



ひとまち自然がきらめく 共生の郷 佐用



1 2009
月号

編集・発行 / 佐用町広報委員会

電話：82-2521

No. 40



寒風のなかを駆け抜ける 第2回さようマラソン&ウォーク

「パーン」。スタートの合図とともに、勢いよく飛び出す子どもたち。参加した子どもたちは、会場に集まった多くの人たちから声援を受けながら、元気に駆け抜けました。(関連記事4ページ～5ページ)。

●主な内容

年頭のごあいさつ	2～3
第2回さようマラソン&ウォーク	4～5
みんなのスポーツなど	6～7
確定申告・申告相談	12～13
FLASH NEWS (まちの話題)	20～21

新 年

だれもが生きる喜びを実感できる

まちづくりに取り組む

新年、明けましておめでとうございます。

みなさまにおかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

佐用町も合併してはや4度目のお正月を迎え、新しいまちづくりも着実に進んでいますこと、みなさまのご理解とご尽力のたまものと、こころより感謝を申し上げます。

また、合併後の最大の課題でありました行財政の安定も順調に進み、新町の基盤も徐々に固まってまいりました。今年もその歩みを確かなものとするよう、一層の努力を重ねてまいります。

しかし時代は、また大きく変貌を遂げています。昨年の世相を表す漢字

に、「変」が選ばれたように、変革の時代に入りました。感がいたします。これまで順調に見えた経済も、アメリカ発の金融危機が、グローバル化した世界経済を、100年に一度と言われる不況の嵐に巻き込み、失業者の急増など、社会への不安が日々大きくなっております。今年は、さらにその厳しさが増すものと予想され、私たちの町にも、大きな影響がでるのではないかと危惧しております。

しかし、こういう時代だからこそ「真の豊かさとは何か」を問い直しながら、町民のみなさまの生活を第一に、安全と安心、こころの豊かさ、だれもが生きる喜びを実感できるまちづくりに、積極的に取り組まなければなりません。

そのために、さらに効率的な行財政運営めざしつつ、福祉サービスの維持、子育て支援や教育環境の整備、地域医療体制の堅持、地域経済の活性化など、できる限りの努力をしてまいります。

この厳しい変革のとき、将来を見据えたまちづくりを、着実に進めるには、町民のみなさまが元気で活躍いただくと同時に、町民相互の信頼による町の安定が何よりも大切です。私も町民のみなさまと強い信頼を築けるよう、本年も全力で職責を全うする所存でございますので、一層のご指導、ご鞭撻をお願い申し上げますとともに、新年が実り多い年となることをご祈念申し上げ、年頭のごあいさついたします。

佐用町長
庵 迢 典 章



賀 謹

時代に対応し 行財政基盤の確立したまちづくりを進める

新年明けましておめでとうございます。

町民のみなさまがたには、ご家族おそろいで輝かしい新春をお迎えになられましたことを、心よりお慶び申し上げます。

新町が誕生してから、早くも4回目の新年を迎えることになりました。合併以降、町政の進展と議会活性化に精力をそそいでまいりました。その間、町民のみなさまからいただきました温かいご指導やご厚情に対して、厚くお礼申し上げます。

昨年は、佐用町にとっては、大きな災害もなく、比較的平穏な年でありました。しかし、国内外では大地震や、地球温暖化の影響とみられる大きな災害が起きております。また、凶悪な事件やいじめといったと

ても暗いニュースが後を絶たず、「ひとつの命」の重さ、大切さをあらためて考えさせられた一年でありました。どうか新年が、平穏な年でありますよう、心から願うものです。

合併4年目を迎え、町の基本構想、特に「協働のまちづくり」の概念に基づいて、人々がふれあい輝く、自立と協働のまちづくりに向けて、地域の特性を生かし、力を出し合う、そんな取り組みが着実に定着してまいりました。

また、地上デジタル放送などに対応し、地域間情報格差を解消するための光ファイバー網事業も完成し、それに伴い「佐用チャンネル」も町民のみなさまの好評を得ているところであり、議会活動においても「佐用チャンネル」を活用する方

法を検討しているところがあります。

議会といたしましても、町の将来に向けた議論を深めてまいりました。人口減少、少子高齢化が顕著となるなか、自主財源の確保や地域医療の問題など、今後

もより一層の行財政改革に取り組んでいく必要があります。

こうした厳しい状況のなかではありますが、みなさまのご理解とご意見をいただくなかで、町民のみなさまが安心して暮らせる住みやすいまちづくりに、議員一同邁進してまいります。

どうか本年も議会に対して、温かいご指導とご鞭撻をお願いいたしますとともに、町民のみなさまのご健勝とご多幸を祈念いたしまして、年頭のごあいさつとさせていただきます。

佐用町議会議長
西岡 正



第2回 さようマラソン&ウォーク大会



小学3・4年生とジョギングの部（1.2㌔）のスタート

開会式では、参加選手を代表して、三日月小学校3年生の大谷一太くん、小笹直輝くん、坪内友香さん、山本真帆さんが、元気に開会宣言を行い、大会はスタートしました。

その後、順次競技が行われ、選手のみなさんは、多くの声援を受けながら、さわやかな汗を流しました。

また、会場ではホルモン焼きうどん食わせ隊のホルモン焼きうどんや、豚汁の無料サービスが行われ、選手のみなさんをもてなしていました。



開会宣言をする子どもたち

12月14日、三日月中学校グラウンドを発着点として、第2回さようマラソン&ウォークが開催されました。東は埼玉県、西は愛媛県と、日本各地から798人の選手が参加。選手のみなさんは、佐用町の大自然のなかを駆け抜け、沿道からは、大きな拍手と声援が送られていました。

798人が健脚を競う

中学生たちの力強い走り





三日月藩の陣屋前を駆け抜けるランナーのみなさん



サンタさんも5キロを走りました



「走るって、気持ちいいね」

大会結果

(敬称略)

部門	順位	氏 名	部門	順位	氏 名	部門	順位	氏 名
ハーフマラソン 高校生～ 39歳男子	優勝	三木琢矢 (たつの市)	3.0km 中学生 男子	優勝	福山知司 (上月中)	1.2km 小学4年生 男子	優勝	村上翔哉 (たつの市)
	準優勝	坂上勝洋 (姫路市)		準優勝	小西生真 (姫路市)		準優勝	山本昌平 (利神小)
	第3位	坂上靖幸 (姫路市)		第3位	畠中利樹 (姫路市)		第3位	井上悠杜 (佐用小)
ハーフマラソン 40～ 49歳男子	優勝	南藤宏和 (奈良県)	3.0km 中学生 女子	優勝	岡本桃香 (上月中)	1.2km 小学4年生 女子	優勝	木村真結 (姫路市)
	準優勝	澤依史章 (鳥取県)		準優勝	田原弥生 (明石市)		準優勝	橋本千尋 (三田市)
	第3位	谷垣 治 (神戸市)		第3位	湯浅果央子 (上月中)		第3位	青山友葵 (赤穂市)
ハーフマラソン 50歳以上 男子	優勝	山本正則 (赤穂市)	1.0km 小学1年生 男子	優勝	野村佳佑 (久崎小)	1.5km 小学5年生 男子	優勝	前谷隼規 (佐用小)
	準優勝	黒田光康 (宍粟市)		準優勝	二杉周真 (加古川市)		準優勝	小河健翔 (宍粟市)
	第3位	前田吉敏 (太子町)		第3位	菅野大輝 (姫路市)		第3位	西垣仁詞 (宍粟市)
ハーフマラソン 高校生・一般 女子	優勝	大西直美 (鳥取県)	1.0km 小学1年生 女子	優勝	木村友美 (姫路市)	1.5km 小学5年生 女子	優勝	奥川愛羅 (上郡町)
	準優勝	名賀公子 (宍粟市)		準優勝	上原彩美 (岡山県)		準優勝	小西真子 (姫路市)
	第3位	藤本綾乃 (たつの市)		第3位	香山瑠希 (たつの市)		第3位	井口さやか (たつの市)
5.0km 高校生～ 39歳男子	優勝	岡田明應 (佐用高校)	1.0km 小学2年生 男子	優勝	増田悠希 (姫路市)	1.5km 小学6年生 男子	優勝	内堀太夢 (徳久小)
	準優勝	笹谷拓穂 (佐用高校)		準優勝	蒲田大晟 (姫路市)		準優勝	井上和彦 (姫路市)
	第3位	増田昌彦 (姫路市)		第3位	沖津悠翔 (たつの市)		第3位	澤尾哲郎 (三木市)
5.0km 40～49歳 男子	優勝	山下浩一 (神戸市)	1.0km 小学2年生 女子	優勝	浅田彩華 (姫路市)	1.5km 小学6年生 女子	優勝	栗山夢野 (宍粟市)
	準優勝	甲斐慎一 (加古川市)		準優勝	阿曾沙耶 (三河小)		準優勝	勝山史織 (三河小)
	第3位	若原裕幸 (鳥取県)		第3位	西垣怜奈 (宍粟市)		第3位	平瀬加菜絵 (宍粟市)
5.0km 50歳以上 男子	優勝	桜井康司 (猪名川町)	1.2km 小学3年生 男子	優勝	日隈友也 (姫路市)			
	準優勝	天野文行 (京都府)		準優勝	木村友紀 (三日月小)			
	第3位	沼田健二 (宍粟市)		第3位	野村知宏 (久崎小)			
5.0km 高校生・一般 女子	優勝	谷口 陽 (佐用高校)	1.2km 小学3年生 女子	優勝	三浦美吹 (明石市)			
	準優勝	水島ゆかり (岡山県)		準優勝	佐藤千夏 (明石市)			
	第3位	池内恵美子 (養父市)		第3位	青山奈美 (赤穂市)			



