

広報 すおう 大島

ひと・まち★きらり



1 月号

2010 (平成 22) 年
No. 64



狂言・能を鑑賞

12月2日、久賀中学校において生徒らが本格的な能楽を鑑賞しました。

これは文化庁主催の「本物の舞台芸術体験事業」の一環として開催されたもので、生徒の中には能楽師といっしょに謡を共演するなどし（写真左下）、古典芸能のすばらしさを体感しました。

年頭のごあいさつ



周防大島町長
権木 巧

「幸せに暮らせる町づくりに
向けて全力を傾注します。」

新年明けましておめでとうござ
います。

町民の皆様におかれましては、
輝かしい新春をお迎えのこととお
慶び申し上げます。

平素は、町政の推進につきまし
て、格別のご理解ご協力を賜り、
厚くお礼申し上げます。

さて、昨年十月には、周防大島
町が誕生して満五年を迎えました。

新町では、中本町長のもと、合
併直後の未曾有の財政危機を克服
し、旧町から引き継がれた事業に
加え、新町建設計画に掲げる主要
プロジェクトでありました大島斎
場、一般廃棄物処分場、リサイク
ルセンター、東和庁舎及び星野記
念館の建設、和田・沖浦・安下庄
の下水道事業、生活交通バス体系
の見直し、防災行政無線整備、中
学校の統合、東和中学校改築、大
島病院新築移転など、懸案の事業
を進めてまいりました。

一昨年の十一月、私は周防大島
町二代目の町長として就任し、主
要プロジェクト事業の完成あるい
は推進を引き継ぎましたが、百年
に一度と言われる経済危機の中、

厳しい経済状況のもとでの船出と
なりました。

危機的な世界経済、厳しい財政
状況の中で、平成二十一年度の予
算編成に当たり、財政の健全化を
第一に掲げた上で、行政コストの
削減により生み出された財源で、
生活関連施設の整備や子育て支援
の充実、滞在型・体験型観光に取
り組み、交流人口百万人を目指す
など、「合併してよかったと実感で
きる町づくり」を進めることを念
頭に、取り組んでまいりました。

その後も、景気の先行きが不透
明な中、政府では数次にわたる緊
急経済対策予算が組まれ、本町も
すでに子育て支援や観光振興、学
校耐震化等教育振興のほか道路維
持など生活関連の補正予算を追加
計上し、執行しているところであ
ります。

一方、九月には政権交代という、
大きな時代の転換点に直面し、地
方自治体においても従来にはない
対応や、政策の視点の転換が求め
られております。

政権交代により、「地域主権」の
確立、地方自主財源の大幅拡充、

国と地方の協議の場の法制化など、
地方の立場から大いに期待するも
のであります。他方、地方財政
への影響は不確実な状況でありま
す。当町の財政の健全化は緒につ
いたばかりであり、財政健全化の
大きな目的は「住民サービス水準
の安定的な確保」にあると思っ
ております。そのために、私の四十
数年にわたる行政経験を生かしな
がら、真面目に、誠実に、地道に、
謙虚にそして確実に「幸せに暮ら
せる町づくり」に向けて、全力を
傾注してまいりる所存であります。

虎は『騎虎の勢い』『虎を野に放
つ』などのように強い、猛々しい
というイメージの一方、『虎は千里
往って千里還る』の諺のように、
家族愛の深い動物でもあります。
今年の干支にちなんだ、強い信念
と優しい心で、町政運営に尽くし
てまいりたいと存じます。

今年が、町民の皆様にとりまし
て、すばらしい年となりますよう、
心より祈念申し上げます。新年のごあ
いさつといたします。

生活機能評価を受けていますか

わが町周防大島町で輝いて生きよう100歳に挑戦

住み慣れた地域でいつまでもいきいきと暮らすためには、生活機能の低下を予防することが大切になってきます。自分の体や心の状態を知り、元気なうちから自分にあつた介護予防に取り組んでいくことが大切です。このため、町では生活機能評価を実施しています。生活機能とは歩行や移動、家事や仕事をこなす能力、心や体の働き、家庭や地域の中での役割など日常生活を維持していくための諸活動のことで、元気で自立した生活をするために必要になる能力をいいます。

▼生活機能評価について

生活機能評価は、自分では気づきにくい生活機能の低下を早く発見して予防することにより、介護が必要になる状態を予防するために行われる健診です。自分の生活機能の状態をチェックして、自分にとって必要な介護予防の方法を知ることができます。

生活機能が低下する主なものは、つまづき・転倒などの運動機能の低下や嘔む・のみ込むなどの口腔機能の低下、栄養不足などがあります。心身の機能低下を感じるような自覚症状のある方は、すぐに生活機能評価を受診することをお勧めします。

■対象者

町内に住所を有する65歳以上の方で介護保険の要支援・要介護認定を受けていない方

■検査内容

- 生活機能チェック
問診（基本チェックリスト含む）・身体計測・血圧測定・診察等
- 生活機能検査（生活機能チェックの結果必要な人に実施）
血液検査（貧血、栄養状態）・心電図検査・反復唾液嚥下テスト等

■検査料金 無料

■実施期限および実施医療機関

2月27日(土)まで町内の医療機関で実施しています。

■受診方法および結果について

- ①医療機関を受診します
まずは「基本チェックリスト」に記入します。
- 記入した「基本チェックリスト」および「生活機能評価受診券」「介護保険証」を持参します。
（基本チェックリスト・受診券は平成21年5月に郵送しています）

※医療機関によっては予約が必要ですので事前に確認して受診してください。

※生活習慣病を予防するための特定健診や健康診査にあわせて受診することができます。

②生活機能の低下がみられる方に受診結果を通知します

生活機能評価の結果、生活機能の低下があり介護予防の取り組みが必要とされた方（特定高齢者）には町から結果通知と介護予防教

室などのご案内をします。

③生活機能評価の結果をもとに、保健師が個々の状態をお聞きしながら、元気で過ごしていくための介護予防について一緒に考えさせていただきます

▼介護予防に取り組みましょう

最近の研究では、高齢になっても体や心の状況は、使い続けられ向上することがわかっています。

住み慣れた周防大島町で元気に暮らしていくためにも、老化のサインを早く発見して今ある機能でできるだけ低下させないよう維持したり改善するために、日常生活の中で介護予防に取り組んでいきましょう。

■問い合わせ

介護保険課 介護予防班
☎0820(77)5530



税務申告

相談所の開設は2月15日(月)から

本年の確定申告、町県民税・国民健康保険税・介護保険料、後期高齢者医療保険料等の申告相談は下表の日程で会場を開設します。なお、対象地区での相談日が都合の悪い方は、どこかお近くの相談所に日程をご確認のうえおいでください。申告についての詳細は、別に配布しております「申告案内(申告書付き)」をご覧ください。各会場で相談員にご相談ください。

税務課からのお願い

申告相談所開設期間中は、税務課・各総合支所では、担当職員が各相談所の事務に従事して出払いますので、通常の税務業務のみとさせていただきます。申告書の提出受付や簡易な説明を除いて申告相談は受け付けませんので、各地区ごとに開設する申告相談所においていただきますようお願いいたします。

