



広報 | 2015.2.15 No.503

2

# さなごうち

PUBLIC INFORMATION SANAGOCHI

2月3日(火)  
保育所節分誕生会  
(詳しくは7ページ)

## 主な内容

- 申告相談のお知らせ ..... 2~4  
臨時職員募集 ..... 15



### IP電話番号

村役場代表 5000~5004  
議会事務局 5005  
教育委員会 5006  
社会福祉協議会 5007

総務企画課 TEL.679-2113

住民税課 TEL.679-2114

議会事務局 TEL.679-2152

産業環境課 TEL.679-2115

健康福祉課 TEL.679-2971

社会福祉協議会 TEL.679-2304

建設課 TEL.679-2970

保育所 TEL.679-2217

FAX.679-2125

教育委員会 TEL.679-2817 FAX.679-2173

### 土・日・祝日 および夜間

●TEL.679-2111

●IP.5000~5004

●FAX.679-2125

# 平成27年度 村民税・県民税 申告相談のお知らせ

平成27年度村・県民税の基礎となる平成26年中所得の申告相談が始まります。

村では、ご自分で所得を計算し、申告書を作成していただくことを推進しています。申告相談当日は、記載方法のアドバイスも行いますので、お近くの申告相談会場をご利用ください。

また、3月4日・5日の2日間は税理士による申告相談が行われます。分離課税所得（山林所得・土地建物などの譲渡による譲渡所得・株式などの譲渡所得など）のある人は、上記の期間に相談にきていただければ、より専門的な内容の相談を受けることができます。

期 間	会 場	受付時間
2月17日（火）	高樋保健センター	午前 9時 ～ 正 午
18日（水）		
19日（木）		
24日（火）	JA 徳島市嵯峨出張所	午後 1時 ～ 午後 4時
25日（水）		
26日（木）		
3月3日（火）	農振センター ※4日、5日は税理士 相談窓口開設	午後 1時 ～ 午後 4時
4日（水）		
5日（木）		
8日（日）		
10日（火）	宮前公民館	
11日（水）		
12日（木）		

※3月8日（日）は混雑が予想されますので、出来るだけお近くの会場で申告をお願いします。

国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険に加入している人は、保険税（料）の算定のために、所得がない人（無収入、遺族年金・障害者年金を受給されている人）も申告が必要です。

申告がない場合、軽減対象にならないなどの不利益が生じる場合がありますので、申告をお願いします。

## ●村・県民税の申告に必要なもの●

項 目	必 要 な 書 類 な ど
収入を証明するもの	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給与や年金の源泉徴収票</li> <li>・農業・営業など・不動産所得の計算に関係ある帳簿・収支内訳書・領収書など</li> </ul>
控除を証明するもの	・国民健康保険税、後期高齢者医療・介護保険料の領収書、または納付証明書
	・国民年金保険料控除証明書、健康保険料領収書など
	・生命（介護医療・個人年金）保険料控除証明書
	・地震保険料控除証明書、旧長期損害保険控除証明書
	・身体障害者手帳など
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・平成26年1～12月に支払った医療費などの領収書 (個人・病院毎に分類のうえそれぞれ合計してください。)</li> </ul>
寄付金税額控除	・領収書・振込（払込）受領書
その他必要なもの	・印鑑（認印可、シャチハタ印不可）

## 平成27年度から村・県民税に適用される主な改正点

### ■ 住宅借入金など特別税額控除の延長・拡充

平成25年度税制改正で、住宅借入金など特別控除については、居住年月日の適用期限を平成25年12月31日から平成29年12月31日まで4年間延長するとともに、平成26年4月以後に居住を開始した場合の控除限度額の拡充がされることとなりました。所得税は平成26年分から、個人住民税は平成27年度から適用されます。

#### 住民税の住宅借入金など特別税額控除の控除限度額

居住年月日	各年度の控除限度額
平成26年1月1日 ～ 平成26年3月31日	所得税の課税総所得金額など × 5% (村民税3%、県民税2%) (最高 97,500円)
平成26年4月1日 ～ 平成29年12月31日	所得税の課税総所得金額など × 7% (村民税4.2%、県民税2.8%) (最高 136,500円)

※平成26年4月～平成29年12月については、住宅に適用される消費税率が8%または10%である場合です。

### ■ 上場株式などに係る配当所得および譲渡所得などに対する軽減税率の廃止

上場株式などの配当・譲渡所得などに係る10%軽減税率（所得税7%、住民税3%）の特例措置は、平成25年12月31日をもって廃止されました。

平成26年1月1日以後は、本税率の20%（所得税15%、住民税5%）が適用されることとなりました。

### ■ 非課税口座内の少額上場株式などに係る配当所得および譲渡所得などの非課税措置の創設

平成26年から平成35年までの各年に金融商品取引業者などの営業所に開設した非課税口座において、毎年新規投資額で100万円を上限に、5年以内に支払を受けるべき配当所得および譲渡所得などについて、非課税とすることとされました。

### ■ ゴルフ会員権などの譲渡損失に係る損益通算などの改正

譲渡損失の他の所得との損益通算および雑損控除を適用することができない生活に通常必要でない資産の範囲に、主として趣味、娯楽、保養または鑑賞の目的で所有する不動産以外の資産（ゴルフ会員権など）が追加されました。

これにより、ゴルフ会員権などの譲渡損失については、総合課税において、他の所得との損益通算が適用できなくなりました。申告の手続きなどは、税務署にしてください。



徳島税務署からのお知らせ

## 申告書は、自分で作成してお早めに

にせ税理士に  
ご用心！

税務相談は、税理士又は税理士法人でなければ  
できないことが、法律で規定されています。

### ◆申告と納税はお早めに！

税 目	申告・納付期限	振替納税の口座振替日
所得税及び復興特別所得税	3月16日（月）	4月20日（月）
個人事業者の消費税及び地方消費税	3月31日（火）	4月23日（木）
贈与税	3月16日（月）	口座振替は利用できません

### ◆徳島税務署の確定申告会場は「アスティとくしま」です！

会 場	期 間
アスティとくしま 3階第2特別会議室 (徳島市山城町東浜傍示1)	2月2日（月）～3月16日（月） (土・日・祝日を除く。ただし、2月22日及び3月1日の日曜日は確定申告の相談・申告書の受付を行います。)

- 受付時間は午前9時～午後4時まで（午後4時以降は受付できません。）。
- この期間、徳島税務署庁舎内には、確定申告会場を設けておりません。
- アスティとくしまの駐車場については、有料（1日200円）となりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

