

さわやかに歴史と未来の出逢うまち

広報



かみこおり

Kamigori



12
Dec.
2015年
月号
No553



ダイナミックな
チェーンソーアートを体験!!

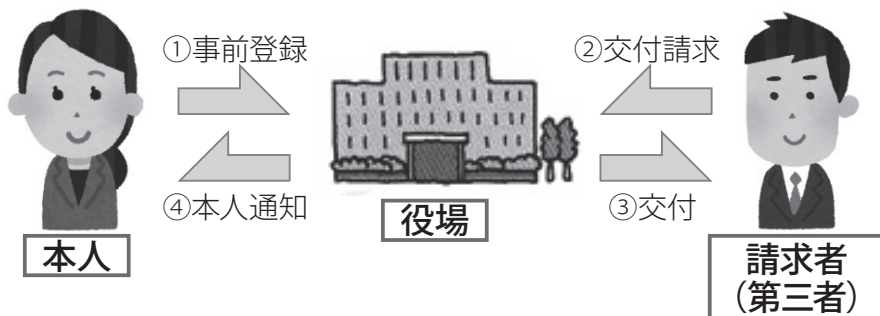
「本人通知制度」が始まります！

■「本人通知制度」とは

本人通知制度は、市町村が戸籍の謄抄本や住民票の写しなどを、本人以外の第三者に交付した場合に、そのことを本人に通知する制度です。

ただし、この通知を受け取るためには、事前に市町村の窓口での登録が必要です。

(例) 本人通知制度に事前登録した場合



住民票の写しなどが第三者に交付された場合、本人に通知が届き、その事実を知ることができます。

本人通知制度に登録していない場合



住民票の写しなどが第三者に交付されても、本人はそのことを知る機会がありません。

■事前登録ができる方

①本町の住民票または戸籍の附票に記録されている方
(住民票または戸籍の附票から除かれた人を含む)

②本町が作成した戸籍に記載されている方
(戸籍から除かれた人を含む)

※死亡した人および失踪宣告を受けた人は、登録できません。

※詳しくは、住民課までお問い合わせください。

■開始時期 平成28年1月4日(月)～

■登録方法

上郡町本人通知制度事前登録申出書(住民課窓口を設置または町ホームページに掲載)に記入し、住民課 住民係に提出してください。

※提出の際に、運転免許証などの本人確認書類が必要です。

問申 住民課 住民係 ☎52-1115

臨時福祉給付金の申請はお済みですか？

■臨時福祉給付金の申請

平成28年2月3日(水)まで

申請がまだお済みでない方は、早めに手続きをしてください。

※期限が過ぎると、受付ができませんので、ご注意ください。

※受給対象となる可能性がある方へ既に申請書を送付していますが、不在や転居などで申請書が届いていない方は、下記までご連絡ください。

■受付場所 健康福祉課

■受付時間 8時30分～17時15分(土・日・祝を除く)



問申 健康福祉課 地域福祉・子育て支援係 ☎52-1114

マイナンバー制度 通知カードの受領はお済みですか？

■通知カードが配達されない時、 保管期間を過ぎてしまった時は？

郵便局の保管期間を経過した場合や、郵便物の転送手続き中、配達先不明の場合に配送されなかった通知カードは、上郡町役場に戻されます。上郡町役場で保管中の通知カードは、住民課窓口で本人確認をした後、交付されま
す。詳しくは、住民課へお問い合わせください。

■マイナンバー制度に便乗した詐欺に、ご注意ください！

- マイナンバーの通知や利用手続きなどで、国や自治体の職員が家族構成や資産、年金・保険の状況などを聞くことは、ありません。
- 不審な電話はすぐに切り、来訪の申し出があっても断ってください。不審なメールは無視しましょう。
- 万が一、金銭を要求されても決して支払わないようにしましょう。
- 少しでも不安を感じたら、すぐに消費生活センターなどに相談してください。(消費者ホットライン ☎188)

「通知カード」「個人番号カード」や、その他マイナンバー制度全般のお問い合わせ先

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178 (無料)

平日の受付時間：9時30分～22時(年末年始を除く)

土・日・祝の受付時間：9時30分～17時30分(年末年始を除く)

※上記の番号が利用できない場合は、下記まで電話してください。(通話料金は有料です。)

マイナンバーに関すること ☎050-3816-9405

通知カード・個人番号カードに関すること ☎050-3818-1250



町長コラム ⑪ 「ひょうご森のまつり・ 白旗城まつりを終えて」



豊かな里山林に囲まれた山野里の「上郡森林体験の森」周辺で11月8日、「つなごう次代へ豊かな自然～みんなで守ろう水と森～」をテーマに『ひょうご森のまつり 2015』が行われました。井戸知事も式典にご出席いただいたこのまつりは、兵庫県、兵庫県緑化推進協会、そして当町が主催となり、当町合併60周年記念と商工会まつりを兼ねた今までにないイベントでした。町内外から約3,500名の来場者で会場は大いににぎわいました。今回まつりを盛大に開催できたのも、ひとえに自治会役員や商工会の皆さん、住民団体、上郡高等学校の教諭・生徒約200名、兵庫県や多くの関係者の皆さんのご協力のおかげによるものと、心よりお礼を申し上げます。

また、同月23日には、紅葉の山々に囲まれた赤松の郷で第22回白旗城まつりが、盛大に開催されました。あいさつでも話させていただきましたが、このまつりが赤松地区の伝統行事として受け継がれ、参加する子どもたちの誇りや、当町に住み続けていただく、または将来戻ってくる郷土愛につながることに期待したいと思います。今年は、当町の白旗城赤松隊をはじめ、宍粟市から本物の甲冑姿で山崎藩本多一万石の武将役や、吉村備前市長とともに備前浦上隊、姫路の夢前置塩城赤松隊など約130名の鎧武者たちによる武者行列が行われ、4,000名を超える来場者が訪れる盛大なまつりとなりました。

今回ご参加いただいた、各地で鎧・兜を手作りしている団体による口上もすばらしく、各団体とのつながりは、赤松手作り鎧・兜の会の日ごろの熱心な活動の賜物だと感じました。同会の上林会長があいさつされた「上郡町民一家に一領マイ甲冑」を合言葉に、赤松地区だけにとどまらず、今後、町全域をより一層巻き込んだイベント、歴史を作っていただきたいと思っています。

上郡町長 遠山 寛

用語説明

議会費…議会運営のために使うお金

民生費…社会福祉や生活扶助などに使うお金

農林水産業費…農林業の振興をはかるための支援や生産基盤整備などに使うお金

土木費…道路や公園、町営住宅などの建設や管理などに使うお金

教育費…幼稚園、小・中学校にかかる経費や文化・スポーツの充実などに使うお金

公債費…町の借入金の返済（元金・利子）に使うお金

基金…町が積み立てていて、条例で定められた目的にのみ使うことができるお金

総務費…役場の管理運営などに使うお金

衛生費…ごみの収集や保健衛生、し尿処理などに使うお金

商工費…商業や工業、観光の振興などに使うお金

消防費…消火や救急活動、防災対策などに使うお金

災害復旧費…被災前の原形に施設を復旧するために使うお金

諸支出金…町が積立金などに使うお金

一時借入金…町が一時的に借りていて、必ずその年度内に返済する必要があるお金

町債…建設事業などで多額のお金が必要な場合に、町が国や銀行から借りたお金

●予算の執行状況

会計名	予算現在額 (A)	収入済額 (B)	収入率 (B/A)	執行済額 (C)	執行率 (C/A)
一般会計	72億3,354万円	34億1,429万円	47.2%	25億7,639万円	35.6%
特別会計					
国民健康保険事業（事業勘定）	22億2,070万円	8億3,243万円	37.5%	11億9,153万円	53.7%
後期高齢者医療事業	2億3,505万円	7,808万円	33.2%	7,518万円	32.0%
介護保険事業	17億5,275万円	6億8,221万円	38.9%	7億2,194万円	41.2%
簡易水道事業	3,616万円	1,647万円	45.5%	1,160万円	32.1%
農業集落排水事業	3億5,646万円	1,998万円	5.6%	1億6,547万円	46.4%
公共下水道事業	10億3,117万円	7,361万円	7.1%	3億6,025万円	34.9%
公営墓園事業	1,717万円	125万円	7.3%	818万円	47.6%
ケーブルテレビ管理運営事業	8,946万円	3,677万円	41.1%	757万円	8.5%

	歳入予算現在額	収入済額	歳出予算現在額	執行済額
水道事業（収益的収入および支出）	4億8,009万円	1億7,311万円	4億8,009万円	7,927万円
水道事業（資本的収入および支出）	2億7,403万円	0円	5億1,111万円	1億4,495万円

※水道事業（資本的収入および支出）で、資本的収入額が資本的支出額に対し不足する額は、損益勘定留保資金および消費税資本的収支調整額で補てんするものとします。

●財産に関する調べ

土地	1,173,804㎡	
建物	木造	非木造
学校、幼稚園	625㎡	21,437㎡
住宅	4,656㎡	11,402㎡
保育所	395㎡	377㎡
その他	1,642㎡	38,877㎡
計	7,318㎡	72,094㎡
その他		
大型乗用車	3台	
消防自動車	17台	
普通自動車	20台	
軽自動車	22台	
その他	7台	
計	69台	

*一般会計のみ

出資金、出捐金など	3億6,869万円
-----------	-----------

基金の状況

財政調整基金	4億5,734万円
智頭鉄道建設基金ほか	2億8,591万円

●公債状況

会計名	未償還元金
一般会計	95億4,964万円
簡易水道事業特別会計	0円
農業集落排水事業特別会計	27億5,459万円
公共下水道事業特別会計	75億3,397万円
墓地公園整備事業特別会計	6,249万円
水道事業会計	0円
計	199億69万円