必ず町県民税等の申告書を提出するようにお願いします。確定申告をした方、サラリーマンで年末調整の済んだ方などは町県民税等の申告は必要ありません。

なお申告をされませんと各種申請に必要な所得証明などが交付できませんし、国民健康保険税や介護保険料、後期高齢者医療保険料等の軽減措置が受けられません。扶養の認定、年金の裁定請求や免除申請にも所得の証明(申告)が必要になります。

問い合わせ

税務課 ☎0820(74)1008

◆大島地区

月・日	曜日	対象地区	相談時間	会場
2月15日	月	小山田北、寺家、東畑 小山田南、西畑	9:30～16:00	蒲野農村環境改善センター
2月16日	火	中塚、前港、西の郷 流東、流西、小平	9:30～16:00	
2月17日	水	東浜北 東浜南、後港	9:30～16:00	
2月18日	木	蔵本、明神松(東・西) 三蒲中村、新屋敷、西田	9:30～16:00	
2月19日	金	笠佐 棟畑、屋代中村、奥村、石原、 椋原、自光寺	9:00～11:00 9:30～16:00	笠佐老人憩いの家 屋代山泉センター
2月20日	土			
2月21日	日			
2月22日	月	新開、松崎崎、金屋、唐樋 安迫、水車、砂塚、小方、五反田	9:30～16:00	第十分団消防機庫
2月23日	火	【確定申告相談】大島地区全域	9:30～16:00	しまとびあスカイセンター(ホール)
2月24日	水	小松中田 手崎、明新、屋代中田	9:30～16:00	大島庁舎(1階会議室)
2月25日	木	宮の下、北石 沖石、(上・中・下)片山	9:30～16:00	日見公会堂
2月26日	金	日見(浜、塩町、木原) 日見(奥田中、里)	9:30～16:00	日見公会堂
2月27日	土			
2月28日	日			
3月1日	月	横見(森添、大歳) 横見(塩田)	9:30～16:00	横見老人憩いの家
3月2日	火	戸田(立石、皆地、赤石) 戸田(中浜、下庄、西浜)	9:30～16:00	沖浦農村環境改善センター
3月3日	水	戸田(迎原、原定) 戸田(久保庄、坂本)	9:30～16:00	出井老人憩いの家
3月4日	木	出井(川窪、中開地) 出井(天神東、明神、追通)	9:30～16:00	出井老人憩いの家
3月5日	金	家房(大東、久保) 家房(家房原、割石)	9:30～16:00	家房老人憩いの家
3月6日	土			
3月7日	日			
3月8日	月	神領、中、原 田中、銅、郷の坪	9:30～16:00	神領コミュニティーセンター
3月9日	火	北一(西・中・東) 北二(西・中・東)	9:30～16:00	小松コミュニティーセンター
3月10日	水	瀬戸、南一 南二、南三	9:30～16:00	J A 山口大島農協 周防大島支所
3月11日	木	徳神、吉井、上砂田、砂田、 下砂田 吉兼、上北迫、下北迫、東北迫	9:30～16:00	J A 山口大島農協 周防大島支所
3月12日	金	川地、羽越、石小田、先小田 中小田、和田	9:30～16:00	J A 山口大島農協 周防大島支所
3月13日	土			
3月14日	日			
3月15日	月	志佐(浜西、浜東) 志佐(郷串、上湯所、下湯所)	9:30～16:00	志佐老人憩いの家

◆久賀地区

月・日	曜日	対象地区	相談時間	会場
2月15日	月		(東和班へ支援)	
2月16日	火	向町、仲町 八幡上、八幡下	9:30～16:00	久賀ふるさと館 (2階集会所)
2月17日	水	洲崎、港町、戎町 上本町、本町、古町	9:30～16:00	
2月18日	木	前島	9:00～11:00	前島公民館
2月19日	金	久保河内上	9:30～16:00	久楽会館
2月20日	土			
2月21日	日			
2月22日	月	畑能庄 久保河内下	9:30～16:00	久楽会館
2月23日	火		(大島班へ支援)	
2月24日	水		(橋班へ支援)	
2月25日	木	白石 大崎	9:30～16:00	大崎公会堂
2月26日	金	【確定申告相談】久賀地区全域	9:30～16:00	山口県大島防災センター(多目的ホール)
2月27日	土			
2月28日	日			
3月1日	月	山田下、山田中 山田上	9:30～16:00	山田公会堂
3月2日	火	山下浜東1区 山下浜東2区、山下浜西1区	9:30～16:00	棕野北地区学習会館
3月3日	水	山下浜西2区、西ヶ原	9:30～16:00	
3月4日	木	花田道面、平原大畑 木屋原	9:30～16:00	棕野公民館
3月5日	金	久保田中郷 大元	9:30～16:00	
3月6日	土			
3月7日	日			
3月8日	月	向津原 東下津原、東中津原	9:30～16:00	山口県大島防災センター(会議室)
3月9日	火	(東・西)天満町 西中津原、上津原	9:30～16:00	
3月10日	水	新開東、丸山 新開西	9:30～16:00	山口県大島防災センター(会議室)
3月11日	木	中瀬田	9:30～16:00	
3月12日	金	流田 佐古、庄地	9:30～16:00	山口県大島防災センター(会議室)
3月13日	土			
3月14日	日			
3月15日	月	宗光東 宗光西	9:30～16:00	山口県大島防災センター(会議室)

※今回から久賀総合センター→山口県大島防災センターへ変更になっています。

申告所得税・消費税の納税は
安全便利な口座振替をご利用ください。

ご利用にあたっては、各税目ごとに「納付書送付依頼書・預貯金口座振替依頼書」を作成し、納期限までに税務署または金融機関に提出していただく必要があります。すでに、口座振替をご利用の方につきましては、新たに提出していただく必要はありません。

確定申告会場の開設日程

地区	開設日	相談時間	会場名
柳井税務署管内全域	2月16日(火)～3月15日(月)	9:00～17:00	柳井税務署
周防大島町			
大島地区	2月23日(火)	9:30～16:00	しまとびあスカイセンター 橘総合センター 東和総合センター 山口県大島防災センター
橘地区	2月24日(水)		
東和地区	2月25日(木)		
久賀地区	2月26日(金)		

※確定申告会場が今回から変更になっています。
久賀総合センター⇒山口県大島防災センター
大島文化センター⇒しまとびあスカイセンター

◎確定申告は2月16日(火)から

平成21年分所得税確定申告の相談および申告書の受付期間(確定申告期間)は

平成22年2月16日(火)から3月15日(月)までです。

税務署の閉庁日(土・日・祝日)は、相談および窓口での申告書の受付は行っておりませんのでご注意ください。なお、申告書は郵送等または税務署の時間外収受箱への投函により提出することができます。※還付申告の方は、平成22年2月16日(火)以前でも申告書を提出することができます。