### ◆所得税及び復興特別所得税の確定申告とは

所得税及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年間に生じたすべての所得の金額とそれに対する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との過不足を精算する手続です。

### ◆申告書を作成するときは

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用して作成し、郵送か電子申告（e-Tax）で！お早めに！

**確定申告は便利なe-Taxで！**

**e-Taxを利用すると…**

**申告と納税は期限内に！**

**所得税  
3月16日（月）**

**消費税  
3月31日（火）**

**個人事業者**

**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**  
市役所、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カードリーダライタの購入**  
利用する電子証明書の仕様に合ったものを確実の上、家電量販店やインターネット販売等でお求めください。

**おうちで作成 ネットで申告**

**e-Tax詳しくは国税庁ホームページへ 国税庁で検索**

【お問い合わせ先】 徳島税務署（電話622-4131）

# 軽自動車税についてのお知らせ

バイクや軽四輪自動車などの軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者に課税されます。4月2日以降に廃棄または譲渡などをした場合も、その年度は1年分の軽自動車税がかかります。

バイクや軽四輪などをすでに廃棄、または譲渡などした場合には、3月31日までに手続きをしてください。手続きをしないまま4月1日を過ぎると、その年度の税金がかかってしまいます。

廃車・名義変更など手続きは、次の機関で行ってください。

バイクや軽四輪などをすでに廃車、または譲渡などした人は、手続きをお願いします。



車種	手続き場所	必要書類
原動機付き自転車と小型特殊自動車	住民税務課	本人の印鑑と廃車の場合は、ナンバープレート
軽四輪自動車	徳島県軽自動車協会 徳島市応神町応神産業団地1番地3 電話：050-3816-3123	詳しくは、お問い合わせください。
二輪車の小型自動車	四国運輸局徳島陸運支局 登録課 徳島市応神町応神産業団地1番地1 電話：050-5540-2074	詳しくは、お問い合わせください。

家や倉庫を取り壊したら

## 「家屋滅失調査願」及び「家屋滅失届」を提出しましょう。

固定資産税は、毎年1月1日を基準日として課税されます。

登記している家屋の異動については法務局から村への通知で把握できますが、未登記の家屋の異動があった場合、村では把握ができず、誤って課税されることになります。

新築や増築、老朽化などの理由により、所有している家屋を取り壊した場合、また登記している家屋でも滅失の登記が遅れる場合には、床面積の多少に関わらず「家屋滅失調査願」及び「家屋滅失届」を役場に提出してください。

お問い合わせ先 住民税務課

## 議会行事出席報告

（　）場所・（　）出席者

平成27年1月

1月2日 佐那河内村成人式〈役場3Fホール〉（全議員）

4日 消防団出初式〈西ノハナグラウンド〉（議員7人）

6日 徳島駅伝名東郡選手団解団式〈役場3Fホール〉（全議員）

9日 議員協議会〈議会事務局〉・全員協議会〈農振センター〉（全議員）

15日 元議会議員の会研修会〈村内〉（中野議長）

16日 徳島県町村議会女性議員連盟スキルアップ講座〈ホテル千秋閣〉（長尾議員）

22日 農業委員会総会〈農振センター〉（岡本議員）

22日 1月例月出納検査〈議会事務局〉（井開・長尾監査委員）

30日 平成26年度徳島県国民健康保険運営協議会会长連絡協議会〈徳島グランヴィリオホテル〉（大岩副議長）

# 村の話題

12/17  
(水)

## 雪あそび！



佐那河内にたくさん雪が降った日、子どもたちは寒さも忘れて外で雪遊び！

雪だるまを作ったり、雪を集めてみたりして遊びました。だんだん手が冷たくなってきた子どもたちは「さむ～い！」「つめた～い！」の大合唱！

用意したぬるめのお湯で手を温めていました。

1/14  
(水)

## カワニナ放流

今年もホタルの餌となるカワニナを嵯峨川に放流しました。寒い中、果樹オーナー園主のみなさんが川に入りながら1つ1つ拾い集めてきたカワニナ。今年もたくさんのホタルが訪れてくれますように…

想いを込めて、それ～っ!!



1/14  
(水)

## 公友会との交流誕生会

新年最初の誕生会は老人会・公友会5人のお年寄りをお招きし、一緒にお正月遊びをしました。

今の子どもたちはめっきりすることが無くなったお正月遊び。お年寄りと一緒にすることで今と違った遊びを発見しました。

こま、おはじき、けん玉、あやとりなどして遊びました。

また竹とんぼも即興で作っていただき、子どもたちも一生懸命飛ばそうとしていました。



1/17  
(土)

## 防災訓練

今年は、阪神淡路大震災から20年目に当たるため、「根郷いきいき塾」では、震災の恐ろしさを風化させないために地震防災訓練を行いました。村内外から40人の参加者がありました。まず訓練では、ロウソクの灯火で阪神淡路大震災の犠牲者を追悼してから、避難所設営訓練・かまど炊きご飯や豚汁の炊き出し訓練・毛布を活用した応急処置訓練など実践さながらに取り組みました。

その後の講演では、神戸市長田区元職員だった安喜恒さんから、震災直後の悲惨な状況や、復興に至るまでの苦労話など貴重な体験談を聞かせてもらいました。

この防災訓練を通じて、学んだことを今後の災害対応に活かしたいと思います。



1/25  
(日)

## 生活発表会



保育所で生活発表会を行いました。歌や劇、手遊びなど普段保育所でしてきたことや各年齢の興味・関心、発達に合わせて取り組んできましたことを発表しました。

園児が家族を見つけて、手を振ったり泣いたりした子もいましたが、1年間で大きくなった子どもたち！

一生懸命頑張りました！

2/3  
(火)

## 節分誕生会

今月は老人会・仁井田桜クラブの7人のみなさんを招いて節分誕生会を行いました。

太鼓の音と共に鬼が登場！子どもたちは一斉に逃げ出し、泣き叫ぶ子、立ち尽くす子、鬼に豆をまいて立ち向かう子など様々でした。

最後には鬼と仲良くなって、お別れしました。

会員さんが子どもたちの様々な反応に楽しんでいました。



12/20  
(土)

## 小学生バレーボール佐那河内交流大会優勝



12月20日（土）、県内24チームの参加を得て佐那河内交流大会が4グループ、1セットマッチ総当り戦方式で行われ、佐那河内J・V・Cは、Aグループ全勝で優勝しました。

試合は大村主将のサーブ、アタックがともに好調で5試合安定したゲーム運びが出来ました。

### Aグループ戦績

対長生戦 21-14 対城東戦 21-15 対南井上戦 21-8  
対藍住西戦 21-16 対北島南戦 21-16 5戦全勝で1位。

12/21・23  
(日) (火)

