36)6464	
※勤労青少年ホームの利用には登録が必要です。登録料は年1,000円です。	
開催曜日	行事名
月曜日	バドミントン(ふれあいセンター体育館)
火曜日	硬式テニス(市場テニスコート)
木曜日	卓球(勤労青少年ホーム)/バレーボール(ふれあいセンター体育館)/フットサル(土成トレーニングセンター)
第1・3木曜日	生け花・茶道(勤労青少年ホーム)

八幡公民館 TEL 0883(36)3004	
開催曜日	行事名
火曜日	フラダンス教室
第2・4火曜日	生け花
水曜日	詩吟
最終水曜日	成人講座(歴史についての勉強会)
第1・3木曜日	パッチワーク
最終木曜日	生け花
金曜日	和紙ちぎり絵
第2・4金曜日	詩吟
第3土曜日	詩吟
第2日曜日・第4土曜日	カラオケ

市場公民館 TEL 0883(36)6464	
開催曜日	行事名
火曜日	韓国語講座
第2・4火曜日	生け花
第3火曜日	手作り講座
第1木曜日	粘土細工
第3木曜日	短歌
第3金曜日	俳句
第4金曜日	七宝焼
第2・4金曜日	水彩画

大俣公民館 TEL 0883(36)2284	
開催曜日	行事名
火曜日	詩吟
第1・2・3火曜日	大正琴
水曜日	詩吟・太極拳
第4水曜日	大正琴
木曜日	カラオケ・大正琴
第3金曜日	循環型農業研究会

久勝公民館 TEL 0883(35)2026	
開催曜日	行事名
月曜日	コーラス・詩吟
第3月曜日	笑いヨガ
第2・4月曜日	リフォーム教室
火曜日	舞踊
第1・3火曜日	3日体操・トールペイント
第2火曜日	手芸教室
火曜日2回	華道
水曜日	踊り(民謡)
木曜日	カラオケ・詩吟
金曜日	囲碁・詩吟
土曜日	詩舞・舞踊
第1・3土曜日	笑いヨガ

伊沢公民館 TEL 0883(35)2152	
開催曜日	行事名
月曜日	詩吟・社交ダンス
第1・2・3月曜日	大正琴
第3月曜日	かずら編み
第3火曜日	水墨画
第1・3火曜日	社交ダンス
水曜日	油絵・社交ダンス
第1・3水曜日	大正琴
木曜日	社交ダンス
第2・4木曜日	ちぎり絵
第3木曜日	かずら編み
第1金曜日	ハイキング
土曜日	囲碁
第2土曜日	俳句

林公民館 TEL 0883(35)2078	
開催曜日	行事名
月曜日	踊り
第1・3月曜日	太極拳
第2・4月曜日	ダンス
火曜日	踊り・ダンス
第2火曜日	林サロン
第2・4火曜日	大正琴・木目込み人形
水曜日	ストレッチ体操・詩吟・空手
第2水曜日	川柳
第2・4水曜日	踊り
木曜日	踊り・囲碁・人形劇・ヨガ(第4週は休み)・絵手紙(第4週は休み)
第3木曜日	困りごと相談
金曜日	詩吟・3日体操・カラオケ・空手
第1金曜日	朗読
土曜日	詩吟・コーラス・児童会・ダンス
日曜日	銭太鼓・民謡・ダンス

第十回特別弔慰金の請求手続きはお済みですか？

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金のお知らせ

【支給の対象となる遺族】

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日現在、公務扶助料や遺族年金等を受ける方がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に特別弔慰金が支給されます。

- 1 弔慰金の受給権者
- 2 戦没者等の子
- 3 戦没者等と生計関係があり戦没者等と同じ氏名の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
- 4 右記3以外の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹
- 5 右記1〜4以外の三親等内の親族(戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります)

【支給内容】
額面25万円、5年償還の記名国債

【請求期間】

平成30年4月2日まで(請求期間を過ぎると第十回特別弔慰金を受けることができなくなりますので、ご注意ください)

【問い合わせ先】

社会福祉課
TEL 0883(36)6811
徳島県保健福祉部地域福祉課
TEL 088(622)2170

新米ママの子育て、応援します



お母さん初心者の方が、赤ちゃんとの接し方や子育ての知識、育児不安を解消するヒントを学ぶ「親子の絆づくりプログラム」が土成中央認定こども園子育て支援センターで行われています。

参加した新米ママたちからは育児の悩みや不安が軽減されたという好評。生後2カ月から5カ月の赤ちゃん(第1子)の育児に不安がある方や、ママ友達の欲しい方、ぜひご参加ください。

【問い合わせ先】

土成中央認定こども園
子育て支援センター
TEL 088(695)5681

【請求手続】

1. 提出書類
ケースごとに必要な書類が異なりますのでお問い合わせください。
- 請求者のマイナンバーの提示および本人確認書類(運転免許証など)が必要となりますのでご注意ください。
2. 提出先
阿波市社会福祉課
(阿波市役所1階)
3. その他
○手続きを行うにあたって、時間がかかることがありますのであらかじめご了承ください。
- 添付書類など、追加で資料をお出しいただくことがあります。



第4の がん治療とは？

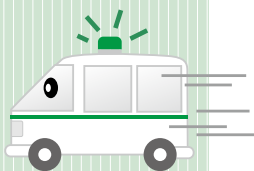


がんは日本人の死因の約3割で、その治療法が進んできたとはいえ未だに死因の第一位となつています。従来がんの治療といえば手術療法、化学療法、放射線療法が三大治療法でした。しかし第四のがん治療として最近注目されているのががん免疫療法です。これまでのがん免疫療法はがんに対する免疫機能を増強させる手法が一般的なものでした。しかし近年、免疫チェックポイント阻害療法という新しい治療法が注目されています。最近の知見ではがん細胞が免疫細胞からの攻撃を阻止していることが明らかになってきました。そこでがん細胞によるブレーキを解除することで免疫細胞の働きを再び活発にしてがん細胞を攻撃できるようにするという新たな治療法が考え出され、これが免疫チェックポイント阻害療法と呼ばれるものです。

がん治療を変えると期待されてきている免疫チェックポイント阻害薬ですが、すべてのがんに対して同じように効果があるわけではありません。一般に遺伝子の変異が多いタイプのがんに効果が高いと考えられています。具体的にはメラノーマや肺がん・腎臓がん・ホジキンリンパ腫ではこの薬が効きやすく、膵臓がん・前立腺がん・大腸がん等には効きにくいとされています。

がんに対する化学療法（抗がん剤治療）の場合は薬剤耐性という問題があり長く使っているとなかなかなくなることがありますが、免疫チェックポイント阻害薬の場合は免疫細胞の活性化によるがん細胞への攻撃であるため効果が減弱することは少ないと考えられています。

免疫チェックポイント阻害薬はがんの種類による効果の差、免疫細胞の暴走による副作用、薬価（非常に高価）などの課題はあるものの非常に有望な新しいがん治療法として今後その使用が広がっていくと考えられています。



「メールやはがきによる
架空請求にご注意！」

「ネットの有料コンテンツ利用料金を長期滞納しているため訴訟の準備期間に入った。連絡がなければ法的手続きを開始し裁判所から呼出状が発行される」という内容のメールが届くなど、以前に数多くあった架空請求詐欺が、最近また増えてきています。

このようなメールやはがきなどの架空請求は「訴訟を起こす」「財産を差し押さえる」などと不安にさせて電話をかけさせることが狙いです。電話をかけてしまうと、「裁判になれば数百万円かかるが、今なら和解金の数十万円で済む」など言葉巧みにお金を請求してきます。

架空請求のメールやはがきは不特定多数に送られているので、電話をかけてしまつと、相手に名前や電話番号などの個人情報も教えてしまうことになりまふ。架空請求のメールやはがきが届いても決して電話をせず、無視しましょう。

【問い合わせ先】

阿波市商工観光課消費者相談窓口

Tel 0883(36)87222

徳島県消費者情報センター

Tel 088(623)0110

お元気ですか？ 阿波病院です。

中学生の職場体験

市場町市場字岸ノ下 Tel.0883(36)5151

市場中学校



担当看護師 みつはしあゆみ 三橋歩未さん
すぎやまゆみ 杉山友望さん
おおしまかずき 大島和樹君
かしはらさんじ 榎原欣二君

阿波中学校



担当看護師 やましたまなみ 山下愛未さん
おかだりな 岡田莉奈さん



病院内見学



ストレッチャー体験



車いす体験



シーツ交換体験

11月5・6日に市場中学校、11月19・20日に阿波中学校の生徒が職場体験にやってきました。参加者はガウンをつけ、院内見学や車いす・ストレッチャーの体験、シーツ交換、患者さんへの食事の配膳などを体験しました。阿波病院では、看護や医療の仕事に興味を持ってもらうため、高校生や中学生の職場体験を受け入れています。

施設内覧会を実施しています

いちじょうキッズオープンスクールと土成小放課後児童クラブでは、内覧会を開催中です。県産材を使用した環境に優しい施設が子どもたちをはぐくんでいます。ぜひご覧ください。

●いちじょうキッズオープンスクール

ところ 吉野町西条字岡ノ川原 134番地1

施設名 阿波市立

公開日 幼保連携型一条認定こども園
土日祝日と年末年始を除く毎日
午後1時から5時まで

●土成小放課後児童クラブ

ところ 土成町成当1203番地1

施設名 土成小放課後児童クラブ

公開日 日曜、祝日、年末年始を除き、
平日は午後5時から6時30分
まで、土曜日は午前9時から
午後5時まで
(正午から午後1時までを除きます)

次からの項目は2施設とも同じです。

公開方法

施設管理者随行により公開します

申込方法

「住所・氏名・連絡先」を電話でお申し込みください。

その他

内覧会参加者の方に簡単なアンケートをお願いしています。ご協力をよろしくお願ひします。

【申込先】

幼保連携型 一条認定こども園

Tel.088(696)3046

土成小放課後児童クラブ

Tel.088(695)3577

平成28年1月より、個人番号(マイナンバー)の利用が始まっています。

個人番号が必要な手続きでは、『個人番号の確認』が新たに加わります

◇通知カードをお持ちの方

例) 個人番号の記載が必要な申請書を市役所に提出する場合

個人番号
の確認



通知カード
または
個人番号付きの住民票

+

本人確認



運転免許証
または
パスポートなど

※通知カードをお持ちでない場合、個人番号付きの住民票を取得していただくこともあります。通知カードは免許証などと一緒にご持参ください。

※顔写真が無いものは2種類以上の本人を確認できるものが必要です。
例) 国民健康保険被保険者証と年金手帳

◇個人番号カードをお持ちの方

これ一枚で上記の『個人番号の確認』と『本人確認』が同時にできます！



- ・個人番号カードを取得するには申請が必要です。申請方法は、通知カード送付時に同封されていたパンフレットをご確認ください。
- ・既に申請いただいている方へは、順次、通知いたしますので、しばらくお待ちください。