■問い合わせ 柳井税務署
0820(22)0277

◆橘地区

月・日	曜日	対象地区	相談時間	会場
2月15日	月	土居(西上) 土居(西下・西中)	9:30～16:00	日良居出張所
2月16日	火	土居(東上) 土居(東中・東下)	9:30～16:00	
2月17日	水	日前浜(浜西・浜東)、長浜 日前浜(浜西中・浜中・日良居団地)	9:30～16:00	
2月18日	木	日前郷(貞広) 日前郷(大光寺)	9:30～16:00	
2月19日	金	日前郷(新屋上) 日前郷(新屋下)	9:30～16:00	
2月20日	土			
2月21日	日			
2月22日	月	秋(江頭・下開地) 秋(西開地・神田)	9:30～16:00	秋老人憩いの家
2月23日	火	吉浦	9:30～13:00	吉浦区民館
2月24日	水	【確定申告相談】橘地区全域	9:30～16:00	橘総合センター(集会室・老人集会室)
2月25日	木	(東和班へ支援)		
2月26日	金	浮島(樽見) 浮島(江ノ浦)	9:00～11:00 12:30～14:30	浮島地区学習等供用施設 浮島漁村センター
2月27日	土			
2月28日	日			
3月1日	月	鹿家	9:30～13:00	鹿家地区農事集会所
3月2日	火	西浦 おれんじヒルズ、長天、田中	9:30～16:00	橘総合センター(老人集会室)
3月3日	水	塩宇 真宮	9:30～16:00	
3月4日	木	和戸 正分	9:30～16:00	
3月5日	金	安下 源明、川間	9:30～16:00	安下区民館
3月6日	土			
3月7日	日			
3月8日	月	油良(西) 油良(西中・東中)	9:30～16:00	橘ふれあいかんこ楽園
3月9日	火	油良(東) 油良(郷)	9:30～16:00	
3月10日	水	庄南 庄北、大泊	9:30～16:00	橘ウインドパーク
3月11日	木	三ツ松(東) 三ツ松(中・西)	9:30～16:00	
3月12日	金	栄 安高	9:30～16:00	安高地区農事集会所
3月13日	土			
3月14日	日			
3月15日	月	原 古城	9:30～16:00	原地区学習等供用施設

◆東和地区

月・日	曜日	対象地区	相談時間	会場
2月15日	月	小泊(東・東中・西中・天神)	9:30～16:00	小泊公民館
		馬ヶ原、黒谷	9:30～16:00	馬ヶ原公民館
2月16日	火	内入(東・西) 小伊保田	9:30～12:00 13:30～16:00	内入公民館 小伊保田公民館
2月17日	水	和田(東泊・西泊・中泊) 和田(庄東・庄西・庄里)	9:30～16:00	和田公民館
2月18日	木	小積、大積、五条 神浦(東・西)	9:30～13:00 9:30～13:00	海辺の家おつみ 神浦公民館
2月19日	金	和佐(磯・東浜・東中浜) 和佐(西浜・大西・郷)	9:30～16:00	和佐公民館
2月20日	土			
2月21日	日			
2月22日	月	森(水上・鹿老渡)、 平野(後園・祇園) 森(片上・盛浜・走出)	9:30～16:00	東和総合センター(ふるさと研修室)
2月23日	火	平野(塩屋・内浜・江口・鎌田) 平野(為栗・本平野・防河内)	9:30～16:00	
2月24日	水	(橘班へ支援)		
2月25日	木	【確定申告相談】東和地区全域	9:30～16:00	東和総合センター(大ホール)
2月26日	金	長崎(東・西)、下田中 西方、下田(東・西)	9:30～16:00	西方公民館
2月27日	土			
2月28日	日			
3月1日	月	情	9:30～14:00	情島公民館
3月2日	火	油宇(14区・15区) 油宇(13区・16区)	9:30～16:00	油宇公民館
3月3日	水	油宇(17区・18区) 油宇(19区)	9:30～16:00	
3月4日	木	雨振、伊保田(3区・6区) 伊保田(4区・5区)	9:30～16:00	油田農村環境改善センター
3月5日	金	伊保田(7区・10区) 伊保田(8区・9区・11区)	9:30～16:00	
3月6日	土			
3月7日	日			
3月8日	月	沖家室(中・峠・刈山) 沖家室(岡・鼻・南)	9:30～16:00	沖家室公民館
3月9日	火	佐連(東・中) 佐連(西)	9:30～16:00	佐連会館
3月10日	水	地家室(西・中) 地家室(郷・東)	9:30～16:00	地家室会館
3月11日	木	伊崎、外入(西泊) 外入(東泊・郷)	9:30～16:00	白木多目的共同利用施設
3月12日	金	外入(下妙見・宮下) 外入(上妙見・西三下・東三下)	9:30～16:00	
3月13日	土			
3月14日	日			
3月15日	月	船越(東・中) 船越(西)	9:30～16:00	船越公民館

4月1日から

水道料金等を改定します

現在の水道料金は、平成16年10月の新町合併時に統一制定し、その後、平成19年度において水道使用料の改定を行いました。今なお経営状況は厳しい状況です。

特別会計は独立採算制が原則ですが、平成20年度の収支状況は5億5千万円の赤字となっており、一般会計からの繰入により収支を保っている状況です。

水道利用者が町民の約9割におよぶ現状から改定幅は最小限に止め、次のとおり水道料金等について改定しますので、町民皆様のご理解とご協力をお願いします。

■平成22年4月1日以降の使用分から「水道料金等」が、次のように改定されます。

①基本料金の改定 2,100円 ⇒ 2,200円

②超過料金の改定 240円 ⇒ 250円

用途	改定前 (H22年3月31日まで)		
	基本料金 (2か月につき)		超過料金 (超過水量1立方メートルにつき)
	基本水量	基本料金	
一般用	12立方メートル	2,100円	240円
船舶・臨時用	1立方メートルにつき 472円		
消火用	無料		



用途	改定後 (H22年4月1日から)		
	基本料金 (2か月につき)		超過料金 (超過水量1立方メートルにつき)
	基本水量	基本料金	
一般用	12立方メートル	2,200円	250円
船舶・臨時用	1立方メートルにつき 472円		
消火用	無料		

③開閉栓手数料の改定 1,800円/1件 ⇒ 2,000円/1件

④加入金の改定

メーターの口径	改定前 (H22年3月31日まで)
	加入金の額
13 mm	21,000円
20 mm	47,000円
25 mm	73,000円
30 mm	137,000円
40 mm	237,000円
50 mm	450,000円
75 mm	867,000円
100 mm以上	町長が定める額



メーターの口径	改定後 (H22年4月1日から)
	加入金の額
13 mm	31,500円
20 mm	52,500円
25 mm	105,000円
30 mm	157,500円
40 mm	262,500円
50 mm	525,000円
75 mm	1,050,000円
100 mm以上	1,575,000円
上記以外	町長が定める額

※詳細については、3月に利用者の方へチラシにて配布させていただきます。

“安全・安心な水、あなたの料金が支える簡易水道”

■問い合わせ 上下水道課 ☎0820(79)1011

浮島航路「ひらい丸」と情島航路の予備船「第7せと丸」を売却します

町では新船建造に伴い現在運航中の「ひらい丸」と、予備船「第7せと丸」を一般競争入札により売却します。

■売却物件①

- ・船名 汽船「ひらい丸」
- ・進水 平成3年12月
- ・用途 旅客船
- ・総トン数 19トン
- ・船質 FRP
- ・全長 15・8m
- ・長さ(登録) 12・91m
- ・幅 3・87m
- ・搭載人員 60名
- ・機関 ヤンマーディーゼル
- ・最大出力 500PS

