

## 彩りに夢をのせる

(11月7日 町民芸術祭 学童美術展)



おもな内容

新庁舎開庁記念イベント.....	2~4
新しい役場 皆さんの使い方を教えてください...	5
ひょうごメンズクッキングの参加者募集...	8
スキー教室の参加者募集.....	10
年末年始の公共施設の開館日.....	11

新庁舎開庁記念イベント  
沼田獅子舞披露 祭り屋台練り合わせ



10月10日(日)、新庁舎開庁記念イベントを開催しました。

沼田地区の華麗な獅子舞の披露で幕を開けた後、歴史上初めて町内の祭り屋台(鶴地区、糸井地区、町与地区、田中地区)が一堂に会し、勇壮で豪快な屋台練りが披露されました。

会場には約3,000人が集まり、「太子の環～人がつどう、まちをめぐる、太子がつながる～」のコンセプトどおり、新庁舎を拠点とした新たな集い・新たなまちづくりが始まりました。



# 新庁舎開庁記念イベント 太子町指定無形文化財「法伝哉」披露



11月3日(四)・(祝)、平方法伝哉保存会約60名による「法伝哉」が披露されました。法伝哉は、法隆寺の荘園「鶴荘」に伝わる民俗芸能で、物部守屋との戦に勝利した聖徳太子の凱旋の様子を表したものとされています。本来は斑鳩寺の大開帳に奉納されるものとされていますが、この度、60年ぶりの新庁舎開庁を記念して行われました。保存会の皆さんは太子あすかふるさとまつりの時代パレードと一緒に斑鳩寺を出発し、かけ声と共に太鼓を叩き、行進しました。役場北側駐車場に到着し、快晴の空に長さ10mを超える竹竿をつけたお幡が勢よく立てられると、「ホーデンヤ」のかけ声に合わせて、踊るように太鼓を叩き、鉦が打ち鳴らされました。会場には約900人が集まり、伝統ある「法伝哉」で新庁舎の開庁を祝いました。



## 新しい役場

### 皆さんの使い方を教えてください

皆さん、新しい役場はいかがですか。9月24日の開庁以降、毎日たくさんの方が来庁しています。新しい役場は、「太子の環〜人がつどう、まちをめぐる、太子がつながる〜」をコンセプトとしています。住民の皆さんにとって、行政手続きはもちろん、用事がなくても気軽に来られる場所となることをめざしています。地域交流館では、多くの人が学習したり、くつろいだりしています。今後もたくさんの方が憩い、活動する場として、皆さんの力で「太子の環」を広げてください。皆さんをお待ちしています。

太子の環〜人がつどう、まちをめぐる、太子がつながる〜



カフェ「はらっぱ」



交流ラウンジ



中庭広場



農産物の販売



ピンクのライトアップ



ラジオ関西公開生放送



行政手続きの様子



手話の研修



会議の様子

●問い合わせ  
企画政策課

☎277-5998

#### 落ち着いて勉強できます



吉岡 つぐみさん (北之町)

交流ラウンジで試験勉強をしています。きれいな建物なので、勉強に集中できます。また、学校終わりの放課後だけでなく土曜日・日曜日にも利用できるのです。便利です。

#### 私たちの活動の場です



水田 邦彦さん (矢田部)

サークル活動で2階スペース(研修室)を使いました。新しい建物での活動は、私たちも新鮮な気持ちで打ち込めます。次の活動日も楽しみにしています。

#### くつろぎのスペースです



加納 正さん (西本町)

運動後の休憩などに立ち寄っています。パソコンや雑誌があり、時間の使い方に困りません。今後は、友人との待ち合わせや会話を楽しまる場所としても利用していきます。

# 届出や申請にマイナンバーが必要です

マイナンバー制度の開始により、平成28年1月以降、役場での各種届出や申請には、「マイナンバー(個人番号)」の記入が必要な場合があります。  
届出・申請の際には、左の表の本人確認を行うための必要書類をご持参ください。

マイナンバーが必要となる

主な届出・申請

- ◎ 国民健康保険・後期高齢者医療(町民課)  
加入・資格喪失の届出、高額療養費など保険給付の申請
- ◎ 介護保険(高年介護課)  
要介護・要支援認定の申請、高額介護(予防)サービス費の申請
- ◎ 子育て(社会福祉課)  
児童手当の現況届、子どものための教育・保育給付の申請
- ◎ 税(税務課)  
税に関する申請、相続人代表者指定(変更)届