## 佐那河内少年野球クラブ 準優勝！



12月21日（日）・23日（火）に石井町にて行われた高浦杯少年野球大会において、佐那河内少年野球クラブが準優勝の活躍をしました。

現在、小粒なチーム構成（5年生6人、4年生2人、3年生2人、1年生1人）となっていますが、11人の力を合わせて入賞できたことは子どもたちの自信にも繋がりました。

少年野球クラブでは随時部員を募集しています。元気よく、楽しく野球に取り組んでいますので、お気軽に見学にお越しください。

**練習日** 毎週 月・水・金曜日 17:00～ 中央運動公園

1/11  
(日)

## 美馬駅伝大会 女子チーム4連覇

第5回美馬駅伝が1月11日（日）、吉野川河畔グランド駅伝コースで行われ、3チームが参加し、佐那河内女子Aチームが全員区間賞で優勝、この大会4連続優勝をしました。女子Bチーム5位、男子チーム8位で3チームとも入賞し表彰されました。

**記録** 1区1,400M、2～5区1,000M。

参加チーム数 女子8チーム、男子36チーム

敬称略（）学年 ○区間順位



**女子A 1位 22' 33"**

1区 大村 和瑚 (6)	① 5' 38"
2区 谷 京香 (4)	① 4' 05"
3区 日下 葵 (3)	① 4' 20"
4区 加藤 友菜 (4)	① 4' 24"
5区 彦上 愛鈴 (6)	① 4' 06"

**女子B 5位 26' 01"**

1区 尾崎 彩乃 (5)	④ 6' 10"
2区 岡本 寧々 (3)	③ 4' 20"
3区 木下 千尋 (5)	③ 4' 42"
4区 山本 咲希 (5)	⑤ 4' 52"
5区 谷渕 愛梨 (6)	⑥ 5' 57"

**男子 8位 22' 42"**

1区 谷 龍一郎 (5)	② 5' 12"
2区 松長 流河 (4)	⑯ 4' 24"
3区 角田 陽希 (5)	⑯ 4' 32"
4区 日下 遥斗 (5)	⑨ 4' 29"
5区 仲野 恵平 (5)	⑦ 4' 05"

# 平成26年度 健康標語 ～優秀作品～

村民一人ひとりの健康に対する意識の高揚をはかり、「村民総ぐるみの健康づくり」を積極的に推進するために、毎年、小学生及び中学生から「健康」をテーマにした標語作品を募集しています。

今年度の優秀作品を掲載しますので、ぜひご家庭での健康づくり運動に役立てください。

## ★小学生の部

- 小学1年生 山田 清翔さん あさごはん ちゃんとたべて いちにちげんき
- 小学2年生 小川 春希さん かぜしらず じょうぶなからだ つくります
- 小学3年生 橋 真希さん 元気のもと 早ね早起き 朝ごはん
- 小学4年生 森 陽哉さん 赤青黄 バランスとれた よい食事
- 小学5年生 長谷川 史さん 給食は 楽しく食べよう 残さずに
- 小学6年生 多田 逸作さん 手洗いと うがいはかぜの 予防線

## ★中学生の部

- 中学1年生 松田 悠真さん すいみんとバランスのとれた食事でかぜ予防
- 中学2年生 日下 拓海さん 健康は 笑顔をつくる 自然の薬
- 中学3年生 坂本 涼さん 見直そう 自分の 生活習慣

## 子宮頸がん検診・乳がん検診のお知らせ

徳島市内などの医療機関にて検診を実施します。検診希望者は、検診に必要な書類などを送付するため、事前に健康福祉課までお申し込みください。

	子宮頸がん検診	乳がん検診
対象者	20歳以上の村民	40歳以上の村民
負担金	1,300円	1,500円
検診医療機関	検診に必要な書類送付時に、検診可能な医療機関名簿を添付します。 名簿をご確認の上、受診してください。	
検診期間	平成27年1月15日（木）から3月31日（火）まで	

※2年に1回の受診が標準です。（原則として、平成25年度に受診された人は、平成27年度に検診を受けてくださるようお願いします。）

## こまごまと



宗像 正章

地域おこし協力隊

(むねかたまさあき)

みなさん、こんにちは、むねかたです（正月の新聞のフリガナが間違っていましたので、ひらがなにしました）。この冬は12月から寒い日が多く、身体にこたえる日が続いています。冬は生命活動の休眠期であるとともに、次の世代・季節に向けた準備の時、なかなか大切な期間といえます。私は冬の樹木の様子が好きです。芽生えに向け力を蓄える木々、葉を落とした姿がたくましく映り、底深い力強さを感じます。受験生のみなさんには、未来に向けての大きな「ふんばり時」ですね。

さて、私も寒いからといって、縮こまっているわけにはいきません。最近、農作業巡礼の勉強はあまりできていないのですが、次年度に向けて、土づくりに励んでいます。計画を考えたり、人と会ったりして、ためを作っているといったところでしょうか。あれこれと混ざった鍋みたいな文章になりますが、今月は細かな動きをつづります。

古代米の活用については、1月21日に新商品の試食会に参加しました。地域産品を素材とした様々な商品を口にし、色々な調理人や料理研究家の見方、味わい方を聞くことができました。一つの素材の持つ可能性とは、とても広いものだと感心しました。

古代米アイスについては、村内商店で随時売れ行きを確かめています。どんどん売れてというわけにはいきませんが、ばちばち食べていただいているようです。とくしま食材フェアでのPR販売は天候に恵まれたこともあり完売しました。早く暖かくなって、観光客が来村しますように。

物産販売については、1月10日・11日に「ゆめタウンとくしま」で開催された「むらの宝を伝え隊プロジェクト」に参加しました。屋外でのイベントと異なり、店内催事場での販売は難しい点もありましたが、ゆるキャラと一緒にすだちくんダンスを踊るなど、手足？を尽くしました。効果を考えながらあれこれ試してみるのもおもしろいです。

藍の栽培については、昨年試しに育てた種の調整をしました。一方で、県立農林水産総合技術支援センターや工業技術センターの担当者や衣類メーカー、アーティストと面談を重ね、関係を構築中。栽培面積の拡張に向け、裏付けを取っています。

農家民宿の開設は…しばらく休眠中です。春が待ち遠しいですね。来月号までの期間は、春の息吹を見つけるのが楽しい時、寒さに負けず、風邪に気をつけて探しにいきましょう。



ゆるキャラのつもりで

# 協力隊



植松里奈

(うえまつりな)