◇個人番号を求められる手続きには、主に次のようなものがあります

手続きによって個人番号の記入・提示が必要になる時期は異なります。詳しくは、各担当部署までお問い合わせください。

課名	手 続 き	お問い合わせ	開始時期(予定含)	備 考
市民課	転入・転居などの異動	☎0883 (36) 8710	平成27年10月 5日	※券面記載事項が変更となります。通知カードまたは個人番号カードをご持参ください。
	氏名変更を伴う戸籍届出			
税務課	償却資産申告書の提出	☎0883 (36) 8714	平成28年 1月	固定資産税担当
	市・県民税申告書の提出	☎0883 (36) 8713	平成28年分以降の所得に係る申告書から適用	住民税担当
	給与支払報告書の提出		平成28年分から適用	軽自動車税担当
	公的年金等支払報告書の提出		平成28年度から適用	
軽自動車税減免申請書の提出				
国保医療課	加入・脱退/修学や施設入所のための市外転出/被保険者氏名、被保険者世帯、住所、世帯主の変更/療養費、特別療養費、移送費、高額療養費、高額介護合算療養費の支給申請/第三者行為による被害の届け出/被保険者証、高齢受給者証の再交付申請/限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証、特定疾病療養受領証の交付・再交付を申請/基準収入額適用申請/出産育児一時金・葬祭費の支給申請	☎0883 (36) 8712	平成28年 1月	国民健康保険担当
	加入(75歳到達の人を除きます)・撤回/被保険者証の再交付申請/特定疾病療養受領証、限度額適用・標準負担額減額認定証の交付・再交付申請/高額療養費や補装具等の療養費の支給申請/基準収入額適用申請/高額介護合算療養費の支給申請/第三者行為による被害の届け出			後期高齢者医療担当
社会福祉課	身体障害者手帳の申請	☎0883 (36) 6812	平成28年 1月	障がい福祉担当
	特別障害者手当、障害児福祉手当の申請			
	障害者総合支援法に基づく障害福祉サービスの申請			
	障害者総合支援法に基づく補装具費に関する申請			
	精神障害者保健福祉手帳に関する申請			
	自立支援医療(更生医療、育成医療、精神通院医療)に関する申請			
重度心身障害者等医療費助成に関する申請				
障害児通所支援(児童発達支援、放課後などデイサービス)に関する申請	☎0883 (36) 6811		地域・高齢福祉担当	
戦没者などの遺族に対する特別弔慰金の請求	☎0883 (36) 6811		生活保護担当	
生活保護の申請	☎0883 (36) 5196			
介護保険課	介護認定・更新・区分変更の申請	☎0883 (36) 6814	平成28年 1月	介護保険担当
	被保険者証などの再交付の申請			
	居宅サービス計画作成依頼(変更)届出書			
	介護予防サービス計画作成・介護予防ケアマネジメント依頼(変更)届出書			
	介護保険負担限度額認定申請			
	介護保険基準収入額適用申請			
	介護保険高額介護(予防)サービス費支給申請			
	介護保険居宅介護(介護予防)福祉用具購入費支給申請			
	介護保険居宅介護(介護予防)住宅改修支給申請			
介護保険料徴収猶予・減免申請				
子育て支援課	児童手当の新規認定請求	☎0883 (36) 3813	平成28年 1月	子育て支援担当
	特別児童扶養手当の申請			
	児童扶養手当の新規認定請求			
	未熟児養育医療費の給付申請			
	保育所・認定こども園への入所申し込み			

※上記の手続き以外にも個人番号が必要になる場合があります。

暮らしのお知らせ

第2次集中改革プランの取り組み状況をお知らせします

阿波市では、平成22年3月に策定した「第2次阿波市集中改革プラン」に基づき、平成22年度から平成26年度までの5カ年を計画とする行財政改革に取り組んできました。

平成26年度の取り組み状況が、市民の代表者などにより構成される「阿波市行財政改革推進委員会」の協議を経てまとまりましたので、お知らせします。また、平成27年度より「第3次阿波市集中改革プラン」に基づき、引き続き行財政改革に取り組んでいます。

平成26年度の取り組み状況と成果

プランに掲げる推進項目に基づき、自主財源の確保や職員定数の適正化、事務経費の削減などに取り組んでいますが、取り組みの基準となる21年度実績値と比較すると、26年度の歳入に関する効果額は73,622万4千円、歳出に関する効果額は2億4,322万1千円となり、合計2億7,994万5千円の成果を上げることができました。

主な取り組み内容と効果は次のとおりです。今後、市民の皆さんへのサービスの充実や将来にわたる行財政基盤づくりに一層の推進を図ってまいります。

歳入に関する取り組み

●自主財源の確保

市税等収納率向上対策本部による徴収や徳島滞納整理機構の活用など、市税徴収のさらなる向上を図ったところ、現年課税分は21年度実績値を上回ることができました。

	H21実績	H26目標	H26実績
市民税	97.6%	98.5%	98.4%
固定資産税	96.1%	97.0%	97.2%
国民健康保険税	92.5%	94.4%	93.9%
介護保険料	98.5%	98.7%	98.9%
住宅使用料	83.9%	83.0%	90.3%
水道使用料	95.5%	96.3%	98.5%

●未利用財産の売り払いなど

土地建物貸付料の改定と道路などの電柱占用料の徴収を22年度から実施しています。

【効果】275万5千円

●その他

広告収入(広報及びホームページ)

【効果】69万4千円

ふるさと納税寄付金

【効果】44万3千円

歳出に関する取り組み

●職員定数の適正化

平成21年4月1日職員数	4,355人
平成22年4月1日職員数	4,244人
平成23年4月1日職員数	4,009人
平成24年4月1日職員数	4,033人
平成25年4月1日職員数	3,995人
平成26年4月1日職員数	3,844人

退職者 22名
採用者 11名

●給与・手当等の削減

住居手当の一部を見直しましたが、時間外手当が増となりました。

【削減効果】3億8,330万7千円

●民間活力の導入

質の高いサービスの提供と管理経費の削減を図るため、指定管理者制度の導入や民間委託などを引き続き検討・実施しました。

- 指定管理者制度導入
- CATV(H22)
- 土柱休養村温泉(現・阿波土柱の湯)(H24)
- 久勝保育所(H25)
- 民間委託
- 柿原放課後児童クラブ(H22)
- 学校給食センター(H26)
- 民営化
- 養護老人ホーム吉田荘(現・伊月荘)(H22)

●補助金の整理合理化

市単独補助金交付額は前年度比で減となりました。

【削減効果】915.8万円

●事務経費の見直し

消費税率の引き上げの値上げに等により、経常的物件費(委託料など)が増となりました。

【削減効果】△2億8,611万9千円

●投資的経費の見直し

合併に係る事業や緊急防災・減災事業などの有利な財源の活用により、純市単独事業費の抑制につながりました。

【削減効果】5,997万4千円

【問い合わせ先】

財政課 TEL0883(3)8702

平成28年度 自衛官等募集案内

平和を、仕事にする。陸海空自衛官募集

募集種目	受付期間(締切日必着)	試験期日
航空学生	8月1日～9月8日	9月22日
一般曹候補生	8月1日～9月8日	9月16日・17日
自衛官候補生	男子	年間を通じて行っております
	女子	受付時にお知らせします
防衛大学校学生	推薦	8月1日～9月8日
	9月5日～9月8日	9月23日～27日
	9月5日～9月8日	9月24日・25日
	総合選抜	9月5日～9月8日
防衛医科大学校医学科学生	一般(前期)	9月5日～9月30日
	一般(後期)	9月5日～9月30日
	H29年1月21日～27日	11月5日・6日
防衛医科大学校看護学科学生	H29年1月21日～27日	H29年2月18日
防衛医科大学校医学科学生	9月5日～9月30日	10月29日・30日
防衛医科大学校看護学科学生	9月5日～9月30日	10月15日
高等工科学校生徒	推薦	11月1日～12月2日
	一般	11月1日～H29年1月6日
		H29年1月7日～9日
		H29年1月21日

【問い合わせ先】 自衛隊徳島地方協力本部 鴨島地域事務所 TEL0883(24)7008 担当広報官 TEL090(1004)2020

喜びの知らせ



アエルワからのお知らせです

よしもと新喜劇がやってくる!

“芸能人にアエルワ祭”よしもと新喜劇in阿波

3月26日(土)

チケット
好評前売り中!



特別ゲスト 間 寛平 座長 内場 勝則

場所 アエルワホール
時間 1部 12時30分開演(開場12時)
2部 15時開演(開場14時30分)
チケット販売中(全席指定)
前売り 3,000円
当日 3,500円
チケット販売場所
アエルワ(阿波市交流防災拠点施設)
阿波市市場町切幡字古田190番地

講座受講生募集
●ホールペン字講座
2月10日(水)、26日(金)
19時~20時30分
受講料:各回 1,620円
※初めての受講の方は教材費500円が必要
●ほんもの紅茶をたのしむ
2月10日(水)、24日(水)
18時30分~20時
受講料:各回 1,620円
教材費:1,000円
アエルワバレンタインパーティー
2月14日(日)
1部 10時~14時
2部 14時~18時
募集:1部 女性35~45歳まで
女性20~34歳まで各10名
2部 男性・女性
20~34歳まで各10名
料金:男性4千円、女性3千円
(1部、2部両方の参加は4千円)
第10回 アエルワロビーコンサート
アエルワ1F市民交流スペースでアマチュアバンドの皆さまによる演奏会を開催します。
お坊さんによるロックンロールショー
出演:イエーイ青木
入場:無料
日程:2月20日(土)
19時30分~20時40分
場所:アエルワ1F
(市民交流スペース)
※男性はスーツorジャケット着用、女性はカジュアル過ぎない服装をお願いいたします。
場所:アエルワ3階

その他2月イベント・貸館情報

- 1日(月) 10時~12時 研修室2・3
塩分濃度測定及び「笑いヨガ」体験会
19時~20時 研修室2
- 2日(火) 9時~13時
楽しく学ぼう韓国語講座
- 3日(水) 9時~13時
調理室・研修室3
まゆみ先生流
節約おうちごはんの作り方教室
- 4日(木) 13時~17時 市民交流スペース
木彫り教室
19時~21時 研修室3
英会話講座
- 5日(金) 13時~17時 研修室2・3
とくしま結婚フューチャーセッション
10日(水) 9時~12時 研修室2
押し花アート
19時~21時 リハーサル室
ヒップホップダンス教室
- 13日(土) 9時30分~11時30分 研修室1
親子リトミック教室 リニア・リニア
15日(月) 19時~20時 研修室2
楽しく学ぼう韓国語講座
- 18日(木) 13時~17時 研修室2
木彫り教室
19時~21時 研修室3
英会話講座
- 21日(日) 13時~16時 アエルワホール
阿波市文化協会 合唱発表会
- 24日(水) 19時~21時 リハーサル室
ヒップホップダンス教室
- 25日(木) 13時~17時 研修室2
木彫り教室
19時~21時 研修室3
英会話講座
- 27日(土) 9時30分~11時30分 研修室1
親子リトミック教室 リニア・リニア
- 28日(日) 9時~17時 アエルワホール
阿波市在宅医療・介護連携推進事業
市民公開講座

【問い合わせ先】アエルワ Tel.0883(36)8739

ピラティス始めませんか?