一時借入金の現在高	0円
-----------	----

平成27年度上半期

上郡町の財政事情を報告します

問
企画政策課
財政管理室
財政係
☎52-1112



平成27年度上半期（4月～9月）の町の財政事情がまとまりましたので、概要をお知らせします。

平成27年度の当初予算は、一般会計では70億2,000万円となっています。そこに前年度からの繰り越しなどを加えた一般会計予算現在額は、72億3,354万円になります。

歳入では、34億1,429万円（47.2%）が収入済みで、歳出では、25億7,639万円（35.6%）が執行済みです。

そのほかの状況は、次のとおりです。
※各数値は表示単位未満で四捨五入しており、合計において一致しない場合があります。

一般会計

歳入

収入済額
34億1,429万円
(収入率47.2%)

予算額

(歳入・歳出ともに)
72億3,354万円

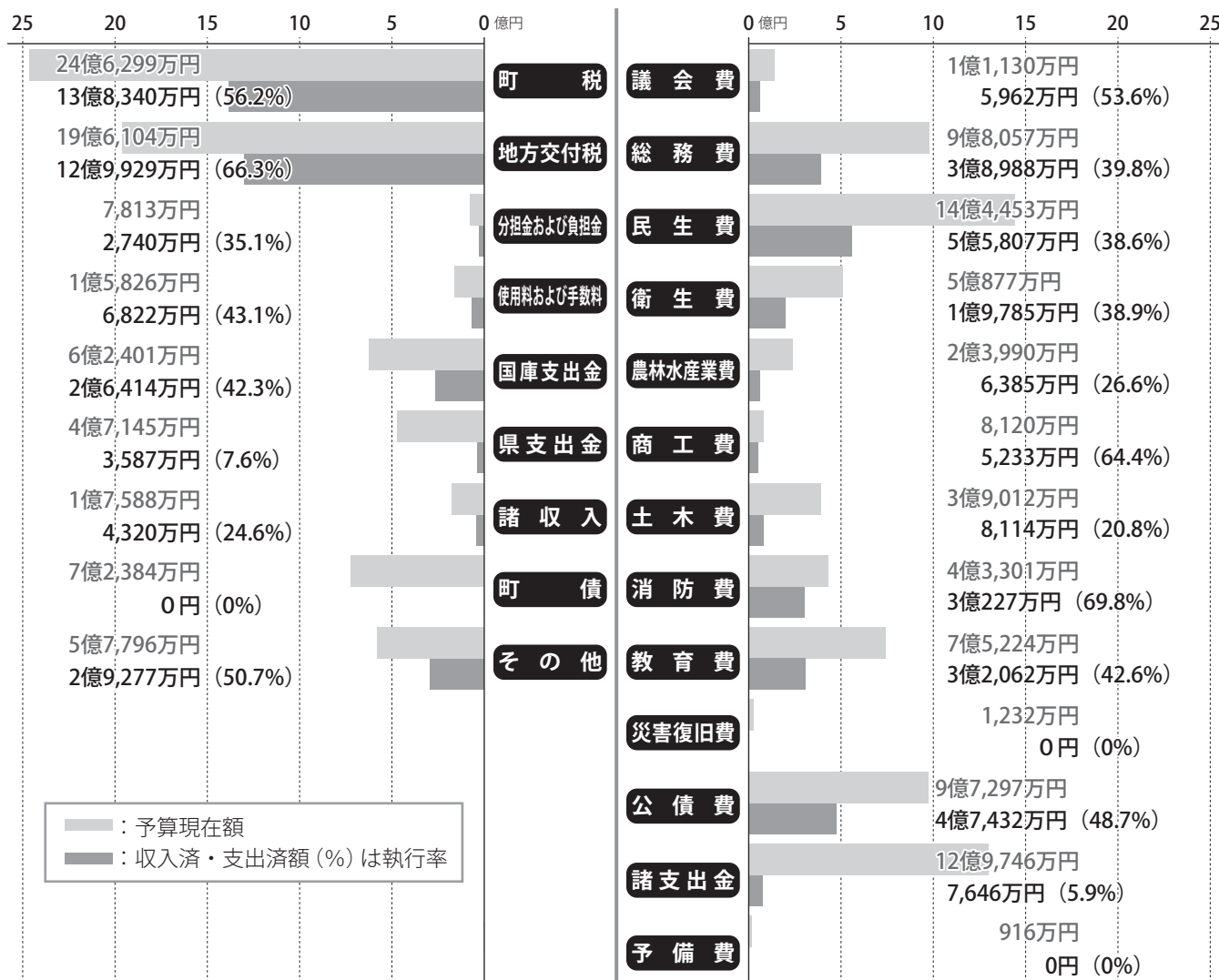
支出済額

25億7,639万円
(支出率35.6%)

歳出

町に入るお金

町が使うお金



※その他とは、地方譲与税、地方消費税交付金、繰入金、繰越金などです。
※各数値は表示単位未満で四捨五入しており、合計で一致しない場合があります。

「国保って複雑で難しい…」

そんな皆さんの悩みを Q&A 方式で解決！
国民健康保険(国保)について、
かんたんに説明します。



国保 かんたん ガイド

国保とは？

国民健康保険(国保)とは、病
気やケガに備えて加入者がお金を
出し合い、医療費などにあてる支
え合いの制度です。健康保険の一
つとして町が運営しています。

職場の健康保険など、他の健康
保険に加入していない人は、必ず
国保に加入しなければなりません。

① 加入を忘れると

届け出た月ではなく、加入する
資格を得た月までさかのぼって、
保険税を納めなければなりません。

また、届け出るまで、保険証が
ないため、医療費が全額負担にな
ります。

② 脱退するには手続きが必要です

国保をやめる時は、脱退の手続
きが必要です。必ず健康福祉課
国保介護支援室へ届け出てくださ
い。

届け出をしないと、国保税がい
つまでもかかっています。ま
た、うっかり国保の保険証を使い、
医療を受けると、後で国保が負担

した医療費を返さなければならま
せん。

Q 会社を辞めました。1 カ月後
に再就職するので、国保に入
らなくていいですか？

A 国保は強制加入の制度です。
他の健康保険に加入していな
ければ、例えわずかな期間でも、
国保に加入しなければなりません。

国保の税金

保険税は、皆さんの医療費など
にあてられる貴重な財源です。支
え合いの制度である国保の基礎と
なりますので、必ず納期内に納め
ましょう。

① 保険税の金額は？

保険税は世帯ごとに異なりま
す。加入者の人数や年齢、前年の
所得などに応じて計算します。

② 保険税は世帯主が納めます

保険税を納める義務は、世帯主
にあります。世帯主が国保に加入
していても、納税通知書など
は世帯主に送られます。

③ 保険税を滞納すると

保険税を滞納すると保険証が発
行されません。保険証がないと、
病院で一旦、全額を自己負担しな
いといけません。

災害や失業などで保険税の納付
が難しい場合は、申請することで
分割納付などが認められる場合が
ありますので、ご相談ください。

Q 今年、退職して収入がないの
に保険税が高いように思いま
す。

A 保険税は前年度の所得が基準
になり、働いていた時の所得
で計算しているからです。

Q 町外から転入してきたので
すが、転入前の市町と税額は違
うのですか？

A 国保は市町村ごとの運営です
なので、保険税の税率なども市
町村ごとに異なります。

Q 私は79歳で、後期高齢者医療
の保険料を払っています。先
日、私の名前で国保の請求書が届
きましたが、2重払いではないで
すか？

A あなたが世帯主で、ご家族に
国保の加入者はいませんか？
国保税の納税義務者(請求先)は
世帯主になります。

国保で受けられるサービス

国保に加入すると、様々なサービスを受けることができます。ここでは、その代表的なものを紹介します。

① 病院窓口での負担軽減

保険証を提示するだけで、医療費の支払いが次の割合になります。

- 小学校に入学するまで【2割】
- 小学校入学後～70歳未満【3割】
- 70歳以上～75歳未満【2割（昭和19年4月1日以前生まれの方は1割）または3割】

Q 子どもや高齢者の負担はもっと安くなると聞いたのですが…

A 国保の制度では①の負担割合になりますが、別の制度（福祉医療費助成制度など）で、窓口負担が抑えられる場合があります。

② 1カ月の医療費が高額な場合

同じ月内に支払った医療費が、1カ月の限度額を超えた時、健康福祉課 国保介護支援室に申請すれば、超えた分が高額療養費として支給されます。該当する方には、申請書を送付します。

Q 対象外の費用はありますか？

A 入院時の個室代や食事代、診断書など保険適用外の費用は対象になりません。

Q 去年の医療費が10万円を超えました。払い戻されますか？

A 高額療養費は、1カ月ごとの計算になります。『1年間で10万円以上』というのは、所得税や住民税の「医療費控除」の場合です。詳しくは税務課にお問い合わせください。

③ 窓口負担する金額の軽減（限度額適用認定証）

本来は、高額療養費として後からお返しする金額を、病院の窓口で前もって差し引くことで、窓口負担額が自己負担限度額までに抑えられます。

入院時、または高額な医療を受ける前に、健康福祉課 国保介護支援室に申請し、認定証の交付を受けてください。
※保険税を滞納している世帯は、利用できません。

④ 介護保険と国保の両方を使うと

介護保険と国保の1年間の自己

負担が高額になり、年間の限度額を超えた時、申請すれば超えた分が高額介護介算療養費として支給されます。該当する方には、申請書を送付します。

⑤ 全額負担しても後で払い戻し

次のような場合、費用全額を自己負担しても、健康福祉課 国保介護支援室に申請して認められれば、後で払い戻されます。

- コルセットなどの補装具代（※）
 - ハリ・灸などの施術（※）
 - 保険証を持たずに受診した時
 - 海外で診療を受けた時 など
- （※は医師が認めた場合のみ）