緑のふるさと協力隊

## あつたかくて嬉しい気持ち

みなさん、こんにちは！

インフルエンザが大流行していますが、みなさんはいけますか？

私はというと、先月初めてインフルエンザA型になりました。思い返してみると、幸運にも過去にインフルエンザにかかったことがなかったようで(笑)喉の痛みと頭痛から始まり、熱、関節の痛み、鼻水、咳…。熱が39度を超えて続いたときはさすがに辛くてしんどかったです。3月まで残り少ないのに、、、こんなことしている場合じゃないのにー!!と思いつながらも5日間自宅でお休みさせていただきました。1人暮らしで体調が悪いとなると、やる気も起きずただ寝るばかりでしたが、1人で行くのはしんどいだろうと病院に連れて行ってくれたり、食欲はあるの？しっかり食べないとダメだよとご飯や差し入れを持ってきてくれたり、何かほしいものある？と心配して連絡をくれたり…。本当にたくさんの人々に支えられ助けていただいて、おかげでどんどん元気になっていきました。1人暮らしの私にとって、こんなに身に染み心に染まるお薬はありませんでした。本当にありがとうございました！私もみなさんのように、人を優しく温かい気持ちにできる、そんな心をもった人になりたい。そう思いました。

また、1月24日佐那河内村高齢者大学に出席させていただきました。朝からマスクをしていた私でしたが、みなさんが受付にいる私の顔を見て、私に気付いてくれるととっても素敵なお顔を見せてくらべて、それがとっても嬉しくて、ついつい毎回マスクを外して私も顔を見せるようになってしまいました。佐那河内の人たちは、本当にみんな笑顔が素敵。それを見て私も自然と笑顔になるし、嬉しくなるし、いつも元気をもらいます。自分が思っていたよりも、来ていたほとんどの人のお顔がわかるようになっていたり、お話をしたことがある人も増えていたので嬉しかったです。

高齢者大学では、100人近くのおじいちゃんおばあちゃんたちに“佐那河内に来て思ったこと”という題で30分間お話をさせていただきました。お話をいただいたときは何を話したらいいんだろう、どうしよう、とばかり思っていました。でも、せっかくこういう機会をいただいたんだから、私がおじいちゃんおばあちゃんに今一番話したいこと、そして佐那河内で生活していく中で日々感じてきたことを、自分の言葉できちんと伝えられたらと思いました。人前で話したり何かをしたりするのはとても苦手ですが、私が話している間、みなさんが相づちをうつたり笑ったり、温かい視線で見守り一生懸命聞いてくれていたので、すぐに緊張もほぐれて落ち着いて話をすることができました。最後にいろんな想いが溢ってきて、我慢できなくなり泣いてしまいましたが、前を向いたらおばあちゃんたちも一緒に泣いてくれていて、それを見てなんだか胸がいっぱいになりました。

終わった後みなさんが思い思いの言葉をかけてくれて、それを聞いて、私の想いがちゃんとみんなに伝わったんだなということがわかり、とても嬉しかったです。そして、たくさんの人と1人1人お話をできたこと、顔を見てちゃんとみなさんに自分の気持ちを伝えることができて、本当に良かったです。

おじいちゃんおばあちゃんが元気でいつも素敵なお顔でいられることを、心から願っています。本当にありがとうございました。



高齢者大学にて



第4回みどりなパーティー

梅北さんの連載は、今回都合によりお休みします。

# 簡易水道使用料金・集落排水使用料金 平成26年度納期などの変更について

村では、国の推進している番号制度による新システム導入に伴い、簡易水道及び農業集落排水の使用料納期などについて変更を行いたいと考えています。変更内容については、次のとおりです。

## ○徴収方法の変更

- ・平成27年1期より  
**簡易水道及び集落排水口座引落日及び支払い納期限について、同一日とします。**
- ・H26.5期～H27.6期までの口座引落日と納期限については次のようになります。

年 度	期 別	口 座 引 落 日				納 期 限			
		簡易水道		集落排水		簡易水道		集落排水	
		変更前	変更後	変更前	変更後	変更前	変更後	変更前	変更後
H26	5 期	2月5日	変更無し	1月26日	変更無し	2月19日	変更無し	2月10日	変更無し
	6 期	4月6日	<b>3月5日</b>	3月25日	<b>2月25日</b>	4月21日	<b>3月21日</b>	4月8日	<b>3月8日</b>
H27	1 期	—	5月7日	—	5月7日	—	5月21日	—	5月21日
	2 期	—	7月6日	—	7月6日	—	7月21日	—	7月21日
	3 期	—	9月7日	—	9月7日	—	9月24日	—	9月24日
	4 期	—	11月5日	—	11月5日	—	11月19日	—	11月19日
	5 期	—	1月5日	—	1月5日	—	1月19日	—	1月19日
	6 期	—	3月7日	—	3月7日	—	3月21日	—	3月21日

- ・平成27年1期より  
徴収納期の月割について、変更を行います。
- ・H26.6期～H27.6期までの徴収月については次のようになります。

年 度	期 別	徴収月について	備 考
H26	6 期	2月	徴収月の調整で1か月分の徴収
H27	1 期	3月、4月	
	2 期	5月、6月	
	3 期	7月、8月	
	4 期	9月、10月	
	5 期	11月、12月	
	6 期	1月、2月	

- ・徴収納期の月割変更に伴い、平成26年度6期分で徴収月の調整を行います。

**6期 2月、3月 → 6期 2月 (H27.3月分は平成27年度1期分とする)**  
(6期は、H27.2月分だけ1か月分の徴収となります。)

不明な点などがありましたら、次に問い合わせを願います。  
お問い合わせ先 産業環境課

# こくねんニュース

割引額がより大きい「2年前納」もございます。

## 国民年金保険料の納付は、口座振替がますますお得です！

○ 国民年金には、保険料をまとめて前払いすると割引になる前納制度があり、なかでも口座振替は現金納付などに比べて割引額が大きく設定されています。

○ 割引額が多いのは、次の順になります。

**2年前納 > 1年前納 > 6か月前納 > 当月末振替(早割) > 翌月末振替**  
年間割引額：(14,800円割引) (3,840円割引) (1,040円割引) (600円割引) (0円)

○ **2年前納**は口座振替だけの取扱いです。2年前納をご利用いただくと、毎月現金で納付する場合と比べ**2年間で14,800円の割引**になります（割引額は平成26年度の保険料額）。