■売却物件②

- ・船名 汽船「第7せと丸」
- ・進水 昭和57年9月
- ・用途 旅客船
- ・総トン数 4・9トン
- ・船質 FRP
- ・全長 10・9m
- ・長さ(登録) 9・3m
- ・幅 2・5m
- ・搭載人員 27名
- ・機関 日産ディーゼル
- ・最大出力 140PS

■売却方法

・一般競争入札

■入札予定日

- ・3月中旬予定
- ・入札参加資格等の詳細については、2月に町ホームページへ掲載します

■問い合わせ

政策企画課地域振興班
 ☎0820(74)1007
 Eメール: seisakukikaku@town.suo-oshima.lg.jp



▲第7せと丸
(情島航路)



▲ひらい丸
(浮島航路)

特定健診を受けて 健康管理に役立てましょう

特定健診が始まって2年目を迎えました。みなさん健診を受けましたか？

特定健診は、生活習慣病予防の為に、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の発見・改善に着目した健診です。

私たちの健康をおびやかす心臓病、脳卒中、糖尿病等は、いずれも生活習慣病で、死因の60%以上を占め、現在も増え続けています。

生活習慣病の原因は、食べ過ぎや食塩・脂肪の摂りすぎ、運動不足、ストレス過剰、飲酒や喫煙などの不健康な生活習慣を続けていると、お腹まわりに脂肪がたまる内臓脂肪型肥満になりやすく、内臓脂肪が増えすぎると、脂肪細胞から血管を傷つけ、血栓を作るホルモンが分泌され動脈硬化が急激に進みます。そして、「高血圧」「高血糖」「脂質異常」状態をあわせると高血圧症、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病へと進行し、命にかかわる病気（心筋梗塞、脳卒中、腎不全など）を招く事になります。

しかし、内臓脂肪はつきやすく、落としやすいという特徴があり、適度な運動とバランスのとれた食事などにより減らしていくことが可能です。

ぜひ、この機会に特定健診を受けて、生活習慣病の予防、健康の維持増進に努めましょう。

※受診期間は2月末までです。

■問い合わせ 健康増進課 健康づくり班

☎0820(77)5504



2010年世界農林業センサスにご協力ください



平成22年2月1日現在で、全国一斉に“農林業の国勢調査”といわれる「2010年世界農林業センサス」が実施されます。

この調査は、今後の農林業の政策に役立てるために5年ごとに実施される極めて大切な調査です。

1月中旬から農林業を営んでいる皆様のところに調査員が訪問して、調査票に農林業の経営状況などの記入をお願いしますので、ご協力をお願いします。

受章

◆瑞宝双光章

吉村 實榮さん(西三浦)
(元公立学校長)



表彰

◆平成21年度明るい選挙啓

発作品

○標語の部

・山口県明るい選挙推進協
議会会長賞

原田泰一くん

(三浦小学校4年)

「い」の一票

きちんと選んで

明日のため」

○ポスターの部

・山口県明るい選挙推進協
議会会長賞

松井咲音さん

(大島中学校2年)

○習字の部

・山口県明るい選挙推進協
議会会長賞

金平真優奈さん

(明新小学校4年)

金平拓真くん

(大島中学校2年)

・佳作

藤谷夏実さん

(久賀小学校3年)

藤谷洋平くん

(久賀小学校1年)

◆第3回山口県総合芸術文

化祭・第46回山口県俳句大会

(11月15日・橘総合セン
ター)

・山口県議会議長賞

大谷優也くん

(島中小学校5年)

「手作りの

かかしに化けて

盆踊り」

・山口県教育長賞

東原風沙さん

(和田小学校2年)

「ミニトマト

すこしすっぱい

なつのあじ」

・佳作

竹田優太くん

(東和中学校3年)

中谷敦子さん

(安下庄中学校1年)

平成22年10月1日

「国政調査」

が実施されます

皆様のご協力をお願いします



めざせ!

かしい消費者

消費者金融からの借金が返せない

相談は山口県消費生活センター

☎083(924)0999

または町商工観光課

☎0820(79)1003

【相談】

5〜6年前から、生活費の補填として消費者金融を利用し、現在5社で約350万円借りている。派遣社員で収入が安定せず返済が苦しく、返済を滞らせるところ消費者金融1社から訴訟を起こされ、簡易裁判所から呼出状と訴状が届いた。対応方法を教えてください。

【処理】 訴訟への対応のほか、グレーゾーン金利による過払い金の有無を確認する必要性があることや、自己破産の検討など、債務整理の総合判断が求められることから、専門家に相談するよう山口県弁護士会法律相談センターを紹介した。

【ワンポイント講座】

今回の相談のようなケースは、多重債務と呼ばれる。最初は当座の生活費を補うためにクレジット会社からキャッシングするなど、ちよつとしたきつかけで始まり、1回で終わらせるつもりが、次第にたくさん借金を抱えて、返せなくなる状態を言います。

多重債務者の中には、債権者の取り立てや借金を苦にして自殺や夜逃げをするといった悲惨な事態に陥ることもあります。

多重債務に陥らないためには、高金利のサラ金などから借りるのではなく、家族や親族から支援は受けられないか。自治体の低利融資制度を利用できないかなどの検討をしてください。

また、借金の返済のための借金をせず、自分の収入で返済できなくなつた場合は、ご相談ください。

～災害で迷子にならないために～ 公開シンポジウム 1月30日開催

消防防災科学技術研究推進制度受託研究による公開シンポジウムを次のとおり開催します。大規模災害時の情報伝達について、一緒に考えてみませんか。

◆日時 1月30日(土) 午後1時30分開演

◆場所 大島防災センター

○1部 情報でつながる安心と安全

(午後1時30分～3時30分)

<招待講演>

- ・地震後の避難所ニーズ変化にどうこたえるか
神戸大学工学部教授 大西一嘉
- ・被災直後の情報収集について
中国新聞報道部 記者 里田明美

○2部 情報通信技術による被災情報の収集と提供

(午後3時40分～5時30分)

<招待講演>

- ・地域防災に必要な情報通信インフラとは
岩手県立大学ソフトウェア情報学部教授 柴田義孝

<講演>

- ・プロジェクトの進捗状況 (各部門担当者による)

◆主催 大島商船高等専門学校、周防大島町

◆問い合わせ

総務課 ☎0820(74)1000

農地を相続したときは・・・
地元の農業委員会に届出
をお願いします



農業委員会では、例えば、相続した方が地元を離れていて、自分では手入れができない場合に、農地の管理についてのご相談や、地元で借り手を探すなどのお手伝いをします。

農地法の改正により、相続などによる農地の権利取得を農業委員会がきちんと把握し、農地の有効利用に努めます。

◆問い合わせ

周防大島町農業委員会 ☎0820(79)1002

周防大島のなかで自然感動体験をしませんか 自然体験交流 in 大島

◆体験内容 ポンプラ飯作り、竹とんぼ、竹きり、カブトムシ幼虫探し

◆開催日 2月6日(土) ※雨天中止

◆開催時間 午前10時～午後4時

◆参加費 大人2000円 子供1000円

◆募集人員 30名(先着順)

◆場所 のん太の会モデル竹林(西屋代小田)