⑥ 特定の病気は医療費を減額

厚生労働大臣が指定する次の特定疾病患者は、健康福祉課 国保介護支援室に申請すれば、1カ月の自己負担額が、1医療機関1万円または2万円になります。

- 人口透析（人工腎臓） 実施の慢性腎不全
- 血友病
- 抗ウイルス剤を投与している後天性免疫不全症候群

（次のページに続く）

■ 届け出が必要な時

国保に加入する時	届け出に必要なもの
他の市区町村から転入してきた時 (前住所地で国保に入っていた方)	本人の身分証明書、印鑑
職場の健康保険をやめた時	職場の健康保険をやめた証明書、年金証書（年金受給者）、印鑑
職場の健康保険の被扶養者からはずれた時	被扶養者からはずれた証明書、年金証書（年金受給者）、印鑑
国保に加入する子どもが生まれた時	届出者の身分証明書、印鑑
国保をやめる時	届け出に必要なもの
他の市区町村に転出する時	国保の保険証、印鑑
職場の健康保険に入った時	国保の保険証、職場の健康保険の保険証、印鑑
職場の健康保険の被扶養者になった時	
国保の被保険者が死亡した時	国保の保険証、会葬御礼はがきなど喪主が確認できるもの、喪主の通帳、印鑑（喪主と届出人）

こんな時は届出を！



7 葬儀・出産の費用を支給

国保の加入者が亡くなった時、葬祭費5万円が喪主に支給されます。

国保の加入者が出産した時、出産育児一時金42万円（または40万4千円）が、世帯主に支給されます。

妊娠12週（85日）以降であれば、死産・流産でも支給されます。

Q 出産費用を用意できません。一時金を先にもらえませんか？

A 出産育児一時金は、原則として国保から病院へ直接支払いますので、出産費用の全額を用意する必要はありません。

※例外的に直接支払いが利用できない病院もあります。その場合は、健康福祉課国保介護支援室まで、ご相談ください。

8 国保サービスが受けられないもの

- 健康診断・人間ドック
- 予防注射
- 妊婦健診
- 美容整形の歯列矯正
- 仕事上の病気やケガ（労災保険の対象）
など

9 国保のサービスの制限

次の場合は、国保のサービスが

制限されることがあります。

●故意の犯罪行為や事故

●けんかや泥酔による病気やケガ

●医師・国保の指示に従わない時

10 交通事故に遭ったら

交通事故など、第三者から傷害を受けた時の医療費は、原則として加害者が全額負担します。

国保で病院にかかる場合は、必ず健康福祉課国保介護支援室に届け出てください。

加害者から治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると、国保が使えなくなります。示談の前に、必ず健康福祉課国保介護支援室に相談しましょう。

退職者医療制度

国保には「一般」と「退職者医療」の2種類の保険証があります。会社などを退職して国保に加入した人のうち、一定の条件を満たす人は「退職者医療」の保険証になります。

1 退職者医療制度の対象者

次の条件のすべてにあてはまる人とその扶養家族

●65歳未満の方

●厚生年金や共済組合などの年金を受け取ることができる方

●その年金の加入期間が20年以上、または40歳以降に10年以上ある方

●平成27年3月31日までに国保に加入した方

Q 退職者医療制度の対象になると、何が変わるのですか？

A 国保の保険証に「退」のマークが記載されますが、保険税の金額や病院の窓口負担などに、変更はありません。

Q なぜ、一般の国保と分ける必要があるのですか？

A 会社の健康保険の加入者は、若く元気なうちに加入するため、医療をあまり必要としません。一方、国保の加入者の多くは、会社を退職した中高年のため、医療の必要性が高くなり、国保の支出も大きくなります。

そのため、長年働いた後に国保に加入した人の医療は、会社の保険で費用を負担してもらい、健康保険同士の医療費負担の差を少なくするのが狙いです。

医療費を大切に！



医療費が増えると、医療について様々な面で見直しが行われ、本当に医療を必要とする人が安心して病院に行けなくなります。

また、国保の医療費の大部分は、皆さんからの保険税でまかなわれているため、医療費が増えると保険税の値上げにもつながります。

正しい医療の受け方をもう一度確認してみましょう。

チェック!!

- 緊急でない場合の休日・夜間の受診は控えましょう。
- 休日・夜間の子どもの急病は、小児救急電話相談（#8000）を利用しましょう。
- 同じ病気で複数の医療機関にかかるのはやめましょう。
- 薬が余っている時は、医師や薬剤師に相談しましょう。
- ジェネリック医薬品を利用しましょう。
- お薬手帳を利用しましょう。

健康福祉課 国保介護支援室
国保年金係

☎52・1152

※国保税に関すること

税務課町民税係

☎52・1113

高額医療・高額介護合算療養費制度のお知らせ

高額医療・高額介護合算療養費制度は、医療保険と介護保険の両サービスの利用金額（高額療養費と高額介護サービス費を差し引いた額）を合算した一年間の自己負担額が、年間限度額を超えた場合、その超過分が支給される制度です。

申請すると、医療保険から「高額介護合算療養費」が、介護保険から「高額医療合算介護サービス費」が、それぞれ支給されます。

■合算の範囲

平成27年7月31日時点で加入している医療保険の世帯単位で、毎年8月から1年間に医療と介護の両方を負担した場合に合算します。（入院・入所の際の食事代や差額ベッド代などは、対象になりません。）

また、高額療養費、高額介護サービス費として支給された金額は合算されません。

医療か介護、一方の負担がない場合は該当しません。

■平成27年7月31日時点で加入する医療保険によって、申請窓口、方法が違います。

上郡町国民健康保険、後期高齢者医療制度の場合
支給の対象となる方に、申請の案内を送付します。

その他の医療保険の場合

申請先は、加入する医療保険者になります。申請には介護保険のサービスをいくら負担したかという「自己負担額証明書」が必要です。

【合算した時の1年間の自己負担限度額】

所得要件	被用者保険 または 国民健康保険 + 介護保険 (70歳未満の方が いる世帯)	所得要件	後期高齢者医療保険 + 介護保険	被用者保険 または 国民健康保険 + 介護保険 (70～74歳の方が いる世帯)
旧ただし書所得 901万円超	176万円	現役並み所得者 (上位所得者)		67万円
旧ただし書所得 600万円超 901万円以下	135万円	一般		56万円
旧ただし書所得 210万円超 600万円以下	67万円	低所得者Ⅱ		31万円
旧ただし書所得 210万円以下	63万円	低所得者Ⅰ		19万円
住民税 非課税世帯	34万円			

※旧ただし書所得とは、総所得金額などから基礎控除額33万円を差し引いた額です。

問健康福祉課 国保介護支援室 国保年金係 ☎52-1152

お買物GOGO券の有効期限は、
12月31日(木)までです!!

期日をすぎると、**無効**となりますので、お手元に未使用分が無いが、再度ご確認ください。

GOGO券販売時に配布している「利用実態に関するアンケート」に、ご協力をよろしくお願ひします。

お答えいただいた方の中から、抽選で素敵なプレゼントを進呈します。

※返信用封筒やアンケート用紙が無い場合は、商工会窓口でお渡しします。

問上郡町商工会 ☎52-3710

年末年始 休館のお知らせ

- 生涯学習支援センター
- 図書館
- スポーツセンター
- 郷土資料館
- 観光案内所

12月28日(月)～1月4日(月)の間、休館します。

ご利用の際にはご注意ください。

※スポーツセンター事務所への連絡は、12月28日(月)と1月4日(月)の8時30分～17時15分までは可能です。

償却資産（固定資産税）の申告受付を開始します

平成28年度の償却資産申告を受け付けています。対象となる方は、申告してください。土地・家屋（お持ちの方）と合算し、固定資産税として納税していただきます。

■償却資産とは

償却資産は、事業（製造業・サービス業・建設業・農業など）に使用する建築物・機械・運搬具・工具器具備品などのことです。

■対象となる資産

平成28年1月1日現在で、事業のために使用することができる資産

※次のような資産も含まれます。

- ①減価償却が終了していても事業に使用している資産
- ②帳簿に記載されていない資産
- ③遊休未稼働資産
- ④福利厚生のために使用するもの
- ⑤資産の価値を高めるまたは耐久性を増した場合の資本的支出
- ⑥借用資産であっても契約内容が割賦販売と同様のもの

■事業用の附帯設備

家屋の所有者以外の方（テナントなど）が、その事業のために取り付けた附帯設備（電気設備、給排水設備など）は、家屋と一体でも償却資産とみなされます。この場合、附帯設備を取り付けた方が申告する必要があります。