ピラティスは、体の内側の筋肉「コアマッスル」を鍛えることで体のゆがみを直し、中心に「芯(コア)」が通ったようなきれいな姿勢を保ちます。
肩こりや腰痛といった現代病と呼ばれる症状の緩和にも効果があると言われています。

- 開催日・時 3月8日(火) 10時~11時
- 場所 土成コミュニティセンター 和室
- 講師 山中 梨沙氏
- 募集対象者・定員 阿波市在住の方・10名
- 参加費 受講料無料
- 持参物 ヨガマット(なければバスタオルなど)・飲み物・タオル

【申込方法】土成中央公民館に2月15日(月)までにお申し込みください。

【問い合わせ先】土成中央公民館(土成トレーニングセンター内)
Tel.0888(6995)53005



一緒にホタルの里を作りましょう 大久保谷川ホタル保存会 会員募集

大久保谷川ホタル保存会は、2011年11月26日に伊沢公民館で結成されました。美しいホタル(源氏ホタル)をいつまでも残し、清流大久保谷川を市民の憩いの場・癒しのホタルの里にしよう、と、カワニナを放流し、ホタルを増やす活動をしています。年々ホタルは増えており、6月に開催しているホタル祭りを、多くの方が楽しんでくださっています。

大久保谷川ホタル保存会は、ホタルを増やす活動をしていただく仲間を募集しています。一緒にホタルの里を作りましょう。

年会費 一口 千円
【問い合わせ・申込先】事務局 東元
Tel.090(2825)5049

2月番組予定

デジタル：111ch
 デジタル：112ch (文字放送)
 デジタル：121ch (ケーブル12)



午前	月・火・水・木	金	土・日
6	00 阿波市民憲章、文字放送～		
7	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・市民公開講座 ・土成中央認定こども園表現会 ・マンスリーニュース(1月)	30徳島県活き活きシニア放送講座 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	30ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
8	00 阿波踊り体操(認知予防編) 30 文字放送		
9	00 (再放送) ACN週刊ニュース 前週土・日放送分の再放送です。 見逃した方はこの時間でチェック!		
	00 番組詳細案内(2分)		
10	02ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・市民公開講座 ・土成中央認定こども園表現会 ・マンスリーニュース(1月)	02徳島県活き活きシニア放送講座 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	02ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
11	00 文字放送 30 旬感! あわだより		
	00 県政アンテナテレビ とくしまハーツ		
0	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・市民公開講座 ・土成中央認定こども園表現会 ・マンスリーニュース(1月)	00徳島県活き活きシニア放送講座 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	00ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
1	00 阿波踊り体操(ロコモティブシンドローム編) 30 旬感! あわだより		
2	00 (再放送) ACN週刊ニュース 前週土・日放送分の再放送です。見逃した方はこの時間でチェック!		
	00 番組詳細案内(2分)		
4	02(再放送)ACN特番 ◆前週放送分の再放送です。 詳細は番組案内を確認!	02 県政アンテナ とくしまハーツ 32 旬感! あわだより	
5	00 文字放送～ 30 サイエンスチャンネル		
6	00 文字放送		
7	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・市民公開講座 ・土成中央認定こども園表現会 ・マンスリーニュース(1月)	30徳島県活き活きシニア放送講座 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	30ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
8	00 (再放送) ACN週刊ニュース 前週土・日放送分の再放送です。見逃した方はこの時間でチェック!		
	00 阿波市民憲章、阿波踊り体操(寝たまま編)		
9	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・市民公開講座 ・土成中央認定こども園表現会 ・マンスリーニュース(1月)		
10	30ACN特番 ◆主な放送予定の番組 ・市民公開講座 ・土成中央認定こども園表現会 ・マンスリーニュース(1月)	30徳島県活き活きシニア放送講座 お花ダイスキ! シネマ☆クロス	30ACN週刊ニュース ★阿波市内で行われた行事を放送!
11	00 文字放送		
12	00 ジャパネットチャンネルDX 翌朝、6時まで放送!		

※番組の詳細はACNホームページ及びデジタルTV番組表(EPG番組表)にてお知らせします。
 なお、ACN各事務所、市役所本庁、各支所、図書館、公民館に2週間分の番組表を設置していますので、ご利用ください。
 ※ACN特番は月・火と水・木で同じ放送内容となります。
 ※各番組放送終了後は、文字放送を放送します。
 ※番組(開始時間、内容)は予告なく変更することがありますので、ご了承ください。
 【問い合わせ先】ACN TEL088(695)5350

121ch「けーぶる12」放送のお知らせ

121チャンネルで「けーぶる12」の放送が新しく始まりました。
 高校野球、県議会中継、イベントなどの他、県内各地のケーブルテレビ局が制作した番組が視聴できます。
 けーぶる12を視聴するには、チャンネルスキャンを行う必要があります。
 放送内容は、テレビのEPG(電子番組表)をご覧ください。

阿波市ケーブルネットワーク 広告放送募集中

阿波市ケーブルネットワークでは、広告放送を募集しています。事業者または個人を問いませんので、ご応募をお待ちしております。詳しくは、下記までお問い合わせください。
 問い合わせ先：阿波市ケーブルネットワーク
 TEL 088 (695) 5350

2月分のケーブルテレビ使用料の口座振替日は、**2月29日(月)**です。振替日前日までに、ご指定口座の残高確認をお願いいたします。

テニス、楽しみませんか?

阿波市テニス協会は、市のテニス普及活動のため、コーチを迎え、初心者・初級者・中級者のための講習会を開催したり、定期大会を開催したりしています。テニスに興味のある方、一緒に楽しみましょう!
 11月29日に開催された「阿波市オープン」団体戦2015秋大会の結果をお知らせします。



阿波チーム



吉野チーム

- 吉野リーグ(吉野町テニスコート) 5チーム (31名)
 - 優勝 阿波チーム
 - 土成リーグ(緑の丘スポーツ公園) 6チーム (38名)
 - 優勝 吉野チーム
- 問い合わせ先 阿波市テニス協会 事務局 横山
 携帯アドレス okazupapa03@softbank.jp

暮らしのお知らせ

所得税確定申告・市県民税申告相談会

申告期間

平成28年2月16日(火)～
平成28年3月15日(火)
(土曜、日曜を除く)

受付時間

午前9時～12時
午後1時～4時

● 日程 下記をご覧ください

★申告をしなければならぬ方

- 平成28年1月1日現在、阿波市に住所のある方は申告が必要です。
(勤務先で年末調整をされた方で、他に所得のない方は除きます)
- 阿波市の国民健康保険に加入されている方や後期高齢者医療制度、介護保険制度の対象となっている被保険者、その方と生計を共にされている家族の方は、たとえ所得がなくても申告していただく必要がありま。 (未申告の場合、低所得者世帯に対する軽減措置が受けられませ)
- 障害年金・遺族年金受給者・国民年金の免除申請をされている方も申告が必要とす。

★申告をお持ちいただく書類など

- ① 認印
- ② 給与所得や年金所得のある方は、源泉徴収票(平成27年分)
- ③ 所得の計算に必要な書類(収入や必要経費のわかる書類)
- ④ 新・旧生命保険料、新・旧個人年金保険料、介護医療保険料、地震保険料、旧長期損害保険料などの保険料控除証明書
- ⑤ 社会保険料(健康保険・国民健康保険・国民年金など)の支払証明書など
- ⑥ 障害者控除を受ける方は、身体障害者手帳など
- ⑦ 医療費控除を受ける方は、支払った領収書と保険などで補填された金額明細書
- ⑧ 税金が還付になる場合は、口座番号がわかるもの(納税者本人名義に限ります)
- ⑨ 税務署からの通知および確定申告書が送付されている方は、ご持参ください

※農業所得・営業所得・不動産所得を申告される方は、収支内訳書を作成されていないと受付できませんのでご注意ください。また、医療費控除を申告される方は集計をしてお越しくたれ。

は除きます)。相談のある方は市役所本庁1階へお越しください。
【問い合わせ先】税務課 市民税担当 Tel0883(36)8713

申告相談日は

土 成 町		月 日	曜日	時間	吉 野 町	
受付場所	自治会名等				自治会名等	受付場所
土成歴史館 2階会議室	建布都・郡北	2月16日	火	午前	北原・楠ノ本・本郷	吉野コミュニティセンター 2階大会議室
	郡中・郡南・郡地区個人(自治会等に属さない方)			午後	田中・立花	
	浦東・若宮・万代	17日	水	午前	庄西・庄仲	
	西金・千代・西山・浦池地区個人(自治会等に属さない方)			午後	富士・岡ノ元	
	乾・月中	18日	木	午前	東町口・北町口・南町口	
	大地・明月			午後	北須賀・亀田・双葉	
	いろは会・秋月地区個人(自治会等に属さない方)	19日	金	午前	東姥御前	
	指谷・出口			午後	西姥御前	
	日吉・水中	22日	月	午前	岡西・岡中	
	水一・水田地区個人(自治会等に属さない方)			午後	岡東・宮ノ前	
	神ノ木	23日	火	午前	井ノ元・井東	
	赤田・成当地区個人(自治会等に属さない方)			午後	井中・新松	
	仲生・畷城地	24日	水	午前	藤原北・藤原中・藤原南・藤原東・藤原東2	
	北二条住宅			午後	北須賀団地・第2北須賀団地・新原田・新地免	
	檜原	25日	木	午前	西大竹・原市	
	土成・土成地区個人(自治会等に属さない方)			午後	第2地免団地・地免団地	
	旭・楯別	26日	金	午前	出屋敷・共栄・中小路	
	南原・法林地住宅			午後	野田原団地・新開地・床石	
	西東・普明・前田	29日	月	午前	中西・出口	
	西西・新生・西原えびす			午後	大西・野田原	
	大木・実安	3月1日	火	午前	小笠	
	矢松			午後	八幡	
	高森・土成東原	2日	水	午前	ヒロナカ西	
	熊の庄・本郷			午後	昭和・青嵐・緑が丘	
	林東・林南	3日	木	午前	南二条	
	林西・山王子・高尾地区個人(自治会等に属さない方)			午後	谷・植松北・植松東	
	下藤原・中藤原	4日	金	午前	シノ原北	
	上藤原南・上藤原北			午後	北二条	
	神田・神山・一里松住宅・宮川内地区個人(自治会等に属さない方)	7日	月	午前	シノ原中・西二条	
	中村・公ノ下・檜浦・見坂・平間・八丁・上畑			午後	昭和団地・原団地・第2原団地	
汐毛東	8日	火	午前	稲荷・春日・旭		
汐毛西			午後	シノ原南		
出口	9日	水	午前	ハトノ原		
旭			午後	ヒロナカ東		
北門	10日	木	午前	ノ夕原		
原田市			午後	八坂北		
西郷南	11日	金	午前	東小笠		
西郷北・吉田地区個人(自治会等に属さない方)			午後	八坂南		
平井・芝生・一の坂	14日	月	午前	自治会等に属さない方・予備日		
岡・坂尻・一本松			午後			
予 備 日	15日	火	午前 午後	予 備 日		

★次の所得・控除などのある方は、川島税務署で申告をお願いします

- ①分離課税の株式・土地建物等に係る譲渡所得
- ②住宅借入金等特別控除(平成27年中に住宅ローンなどを利用してマイホームを新築などしたとき)
- ③住宅耐震改修特別控除、住宅特定改修特別税額控除、認定長期優良住宅新築等特別税額控除
- ④免状所得(肉用牛の売却による農業所得の課税の特例)
- ⑤消費税を申告される方(農業所得のみで簡易課税を選択されている方は除きます)
- ⑥雑損控除(台風や地震などの災害によりマイホームや家財などに被害を受けた方)

★公的年金受給者の確定申告相談会

所得が公的年金のみの方を対象に、左記の日程で平成27年分の所得税確定申告の相談会を開催します。

開催地区	場所	開催日時
吉野町	吉野ミニニイセンター 2階大会議室	平成28年 2月12日(金) 午前9時～12時
市場町	阿波市役所本庁 1階市民情報スペース	平成28年 2月15日(月) 午後1時～4時
土成町	土成歴史館 2階会議室	平成28年 2月15日(月) 午前9時～12時
阿波町	阿波農村環境改善センター 多目的ホール	平成28年 2月15日(月) 午後1時～4時

★申告にお持ちください書類など

- ①認印
- ②平成27年分公的年金等の源泉徴収票
- ③新・旧生命保険料、新・旧個人年金保険料、介護医療保険料、地震保険料、旧長期損害保険料などの保険料控除証明書
- ④社会保険料(健康保険・国民健康保険・国民年金など)の支払証明書など
- ⑤障害者控除を受ける方は、身体障害者手帳など
- ⑥医療費控除を受ける方は、支払った領収書と保険などで補填された金額明細書(領収書は集計しておいてください)
- ⑦税金が還付になる場合は口座番号がわかるもの(納税者本人名義に限ります)
- ⑧税務署からの通知および確定申告書が送付されている方はご持参ください

【問い合わせ先】
税務課 市民税担当 TEL 08883(26)8713

四国税理士会川島支部による無料相談が実施されます(3月15日(火))