約200人が参加したハーフマラソン



ウォーキングの部も元気にスタート

がんばった人たちに
にじゅうまる

みんなのスポーツ

(敬称略)

町軟式野球後期リーグ戦

【佐用支部】

■開催時期 9月～10月

■場所 佐用中学校

優勝 (株)ファームランド

準優勝 春名住産

最優秀選手賞 福田賢志

敢闘賞 新川直人

平成20年度佐用支部大会

ホームラン王

安東 徹(ケント)

福田賢志(株)ファームランド

最多勝利投手賞

春名一輝(ケント)

【上月支部】

■開催時期 9月～10月

■場所 上月グラウンド

優勝 井上食品

準優勝 孫悟空

J A兵庫西杯

小学生ソフトボール大会

■開催時期 10月26日(日)

■場所 若あゆ第2グラウンド

優勝 久崎ヤンチャーズ

準優勝 佐用ファイターズ

第3位 三日月ファイターズ

佐用町小学生ソフトボール秋季大会

■開催日 11月9日(日)

■場所 利神小学校グラウンド

優勝 佐用ファイターズ

準優勝 三日月ファイターズ

第3位 佐用ファイターズB

【決勝リーグ】

優勝 佐用ファイターズ

準優勝 三日月ファイターズ

第3位 佐用ファイターズB

町家庭婦人バレーボール秋季大会

■開催日 11月15日(土)

■場所 佐用勤労者体育センター

優勝 佐用A

準優勝 佐用B

第3位 佐用B

第30回佐用町卓球大会(団体戦)

■開催日 11月16日(日)

■場所 上月体育館

優勝 スポーソッククラブ21みかわA

準優勝 スポーソッククラブ21みかわB

第3位 上月卓球教室A

第3位 佐用クラブB

【小学生の部】

優勝 藤本真也

(三日月クラブ)

準優勝 保田理恵

(スポーソッククラブ21みかわ)

第3位 井上恵梨香

(スポーソッククラブ21みかわ)

第3位 井上花恋

(スポーソッククラブ21みかわ)

町軟式野球協会秋季大会

■時期 11月23日(日)

■場所 若あゆグラウンド

優勝 ファームランド

準優勝 井上食品

最高殊勲選手賞

上原高波(ファームランド)

敢闘賞

福盛章裕(井上食品)

タケスポ杯小学生ソフトボール秋季大会

■開催日 11月23日(日)

■場所 利神小学校グラウンド

優勝 佐用ファイターズ

準優勝 幕山アストロズ

第3位 久崎ヤンチャーズ

中学生の熱き戦い

(敬称略)

佐用郡新人球技大会

■開催日 10月4日(土)

【野球】

1位 上津中

2位 佐用中

【女子バレーボール】

1位 上津中

2位 上津中

【男子卓球】

1位 上津中

2位 上津中

個人戦

(シングルス)

1位 舟引勇人(上津中)

2位 尾崎和輝(上津中)

3位 矢野直人(上津中)

山田雅也(上津中)

(ダブルス)

1位 舟引勇人・寺本克己(上津中)

2位 片岡史哉・真島健太(上津中)

3位 山田雅也・尾崎和輝(上津中)

慶尾直哉・稲田彬希(上津中)

【男子ソフトテニス】

1位 藤本尚也・片山翔太(三日月中)

2位 金谷才氣・松井洸樹(三日月中)

3位 西本聖也・西崎修平(佐用中)

柳谷優太・早田風音(三日月中)

【女子卓球】

1位 佐用中

2位 上津中

個人戦

(シングルス)

1位 木村郁絵(佐用中)

2位 山根佑李亜(佐用中)

3位 田邊喜美(佐用中)

眞野紗奈江(上津中)

(ダブルス)

1位 井口満里奈・山西葉月(上津中)

2位 森岡真穂・眞野紗奈江(上津中)

3位 永井真衣・松尾菜央(上津中)

松坂優貴・嶋田愛視(上津中)

【男子ソフトテニス】

1位 三日月中

2位 佐用中

個人戦

1位 藤本尚也・片山翔太(三日月中)

2位 金谷才氣・松井洸樹(三日月中)

3位 西本聖也・西崎修平(佐用中)

柳谷優太・早田風音(三日月中)

● 保護者のみなさんへ

小・中学校の 就学援助制度について

町では、お子さんが学校で楽しく勉強ができ、充実した学校生活が過ごせるように、経済的に困りの保護者に、学用品などを援助する制度があります。

小・中学校に在学中、または4月に入学される児童生徒の保護者で就学援助を希望されるかたは、各小中学校にお問い合わせのうえ、1月末までに就学援助の申請をお願いします。なお、この制度には一定の基準があり、教育委員会の認定が必要です。

■お問い合わせ

教育委員会 ☎ 8 2 - 2 4 2 4

賞状を手にする山田徹さん



町体育指導委員の山田徹さん（下徳久下）が、11月27日、千葉県千葉市で開催された全国体育指導委員研究協議会の席上で、全国体育指導委員功労者表彰の30年勤続表彰を受賞しました。

山田さんは昭和54年から体育指導委員として社会体育の普及と、その指導に尽力し、その功績が認められ今回の受賞となりました。

山田さんは「これを励みに、今後もスポーツを通じた人の輪づくりに努めたい」と話していました。

「全国体育指導委員功労者表彰」を受賞

【女子ソフトテニス】

1位 三日月中

2位 佐用中

個人戦

1位 西原奈美・大前美咲（三日月中）

2位 竹内友紀・大浦菜月（三日月中）

3位 正木佑佳・大内春香（三日月中）

山本由佳・竹本真奈（三日月中）



佐用郡駅伝競走大会

開催日 10月25日（土）

【男子】

1位 上月中A

福山知司 福山真司

吉田尚幸 小林和弥

河端唯斗 岡田卓也

2位 佐用中A

小深田大翔 尾崎圭一郎

尾崎隼人 三枝昭太

富永真慧 西川尚孝

【女子】

1位 上月中A

湯浅果央子 大野成実

岡本桃香 横山萌

藤田晴香

2位 佐用中A

長谷川佳奈 北村萌華

尾崎朱香 坂本聖羅

倉部彩菜

西播磨駅伝競走大会

開催日 11月1日（土）

【男子】

4位 上月中

福山知司 福山真司

吉田尚幸 小林和弥

河端唯斗 岡田卓也

3区区間新記録 吉田尚幸（上月中）



六栗市秋季球技大会

開催日 10月4日（土）

【男子卓球】

4位 三土中

個人戦

3位 内山佳也（三土中）

8位 木村悠登（三土中）

【女子卓球】

5位 三土中

個人戦

1位 井上愛夢美（三土中）



なれない手つきでの縄ない作業



消防署員の話聞く参加者のみなさん

シリーズ 共生の郷づくり

災害に強い地域づくりを 三月地域づくり協議会が消火器の使用講習会を開催

三日地域づくり協議会の東部地区さくら部会が、このほど、消火器の使用方法的講習会と火災報知機の設置について講習会を開催しました。

この取り組みは、消火器の正しい使いかたを知り、また、各家庭の消火器点検や火災報知機の設置を促すために実施されました。

今回は8集落を対象に、2

か所で実施。高齢者や女性を中心に50人が参加しました。参加者のみなさんは、消防署員の指導のもと、消火体験などを実施しました。

部会長の小笹昌彦さん（茶屋下）は「災害はいつ自分の身にふりかかるかわかりません。私たちの活動が、安全・安心な地域づくりに貢献できれば」と話していました。

自作のしめ縄でお正月を 上月地域づくり協議会が講習会を開催

12月7日、上月文化会館で、上月地域づくり協議会主催の「しめ縄づくり講習会」が開催され、約30人が参加しました。

参加者のみなさんは、ベテラン講師の指導のもと、各自しめ縄づくりに挑戦されました。なれない「縄をなう」ことに悪戦苦闘しながらも、講

師のみなさんの的確なアドバイスを受け、和気あいあいの雰囲気の中、見事に手づくりのしめ縄をつくることができました。

参加者は「自分で作ったしめ縄で、新年を迎えられてとてもうれしいです」と話していました。

●2008佐用人権標語
ありがとう たった5文字で みな笑顔



女性の 人権を考える

男女平等の理念は、日本国憲法に明記され、法制上も、男女平等の原則が確立されています。

しかし、例えば「男は仕事、女は家庭」といった男女の役割を固定的にとらえる人々の意識は、今なお社会に根強く残っており、このことが家庭や職場で種々の男女差別を生む原因となっています。また、配偶者・パートナーなどからの暴力や職場などにおけるセクシャル・ハラスメント、性犯罪などの「女性に対する暴力」の問題も、重大な人権問題です。