■申告が必要な方

平成28年1月1日現在、償却資産を所有している個人または法人に、申告が義務づけられています。

■申告書提出期限

2月1日（月）

※期限が近づくと窓口が混雑します。なるべく早く提出してください。

■提出先

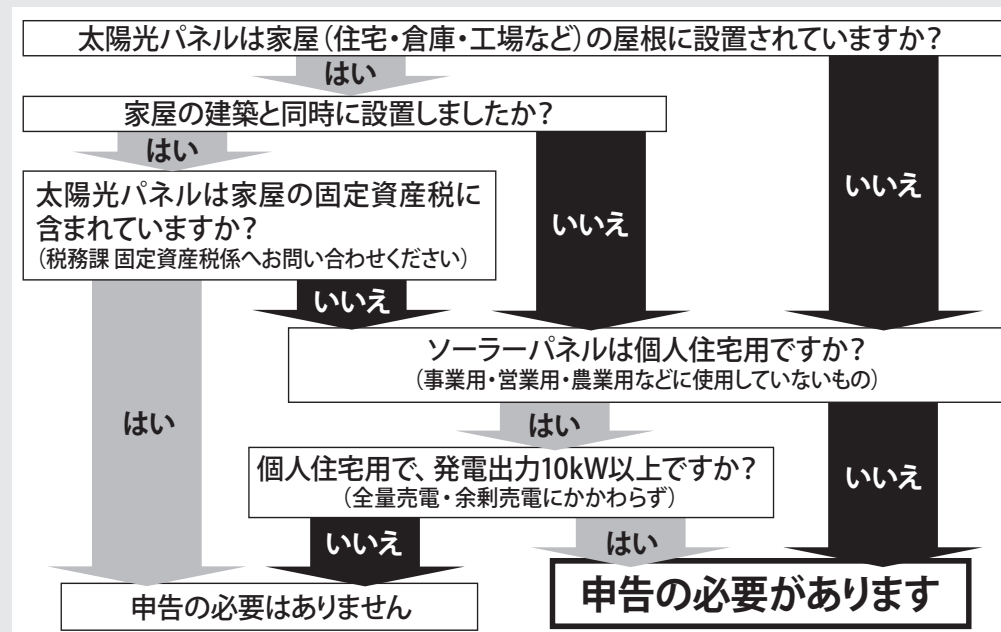
税務課 固定資産税係

※インターネットを利用した電子申告システム eTAX（エルタックス）でも受付できます。ウェブ検索ページで「エルタックス」と検索してください。

太陽光発電設備の申告もお忘れなく！！

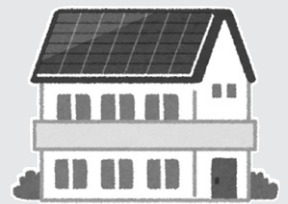
建物の屋根や遊休地などに、売電用・事業用・農業用の太陽光パネルを設置した場合、償却資産の申告が必要になる場合があります。

■申告が必要か次のフローチャートで確認してみましょう



※「申告の必要があります」に該当した場合は、2月1日（月）までに税務課に「償却資産申告書」を提出してください。

※このフローチャートは、固定資産税（償却資産）の申告のものです。これ以外に、所得税の申告が必要な場合がありますので、詳しくは相生税務署にお問い合わせください。



■課税標準の特例

再生可能エネルギー発電設備は、固定資産税で課税標準の特例が適用される場合があります。

申告する際は、次の書類を添付してください。

- ① 経済産業省が発行する「10kW以上の太陽光発電設備に係る設備認定通知書」の写し
- ② 電気事業者が発行する「特定契約書」の写し

「上郡町空き家等の適正管理及び活用促進に関する条例」へのパブリック・コメントを募集します

■条例名

上郡町空き家等の適正管理及び活用促進に関する条例

■内容

町内で近年増加している空き家などは、防災や防犯、衛生、環境など、町民の生活環境に深刻な影響を及ぼすことが考えられます。そのため、空き家などを適正管理および活用促進することで、町民の生命・身体・財産、生活環境を保護・保全し、魅力あるまちづくりの推進に寄与することを目的に制定する条例です。

■閲覧資料

上郡町空き家等の適正管理及び活用促進に関する条例（案）、同条例（案）の概要

■資料の閲覧方法

町ホームページ、企画政策課窓口、生涯学習支援センター、各地区公民館で閲覧できます。（閲覧場所に意見記入用紙も置いています。町ホームページからもダウンロードできます。）

■受付期間 12月21日（月）～1月20日（水）

■閲覧時間

役場：8時30分～17時15分（土日祝、年末年始を除く）
生涯学習支援センター・各地区公民館：開館時間中

■意見の提出方法

所定の用紙に必要事項を記入し、持参・郵送（受付期限日の消印有効）・FAX・メールのいずれかにより、企画政策課へ提出してください。

■その他

- ・必ず氏名、住所、連絡先を記載してください。
- ・電話での意見の受付や、意見に対する個別の回答は行いません。
- ・お寄せいただいた意見を公表する際は、氏名などの個人情報 は公表しません。

☎企画政策課 地域創生担当 ☎52-1112 FAX:52-5172 Eメール：kikaku@town.kamigori.lg.jp

年末年始は火の用心

12月29日（火）～31日（木）の3日間、町民の安全・安心を守るため、消防団が年末における夜警巡視を行います。

29日には、町長や消防団長なども巡視に回ります。



皆さんの安全・安心を守ります

平成28年度 消防出初式のお知らせ

■日時 4月3日（日）

■場所 スポーツセンター

■内容 式典、一斉カラー放水

※例年1月に開催していた消防出初式は、今回から4月開催に変更します。

☎住民課 消防防災係 ☎52-1115

◆年末年始の犯罪と事故防止◆ ～安全で安心な年末年始を！～

この時期は、外出する機会が多くなり、思いもよらない事件や事故に遭遇するおそれがあるため、いつも以上に注意が必要です。安全で安心な年末年始を過ごすために、次のことに気を付けましょう。

外出前には

- 短時間の外出でも、確実に戸締りをしましょう。
- 外出する際は、近所の方に一声かけるなど、地域ぐるみで防犯を心掛けましょう。
- 火の元の確認を行きましょう。

初詣などに出かけるときは

- 警察官や警備員の指示に従いましょう。
- 時間に余裕を持って出かけましょう。
- 幼い子どもやお年寄りとお出かける際は、混雑する時間帯や場所を避けましょう。

相生警察署
からの
お知らせ
☎22-0110

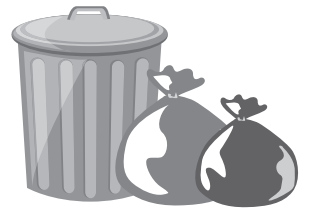


兵庫県警シンボル
マスコット
こうへいくん

1月～10月末までの町内交通事故発生状況

交番（駐在）別	人身事故	死者	傷者	物損事故
上郡橋	7	0	8	45
上郡駅前	15	1	16	99
中野	6	0	6	47
梨ヶ原	1	0	1	30
八保	2	0	2	12
赤松	3	0	3	19
野桑	2	0	3	17
播磨科学公園都市	1	0	2	18
合計	37	1	41	287

年末年始のごみ収集と持ち込み



年末年始のごみ収集と持ち込みは、以下の日程のとおりです。
 ごみの持ち込みで、資源ごみの一部と埋立ごみ以外は、にしはりま
 クリーンセンターに持ち込んでください。

※にしはりまクリーンセンターへ持ち込む際は、前日までに電話で予約をしてください。

(にしはりまクリーンセンター 予約電話番号☎0790-79-8550)

		収 集	にしはりま クリーンセンター	クリーンセンター (竹万) ☎ 52-0096	最終処分場 (栗原) ☎ 55-1551
			燃えるごみ・不燃ごみ・ 粗大ごみ・資源ごみ	新聞・雑誌・紙箱・ 段ボール・牛乳パック・布類	埋立ごみ
12月	26日(土)	休み	持ち込み可	休み	休み
	27日(日)		休み		
	28日(月)	【燃えるごみ】 上郡・鞍居・高田	持ち込み可	持ち込み可	持ち込み可
		【特殊ごみ(電池、蛍光灯)】 山野里・赤松・船坂			
	29日(火)	【燃えるごみ】 山野里・赤松・船坂	持ち込み可	休み	休み
		【特殊ごみ(電池、蛍光灯)】 上郡・鞍居・高田			
30日(水)	休み	持ち込み可			
31日(木)		休み			
1日(金)		休み			
1月	2日(土)	休み	休み		
	3日(日)				
	4日(月)			【燃えるごみ】 上郡・鞍居・高田	
	5日(火)	【燃えるごみ】 山野里・赤松・船坂	持ち込み可	持ち込み可	持ち込み可

☎住民課 環境衛生係 ☎52-1115

苔縄橋の開通式と通行再開のお知らせ

河川改修で、平成25年度から通行止めとなっていた赤松地区に架かる「苔縄橋」の架け替え工事が完了しました。

新しくなった「苔縄橋」の開通式を、次の日程で行います。

■日時 12月23日(水・祝) 10時～

開通式終了後、一般開放し、通行止めを解除します。

皆さまには、ご迷惑をお掛けしましたが、新しくなった苔縄橋をご利用ください。

☎建設課 まちづくり係 ☎52-1117

上郡チャンネル(えんしんネット)が映らない時間があります

上郡チャンネル(えんしんネット)が、機械入れ替え作業のため、下記の日程のうち、映らない時間があります。



■日時 1月13日(水) 14時～15時

ご不便をおかけいたしますが、ご理解をお願いします。

詳しくは、下記までお問い合わせください。

☎総務課 広報情報係 ☎52-1111

予防接種はお済みですか？



各予防接種の対象者や接種期間は、次のとおりです。
接種がまだの方は、体調がよい時に、できるだけ早めに受けましょう。

予防接種	対象者	接種期間など
二種混合予防接種 (三種混合予防接種第2期)	平成15年4月2日～ 平成16年4月1日生まれの方 (小学6年生)	13歳の誕生日の前日まで無料で接種できますが、6年生の間に接種するようにしましょう。
麻しん風しん 混合予防接種	1期	1歳～2歳まで 1歳の誕生日がきたら接種しましょう。 ※2歳になると、全額自己負担です。
	2期	平成21年4月2日～ 平成22年4月1日生まれのお子さん 平成28年3月31日まで。 ※期間を過ぎると、全額自己負担です。
日本脳炎予防接種 (積極的に予防接種を受ける対象者)	第1期 (初回接種・追加接種)	3歳～4歳 3歳の誕生日が来たら、接種しましょう。 追加接種も忘れずに受けましょう。
	第2期	平成9年4月2日～ 平成10年4月1日生まれの方 (高校3年生相当) 母子健康手帳や学校で使用していた健康手帳を確認し、日本脳炎の接種が不足している場合は、接種を受けましょう。
	特例対象者	平成7年4月2日～ 平成19年4月1日生まれの方 希望すれば、20歳未満まで無料で接種できます。