本人確認の方法

- ◎ 個人番号カードを持っている場合、個人番号カードで確認を行います。
- ◎ 個人番号カードを持っていない場合、通知カードまたは個人番号が記載された住民票から個人番号の確認と、運転免許証やパスポートなどで身元確認を行います。身元確認

来庁時に必要なもの(本人確認書類)

	番号確認書類	身元確認書類	その他
本人	個人番号カード	・運転免許証 ・パスポート ・健康保険証 など	なし
	・通知カード ・個人番号が記載された住民票		
代理人	・委任者の個人番号カード ・通知カード ・個人番号が記載された住民票 ※いずれもコピー可	・代理人の個人番号カード ・運転免許証 ・パスポート ・健康保険証 など	・委任状(任意代理人) ・戸籍謄本(法定代理人)

書類は、顔写真付の場合は1点、健康保険証などの顔写真付でないものは2点ご用意ください。

●問い合わせ  
届出・申請は各担当へ  
お問い合わせください

通知カードに記載した氏名の「ふりがな」をご確認ください

平成28年4月から住民票の写しにふりがなを記載します。  
お手元に届く通知カードの下欄に、町が登録しているふりがなを印字しています。記載内容に誤りがある場合は速やかに正しいふりがなを電話などでお知らせください。

●問い合わせ  
町民課(戸籍係)  
277-1011

個人番号カード発行のための  
顔写真撮影を無料で行います

個人番号カードは、マイナンバーを証明するだけでなく、顔写真とICチップが付きます。一枚で本人確認の身分証明として利用できるほか、e-Tax(国税電子申請・納付システム)などの電子申請にも利用できます。

個人番号カードを郵送で交付申請する際は顔写真が必要です。役場では無料で撮影します。

## 高齢者肺炎球菌予防接種の費用を助成しています

●問い合わせ  
さわやか健康課 ☎276-6630

- 実施期間 平成28年3月31日まで
- 費用 4,000円(実施医療機関で支払い)  
助成は1人1回  
生活保護世帯に属する人は無料(申請手続きが必要)

●対象者  
太子町に住民登録があり、次の①②のいずれかに該当する人

①65歳以上(平成28年3月31日現在)で過去に肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けたことがない人

※平成28年3月31日時点で、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳および101歳以上の人は定期予防接種対象者です。

②60歳以上65歳未満(接種日現在)で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に身体障害者手帳1級相当の障害を有する人

- 接種方法 医療機関へ予約の上、接種してください
- 持参物 予診票、健康保険証、健康手帳、自己負担金(4,000円)

※予診票は、さわやか健康課で申請してください。その際、②の対象者は、身体障害者手帳をご持参ください。なお、定期予防接種対象者には、4月に予診票を送付しています。

実施医療機関	所在地	電話番号
うえおかクリニック	蓮常寺 103-1	275-2666
上田内科クリニック	松ケ下 274-1	277-2894
江尻クリニック	鶴 869-1	276-1324
開発医院	太田 1517-1	277-0025
くわたクリニック	福地 365-1	275-1567
嵯峨山外科	鶴 103-29	276-0181
太子病院	鶴 387	277-1616
富井外科・脳神経外科医院	佐岡 27-1	277-5777
富岡外科医院	糸井 91-1	276-4185
二ノ丸内科	立岡 123	277-0308
森沢医院	鶴 1389-5	276-0003

町外の医療機関は、さわやか健康課までお問い合わせください。

## 「災害時におけるLPガス等支援協力に関する協定書」調印式を行いました

●問い合わせ  
企画政策課 ☎277-5998

町では、地震や風水害の発生に備え、兵庫県LPガス協会西播東支部と災害時の支援協定を締結しました。この協定により、炊き出しに必要なガスボンベやコンロなどが避難所へ優先的に届けられます。

LP(液化石油)ガスは、「災害に強いエネルギー」といわれます。災害時に水道、電気、都市ガス、石油製品などは供給再開に相当の日数を必要としますが、LPガスは数日で供給を再開できる『分散型エネルギー』として、ガスボンベが運べる場所であれば、どこにでも供給できることが特徴です。