このような状況において「男女共同参画社会基本法」、「ストーカー行為等の規制等に関する法律」、「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律」がそれぞれ制定されました。

法務省の人権擁護機関は、全国の法務局・地方法務局に女性の人権問題を専門に取り扱う電話相談窓口「女

性の人権ホットライン」を設置し、「女性に対する暴力をなくす運動」の期間中に、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間を設け、今後取り組みを強化するとともに女性の人権擁護を図るため啓発活動に取り組んでいきます。

女性のための相談窓口

■女性の人権ホットライン

☎ 0570・070・810

月曜日～金曜日

午前8時30分～午後5時15分

※祝日・年末年始除く

■県立女性家庭センター

（配偶者暴力相談支援センター）

☎ 078・732・7700

毎日午前9時～午後9時

■兵庫県ストーカー・DV対策室

（兵庫県警察本部生活安全企画課）

☎ 078・371・7830

毎日24時間対応

お問い合わせ

生涯学習課

☎ 82・3336



エコ対策は地域から

町地球温暖化防止活動推進員

梶本順子さん（田此）

テレビでエコ、紙面を広げればエコ、お店や事業所には「エコ製品を使っています」とか、「自然保護に協力を」というポスターや表示があり、社会全体の環境問題への取り組みが積極的になっています。

私は平成15年に知識のないまま、推進員になりました。当初は研修会や見学会などに参加して勉強しました。徐々にエコ対策に理解ができるようになった平成16年8月に「モンゴル森林再生交流会」に参加し、モンゴル中央県バヤンダヴァにあるカラ松林の山火事跡地に体験植樹を行いました。見渡す限り草原での手掘り作業は大変でしたが、良い体験をしました。

このように学習したこと、体験したことを私だけのものとするのではなく、どうすればいいのかと思っていたところ、町合併により、新佐用町の地球温暖化防止活動推進協議会が発足したことは大きな転機となりました。

マイバッグ運動をはじめとして、地球温暖化防止へ向けて、さまざまな活動を今まで以上に広い視野をもって実施できるようになりました。なかでも「佐用町ミニフォーラム」は毎年開催することができ、多くのかたにご参加いただいています。

こうやって、1人より2人、そして多くの人たちの協力を得て運動をしていけば、エコの文字が心のなかを素通りすることなく、しっかりと刻み込まれるのではないかと思います。

自らの取り組みなどを分かりやすく説明する講師の小林義昭さん

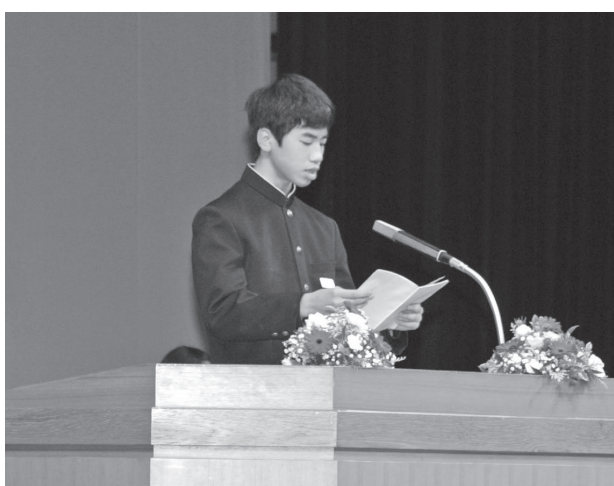


みんな環境を守ろう

環境ミニフォーラムを開催

ひょうご環境体験館で、11月30日、第3回佐用町ミニフォーラムが行われ、約120人が集まりました。これは地球温暖化防止について、多くの人たちに関心を持ってもらおうと、町地球温暖化防止活動推進協議会と佐用町が毎年開催しているものです。

まず、環境カウンセラーの小林義昭さん（川原町）が「近未来のエネルギー」をテーマに、自らの取り組みなどをユーモアを交え、講演。その後、ボランティア連絡会三日月支部のみなさんによるエコ啓発人形劇「どうしたらええん？」が上演され、会場に集まったみなさんは、地球温暖化について、楽しく学んできました。



西播磨人権のつどいで、作文を朗読する慶尾直哉くん

全国中学生人権作文コンテスト
西播予選で5人が入賞

**最優秀賞に
慶尾 直哉くん（上津中）**

第28回全国中学生人権作文コンテスト西播磨地区予選審査会が、神戸地方事務局龍野支局で開催されました。

このコンテストは次代を担う中学生が、人権尊重の重要性について理解を深め、豊かな人権感覚を身に付けることを目的に、毎年夏に募集しています。

今年度は、西播磨管内29校から約7,000作品の応募がありました。そのうち最優秀賞3点、優秀賞3点、奨励賞23点が選ばれ、見事、最

優秀賞に上津中学校の慶尾直哉くんの作文が選ばれました。なお、町内の入賞者は、次のとおりです。（敬称略）

最優秀賞 慶尾 直哉（上津中）
優秀賞 尾崎 綾（三土中）
大田 優希（上月中）
奨励賞 豊永 真穂（佐用中）
三浦 幸輝（三日月中）

入賞したみなさんは、12月13日、宍粟市山崎文化会館で開催された「西播磨人権のつどい」で表彰されました。また、最優秀賞の慶尾直哉君は、会場で作文を朗読しました。

佐用町農業委員会委員選挙

投票区と投票所の一部を変更します

農業委員会委員選挙の投票所はこれまで、佐用選挙区で5投票所、上月選挙区は12投票所、南光・三日月選挙区は13投票所の30投票所でしたが、地域の事情や有権者数などの検討を行い、下表のとおり統合します（佐用選挙区に変更はありません）。

なお、**この変更は農業委員会選挙のみに適用**するものです。投票所が変更される区域もありますので、お間違えないよう注意してください。選挙の際には、入場券に記載してある投票所を確認してください。

選挙区	投票区	投票区の集落	投票所
佐用選挙区	1	上町・中町・川原町・新町・栄町・駅前・秀谷・山平・大坪 吉福・山脇・真盛・柴谷・山田・西山・山王・上長尾 下長尾・本位田甲・本位田乙・円応寺・大願寺・五反田	さよう文化情報センター
	2	口長谷・宗行・横坂・口金近・奥金近・奥長谷	長谷地域交流センター
	3	庵・延吉・北新町・平福上町・平福中町・下町・南新町 海内・桑野・峠	佐用町地域福祉センター
	4	水根・青木・上石井・若州・奥海・中土居・大船・中ノ原	上石井倶楽部
	5	豊福・平谷・仁方・福沢・西河内・甲大木谷・乙大木谷 淀・末包・東中山・大畠	江川地区文化センター
上月選挙区	1	金屋・力万・須安・宇根・樗ヶ渚・越田和・判官・稗田 久木原・小日山・目高・寄延・上上月・中上月・下上月 仁位・早瀬1・早瀬2	役場上月支所
	2	福吉・本郷・大垣内・皆田・南中山・来見・田和・才金 金子・桜山	上月保健福祉センター
	3	家内・久崎・櫛田・円光寺・下秋里・上秋里・西新宿 大日山・小赤松・大酒	久崎地区センター
南光・三日月選挙区	1	多賀・中島・米田・安川・小山・土井・宝蔵寺	中安ふれあいセンター
	2	下徳久上・下徳久下・林崎・東徳久・西徳久・平松	南光地域福祉センター
	3	漆野・西下野・下三河・中三河・上三河・河崎・船越	三河ふれあいセンター
	4	三日月上・三日月下・茶屋上・茶屋下・湯小・中村・仁増 鎌倉・大内谷・添谷・真宗・志文・春哉・徳平・乃井野 西市・田此・新宿・島脇・久保・広山・弦谷・三原 三ツ尾・東大畑・西大畑・大下り	役場三日月支所

■佐用町農業委員会委員選挙 2月17日（火）告示・2月22日（日）執行

■期日前投票について

右表の投票所と下記の日程で、期日前投票を行います。

日時：2月18日（水）～2月21日（土）

午前8時30分～午後8時まで

選挙区	投票所
佐用選挙区	さよう文化情報センター
上月選挙区	役場上月支所
南光・三日月選挙区	(南光地区) 役場南光支所 (三日月地区) 役場三日月支所

■選挙区について

農業委員会委員選挙については、次の選挙区を設けて選挙を行います。なお、選挙区の区域及び選出される委員の数は次のとおりです。

○佐用選挙区（旧佐用町全域） 6人 ○上月選挙区（旧上月町全域） 4人

○南光・三日月選挙区（旧南光町全域と旧三日月町全域） 5人

■立候補を予定されているかたへ

立候補者予備審査 日時：2月10日（火）9時00分～正午

場所：役場第2庁舎 201会議室

立候補受付 日時：2月17日（火）8時30分～17時00分

場所：役場第2庁舎 201会議室

■お問い合わせ 佐用町選挙管理委員会事務局（総務課） ☎82-2549

「定額給付金事業」を装った 振り込め詐欺にご注意！

役場職員を名乗る者から「定額給付金の給付に必要」と、家族構成・口座番号を聞いてきたり、フリーダイヤルの電話番号を伝えて、ATMへ誘い出したりする詐欺が、全国で発生しています