■持ち物 予診票、母子健康手帳

※紛失や転入などで予診票を持っていない方は、医療機関または保健センターに置いています。

- 注意**
- ・インフルエンザ予防接種を受ける方(受けた方)は、接種間隔にご注意ください。
 - ・町外で予防接種を受けたい場合は事前手続きが必要です。
必ず接種前に保健センターに連絡してください。

問保健センター ☎52-2188

ワクチン接種による副作用被害救済制度の請求期限

平成25年3月31日までに、下記のワクチン接種を受けた後に、何らかの症状が生じて、医療機関を受診した方は、接種との関連性が認定されると、医療費や医療手当が支給される場合があります。

■対象ワクチン

ヒトパピローマウイルスワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン

認定を受けるためには、(独)医薬品医療機器総合機構に請求する必要があります。支給対象となるのは、請求した日から遡って5年以内に受けた医療に限られています。心当たりのある方は、具体的な請求方法などの詳細を、下記まで至急お問い合わせください。

問 (独) 医薬品医療機器総合機構 救済制度相談窓口 ☎0120-149-931

※上記の番号が利用できない場合は、☎03-3506-9441までお問い合わせください。

〈受付時間〉月～金(祝日・年末年始は除く) 9時～17時

親を送る 井上理津子

過剰な二人 林 真理子・見城 徹

大放言 百田尚樹

晩鐘 佐藤愛子

つまを めとらば 青山文平

総理にされた男 中山七里

となりのセレブたち 篠田節子

Aではない君と 薬丸 岳

女神 安部龍太郎

うすら大名 畠中 恵

老後の資金がありません 垣谷美雨

山崎豊子先生の素顔 野上孝子

クックパッドの大人気パン クックパッド

Q & A 火山噴火 127の疑問 日本火山学会

月とこよみの本 林 完次

60代の生き方・働き方 阿部絢子

夕張再生市長 鈴木直道

池上 彰のニュース そつたつたのか!! 池上 彰

北京便り 中国の真の面影 孫 歌

アメリカの戦争責任 竹田恒泰

新着

図書案内

平成28年 成人のつどい 開催

- 日時
1月11日(月・祝)
10時30分～(受付10時～)
- 場所
生涯学習支援センター
- 対象者
平成7年4月2日～平成8年4月1日
生まれの町内在住または出身の方
- 内容
10時 受付開始
10時30分 アトラクション、式典など
12時 歓談
13時 終了



成人の皆さんのご参加を
お待ちしております。

問教育総務課 総務・文化財係 ☎52-2911

平成27年 議会報告会 開催

下記の日程で平成27年議会報告会を開催します。

皆さんのご参加を、
お待ちしております。

- 日時
12月20日(日)
13時30分～
- 場所
生涯学習支援センター
中ホール
- 内容
平成27年度上郡町一般会計予算についてなど、他4件の報告



問議会事務局 ☎52-3512

出張！ 女性のための働き方セミナー

～知っておきたいお金の知識～

働く女性がよく耳にする「103万円の壁」や「130万円の壁」という言葉。この壁を超えるとどうなるの？働き方によって、女性の保険や年金、税金はどう変わるのでしょうか？

自分にあった働き方を見つけるために、少人数のグループで、楽しく学びましょう！

- 日時 1月27日(水) 10時30分～12時
- 場所 生涯学習支援センター 研修室2
- 講師 西本 恭子さん
(特定社会保険労務士)

■託児 6カ月～就学前まで(要予約)

■申込方法

1月19日(火)までに、教育総務課まで電話またはメールで申し込みください。

問教育総務課 総務・文化財係
☎52-2911

Eメール: syakai@town.kamigori.lg.jp

第9回 ファインクラフト・イン高田 開催

絵画や手芸など地域の作品を集め、展示します。毎年新しい分野の作品と仲間を加え、今年で9回目の開催となります。皆さんのご来場を、お待ちしております。

- 日時
1月31日(日) ※雨天決行
9時～16時

■場所
高田台自治会館
高田にお住まいの方の作品を募集しています。回覧板、自治会館、公民館の応募要項をご確認ください。



問第9回ファインクラフト・イン高田
実行委員会(菊池) ☎52-3437

食育だより



毎日の食事から 認知症を予防！

問 保健センター
☎52-2188

厚生労働省の調べでは、2012年時点で65歳以上の認知症の人は、約462万人。さらに、2025年には、700万人が認知症になると推計されています。

■認知症とは？

いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりしたために、記憶力や知覚力、会話能力、判断力など、さまざまな障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態のことを指します。

■発症リスクを軽減する食材

①野菜・果物

身体の老化防止に有効なビタミンCやビタミンEなどの成分を多く含む野菜や果物は、次のとおりです。
・緑黄色野菜、じゃがいも、キャ

ベツ、アボカド、柑橘系の果物、バナナ、いちごなど。

②サバ・イワシ・サンマなどの青魚
血液を固まりにくくする成分を多く含んでいます。

③オリーブ油・エゴマ油・シソ油
などの植物油やナッツ類
動脈硬化を予防する成分を多く含んでいます。

■過度の飲酒は発症リスクを増加
アルコールを飲み過ぎると、

様々な生活習慣病の原因になるとともに、それ自体でアルコール性認知症の発症リスクを高めてしまいます。

■食べること、作ることを楽しみに

食事作りは、献立を考え、材料選び、調理、味付け、配膳と知らず知らずの内に体を動かし、脳を活性化させています。

おすすめ レシピ

(上郡町いずみ会 提供)



豆乳カルボナーラ

豆乳のコクとうま味で、塩分控えめでもおいしさがアップします。グリーンアスパラガスの代わりに旬の水菜、ブロッコリーを使用してもOKです。

材料 (4人分)

スパゲッティ 280g むきえび 100g
玉ねぎ 100g(1/2個) 白菜 140g(2枚)
グリーンアスパラガス 100g
豆乳(無調整) 400cc
オリーブオイル 小さじ2
塩 小さじ2/3 黒胡椒 少々

作り方

- ①玉ねぎは薄切りにする。白菜の芯は5cmの細切りに、葉はザク切りにする。グリーンアスパラガスは縦半分になり、5cmの斜め切りにする。
- ②スパゲッティは塩を入れず、1分程茹でる。
- ③フライパンにオリーブオイルをひき、玉ねぎを炒める。しんなりしたら白菜を加え、②の茹で汁50ccを加えて火を通す。水分がなくなったらグリーンアスパラガス、むきえび、豆乳の順に加える。
- ④③にスパゲッティを加え、豆乳が煮詰まったらとろみができたら、塩で味つけし、器に盛り付けて黒胡椒をふる。

■ BMI の算出方法

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重 (kg)}}{[\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}]}$$

←18.5 25→

低 体 重	標 準	肥 満
-------------	--------	--------

例 体重80kg、身長168cmの場合
 $80\text{kg} \div 1.68\text{m} \div 1.68\text{m} = \text{約}28$

BMIが25以上の人は、
要注意!

「家族に食べさせたい」、「仲間や友人にも」と広がりもでき、自分自身の気分転換だけでなく、人や社会とのつながりも生まれ、結果的に認知機能を維持する効果も期待できます。

■肥満を予防する食事と運動を
肥満の基準を定めた指標BMIが高い人は、認知症の原因となる高血圧や糖尿病などの生活習慣病の発症リスクが高くなります。毎日の栄養バランスのとれた食事と運動の習慣化で、肥満の予防をすることが重要です。

中学校で人権教室を開催

11月13日(金)、上郡中学校で人権教室が開かれました。町内で中学生を対象とした人権教室は今回が初めてで、人権擁護委員4人が1年生131人に人権教育を実施しました。人権について説明が行われた後、日常に起こりうるいじめや、東日本大震災の原発事故避難者に対する偏見などを題材にしたDVDを視聴し、生徒たちは理解を深めていました。

人権擁護委員は「この学習をきっかけに人権に対する意識を高めていただきたい。今後も人権教室を継続していきたい。」と話していました。



「悩みがあれば私たちに気軽に相談してほしい。」と話す寺尾孝幸委員

おめでどいづいづいいます

叙勲・各表彰を受けた 皆さんのご紹介

危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章 消防功労



福井 潔一さん
(播磨自然高原)

福井さんは、大阪府枚方寝屋川消防組合に、約36年間勤務。組合の中で様々な業務に携わり、最後は同組合の消防監を務められました。

瑞宝単光章 警察功労



森本 正徳さん
(與井新)

森本さんは、兵庫県警に38年間勤務。主に交通警察の業務に携わり、最後は龍野警察の警部補を務められました。

高齢者叙勲

瑞宝双光章



春尾 善彦さん
(高田台3丁目東)

春尾さんは、農林水産省統計事務所に39年間勤務。兵庫県や岐阜県、京都府などの7府県を回って、各地の農業などの振興基盤を作るため、統計業務に携わり、最後は九州農政局佐賀統計情報事務所の総務部長を務められました。



地方教育行政功労者表彰 (文部科学大臣表彰)

