広報

佐那河内

題字：山根玉峰（佐那河内村 第一号名誉村民）

2026 November / No.644

11月号

佐那河内村広報誌

令和8年11月15日発行



村の人々 吉本隆さん

佐那河内村に道場を開いた刀鍛冶

さち香る 風の谷

SANAGOCHISON

村の人々

MURANO HITOBITO

第11回 吉本隆さん

佐那河内村の魅力を引き立てる、
個性豊かな村の人々を紹介します。



佐那河内村に道場を開いた刀鍛冶

TAKASHI YOSHIMOTO

佐那河内村に『吉本日本刀鍛錬道場』を開いた吉本隆さん。平安時代中期頃に誕生し、長い年月を経た現在、美術品としても受け継がれている日本刀に魅せられた幼少期を経て「自分の名前を残せるものを作りたい」と刀鍛冶を志すようになる。20歳で奈良県の『月山日本刀鍛錬道場』に入門し10年間修業を積み、令和8(2026)年、佐那河内村に自身の道場を構えた。刀との出会いから、現在に至るまでの歩みを聞いた。

「村の人々」の
バックナンバーはこちら

刀への興味と“作り手”への決意

平成3(1991)年、徳島市に生まれた吉本さんが刀に興味を持ったのは、小学校高学年の頃。テレビドラマ『暴れん坊将軍』で見た刀に「かっこいい」と惹かれたことが、刀に関する一番初めの記憶だという。もともと絵画や美術品にも興味があり『徳島県立近代美術館』や『大塚国際美術館』、『県立図書館』などに足しげく通っていた吉本さん。あるとき『文化の森(徳島県立博物館)』で、第二次世界大戦後、GHQ(連合国軍総司令部)によって回収された日本刀のうち、その後所有者らに返還された刀・赤羽刀(あかばねとう)の展覧会が開かれることを知り、すぐに足を運んだ。「会場で解説員さんから、『壺や絵画、掛け軸などは湿気のない場所に保管すれば残るけど、日本刀は誰かが定期的に手入れし続けないと後世に残らない美術品である』という話を聞き、強い衝撃を受けました。こういうものに自分の名前を残して、長く大事にされるようなものを作りたいという思いは、このときに生まれました」と話す。

好きなことに挑戦したいという覚悟と根性

高校卒業後は、周囲の勧めもあり自衛隊へ入隊するものの、自衛隊では決められたサイクルで働くことが多いなか「一生このような働き方を続けるより、若いうちに本当に好きなことに挑戦したい」と次第に思うようになったという。2年間の自衛隊勤務のかたわら、休日には岡山県の『備前長船刀剣博物館』や愛媛県の刀鍛冶を訪ね「弟子入りするにはどうすればいいか」と相談して回った。そこで受けたのが、「無鑑査刀匠※の先生を訪ねてみなさい」という助言だった。その時に知ったのが、奈良県にある『月山日本刀鍛錬道場』。さっそくホームページに記載されていた電話番号へ連絡したものの、なぜか電話がつながらない。そこで吉本さんは、バイクを走らせ、アポイントなしで道場を訪ねた。当時、師匠は「弟子は3人まで」と決めており、新たな弟子を断っていたという。ところが吉本さんが訪ねたのは、ちょうど一番上の兄弟子が独立した直後。師匠が「そろそろ新しい弟子を取ろうか」と考えていた時期だった。師匠からも「これほどのタイミングは何かの縁だ」と言われ、20歳で念願だった刀鍛冶の道へ進むことが決まった。

刀漬けだった10年間の修業

入門して最初に任されたのは清掃や道具の手入れ。そして、燃料となる松炭を2〜3cm角にひたすら割る“炭割り”や、師匠や兄弟子の仕事に付いて仕事や作業の補助を行い仕事を覚えることだった。炭割りでは、丸太に向かって毎日30回×5セット。手元が狂えば、大けがをすることもあるため、目をつぶっても同じ一点を叩けるようになるまで大槌を振り続けた。“炭割り3年、向こう槌5年”と言われる世界。師匠の呼吸に合わせて大槌を打ち込む刀鍛冶から生まれた言葉でもある「相槌(あいづち)」の技術を、少しずつ体に染み込ませていった。住み込みだったため家賃はかからず、昼

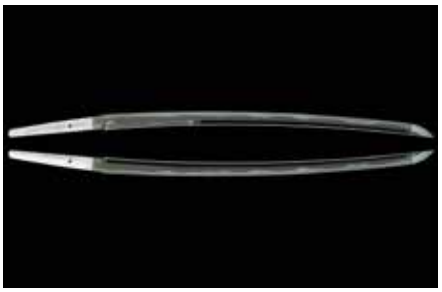
※無鑑査刀匠…日本美術刀剣保存協会が認める現代刀匠の最高峰。長年の優れた実績により、出品作が無審査で展示される特別資格。

食にはおかずが支給され、米もいつでも炊ける環境に加え、師匠から支給されるお小遣いで、朝晩の食費を切り詰めながら生活。師匠の家に保管されていた過去数十年分の刀剣専門誌を片っ端から読み漁るなど、刀漬けの日々を送った。「とても恵まれた環境で過ごさせていただきました。今思い返しても、辞めたい、辛いといった思い出はひとつもないです。前職の経験も、その後の修業生活に耐え抜くことに生きていたと思います」。

師匠の技を目標に

修業時代、吉本さんの刀づくりへの向き合い方を大きく変える出来事があった。あるとき、奈良県指定無形文化財保持者で、全日本刀匠会顧問でもある師匠が『高松宮記念賞』を受賞した相州伝の作品を見る機会があった。当初、吉本さんが目指していたのは、鎌倉時代の正宗・貞宗による相州伝の技法を凝らした刀づくり。しかし、目の前にある師匠の刀は、古刀と見分けがつかないほどの出来栄えだった。その完成度に、言葉を失うほどの衝撃を受けたという。「昔の国宝を目指す前に、まず一番近くにいる師匠の技術と作風に追いつくことを目標にしなければ」。それまで遠くにある“古い名刀”を目標としていた吉本さんの視線が、身近にいる師匠へと変わった瞬間だった。吉本さんが入門した月山伝の大きな特徴の一つが、刀の地肌に規則正しい波模様が現れる「綾杉肌(あやすぎはだ)」。鍛錬を重ねるなかで自然と現れるこの特徴もまた、月山伝を受け継ぐ刀鍛冶としての証になる。「200年、300年先の鑑定家が見たときに、月山一門で学んだ徳島の吉本作だ、と分かるようなものを残したい」。そんな思いを胸に、5年間の修業を経て文化庁の作刀許可試験に合格した。その後コンクールに出品した日本刀はいずれも入選し、うち1振りは新人賞を受賞。最終的には約10年間、月山一門の元で技術を磨き続けた。