※平成27年度の保険料額は、平成27年2月下旬に告示される予定です。

○ 平成27年4月末の口座振替による「2年前納」「1年前納」「6か月前納」を希望する場合は、**平成27年2月末まで（必着）**にお申込みください。

※「当月末振替（早割）」と「翌月末振替」は、いつでも申込いただけます。

詳しくは、お近くの年金事務所へお問い合わせください。

## ご存じですか？「後納制度」

後納制度は平成24年10月1日から3年間に限り、納め忘れた保険料を10年前まで遡って納める（後納する）ことができる制度です。

後納制度により、保険料を後納することで受給資格を得て年金を受け取れる可能性があります。また、将来受け取れる年金額が増えます。

納め忘れのある人には、日本年金機構から「お知らせ」と「申込書」が送付されています。（納め忘れが過去2年以内にしかない人には送付されません）

後納保険料を納めるには、送付された「申込書」を記入し、年金事務所へご提出してください。ご提出後、後納できる場合には、納付書などをお送りしますので納付してください。

10年以内に納め忘れた保険料がある人は、この機会に、制度の仕組みを知ってご利用ください。「後納制度」について、詳しくお知りになりたい人は、日本年金機構の「国民年金保険料専用ダイヤル」（0570-011-050）までお問い合わせください。

### ●お問い合わせ先●

**国民年金保険料専用ダイヤル 0570-011-050**（ナビダイヤル）

**受付時間** ●月～金曜日 午前8:30～午後5:15

月曜日（休日の場合は翌火曜日）は午後7時まで延長

第2土曜日 午前9:30～午後4:00

祝日、12月29日～1月3日を除く

※ナビダイヤルは、一般の固定電話からかける場合は、全国どこからでも市内通話料金で利用できます。

※IP電話やPHSからかける場合は、03-6731-2015におかけください。（通常の通話料金がかかります）

お知らせ!

# 佐那河内村集落支援員の公募について

ご案内

佐那河内村では、人口減少と高齢化の進む地域の維持、再生を目指し、常会などのコミュニティ機能の維持と地域の活性化などを図るために、地域のサポート役としての「集落支援員」を公募します。

集落支援員制度とは、全国の過疎集落の様々な課題を、地域住民と行政の強力なパートナーシップを形成して実情に応じた施策を実施していくことを目的に、総務省が創設した制度です。

村内在住若しくは移住決定者で、地域活動や集落活動に関心のある人の積極的な応募をお待ちしています。

告知は村ホームページなどで周知させていただきますが、個別相談及び応募用紙の配布は、総務企画課で行いますので、事前に連絡してお越しください。

募集  
期間

平成27年2月1日（日）から平成27年2月28日（土）まで

職務の  
内容

- (1) 村及び常会などと連携し、集落対策の推進
- (2) 地域おこし協力隊などと連携し、円滑な集落活動の調整
- (3) 地域などの巡回、状況把握及び課題分析
- (4) 地域などの課題解決のための具体的方策の検討及び実施
- (5) 集落活性化に関する各種取組の発案及び支援
- (6) 関連する会議への出席・スキルアップのための研修会への参加

報酬等

月額30,000円 各種保険なし 勤務日数：月5日程度

お問い合わせ先 総務企画課

## ■法テラス徳島の情報提供

法的トラブルでお悩みの皆さんに、法制度に関する情報と、相談機関・団体など相談窓口に関する情報を無料で提供します。

■日時 月～金 午前9時～午後5時

■電話 **050-3383-5575**

■面談も行っています（予約優先制）

## ■法テラス徳島の無料法律相談

経済的に余裕のない人が法的トラブルにあったときに、無料で法律相談を行い、必要な場合、弁護士・司法書士の費用の立て替えを行います。但し、資力要件を満たしていることが条件となります。

■日時 弁護士相談 月～金

司法書士相談 水

■場所 法テラス徳島

■予約 予約電話番号 **050-3383-5575**

（お問い合わせ先）

日本司法支援センター徳島地方事務所（法テラス徳島）

徳島市元町1丁目24番地アミコビル3階 電話050-3383-5575

日本司法支援センター（法テラス）は国が設立した公的法人です。

日本司法支援センター



平成27年度

# 佐那河内村 臨時職員募集

雇用期間 平成27年4月1日～平成27年9月30日(原則)

※期間の更新あり

試験区分	採用予定人員	勤務場所	賃金
行政事務補助員	3人程度	佐那河内村役場	日額6,600円
保育士	6人程度	佐那河内保育所	日額7,500円
調理員	5人程度	佐那河内保育所 佐那河内村学校給食センター	日額6,600円～
塵芥処理収集作業員	1人程度	佐那河内村リサイクルセンター	日額8,500円

※手当など（村の支給基準による）

※社会保険（健康保険・厚生年金保険）は、勤務日数・勤務時間数により、関係法令の規定に基づき適用されます

## 試験について

### 受験資格

次に該当する人は、受験できません

- 地方公務員法第16条各号のいずれかに該当する人 -
- ・ 成年被後見人または被保佐人（準禁治産者を含む）
- ・ 禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでまたはその執行を受けることがなくなるまでの人
- ・ 当村において懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない人
- ・ 日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入した人

## 応募方法

次の書類を郵送するか、ご持参ください

- ①平成27年度佐那河内村臨時職員採用試験受験申込書（自筆に限る）  
役場総務企画課にあります。佐那河内村ホームページからもダウンロードできます。
- ②履歴書（自筆に限る。市販の用紙可、写真貼付のこと）
- ③保育士は免許証の写し
- ④調理員は免許証のある人は写し

## 試験日

平成27年3月8日（日）

## 試験方法

小論文及び面接による選考試験

※詳細な日程などについては応募者に直接連絡します

## 応募期間

平成27年2月16日(月)～平成27年2月27日(金)