調印式では、兵庫県LPガス協会西播東支部から「プロパンガスポータブル発電機および付帯機器一式」が寄贈されました。

- 協定内容
- ◎災害時にLPガスおよび燃焼機器などの資機材を必要とする避難所への優先的な供給と運搬協力
- ◎LPガス協会のライフセーバー隊による救命応急処置や、こども110番の車による諸活動中の被害状況などの情報提供



この協定により、町における協定の締結は18件となりました。今後も、地域との連携強化により、安心・安全のまちづくりを進めていきます。

## 寒さが本格化する前に対策を 水道管の凍結にご注意ください

●問い合わせ  
上下水道事務所 ☎277-3241

冬の冷え込みが厳しいとき、防寒の不完全な水道管は凍ったり破損したりします。次のような水道管は、ご注意ください。

- ・むき出しになっている水道管
- ・日の当たらないところにある水道管
- ・風当たりの強いところにある水道管
- ・温水器などのむき出しになっている配管部分

### 【防寒の仕方】

保温材を巻きます。破損しやすい蛇口は、上まで完全に包んでください。保温材がない場合、身近なものとして、毛布・布・発砲スチロールなどで代用できます。

また、その上からレジ袋やビニールなどを巻いて保温材が漏れないようにしましょう。

### 【水が凍って出ないとき】

自然に溶けるのを待つか、凍った蛇口や水道管にタオルや布をかぶせ、その上からゆっくりとぬるま湯をそそぎ、時間をかけて溶かしましょう。

急に熱いお湯をかけると、管や蛇口が破損し給

水栓を傷つけることがあります。

また、凍結により蛇口を開けても水が出ない場合、そのまま蛇口が開いたままにしておくことがあります。必ず蛇口を閉めてください。

### 【水道管が破損したとき】

メーターボックス内の止水栓などを閉めて水を止め、破損した箇所を布やテープなどで巻いてから、上下水道事業所指定の給水装置工事業者に修繕を依頼してください（修繕費用は自己負担になります）。

### 【長期間の留守、空き家・空き部屋をお持ちの人】

空き家をお持ちの場合、屋外の水道の蛇口や温水器などの配管が凍結し破損する恐れがあります。凍結防止をしてください。長期間使用しない水道は、上下水道事業所に「閉栓（休止）」を届け出ましょう。

凍結による漏水の場合、修繕費用は自己負担となり、水道料金も高額になる場合があります。ご注意ください。

## 人権一口メモ

### 2つのエピソードから

No.163 社会教育課

この素敵なエピソードは、新聞で紹介されました。とても心温まるエピソードです。

エピソード2  
満員電車で、赤ちゃんが泣き出した。険しい視線が母親に集まると、年配の女性が母親に話しかけた。「眠いのかしらねえ。」母親は「うるさくしてごめんなさい」と謝る。女性は続けた。「何を言っているの。一番大変なのはあなたじゃないの。お母さんが一番つらいのよね。」車内の空気が柔らかくなった。

エピソード1  
電車に乗っている小学校低学年の男の子とその父親。お年寄りが一人、電車に乗ってこられた。座席に座っていた父親が、すぐに席を譲った。「お父さんの知っている人？」と男の子は父に聞いた。父親は答えた。「人生の大先輩だよ。」

このように温かい言葉でこの2人はどれだけ救われたことでしょう。相手の置かれている状況を自分のこととして考えながら、自らの言動に生かしていくことは、人権尊重の社会を築く上で、とても大切なことです。しかし、現在の社会において、経済的な繁栄や効率を追求するあまり、人に対する優しさや謙虚な姿勢、他人の苦しみや悲しみに対する想像力が低下しているといわれています。一人ひとりが「自分さえ良ければ」といった考えから脱却し、あらゆる人の立場に思いを馳せることが大切ではないでしょうか。ある社会学者が、感性や感覚を高めるためには「時間と距離を克服すること」が大切であると述べています。「あれは過去のこと」「あれは自分とは遠い世界のこと」と放置するのではなく、世の中で起こっている色々な事柄を自分のこととして考えることが大切ではないでしょうか。12月4日から12月10日までの1週間は「人権週間」です。この機会に自身の日頃の言葉や行動を振り返ってみてください。