山本 善治朗さん(西野山)

この賞は、地方教育行政においてその功労が特に顕著な教育委員などに、その功に報いるとともに地方教育行政の発展に資するため行われているものです。

山本さんは、平成14年から教育委員として、平成19年からは教育委員長として上郡町の教育の振興に尽力された功績により、平成27年度地方教育行政功労者表彰を受賞されました。

山本さんは、「この度受賞できたのは、自分の功績ではない。町内の学校の雰囲気は落ち着いており、子どもたちは意欲的で、挨拶もよくできる。このように上郡町の教育がうまくいっていることに對する栄誉だと思えます。」と、受賞の喜びを述べられました。



優良自主防災組織知事表彰

■ 休治自治会

休治自治会は、平成17年に自治会員や家族の安全・安心を確保することを目的に、災害時の防災体制や平時の防災対策をまとめた「自主防災活動計画」を策定し、実践的な防災訓練を行ってきました。

また、実際の災害警戒時に自主的に自主防災警戒本部を設置し、ため池や危険箇所のパトロールを行うなど、防災意識の普及や災害予防に貢献していることが評価され、この度の受賞となりました。



受賞の報告に町長室を訪れた松本自治会長(中央)と片岡副自治会長(左)



高野さんに感謝状贈呈

建物火災への消火活動に感謝の意を表し

10月8日(木)に宇野山で起きた建物火災に対し、消火活動を行ったとして、高野真二さん(苔縄)へ遠山町長から感謝状が贈呈されました。

火災の起きた日、高野さんは現場付近で仕事をしており、火災を発見。すぐに火事であることを建物の所有者に伝え、その家族と交代で消火活動にあたり、その迅速適切な対応によって、被害を最小限にとどめることができました。

高野さんは「消防団で26年間活動していたので、その時の経験もあり、とっさに対応することができました。家族の方の協力もあり、5～6分ほどの短い時間で消火できたので、本当に良かったと思います。」と、その時の様子を語りました。



町長より感謝状の贈呈を受ける高野さん(右)

第30回健康福祉まつり 開催

健康について楽しく学ぼう!

11月15日(日)、保健センターで「第30回健康福祉まつり」が開催されました。

赤ちゃんハイハイ競走やちびっこヨチヨチ競争、各種模擬店、食育相談コーナー、お口の相談コーナーなど健康に関する様々な催しがあり、会場は多くの人でにぎわいました。

赤ちゃんハイハイ競走で見事優勝したお子さんのお母さんは、「たくさんの人の前で緊張して泣くかなあと思ったけど、泣かずに頑張ってくれて良かったです。」と話していました。

また、この日はノルディックウォーク体験会も行われ、参加者たちは、講師の高野元男さんよりノルディックウォークの説明を受けた後、実際に2本のポール(ストック)を使用して、2kmの距離を歩きました。



お母さんやお父さんの待つゴールを目指したちびっこヨチヨチ競争

ひょうご森のまつり2015 開催

見て ふれて 食べて実感!森の魅力

11月8日(日)、上郡森林体験の森(山野里)で「ひょうご森のまつり2015」が開催されました。

このまつりは、豊かな自然の恵みに感謝し、森を守り育てる意識の高揚を目的に、県内の各市町の持ち回りで、毎年開かれています。

第59回目にあたる今回は上郡町と兵庫県、(公社)兵庫県緑化推進協会が主催で開催し、町内外から約3,500人の来場者で、会場はにぎわいました。

この日会場には、自然の素材を使ったアクセサリー・焼き板などの木工作品づくりやチェーンソーアートの体験コーナー、シカ肉や炒りドングリ、薬草茶の試飲コーナーなど、約70の飲食・体験・展示販売ブースが集合。来場者たちは、各ブースで実際に見て、ふれて、食べて、自然の恵みや魅力を実感していました。



松ぼっくりを使った工作に挑戦する来場者

谷五郎の笑って暮らそう 公開生放送

ラジオからAKBの魅力を発信!

11月21日(土)、上郡町観光案内所からラジオ関西「谷五郎の笑って暮らそう」の公開生放送が行われました。今回は東備西播定住自立圏域の赤穂市・備前市・上郡町の観光に携わる担当者らが出演し、それぞれが谷五郎さんやアシスタントの田名部真理さんと会話をしながら、イベント情報をPRしました。

上郡町からは、遠山町長と観光案内所の井上寿美恵代表が出演。オープニングでは遠山町長が出演し、今年は本町合併60周年・JR上郡駅開業120周年・上郡高校設立110周年と、大きな節目になる年であることや、白旗城まつりと手作りよろいカブトなどを紹介しました。井上代表は、観光案内所や12月に行われる駅前イルミネーションとその点灯式などのPRを行い、リスナーへ参加を呼びかけました。



谷さんらとの軽快なトークでイベントをPRする井上代表(右)

平成二十七年 上郡町文化祭

作品・入賞者紹介



俳句大会 入選作品

澤井 洋子 選

【特選】一句

道問いし人と道づれ草の花

安田幸子

【入選】三句

車座は茅の輪作りの氏子連

横山基詞

引原の湖底の故郷梅雨深し

大崎喜美子

あかつきの背山にひびく威銃

山本チエ子

【佳作】七句

真つ直ぐに天を目指せり立葵

香山雅代

たおやかに白萩ゆれて風狂なす

六鹿照海

花びらの如くとび来る秋の蝶

矢能忠子

母の忌を済ませ今宵の月涼し

北本和子

満月やピアノひく手に光さし

香山妙子

おしなべて同じ高さに稲実る

沖 邦子

つるし柿母の甘さに干され来る

高田郁子

【入選（ジュニア）】四句

まどべから見上げる夜空に満月だ

小川蒼空

お月さま光かがやくパンケーキ

村上こころ

みのむしが出る頃僕はこたつむし

兼光 蓮

赤トンボ夕日を見つめダンスする

高見 華

短歌大会 入選作品

内海 永子 選

【入選】一首

人生定め友は農捨て我はまだ

一丁五反の初選りており

高田郁子

【佳作】一首

降り立ちし昼の駅にはわれひとり

この町に生れこの町に死す

大崎裕子

【準佳作】五首

雀らの砂浴びてゆくひとところ

庭に残れる小さき痕跡

遠藤美智子

大輪の紅落椿根方染む

この華やぎは幾日保つや

尾上光子

国連に集う首脳を送り出し

宇宙船より地球見せし

林サナエ

店先に陳列されたサングラス

百の目玉が夕日を抱く

福本静子

「またあした」余韻の残る良き言葉

明日は良きことたくさんあれな

前川マサ子

上郡町美術展入賞者

小学校絵画の部

町長賞

教育委員会賞

ロータリークラブ賞

ライオンズクラブ賞

観光協会賞

文化協会賞

聖 拳
晴 大
晃 太
颯 太
昊 蕾
天 野
中 森
正 古
小 谷
山 田
牛 尾

小学校書道の部

町長賞

教育委員会賞

ロータリークラブ賞

ライオンズクラブ賞

観光協会賞

文化協会賞

香 朋
陽 太
祐 悠
晶 都
音 香
村 上
横 山
中 野
前 川
湯 朝
織 田

中学校絵画の部

町長賞

教育委員会賞

ロータリークラブ賞

ライオンズクラブ賞

観光協会賞

文化協会賞

俊 貴
花 桃
美 香
菜 瑠
智 大
菜 瑠
小 松
原 小
寺 小
林 小
福 本
岩 屋

中学校書道の部

町長賞

教育委員会賞

ロータリークラブ賞

ライオンズクラブ賞

観光協会賞

文化協会賞

郎 太
日 明
恵 季
唯 真
香 友
空 美
櫻 本
井 長
尾 長
野 永
堀 赤
居 福

高校書道の部

町長賞

教育委員会賞

貴 綾
将 山

問生涯学習支援センター
☎52-1125

スポーツニュース



**第14回ルーセントカップ小学生
しまなみソフトテニス大会**
9月19・20日

男子4年生以下の部 ③山本泰生・為本江馬ペア

2015年秋季町民ソフトテニス大会 9月27日

①川畑莉子・平岡琴恵ペア ②潮海陽香・西崎和佳奈ペア ③為本佳奈・藤本遥ペア ④山本実和・西山優花ペア
上郡町障害者スポーツ交流大会 10月2日

スカットボール ①さわやかチーム ②さざんかチーム ③しらかばチーム

ポッチャ ①しらかばチーム ②ふれあいチーム ③さわやかチーム

町民剣道大会 10月3日
低学年の部 ①武本咲瑛 ②川畑陽 ③右手日菜佳

高学年の部 ①井上諄 ②大橋夢叶 ③中村涼花

第48回体育の日 グラウンドゴルフ大会 10月3日

①松尾寛 ②宗政茂文 ③木村公子

**播但選抜軟式野球(BC級)
上郡支部予選** 10月4日

①上郡町役場 ②光菱クローバーズ
第38回備前市秋季ソフトテニス大会 10月4日

男子の部 ▼4年生以下の部 ①山本泰生・為本江馬ペア ▼5・6年生の部 ③高上淳矢・青木駿英ペア

女子の部 ▼4年生以下の部 ①北村心暖・馬島沙英ペア ▼5・6年生の部 ③赤松双葉・山本歩果ペア

第9回西日本小学生ソフトテニス選手権大会 10月10日・11日

女子の部 ▼個人戦 ③中野莉子・松岡琴美ペア ▼団体戦 ②兵庫県チーム(中野莉子・松岡琴美ペア)