※下記の自治会などの日程で都合が悪い場合は、他の日にお越しください。

阿波町		月日	曜日	時間	市場町	
受付場所	自治会名等				自治会名等	受付場所
阿波農村環境改善センター 多目的ホール	西長峰・東長峰・西部	2月16日	火	午前 午後	相栗・平岡・平岡中央・川原芝・蓮越・大月・大倉・大倉一	阿波市役所本庁 1階市民情報スペース ※庁舎正面玄関
	枯木・北岡	17日	水	午前 午後	中南・大北・川北・白水・岩野	
	芳円・岩津・東村・中川原・南川原西・中団地・南川原東団地	18日	木	午前 午後	平地・三共・奥日開谷	
	南部・東川原・東川原東部・南川原・中坪	19日	金	午前 午後	稲荷・野田原・城王いこいの郷	
	新世・岩津北・林第一・中部・東川原3F団地・虹が丘	22日	月	午前 午後	南大保・新女寺・本村	
	岩津新町・西谷	23日	火	午前 午後	本村一・本村二	
	王子川・名東ノ岡	24日	水	午前 午後	遠光北・遠光・遠光南	
	馬場・名東ノ岡団地・赤坂団地	25日	木	午前 午後	法寺・法寺一	
	五明・棚ヶ窪	26日	金	午前 午後	円西・大張・中央二・上喜来中央	
	西善地・東善地・十善	29日	月	午前 午後	中央一・大保地区個人(自治会等に属さない方)	
	三共・桜ノ岡・桜ノ岡団地	3月1日	火	午前 午後	座主・大門一・大門二・大門住宅	
	南組・川久保	2日	水	午前 午後	開ノ口・岡・北原	
	仲組・東条・東条団地・東条百合団地	3日	木	午前 午後	切幡一・切幡二・切幡三	
	北組・新東条・東条中・医王ヶ丘	4日	金	午前 午後	古田・切幡五・切幡住宅	
	山王・北部・伊勢	7日	月	午前 午後	山野上一・山野上中・山野上二	
	大久保・北ノ名・上早田・下早田	8日	火	午前 午後	山野上三・山野上四	
	新開・中三軒屋・新開北・新開団地	9日	水	午前 午後	大一松・大一竹・大一梅・大野島二	
	大次郎東・大次郎西・安政西・久原・ブリアデス	10日	木	午前 午後	大野島三・大野島西・大野島五・大野島五の1・大野島六	
	本町北・本町南・本町中	11日	金	午前 午後	伊月一・伊月二・伊月三・伊月四・伊月五南・伊月五西・伊月北	
	西王地・東王地・東三軒屋	14日	月	午前 午後	伊月五北・伊月・伊月五住北・伊月五住南・伊月五松・朝日	
	森沢・安政東・野神・王地団地	15日	火	午前 午後	八幡一・八幡・八幡地区個人(自治会等に属さない方)	
	栗栖北・中筋			午前 午後	柳・西新町・通町・日ノ出・正励・むつみ・ふたば	
	栗栖南・東洲			午前 午後	興崎南・興崎町筋	
	西谷島南・西谷島北			午前 午後	興崎北・みつば	
	南谷島・東谷島北・東谷島南			午前 午後	東尾開・北洲・西尾開	
	下喜来南1・下喜来南2・下喜来南3			午前 午後	奈良坂西・奈良坂中・奈良坂東	
	下喜来中・下喜来北・下喜来北団地			午前 午後	善入寺北・善入寺南・東中・秋葉本	
	自彊・東原・阿波ニュータウン			午前 午後	南組・八幡本・納屋組・香美中央	
	中央・平和・岡地・岡地団地			午前 午後	市場地区個人(自治会等に属さない方)	
	誠心・柴生・一徳			午前 午後	原組・瑞穂・香美西・香美西住宅・香美第一住宅	
梅ノ木原・一心			午前 午後	箸供養東・箸供養西		
五味知・明和・北久保第一・北柴生団地			午前 午後	北原東・北原西・住吉・青葉台		
西ノ岡・一ノ瀬・北久保・日進			午前 午後	千田・西ノ岡東・西ノ岡西		
新生・正広・真福寺団地・東条中団地・東条北団地			午前 午後	田淵上・田淵下・みどりが丘・流・岸ノ下一		
西南・協和			午前 午後	上野段南・上野段中・上野段北・上野段第一・さくらヶ丘団地		
小倉			午前 午後	校北・校北二・上南団地・市場団地		
西原・丸山・西原団地			午前 午後	市場中央・市南東・市南西・町筋新		
元町北・元町南・伊沢市			午前 午後	松組・梅組・共栄		
自治会等に属さない方・予備日	14日	月	午前 午後	予備日		
予備日	15日	火	午前 午後	予備日		

2月16日(火)～3月15日(火)

※土曜、日曜を除く
午前9時～12時
午後1時～4時

川島税務署からのお知らせです

所得税と復興特別所得税

平成27年分の所得税と復興特別所得税の確定申告相談、申告書の受け付けは、**平成28年2月16日(火)から同年3月15日(火)まで**です。還付申告は、平成28年2月15日(月)以前でも行えます。(税務署の閉庁日(土・日曜・祝日など)は、税務署では相談、申告書の受け付けは行っていません)。

また、申告書はe-Tax(国税電子申告・納税システム)での送信や、郵便・信書便などでの送付、税務署の時間外収受箱への投かんにより提出することができます。

所得税および復興特別所得税の確定申告とは?

所得税および復興特別所得税の確定申告は、毎年1月1日から12月31日までの1年間に生じた全ての所得の金額とそれに対する所得税、復興特別所得税の額を計算し、申告期限までに確定申告書を提出して、源泉徴収された税金や予定納税で納めた税金などの過不足を精算する手続きです。

期間間近になりますと、税務署は大変混雑し、長時間お待ちいただくことが予想されます。申告書はご自分で作成して、できるだけお早めに提出してください。

※日本国内に住所がある、または現在まで引き続いて1年以上居所がある方は、所得が生じた場所が国の内外を問わず、その全ての所得について所得税を納める義務があります。

申告書の税務署への送付

確定申告書は「信書」に該当しますので、税務署に送付する場合は、「郵便物」(第一種郵便物)または「信書便物」として、お早めに送付してください(郵便物・信書便物以外の荷物扱いで送付することはありません)。

納付期限と納税の方法

確定申告による所得税および復興特別所得税の納期限は平成28年3月15日(火)です。申告書の提出後に、納付書の送付や納税通知などによる納税のお知らせはありません。

① 振替納税を利用

振替日**(平成28年4月20日(水))**に指定の金融機関の預貯金口座から自動的に引き落とされますので、事前に口座の残高をご確認ください。

* 振替納税をお申込みの場合は、「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」を平成28年3月15日(火)までに提出してください。

* 振替納税は申告期限までに申告書を提出された場合に限り利用できます。

* 転居などにより所轄税務署が変わった場合や、既に振替納税で指定している金融機関や口座を変更する場合には、新たに振替納税(変更)の手続きが必要となります。

* インターネット専用銀行などの一部金融機関、インターネット支店などの一部店舗では、振替納税が利用できませんので、ご利用の可否については取引先の金融機関にご確認ください。

② 現金で納付

現金に納付書を添えて、金融機関(歳入代理店)か税務署で納付してください。納付書をお持ちでない方は、税務署や金融機関に用意してある納付書を使用してください。

* 金融機関に納付書がない場合には、税務署にご連絡ください。

③ 電子納税を利用

自宅やオフィスなどからインターネットなどを利用して納付できます。

詳しくは、e-Taxホームページ(www.e-tax.nta.go.jp)をご覧ください。

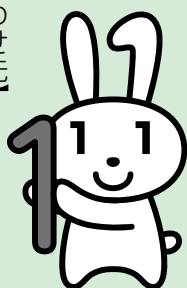
社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)

平成27年分の所得税および復興特別所得税の確定申告書には、個人番号(12桁)の記載は不要です。

確定申告書への個人番号の記載は、平成28年以降の所得税および復興特別所得税の確定申告(一般的に、平成29年1月以降の確定申告期間)に提出する確定申告)から必要となりますので、ご注意ください。

なお、平成28年1月以降に申請書・届出書(更正の請求など)を提出する際には、申請書・届出書に個人番号を記載するとともに、申請される方の本人確認書類の提示、または本人確認書類写しを添付する必要があります。

国税に関する社会保障・税番号制度についての詳しい情報は、国税庁ホームページ内の「社会保障・税番号制度(マイナンバー)」をご覧ください。



【問い合わせ先】

川島税務署

Tel.08833(25)2211

(お電話をおかけいただく、自動音声でご案内しますので、案内に従ってご用件の番号を選択してください)

申告書は、国税庁 ホームページで 作成できます！

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で、申告書を作成することができます。
所得税の確定申告書作成コーナーに、給与所得者または公的年金所得者の方向けの申告書作成画面を新設しました。初めての方でも操作がしやすい画面となっておりますので、是非ご利用ください。
作成した申告書は、印刷して郵送等により提出できます。また、「e-tax」電子申告をご利用して提出することもできます。詳しくは、e-taxホームページをご覧ください。



確定申告は便利な e-Tax で！

e-Taxを利用すると...

① 自宅などからネットで申告
税務署に行かなくても、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、自宅などからネットで提出(送信)できます。

② 添付書類の提出を省略

確定申告をe-Taxで行う場合、医療費の領収書や源泉徴収票などは、その記載内容を入力して送信することにより、書類の提出または提示を省略することができます(法定申告期限から5年間、税務署から提出または提示を求められることがあります)。

③ 還付がスピーディー

e-Taxで申告された還付申告は3週間程度で処理しています。
※自宅などからe-Taxで1月・2月に申告した場合は、2〜3週間程度で処理しています。

④ 24時間いつでも利用可能

所得税および復興特別所得税の申告期間中は、24時間e-Taxの利用が可能です(メンテナンス時間を除く)。

申告と納税は期限内に！

所得税および
復興特別所得税贈与税
3月15日(火)

消費税および
地方消費税(個人事業者)
3月31日(木)

e-Taxのご利用に当たっては事前に 準備が必要です。

- ① 電子証明書の取得
市町村、登記所のほか、民間発行機関等が発行する電子証明書が必要です(具体的な取得方法及び費用については、発行機関にお尋ねください)。
- ② ICカードリーダーライターの購入
利用する電子証明書の仕様に合ったもの確認の上、家電量販店やインターネット販売等でお求めください。

電子証明書 ICカード
リーダーライター



おうちで作成
ネットで申告



詳しくは国税庁
ホームページへ

国税庁 で 検索

贈与税の申告の作成も「確定申告書等作成コーナー」で便利!!

贈与税の申告も、「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、e-Taxによりデータ送信が書面により提出することができます。

「確定申告書等作成コーナー」は画面の案内に従って金額等を入力すれば税額等が自動計算され、贈与税の申告書が作成できます。



申告と納税は期限内に!!