(写真右上)第11回新作日本刀 研磨外装 刀職技術展覧会 銅賞第1席・新人賞

佐那河内村での独立と現在

独立を決めてから、土地探しには1年半を費やした。さまざまな自治体の空き家バンクに登録するなかで出会ったのが、佐那河内村だった。決め手となったのは、村役場や移住交流支援センターが親身になって相談に乗ってくれたこと。「ここでやっていこう」と思えるほど熱心に受け入れてくれたことが大きかったという。道場は令和7(2025)年5月頃から着工し、完成したのは令和8(2026)年6月。現在は、この場所を拠点に刀鍛冶としての活動を続けている。刀の注文はまだ多くはないため、村の農家などの手伝いをしながら生活している。近所の人から段ボールいっぱいのピーマンやナスなどをおすそ分けしてもらったり、お茶に誘われたり。村の人々の温かさに支えられていると、うれしそうに話す。そんな村への恩返しとして、現在制作・開発を進めているのが、地元の山で害獣駆除を行う猟師から仕入れたシカの角をハンドルに使った、ブッシュクラフト用ナイフ。「これからはコンクールに向けた日本刀の制作を続けつつ、注文を受けられるようになりたいです。そして将来は、地元の子どもたちなどに道場を見学してもらい、伝統工芸や刀鍛冶の仕事を伝える啓発活動を行いたいと考えています」と優しい笑顔を見せた。

10.10［土曜日］

保育所運動会

秋晴れの空の下、1歳児から5歳児までの子どもたちが、かけっこや遊戯、競技などに元気いっぱい参加しました。

たくさんの保護者や来賓のみなさまが見守る中、泣いたり緊張したりする姿もあれば、友だちと気持ちをひとつに取り組む姿や、最後まで懸命に走る姿など、一人ひとりの育ちに応じた成長を感じられた1日となりました。








10.3［土曜日］・25［日曜日］

徳島市名東郡小学校陸上運動記録会・徳島県陸上運動記録会

10月３日に徳島市名東郡小学校陸上運動記録会が、25日に徳島県陸上運動記録会が開催されました。大会に向けて、子どもたちは限られた練習期間の中で、それぞれが目標をもって練習に取り組みました。放課後や体育の時間には、走るフォームを見直すなど、それぞれの課題に向けて練習に取り組みました。

大会当日は、緊張しながらも練習の成果を発揮しようと、一人ひとりが全力で競技に臨みました。自己ベストを更新できた児童もおり、結果だけでなく、これまでの努力や挑戦する姿勢に大きな成長が感じられました。





LOVEさなごうちからの報告

こんなに育ったよ、ヘチマ、モリンガ、マツバボタン

今年６月に生ゴミ集積所の裏に設置した「キエーロ」。『生ゴミを宝に』を合言葉に荒れ地をたのしい場所にしようと植えました。

「ヘチマ」、「モリンガ」、「マツバボタン」が立派に育ちました。

生ゴミ集積所にお立ち寄りの際にはぜひ覗いてみてください。


キエーロ全体像


ヘチマ


モリンガ

11.1 [日曜日]

第60回村民体育祭を開催!!

心地よい秋の陽気の中、村民体育祭がにぎやかに開催されました。

子どもから高齢者まで、約320人が参加し世代を超えて交流を深めました。綱引きや地域対抗リレーなどの定番競技や新種目じゃんけん大会などが行われ、会場はたくさんの笑顔と歓声に包まれました。

地域対抗種目では、みごと宮前東チームが優勝、高樋チームが準優勝に輝きましたが、宮前西チームも嵯峨チームも最後まであきらめない熱戦が繰り広げられました。

悪天候による10月25日㈰からの延期もありましたが、競技に参加していただいたみなさま、運営にご協力いただいたみなさま、ありがとうございました。













アイデアボックスに寄せられた意見や提案について

７月15日から９月15日の間、募集しました「未来の村づくりアイデア」に、25人から29件のアイデアをいただきました。内容、件数については、右の表の通りです。

いただきましたアイデアについては、担当課に伝え、今後の業務の参考にさせていただきます。

この度はご意見やご提案をいただき、誠にありがとうございました。

件　名	件数
村政の運営に関するもの	3
公共施設に関するもの	5
環境に関するもの	3
産業・農業に関するもの	2
広報に関するもの	2
観光・イベントに関するもの	5
教育に関するもの	6
その他	3
合計	29

お問い合わせ ● 企画政策課

議会行事出席報告

〈　〉場所・(　)出席者

10月9日	議員協議会〈議員室〉(森下議長ほか６人)
	全員協議会〈役場〉(森下議長ほか６人)
	村総合保健福祉計画策定委員会〈大会議室〉(森下議長・伊藤議員)
19日～20日	村議会議員行政視察訪問〈奈良県山添村〉(森下議長ほか６人)
22日	例月出納検査〈監査室〉(國見監査委員・石本監査委員)
27日～28日	令和８年度町村監査功労者表彰式・町村監査委員全国研修会〈東京都〉(國見監査委員・石本監査委員)
27日	小松島市外三町村衛生組合定例会〈衛生組合〉(森下議長・瀧倉議員)
29日	高知県四万十町議会議員行政視察来村〈小中学校〉(森下議長)



徳島県最低賃金

令和８年11月１日から

【時間額】1,103円

〔お問い合わせ先〕

- **徳島労働局労働基準部賃金室**
  電話：652-9165
- **最寄りの労働基準監督署**

※最低賃金改正に伴う労務などのご相談や業務改善助成金に関するお問い合わせは、徳島働き方改革推進支援センター（電話0120-967-951）まで

令和８年度 救急活動状況（上半期）　消防センター

1. 事故種別救急出動件数および搬送人員

事故種別	令和８年度 出動件数（搬送人員）	令和７年度 出動件数（搬送人員）	令和６年度 出動件数（搬送人員）
急病	33 (30)	45 (44)	49 (46)
交通	2 (2)	0 (0)	11 (12)
一般負傷	21 (21)	15 (15)	15 (13)
その他	1 (1)	0 (0)	2 (1)
合計	57 (54)	60 (59)	77 (72)

2. 年齢区分別搬送人員

	高齢者	成人	少年	乳幼児	新生児	計
令和8年度	41	10	1	2	0	54
令和7年度	51	6	1	1	0	59
令和6年度	50	18	1	3	0	72

新生児：生後28日未満の人　乳幼児：生後28日以上満7歳未満の人
少年：満7歳以上満18歳未満の人　成人：18歳以上満65歳未満の人
高齢者：満65歳以上の人

3. 事故種別月別出動件数

	急病	交通	一般	その他	計
4月	7	0	6	0	13
5月	4	1	5	0	10
6月	8	1	2	0	11
7月	8	0	3	0	11
8月	2	0	0	0	2
9月	4	0	5	1	10
計	33	2	21	1	57

4. 曜日別出動件数

	月	火	水	木	金	土	日	計
令和8年度	6	11	5	14	8	7	6	57
令和7年度	7	10	10	7	8	9	9	60
令和6年度	8	14	10	10	15	10	10	77

5. 地区別出動件数

	高槻地区	嵯峨地区	宮前地区	計
令和8年度	19	13	25	57
令和7年度	25	11	24	60
令和6年度	30	10	37	77

6. 事故種別傷病程度別搬送人員

	急病	交通	一般	その他	計
死亡	0	0	0	0	0
重症	3	1	1	0	5
中等症	15	0	13	0	28
軽症	12	1	7	1	21
計	30	2	21	1	54