第39回上郡町柔道大会 10月11日
幼稚園・幼児の部 ▼がんばったで賞 山田蒼士・平田愛依

小学1・2年生の部 ①星尾勇希 ②吉田晃太郎 ③塚本妃香

小学3・4年生の部 ①寺田圭吾 ②寺尾斗希 ③高谷光生

小学5・6年生の部 ①星尾和希 ②寺尾凧生 ③吉田琢磨

中学生男子の部 1部 ①秋葉直

樹 ②野村和史 ③上岡達矢

中学生男子の部 2部 ①杉本陸

②山本凱世 ③長尾郁哉

中学生女子の部 ①衣笠裕美子

②井上小梅 ③前川奈穂

高校一般男子の部 ①衣笠裕貴

②山本涼太郎 ③岩本悠樹

高校一般女子の部 ①上岡純菜
秋季町民ソフトボール大会 10月12日

①川原 ②高田台6丁目 ③大持 ③スライム
上郡町民大会 少林寺拳法演武会 10月12日

小学生低学年の部 ▼最優秀 江口虎汰・酒井優太郎 ▼最秀 前島光輔・小坂井峻介 ▼優良 桔梗恒吉・溝田爽加

小学生中学年の部 ▼最優秀 江口斗稀・酒井優来 ▼最秀 笹田泰生・林海夢 ▼優良 松田大暉・笹田悠達

小学生高学年の部 ▼最優秀 井上愛望・山本冴瑛 ▼最秀 石川蒼一郎・堀端宥佑 ▼優良 松村可音・溝田彩加

運用法 小学生低学年 ▼最優秀 秀 笹田悠達

運用法 小学生中学年 ▼最優秀 秀 林海夢

秀 林海夢

運用法 小学生高学年 ▼最優秀 秀 井上愛望

運用法 一般の部 ▼最優秀 菅本悠人

**上郡町ミニバスケットボール大会
秋場所** 10月12日

フリースロー大会 ▼1・2年生の部 ①五島康至 ▼3・4年生の部 ①高見将太 ▼5年生の部 ①小林鷹 ▼6年生の部 ①清水純

第44回近隣市町親善剣道大会 10月25日

▼小学生女子の部 ③上郡剣道連盟 A ▼小学生低学年の部 ③上郡剣道連盟 ▼小学生高学年の部 ③上郡剣道連盟 ▼中学生男子の部 ①上郡中学校 A ②上郡中学校 B ③上郡剣道連盟 A ▼中学生女子の部 ①上郡中学校 B ②上郡中学校 A ③上郡剣道連盟 A

第27回西播磨小学生柔道選手権大会 10月25日

▼男子1年生の部 ②星尾勇希 ▼男子5年生の部 ③寺尾凧生

**第4回JA兵庫西年金友の会
赤松支部グラウンドゴルフ大会** 10月30日

①木村幸雄 ②横山重信 ③青木廣志



役場各課への
お電話は
直通番号を
ご利用ください

エイドちゃんの 情報STATION

ステーション

役場各課・関係機関
直通電話 (市外局番0791)

議会事務局	☎52-3512
企画政策課	☎52-1112
総務課 (代表)	☎52-1111
税務課	☎52-1113
住民課	☎52-1115
・にしはりま環境事務組合	☎0790-79-8550
健康福祉課	☎52-1114
・障害者支援センター	☎57-2233
・訪問看護ステーション	☎52-2400
・子育て学習センター	☎52-6181
・保健センター	☎52-2188
・国保介護支援室	☎52-1152
・地域包括支援センター	☎52-1152
産業振興課	☎52-1116
・観光案内所	☎52-6959
農業委員会	☎52-1116
建設課	☎52-1117
上下水道課 [與井380番地]	
・上水道係	☎52-0097
・下水道係	☎52-1119
会計課	☎52-1120
[教育委員会]	
教育総務課	☎52-2911
・生涯学習支援センター	☎52-1125
・つばき会館	☎52-1125
・郷土資料館	☎52-3737
・スポーツセンター	☎52-4433
・学校給食センター	☎57-3633
教育推進課	☎52-2912
・青少年育成センター	☎52-5500
社会福祉協議会	☎52-2910

介護者のついでを行います

日時 1月25日(月) 10時~11時30分

場所 船坂ふれあいサロン(旧船坂幼稚園)

内容 新年会(情報交換や介護川柳づくりなど)

会費 500円(材料費とお茶代)

対象者 要支援2以上の方を在宅で介護している方

申込方法 1月18日(月)までに、左記まで電話で申し込みください。(送迎が必要な方は、申し出てください。)

問合せ地域包括支援センター

☎52・11152

市民後見人養成講座 事前説明会

成年後見人制度は、認知症や知的・精神障がいなどで、判断能力

が十分でない方を保護・支援する制度です。

現在、施設入所契約や金融機関での取引の場面で、後見人の力を必要とする方が、増えていきます。

新しい地域の支え合いのかたちとして、社会貢献に意欲と熱意のある方が後見業務を担う「市民後見人」を養成する講座(基礎研修)の事前説明会を開催します。

日時 1月16日(土) 13時30分~16時

場所 赤穂市総合福祉会館 3階 集会室(赤穂市中広267番地)

対象者

①西播磨圏域に在住で、社会貢献に意欲のある方

②25歳以上67歳以下(平成28年4月1日現在)の方

参加費 無料

定員 50人(事前申込制・先着順)

申込方法 1月12日(火)までに、左記へ電話またはファックス(氏名・住所・年齢・電話番号を明記)で、申し込みください。

問合せ赤穂市健康福祉部 社会福祉課

☎43・6809
FAX 45・3396

ひょうご住まいの耐震化促進事業の 上乗せ補助を行います

耐震改修工事で、地震に対する十分な安全性を確保する場合に、県で実施している「ひょうご住まいの耐震化促進事業」の補助に加え、上郡町も上乗せ補助を行います。(簡易耐震診断で安全でないと判定されている住宅に限りま

補助対象

①県の「ひょうご住まいの耐震化

促進事業」の補助金交付決定通知書を受領していること。
②昭和56年5月31日以前に着工された戸建住宅(店舗などの床面積が延べ床面積の1/2未満の場合も含む)を町内に所有していること。
③町税などを滞納していないこと。

補助対象経費

補助対象となる経費は、県の「ひょうご住まいの耐震化促進事業」に規定する補助対象経費として認められた経費です。

補助割合 ()内は限度額

計画策定費補助:補助対象経費の1/6(5万円)

耐震改修工事費補助:補助対象経費の1/10(10万円)

問合せ建設課まちづくり係

☎52・1117

エイズについて正しい知識と 関心を持ちましょう

エイズってどんな病気

エイズは、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)の感染によって、体を病気から守っている免疫機能が徐々に破壊されていく病気です。

感染した場合、数週間以内に風邪の症状がでることがあります。その後、自覚症状のない時期

が10年以上続き、さらに進行すると免疫力が低下して、本来なら自分の力で抑えることができる病気（日和見感染症）を発症するようになっていきます。

医療の進歩により、定期的な通院で病状のコントロールが可能になっており、現在では「不治の病」ではありません。

HIV感染とは

HIVの感染力は弱く、感染する機会は性行為、血液を介しての感染、母子感染に限られています。HIVに感染しているかどうかは、血液検査を受けることで確認することができます。HIVに感染すると通常6〜10週間経過して、血液中に抗体が検出されます。このため、感染直後の検査では陰性となり、検査を受ける時期に注意が必要です。

感染が心配な場合は、検査を受けましょう

赤穂健康福祉事務所では、毎月第1・3火曜日の午後、HIV検査（無料・匿名・要予約）を実施しています。

問 赤穂健康福祉事務所 地域保健課

☎43・2321

上郡佐用ロータリークラブが電動ベッドを寄贈

10月30日（金）、上郡佐用ロータリークラブから、特別養護老人ホームほうらいの里へ、電動ベッド1台が贈られました。これは、国際ロータリーからの補助金を利用し、要介護者の自立促進と介護従事者の負担軽減になればとの思いから、同施設へ寄贈されました。

この日は寄贈式が行われた後に、ロータリー会員の大岩診療所 大岩敏彦医師より介護従事者に必要な知識の講演が行われました。



上郡佐用ロータリークラブから、特別養護老人ホームほうらいの里へ寄贈された電動ベッド

ヒートショックにご用心

「ヒートショック」とは、急激な温度変化により、血圧が大きく変動することで、次のような重大な症状が起こることです。

血圧の変動により、心疾患・脳疾患の発症、湯船で溺水、転倒

家庭内で高齢者が死亡する原因の4分の1が「ヒートショック」によるもので、年間1万人以上が亡くなっています。

冬場のお風呂など、寒い冬の時期には、特に注意が必要です。

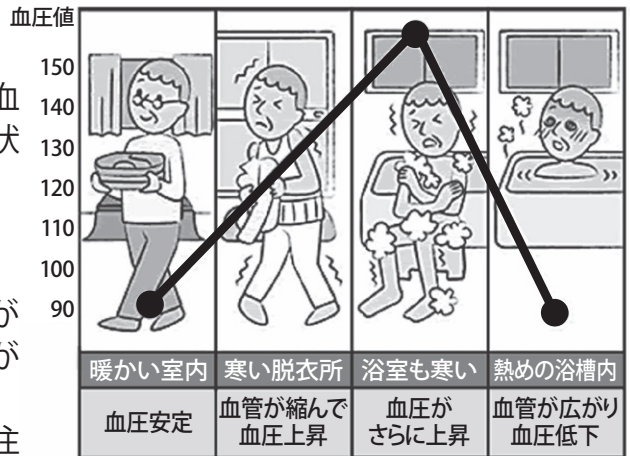
■ヒートショックに注意が必要な方

- ・65歳以上の方。
- ・高血圧、糖尿病、動脈硬化の病気がある。
- ・肥満がみ。
- ・不整脈がある。
- ・脱衣所、浴室に暖房器具がない。
- ・熱い風呂が好きな方。
- ・お酒を飲んでから入浴する。