まだ定額給付金事業はスタートしていません。開始のときは、町からあらためて周知しますので、十分に注意してください。

■お問い合わせ 総務課 82-2549

農業振興と活性化に取り組み20年

味わいの里三日月で感謝祭を開催

味わいの里三日月で、このほど、三日月農産物収穫祭が開催され、会場は多くの人出でにぎわいました。

この催しは毎年開催されていますが、今年は「味わいの里三日月」の20周年を記念して、盛大に行われました。

会場には町内の直売所の名物や特産品販売などのテントがならび、来場者のみなさんは、佐用の美味に舌鼓。そのほか20周年にちなんで、20歳のジャンボ巻きずしを作る催しや、農産物品評会に出品された野菜の展示と即売会、そば打ちの実演と試食会などが



盛り上がった20歳の巻きずし作り

行われ、訪れたみなさんは、楽しい一日を過ごしました。

また、農産物品評会の結果は次のとおりです（敬称略）。

町長賞

ねぎ 大浦忠行（三日月下）

議長賞

かぶ 岩野恵美子（新宿）

普及センター所長賞

大根 熊淵艶子（志文）

兵庫西農業協同組合長賞

白菜 西平照六（広山）

味わいの里三日月賞

山芋 得平幾雄（乃井野）
ぎんなん 大林キミ子（新宿）
ゆず 竹内サカエ（添谷）
チゲン菜 原田正一（乃井野）

三日月特産加工組合に 町から感謝状 三日月地区生活研究グループに 県から「くすのき賞」



感謝状を受け取る
春江組合長



くすのき賞を受け取る
植戸会長

感謝祭で行われた祝典で、20年の功績をたたえて、同施設を運営する「三日月特産加工組合」に町から感謝状が、また同施設で活動する「三日月地区生活研究グループ」に、県から「くすのき賞」が贈られました。

同組合組合長の春江博明さん（島脇）と同グループ会長の植戸喜美代さん（久保）は、「今回の受賞を励みに、地域の農業の活性化に全力で取り組みたい」と喜びを語りました。

関係者に祝福され、うれしそうな井口さん（左から2人目）



地域に根ざした 愛される活動が評価

生活研究グループ「ほほえみ会」が
日本農林漁業振興会長賞を受賞

このほど、東京都の明治神宮で開催された第47回農林水産祭で、生活研究グループ「ほほえみ会」（代表・井口美子さん（口長谷））が、日本農林漁業振興会長賞を受賞しました。

同会は、昭和48年に、生活研究グループとして発足しました。以来、地域の女性グループの中心となつて、地域の農産物を使った加工品づくりや、農産物直売所「因幡街道平成福の市」を中心とした販売活動、また利神小学校の

総合学習を通じ、子どもたちに地域農業と生産加工を体験させる事業などが高く評価され、今回の受賞となりました。

同会代表の井口さんは「昨年の『農山漁村いきいきシニア活動表彰最優秀賞（農林水産大臣賞）』に引き続き、今回で2年連続の受賞。これまでの取り組みが高く評価され、みなで喜んでます。今後も、みなさんの支援に感謝しながら、地域に愛される活動を展開したい」と話していました。

正しい申告納税で 明るく未来

平成20年分所得税確定申告、平成21年度町・県民税の申告相談

2月16日（月）～3月16日（月）に実施

事前申告相談は2月5日（木）～12日（木）の平日に実施

1. 町・県民税の申告書の配布

「町・県民税申告書」は平

平成20年分所得税確定申告、平成21年度町・県民税の申告相談を、2月16日（月）から3月16日（月）までの期間で行います。正しい申告納税にご理解とご協力をお願いします。

今年は、申告会場を一部再編していますので、別途配布の日程表で日時、場所などを確認してください。

また、事前申告相談を2月5日（木）から12日（木）までの5日間（平日）に、さよう文化情報センターで、午前9時～午前11時30分、午後1時～午後3時30分まで行います。確定申告期の会場は混みますので、ぜひ事前申告相談をご利用ください。

2. 町・県民税の申告が必要なかた

成21年1月1日現在、佐用町に住民登録のある18歳以上のかた全員に、自治会長を通じて2月上旬に配布します。

「所得税確定申告書」は前年に事業所得などを確定申告をされたかたに、税務署から郵送されます。

①平成21年1月1日現在、佐用町内に住所があったかたで、平成20年中に所得のあったかたは、原則として申告納税の義務がありますので、町・県民税の申告書を提出してください。

②国民健康保険税、国民年金、後期高齢者医療保険料、介護保険料、障がい者福祉児童手当、児童扶養手当、町営住宅使用料、学童援助などでは、住民税申告をもとに低

農耕用車両も、軽自動車税の課税対象です

トラクターなども登録を

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者に課税され、農耕用車両（トラクターなど）についても課税対象となり、登録（申告納税）が必要です。確定申告の納税相談の際に、農耕用車両の登録がない場合には、農耕用車両の所有状況を聞き、未登録車両は、「軽自動車税申告（報告）兼標識交付申請」の提出をお願いします。

農耕用車両の税金は確定申告で、農業所得の経費（租税公課）として、農業用車両の購入費は経費（減価償却費）として計上できます。領収書などを大切に保管して、収支を記録してください。また、固定資産税（償却資産）の課税には、農耕用車両は除外されません。

■お問い合わせ

税務課軽自動車税係

☎82・0662

事業のための構築物・機械などの資産の

固定資産税償却資産申告書の提出を

土地および家屋以外の資産で、事業のため使用されている構築物・機械・器具・備品などの資産は、固定資産税（償却資産）の対象になります。

償却資産をお持ちのかたには、12月下旬に、「平成21年度償却資産申告書」を送付していますので、2月2日（月）までに、税務課へ提出してください。

なお、申告書が届いていないかた、新規に事業を開始されたかたは、税務課までご連絡ください。

■お問い合わせ

税務課固定資産税係

☎82・0662

所得判定などの負担軽減措置が設けられています。このため、収入がなかったかた、収入があっても課税所得がないかたは、申告の義務はありませんが、低所得判定などの負担軽減措置を正しく受けるために、町・県民税申告書を提出してください。

③給与所得者で、勤務先で年末調整をし、ほかの収入がなく、所得税の還付申告もされないかたは、町・県民税の申告書を提出していただく必要はありません。

④住宅借入金など特別控除を受けているかた（平成11年から平成18年末までに入居で、所得税から控除しきれなかった額について、平成21年度の住民税の税額から控除を受けるかたは、「町・県民税住宅借入金等特別控除申告書」を提出してください。

3. 税務署・税理士による出張相談
①譲渡所得申告説明会
1月27日（火）
②還付・年金事前申告相談
2月10日（火）
③税務署・税理士相談
3月10日（火）
受付（各日とも）
午前10時～午前11時30分

午後1時～午後3時
会場（各日とも）
さよう文化情報センター

4. 年金所得があるかたの申告

公的年金収入のみのかたで、65歳未満で70万円未満のかた、65歳以上で120万円未満のかたについては、所得が0円となりますので、申告の必要はありません。

公的年金の支払額は、公的年金支払機関から町へ年金支払報告書が提出されるため、これに基づき課税資料を作成します。

ただし、公的年金以外の所得があるかたは、申告が必要です。また、右記のかた以外で社会保険料、生命保険料、扶養などの控除があるかたは申告をしてください。

5. 農業所得があるかたの申告

税法上で農業は事業であることから、事業として農業（水稲、野菜、果樹、畜産など）を営み、農業所得のあるかたは申告をする必要があります。

ただし、自家消費米のみ生産している農家のかたや、先祖伝来の農地の維持管理のために農業を営んでいるかた

は、申告の必要はありません。事業として農業を営み、収支計算をして農業所得がある場合は、収入金額や必要経費の証拠書類を保存、記帳のうえ、申告相談で収支計算書を提出してください。



6. 平成20年中に収入がなかったかたの申告

平成20年中に収入がなかったかた（学生、主婦、生活保護、無職、扶助・援助、遺族年金・障害年金など）については、申告の義務はありませんが、住民税申告をもとにした低所得判定による負担軽減などの措置を正しく受けるために、町・県民税申告書を提出する必要があります。

収入がなかったかたの申告書については、申告会場のほか、税務課、各支所・出張所でも申告書を受付します。

■お問い合わせ

税務課町民税係
☎ 82・0662



イータックス
ご利用ください「e-Tax」
さよう文化情報センターで
電子申告ができます

e-Taxでの申告で電子証明書を併せて送信した場合に、平成20年分申告の所得税額から5,000円が控除されます（平成19年分が平成20年分のいずれか1回。所得税額が限度）。
e-Taxによる還付申告の場合は、還付金の振込みが約3週間後と早くなります。