※当日消印有効

## 応募・お問い合わせ先

〒771-4195

名東郡佐那河内村下字中辺71-1

佐那河内村役場 総務企画課 宛



# 地デジチューナーを無償給付します!

<p>どのような支援ですか？</p>	<p>ケーブルテレビなどで『デジアナ変換』により地上デジタルテレビ放送（以下「地デジ放送」）を視聴（聴取）している世帯に対して、簡易な地デジ放送対応チューナー（以下「簡易なチューナー」）1台を無償で給付します。</p>
<p>デジアナ変換とは？</p>	<p>(1) ケーブルテレビなどで地デジ放送をアナログ放送の方式に変換して再放送するもので、アナログテレビでも地デジ放送が視聴（聴取）できます。  (2) デジアナ変換は平成27年3月までに終了する予定です。それまでにお手持ちのアナログテレビを次のいずれかの方法により地デジ放送対応にしないと地デジ放送を視聴（聴取）できなくなります。  ① デジタルテレビに買い替える ② チューナーを購入する ③ ケーブルテレビと契約する  (3) 次のいずれかの場合は、デジアナ変換により地デジ放送を視聴していることになります。  ① 視聴中のテレビ画面の右上に「デジアナ変換」と表示される。または画面の下部にデジアナ変換終了のお知らせのテロップが表示される。  ② アナログテレビでチューナーやセットトップボックスなどを利用しないで地デジ放送を視聴している。</p>
<p>だれが支援を受けられますか？</p>	<p>デジアナ変換によりアナログテレビで地デジ放送を視聴（聴取）している次のいずれかの世帯が支援を受けられます。ただし、NHKの放送受信料が全額免除となっていることが必要です。</p> <p>① 生活保護などの公的扶助を受けている世帯（※1）  ② 障がい者がいる世帯で、かつ世帯全員が市町村民税非課税の措置を受けている世帯（※2）  ③ 社会福祉施設に入所している世帯  ④ 東日本大震災により次のいずれかに該当する世帯  a 半壊、半焼、または床上浸水以上の程度の被害を受けた世帯  b 避難の勧告、指示、または退去命令を継続して1ヶ月以上受けた世帯</p> <p>※1 平成25年8月の生活扶助基準の見直しにより生活保護の対象にならなくなった世帯を含みます。NHKの放送受信契約を結んでいる必要があります。</p> <p>※2 テレビの音声部分のみを聴取できる受信設備のみを設置している世帯を含みます。</p>
<p>支援の内容は？</p>	<p>(1) 簡易なチューナーを1台無償で給付します（現物給付です。テレビは給付しません）。  ・ 簡易なチューナーが1台あればお住まいにあるアナログテレビ1台で引き続き地デジ放送を視聴（聴取）できます。  ・ 簡易なチューナーはお住まいに配送します。ご自身で設置してください。</p> <p>(2) 簡易なチューナーの設置方法や操作方法を電話でサポートします。</p>
<p>申込方法は？</p>	<p>(1) 必要事項を記入した支援の申込書と必要書類を、総務省 地デジチューナー支援実施センターに郵送してください。  ・ 総務省 地デジチューナー支援実施センターにご連絡いただければ、支援の申込書と専用の返信用封筒（切手不要）などを送付します。</p> <p>(2) 申込期限は平成27年2月27日まで（消印有効）</p>
<p>問い合わせ先は？</p>	<p>総務省 地デジチューナー支援実施センター <a href="http://www.chidejishien.jp/">http://www.chidejishien.jp/</a>  電 話 0570-034-037（ナビダイヤル）  FAX 03-5304-2011  ナビダイヤルが利用できない場合 03-4334-2754  受付時間 平日 午前9時から午後5時（注）ナビダイヤルにかけるときも通話料がかかります。</p>

駐在所だより

## 特殊詐欺（振り込め詐欺・振り込め類似詐欺） 被害が多発しています！

平成26年中の特殊詐欺被害は、被害件数50件、被害額約3億4,000万円です。  
特に、オレオレ詐欺、架空請求詐欺の被害が激増しました。



### 特殊詐欺とは… —— 振り込め詐欺の手口

#### ※オレオレ詐欺※

息子などを装い、「風邪で声が変わった。携帯電話の番号が変わった。」などと電話して信用させ、その後、「不倫相手を妊娠させた。示談金が必要。」などと騙して現金を振り込ませる。

#### ※架空請求詐欺※

アダルトサイトなどの有料サイト登録料などの架空の事実を口実にメールなどを送信し、「料金を払わなければ裁判を起こす。」などと騙して現金を振り込ませる。

#### ※融資保証金詐欺※

ダイレクトメールやファックスなどを見て融資を申し込んできた被害者に、保証金などの名目で現金を振り込ませる。

#### ※還付金等詐欺※

役場職員などを騙り、「医療費の還付金がある」などと騙して被害者をATMに誘い出し、携帯電話で指示をしてATMを操作させて現金を振り込ませる。

### 振り込め類似詐欺の主な手口

#### ※金融商品取引名目※

社債購入や投資名目のパンフレットを送付した上、電話で「あなたしか買えない。名前を貸してほしい。お礼は支払う。」などと儲け話を持ちかけ、現金を騙し取る手口。

#### ※ギャンブル必勝法※

パチンコ攻略やロト6当選などに関する情報をメールや雑誌などで勧誘し、情報料などの名目で現金を騙し取る手口。

### 被害に遭わないために

特殊詐欺の被害者のうち、約7割が高齢者（65歳以上）、約8割が女性です。皆さん、特殊詐欺のこととは知っていても、「まさか自分が騙されるとは…」と、当事者意識を持っていなかったようです。

- 息子や孫が電話で金を頼んでくるのは詐欺
- 他人が自宅まで現金を受け取りに来るのは詐欺
- ATMで金が振り込まれるのは詐欺
- 株を買ったら他人が買い取るという電話は詐欺
- ロト6当選番号やパチンコ必勝法を教えるというのは詐欺
- 「宅配便、レターパックで現金を送れ」は詐欺

です。

## 被災地はいま④

宮城県南三陸町

2011年3月11日、南三陸町は、低地部にある市街地のほとんどが約16メートルもの大津波によって流されました。死者数619人、行方不明者数217人、あわせて836人の町民が犠牲となりました。

震災発生当时、女性職員が防災無線で町民に、「津波が襲来しています。高台へ避難してください。」と呼びかけていましたが、防災対策庁舎も津波に飲み込まれ、職員33人を含む43人の人が庁舎で犠牲となりました。テレビや新聞の記事で何度も報道され、記憶されている人も多いのではないでしょうか。

写真にもあるように、鉄骨だけ残っている庁舎を、震災遺構として保存するか、解体するか、多くの議論が起きましたが、保存費用が高額になることや「庁舎を見るのはつらい」遺族感情への配慮などを理由に、2013年に解体することが町で決定され、まだ撤去には至ってはいませんが、準備が進められていました。

先日、テレビのニュースや新聞記事で、宮城県知事から防災対策庁舎を震災遺構として20年間、宮城県が保存し、その後南三陸町に返還するという提案がありました。町は今後検討していくとの報道がありました。

大震災から4年が経過しようとしています。低地部から高台への集団移転や低地部のかさ上げ工事は急ピッチで行われ、南三陸のまちの風景は大きく変わろうとしています。また、復興のシンボル的な南三陸さんさん商店街には多くの観光客が訪れています。その商店街の一部スペースには、大津波の記憶を風化させないため津波の写真や、人と人とのつながりが紹介された展示ブースがあります。