◆申し込み締切日 1月29日(金)

◆申し込み・問い合わせ

NPO法人のん太の会 ☎0820(74)2150



周防大島町食生活改善推進協議会
橘支部 国次 幸子

でバランスのとれた食事を心がけてほしいと思います。

教室を思い出して、野菜たっぷり

橘支部では秋と庄地区の男性を対象にこの地区で初めての男性料理教室を実施しました。16名の参加があり、とてもにぎやかに料理教室を開催することができました。

メタボリック予防や野菜摂取の大切さをお話し、「自分は食べすぎかな、お腹まわりが気になる」「野菜はもつと食べるようにしよう」という声が聞かれました。調理実習では「男子厨房に入らず」と考えている方もおられるのではないと思いましたが、日頃料理をされない方も楽しみながら調理されました。中には推進員より上手にさんまを三枚におろす方もおられました。今後この



ほうでえ～

ありゃ～のう

周防大島町の話題

女子大島駅伝



12月20日、第63回大島一周駅伝競走大会が開催されました。今年は肌寒い中でのレースとなりましたが、一般の部・高校の部の選手達は大島を一周する8区間のタスキをつなぎました。また、逗子ヶ浜をスタートする第63回中学校男子大島駅伝競走大会、第27回女子大島駅伝競走大会は6区間を走りました。

健脚を競う 大島一周駅伝



大島一周駅伝（一般の部・高校の部）

柳澤友美さん（東三浦） 青少年育成全国大会で表彰

11月30日、柳澤友美さんが国立オリンピック記念青少年総合センター（東京都）で開催された、青少年育成全国大会で表彰されました。柳澤さんは小学一年生から地元のガールスカウト山口県第28団に所属しこれまで活動してこれられ、現在はガールスカウトリーダー（指導者）として、少女スカウトの指導や県内はもちろん、中国・四国地区、日本連盟行事等で活躍されています。柳澤さんはガールスカウトについて、「ボランティアの活動を通して、全国の人々と触れ合うことが楽しい。今後も続けていきたい。」と話されました。



11月5日、東和総合センターで周防大島町消防出初式が行われました。式典に先立って、各分団が文化交流センター前において観閲行進を行いました。式典には約300名の消防団員が出席し、防災への決意を新たにしました。

周防大島町出初式



大人の仲間入り

1月4日、大島文化センター（小松）で成人式が行われました。式には121名が参加し、珠山源章さん（戸田）が新成人を代表して誓いのことばを述べました。

大島地区



久賀地区

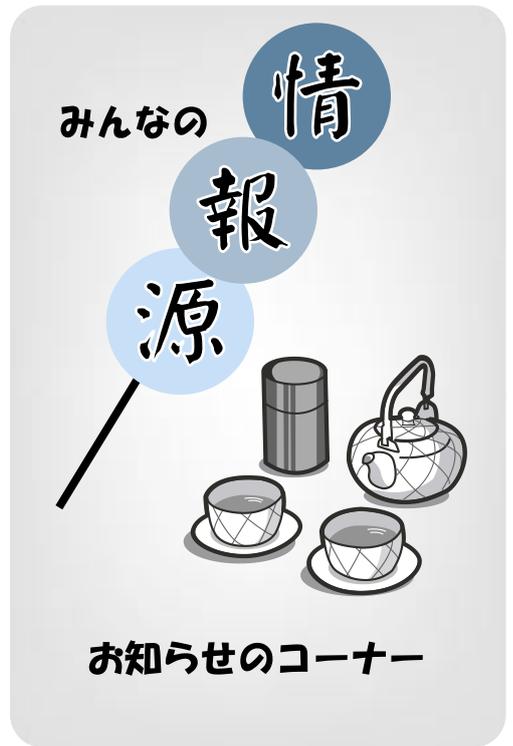


橘地区



東和地区





あります。

募集

平成22年度保育所（園）の園児募集

■保育所へ入所できる基準
保護者、特に母親の就労や出産、病気、心身障害あるいは家族の病人介護等の理由で家庭において児童を保育することができない世帯。

■入所の対象となる児童
家庭での保育に欠ける小学校就学前の児童。

■申し込み・手続き
入所申込書等は役場福祉課・各総合支所・各出張所・各保育所（園）に備え付けて

お知らせのコーナー

介護予防教室で指導する健康運動指導士（臨時職員）募集

■応募資格・募集人員

健康運動指導士の資格を持ち、高齢者に対する運動指導経験のある方 若干名

■勤務内容等

・高齢者を対象とした介護予防教室での運動指導および温水プールの教室での体操兼ウォーキング指導
・各教室開催に伴い変則勤務が可能な方。
・簡単なパソコン入力のできる方。

■勤務期間および勤務時間

・平成22年4月2日(金)～9月30日(休)(更新あり)

・各教室が開催される予定日とその時間（変則的教室あり）

■勤務場所

周防大島町内

■面接日・場所

別添通知します。

■申し込み方法

1月29日(金)までに履歴書および資格者証(写)を郵送もしくは持参のうえお申し込みください。

自治宝くじの助成を受けました

(財)自治総合センター自治宝くじの助成金により、各種イベント等で利用するテント・机・椅子・ワイヤレスアンプを整備しました。



◆問い合わせ 大島総合支所
☎0820(74)1002

相談

無料相談会

「家や土地の貸し借り」などでお悩みの方へ

家主や地主から一方的に立ち退きを求められるている、

〒742-2806

周防大島町大字西安下庄3920番地21

介護保険課 介護予防班

■申し込み・問い合わせ

介護保険課 介護予防班
☎0820(77)5506

入居者が賃料を滞納して困っている、家主からの嫌がらせなど、住居・生活の安全に関する問題で悩んでいませんか。法務局職員および人権擁護委員が無料で相談をお受けします。電話やインターネットでも相談できますので、どうぞご利用ください。

■場所

山口地方法務局岩国支局
(人権相談所)

■受付時間

平日のみ
午前8時30分～午後5時15分
※1月29日(金)まで

■相談電話番号

☎0827(43) 1125

※インターネットは法務省のHPからアクセスしてください。

■問い合わせ

山口地方法務局岩国支局
岩国人権擁護委員連合会
☎0827(43) 1125

司法書士サラ金・ヤミ金
無料電話相談会

■日時 2月6日(土)
午前10時～午後4時

■相談受付電話番号

☎0120(003) 821

■内容

消費者金融・信販会社・銀行等への返済でお困りの方々に、債務整理手続やお近くの司法書士事務所の紹介など、問題解決に向けてアドバイスします。

■問い合わせ

山口県青年司法書士協議会
相談会担当
司法書士 末富洋一
☎0837(52) 2205

お知らせ

地上デジタル放送

沖浦中継局が開局しました

周防大島町の沖浦デジタル中継局が12月に開局しました。沖浦デジタル中継局からは県内全局の5波(NHK総合・教育、KRY、TYS、YAB)が送信され、カバーしている大まかな地域は、戸田、出井、家房地区の周辺です。

地上デジタル放送では高画質・高音質のハイビジョンや、ニュースや天気予報が常時見られるデータ放送、携帯電話で見られるワンセグなど、アナログ放送にはなかった新しいサービスが楽しめます。