8. 覚知時刻別出動件数

	令和８年度	令和7年度	令和6年度
0時～2時	3	0	3
2時～4時	2	2	2
4時～6時	2	2	5
6時～8時	7	3	6
8時～10時	4	11	12
10時～12時	5	6	10
12時～14時	5	7	11
14時～16時	4	2	5
16時～18時	11	7	9
18時～20時	8	7	6
20時～22時	6	9	5
22時～24時	0	4	3
計	57	60	77

9. 病院別搬送人員

	日赤	中央	市民	田岡	協立	その他	計
令和８年度	28	3	0	6	10	7	54
令和７年度	29	4	5	7	7	7	59
令和６年度	48	2	2	5	12	3	72

10. CPA（心肺停止）症例

CPA	0人

11. 熱中症症例

熱中症	2人

12. ドクターカー・ドクターヘリ・防災ヘリ連携

ドクターカー	1件
ドクターヘリ	0件
防災ヘリ	0件
計	1件

13. 応急処置等実施状況

項目	件数（人）
止血	4
被覆	7
固定	9
保温	18
酸素吸入	15
人工呼吸	0
胸骨圧迫	0
心肺蘇生	0
在宅療法継続	0
血圧測定	54
心音・呼吸音聴取	5
血中酸素飽和度測定	54
心電図測定	17
気道確保	0
除細動	0
体位の確保	43
その他の処置	5
搬送人員	54

7. 現場到着所要時間および現場滞在時間 ※不搬送は、滞在所要時間に含まれていません。

①入電から救急搬送車が現場に到着するまでの所要時間

	平均現着時間	5分未満	5分以上10分未満	10分以上15分未満	15分以上20分未満	20分以上	計
時間・件数	10分18秒	3	28	17	6	3	57

②現場に到着してから現場を出発するまでの所要時間

	平均滞在時間	10分未満	10分以上15分未満	15分以上20分未満	20分以上30分未満	30分以上	計
時間・件数	18分30秒	8	8	19	15	4	54

トイレや排水口に異物を流さないで！

汚水とともに家庭から流れてきた異物が原因で、ポンプの故障が頻発しています。ポンプの修繕を外注した場合、異物除去だけで数万円～10万円以上の費用がかかり、ポンプの交換が必要になった場合は、100万円以上の費用がかかるため、財政的に大きな負担となります。また、道路上での修繕作業中は通行を制限せざるを得ず、住民生活に大きな影響があります。

異物によるポンプの故障は同じ場所で繰り返し発生しており、職員は24時間体制で状況を把握して対応にあたっています。

今年2月に引き続き、８月に起きた故障の作業風景は写真の通りです。



①作業中の通行制限の状況



②異物が混入したポンプ



③異物を除去した後のポンプ内部



④除去した異物（靴下）

ルールを守った使用を!

トイレや排水口はゴミを捨てる場所ではありません。くれぐれもトイレットペーパー以外のものは流さないでください。快適な生活環境を保つため、一人ひとりがルールを守り、農業集落排水を正しく使用していただくよう、ご協力をよろしくお願いします。



お問い合わせ ● 建設課

味噌づくり教室に参加しませんか?

しゃくなげ市で大人気の「さなごうち手づくり味噌」をみそ部のみなさんと一緒に作ってみませんか？

日　　程	11月17日㈪～11月20日㈭の4日間 ※基本的に全日程に参加をお願いします。 17日：米洗い（15：00～15：30） 18日：米蒸し、発酵（8：30～12：00） 19日：切り返し（9：00～10：00、14：00～15：30） 20日：仕上げ（8：30～13：00）
場　　所	佐那河内村農業振興センター加工室
参 加 費	1,000円（味噌４kg、塩、大豆、こうじ菌代含む）
持 ち 物	米1.25kg、エプロン、三角巾
申し込み	産業環境課までお申し込みください。当日参加も可能です。



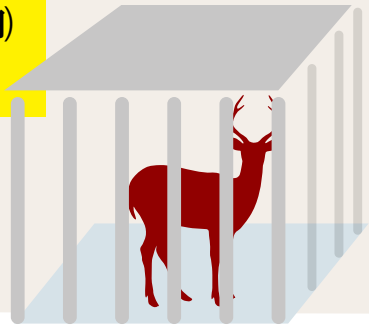
お問い合わせ ● 産業環境課

令和
8年度

阿波のわな名人戦

参加費
無料

【開催期間】令和８年11月15日(日)～令和９年３月15日(月)
【表 彰 式】令和９年５月～６月上旬（予定）



わな猟師よ！熱くなれ！
参加者募集

①わなを用いてニホンジカを捕獲
②捕獲報告書を送付
③捕獲個体のポイント
捕獲数により総合１～５位までを表彰

実施地域　佐那河内村全域（鳥獣保護区は除く）

参加資格　・名 人 戦　令和８年度、本県で（わな猟）狩猟者登録を行った佐那河内村に住所を有する者
・育成部門　令和８年度（わな猟）狩猟登録者のうち、狩猟経験５年以下の狩猟者

参加方法　期間内にわなによる狩猟を行い、捕獲報告書に必要事項を記入のうえ郵送すれば参加となります。

実施方法　実施期間中に捕獲したニホンジカの捕獲数、雌雄別、成獣・幼獣別をポイント化します。
成獣メス：６ポイント/頭　幼獣メス：２ポイント/頭
成獣オス：４ポイント/頭　幼獣オス：１ポイント/頭



【応募締切】
令和9年3月16日(火) 必着

⚠注意事項⚠
・事前エントリーの必要はありません。
・捕獲頭数の確認のため、捕獲個体の写真を提出していただきます。

主催：佐那河内村　協賛：徳島市農協・佐那河内農業振興協議会

お問い合わせ ● 産業環境課

地域計画からの除外申請および農地の農用地区域からの除外申請の受付

農業経営基盤強化促進法の改正により、村において地域のめざすべき将来の農地利用の姿を明確化した地域計画が策定されています。

これに伴い、転用申請を行う農地については、あらかじめ地域計画の変更（除外）手続きおよび農振除外申請の手続きが同時に必要となります。

農地を農地以外（具体例：宅地、農業用倉庫、駐車場、資材置場、植林など）に利用する場合には、農業委員会へ転用の申請をする前に、地域計画の変更（除外）手続きおよび農用地区域から除外する手続きが必要となります。

該当者は、産業環境課まで次の期間内に申請をお願いします。

①申請受付期間　令和８年12月１日(火)から令和８年12月28日(月)まで
②申 請 用 紙　産業環境課または村ホームページ

なお、申請にあたり次の点にご留意をお願いします。

(1) 申請地が農用地区域内農地かどうかは産業環境課で確認できます。

(2) 農用地区域からの除外、農地転用は、農業委員会の審議を経て、県の同意、許可を受けることになりますので、一定の期間（約半年）がかかります。農地以外に転用をお考えの人は、早めにご相談ください。

(3) 申請の内容や周囲の状況などから判断して、除外できない場合があります。

お問い合わせ ● 産業環境課

マイナンバーカードの時間外対応について

役場開庁時間内に窓口に来ることができない人のために、役場開庁時間外にマイナンバーカードの交付および、電子証明書の更新を行います。ご希望の人は、住民税務課までご連絡ください。