贈与税の申告・納税は**3月15日(火)**まで

詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください

www.nta.go.jp 国税庁 で 検索

～あなたの血圧大丈夫ですか？～

シリーズ①⑥

厚生労働省の調べによると、脳卒中（脳血や脳梗塞）、虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞）による死亡は、冬が最も多いと言われています。

冬に血圧が上昇するのは、体内の熱を外に逃がさないように血管が収縮するためです。このため、急激な気温差に対する注意が必要です。

●高血圧ってなんだろう？

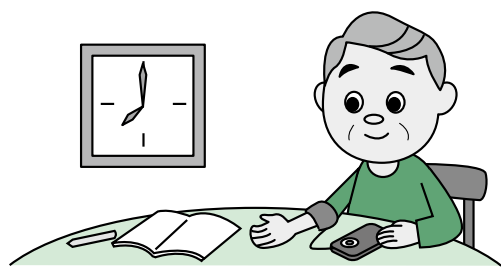
血圧とは、血液が血管の中を通るときに、血管にかかる圧力のことをいいます。高血圧とは、その血管の中を流れる血液の圧力が高くなっている状態で日本人に多い生活習慣病です。（高血圧症の診断基準によると、収縮期血圧が140mmHg以上または拡張期血圧が90mmHg以上の場合）

●放置していませんか？ 高血圧！

高血圧が進行すると、高い圧力に耐えるために血管の壁が硬くなり、弾力性がしなやかさが失われ、もろく傷つきやすくなります。またその傷に悪玉コレステロールなどが沈着すると動脈硬化が促進されます。動脈硬化になると血液の流れが悪くしたり、血栓ができやすくなり、特に血管の多い脳や心臓などに脳卒中や虚血性心疾患を起しやすくなります。

●高血圧を早期発見しよう！

自宅に血圧計のある方は、朝、もしくは朝の決まった時間に家庭血圧を測定する習慣をつけ、自



分の血圧の変化を確認することで早期発見につながります。高血圧は自覚症状がないまま進行するため「サイレントキラー」と言われ自覚症状がないことも多いので、家庭血圧の測定が重要です。また、毎年健診を受けることも極めて大切になります。

●なぜ高血圧になるの？

日本人の高血圧の最大の原因は、塩分のとりすぎです。男性では、肥満が原因の高血圧も増えています。飲酒・運動不足や喫煙も高血圧の原因です。

●減塩のポイント

高血圧の予防に欠かせないのは、塩分の摂り方です。

- 1日の塩分摂取量は男性8g、女性7g程度が目安です。
- 薄味にして、醤油・ソースなどの調味料はかけず、つけるようにしましょう。
- しそやレモン、酢・香辛料といった調味料や薬味を利用することも有効です。
- ラーメンなど麺類の汁は残しましょう。
- 全部飲んでしまうと、それだけで6g近い塩分をとってしまいます。

●高血圧を防ぎましょう

適度な運動やバランスのとれた食事をとることで、肥満の解消や、自分の生活習慣を見直し、脳卒中や虚血性心疾患などの病気を防ぎましょう。

【問い合わせ先】

健康推進課
Tel 08833(3)6(6)81-5
国保医療課
Tel 08833(3)6(8)71-2

市営住宅の入居者を募集します

所在地	団地名	募集戸数	竣工年度	間取り	トイレ	家賃	構造
吉野町	第2北須賀団地	1戸	S52	3DK	水洗	10,700～15,900円	簡易耐火2階建て
	旭団地	2戸(3階)	H8	3LDK	水洗	19,000～28,200円	中層耐火3階建て
市場町	箸供養団地A棟	1戸(3階)	S52	3DK	水洗	12,800～19,000円	中層耐火4階建て
	箸供養団地B棟	1戸(2階)	S52	3DK	水洗	12,800～19,000円	中層耐火4階建て
	市場団地C棟	1戸(3階)	S53	3DK	水洗	13,900～20,700円	中層耐火4階建て
	市場団地E棟	1戸(3階)	S54	3DK	水洗	14,400～21,400円	中層耐火4階建て
	市場団地G棟	1戸(4階)	S56	3DK	水洗	15,800～23,500円	中層耐火4階建て

※H27年度参考家賃です。家賃は、入居者の世帯収入と設備条件などで決定され、毎年変動します。

- 入居資格
① 現に住宅に困窮していること（持家や公営住宅に居住している方は、困窮していることになりません）
- ② 市内に住所または勤務地があること（就労証明書などが必要）
- ③ 同居する親族がいること（昭和31年4月1日以前に生まれた方は、単身での申請が可能です）
- ④ 申込者と同居する親族が市税を滞納していないこと
- ⑤ 世帯の収入が法令で定められた基準内であること（住宅課にお問い合わせください）
- ⑥ 申込者と同居する親族が暴力団でないこと
- ⑦ 保証人が2名いること（抽選受付時点では、予定者が結構です）
- 受付期間
平成28年2月1日～15日午後5時15分（土日祝日を除きます）
- 受付場所
住宅課、各支所
- 申し込み必要書類
① 入居申込み書（申し込み書と入居案内は、受付場所にあります）
- ② 住民票（申請者全員分）
- ③ 課税証明書など前年度の収入と所得が確認できる書類（未成年を除く申請者全員分）
- ④ 完納証明書（未成年を除く申請者全員分）
- ※ 課税証明と完納証明は、平成27年1月1日現在は、住民登録している市区町村で取得してください。
- 市営住宅入居までの流れ
申請書提出↓書類審査↓公開抽選会↓敷金納付↓契約締結
- 問い合わせ先
住宅課
Tel 08833(3)6(8)73-1

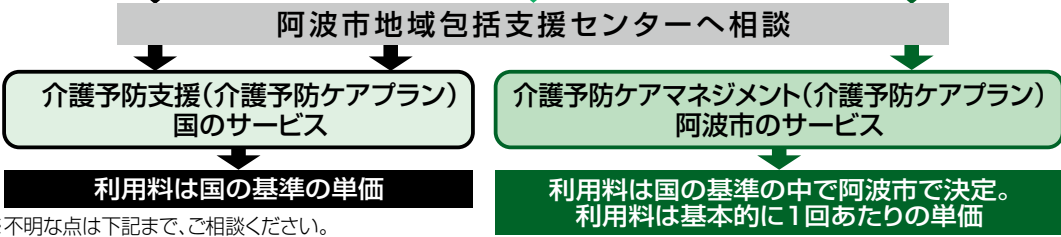
阿波市地域包括支援センターです


平成28年4月より介護予防サービスの仕組みが変わります

▼あなたの利用するサービスを確認しましょう▼

<input type="checkbox"/> 介護予防訪問看護 <input type="checkbox"/> 介護予防通所リハビリテーション(デイケア) <input type="checkbox"/> 介護予防訪問リハビリテーション <input type="checkbox"/> 介護予防福祉用具の貸与 <input type="checkbox"/> 介護予防短期入所生活介護・療養介護(ショートステイ等) <input type="checkbox"/> その他(介護予防訪問入浴・住宅改修など) <small>※予防給付</small>	<input type="checkbox"/> 訪問介護相当サービス <small>(旧介護予防訪問介護=ヘルパー派遣)</small> <input type="checkbox"/> 通所介護相当サービス <small>(旧介護予防通所介護=デイサービス)</small> <input type="checkbox"/> 一般介護予防事業 上記サービスは B 阿波市の総合事業サービス
--	---

上記サービスは **A 国の介護保険サービス**





【主催・問い合わせ先】
一般社団法人
阿波市医師会
在宅医療・介護連携
推進事務局
Tel.0883(26)5525

阿波市在宅医療・介護連携推進事業 市民公開講座 開催のお知らせ

とき…平成28年2月28日(日) 13時から15時15分(受付 午後12時30分) ところ…交流防災拠点施設 「アエルワ」

基調講演
「自分らしく生きる」
社会福祉法人 白寿会 本部長 **大西 智城氏**

「住み慣れた自宅ですら、いまでも過(あま)りなため」
シンポジスト…
医師・訪問看護師・ケアマネジャー他
参加無料・粗品進呈(先着250名)・申し込み不要

【問い合わせ先】 阿波市地域包括支援センター Tel.0883(36)6543 Fax.0883(26)6054

「ヘルパー派遣」と「デイサービス」が阿波市の事業になります

◎介護保険法が改正され、今まで全国一律、同じ仕組みで提供されていた介護予防サービスのうち、ヘルパー派遣とデイサービスを阿波市の事業(新総合事業)として提供することになりました。

◎基本…要支援1・2の認定期間の開始日が28年4月1日以降になる方と事業対象者となった方から新しい制度に変わります。

◎新しい制度に変わっても、引き続き、必要なサービスを利用することができます。

暮らしのお知らせ

地籍調査成果の登記完了のお知らせ

平成25年度に現地調査を行った「ヒロナカ地区」の成果について、登記が完了しましたのでお知らせします。

ヒロナカ地区

登記完了年月日
平成27年12月16日

【問い合わせ先】
地籍調査課
Tel.0883(36)8732

旧市場支所の物品を売払します

参加資格
平成27年12月1日現在、阿波市に住所を有する個人・阿波市内で事業を営む法人

参加方法
物品公開日に参加した方
物品売払説明書(公開日配布)
の参加資格に該当しない方

参加資格
平成27年12月1日現在、阿波市に住所を有する個人・阿波市内で事業を営む法人

売払物品
机・椅子・保管庫・ロッカー など

売払方法
条件付き一般競争入札(購入希望価格が一番高い方に売却します)

物品公開日時
平成28年2月26日(金)から平成28年2月28日(日) 午前10時から午後4時
公開場所は旧市場支所です。
※買取りを希望される方は必ず現物確認にお越しください。
詳細は、物品公開日にお渡しする物品売払説明書でご確認ください。

【問い合わせ先】
契約管理課 管財担当
Tel.0883(36)8704

市民が企画
～市民講座～

どなたでも参加できます【参加無料】

●2月13日(土) 10時～ 市場公民館
「60歳からの金の使い方 終活・エンディングノート」
講師 F.Pの 倭 和代氏

●2月18日(木) 13時30分～ 市場図書館
「武士主導の到来と乱世・天下統一 パート②」
資料代 1人 100円

政治の混乱と下剋上の世界から天下統一へ

【連絡先】二條 Tel.090(2786)0833

お気軽にご利用ください 行政相談

行政相談とは、国、県、市町村などの行政に関する苦情や要望、意見などを聞いて、それらの解決を図り、行政運営の改善に反映させるものです。

●2月の行政相談日

1日(月) 阿波健康福祉センター
8日(月) 市場総合福祉センター
15日(月) 土成保健センター
23日(火) 吉野地域福祉センター

時間は全て午後1時30分～4時です。
相談は無料で、秘密は固く守られます。

【問い合わせ先】
社会福祉法人 阿波市社会福祉協議会 地域福祉課
Tel.0883(36)5511

市役所で年金相談を開催しています

日本年金機構が全国社会保険労務士会連合会に運営委託している「街角の年金相談センター」徳島(オフィス)が、平成28年1月から毎月、阿波市役所で出張年金相談所を開設しています。相談は無料で、年金事務所と同様な相談ができます。この機会をぜひご利用ください。

なお、相談をご希望の場合は、事前予約が必要になりますので、電話でお申し込みください。

場 所 阿波市役所(本庁)

日 時 毎月第3火曜日 10時～15時

次回 2月16日(火)

相談内容

- 年金見込み額の試算(50歳以上の方)
- 年金請求手続き
- (老齢年金・障害年金・遺族年金など)
- 年金受給の繰上げ・繰下げ請求
- 在職中の方の老齢年金