なお地上デジタル放送の視聴には、地上デジタル放送対応のテレビ、もしくはデジタルチューナーが必要です。

また、放送エリア内であっても、地形などの陰になり電波が遮られる場合は視聴できないことがあります。

■問い合わせ

総務省地デジコールセンター
☎0570・07・0101

山口県の最低賃金

◆必ずチェック！使用者も労働者も◆

最低賃金名	1時間	効力発生の日
山口県最低賃金	669円	平成21年 10月4日

鉄鋼業、非鉄金属製錬・精製業、非鉄金属・合金圧延業、非鉄金属素形材製造業最低賃金	795円	平成21年 12月15日
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業最低賃金	729円	
輸送用機械器具製造業最低賃金	771円	
百貨店、総合スーパー最低賃金	710円	

◆問い合わせ 山口労働局賃金室

☎083(995)0372

「冬の体力つくりとふれあい」
第29回久賀駅伝開催のお知らせ



◆期日 2月21日(日)
※参加申込は2月5日(金)必着

◆部門

- 一般の部(男子・女子) 5区間：9.6km
(農業者健康管理センター～学習のむら)
午前9時20分発
- スポ少女子・小学生低学年の部 5区間：4.5km
(防災広場・旧久賀グラウンド周辺)
午前10時30分発
- スポ少男子の部 5区間：5.5km
(防災広場・旧久賀グラウンド周辺)
午前11時発

◆開催要項・問い合わせ

久賀駅伝大会事務局
(久賀教育支所 ☎0820-72-2271)
※沿道のご声援よろしくお願ひします。

お知らせ

東和図書館休館のお知らせ

お知らせ

蔵書点検のため休館します。

■期間

1月25日(月)～30日(土)

本の返却については、玄関先にある返却ボックスをご利用ください。ご迷惑をおかけします。ご協力をお願いします。

■問い合わせ 東和図書館

☎0820(78)0629

海技免状更新講習

海技免状および小型船舶操縦免許証の有効期間は5年で、有効期間満了日の1年前から更新期間に入ります。

※海技士の免状をお持ちの方は、5日前までに必ず予約をお願いします。

※小型船舶操縦士で、有効期限を過ぎた方の講習も同時に行います。

■講習日時

1月31日(日)

講習開始 午後1時30分

■場所

大島文化センター

※持参品、料金等詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ

(社)中国船舶職員養成協会

☎082(255)8705

母子寡婦福祉資金貸付制度のご案内

山口県では母子家庭の母親または寡婦の方が扶養しているお子様が、入学や就職の際に必要な経費や入学後にかかる修学費について無利子で貸付を行っています。

主な資金は就学支度資金・修学資金・修業資金・就職支度資金です。資金の貸付を希望される方は、東部社会福祉事務所・母子寡婦福祉係(☎79・0138)にご相談ください。

■資金名および貸付額

※高校については自宅通学を対象とする。

○就学支度資金

・高校公立 7万5千円

・高校私立 41万円

・大学・短大公立 38万円

・大学・短大私立 59万円

○修学資金(月額)

・高校公立 1万8千円

・高校私立 3万円

・短大公立 5万1千円

・短大私立 6万円

・大学国公立 5万1千円
・大学私立 6万4千円

○修業資金

(修業期間5年以内)
月額 6万5千円

○就職支度金(母子家庭のみ)
10万円

■必要な書類

・母と子の戸籍謄本
・住民票(記載事項が省略されていないもの)
・その他、貸付資金ごとに必要となる書類

■問い合わせ

東部社会福祉事務所

(大島分室)

母子寡婦福祉係

☎0820(79)0138

上下水道課からのお知らせ

○排水設備工事はお済みですか

台所、風呂場やトイレなどから流される汚水を、下水道へ排除するための宅地内の排水管やマスなどを排水設備といえます。排水設備は、個人の負担でつくり、管理していただく私設の下水道で、個人の大切な財産です。

下水道が整備され利用できるようになった地域では、3年以内下水道への接続をお願いします。

○排水設備工事は、排水設備指定工事店で

周防大島町では、排水設備工事に必要な専門的な知識と技術を持った技術者を登録し、その技術者のいる工事店を、排水設備「指定工事店」として指定しています。排水管の布設やトイレの改造工事が正しく行われないと、配管が詰まったり故障の原因となったりして、日常生活に支障が生じ、下水道の機能にも悪影響を与える恐れがあります。そのため、必ず「指定工事店」で排水設備工事を行ってください。

○周防大島町排水設備指定工事店の新規登録受付

町では公共下水道事業、農業集落排水事業及び漁業集落排水事業の排水設備工事について指定工事店制度を採用しています。新規登録を希望する工事店は、受付期間内に申請してください。受付期間外の申請は受け付けることができませんのでご了承ください。

■受付期間

2月1日(月)～26日(金)

■指定手数料(指定店証受け渡し時に納付)

1件につき8000円

■指定期間

平成22年4月1日～平成25年3月31日

■申請・問い合わせ

上下水道課 ☎0820(79)1011

通行の支障となる草木は所有者の方で伐採をお願いします

道路敷地内の草木の伐採は、建設課において管理しておりますが、個人の敷地から道路にはみ出し、通行に支障となっている垣根等の伐採については、敷地所有者の方々に管理をお願いします。

◆問い合わせ 建設課

☎0820(79)1005

第26回 サザン・セト大島ロードレース大会

2月7日(日)午前9時～ 周防大島町陸上競技場



○ゲストランナー
市橋有里選手(前夜祭出席、5部10km出場予定)
1999年世界陸上セビリヤ大会銀メダル
○道路交通規制について(ご協力をお願い)
■期日 2月7日(日)
■時間 午前9時40分～午後1時
☆下田口から小伊保田まで国道437号線が全面通行止めとなりますのでご協力をお願いします。

スタート時刻	2km	9:40
	ハーフ(高校生以上男子)	10:10
	ハーフ(高校生以上女子)	10:10
	10km(高校生以上39歳以下男子)	10:20
	10km(40歳以上男子)	10:20
	10km(高校生以上39歳以下女子)	10:30
	10km(40歳以上女子)	10:30
	5km(中学生男子)	12:30
	5km(中学生以上女子)	12:30
	5km(40歳以上男子)	12:30

☆迂回路は大規模農道(定期バス・大型観光バス・大型貨物車除く)を利用してください。
☆交通指導員、誘導員の指示にご協力をお願いします。
■問い合わせ
周防大島町総合体育館
☎0820(78)2512
○沿道でのご声援をお願いします。
当日は「道の駅・サザンセトとうわ」周辺で特産品・バザー等の出店もありますのでお出かけください。

あなたの骨盤歪んでいませんか? 第3回骨盤矯正体操教室を開催します

好評につき骨盤矯正体操教室を開催しますので、ぜひ参加してください。
■日時 2月6日(土) 午後4時～5時
■参加費 500円
※ココカラ会員300円
■場所 しまとぴあスカイセンターホール
■持参物 室内シューズ・バスタオル
■講師 健康運動指導士 吉福 教子さん
■問い合わせ NPO法人ココロとカラダ 健栄会 ☎080(1919)1857