【注意点】

- 対応の日時についてはご希望に添えない場合がございます。ご了承ください。
- 法定代理人以外は本人来庁のみでの対応となります。
- ご自身の状況に合わせて必要なものをご確認のうえ、お越しください。わからないことがある場合は住民税務課までご連絡ください。

お問い合わせ ● 住民税務課

税の納め忘れはありませんか？

徳島県と県内全市町村は、税の公平性を確保し、納税者の信頼を守るため、連携して県下一斉に徴収を強化します。

納付できない特別の事情がある人は必ずご相談ください。

11月 12月



県税・市町村税
県下一斉 徴収強化月間

徳島県・県内全市町村

お問い合わせ ● 住民税務課

あなた自身が作成された遺言書を法務局が保管します

－自筆証書遺言書保管制度－

法務局に遺言書を預けていただくことにより、大切な遺言書の紛失や改ざんを防止することができます。大切な財産をご家族などに確実に託す方法の一つとして、本制度をご利用ください。

保管申請手数料は、3,900円です。家庭裁判所での検認が不要となります。手続には予約が必要です。

遺言書保管申請の方法については、徳島地方法務局ホームページをご確認いただくか、徳島地方法務局供託課までお問い合わせください。

徳島地方法務局ホームページ
https://houmukyoku.moj.go.jp/tokushima/page000001_00065.html



お問い合わせ ● 徳島地方法務局供託課　電話：622-4867

11月は、「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」月間です。



児童虐待の現状

令和７年度に徳島県の児童相談所が対応した虐待相談件数は1,215件で過去最多となりました。

「しつけ」と「虐待」の違い

「しつけ」とは、子どもが社会の中で生きていくために必要な善悪や礼儀作法を教え自律に導くことです。保護者は、子どもを一人の人間として感情や価値観を尊重し、暴力以外の方法によってしつけを行わなければなりません。

「虐待」とは、保護者が子どもに行う行為で、子どもの心や体を傷つけたり、健全な成長や発達を損なう行為をいい、体に直接危害を加える行為に限らず、子どもに対する不適切な関わり全てを含みます。

保護者がいくら一生懸命で、子どもをかわいいと思っていても、「しつけ」のつもりであったとしても、子どもにとって有害な行為であれば虐待です。

虐待の定義

身体的虐待
殴る、蹴る、たたく、投げ落とす、激しく揺さぶる、家の外に閉め出す、長時間正座をさせる など

性的虐待
子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など

ネグレクト（養育の拒否）
食事を与えない、ひどく不潔なままにする、病気やけがをしても病院に連れて行かない など

心理的虐待
言葉により脅かす、無視する、子どもの目の前で家族に対して暴力を振るう（DV） など

気になることがあったら、「通告」してください

児童相談所虐待対応ダイヤル 1(いち) 8(はや) 9(く)

通告とは、「気になることを相談すること」です。
あなたの判断で「しつけの限度を超えている」「子どもへの関わり方がおかしい」と感じたら迷わず通告してください。誰が通告者かを知られることはありません。保育所や学校に通っていない子どもが虐待されているとしたら、それに気付き守ることができるのは、あなたかもしれません。

親子のための
相談LINEとは？
子育てや親子関係の不安や悩みイライラに、
いっしょに向き合います。
匿名可能 匿名（LINE上のアイコンとニックネーム）でも相談ができます。
秘密厳守 相談内容の秘密は守られます。
友だち登録はこちら
サービス内容の詳細はこちら

児童相談所虐待対応ダイヤル 189

お近くの児童相談所につながります。
（24時間365日通話料無料）

【相談窓口】

- 中央こども女性相談センター Tel (088) 622-2205
- 南部こども女性相談センター Tel (0884) 22-7130
- 西部こども女性相談センター Tel (0883) 53-3110
- 各市町村児童相談担当窓口

診療所だより

糖尿病を防ぐために、今日からできること　11月14日は世界糖尿病デー

糖尿病は、初期には自覚症状がほとんどないこともあります。そのため、症状がなくても定期的に健診を受け、自分の血糖値を知っておくことが大切です。

糖尿病は、食事や運動などの生活習慣と深く関係しています。毎日のちょっとした心がけが、糖尿病の予防につながります。

- 野菜を取り入れ、バランスのよい食事を心がける
- 甘い飲み物やお菓子をとりすぎない
- 散歩や家事など、無理のない範囲、日常生活の中で体を動かす
- 食べすぎに注意し、適正体重を保つ



当診療所では、糖尿病でインシュリンを使っていない人、健診で高血糖を指摘された人など、24時間の血糖を２週間連続測定したい場合は、選定療養制度を利用して、採血の痛みを伴うことなく持続的な血糖管理ができます。詳しくは、佐那河内診療所までご相談ください。

佐那河内診療所
SANAGOCHI CLINIC

【診療科目】内科
【診療時間】9:00～14:00
【電話番号】679-2002

診療日	月	火	水	木	金	土	日
		○			○		

※祝日の場合はお休みになります。

毎年12月3日から９日は「障害者週間」です

障害者週間は、障がいのある人たちの社会参加を促進し、障がいに対する理解と認識を深めるための週間です。障がいの有無に関わらず、誰もが大切な存在であることを認め合い、その人らしく暮らせる社会の実現を目指しましょう。

村で活動している団体を紹介します！　～佐那河内村身体障がい者会～

佐那河内村身体障がい者会では、会員同士の交流を深め、社会参加の機会を広げるため、さまざまな活動を行っています。会員を随時募集していますので、お気軽にお問合せください。

● 陶芸教室の開催（毎年1月）

陶器に思い思いの絵や模様を描き、オリジナルの作品に仕上げています。色やデザインを工夫しながら絵付けを楽しむことを通じて、会員同士の親睦を深めています。制作した作品は、「佐那河内ふれあいまつり」に出展し、多くの人に見ていただくことで、会の活動をお伝えする機会となっています。



●ボッチャ（毎週木曜日）

会員同士で声を掛け合いながら、技術の向上を目指しています。日頃の練習の成果を発揮する場として、各種大会にも積極的に出場しています。仲間と一緒に練習を重ね、目標に向かって取り組むことは会員にとって大きな励みとなっています。

これからも、会員同士の親睦を大切にしながら、スポーツや文化活動を通じて楽しく社会参加を続け、地域のみなさんとの交流を深めていきます。

お問い合わせ
- 健康福祉課
- 佐那河内村社会福祉協議会（佐那河内村身体障がい者会事務局）　電話：679-2304

佐那河内村

がん患者アピアランスケア費用助成事業

令和８年10月1日より、がん患者のがん治療に伴う心理的、経済的負担を軽減するとともに、就労などの社会参加を促進し、療養生活の質の維持向上を図るため、ウィッグなどの補正具の購入費用の一部を助成する「佐那河内村がん患者アピアランスケア費用助成事業」を開始しました。