●年金と雇用保険との調整

●住所・氏名・支払い機関などの諸変更

●年金特別便・定期便の見方 など

●お持ちいただくもの

- 本人確認書類(運転免許証・マイナンバーカード・保険証・年金手帳など)
- 印鑑
- (ご本人が来所できない場合)委任状・代理の方の本人確認書類

【問い合わせ先】

街角の年金相談センター徳島(オフィス)
徳島市八百屋町2丁目11番地
ニッセイ徳島ビル8階
TEL088(657)3081

【予約専用ダイヤル】
TEL088(657)3081

●予約受付時間 平日8時30分～17時

●お問い合わせ先・ご予約の際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

犬・猫を飼育している皆さまへ 知らないうちに迷惑をかけていないでしょうか？

- 1. 犬はつないで飼いましょう**
。昼夜を問わず、犬の放し飼いは県条例で禁止されています。
。散歩させるときも、引き綱やリードでつないで行いましょう。
- 2. ふんの後始末は飼い主の責任です**
。犬の散歩をするときは必ずスコップとビニール袋を持ち、飼い主が責任を持って始末し持ち帰りましょう。
- 3. 犬、猫も家族計画**
。多頭飼育する場合は将来のことをよく考えてからにしましょう。
。大切なペットに、子犬や子猫が産まれても育てる自信がないときは、予め避妊・去勢手術を受けさせましょう。産まれた子犬や子猫を、不幸にさせないためにも、ペットとの楽しい暮らしを送るためにも、ぜひ実施していただきたくて処置です。
- 4. 犬や猫を捨てないで**
。飼い主のいない犬や猫の増加は生活環境の悪化や事故・事件につながる場合があるため命を終えるまで適切に飼養しましょう。
- 5. 鳴き声や悪臭に気をつけて**
。鳴き声は飼い主が思っているよりも近所に迷惑をかけていることがあるので、無駄吠えの原因を理解し、犬となぐ場所を変えるなどストレス解消をしてあげましょう。
- 6. 野良犬、野良猫にエサを
与えないで**
。飼う意志がないのであれば、エサをあたえないようにしましょう。野良犬や野良猫を増やす原因となり、ゴミステーションを荒らすなどのトラブルや人間関係悪化につながります。不幸な命を生み出さないためにも無責任なエサやりはやめましょう。



犬も猫も家族の一員、愛情と責任を持って終生飼いましょう

【問い合わせ先】 環境衛生課 TEL0883(36)8711

阿波市以外のお知らせ

**南の島で国際交流
ちびっこ探検学校ヨロソ島**

公益財団法人国際青少年研修協会では第40回ちびっこ探検学校ヨロソ島の参加者を募集しています。

期 間
3月26日(土)～4月1日(金)

と ころ
鹿児島県大島郡与論町

締 切 3月4日(金)

※事前説明会を開催します。詳細はホームページをご覧ください。
<http://www.ksk.or.jp>

【資料請求・問い合わせ先】
TEL03(6417)9721

自動車事故対策機構です

※自動車事故対策機構では、自動車事故により死亡または重度後遺障害となられた方の0歳から中学校卒業までのお子さまに育成資金を無利子で貸し付けしています。

貸付金額
一時金 15万5千円
毎月 2万円
入学支度金 4万4千円

返済期間
●中学卒業後20年以内(高校・大学などに進学する場合は、卒業まで猶予)

※自動車事故が原因で、脳・脊髄または胸腹部臓器を損傷し、重度の後遺障害を持つため、常時または随時の介護が必要なた状態である方へ介護料を支給しています。

支給金額

①常時の介護が必要な方のうち、「重度後遺障害診断書」で症状が「最重度」であると認められる方
月額 6万8440円
月額 13万6880円

②①以外で常時の介護が必要な方
月額 5万8570円
月額 10万8000円

県営住宅入居者募集

●募集予定戸数 46戸

●申込日
2月8日(月)～9日(火)午前10時～午後4時に県庁1階講堂へ

【問い合わせ先】
徳島県住宅供給公社
TEL0888(6960)31255
PFI管理センター
TEL0888(678)2271

申告書は自分で作成してお早めに!

所得税および復興特別所得税・贈与税・事業税・住民税の申告期限は3月15日(火)、個人事業者の消費税および地方消費税の申告は3月31日(木)までです。

期 間
2月8日(月)～3月15日(火)の土・日・祝日を除く日。ただし、2月21日・2月28日の日曜日は確定申告の相談・受付を行います。

受付時間
午前9時～午後4時

【問い合わせ先】
川島税務署
TEL0883(25)2211
(自動音声のご案内します)

「青少年自殺予防講座」受講者募集

と き
2月13日(土) 午後1時30分～

と ころ
とくぎんトモセンター
(原青年センター)

定 員 100名
(申込先着順・受講無料)

【申込・問い合わせ先】
徳島県次世代育成・青少年課
TEL0888(621)22004

ウグイスさんの ワオトニュー〜ス



大切な人権を守ろう



日には吉野中学校生徒と一条・柿原小学校の児童による人権パレードが行われました。参加者は吉野支所前から一条・柿原小学校まで人権パレードをし、先生や人権擁護委員が通行人にパンフレットなどを配りました。



12月10日の「世界人権デー」に先駆けて、3日に阿波市人権擁護委員による「特設人権相談」、4日にマルナカ柿原店での「啓発物品の配布」がありました。また、8

安全運転をお願いします

12月9日、阿波吉野川警察署の駐車場で市場幼稚園児60人が同署の用意した「交通安全おもちゃ」を、「安全運転をお願いします」「一気をつけて走ってね」と声掛けしながらドライブバーへ手渡しました。このような交通キャンペーンは、交通量も増え、飲酒も増える時期です。市内各所で毎年行われていて、



阿波の土柱ウォーキング

JR四国徳島線の川田駅から土柱まで散策し、記念にサクラやモミジを植樹する「阿波の土柱ウォーク」(主催 阿波市・阿波市観光協会)が12月12日行われ、市内外から21人が参加しました。コースは、川田駅→岩津橋→北岡古墳→土柱で桜の植樹→ガイドと土柱山頂→周辺温泉→岩津橋→川田駅という、約12キロでした。参加者は土柱の展望台で土柱の由来を聞いた後、それぞれサクラやモミジの苗木を植樹しました。



子ども民生委員が啓発活動

伊沢小学校3年生児童36人が12月14日、阿波町のショッピングセンターで子ども民生委員として詐欺などの啓発活動を行いました。これは、阿波地区民生児童委員が主催し、阿波吉野川警察署・阿波市社会福祉協議会と共に開催したものです。児童は自らが書いた防犯メッセージや啓発物品が入った袋を詐欺に気をつけてくださいと買い物客に手渡していました。



小鳥のさえずりと野菜の歌



アエルワサポート委員会が12月20日、口笛の世界大会優勝者の山貴美子さんを招いてクリスマスコンサートを開きました。作曲家の中島良史さんが編集した阿波市の野菜や果物をテーマにした「阿波ベジ賛歌」も市内の小中学生でつくる「あわっ子合唱団」や「グリーンハーモニー」により披露されました。阿波高校音楽部、徳島クアルテット、徳島男声合唱団「響」などの出演もありました。

阿波西高で火災を想定した訓練



阿波西高校と阿波市消防団が同校で火災を想定した訓練を12月15日に行い、約350人が参加しました。

1階調理室から出火という放送後、生徒は口元をタオルなどで覆いながら上履きのまま避難。その後、徳島中央広域連合西消防署員や消防団員から指導を受け、放水体験や、校舎4階から脱出用シューターを使って滑り降りる訓練などを受けました。

トンネル事故を想定し、合同訓練



12月2日、阿波市と香川県を結ぶ国道318号線の鶴の田尾トンネル内で、多重衝突事故を想定した合同訓練がありました。

油圧力ッターを使ってのけが人救出や、燃料漏れの車両火災を想定した消火訓練などが、徳島・香川両県の関係者約120名により行われました。

この防災訓練は関係機関相互の連携および活動体制の確立を図るため、毎年開催されています。

「歩こう会」へ反射材ベスト



「大切に使用させていただきます」とお礼を述べました。

阿波自動車学校が高齢者の見守り活動などに取り組む「バーベナ歩こう会」へ12月10日、反射材付きベスト20着を贈りました。

阿波吉野川安全運転管理協議会の交通安全防止スポンサー事業の第一弾として行われたもので、宮内信治校長から「事故防止に役立ててください」とお礼を述べました。

学校に牛がやってきた!

林小学校で12月14日、「わくわくスクール(徳島県酪農業協同組合主催)」があり、学校へ大きな雌牛と生後1カ月の子牛がやってきました。



酪農業の仕事に興味を持ち、親しんでもらうため同組合が初めての試みとして開催したもので、4年生36人が組合員から教わりながら乳搾りやバター作りを体験。また、子牛にミルクをあげたりブラッシングをしたりしました。

給食で食べるよ

このイモは、市内の小中学校の給食で使用される予定です。



市内の「キッズ野菜ソムリエ」の小学生ら60人が12月20日、ジャガイモの収穫をしました。

このイモは9月に、約5坪の畑に約60kgの種イモを自分たちで植えたもので、約500kgの立派なイモが収穫されました。

お昼には、掘り上げたばかりのジャガイモを使った料理に舌鼓を打ちました。

おいしい芋の餅です

12月、市内各地の老人施設で餅つきが行われました。

21日には阿北特別養護老人ホームで市場地区民生児童委員と施設職員、社会福祉協議会職員が早朝から、お年寄りに食べやすいよう、柔らかい「芋の餅」や、正月の雑煮用の餅をつきました。

つきたての餅は野崎市長と職員が入所者に配りました。

入所者は「毎年楽しみ」ありがたいいただきました」と喜んでいました。



まちの魅力を花で発信



オープンガーデンクラブの皆さん

グの本を市内4図書館に3冊ずつ寄贈しました。クラブ会員は、まちの魅力を花で伝えたいとさまざまな活動を続けています。

阿波市オープンガーデンクラブが11月14日に交流防災拠点施設アエルワで開催した「花のある暮らしと観光シンポジウム」には、大勢の人が参加し、大成功を収めました。同クラブはこのときのチケット販売収益金2万円を12月17日、福祉に役立ててほしいと善意銀行へ寄付。また、上野砂由紀さんのガーデニングの本を市内4図書館に3冊ずつ寄贈しました。

子どもたちが歌う「第九」



土成中央認定こども園の表現会が12月5日交流防災拠点施設アエルワで開催され、235人の子どもたちが歌や踊りを披露しました。4・5歳児は「第九」の合唱に挑戦。歌の意味などを先生から教わり、一生懸命練習して、ドイツ語と日本語で歌いました。表現会是一年間の成長を保護者らに見てもらおうと毎年開催されており、今年初めてアエルワで開かれました。

桜やツツジを植樹

市が実施している「やすらぎ空間整備事業」に賛同し、西林長寿クラブ(佐古昭会長)会員20人が12月22日、阿波町東長峰の広域農道沿いに陽光桜の苗木7本、サツキ20本を植えました。同所への植樹は平成25年から3年続いており、会員らは「地域の人たちや通行する車に花を楽しんでもらいたい」と、草取りや水やりなどの世話を続けています。



お寺で婚活!~延寿寺(吉野町)~

お寺で婚活という珍しくて楽しいイベントが12月20日、延寿寺(えんじゆじ)であり、20から40代までの独身男女27人が参加しました。これは社会福祉協議会吉野支所が主催したもので、参加者は縁にまつわる話を聞いたり、共に食事を作ったりしました。同寺の中原吉祥(なかのきちょう)副住職は「縁と縁を結び場所としてお寺を活用してほしい」と話しています。



阿波市放課後児童クラブの利用申請受付中

●放課後クラブをご利用ください

放課後児童クラブは、保護者が仕事などで昼間家庭にいない小学生に、放課後に適切な遊びと生活の場を与えて、その健全な育成を図るところです。平成28年度からは全小学校区にクラブが設置されます。また、指定管理者および委託事業者として、(社福)阿波市社会福祉協議会が全てのクラブの運営管理を行うことになりました。放課後児童クラブを利用ご希望の方は、事前に申請が必要です。

平成28年度の利用申請を2月26日(金)まで受け付けます。申請したい方は、まず利用を希望するクラブにお問い合わせください。なお、利用案内や申請書は各クラブや子育て支援課で配布しています。また、市ホームページに利用案内などを掲載していますので、ご利用ください。

【問い合わせ先】 子育て支援課 TEL0883(3)6(6)813

●放課後クラブの職員募集

児童の健全な遊びの指導などをする職員を募集します。

職 種 社会福祉法人 阿波市社会福祉協議会

募集人員・年齢 放課後児童支援員および補助員(臨時)