中小企業の事業主の皆さん加入しませんか。従業員の福利厚生としてお役に立ちます「ハートピア共済」

加入できる方は、県内に住所または、勤務先がある中小

企業の勤労者で、契約発効日の前日まで健康な方です。特徴は、月々わずかな掛金で、死亡・障害・入院・住宅災害等の事態に対して幅広い内容で保証し、さらに、結婚、出産、銀婚、小・中・高校入学祝いにも給付します。

1か月の掛金は、1型450円、2型900円、3型1500円、4型2000円、高齢者型450円となっています。さらに、1型から4型に加入された方、配偶者およびお子さまは、ファミリー型(500円/月)に加入できます。従業員の福利厚生面をより充実させるためにお勧めします。
なお、事業主が従業員のために共済掛金を負担された場合は、税法上は損金または必要経費として参入できます。

■問い合わせ 周防大島町勤労福祉共済会(商工観光課)まで ☎0820(79)1003

周防大島松山フェリーの運休について

周防大島松山フェリーは、ドックのため2月11日(木)から2月19日(金)まで運休となりますので、伊保田港には寄港しません。また、1月31日(日)から3月15日(月)まで防予汽船のドックに伴い、伊保田港発着のフェリーの時刻が変更されます。ドック期間中の時刻は次のとおりです。

	柳井発	伊保田発	三津浜着		三津浜発	伊保田発	柳井着
★1	00:20	01:39	02:50	★1	03:00	04:16	05:30
2	07:00	08:19	09:30	2	09:40	10:56	12:10
3	12:20	13:39	14:50	3	15:00	16:16	17:30
4	17:40	18:59	20:10	4	21:40	22:56	00:10

※★印は日曜日運休

◆問い合わせ

周防大島松山フェリー株式会社 ☎0820(75)1575

福岡方面の高速バスへの
無料シャトルバスを運行
します

柳井・周防大島・松山航路
活性化協議会では、景気の悪
化や高速道路料金の引き下げ
等により厳しい経営環境にあ
る同航路の維持・活性化を図
るため、現在、地域公共交通
総合連携計画の策定に向けた
調査事業を実施しています。

その一環として、福岡方面
の高速バスへ接続する、無料
シャトルバスを運行しますの
でお知らせします。

■運行区間

東瀬戸（周防大島町）～柳
井港（柳井市）～徳山駅（周
南市）

■運行期限

3月14日(日)までの土・日曜日

■運行ダイヤ

◆上り（1月30日まで）

東瀬戸	柳井港	徳山駅
9:30	9:50	11:00

◆下り（1月30日まで）

徳山駅	柳井港	東瀬戸
12:00	13:10	13:25
18:00	19:10	19:25
20:20	21:30	21:45

★

※★印は土曜日運休

催し

温水プール教室を開催し
ます

温水プールを活用した教
室を次のとおり開催いたし
ます。教室は水中の特性を活
かした有酸素運動で、無理な
く効果的にできるプログラム

◆上り(1月31日～3月14日)

東瀬戸	柳井港	徳山駅
7:15	7:35	8:45
9:40	10:00	11:10

◆下り(1月31日～3月14日)

徳山駅	柳井港	東瀬戸
12:00	13:10	13:25
18:00	19:10	19:25
20:30	21:40	21:55

■利用料金 無料

※ただし、高速バス福岡線の
乗車券を事前に購入していただ
き、簡単なアンケートに答えて
いただく必要があります。

・乗車券購入について

防長交通(株)高速バス予約センター
☎0834(32)7733

■問い合わせ

防長交通(株)平生営業所
☎0820(56)5100

特設人権相談所

- ◆日時 2月1日(月) 午前9時30分～正午
- ◆場所 橋総合センター
- ◆相談内容 法律、人権、土地、家屋、金銭貸借、
離婚などあらゆる生活上の心配事
- ◆相談員 人権擁護委員
- ◆問い合わせ 福祉課
☎0820(77)5505

で、各講座の希望する日に、
ご利用いただけます。

■場所

竜崎温泉温浴プール

■時間

いずれも午後2時～2時40分
①やさしいアクアビクスコース
水中でリズムに合わせて軽
快に手足を動かすコース

・日程

2月9日(火)・23日(火)

②燃やそう！体脂肪コース

アクアミットを利用し、ダ
イナミックに体を動かすコー
ス

・日程

2月3日(水)・4日(木)・17日
(水)・18日(木)・25日(木)

新年に無事故・無違反を誓おう！

柳井署管内では交通事故で、柳井市内3人・田布施町1人・周防大島町2人と6人（昨年11月末）の方の尊い命が失われました。

一人一人が「思いやりと譲りあい」の心を持ち、この一年を無事故・無違反で過ごしましょう。

▼ドライバーのみなさんへ

- 飲酒運転は犯罪です。絶対にやめましょ
う。
- 周囲への気配り・目配りを忘れずに、緊
張感をもって運転しましょう。

▼歩行者・自転車の方のみなさんへ

- 道路や踏切を渡るときは、周囲の安全を
確認しましょう。
- 渡ろうか、待とうか、迷ったときは待ち
ましょう。

◆問い合わせ

周防大島幹部交番 ☎0820(72)0110
柳井警察署 ☎0820(23)0110



警 察 署 だ よ り

◎運動の後はジャグジーで心も体もリラックスできます！
※各講座とも参加料は無料ですが、プール施設利用料が必要です。

■問い合わせ 介護保険課
☎0820(77)5530

平成21年度 柑きつ振興センター試験成績検討会

■日時 2月17日(水)
午後1時～午後3時30分

■場所 橘総合センター

■内容

◎話題提供
・杉田系(中生新系統)の栽培法

・「せとみ(商標名:ゆめほっぺ)」の栽培法

・「せとみ」の黒点病類似症の原因解明と防除対策

・ミカンバエの防除法
◎話題の品種の紹介および試食

■問い合わせ

柑きつ振興センター
☎0820(77)1019

島のくらしをおすすめ分け

〇みかん餅とポンカンあられづくり

・内容 みかん餅づくり、ポンカンあられづくり

・日時 2月1日(月)
午後1時～午後3時

・場所 工房ふきのとう(志佐)

・体験料 1000円

・受入人数 6人

・募集締め切り 1月22日(金)

〇みかん餅と郷土料理づくり

・内容 みかん餅づくり・ひじき炊き込みご飯・すいとん

・日時 2月3日(水)
午前9時30分～午後1時

・場所 しまとびあスカイセンター(小松)

・体験料 1000円

・受入人数 10人

・募集締め切り 1月22日(金)

※昼食あり。

〇サザエ飯づくり

・内容 サザエを殻から取り出し、サザエご飯を炊く

・日時 2月13日(土)
午前10時～午後1時30分

・場所 しまとびあスカイセンター(小松)

・体験料 2500円

・受入人数 3～6人

・募集締め切り 2月3日(水)

※昼食あり。

■申し込み・問い合わせ

周防大島くらし体験ネットワーク事務局(農林課内)
☎0820(79)1002

お元気でか？
こころは 栄養士です

周防大島町管理栄養士

橋本 はるみ

(健康増進課 健康づくり班)

食事は楽しみと同時に私達の健康を守るために大切なことです。毎日の積み重ねが健康づくりにつながります。しかし近年、エネルギーの摂り過ぎや偏った食事などで生活習慣病が増加し、特に中高年のメタボリック症候群の増加は問題となっています。