事前役場住民課で取得手続きを行ってください。手続き後、交付まで10日前後かかります。

■お問い合わせ
税務課町民税係
☎ 82・0662
相生税務署
☎ 0791・23・0351

■受付時間
午前10時～午前11時30分
午後1時～午後3時

■期 日
2月23日（月）～27日（金）
3月9日（月）～13日（金）



園児たちのかわいらしい演技（上月保育園）



放水を行う消防団員のみなさん

確実に・敏速に

町消防団・町消防署合同消火訓練

三日月地域乃井野地内で、11月30日、消防団と消防署の合同消火訓練が行われました。

これは、「味わいの里三日月」周辺で火災が発生し、折からの強風にあおられ周辺に延焼拡大の通報を受けた消防署と地元消防団、要請を受け

た町内機動分団が連携して消火活動を行うという想定で実施されたものです。

午前7時55分、火災発生の際に、12台の消防車と207人の消防団員・消防署員が2か所の水利から、一斉にホースを延長し、迅速に放水を行いました。

安全・安心のまちづくりを

佐用警察署・町消防署年末警戒発隊式

12月1日、マックスバリュ佐用店前の駐車場で、佐用警察署と町消防署の年末警戒発隊式が開催されました。

この式典は、警察署と消防署、また生活安全グループなどが連携をとって、まちを犯罪や災害などから守ろうと開催されたもので、約200人の参加がありました。

式典に参加した人たちは、安全・安心のまちづくりに向け、決意を新たにしています。

式典終了後は、上月保育園や佐用マリア幼稚園の園児たちが誓いの言葉を元気に述べました。また、両園児のかわいらしい演技や鼓笛演奏なども披露されました。

できるだけ早期の設置を

住宅用火災警報器の設置はお済みですか

全国の火災による死亡者数のうち、住宅火災での死者が多くの割合を占めています。

原因の多くは、出火に気がつかず、逃げ遅れたことによるものです。死者を少しでも減少させるためには、各家庭で住宅用火災警報器の設置がとても重要です。

アメリカでは、1970年代から、個人住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられ、普及が進んだことで、死者が大幅に減少しました。また、イギリスでも同様の成果が確認されています。

住宅用火災警報器具の設置は、平成23年5月末日まで猶予期間がありますが、設置がまだのご家庭は、大切な家族の命を守るため、できるだけ早く設置しましょう。



火災被害を最小限にとどめるために設置しましょう

■お問い合わせ 消防署 ☎82-3872



救命士からの ワンポイントアドバイス

今回は

搬 送 法

先月号は搬送法のうち、応急担架の作りかたを紹介しました。今月号は徒手搬送（人力による搬送）を紹介します。

徒手搬送は、担架などが使用できない場所での搬送や、事故現場から安全な場所へ緊急に移動させるための手段です。徒手搬送は、慎重に行っても、傷病者に与える影響が大きいので、必要最低限にとどめ、最後の手段として考えてください。

■ 1人で搬送する方法



● 背部から後方に移動

わきの下に入手を抱え、かかえるように起こし、片方の腕を持ち、お尻をあげるように搬送します。



● 背負って搬送

背負った後、膝の後ろから手を入れて、腕を持ちながら搬送します。

■ 2人で搬送する方法



● 前後から抱え搬送

1人は背中、もう1人は足を抱え、2人で同時に持ち上げ、足側から進んでいきます。



● 手を組んで搬送

傷病者の左右から向かい合い、お互いの手を組み、座らせるようにして搬送します。

■ 3人で搬送する方法



● 両手で持ち上げ搬送

傷病者の頭側の膝を立て、3人の手がすべて交互になるように手の位置を決め、同時に持ち上げながら立ち、足側から搬送します。

■ お問い合わせ 消防署 ☎ 8 2 - 3 8 7 2

水槽付消防ポンプ自動車と 高規格救急車を更新



更新された車両2台

消防署では、このたび水槽付消防ポンプ自動車と高規格救急車を更新しました。

水槽付消防ポンプ消防自動車は、2,000ℓの水槽を装備しており、火災現場で直ちに放水を開始することができます。また、この間に別のポンプ車からの送水を受けることで、途切れることなく放水を行えます。

また高規格救急車は、救急業務の高度化に対応し、スムーズな救急救命活動ができるよう、室内空間を大幅に拡大するなど、さまざまな工夫や装備により、さらに安全に搬送できるようになっています。

この水槽付消防ポンプ自動車と高規格救急車を活用し、より一層、安全安心なまちづくりに努めていきます。

佐用クリーンセンター からお知らせ 年始の業務

1月5日（月）から収集と搬入受付開始します

祝祭日の業務

**1月12日（成人の日）
2月11日（建国記念の日）**

上記の祝祭日は、収集と搬入の受付を行います。また、直接搬入は

■ 受付 午前9時～午後4時30分

■ 料金 100℥まで300円。以降、100℥ごとに300円が加算されます。

■ お問い合わせ

佐用クリーンセンター ☎ 8 2 - 0 2 9 3

すべての町民の暮らしを応援します

としょかん



だより

佐用町立図書館

佐用郡佐用町佐用2585 TEL 82-0874 FAX 82-0313

メールアドレス toshokan@town.sayo.lg.jp

ホームページ <http://www.toshokan.town.sayo.lg.jp>

雑誌リサイクルのお知らせ

次の日程で保存期限切れの雑誌を無料で提供します。詳細は次号でお知らせします。

■日時 2月13日(金)・14日(土) 午前10時～午後5時

図書館の郷土資料を

ご利用ください③

当館では、町内の歴史・文化、できごとなどに関する本や資料を「郷土資料」として集めています。

定期刊行物では、「広報さよう」や「さよう議会だより」、西はりま天文台「宇宙NOW」、各地域づくり協議

会の「センター報」など町及び町関係機関発行のもの。また、「県民だよりひょうご」、「土木・かみごおり」、「兵庫県統計書」など県発行の刊行物もあります。これらは可能な限りバックナンバーも集めています。

このほか、町内の情報が掲載された新聞記事のスクラップや県内市町の広報誌とパンフレット、全国分の電話帳などもあります。

「郷土資料」については、図書館までお問い合わせください。

としょかんボランティア「あそびせ隊」のおはなし会

■日時 毎週土曜日
午後2時～午後2時30分

■場所 図書館おはなしコーナー

■対象 幼児・小学生

■申し込み 不要

おはなし会「小さい人(5歳以上)」

■日時 毎週日曜日
午後2時30分～午後3時

■場所 図書館おはなしコーナー

■1月のおはなし 「天福地福」

「大きい人(小学3年生以上)」

■日時 毎週日曜日
午後3時～午後3時30分

■場所 図書館おはなしコーナー

図書館 カレンダー

1月 January 睦月							2月 February 如月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31							

※色文字の日は休館日です。開館時間は午前10時～午後6時

上月文化会館 移動図書館
「いなかの本だな」
1月の巡回日は8日(木)です

■1月のおはなし
「ネギをうえた人」
■申し込み 不要

おりがみ教室

■日時 1月24日(土)
午後3時～3時30分

■場所 さよう文化情報センター

■対象 3歳以上の子ども
(保護者の参加も可)

1月のおりがみ

「ごまふアザラシの赤ちゃん」
■申し込み 不要。おりがみをお持ちください。

ママプラザ だより



親子のきずな

「子どもを産んで、よかったと思ったことは何ですか」先般行った中学生との育児交流会で、中学生からおかあさんに質問をもらいました。「親のありがたみが、理解できたこと」「私の顔を見て思いきり、ほほえんでくれたとき」「しんどいなと感じているときに、小さい手で『よしよし』としてくれたとき」「ともに成長できること」「絶対の信頼を寄せてくれていること」・・・など、すばらしい回答をいただきました。

毎日、子どもと過ごしていると、体力的にも精神的にも「しんどい」ことのほうが多いように思えます。しかし、中学生から質問を受け、あらためて日ごろの子育てを振り返ってみると、子どもの存在が親にとってどんなに大きく、大切な存在であるかということに気づかされました。

親と子の信頼関係は、毎日の子どものかかわりの



10月に行われた上津中学校との交流会

なかで形成されていきます。そして、その後の人と人の信頼関係の基礎になります。授乳や抱っこをすることで、親の体温を感じ、こころの安らぎを感じます。

親は、離乳が始まり成長が進むと、やっと子どもから手が離れたとひと安心してしまいがちですが、精神的な離乳は、6～8歳ぐらいだと言われています。

「もう大きいのに・・・」と言わず、授乳期と同じようにに肌と肌のふれあいが大切です。

今年もいっぱい子どもを抱きしめてあげてくださいね。

お問い合わせ

キラキラツ子ママプラザ ☎82・4108
ビスラツ子ママプラザ ☎86・1153
ひまわりツ子ママプラザ ☎78・0264
みかづきツ子ママプラザ ☎79・3788

新着図書案内

2008.11.14 ~ 2008.12.9 受け入れ分の一部



●大人向けの本

- 松居直のすすめる 50 の絵本 ー大人のための絵本入門
松居 直／著 教文館
- 寂聴あおぞら説法 4 瀬戸内寂聴／著 光文社
- 魅惑のモロッコ ー美食と雑貨と美肌の王国
たかせ藍沙／写真・文 ダイヤモンド・ビッグ社
- 強欲資本主義ウォール街の自爆
神谷秀樹／著 文芸春秋
- インターネットで確定申告 平成 21 年 3 月締切用
ーはじめてチャレンジ！
田中卓也／著 シーアンドアール研究所
- 長寿遺伝子を鍛える ーカロリーリストラクションのすすめ
坪田一男／著 新潮社
- 禁煙バトルロワイヤル 太田 光／著 集英社
- 漆喰復活 ー天然建材 5000 年の底力
船瀬俊介／著 彩流社
- 石原結実の元気になるしょうがレシピ
石原結実／著 日本文芸社
- すこやかママのマタニティ・ヨガ ーお産力アップ!!
きくちさかえ／著 成美堂出版