## 平成28年度学童保育園の入園者募集

●問い合わせ・申し込み  
社会福祉課 ☎277-1013  
各学童保育園

学童保育園は、放課後帰宅しても就労や入院などで保護者が不在の子どもたちを保育する場所です。子どもたちは、家庭的な雰囲気の中で遊びや勉強をして放課後を過ごします。

- 対象 小学1～6年生までの留守家庭児童（平成27年度より対象学年を拡大しています）
- 施設 斑鳩学童保育園（☎276-0499）  
石海学童保育園（☎276-4212）  
太田学童保育園（☎276-3045）  
龍田学童保育園（☎276-8510）
- 開園時間  
・授業終了後～19時（長期休業中は、8時～19時）  
・第1・第3土曜日8時～19時（太田学童保育園のみ）  
・休日学校行事の際の振替日8時～19時
- 費用負担  
保育料 8,000円/月（2人目から4,000円/月）  
おやつ代 1,200円/月（※8月は2,400円/月）  
傷害保険料 800円/年
- 必要書類  
①入園申請書兼保育児童台帳

- ②就労証明書など（父母ともに必要です）
- ③確約書
- 必要書類の配布場所  
各学童保育園、社会福祉課  
※町ホームページからもダウンロードが可能です。
- 受付期間  
[社会福祉課] 平日8時30分～17時15分  
[各学童保育園] 平日13時～19時
- 【1次募集】  
◎対象 小学1年～3年生  
◎期間 12月1日～22日
- 【2次募集】  
◎対象 全学年  
◎期間 12月24日～1月22日
- ご注意ください  
受付期間後の申請の場合、入園希望に添えない場合があります。長期休業中（夏休み期間など）のみの入園申請は平成28年4月から随時受付します。

## ひょうごメンズクッキングの 参加者募集

町内在住の男性を対象に、健康に配慮した食生活の知識や技術が学べるクッキング教室を開催します。

食材の選び方や調理の基礎知識、基本的な調理技術なども学ぶことができますので、初心者の方もぜひご参加ください。

- 日時 1月18日 9時30分～13時
- 場所 保健福祉会館（栄養指導室・作業療法室）
- 対象 町内在住の男性
- 持ち物  
筆記用具、エプロン  
三角巾（大きめのハンカチやバンダナなど可）
- 費用 600円（食材料費）
- 講師 いずみ会
- 定員 20名（先着順）
- 申込方法  
窓口または電話申込
- 申込期間  
12月1日～1月12日（土日祝を除く）

問 さわやか健康課 ☎276-6630

## 育休代替の職員募集

～平成28年2月採用～

- 職種・人数 幼稚園助教諭1名
- 勤務地・職務内容 太田幼稚園の学級担任
- 雇用期間  
平成28年2月4日～平成30年3月31日  
（育休代替のため、変更する場合があります）
- 資格要件 平成27年4月1日現在、62歳以下で幼稚園教諭免許所持者
- 勤務日時 月～金曜日の幼稚園開園日
- 賃金 月額190,000円
- 賞与 6月および12月に賃金1.5月相当額（平成28年度の6月のみ賃金0.9月相当額）
- 福利厚生  
健康保険、厚生年金、雇用保険加入、非常勤職員公務災害補償適用、年次有給休暇など
- 受付期間 12月1日～12月11日（土日を除く）  
8時30分～17時15分
- 面接日 12月25日（時間は別途指定します）
- 申込方法 市販の履歴書に写真を貼付して提出
- 申込先 〒671-1592 鶴280-1 管理課

問 管理課 ☎277-1016

# 年末年始各施設のカレンダー ● 12月26日(土)～1月6日(日) ● 休み

	12月						1月					
	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6
	田	回	月	四	四	四	金	土	日	月	火	水
役場												
地域交流館												
戸籍の受付※1												
児童館												
子育て学習センター												
あすかホール			※2									
歴史資料館												
図書館												
中央公民館												
各地区公民館												
南総合センター												
町民体育館	※2	※2										
総合公園陸上競技場		※2										
つくも荘												
老人福祉センター			午前のみ						午前のみ			
筑紫の丘斎場												
ごみの収集	ごみカレンダーをご確認の上、決められた集積場所へ出してください。											
揖龍クリーンセンター※3	午前のみ				午前のみ							

(※1) 12月29日～1月3日は届出書類の受付のみとなります。証明書(住民票や印鑑証明書など)は発行できません。  
 (※2) あすかホールは点検日、町民体育館および総合公園陸上競技場は清掃のため、受付のみとなります。  
 (※3) ごみの搬入希望者は、希望日の2日前までに揖龍クリーンセンターにご予約ください。(☎0791-64-8018)