雇用期間 平成28年4月1日～平成29年3月31日まで

勤務日・時間 月曜日～土曜日(祝日・年末年始を除きます)のうち週5日～6日 午後0時30分～午後7時

賃金など 有資格者 時給850円

無資格者 時給750円

通勤手当・有給休暇あり

申込方法 左記の提出先に設置してある申込書に記入の上、写真を貼付した履歴書、有資格者は資格証の写しを2月15日(月)までに提出してください(月曜日の午前8時30分～午後5時15分まで)。

【問い合わせ・申込先】

社会福祉法人 阿波市社会福祉協議会本所 総務企画担当

TEL0883(3)6(6)5511

阿波市市場町興崎字北六分60番地

名称(※印は平成28年4月開所)

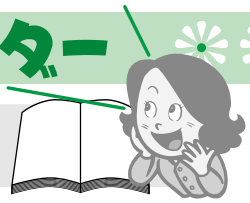
一条放課後児童クラブ/柿原放課後児童クラブ/御所放課後児童クラブ/土成放課後児童クラブ/八幡放課後児童クラブ(現在の八幡児童館)/市場放課後児童クラブ(現在の市場児童センター)/大俣放課後児童クラブ(現在の大俣児童館)/久勝放課後児童クラブ/伊沢放課後児童クラブ/林放課後児童クラブ

阿波市立図書館2月のカレンダー



■阿波図書館 TEL 0883-35-5101
■土成図書館 TEL 088-695-5385

■市場図書館 TEL 0883-36-6455
■吉野笠井図書館 TEL 088-696-4686



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	休館日(全館)					◎おはなし会(市場) 10:30~
7	8	9	10	11	12	13
	休館日(全館)	◎阿波町・市場町ブックスタート(阿波保健センター)		建国記念の日 開館いたします		◎ベルの会おはなし会(阿波) 14:00~ ◎ちぎり絵教室(市場) 13:00~
14	15	16	17	18	19	20
◎ピアノ自動演奏会(阿波) 10:00~、13:00~ ◎おはなしひろば(土成) 10:30~	休館日(全館)			◎市民学習講座「武士主導の到来と乱世・天下統一パート②『政治の混乱と下剋上の世界から天下統一へ』」講師：とくしま学博士 沖野勝徳氏(市場) 13:30~	◎古文書解読講座(市場) 10:00~	◎おはなし会(市場) 10:30~
21	22	23	24	25	26	27
◎バリアフリー映画会(阿波) 15:00~	休館日(全館)			◎歴史講座(市場) 13:30~	館内整理日につき休館(全館)	◎ベルの会おはなし会(阿波) 14:00~ ◎ちぎり絵教室(市場) 13:00~ ◎おはなし会(たけのこの会) おたのしみ会(吉野笠井) 11:00~
28	29	※各図書館のイベントの詳細につきましては、左ページの催し物の案内をご覧ください。 ☆ 開館時間のお知らせ ☆ 10月から3月までの開館時間は、午前9時~午後6時です。 (※4月~9月は午後7時までです)				

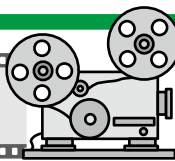
2月の特集

- | | | |
|---------|-----------------|---------------------|
| 阿波図書館 | 児童・・・いいおに わるいおに | 一般・・・もっと豊かな暮らし方 |
| 市場図書館 | 児童・・・ゆきのほん | 一般・・・お金の本(年金・税金・節約) |
| 土成図書館 | 児童・・・名作を読もう! | 一般・・・太古のロマン |
| 吉野笠井図書館 | 児童・・・ともだち だいすき | 一般・・・胸キュン! スイートブック |

各図書館より新刊のお知らせ

たくさんの方が図書館に来てくださいますよう、新刊の一部を紹介いたします。貸出中の本は予約ができます。また、他館の本も取り寄せできます。

2月の映画会のお知らせ



※入場は無料です。当日直接、図書館までお越しください。内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

阿波図書館

■バリアフリー映画会■
(日本語字幕・音声ガイド付き映画会)
・21日(日) 15:00~16:57

『博士の愛した数式』

80分しか記憶がもたない天才数学博士と、家政婦とその10歳の息子。驚きと歓びに満ちた日々が始まった一。

第1回本屋大賞に輝く大ベストセラーの映画化。永遠に心に生き続ける、「至高の愛」の物語。(※通常の映画会と異なり、聴覚にバリアをかかえる方にも鑑賞いただけるようになっていきます。)

小泉 堯史監督、脚本/寺尾 聰・深津 絵里ほか出演/2005年製作/定員60名・申込み不要/住友商事協力

市場図書館

■みんなの映画会きっす■ ・28日(日) 14:00~14:50

『豆助^{まめすけ}っていいな。③』

/和風総本家12代目豆助編

バラエティ番組『和風総本家』に登場する柴犬・豆助^{まめすけ}のかわいい映像がいっぱい!

その後の10代目・11代目の映像も収録。

■みんなの映画会■ ・28日(日) 10:00~11:55

『命のビザ』

12月に映画が公開され話題となった、六千人のユダヤ人を救った日本領事・杉原 千畝の物語。加藤 剛・主演によるスペシャルドラマ版。

● 2月の催し物の案内 ●

阿波図書館

「ガウス展」

期間：3日(水)～25日(木)
場所：阿波図書館玄関ロビー
※入場無料

ピアノ自動演奏会

日時：14日(日) 10時～13時
題目「ピアノで聴く
ドリームス・カム・トゥルー作品集
晴れたらいいね など」
28日(日)10時～13時
題目「クラシック作品集
小犬のワルツ／シヨパン
など」

「バレンタイン」

スペシャルプレゼント

期間：13日(土)・14日(日)
※無くなり次第終了

市場図書館

「バレンタイン」

期間：2日(火)～14日(日)
～感謝をこめて～

「本のリサイクル市」

期間：6日(土)～
無くなり次第終了
※1人10冊まで

「本が泣いています!!」

汚破損資料展示
期間：6日(土)～28日(日)

「おひなさま プレゼント」

期間：20日(土)～
無くなり次第終了
対象：本(DVD・CD・ビデオ・カセットを除く)を
借りてくれた小学生以下

土成図書館

「HAPPY♡バレンタイン」

期間：2日(火)～14日(日)

吉野笠井図書館

展示「あわサボ図書館コーナー」

期間：2日(火)～28日(日)

展示「大切なあの人に贈りたい本の名言」

期間：13日(土)～28日(日)

「おたのしみ会」のびる望遠鏡

日時：27日(土) 11時～12時
対象：おはなし会に参加してくれた人



阿波市立図書館4館共通



小説「魔女の封印」
大沢 在昌/著・文藝春秋



小説「江ノ島西浦写真館」
三上 延/著・光文社



小説「優しい言葉
パンとスープとネコ日和」
群 ようこ/著・角川春樹事務所



絵本「おしゃれなクララと
おばあちゃんのぼうし」
エイミー・デ・ラ・ヘイ/文
徳間書店

阿波図書館

- ・教養書・「がん最新治療に挑む15人の名医」 青木 直美/著
- ・実用書・「おやすみ、ロジャー」 カール=ヨハン・エリーン/著
- ・小説・「七人の手練」 鳥羽 亮/著
- ・絵本・「ゆきのんのねこごさかな」 わたなべ ゆういち/作・絵

土成図書館

- ・教養書・「この1冊でわかる世界経済入門」 熊谷 亮丸/監修
- ・実用書・「天気痛を治せば頭痛、めまい、ストレスがなくなる!」 佐藤 純/著
- ・小説・「房総の列車が停まった日」 西村 京太郎/著
- ・絵本・「もんぜんバナナ」 ささき みお/作

市場図書館

- ・教養書・「ダウン症って不幸ですか?」 姫路 まさのり/著
- ・実用書・「小さな庭で季節の花あそび」 前田 満見/著
- ・小説・「マカン・マラン」 古内 一絵/著
- ・絵本・「おしゃべりこんぶ」 おかい みほ/作・絵

吉野笠井図書館

- ・教養書・「北極スマイル♡南極スマイル」 香川 美穂/写真・文
- ・実用書・「小学校前の3年間にできること、
してあげたいこと」 祖川 泰治/著
- ・小説・「愛のようだ」 長嶋 有/著
- ・絵本・「きみはうみ」 西 加奈子/絵と文



2月の健康だよ!

●保健事業のお問い合わせは● 阿波市健康福祉部 健康推進課 TEL 0883-36-6815
 ※会場のHは保健センターの略です。

母子・乳幼児健診／相談

日	受付時間	事業名	会場
5日(金)	12:30~13:00	2歳児健診	土成H
9日(火)	12:30~13:00	乳児健診	阿波H
	14:30~15:00	乳幼児相談	
16日(火)	12:30~13:00	1歳6カ月児健診	阿波H
17日(水)	12:30~13:00	股関節脱臼検診	吉野H
23日(火)	12:30~13:00	3歳児健診	土成H
24日(水)	12:30~13:30	乳児健診	土成H
	14:30~15:00	乳幼児相談	
28日(日)	12:30~12:45	パパママクラス	土成H

らくらく筋力アップ教室

日	受付	対象者	会場
10日(水)	受付 13:00~13:30 実施 13:30~15:00	平成27年4月以降に特定健診を受診された74歳までの方	土成H



※運動できる服装でお越しください。水分補給、タオルなどは各自ご準備ください。

初めて参加される方は、特定健診結果表を持参してください。

みなさん、バナナ1本ぐらいのうんち毎日出ていますか?



	1日に必要な野菜の量	1日に必要な食物センイの量
1歳児	120g	10g
小学生	250g~	20g~
大人	350g~	20~50g

両手に野菜を盛って1杯≒100g

近年食生活の変化に伴い、昔に比べて大腸がんが増えています。
便秘が続くと大腸がんになりやすくなります!!
 便秘を防ぐためには…

- 1 3食決まった時間にきちんと食事をとりましょう
胃に食物が入ると大腸が動き出します。
- 2 しっかり体を動かしましょう
※朝起きたらコップ1杯程度の水を飲むのも効果的です。
体を動かすと大腸が動き出します。
- 3 しっかり野菜を食べましょう
便の量は野菜の量に影響されると考えられます。

豆知識

便が出るまでには腸の長さが関係しています。赤ちゃん…3m、1歳児…5~7m、大人…6~7m。また、1日の生活の中で大腸は2~3回しか動かないので、**排便のタイミング**が大切です。

大腸がんを発見するためには…
大腸がん検診を受けましょう

大腸がん検診とは、所定の容器に2日間の便を採って提出する検査です。
 検診は、症状の出ないうちにがんが発見でき、早期治療につながる大切なものです。
 平成28年2月まで大腸がん検診を実施しています。ご自分の健康のため大腸がん検診を受けましょう。

休日および平日夜間 救急当番医

日	医療機関
1日(月)	阿波病院
2日(火)	おおつか内科
3日(水)	大串医院(眼科)
4日(木)	大久保医院(吉野)
5日(金)	阿波病院
6日(土)	大久保医院(吉野)
7日(日)	松本眼科
8日(月)	阿波病院
9日(火)	大野病院
10日(水)	乾内科外科
11日(木)	村上医院
12日(金)	阿波病院
13日(土)	赤池内科
14日(日)	森下医院
15日(月)	阿波病院
16日(火)	森下医院
17日(水)	村上医院
18日(木)	松本眼科
19日(金)	阿波病院
20日(土)	板東眼科
21日(日)	赤池内科
22日(月)	阿波病院
23日(火)	林内科医院
24日(水)	西川内科クリニック
25日(木)	中山医院
26日(金)	阿波病院
27日(土)	重清内科外科
28日(日)	阿波病院
29日(月)	阿波病院