- 農業の基本価値 大内 力／著 創森社
- まっ白 ージミー大西画集
ジミー大西／著 集英社

新編滝口雅子詩集

- 滝口雅子／著 土曜美術社出版販売
- 彼岸花 宇江佐真理／著 光文社
- ★伴天連の呪い ー道連れ彦輔 2
逢坂 剛／著 文芸春秋
- ▲宇宙を孕む風 片山恭一／著 光文社
- ファミリーポートレイト 桜庭一樹／著 講談社
- ▲みのたけの春 志水辰夫／著 集英社
- ★銀のみち一条 上・下巻
玉岡かおる／著 新潮社
- ▲武士の尾 森村誠一／著 幻冬舎
- 造花の蜜 連城三紀彦／著 角川春樹事務所
- レンアイ相談 小手鞠るい／著 筑摩書房
- 謝罪の時代 ー昼寝するお化け第 8 集
曾野綾子／著 小学館
- 心の旅人たち
ポール・マクダーモット／著 ポプラ社
- ひとり日和 上・下 (大きな文字の本)
青山七恵／著 大活字

●子ども向けの本

- 日系人の歴史を知ろう 高橋幸春／著 岩波書店
- ハリセンボンがふくらんだ
鈴木克美／作 あかね書房
- はなたれこぞうさま 長谷川摂子／文 岩波書店
- ワニのライルとたんじょうパーティー
バーナード・ウェーバー／さく 大日本図書

▲は図書館と上月図書室に、★は図書館と南光図書室に、■は図書館と三日月図書室にあります。

地域包括支援センター通信

介護保険制度を

知っておきましょう③

今月は在宅サービスの訪問系サービスを紹介いたします。

■訪問を受けて

利用するサービス

*訪問介護 (ホームヘルプ)

ホームヘルパーが自宅を訪問して、買い物・そうじなど家事援助や入浴・排泄などに対する援助を行います。

【町内事業所】

J A 兵庫西佐用介護センター、社協きらめきケアセンター

*訪問看護

医療的な処置が必要な方について、主治医の指示のもとに看護師が訪問して療養上の世話や指導・相談に応じます。

【町内事業所】

岡本医院、共立訪問看護ステーション、佐用訪問看護ステーション

*訪問リハビリテーション

在宅での生活行為向上のために、主治医の指示のもと理学療法士などが自宅へ

訪問してリハビリを行います。

【町内事業所】

岡本医院、佐用共立病院、佐用訪問看護ステーション

*訪問入浴介護

寝たきりなどにより自宅で入浴ができないかたに、浴槽を家へ持ち込んで入浴介護をします。

【町内事業所】

社協きらめきケアセンター

*居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが訪問し療養上の管理・指導をします。

※在宅サービスは介護度に応じて、利用方法・回数・金額など細かく定められていますので、くわしいことはお問い合わせください。

次回は通所系サービスを紹介いたします。

■お問い合わせ

健康課 ☎ 87・8020

家族介護用品支給事業

紙おむつなどが半額で購入できます

在宅で介護を必要とする高齢者のみなさん、また介護しているみなさん、紙おむつなどの介護用品の負担が多くてお困りではありませんか。町では、そのようなかたのために、介護用品が2分の1の負担で購入できる「家族介護用品支給事業」を行っています。

対象者は住民税非課税世帯で、要介護1から要介護5までに認定された在宅の高齢者、およびそのかたを介護している世帯です。

対象の介護用品は、①紙おむつ②尿とりパッド③使い捨て手袋④清しき剤などです。

介護用品は、もよりの町社会福祉協議会支所を通じて購入していただきます。1か月につき3千円以上1万円以下の介護用品について2分の1の自己負担で購入できます。

■お問い合わせ 健康課 ☎87-8020

「男性の料理教室」参加者募集

男性も台所に立つ時代。いずみ会といっしょに食事を作って、「食」について考えてみませんか。

■日 時 1月28日(水) 午前10時～

■場 所 佐用町保健センター

■参加費 1人 500円

■対 象 町内在住の男性 (先着20人)

■申込締切 1月23日(金) まで

■申し込み・問い合わせ

町いずみ会事務局(健康課) ☎87-8020

★献血のお願い★

1月8日(木)

■午前10時～正午

■午後1時30分～午後3時
いずれも佐用高校

2月5日(木)

■午前9時30分～

午前10時30分

消防署

■正午～午後1時

播磨グローリー

■午後2時～午後3時30分

佐用中央病院

■お問い合わせ

健康課 ☎87-8020



「早寝・早起き・朝ごはん」生活リズムを整えよう

新しい年のはじまりですね。みなさん、家族の健康や、子どもたちの健やかな成長を願われたことでしょう。健康で過ごすためには、生活のリズムを整え、3食しっかり食べることが大事です。

■早寝・早起きしよう

【睡眠は脳や体をつくる】

睡眠中は、脳で記憶を整理したり、体を点検・回復させたりする働きがあります。メラトニン(眠りを誘う沈静作用や抗酸化作用がある)や成長ホルモンの分泌に欠かせない物質も主に睡眠中に分泌されます。しっかり睡眠をとらないと脳も体も成長しません。

【“朝の光”が生体リズムをととのえる】

早起きして“朝の光”を浴びることで、25時間が1周期となっている私たちの体内時計は調整されます。その他に“朝の光”は、こころの穏やかさを保つ神経伝達物質の働きを高めたり、ホルモン分泌へのよい影響を与えたりします。

注) 神経伝達物質・・・神経細胞と神経細胞との間で刺激を伝えるために必要な物質

■朝ごはんを食べよう

【朝ごはんはなぜ大事?】

①1日の活力源になる

寝ている間に低下した体温を上げ、体を目覚めさせる働きがあります。また、脳にエネルギーが補給

され、やる気や集中力がでます。

②便秘を予防する

食べ物や胃のなかに入ると、その刺激で大腸が活発に働き、便通がよくなります。

③肥満を予防する

昼食までの空腹感をなくし、食べすぎを防ぎます。

【どんな朝ごはんがいい?】

①主食をしっかり食べましょう

ごはんやパンに含まれる炭水化物は、体内で分解されてブドウ糖になり、唯一脳のエネルギーになります。

②たんぱく質は欠かさずに

肉や魚・卵など筋肉や血の源となるたんぱく質をとりましょう。

③野菜や果物を毎朝一品

体の調子をととのえるビタミン類が多い野菜や果物をとりましょう。

④汁物や飲み物をプラスしましょう

①②③で不足している栄養を補ったり、のどごしをよくして食事を食べやすくします。

今年も健康に過ごすために・・・家族で「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけましょう。

兵庫県佐用健康福祉事務所

行事カレンダー (1月10日～2月9日分)

■犬の引き取り

1月14日(水) 10:00～10:30

■アルコール相談(要予約)

1月15日(木) 13:30～15:30

■精神保健福祉ボランティア養成講座(要予約)

1月19日(月) 13:30～15:30

■専門的栄養相談(要予約)

1月20日(火) 10:00～11:30

■デイ・ケア(精神障がい者社会復帰訓練事業)

1月22日(木) 13:30～15:30

■精神保健福祉ボランティア養成講座(要予約)

1月30日(金) 13:30～15:30

※いずれも、場所は佐用健康福祉事務所

■お問い合わせ

兵庫県佐用健康福祉事務所

☎ 82-2621



赤ちゃん和妈妈の行事

★すくすく健康相談(平成20年7月生まれ)

1月9日(金) 13:30～

★ヨチヨチ健康相談(平成20年1月生まれ)

1月16日(金) 13:30～

★3歳児健診(平成17年11月～12月生まれ)

1月21日(水) 13:30～

★4か月児健診(平成20年9月生まれ)

1月26日(月) 13:30～

★0歳児クラス(2か月～1歳未満)

2月 2日(月) 2か月～6か月児 10:00～11:30

7か月～1歳未満児 10:30～12:00

★ぱくぱく離乳食教室

(すくすく健康相談後～1歳5か月未満)

2月 6日(金) 10:00～

※いずれも場所は上月保健福祉センター

携帯電話でもご覧いただけます。

QRコード対応の携帯電話のカメラで、右のQRコードを読み込んで町ホームページアドレスに接続してください。



健康だより



健康で『健幸』にスタート ～脳の健康を守ろう～

あなたが今年達成したい夢は何ですか？

「庭の草引きができるようになりたい」。83歳になるある高齢者の夢です。これができるようになるため、歩行練習に力が入ります。だれでも夢や目標があると前に進むことができます。この気持ちは大切にしたいですね。みなさんのご家庭でも、お正月、こたつを囲んで家族全員で今年の夢を語り合うのはいかがでしょうか。他人と比べる必要はありません。