佐那河内村人権教育研究協議会・佐那河内村教育委員会

## さなごうちスポーツクラブ案内

3月

〈農振センター〉  
2階和室

アロマヨガ  
20:00~21:00

〈村民体育館〉

卓球  
19:30~21:00  
※バドミントン  
20:00~22:00

※印の種目は活動費が必要です。

- ・ジュニアスポーツ教室は別途案内します。
- ・参加される人でスポーツクラブ未加入の人は、事前に事務局で参加申込・スポーツ保険加入の手続きをしてください。
- ・日程は変更する場合があります。

●お問い合わせ●

さなごうちスポーツクラブ事務局（教育委員会内）  
☎679-2817 IP 5006

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
			卓球		バドミントン	
8	9	10	11	12	13	14
		アロマヨガ			バドミントン	
15	16	17	18	19	20	21
			卓球		バドミントン	
22	23	24	25	26	27	28
		アロマヨガ			バドミントン	
29	30	31				

## 募集

佐那河内村シルバー人材センター

### 剪定講習会

シルバー人材センターでは、会員及び一般住民の剪定技能アップと技能習得のため、庭木の剪定講習会を開催します。

1. 対象者 人材センター会員及び一般住民

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 2. 定員                 | 15人                  |
| 3. 受講料                | 無料                   |
| 4. 開催場所               | 村役場前など               |
| 5. 講習日                | 平成27年3月17日(火)・18日(水) |
|                       | 庭木の剪定・講義             |
| 講習時間                  | 両日とも9:30から15:00まで    |
| お申し込み・お問い合わせは 社会福祉協議会 |                      |

## 高齢者大学、芸能発表会

1月24日(土)小中学校多目的ホールにて、高齢者大学、芸能発表会が開催されました。会員約100人が参加し、午前中は歯科衛生士の那賀川先生より、口腔内の基本的なこと、口腔ケアの方法について教えていただき、最後に全員で「健口体操」を行いました。またみどりのふるさと協力隊 植松里奈さんより「佐那河内へ来て思うこと」を出身地の東京と比べながら話されました。佐那河内へ来て、戸惑った方言について話をしてくれた時には、会場内から笑いが起り大変盛り上がりました。

午後からの芸能発表では、カラオケ、コーラス、

日本舞踊を、各老人クラブと芸能部の皆さんのが、日頃の練習の成果をステージで熱唱、熱演しました。会場からは大きな拍手が送られました。



## 赤十字の集いにて表彰

県内の赤十字関係者が一堂に会し、国内外で幅広く展開している赤十字の活動とその必要性を深めるために平成26年度「赤十字の集い」が1月26日(月)あわぎんホールで開催されました。

この集いにおいて、松村正美さん、元木志げみさん、横山ヨシ子さん、谷泉敬子さんが受賞されました。おめでとうございます。

受賞された人は次のとおりです。

日本赤十字社金色有功章	岡 島 三千代
日本赤十字社徳島県支部支部長感謝状(金枠)	松 村 正 美
	元 木 志 げみ
	横 山 ヨシ子
日本赤十字社徳島県支部支部長感謝状(銀枠)	谷 泉 敬 子
	原 仁 志

今後ますますのご活躍を期待しています！



## ●善意銀行だより●

- 池田 吉信様………金一封
- 国原 義典様………金一封
- 日下 修様………金一封
- 馬越 顯徳様………金一封
- 西川 和弘様………金一封

預託金は、社会福祉のために役立ててくださいと寄せられたものです。善意による預託金を元金とした利子を活用し、地域福祉事業などの推進のため、有意義に活用させていただきます。ありがとうございました。

# 佐那河内村地域包括支援センターだより

2月号

地域包括支援センターでは、明るく健やかな生活が続けられるように介護予防教室を開催しています。楽しく身体を動かしたり交流を楽しみましょう。皆さまの参加をお待ちしています。

2月23日(月)	いきいき体操教室	農振センター	13:30~15:30
2月24日(火)	健康料理教室	農振センター	10:00~13:00
3月11日(水)	いきいき体操教室	寺谷生活改善センター	13:30~15:30

※日程などに変更がある場合は村内放送でお知らせします。

## 「認知症サポーター養成講座」開催のご案内

日時 平成27年2月22日(日) 13:30~15:00 場所 健祥会ハイジ

「認知症サポーター」とは何か特別なことをする人ではありません。認知症について理解し、自分のできる範囲で認知症の人や家族を温かく見守りすることです。

養成講座では「認知症とは何か?」「認知症の人にどのように接すればいいか?」などについて学びます。この講座を受けていただくと認知症サポーターになることができます。皆さんも認知症サポーターになり、支援の輪を広げ、地域の中で見守りができる村づくりを目指しましょう。

## 佐那河内村地域包括支援センター

■ 場所：特別養護老人ホーム 健祥会ハイジ内

■ 電話：679-3383

■ 担当：大西・橋本・佐々木

ありがとうございます。  
ふるさと納税!