月～土 午後6時～午後10時
日曜・祝日 午前9時～午後10時

当番医連絡先

医療機関名	電話番号
阿波病院	0883-36-5151
おおつか内科	0883-35-6070
大串医院(眼科)	088-696-3133
大久保医院(吉野)	088-696-2037
松本眼科	0883-35-7128
大野病院	088-695-2112
乾内科外科	088-695-5006
村上医院	0883-35-6410
赤池内科	0883-36-6565
森下医院	0883-35-5656
林内科医院	0883-35-6226
西川内科クリニック	0883-35-8080
中山医院	088-696-4662
重清内科外科	0883-35-6160

※当番医、あるいは中央広域連合中消防署(TEL088-695-2149)で必ずご確認のうえ受診してください。変更になる場合があります。



大根の肉みそからめ



材料(4人分)

大根	1/3本 (300g)
ごま油	小さじ1/2
日本酒	小さじ1
だし汁	100cc
豚ひき肉	60g
えのき	小1袋
みそ	小さじ4
日本酒	小さじ2
砂糖	小さじ2
本みりん	小さじ2
だし汁	小さじ4
しょうが汁	少々
栄養価	
エネルギー	93 kcal
たんぱく質	4.6g
脂質	2.4g
炭水化物	8.7g
ナトリウム	33.4mg
食塩相当量	0.8g

作り方

1. 大根は皮をむき、1.5cm厚のいちよつ切りにする。
2. 鍋にごま油を熱し、大根がうすうす焼き色がつくまで炒める。
3. ②にだし汁、日本酒を加え煮立ったら弱火にして落としブタをし、汁気がなくなるまで煮る。
4. フライパンにひき肉、みじん切りにしたえのき、みそを加えて全体を混ぜ、日本酒、本みりん、砂糖を入れて火にかけて、時々混ぜながら汁気がなくなるまで煮る。
5. 汁気がなくなったらしょうが汁を加えて混ぜ、③の鍋の中に④を入れて全体をサツと混ぜる。

わすれないで がん検診!!

2月は阿波市が実施するがん検診の最終月です

▽大腸がん(阿波市内医療機関)
|| 40歳以上の方

▽乳がん検診(県内広域医療機関)
|| 40歳以上の女性の方

▽子宮頸がん検診(県内広域医療機関と、農村健康管理センター)
|| 20歳以上の女性の方

「検診料金(自己負担金)」

▽大腸がん... 4000円

▽乳がん... 15000円

▽子宮がん... 県内広域医療機関 12000円

農村健康管理センター 10000円

「受診方法」

検診をご希望の方は、健康推進課までご連絡ください。受診券と検診票をお送りします。

大腸がん検診は、毎年、乳がん・子宮がん検診は、2年に1回受けましょう。



阿波市観光協会です



阿波市観光協会 Awa City Tourist Association

【問い合わせ先】

阿波市観光協会 (阿波市農村環境改善センター1階 阿波支所北隣)
TEL/FAX 0883 (35) 4211
ホームページ <http://www.awa-kankou.jp>
観光協会のtwitter http://twitter.com/awa_kan
観光協会のFacebook <https://www.facebook.com/awakankou>
E-mail info@awa-kankou.jp

阿波市の宝★ 阿波和三盆糖

○貴重産地、阿波市

上品な甘さが口の中でふわっと溶ける和三盆糖。独特の風味が愛され、全国の和菓子店や日本料理店で珍重されています。この和三盆糖、じつは全国でも徳島、香川の限られた地域だけで作られている砂糖で、阿波市はその数少ない産地の一つなのです。

○原材料は「竹糖」

和三盆糖の原材料である「竹糖」は、沖縄で栽培されている一般的なサトウキビより細く、背丈も2m程と小さい在来種。吉野、土成などの阿讃山脈南側は水はけがよく、サトウキビの栽培に適した土地で、江戸時代に種がもたらされて以降、その栽培と製糖業は一大産業となり栄えました。後に輸入のグラニュー糖に押されて衰退したものの、この地には今も本物の技と味を守る製糖所がその伝統を受け継いでいます。



○栽培から製糖まで

その一つである吉野の服部製糖所は、原材料である「竹糖」の自家栽培から、収穫、しぼり、製糖までを一貫して行っている製造元。春の植え付け、夏の草取りと、手間暇かけて育てられた竹糖は、11月に丁寧に収穫され、12月の仕込みで、搾り、煮詰め、蜜抜き、乾燥の過程を経て、美しい砂糖に仕上げられます。服部製糖所では、江戸時代からの歴史をもつ趣き深い木型を使って干菓子づくりの体験もでき、和の伝統を知る、楽しくおいしい体験型観光メニューとして人気を呼んでいます。

【問い合わせ先】

服部製糖所

Tel 0883

(0996) 52710

おもいやりの心

2月14日(日)

9時30分より

第10回

市場文化会館まつり

市場文化会館

(阿波市市場町大野島天神110の1)

Tel 0883 (36) 5762

プログラム

- 9:30 受付
- 9:45 開会行事
- 10:00 ぱあわーあっぷ手話コーラス
- 10:20 マジックショー (笠井光顕さん)
- 11:00 バラエティーショー (青い鳥のみなさん)
- 12:00 昼食・お楽しみ会
- 12:30 カラオケ発表
- 14:40 閉会



生け花、硬筆書道講座作品、八幡小学校児童の人権ポスターの展示もあります。軽食を準備しています。ぜひご参加ください。

「お金」のこと、もっと知ってみませんか?

女性のための マネーセミナー 開催

「お金の知識を学んで素敵な女性に♪」

お金の使い方や増やし方を学びながら、お金の悩みが解決できて、自分らしく輝いた人生を送れるように「お金美人塾」を開催します。

と き 2月20日
午前10時～11時30分
交流防災拠点施設アエルワ 2階 研修室
お金美人塾 近藤あけみ 無料
住所・氏名・年齢・電話番号を左記へご連絡ください。

【申込・問い合わせ先】
Tel 090 (100) 518465
Fax 0883 (635) 01622
E-mail okanebjin@gmail.com

「お金の知識を学んで素敵な女性に♪」

お金の使い方や増やし方を学びながら、お金の悩みが解決できて、自分らしく輝いた人生を送れるように「お金美人塾」を開催します。

小さなリフォームから新築まで
どうぞお気軽にご相談下さい。

NAKANO ARCHITECTURE CO.,LTD.

tel **0883 35 3718**

<http://nakano-arc.com>



有限会社 中野建築
阿波市阿波町十善地158番地

元祖手塗り 職人直営

創業昭和45年 親子二代の 外壁塗装専門店

その他、屋根塗装・屋上ベランダ防水・コーキング打ち替えなど…

株式会社 森定塗装店

冬のキャンペーン実施中!!

外壁塗装をお考え(ご契約)の方

今だけ限定

足場代金 半額

お電話の際に広報阿波2月号を見たとお知らせください
お気軽にお電話ください キャンペーン期間/2016年2月未まで

10年に1度の大切な住まいの塗替え。最も身近な専門家として
最適なお提案をさせていただきます。 森定塗装店 職人一同

資料請求・お見積もりは
無料です。今すぐ
「広報阿波を見たの」とお電話を。



0120-36-2695

【受付時間】AM8:00~PM7:00 365日受付中

もっと知りたい方は
HPも見てね

Click!

創業本店: 阿波市市場町伊月字池田5-1

TEL: 088-679-8409

森定塗装店

検索

藍住本店: 板野郡藍住町東中富字鐘場傍示86

FAX: 088-679-8412



二月編 ウグイスばあちゃんの知恵袋

寒い日は、熱々のグラタンが
おいしいなあ。

グラタンは、表面にこんがりど
焼き目がつくまでオーブンで
焼くのがおいしいけど、そもそも
焦げ目のないグラタンは、グラタン
とは呼べないのでよ。グラタンは、
焼きすぎて焦げてしまうた料理
を、もったいないと食べてみたら、
意外においしいかった、ちゅうちゅ
でできた料理やつて。

グラタンは、グラッチ(こそげ
落とす、掻き取る)からきた言葉
でな、鍋にこびりついた部分、
ちゅうちゅ意味やったんが、やがて
料理の表面に焦げ目をつけて
焼く料理をグラタンって呼ぶよう
になったんやつて。



広告を掲載しませんか?

「広報阿波」は毎月約14,000部が市内全域に配布されています。詳しくは秘書人事課 TEL.0883(35)7870まで
お問い合わせになるか、阿波市ホームページをご覧ください。

吉野リバーホールの
行うお葬式には
安心の理由があります
それは何でも相談できる
アットホームな
雰囲気スタッフが
居るからです!!

聞いて安心、見て納得「お葬式事前相談会&見学会」無料!

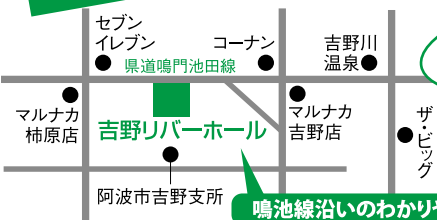
2月9日(火)・27日(土)

AM9:00~12:00の間、いつでもお越しください。

★見学にお越しいただいた方ティッシュ1Pプレゼント!



いつでも
声かけてくださいな



鳴池線沿いのわかりやすい場所です!



葬儀会館 吉野りバーホール

阿波市吉野町西条字築地119-13

TEL.088-696-3200

寝台車/見積もり

24時間365日いつでも対応!!

無病息災を祈る節分の縁起物
平成28年2月3日(水)



恵方巻

- 恵方巻 1本432円〔税込〕
- 洋風牛肉巻 1本540円〔税込〕
- 海鮮巻 1本648円〔税込〕

合計10本以上で無料配達!
無料配達地域：阿波市、吉野川市、上板町

ハートプラザ
住友
088-695-3224

うちの一番の子



土成町 プリンちゃん



阿波町 みみちゃん



No.101
阿波市のウグリスさん

それは言わないで……の巻

広報クイズ

答えはなに?今月号をよ〜くご覧ください。

- ①子どもの医療費助成が〇学校卒業まで拡大 〇はなに?
- ②所得税確定申告と市県民税申告の相談会は何月何日まで?

応募方法
はがきにクイズの答えとあなたの住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、また**広報へのご意見、ご感想**などをお書きいただき、お送りください。抽選で5人の方に**図書カード**が当たります。

応募先 〒771-1695 徳島県阿波市市場町切幡字古田201番地1 阿波市役所 広報クイズ係

締め切り 2月22日(月)必着

※応募は、1人につき1通に限ります。
※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。
多数の方のご参加、お待ちしております!



市場町 ターちゃん

後期高齢者医療保険料	介護保険料	国民健康保険税	今月の納税・保険料	
	第7期	第6期		第5期
	2月29日(月)			納期限

阿波市のうごき

■平成27年12月末現在人口 (住民基本台帳によるもの)
男：18,704人 (-29)
女：20,519人 (-41)
計：39,223人 (-70)

■世帯：15,150戸 (0)

平均年齢 49.6歳 () 内は前月比

■転入等：68人 ■出生：13人
■転出等：99人 ■死亡：52人



平成27年4月オープン

「このままの生活では先々が不安」「離れて暮らす家族が心配」「施設への受け入れを断られた」など、医療、介護でお悩みの方は、まずはご相談下さい。

●お問い合わせ
医療法人 いちえ会

サービス付き高齢者向け住宅 久千田

〒771-1701 徳島県阿波市阿波町大原107番地1 TEL.0683-35-2156

COCO塾ジュニアで英語の先生募集中!

COCO塾のフランチャイズシステムを利用して、ご自宅で子どもたちに英語を教えるホームインストラクターになりませんか?

説明会随時開催

日程等、お気軽に下記へお問い合わせを

COCO塾 インフォメーションセンター徳島 〒770-0841 徳島市八百屋町3-26大同生命徳島ビル7F
Tel.088-654-0898 請求 NO.C041 営業時間 月～土 10:00～18:00 ※定休日/日曜