## 年末年始の医療機関情報

多くの医療機関が休みとなる年末年始は、いつも以上に事故や病気に気を付けましょう。受診の際は、健康保険証や福祉医療費受給者証などをご持参ください。

### ● 揖龍休日夜間急病センター

☎ 0791-63-5510  
 診療科目 内科・小児科  
 受付時間 9時～12時、13時～21時30分  
 診療日 日・祝日、12月31日～1月3日  
 住所 たつの市龍野町富永410-2  
 (たつの市はつらつセンター内)

### ● 西はりま消防組合の病院案内

☎ 0791-63-3512  
 医療機関の毎日の診療情報(診察科目、空きベッド状況など)を把握し、診療可能な病院の紹介を行っています。年末年始や休日、夜間などに病院・診療所などを受診する際にご利用ください。

### ● 問い合わせ

生活環境課 ☎ 277-1015

【太子町消防団出初式】  
 日時 平成28年1月10日(日) 10時  
 場所 総合公園町民グラウンド

● 住宅火災から命を守るポイント  
 ◎3つの習慣  
 ・寝たばこは、絶対止める。  
 ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。  
 ・ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

【年末年始は火災に注意】  
 この季節は、空気が乾燥し暖房器具や火気を使用する機会が増えることから、火災の発生が増加する傾向にあります。また、年末年始は、外出などで家を空けたり事務所も無人になりがちです。次のポイントを心掛けましょう。

【12月26日～31日】  
 消防団年末特別警戒  
 太子町消防団では、地域の皆さんが安心して年末を過ごせるように、「年末特別警戒」を実施します。期間中、各地区の消防団員が地域を巡回し、「火の用心」を呼びかけます。

## 固定資産税に係る届出・申告

● 問い合わせ  
 税務課 ☎ 277-1014

届出・申告期限：2月1日(日)

### 家屋を建てたとき、取り壊したときはご連絡ください

固定資産税(土地・家屋・償却資産)は、1月1日現在の状況で課税されます。適正な課税を行うため、次のことに該当するときは届出をお願いします。

#### ● 家屋を建てたとき

家屋には、床面積の大小に関わらず固定資産税が課税されます。建築確認申請が必要でない床面積10㎡未満の小規模家屋も、建築および増築したときには税務課へご連絡ください。

#### ● 家屋を取り壊したとき

登記されていない家屋を取り壊した場合や、登記家屋の滅失登記が済んでいない場合は、町に届出をしない限り、固定資産税が課税されたままと

なります。平成27年1月2日から平成28年1月1日の間に家屋を取り壊した場合は、税務課へご連絡ください。

※登記家屋で平成28年1月1日までに滅失登記済の家屋は不要です。

#### ● 相続人代表の指定または変更の届出

納税義務者が死亡し、1月1日までに相続登記が完了していない場合は、地方税法の規定により、土地・家屋の現所有者(相続人)に課税されます。

納税通知書などを確実に届けるため、相続人の中から、固定資産税の納税通知書や、賦課徴収に関する書類の受取人を決めた上で、税務課へご連絡ください。

### 償却資産の申告が必要です

償却資産とは、会社や個人で工場や商店などを経営している人や、駐車場やアパートなどを貸し付けしている人が、その事業に用いることができる構築物、機械、装置、工具、器具・備品などの有形資産のことで、土地・家屋と同じように固定資産税が課税されます。

1月1日現在で所有する償却資産には申告が義務付けられています。所得税、法人税の確定申告でこれらの資産を減価償却の対象として申告している場合は、償却資産として申告してください。

なお、償却資産の評価額合計が150万円未満になると予想される場合でも申告が必要です。

#### ● 償却資産の対象とならないもの

- ◎自動車税・軽自動車税の対象となる乗用車・貨物自動車・自動二輪車など
- ◎耐用年数1年未満の償却資産または取得価格10万円未満の償却資産で損金算入したもの
- ◎取得価格20万円未満の償却資産で3年間の一

括償却を選択したもの

#### ● 申告の対象となる主な償却資産

共通	パソコン、コピー機、応接セット、看板、広告塔、舗装路面、駐車設備など
建設業	ブルドーザー、パワーショベル、フォークリフト、大型特殊自動車など
料理飲食業	テーブル、椅子、厨房設備、冷凍冷蔵庫、カラオケセットなど
小売業	陳列棚、陳列ケース、日よけなど
医(歯科)業 獣医業	レントゲン装置、手術機器、歯科診療ユニット、ベッド、調剤機器など
不動産 貸付業	門扉・塀・緑化設備などの外構工事、受変電設備など
理容・美容業	理容・美容椅子、洗面設備、消毒殺菌設備、サインポールなど