★アピアランスケアとは

医学的・整容的・心理社会的支援を用いて、外見（アピアランス）の変化を補完し、外見の変化に起因するがん患者の苦痛を軽減するケアのことです。

対象者

申請日において村内に住所を有し、がんの治療（手術、薬物治療または放射線治療）を受けた人、または現に受けている人で、治療に伴う外見の変化のため、補正具を購入した人

対象経費

次に掲げる補正具を購入するために要した費用（消費税及び地方消費税を含む）

※補正具の購入に要する交通費、送料、代金決済手数料などの諸経費、付属品、ケア用品などの購入費用および文書料などは対象外です。

区　分	内　容
医療用ウィッグ	がん治療に伴う脱毛に対応するため、一時的に着用する全頭用および部分用医療用ウィッグ（装着時に皮膚を保護するネットを含む）または毛付き帽子
胸部補正具	がん治療に伴う外科的治療などによる乳房の形の変化に対応するための補正下着および補正パッドなどの胸部補正具
エピテーゼ	がん治療により乳房、顔などの身体外表に生じた欠損部位を補うため、医療用具として体表に取り付ける人工の装具（再建術により体内に埋め込まれたものを除く）

助成金額

・対象経費の2分の1に相当する額（1,000円未満の端数が生じた場合は、これを切り捨てた額）で、補助１回当たり30,000円を上限

・助成回数は対象者１人につき、対象経費の区分ごとに１回限り

申請方法

申請用紙に必要事項を記入のうえ、次の書類を添えて、健康福祉課まで申請してください。

なお、申請用紙は健康福祉課窓口でお渡しします。また、村ホームページでダウンロードしてご利用いただくこともできます。

（１）補正具の購入に係る領収書の原本（購入者名、品名、金額などの記載のあるものに限る）

（２）治療計画書、化学療法説明書、診断書などのがんの治療を受けていることを証明する書類

（３）その他必要書類

※申請期限は購入した日から１年以内ですが、今年度に限り、令和８年４月１日以降の購入分が対象となります。

お問い合わせ ● 健康福祉課

令和８年度　がん検診および特定健診のお知らせ

令和８年度のがん検診と特定健診を次の日程で実施します。**受診をご希望される人は、事前予約が必要です。**各検診日程の申し込み期限までに、健康福祉課保健衛生係までお申し込みください。

ぜひ、この機会に受診してください。



●がん検診・特定健診日程および場所（集団健診）

検診日程	検診場所	受付時間
令和８年12月23日㈬ **【申し込み期限：11月27日㈮】** ※村内開催なので、期限までに申し込みできなくても受診はできます。その場合は、事前に問診票をお渡しできないことがありますので、ご了承ください。	**佐那河内村役場** ※頸部・腹部エコー検査は、実施しないのでご注意ください。	8：30～11：00 子宮がん検診は 9：30～11：00

●がん検診内容および負担金（集団健診）

検診内容	対　象　者	負担金
胃がん検診 **（バリウム検査）**	40歳以上の村民 ※**令和８年度に胃内視鏡検診を受診した人は受診できません。**	**500円**
肺がん検診 **（結核検診）**	40歳以上の村民 ※65歳以上の人は感染症法により年１回の結核検診が義務付けられています。	**100円**
喀痰検査	肺がん検診受診者で、肺がんの危険性が高いと認められた村民	**300円**
大腸がん検診	40歳以上の村民	**300円**
肝炎ウィルス検査	①令和８年度において満40歳となる村民 （昭和61年4月1日～昭和62年3月31日生まれの人） ②平成14年度から令和7年度までの間に、肝炎ウィルス検査の対象者であって、受診の機会を逸した村民	**300円**
前立腺がん検診	50歳以上の村民（男性のみ）	**1,000円**
骨密度検査	40歳以上の村民	**400円**
（婦人科検診） **子宮がん検診**	20歳以上の村民（女性のみ） ※**２年に１回の受診が標準です。**原則として、前年度に受診された人は、来年度に検診を受けていただくようお願いします。	**400円**
（婦人科検診） **乳がん検診**	40歳以上の村民（女性のみ） ※**２年に１回の受診が標準です。**原則として、前年度に受診された人は、来年度に検診を受けていただくようお願いします。	**1,000円**

※生活保護受給者の人は、負担金は無料です。

※特定健診受診券をお持ちの人は、がん検診と同時実施できますので、ご希望の人は、がん検診予約時にお申し出ください。**国民健康保険被保険者は特定健診の追加検査として眼底検査・尿蛋白定量検査・推定食塩摂取量測定検査を実施します。（国民健康保険以外の人は、村の集団健診で特定健診を受診した場合に限り追加検査も実施しています。）**

成人歯科健診および口腔がん検診について

12月23日㈬の村内で行う健診と同時に、無料の成人歯科健診および口腔がん検診を実施します。歯ブラシなど歯科用品もプレゼントしていますので、この機会にぜひ受診してください。



場所：佐那河内村役場 村民ホール
日時：12月23日㈬ 8:30～12:00
費用：無料
内容：歯科医や歯科衛生士による歯科健診、歯科相談、口腔がん検診など
※予約・申込不要で、当日受付順にご案内します。

お問い合わせ ● 健康福祉課

令和８年度 高齢者インフルエンザおよび新型コロナウイルス定期予防接種実施医療機関について

令和８年10月１日より実施しています、高齢者インフルエンザおよび新型コロナウイルス定期予防接種について、令和８年９月25日付けで対象者へ各予診票や接種に関する案内を個別に通知しています。同封の実施医療機関リストについては令和８年３月１日時点のものとなっており、現在、予防接種を実施していない医療機関が含まれていますのでご注意ください。

今年度予防接種を**実施していない**近くの医療機関

医療機関名	住　所
清家医院	徳島市上八万町下中筋90-1
和田内科循環器科	徳島市富田橋5丁目30-2
河野内科循環器科	徳島市安宅1丁目4-34

お問い合わせ ● 健康福祉課

国保脳ドックについて

国保脳ドック事業は、重症化しやすい脳および脳血管疾患の早期発見と予防を図ることを目的に、脳ドックを受診する被保険者の人へ次の内容で助成を行っています。

対　象　者	村内に住所を有する国民健康保険加入者で40歳～74歳までの人 （ただし、2年に1回の助成となります。前年度に助成された人は対象となりません。）
期　　間	令和８年７月１日～令和８年12月上旬頃
受診場所	協立病院・田岡病院
負　担　金	3,000円
定　　員	全体で30人



※受診を希望される人は健康福祉課国保係までお申込みください。**脳ドックと特定健診を同時に受診することもできます。**同時に受診される場合は、負担金に特定健診分1,000円がプラスされます。

お問い合わせ ● 健康福祉課

佐那河内 史料散策　その38

大正時代半ば以降、いわゆる「大正デモクラシー」の思潮が社会に広まります。国際社会でも第一次世界大戦の反省から、ワシントン体制の下で軍縮が進められました。こうした中、政府は大正15年（1926）に青年訓練所令を公布します。その第一条で「青年ノ心身ヲ鍛錬シテ国民タルノ資質」を向上させることと明記し、新思潮を抑止するために20歳までの青年に軍事教練を実施することにしたのです。

また、前年には陸軍将校学校配属令を出していましたが、これは軍縮が進められるなかで、軍部の人員整理（失業対策）の対応だったとも言われていますが、訓練所修了者には兵役期間が半年短縮されることから入所者が多かったようです。