ちなみに、「自分で健康」と感じる人は長生きしていると統計的に証明されているそうです。気持ちの問題でしょうか？

ところで、年をとると皮膚のシワが増えて深くなっていくように、私たちの脳も年をとるにつれて少しずつ萎縮^{いしゆく}し、シワが大きくなっていきます。特に記憶や感情をつかさどる部位の前頭葉や側頭葉は、頭頂葉の前方や後頭葉に比べて、老化に伴う萎縮が目立っていく傾向にあります。脳が萎縮する原因の一つとして、脳神経細胞数の減少があります。

脳全体には140億個もの神経細胞があるといわれ

ますが、30歳を過ぎるころから毎日、約10万個もの神経細胞が死んでいくとも言われています。でもすべてがなくなるのには400年かかるといわれますので心配は無用です。

特に脳は代償能力が強いので、神経細胞が死んでも、残った神経細胞が新たな回路を作ることができるので、脳の機能は失われにくいのです。さらに最近、アメリカの研究者によると、脳の一部には、神経細胞を新しく作り出す能力のある細胞が存在することがわかってきました。

そして、脳に栄養を行き渡らせるためには、縦横無尽に張り巡らされた血管のなかを、血液がスムーズに流れ続けることがとても重要です。血管の老化をできるだけ遅らせるためには、老化の促進因子となる高血圧、糖尿病、高脂血症の予防、管理が大切になります。

今年は老化予防の第一歩としての生活習慣病、メタボリック症候群に『まった』をかける一年にしたいものですね。

身近な施設をもっと知ろう

－上町集落福祉会が天文観望会を実施－

上町集落の福祉会が、このほど、老人クラブ「銀杏会」のみなさんと、西はりま天文台で天文観望会を開催し、約30人が参加しました。

この行事は、身近にある施設をより良く知ろうと、福祉会が行っているふれあいサロン事業の一環として行われたものです。

まずは「地球外生物は存在するのか」などの講話を聴いたあと、天文観測を行い、木星や金星を見ました。また観望会のあとは、手作りの温かいおにぎりとお茶をいただき、交流を楽しみました。

参加者のみなさんは「寒いなかでしたが、楽しい一日でした。次回も企画してほしい」と話していました。



天文観測を楽しむみなさん。「きれいに見えるなあ」

かわいらしい「牛」が登場

－瑠璃寺恒例のジャンボ絵馬－



かわいらしい絵馬の前で記念撮影

毎年、瑠璃寺（船越）の入り口に設置される「大絵馬」の除幕式が、11月26日に行われました。

「大絵馬」の設置は今回で18回目。除幕式には、三河保育園児と絵を描いた香寺高校美術工芸部員のみなさんで行われ、かわいらしい牛の親子が、仲良く張り子の上で微笑んでいる「大絵馬」が披露されました。

また、この「大絵馬」には、瑠璃寺の大江秀謙住職によって「どんぎゅうのき吞牛之氣（牛を丸呑みにするほど意気盛なこと）」と、「たくとくりようき度徳量力（自分の徳をはかり、信望や力量を確かめ、事にあたること）」の言葉も書かれていました。大江さんは「みんなが身の程を知ってがんばれば、世の中はもっとよくなる。意気盛んにがんばりましょう」と話していました。

昆虫館を盛り上げよう

－昆虫館周辺で「がんばれ昆虫館イベント」－

11月30日、船越地内の昆虫館手前の仁王門右手の広場で、「NPO法人こどもとむしの会」主催の「がんばれ昆虫館イベント」が行われ、多数の参加がありました。

この催しは、4月に新たに開館する昆虫館の温室内の植物などを販売し、それを今後の活動資金にしようと、三河地域づくり協議会や自治会の協力のもと行われたものです。

会場では植物のほかに、NPO法人のみなさんのフリーマーケットや、ひまわり館などによる地元特産物さんしんが販売されました。

そのほか、三線演奏も行われ、来場したみなさんは演奏を聞きながら、買い物を楽しんでいました。



工作を通じ昆虫について学ぶ子どもたち

美しい音色と紅葉を楽しむ —「もみじのタベ」—



美しくライトアップされた会場

家内地内の清林寺で、このほど、「もみじのタベ」が開催されました。このイベントは美しく紅葉したもみじを、多くの人に見ていただくとう企画されたもので、当日はとても寒い日でしたが、多くのかたが訪れました。

来場者のみなさんは、境内に設置された300個のろうそくと、かがり火が作り出す幻想的な雰囲気の中で、アコースティックギターとのこぎりの演奏、クラリネット演奏を楽しんでいました。

地域をあげて小さな名所づくり —三日月地域の国道沿いにイルミネーション—

12月7日から、国道179号線と県道上郡三日月線の交差点にある「市ノ上モニュメント公園」が、イルミネーションで彩られました。

この事業は「地域に小さな名所を」と、三日月地域づくり協議会が主体となって毎年実施されています。なお、このイルミネーションは、1月中ごろまで点灯される予定です。同協議会のみなさんは「短い間ですが、地域の人たちの目を楽しませることができて、うれしい。これが地域の活性化につながれば」と話していました。



イルミネーションで彩られた公園

収穫を祝い交流深める —福沢集落でふれあい収穫祭—



食事をしながら、会話もはずみます

福沢ふれあい広場で、このほど、第8回ふれあい収穫祭が開催されました。当日は小春日和の好天氣に恵まれ、地元産の野菜やしし肉をふんだんに使ったしし汁やご飯、焼き芋などがふるまわれ、約80人が交流を楽しみました。

また、72点の出品による野菜の品評会も行われました。出品野菜はその場で販売され、同時に行われた福祉バザーの収益金などといっしょに社会福祉協議会に寄附されました。

なお、品評会の結果は次のとおりです。(敬称略)

【金賞】花谷マス子(大根)

【銀賞】岡田徳雄(自然薯)・福田秀明(チンゲン菜)

【銅賞】小松 守(里芋)・金高 登(白菜)・小林隆男(水菜)

楽しいクリスマス会 —朝霧園でクリスマス会—

12月4日、朝霧園で、恒例のクリスマス会が行われました。

施設利用者のみなさんは、施設職員による余興を見たり、施設利用者のハンドベルの演奏やカラオケを聞いたり、楽しいひとときを過ごしました。

施設利用者で、今年10月で百歳を迎えた宮下伊作さんは「余興など、とても楽しい一日でした。また手作りのごちそうも、とてもおいしくいただきました」と話していました。



施設職員によるソーラン節

教訓を踏まえ、全国に先駆けて住宅
再建共済制度を平成 17 年 9 月から
スタートしました。

この「フェニックス共済」(兵庫
県住宅再建共済制度)は、住宅を所
有しているかたに加入いただき、平
常時から資金を寄せ合うことで、災
害発生時に被害を受けた住宅の再
建・補修を支援する制度です。

年 5,000 円の負担で被災時の
住宅再建に最高 600 万円の支援が
あります。住宅の規模・老朽度に関
係なく、定額の負担で定額の給付が
受けられます。

困ったときはお互いさま、そして
いざというときのわが家の安全・安
心のためにも、ぜひご加入ください。

加入については県内の郵便局(簡
易郵便局を除く)窓口でも受付して
います。また、ホームページ([https://
www.jutakusaiken.jp/yakkan.html](https://www.jutakusaiken.jp/yakkan.html))
でも申し込みができます。

■お問い合わせ

西播磨県民局企画調整部防災課
☎0791-58-2112

第 8 回 あさぎり書道展

佐用郡美術協会書道部の会員展で
す。数々の力作をご覧ください。

■期間 1月10日(土)～11日(日)
午前9時～午後5時(最終日は午
後4時まで)

■場所 さよう文化情報センター
ギャラリー

■主催 佐用郡美術協会

■お問い合わせ

生涯学習課 ☎82-3336

狩猟期間中の 事故を防止しましょう

11月15日から狩猟がはじまっ
ています。猟期期間は本年2月15日
までです(ニホンジカについては、
兵庫県全域で本年2月末日まで延長
されています)。

狩猟されるかたは、ルールを守り
事故や違反の防止に努めてくださ
い。

入山されるかたは、よく目立つ服
装やラジオで大きな音を出すなど、
誤射されないよう十分に注意しま
しょう。土曜、日曜および祝日は、
狩猟者が集中するので特に注意して
ください。

■お問い合わせ

農林振興課 ☎82-0667



人のうごき 12月10日現在()内は前月比

人 口 20,751人(−29)

男 9,894人(−20)

女 10,857人(−9)

世帯数 7,305戸(1)

12月中の移動

出生 13人 死亡 34人

転入 12人 転出 20人

お誕生おめでとう

11月21日から12月10日届出分 敬称略

個人情報につき非公開

お悔やみ申し上げます

11月21日から12月10日届出分 敬称略

個人情報につき非公開

ちようみんカレンダー

1月上旬～2月上旬

月日	曜日	内 容	場 所	時 間
1/8	木	高年大学南光教室 献血	南光文化センター 本誌 18頁をご覧ください。	10:30～
11	日	新春おりひめ寄席	本誌 23頁をご覧ください。	
14	水	福祉相談	三日月福祉拠点施設	13:30～16:00
15	木	高年大学佐用教室	さよう文化情報センター	10:00～
19	月	E M ぼかし講習会	佐用町保健センター	10:00～
20	火	高年大学三日月教室 高年大学上月教室	三日月文化センター 上月文化会館	10:00～
21	水	行政相談	役場本庁 2 階相談室 上月支所 1 階会議室 南光文化センター会議室 三日月文化センター	13:00～15:00
26	月	弁護士相談 (社会福祉協議会に予約必要)	久崎老人福祉センター	13:00～15:30
28	水	男性の料理教室	本誌 18頁をご覧ください。	
2/4	水	福祉相談	佐用町地域福祉センター	13:30～16:00
5	木	献血	本誌 18頁をご覧ください。	
10	火	農業委員会委員選挙 立候補者予備審査	本誌 10頁をご覧ください	



今月の税金

町県民税第 4 期分

国民健康保険税第 7 期分の

納期限は

2月2日(月)です

口座振替日は2月2日(月)です

納税は納期限までに!