■ヒートショックの予防策

（温度差を10℃以内にしましょう）

- ・脱衣所や浴室、トイレで暖房器具を使用する。
- ・入浴は、かけ湯をして、ぬるめ（38〜40℃）のお湯につかる。
- ・お酒を飲んでからの入浴は避ける。
- ・入浴の前後にコップ1杯の水分を補給する。
- ・寒い所に移動するときは、上着を羽織る。
- ・入浴時、家族が声をかける。



問 上郡消防署 救急係 ☎52-5119

※心肺蘇生法・AED取扱いの教室を開催していますので、ご相談ください。

111ch 番組ガイド

平成28年1月4日～平成28年1月31日


放送時間	昼	12:00～
	夕	17:00～
	夜	20:00～
	深夜	23:00～
	翌朝	7:00～

1/4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)
議会定例会 (一般質問再放送)			地域の情報 コーナー	週刊GoGoかみごおり 最新のニュース・話題 俳句・短歌、耳より情報 など		
立花照弘議員 小原潤一議員 田淵千洋議員	井口まさのり議員 松本洋一議員 梅田修作議員	橋本正行議員 大政正明議員				
11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	17 (日)
番組リクエスト コーナー		つばき保育所音楽会		週刊GoGoかみごおり 最新のニュース・話題 俳句・短歌、耳より情報 など		
18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	24 (日)
番組リクエスト コーナー		上郡幼稚園音楽会		週刊GoGoかみごおり 最新のニュース・話題 俳句・短歌、耳より情報 など		
25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)	31 (日)
山野里幼稚園音楽会		高田幼稚園音楽会		月刊GoGoかみごおり 今月放送したニュース・話題の総集編 俳句・短歌、耳より情報 など		

※都合により、放送時間・番組内容を変更する場合があります。ご了承ください。

えんしんネット 放送編成表	放送開始時間	番組内容	放送開始時間	番組内容	各時間とも、 番組終了後、 文字放送やサイ エンスチャン ネルなどを 放送します。
	12:00	自主制作・提供番組	22:00	西はりま・サイエンスチャンネル	
15:00	西はりま・サイエンスチャンネル	23:00	自主制作・提供番組		
16:00	健康体操・お天気カメラ・天気	6:00	健康体操・お天気カメラ・天気		
17:00	自主制作・提供番組	7:00	自主制作・提供番組		
19:00	こんにちはは県警です・ひょうご ワイワイ・サイエンスチャンネル	10:00	こんにちはは県警です・ひょうご ワイワイ・サイエンスチャンネル		
20:00	自主制作・提供番組	11:00	健康体操・お天気カメラ・天気		

モロげんきくん健康ポイント事業 上郡町モロげんきくん 元気帳の交付者数 1,037人(11月30日現在)



元気帳は、各地区公民館、スポーツセンター、保健センター、企画政策課で発行しています。元気帳の交付冊数は、年度内1人につき2冊を限度としています。

元気帳を活用して、健康づくりに励みましょう。

問 企画政策課 ☎52-1112

保健カレンダー

月日	内容	時間	開催場所
12月 16日(水)	3歳児健診	12時45分～	保健センター
1月 12日(火)	赤ちゃんサロン(健康教育室自由解放)	9時30分～	
1月 20日(水)	4・10ヵ月児健診	12時30分～	

休日当番医

月日	医療機関	電話番号
12月	20日(日) 大岩診療所	☎52-5000
	23日(水) 苔縄医院	☎52-5611
	27日(日) 黒田内科クリニック	☎52-0235
	31日(木) 大岩診療所	☎52-5000
1月	1日(金) 黒田内科クリニック	☎52-0235
	2日(土) 岡田整形外科	☎52-5600
	3日(日) 苔縄医院	☎52-5611
	10日(日) 高嶺診療所	☎52-6369
	11日(月) 岡田整形外科	☎52-5600

くらしの相談窓口

内 容	開催日	時 間	お問い合わせ (場所)
行政相談	12月16日(水)	10:00~12:00	総務課 ☎52-1111 (役場3階301会議室)
人権相談	1月4日(月)	13:00~16:00	総務課 ☎52-1111 (役場4階402会議室)
農地相談	12月22日(火)	9:00~12:00	農業委員会 ☎52-1116 (役場2階農業委員会会長室)
家庭児童相談	1月6日(水)	9:00~15:00	健康福祉課 ☎52-1114 (役場2階対話室)
エイズ・肝炎相談 (予約制)	12月15日(火)	13:20~	赤穂健康福祉事務所 ☎43-2321
	1月5日(火)		
	1月19日(火)		
こころのケア相談 (予約制)	1月4日(月)	14:00~	赤穂健康福祉事務所 ☎43-2321
栄養相談 (予約制)	1月8日(金)	9:30~11:30	
心配ごと (なんでも) 相談	12月17日(木)	13:30~15:00	社会福祉協議会 ☎52-2910 ☎080-1936-1067 (相談日のみ)
	12月24日(木)		
	1月7日(木)		
	1月14日(木)		
法律相談 (予約制・前日締切)	1月19日(火)	13:20~16:00	社会福祉協議会 ☎52-2910
教育相談 (カウンセリング)	毎週月曜 ※祝日を除く	9:00~17:00	青少年育成センター ☎52-5500


●人口のうごき●

- 世帯数 **6,487**世帯(-12)
- 人 口 **15,861**人(-42)
- 男性 7,696人 女性 8,165人

出生	6人	転入	6人
死亡	18人	転出	36人

11月末現在
()は前月比
11月届出分

円心ウォーク百万歩運動を健康づくりの習慣に!



円心ウォーク 百万歩運動登録者数 **309**人

【11月の百万歩達成者】 (11月末現在)

宗政 茂文さん (大杉野) 岩本 昭さん (與井)

岩本よし子さん (與井) (達成申出順)

編集後記

あちこちでクリスマスツリーやイルミネーションが、目を楽しませてくれる季節となりましたね (*^▽^*)

今年1年間を振り返ると、今年も取材を通して、たくさんの人と関わらせていただいた1年でした。また、その中で、自分の知らないいろいろなことを教えていただける喜びや、皆さんの笑顔や情熱から分けていただけるパワーで、元気に頑張ることができた1年でもありました。皆さんはこの2015年は、どんな1年間でしたか? また取材などでお会いした時に、教えていただけると、嬉しいです♡

師走を迎え、なにかと気ぜわしい毎日が続く中、寒さも本格的になってきましたので、体調を崩されないように、皆さんお元気でよい年をお迎えください! (F)

※外字は、常用漢字で表記しています。同意を得ている方々のみ掲載しています。

氏名 (敬称略)	年 齢	自治会
高尾 ミチエ	95	大枝
木村 みさ子	88	川原
棒谷 英雄	82	高田台1丁目
清水 冬子	70	段町
永野 武夫	85	大持
樫谷 好夫	90	稗田
柳川 與四郎	93	小山
布施 ミサホ	84	栄町
大本 俊子	95	與井新
矢田 君子	105	宇治山
中田 芳夫	91	下栗原

おくやみ
[11月届出分]

今月のオススメ情報



朝ごはんレシピコンテスト入賞作品が決定!!

朝ごはんに関する意識の向上と、米や旬の野菜を利用することで食への感謝、日本型食生活の推進を目的に、朝ごはんのレシピを募集したところ、町内から78点のレシピの応募がありました。その中で、4点が入選レシピに選ばれましたので、最優秀賞のレシピと入賞者を紹介します。



最優秀賞



「モロヘイヤの朝ごはん」
天野 優妃さん (上郡中学校1年)

★材料と分量 (1人分)

- みそ汁 モロヘイヤ・玉ねぎ・えのき・あげ・みそ…適量、だし汁…200cc
- 卵焼き 卵…2個、モロヘイヤ粉末・砂糖…小さじ1、だししょうゆ…適量
- 和えもの モロヘイヤ…50g、納豆…1パック、オクラ…2本、めんつゆ…適量
- スムージー パナナ…1本、モロヘイヤ…20g、牛乳…100cc、ミント…適量

★作り方 (調理時間 約35分)

- みそ汁 だし汁に具を入れ、柔らかくなるまで煮て、みそで味つけをする。モロヘイヤは最後に入れる。
- 卵焼き 材料を混ぜ、卵焼き器で焼く。
- 和えもの ①モロヘイヤとオクラを別々にゆで、細かく刻む。②材料を混ぜ合わせ、納豆のだしを入れ、味が薄ければ、めんつゆを加える。
- スムージー ①材料をミキサーで、攪拌する。②グラスに注いでミントを飾る。

優秀賞



「グリーンカーテンの味噌汁」
上山 紗輝さん (上郡中学校2年生)



「おいしい!ヘルシー!
野菜たっぷり朝ごはん」
徳永 すみさん (上郡中学校3年生)

上郡町 いずみ会長賞



「祖母との夏の思い出」
山本 明日香さん (上郡中学校2年生)

わがまち 自慢



お父さん(田中慎一さん)から一言
わが家のお姫様♡
2人仲良くすくすく大きくなってね。

募集中

可愛いお子さんやペット、大好きなおじいちゃん・おばあちゃん、仲よしグループなど、皆さんに自慢したいことを募集しています!!

詳しくは、総務課 広報情報係 (☎52-1111) まで



おなまえ

ゆい
結性ちゃん (3歳)

えな
慧奈ちゃん (10ヵ月)

大持