佐那河内村でも「青年訓練所規則」を制定し、宮前・高樋・嵯峨の各小学校に青年訓練所を併置しました。教練に最も多くの時間が割り振られましたが、国語や数学などの普通教科や修身および公民科などもありました。この規則は、役場が保管する『自大正十四年一月　会議往復綴』と題された簿冊に綴じられています。


規則の冒頭部分


訓練所入所記念の写真

刊行

佐那河内の引札
―梯家コレクション―



明治時代の後半から大正時代にかけて、商店が顧客に配付していた宣伝用のチラシ（引札）を紹介する『佐那河内の引札―梯家コレクション―』を刊行しました。

引札の図柄は江戸時代以来の浮世絵師の系譜をひく絵師が描いていたとされ、その魅惑的な色彩からコレクターも少なからずいたようです。この冊子では梯家が所蔵していた引札を紹介しています。当時、佐那河内村内で商業活動をしていた商店の引札がご覧いただけます。

● 販売価格：500円

開庁日（土日祝を除く）8:30から17:15まで
企画政策課で販売しています

お問い合わせ ● 企画政策課

2027年
築こう人権の里運動

【人権標語・ポスター】入選者決定！

2027年「第31回佐那河内村築こう人権の里運動」として、人権に関する標語・ポスターを募集し、選考の結果、入選者が決定しました。入選作品と入選者の皆さんをご紹介します。

入選作品は、来年の「人権の里さなごうちカレンダー」に掲載して配付し、人権を尊重する村づくりに生かしてまいります。

また、本年度からの新たな取組として、人権週間（12月4日～10日）に、高樋地区の国道沿いに設置されている電光掲示板に、人権標語の入選作品から選んだ1作品を表示する予定です。道路を通行する皆さんにも、人権について考える機会を広げていきます。

ご応募いただいたみなさん、ありがとうございました。

人権標語の部（敬称略）

学年	標語	氏名
小1	ともだちの　てとてをとって　えがおのわ	堺（さかい）　舞音（まのん）
小2	やさしさは　人から人へ　つながれる	重本（しげもと）　乃愛（のあ）
小3	ぼくときみ　ちがうところが　いいところ	上岡（うえおか）　祐太（ゆうた）
小4	その言葉　いわれた自分を　考えて	大西（おおにし）　洸成（こうせい）
小5	みとめあう　きみの色と　ぼくの色	池端（いけばた）　健（たける）
小6	それぞれの　人の個性を　大切に	殿井（とのい）　佑來（たすく）
中1	これからも　忘れちゃいけない　ありがとう	岡西（おかにし）　美奈（みな）
中2	踏み出そう　あなたの一歩で　笑み増える	岡田（おかだ）　郁果（ふみか）
中3	AIじゃなく　自分の心の声で　向き合おう	山上（やまうえ）　真広（まひろ）
小保護者	くらべない　わたしは、わたし　ありのまま	伊藤（いとう）　晴美（はるみ）
中保護者	決めつけず　知ろうとするのが　第一歩	山下（やました）　哲夫（てつお）

ポスターの部
（敬称略）



小6　黒田（くろだ）　菫（すみれ）



小2　田口（たぐち）　灯乃（ともの）



小6　岩野（いわの）　匠真（たくま）



中1　岡西（おかにし）　美奈（みな）



中1　竹森（たけもり）　心美（ここみ）

図書館だより 11月号

秋の夜長に読みたい、おすすめの本



『密やかな結晶』
小川洋子／著　講談社

物と記憶が消えゆく孤島で、記憶を失わない人を秘密警察から隠し部屋に匿う物語。静かな喪失の美しさと切なさが、秋の夜に深く染み渡る不朽の名作。



『ふゆじたくのおみせ』
ふくざわゆみこ／作　福音館書店

クマさんとヤマネくんが冬ごもりを前に内緒の買い物をする物語。大切な相手を思いやる優しい気持ちが、肌寒い季節の読書にぬくもりを添えてくれる一冊。



『眠れない夜のために』
千早茜／著　平凡社

「眠れない夜」を巡るさまざまな人の孤独や静かな時間を描いた短編集。繊細な筆致と美しい挿絵が、静寂なひとときにそっと寄り添ってくれる一冊。



『目でみることばのずかん』
おかべたかし／文 やまでたかし／写真
東京書籍

「図星」や「ぶっきらぼう」などの意外な語源や漢字の成り立ちを、写真で直感的に学べる図鑑。ページをめくりながら、知的好奇心を満たせるユニークな本。

11月27日㈮まで、特典いっぱいの秋の読書週間イベントを開催しています。
ぜひ、図書コーナーへお越しください♪



スポーツクラブだより
さなごうち

●今年度のバレーボール大会は、開催見送り



毎年恒例の佐那河内村バレーボール大会は、村民体育館の改修工事に伴い、今年度は残念ながら中止となりました。大会を楽しみにしてくださっていたみなさまには、心よりお詫び申し上げます。

昨年度は、参加チームの息の合ったプレーや熱いラリーに会場が盛り上がり、スポーツを通じて仲間との交流を深める楽しい大会となりました。今年度はお休みとなりますが、来年度は開催を予定しています！またみなさまと一緒にスポーツを楽しみ、笑顔と熱気あふれる大会を開催できることを楽しみにしています。どうぞご期待ください！

12月 教室カレンダー

小中学校体育館

- 卓球 19:30～21:00
- バドミントン 20:00～22:00※
- ピックルボール 19：00～21：00※

中央運動公園グラウンド

- サッカースクール 17:15～18:15

※印の種目は活動費が必要です。

- 村民体育館改修工事のため、場所が変更になる可能性があります。
- 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し込み・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。
- 状況により会場を変更する場合や中止になる可能性があります。

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

お問い合わせ ● さなごうちスポーツクラブ事務局　電話：679-2855

駐在所だより

犯罪被害者支援実施中！

面接相談を希望の場合は、事前にご連絡ください。

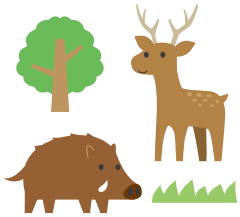
犯罪被害者相談・心のケア（秘密厳守・無料相談）

電話 656-8080（こころはれば）

狩猟解禁です！

【期間】令和８年11月15日～令和９年２月15日

※イノシシ・シカは～令和９年３月31日まで



・狩猟される人は、必ず法律や決められた事項を遵守してください。
・山林の手入れ・山菜採りで山へ入られる人は、イノシシ・シカなどに間違われないよう、スズを身につけるか携帯ラジオを鳴らしながら作業されると安心です。

無事故・無違反の表彰募集中！！

運転免許を取得して15年以上無事故・無違反の人は、表彰の対象ですので、希望される人は、遠慮せずに駐在所までご連絡ください。

交通ルールは必ず守って、無理のない安全運転を心掛けましょう！！

パトカーなどで村内を巡回していますのでお気軽にお声をお掛けください。また電話での連絡は、徳島中央警察署（電話624-0110）経由で駐在所に転送されます。※緊急の場合は110番通報をお願いします。［ 駐在所：渡辺　孝 ］