— 今月の納税相談日 1月26日(月) —

受付時間 午前8時30分～午後5時

受付場所 役場本庁舎 税務課

災害・盗難・疾病・失業や廃業などによって納期限までに町税が納められない場合は、納税相談に応じます。

■お問い合わせ

税務課 ☎82-0662

介護保険料(普通徴収)第7期分の

納期限は **2月2日(月)です**

■お問い合わせ

健康課 ☎87-8020

後期高齢者医療制度(普通徴収)第7期分の

納期限は **2月2日(月)です**

■お問い合わせ

福祉課 ☎82-0661

募 集

入札参加資格 追加申請

平成21年度の建設工事、測量・建設コンサルタントなどの業務の入札参加資格審査申請書の追加登録申請と業種選択届の変更を、次の要領で受け付けます。

■受付期間

2月2日(月)～2月23日(月)

■有効期間

平成21年度の1年間

【追加登録申請】

■提出書類

(1) 建設工事に係る資格審査の申請書と添付書類

- ①一般競争(指名競争)参加資格審査申請書
- ②経営事項審査結果通知書の写し
- ③業態調書
- ④営業所一覧
- ⑤建設業の許可書の写し
- ⑥工事経歴書
- ⑦監理・主任技術者名簿
- ⑧登記簿謄本(法人の場合のみ)
- ⑨納税証明書(消費税及び地方消費税・町民税・固定資産税)
- ⑩入札参加資格業種選択届

(2) 測量など

- ①一般競争(指名競争)参加資格審査申請書
- ②登録証明書の写し
- ③業態調書
- ④営業所一覧
- ⑤技術者経歴書
- ⑥測量など実績調書
- ⑦登記簿謄本
- ⑧財務諸表類
- ⑨納税証明書(消費税及び地方消費税・町民税・固定資産税)

■提出部数 各1部

■提出方法

A4ファイルに綴じて持参

【業種変更届】

平成20年度選択の業種を平成21年度では他の業種に変更する場合のみ届出が必要です。

■提出書類

- ①入札参加資格業種選択届(変更)
 - ②工事経歴書(変更しようとする業種分)
- ※追加申請、業種変更は町内業者に限る。

■提出先・お問い合わせ

財政課 ☎82-0820

県立山の学校 入学生募集

兵庫県では、自然での体験と共同生活を通じ、「元気・やる気・自信・笑顔」づくりを支援する「山の学校」を開設しています。現在、平成21年度入学生の募集を行っています。

■対象者 自分の生きかたを見つめたいと考えている義務教育修了以上の15歳から20歳(平成21年

4月1日現在)までの県内在住の男子

■募集定員 20人

■授業料 無料

■諸経費 月5万円と入学時に9万円

■願書受付 2月6日(金)～2月20日(金)。郵送可。持参の場合は、土日、祝日を除く午前9時～午後5時まで。

■提出書類(ホームページからダウンロード可) 本人が記入した入学願書、3か月以内に実施した健康診断書 ぐわしくは下記まで。

■お問い合わせ

県立山の学校

☎(0790)62-8088

お知らせ

新春おりひめ寄席 を開催します

桂小米朝を改め、五代目桂米團治襲名記念の米朝一門の落語会です。桂米團治、桂ざこばや若手2名の落語に、人間国宝で、師匠であり、父でもある桂米朝に、桂南光も出演します。

■日時 1月11日(日)

午後2時開演

■場所 おりひめ文化ホール

■入場料 3,000円(当日500円増)

※未就学児童の入場はご遠慮ください。

ぐわしくは、広報12月号23頁をご覧ください。

■お問い合わせ

生涯学習課 ☎82-3336

NOSA Iの建物共済 証券のお届けは3月下旬

昨年11月～12月の期間、各地区の推進委員(農会長)のみなさんのご協力により、町内一斉に加入推進を行いました「NOSA Iの建物共済」に多数のお申し込みをいただき、ありがとうございました。ご加入の証券は、推進委員のみなさんを通じて3月下旬にお届けします。この期間に限らず加入出来ますので、下記までご連絡ください。

■お問い合わせ

農業共済課 ☎79-2983

フェニックス共済に 加入しましょう

兵庫県では、阪神・淡路大震災の



わが家のアイドル



金近 希沙ちゃん

好奇心旺盛なのに、怖がり屋の希沙。歌と踊りが好きで毎日楽しませてくれてありがとう。これからも、その笑顔でみんなを幸せにしていってね
父ちゃん・母ちゃんより

星空ばんざい 西はりま天文台公園 国際宇宙ステーション、10周年おめでとう

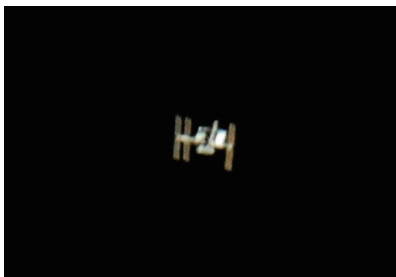
国際宇宙ステーション（ISS）は、2008年11月20日で、打ち上げから10周年を迎えました。

ISSは、日米欧など世界15ヶ国が共同で、地上400km上空の宇宙空間に建設している有人施設です。

1998年11月に最初のパーツが打ち上げられてから、167人の宇宙飛行士が訪れるなど、現在は、全長約89m、総質量300tにまで発展しました。これまでに人類が作り上げた最大の宇宙船となっています。

今後、日本からは、2009年に2人、2010年に1人の宇宙飛行士が滞在する予定になっています。2010年の完成をめざすISSの今後の活動も合わせて、活躍が期待されます。

西はりま天文台公園嘱託研究員 飯塚 亮



10月9日、西はりま天文台上空を通過したとき、25望遠鏡で拡大撮影した国際宇宙ステーション

天文クイズ

国際宇宙ステーションは、地球を1周するのにどのくらいの時間がかかるでしょう？

- (1) 90分 (2) 10時間 (3) 24時間
(4) 3日

先月のクイズの解答：(2) イオ

【応募方法】はがきまたはFAX・メールで住所、氏名、年齢、電話番号、答えを記入し役場まちづくり課まで送ってください。正解者のなかから抽選で3人のかたに景品を送ります。なお、発表は景品の発送をもって当選者のかたにお知らせします。



シリーズ 佐用町の誇り
瑠璃時の不動明王と鬼追い

国定公園の豊かな自然に囲まれ、指定をされているだけでも16件もの文化財を有し、文化財の宝庫といえる船越山瑠璃寺は高野山真言宗の別格本山で、中世から近世にかけては南光坊として修験道の拠点ともなっています。

この瑠璃寺には不動明王に関する国指定重要文化財が2点あります。1点は絹本着色不動明王二童子像（大正5年国指定）で衿羯羅と制吒迦の2童子を両脇に配した三尊形式で現され、制作は鎌倉時代初期と考えられています。もう1点は木造不動明王坐像（昭和63年国指定・写真）で、およそ千年前の平安時代中期に作られた等身大の坐像です。

不動明王は、大日如来の化身ともされ、右手に剣、左手に絹索を持ち、憤怒の形相をしており、火を観想して動ぜず、悪を退散させ、一切の人々を救うとされています。そして、不動明王は護摩供養の本尊とされています。「護摩」とは、密教や修験道において、本尊を招き、その知恵のはたらきにみたてた火中に、護摩木や供物を投じて供養する修法で、息災や増益などの護摩法があります。瑠璃寺では、普段は護摩堂において行っていますが、2月の第1日曜日には本堂東側において採燈大護摩鬼追いが行われます。

鬼追いは、寺院の年頭行事である修正会に際して行われ、赤鬼、青鬼、天狗などが登場し、悪疫をはらい、天下泰平、五穀豊穡の願いが込められています。

長い歴史の中に、これらの文化財や伝統行事が伝えられており、現代に続く人々の信仰と文化が感じられます。

編集後記

◆新年、明けましておめでとございます。本年も、よろしく願っています。◆今年の干支は丑です。インターネットで検索すると「十二支のなかで、もっとも粘り強く、誠実な干支」などの記載がありました。私も今年は年男。干支の丑にあやかっ、何事にも粘り強く、そして力強くがんばりたいと思います。