年末年始は忘年会やクリスマス、お正月などでご馳走を食べたりお酒を飲む機会が多かったと思います。お酒は意外と高エネルギーでたくさん飲むとエネルギーを摂り過ぎてしまいます。節度のある飲み方は肝臓をいたわるだけでなく、エネルギーの摂り過ぎを防ぎ

メタボリック症候群の予防につながります。新年を迎え、今年も元気で過ごすためにご自身の食生活について考えてみませんか。今回はお酒と上手につきあうためのポイントを紹介いたします。

▼お酒は「適量」と「時間」を守って
日本酒1合を肝臓で分解するには3～4時間くらいかかります。大量飲酒はそれだけで肝臓に負担を与えたり、知らないうちに高エネルギーを摂っています。また夜遅くまで飲んでいたりアルコールが分解されず翌日にお酒が残ってしまいます。適量や時間を守って飲むことは、健康維持につながります。

▼飲む前に水やお茶などをまず1杯
空腹時にお酒を飲むと、血中のアルコール濃度を急激に高めます。飲む前に水やお茶を飲むとアルコールの吸収をゆるやかにするとともに飲みすぎ食べすぎも防ぎます。

▼つまみを工夫しよう
アルコールは食欲を増すのでエネルギーの高い揚げ物などのつまみを食べすぎてしまいがちです。

まずエネルギーの少ない野菜料理で空腹感を満たし、その後豆腐や魚、肉などの料理を食べると量も控えられます。また、食べながら飲むことは胃を守りアルコールの吸収を和らげます。

▼週に2日以上は休肝日を
休肝日は、肝臓を休めるだけでなく、アルコールから摂取するエネルギーの節約にもなります。飲まない曜日を決めるとよいでしょう。

■主なお酒の適量目安

・ビール(5度)	中びん1本	アルコール量 20g
・日本酒(15度)	1合	アルコール量 21.6g
・焼酎(25度)	100ml	アルコール量 20g

1月	
21日(木)	健康相談〈10:00～11:30 久賀庁舎〉
22日(金)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉 3歳児健康診査〈13:00～13:30 (受付)〉
23日(土)	
24日(日)	休日当番医〈正木内科医院☎77-0021〉
25日(月)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉
26日(火)	健康相談〈10:00～11:30 たちばなケアプラザ〉 健康相談〈10:00～11:30 東和庁舎〉
27日(水)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉
28日(木)	健康相談〈10:00～11:30 久賀庁舎〉 育児相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉
29日(金)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉
30日(土)	
31日(日)	休日当番医〈安本医院☎73-0822〉
2月	
1日(月)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉
2日(火)	健康相談〈10:00～11:30 たちばなケアプラザ〉 健康相談〈10:00～11:30 東和庁舎〉
3日(水)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉 育児相談〈10:00～11:30 東和総合センター2階和室〉
4日(木)	健康相談〈10:00～11:30 久賀庁舎〉

5日(金)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉 こころの健康相談〈久賀福祉センター【要予約】〉 【申込先】健康増進課 健康づくり班 ☎77-5504
6日(土)	
7日(日)	休日当番医〈嶋元医院☎74-2310〉
8日(月)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉
9日(火)	健康相談〈10:00～11:30 たちばなケアプラザ〉 健康相談〈10:00～11:30 東和庁舎〉
10日(水)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉
11日(木)	休日当番医〈川口医院☎78-0306〉
12日(金)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉 育児相談〈10:00～11:30 たちばなケアプラザ〉 健康相談〈12:30～14:00 情島公民館〉
13日(土)	
14日(日)	休日当番医〈おげんきクリニック☎74-2490〉
15日(月)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉
16日(火)	健康相談〈10:00～11:30 たちばなケアプラザ〉 健康相談〈10:00～11:30 東和庁舎〉 育児相談〈10:00～11:30 久賀福祉センター集会室〉
17日(水)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉
18日(木)	健康相談〈10:00～11:30 久賀庁舎〉
19日(金)	健康相談〈10:00～11:30 しまとびあスカイセンター〉 おはなし会〈10:00～11:30 橋総合センター〉
20日(土)	

1歳6か月児健康診査のお知らせ

- ◆日時 2月26日(金)
13:00～13:30 (受付時間)
- ◆場所 たちばなケアプラザ
- ◆対象者
 - ・平成20年6月19日
～平成20年8月26日生まれの幼児
 - ・平成22年2月26日現在、1歳6か月～2歳
未満で受診していない幼児
- ◆問い合わせ 健康増進課☎77-5504



2月の柳井健康福祉センター定例保健事業

相談内容	実施日	時間
B・C型肝炎抗体検査	10日(水)	10:00～11:00
骨髄バンク登録検査	10日(水)	9:00～10:00
エイズ抗体検査	10日(水)	13:00～15:30
思春期・ストレス相談	12日(金)	10:00～15:00
心の健康相談	16日(火)	13:00～14:00

- ※相談・検査は事前に電話予約が必要です。
◆問い合わせ 柳井健康福祉センター☎0820(22)3631

このコーナーはPDF版では掲載しておりません。

今月の納税

国民健康保険税 (普通徴収)
第7期分
町県民税 第4期分
納期限 2月1日(月)
◆税務課
☎74-1008

人の動き (1月1日現在)

人口	20,085人	(23人減)
男	9,046人	
女	11,039人	
世帯数	10,471戸	(11戸減)

周防大島町交通事故発生状況 (平成21年11月末現在)

人身交通事故		
件数	死者	傷者
60	2	79
前年比		
+3	+2	+4

物損事故件数		
件数	前年比	増減
232	前年比	+6

絵本力をつける

子育て応援！



子育て支援センター

☎ 77 - 55 05

本の好きな子どもに育ってほしいと願っている大人にとつて、最大の課題は子どものために「本を選ぶこと」ではないでしょうか。特に成長の大きな節目を迎える小学校世代の子ども達への選書は悩むところです。そこで今回、児童書専門店「こどもの広場」の主宰者であり、ブックリストの編集、執筆や出前のブックトーク、選書会の実践者である横山真佐子さんをお迎えして、小学生のために本を選ぶ方法についての講演会を開催いたします。

■日時 1月27日(水)

午後1時30分～3時

■場所 八幡生涯学習のむら 八角堂

■講師 横山 真佐子 氏

■申し込み 福祉課 ☎ 0820 (77) 5505

▼講師プロフィール

児童書専門店「こどもの広場」主宰。

下関市を拠点に、小中学生への本の紹介活動、講演会、シンポジウムの企画・運営を展開。各種機関・団体の委員を務める。主な著書に、「子育て絵本相談室 こまっ たときの絵本だのみ」(ポプラ社)「かがくする心の絵本 100」(平凡社)など。

このコーナーはPDF版では掲載しておりません。

周防大島町ホームページ

<http://www.town.suo-oshima.lg.jp>

Eメール

seisakukikaku@town.suo-oshima.lg.jp

発行◆山口県周防大島町

編集◆政策企画課(周防大島町大字小松126-2)

☎ 0820 (74) 1007

印刷◆ダケモト印刷(有)