佐那河内村地域包括支援センターだより

11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。楽しく身体と頭を動かして交流を楽しみましょう。みなさまの参加をお待ちしています。

日　時	教室名	会　場
11月16日㈰ 13:30～15:30	いきいき体操教室	役場 大会議室
11月24日㈫ 10:00～13:00	健康料理教室	農振センター
12月 4日㈭ 13:30～15:00	音楽介護予防教室	多目的地域交流施設 YOTTE-KAN
12月11日㈭ 10:00～11:00	脳若トレーニング教室	役場中会議室

～家族介護者「ゆとりの会」のお知らせ～



在宅で介護されている家族を対象とした交流会を開催します。

【日時】12月2日㈫13:30～15:00　【場所】健祥会ハイジ

【内容】講演会「介護をする方のメンタルヘルス～家族を支えるために～」

講　師　むつみホスピタル公認心理師　森　綾乃氏

※「ゆとりの会」参加希望の人は、準備の都合上11月27日㈭までに連絡をお願いします。
※送迎が必要な人はご連絡ください。※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。

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

一般財団法人 さなごうち
【お問い合わせ】
一般財団法人さなごうち事務局
電話 636-4030　FAX.636-4032
E-mail:zaidan-info@mb-sanagochi.foundation

■中国・四国もうひとつのふるさと探しフェアで村の魅力を PR!



　中国・四国もうひとつのふるさと探しフェアが9月26日㈭に大阪で開催され、県を含む12の市町村が参加し、佐那河内村は初めて参加しました。
　10組の人が移住相談のブースに来られ、佐那河内村という名前を覚えてもらい、村の魅力や暮らしをPRしました。



▲会場の様子



▲資料コーナーの様子



▲他県ブースの様子



▲移住相談の様子



▲移住相談の様子



▲移住相談の様子

　佐那河内村を知らない人がほとんどでしたが、大阪のフェアで何度も佐那河内村のブースに相談に来てくれる人もいました。
　佐那河内村という名前、場所を知っていただき、村の風景や観光、暮らしなどをPRできたと思います。
　今後も大型フェアで村の良さをどんどんPRしていきます。

■ すだちを使ったお寿司の取材が新家で行われました！

10月1日㈬に、株式会社Mizkan（ミツカン）からの依頼で、すし作家の岡田大介さんが来村し、すだちを使ったお寿司の取材が新家にて行われました。大分のかぼす、高知のゆず、徳島のすだちと3県のお寿司が、今後WEBメディアなどで発信される予定です。ご協力いただいたカトレア夢工房様、ありがとうございました。





■ 東京の高校生が来村！柚子の収穫と稲刈り体験、秋祭りにも参加！



10月9日～12日の４日間、学校法人文化杉並学園 教育イノベーションリーダーズコース第2弾として、高校1年生が来村しました。今回は、ゆずの収穫体験と稲刈り体験、朝宮神社の秋祭りにも参加させていただき、嵯峨のよりあうプロジェクトのみなさんのお話しも聞かせていただきました。

「ゆず収穫や稲刈り、秋祭りも体験させていただいて、村の暮らしに染まることができたと感じられて良かった。よりプロさんの素晴らしいお話しも聞けたし、村民のみなさんともたくさん話ができて良かった」とのことでした。

村の貴重な体験ができたと喜ばれていました。ご協力いただいたみなさまには大変お世話になり、ありがとうございました。






老人クラブ連合会　社会奉仕の日

「社会奉仕の日」全国共通活動として、老人クラブ連合会の一斉奉仕活動が実施されました。
老人クラブ連合会の各単位クラブにおいて、朝早くから神社・集会所などの清掃・草刈りを行いました。
参加されたみなさんの熱心な作業で、大変美しくなりました。会員のみなさん、ありがとうございました。





10/20㈫ 老人クラブ連合会　一日行楽

老人クラブ連合会の会員54人が秋の一日行楽に出かけました。

まず香川県の大窪寺を訪れ、境内を散策し歴史に触れました。午後からは栗林公園でボランティアガイドの説明を聞きながら美しい庭園や景色を眺めました。

最後に道の駅 源平の里 むれにて地元特産物などの買い物を楽しみ、和やかで笑顔あふれるひとときを過ごしました。



10/27㈫・28㈬ 剪定講習会

黒川造園から講師をお招きし、剪定講習会を開催しました。２日間で８人が参加し、安全な作業をする心構えや、道具の使い方、また基本的な剪定方法を受講しました。



その後の実技講習では講師の手元に注目しながら、一枝一枝の大切さを確認し、みなさん熱心に作業に取り組んでいました。



「令和８年熊本地震災害義援金」報告

佐那河内村、佐那河内村社会福祉協議会では、令和８年７月28日に発生した令和８年熊本地震で、被災された人々を支援するための募金活動を実施してきました。

村役場庁舎や村社協に来庁された人々や、常会、各種団体のみなさまに温かいご協力をいただき、本当にありがとうございました。

みなさまからお寄せいただいた義援金につきましては、日本赤十字社徳島県支部へ全額送金させていただきました。

被災されたみなさまが1日も早く回復され、日常を取り戻し、生活が再建できるよう、心よりお祈りいたします。

募金額：179,575円（令和８年８月20日～令和８年10月15日）

なお、日赤県支部より義援金募集期間を令和９年３月31日まで延長するとの連絡があったため、村社協の募金箱をこのまま年度末まで設置することとしました。

引き続き、みなさまの温かいご支援とご協力をよろしくお願い申し上げます。

お近くの くらしサポートセンターへ ご相談ください

相談無料

さまざまな理由で生活の困り事を抱えている人が
お住まいの地域で相談できるよう
各町村の社会福祉協議会に
「くらしサポートセンター」を開設しました。





相談のながれ

1 相談
くらしのこと、家計のこと、就職のことなど、あなたが不安を抱えていることについて相談に乗ります。

2 計画づくり
あなたと一緒に、今後の生活を良くしていくための計画を作成します。

3 支援
生活の困り事の解決に向けて、あなたを支援します。

くらしサポートセンター佐那河内

〒771-4101　名東郡佐那河内村下字西ノハナ27番地　村民体育館横
受付時間　９：００～１７：００（土・日・祝日・年末年始を除く）
電話：６７９－２３０４

とくしま 空×マチマーケット 佐那河内村

● **11月28日㈯ 10:00～15:30** ※完売次第終了
● **徳島阿波おどり空港 １階到着ロビー**

新米や季節の果物、手作りのお菓子など、
美味しい物を取りそろえてお待ちしています。



お問い合わせ ● 企画政策課

第128回 読み合い朗読会「伝えたい村の話」佐那河内村史から

●分厚い佐那河内村史の683頁に、東内共同防除施設の写真が載っています。私事ですが、我が家は其処です。右側に大きな貯水槽、左側に薬剤調合の為の建物です。昭和37年度に完成して、関係者50戸に配管を施されて、果樹病虫害防除の薬剤散布が、防除適期に一斉に行われました。昭和32年に、丸田地区でモデル事業として設置された共同防除施設が、果樹病虫害防除の大きな成果を上げたので、東内・中央・中峯・上嵯峨に次々と施設が設置されていきました。全戸への配管工事等は、多大な村民の労力も要しましたが、それ以前の日々の過重労働が軽減されたのだそうです。我が家は、平成１１年に其処に移住しました。建物は老朽化していて、随分前に役目を終えていたようです。我が家の土地所有に際しては、建物解体と、その周りの大木化した杉を切ることが明記されていました。なので新しく家を建てることが出来ました。土地自体は、どんな様子になるか分からなかったのですが、其処から眺める景色は素晴らしかったし、当初の美味しい野菜を作りたい食べたいで、佐那河内にやってきました。そして貯水槽の水は、今も全戸に使われていて(我が家も)、防除組合は水利組合となって存続しています。