奈良県奈良市在住  
福 村 賢一さん  
愛知県安城市在住  
森 本 常二さん

篤志によるご寄付を有効に使わせていただき、ふるさとさなごうちの更なる発展を期すとともに、今後とも皆さんからの村への熱き思いを心からお待ちしています。

「ふるさと納税」についての詳しいことは、総務企画課までお問い合わせください。

個人情報に関する内容のため削除しています。

# 情報ボックス

マークの見方 時…時間 所…場所 対…対象  
持…持ち物 問…問い合わせ先

日	曜	行 事 名	とき・ところ	備 考
2/ 17	火	可燃ゴミ・古紙などの収集	時 11:00~ 所 追上駐車場	
19	木	乳児健診	時 13:15~15:00 所 農振センター2階	
		平成27年度保育所入所準備説明会	時 13:30~14:30 所 保育所	13:30~幸田先生による入所前健康診断
20	金	健康づくりチャレンジ教室	時 19:30~21:00 所 農振センター2階大和室	対 特定健診で血圧・血糖などが少し高めの人 持 運動しやすい服装、水筒など
23	月	心配ごと相談・行政相談	時 9:00~12:00 所 農振センター1階会議室	
		いきいき体操教室	時 13:30~15:30 所 農振センター1階会議室	対 医師から運動制限を受けていない人 持 運動しやすい服装、水筒など
24	火	健康料理教室	時 10:00~13:00 所 農振センター1階会議室	対 健康づくりに関心のある人 持 材料代200円、米1合、エプロン、筆記用具
		可燃ゴミ・古紙などの収集	時 11:00~ 所 追上駐車場	
25	水	可燃ゴミ・古紙などの収集	時 ~11:00 所 追上駐車場	
		ふれあい昼食会	時 11:00~14:00 所 農振センター1階	
		すずらん会交流ふれあい遊び	時 13:00~14:30 所 保育所	
26	木	わんぱく教室	時 10:00~11:20 所 保育所	子ども劇場来演
27	金	健康づくりチャレンジ教室	時 19:30~21:00 所 農振センター2階大和室	対 特定健診で血圧・血糖などが少し高めの人 持 運動しやすい服装、水筒など
		ふれあいまつり農林産物文化作品搬入	時 13:00~19:00 所 村民体育館	農林産物は17時まで
28	土	ふれあいまつり文化作品搬入	時 9:00~16:00 所 村民体育館	
3/ 1	日	ふれあいまつり	時 9:00~15:00 所 村民体育館	
3	火	ひなまつり会	時 10:00~12:30 所 保育所	中辺八千代会老人クラブ来所
		可燃ゴミ・古紙などの収集	時 11:00~ 所 追上駐車場	
4	水	可燃ゴミ・古紙などの収集	時 ~11:00 所 追上駐車場	
6	金	健康づくりチャレンジ教室	時 19:30~21:00 所 農振センター2階大和室	対 特定健診で血圧・血糖などが少し高めの人 持 運動しやすい服装、水筒など
9	月	心配ごと相談・人権擁護相談	時 9:00~12:00 所 農振センター1階会議室	
10	火	離乳食講習会	時 10:00~12:00 所 農振センター2階	
		可燃ゴミ・古紙などの収集	時 11:00~ 所 追上駐車場	
		1、2歳児歯科・栄養相談	時 13:15~15:00 所 農振センター2階	
11	水	可燃ゴミ・古紙などの収集	時 ~11:00 所 追上駐車場	
		いきいき体操教室	時 13:30~15:30 所 寺谷生活改善センター	対 医師から運動制限を受けていない人 持 運動しやすい服装、水筒など
12	木	わんぱく教室	時 10:00~11:20 所 保育所	子ども劇場来演
13	金	ふれあい昼食会	時 11:00~14:00 所 農振センター1階	
		健康づくりチャレンジ教室	時 19:30~21:00 所 農振センター2階大和室	対 特定健診で血圧・血糖などが少し高めの人 持 運動しやすい服装、水筒など
14	土	中学校卒業証書授与式	時 10:00~11:30 所 音楽室	

※申告相談についてはP2参照

## 佐那河内の生き物

## 村内に入ってきている外来種

昨年初夏に、植物の外来種である「オオキンケイギク」を紹介しましたが、今回は動物の外来種を説明します。

村内では、キツネ（ネコ目イヌ科）・チョウセンイタチ（同イタチ科）・ハクビシン（同ジャコウネコ科）・コウベモグラ（食虫目モグラ科）・ハツカネズミ・クマネズミ・ドブネズミ（ネズミ目ネズミ科）・アブラコウモリ（翼手目ヒナコウモリ科）などが、これに当たります。

この中には、最近知られた種類もいますが、かなり古くから入ってきたものや村外・外国からやってきたものなど様々なわれのものがいるのです。

人の生活に伴い人家に入ってきたアブラコウモリや家ネズミ類は、「史前帰化生物」として、一般には外来種と認識されず、生態系の影響に対する駆除の対象になってしまい、ハクビシンのようにいつ頃から入ってきたのかさえ不明なものもいます。

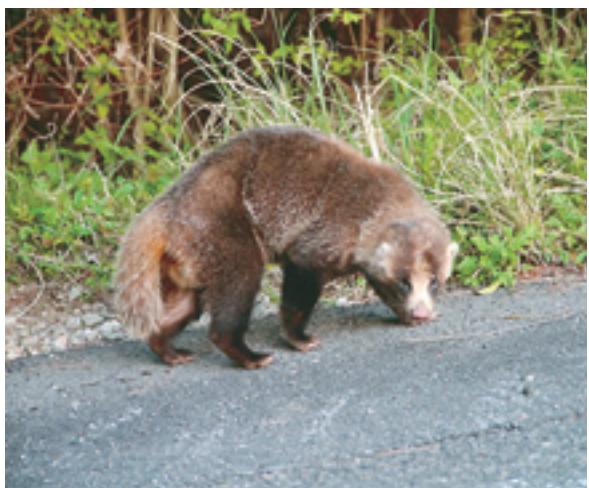
キツネが外来種と聞けば、おかしな感じがします。実は県内ではほぼ絶滅していたのですが、最

近県外より持ち込まれたことが判つきました。つまり、これは「国内移入種」に相当します。

因みに外来種に対して、今までその地域に生息していたものは「在来種」と呼ばれます。在来種と仲良く共生して定着する外来種は、「帰化種」とも呼ばれます。

村内で問題になるのは、「侵略的外来種」と呼ばれるもので、在来種を絶滅させたり、生態系に悪影響を与えるものです。今は未確認のアライグマですが、何時の間にか入ってくる心配が大きいのです。

(市原)



これは外来種でしょうか？（アナグマ）



## 豚肉の大根巻き

### 《作り方》

- ①大根は7mm角の拍子切り、人参は少し細めに切り、鍋でからいりし塩を少々ふる。（分量外）
- ②豚肉を広げ小麦粉をふり、①を芯にして巻く。
- ③フライパンにサラダ油をいれ、②の巻き終わりを下にしていれ、こんがりと焼き色をつける。
- ④④のにんにくしょうゆだれの材料を合わせて③にいれ、照りを付ける。（煮つめない）
- ⑤水菜を4～5cmに切って皿にしき、上に肉を盛り、残りのたれをかける。

### ★ポイント★

お肉はスライスされている方が巻きやすく火も通りやすいです。

子供の苦手な大根もお肉で巻けば大好き！  
大根のかわりに季節の野菜（ピーマン、じゃがいも、味つきのごぼうなど）で応用して下さい



### 《材料(4人分)》

豚肉（薄切り）	12枚	にんにくしょうゆだれ
大根	200g	玉葱（すりおろし）…50g
人参	80g	にんにく（すりおろし）…1片
小麦粉	適宜	しょうゆ…大1・2/3
サラダ油	小2	酒…大1
水菜	2/3束	みりん…大1
ミニトマト	4コ	さとう…小1
A		

しあわせごはん  
♪

ヘルスマイト（食生活改善推進員）のおすすめレシピ

1人当たり  
栄養成分

エネルギー 209kcal  
炭水化物 12.5g

蛋白質 13.0g  
塩 分 1.2g

脂 質 10.9g

No.71