ツリーベルズ　鈴木　昇・惠子

古いけれど新しい感動の本です。ぜひ一緒に読みましょう。

次回の開催
第129回12月14日㈪19:30～20:30
場所 役場 多目的スペース
お問い合わせ:鈴木(090-2156-7935)

さなごうち俳句 GOING SANAGOCHI

石南ひまわり句会

八月十七日 佐那河内村農振センター

鮎食べる骨まで食べる中学生　山田サキシロー
軒下にも風の道あり猛暑の日　西尾　武義
声かけて大蜘蛛外に逃がしやる　安喜　律子
竹枯れて緑の山に際立ちぬ　坂田　小夜
今一度村の歴史を忍ぶ秋　丸野　幸枝
窓辺にや盆提灯の揺るる朝　髙橋　仁美
過疎村の呼び物花火いくつ出る　東條　行裕

情報ボックス

月	日	行事名	場　所	時　間	持参物
11月	16日(月)	いきいき体操教室 対象者：医師から運動制限を受けていない人	役場 大会議室	13:30～15:30	運動しやすい服装、飲み物など
	17日(火)	可燃ごみ、古紙などの収集	追上駐車場	11:00～翌11:00	
		離乳食講習会 対象者：乳児とその保護者	役場 多目的スペース	10:00～10:30(受付)	母子健康手帳、バスタオル、子どもノート
		１歳児・２歳児歯科栄養相談 対象者：１歳児・２歳児とその保護者	役場 多目的スペース	13:15～13:30(受付)	母子健康手帳、バスタオル、子どもノート
	20日(金)	健康づくりチャレンジ教室 対象者：特定健診で血圧や血糖が高めな人	役場 大会議室	19:30～21:00	運動しやすい服装、飲み物など
	24日(火)	可燃ごみ、古紙などの収集	追上駐車場	11:00～翌11:00	
		健康料理教室 対象者：健康づくりに関心のある人	農振センター 1階 大会議室	10:00～13:00	材料費200円、お米1合、エプロン、三角巾、マスク
	27日(金)	健康づくりチャレンジ教室 対象者：特定健診で血圧や血糖が高めな人	役場 大会議室	19:30～21:00	運動しやすい服装、飲み物など
	30日(月)	粗大ごみ(家電６品目・畳・布団類)の収集	追上駐車場	15:00～19:00	
12月	１日(火)	可燃ごみ、古紙などの収集	追上駐車場	11:00～翌11:00	
	４日(金)	健康づくりチャレンジ教室 対象者：特定健診で血圧や血糖が高めな人	役場 大会議室	19:30～21:00	運動しやすい服装、飲み物など
		音楽介護予防教室 対象者：65歳以上の人	多目的交流施設 YOTTE-KAN １階	13:30～15:00	飲み物など
	８日(火)	可燃ごみ、古紙などの収集	追上駐車場	11:00～翌11:00	
	９日(水)	股関節脱臼検診 対象者：乳児とその保護者	役場 大会議室	13:15～13:30(受付)	母子健康手帳、バスタオル、子どもノート
		粗大ごみ(木製品・プラスチック類・家電・金属類・ガラス・陶器など)の収集	追上駐車場	16:00～19:00	
	10日(木)	粗大ごみ(木製品・プラスチック類・家電・金属類・ガラス・陶器など)の収集	追上駐車場	8:30～11:00	
	11日(金)	脳若トレーニング教室 対象者：65歳以上の人	役場 中会議室	10:00～11:00	飲み物など
		健康づくりチャレンジ教室 対象者：特定健診で血圧や血糖が高めな人	役場 大会議室	19:30～21:00	運動しやすい服装、飲み物など
	14日(月)	心配ごと相談・行政相談・人権擁護相談	役場 相談室３	9:00～12:00	
	15日(火)	可燃ごみ、古紙などの収集	追上駐車場	11:00～翌11:00	

人のうごき（敬称略）

個人情報に関する内容のため削除しています

住民基本台帳登録数

令和８年10月末現在

［人　口］2,032人（－４）
［　男　］　996人（－３）
［　女　］1,036人（－１）
［世帯数］926世帯（　０）

※（　）前月比



企業・個人事業者のみなさま

広報佐那河内・HPの

広告主募集中



▲村ホームページ

@SANAGOCHISON_OFFICIAL
インスタグラム

健康づくりの会（食生活改善推進委員）のおすすめレシピ

しあわせごはん

No.188 豆腐とひじきの揚げ物



材料（4人分）

- 木綿豆腐…… 300g
- 鶏ひき肉……80g
- ひじき…… 8g
- れんこん……80g
- ごま油…… 小さじ1
- 卵…… 1個
- 塩…… 小さじ1/6
- 揚げ油…… 適宜
- しょうゆ…… 大さじ1
- すだち果汁…… 大さじ1
- ブロッコリー…… 1/3株

栄養成分

エネルギー	196kcal	タンパク質	7.4g
脂質	10.7g	炭水化物	5.9g
食塩相当量	1.0g		

作り方

①豆腐は水切りしておく。
②ひじきはもどして、洗って水気を切る。
　れんこんは、粗みじんに切る。
③フライパンに油を温め、②を炒める。
④ボウルに①、②、鶏ひき肉、卵、塩を入れてよく混ぜる。
　※水分が多い時は小麦粉もしくは片栗粉を加え調整する。
⑤小判型（1人3個）にし、160度くらいで色よく揚げ、中まで火を通す。
⑥小房に分けて茹でたブロッコリーと⑤を盛り付ける。
⑦すだち果汁としょうゆを混ぜ、つけだれを作り、そえる。

ポイント

・ひじきとれんこんを炒める時は水分を飛ばすようにさっと炒めるのがポイントです。水のはじく音が小さくなったら、しっかり炒められているサインです。

各課直通電話番号

総務課 679-2113	産業環境課 679-2115	議会事務局 679-2152	健康福祉課 679-2971
企画政策課 679-2973	住民税務課 679-2114	保育所 679-2217	建設課 679-2970
教育委員会 679-2817	消防センター 679-2136	救急要請 679-3999	

発行／佐那河内村役場 〒771-4195 徳島県名東郡佐那河内村下字西ノハナ31番地　TEL.088-679-2111㈹　FAX.088-679-2125
http://www.vill.sanagochi.lg.jp　E-mail　kikaku@sanagochi.i-tokushima.jp　印刷／太陽高速印刷有限会社