※不動産貸付業には、アパートや駐車場の経営なども含まれます。

## 太子町スキー教室 参加者募集

- 日時 平成28年1月23日(日) 6時30分町民体育館集合
- 対象 小学生以上
- 場所 ハチ高原スキー場
- 参加費 3,500円(バス代) ※リフト代および食事代、各種レンタル代(希望者のみ)は個人負担となります。

### 【参考】 スキー道具レンタル代

ウエアレンタル代 2,000円  
 ● 定員 36名(先着順)

● 申込方法 町民体育館および町ホームページに備え付けの申込用紙と参加費を添えて町民体育館へお申し込みください。

### ● 申込期間

12月5日(日)～平成28年1月10日(日) ※雪不足や定員に満たない場合は中止になることがあります。



● 問い合わせ・申し込み  
 町民体育館 ☎ 277-4800

# 健康ひろば

Schedule  
12月

## 相談

### まちの保健室

12月7・21日 9時30分～11時30分  
保健師と栄養士が健康相談に応じます。

### こころの健康相談 **要申込**

12月3日 13時30分～16時30分  
(1人1時間程度)

## 教室 **要申込**

### ママスクール<コース③>

12月3日 9時10分～9時20分  
妊婦さんが出産や育児を学ぶ教室です。  
バランスよく食べるコツや調理法、離乳食の簡単な作り方を実習します。

### 離乳食教室

12月10日 9時40分～9時50分  
初期・中期の食事の作り方を実習します。  
対象 5～8カ月児

### 幼児歯科教室

12月10日 個別時間帯指定  
対象 平成25年5・6月生まれ

## 健康診査 **★対象者に個人通知**

受付時間 13時30分～14時15分

### 乳児相談

12月1日 13時～14時  
対象 平成27年4月生まれ

### 乳児健康診査

12月9日 13時～14時  
対象 平成27年8月生まれ

### 1歳6カ月児健康診査

12月2日 13時～14時  
対象 平成26年5月生まれ

### 3歳児健康診査

12月16日 13時～14時  
対象 平成24年6月生まれ

※母子健康手帳の交付、妊婦健康診査助成券の交付は随時行っています。妊娠が確認できればお早めにさわやか健康課へお越しください。

●問い合わせ・事業場所  
さわやか健康課(保健福祉会館)  
☎276-6630

## 介護予防教室 **要申込**

### 歯から始める介護予防

～美味しく食べて、見た目は5歳、  
気持ちは10歳若返ろう～

- ◎日時 12月13日 14時～15時30分
- ◎場所 太子の郷地域交流スペース
- ◎講師 安東 信行さん  
(アンデタルオフィス歯科医師)
- ◎定員 100名(先着順)
- ◎持ち物 筆記用具、ひざかけ  
※動きやすい服装でお越しください。
- ◎申込方法 12月12日 15時までに電話申込
- ◎申込先 太子の郷 ☎277-5000
- ◎問合先 高年介護課 ☎276-6639

## 龍野健康福祉事務所の相談 **要申込**

相談場所 龍野健康福祉事務所  
(たつの市龍野町富永 1311-3)

### 健康管理課

- エイズ・肝炎相談 ☎0791-63-5140  
12月1・15日 13時～14時50分  
(相談・検査は無料：匿名可)
- 栄養相談 ☎0791-63-5677  
12月14日 10時～11時30分  
栄養に関する専門的な相談、食品の栄養成分表示などの相談に応じます。

### 地域保健課

- こころのケア相談 ☎0791-63-5142  
12月4日 13時～15時  
精神疾患、認知症、アルコールの問題などに関する相談や心の悩み、不安に応じます。

## 健康ダイアリー

# Health diary 快適な睡眠をとりましょう

毎日を元気に過ごすためには、快適な睡眠をとることが大切です。睡眠は心身の疲れを癒し、日中の活動に活力を与えます。適切な睡眠の量の確保、睡眠の質の改善で心身をリフレッシュしましょう。

## 睡眠は心身の回復に必要

睡眠が量的に不足したり、質的に悪化したりすると健康上の問題や生活への支障が生じます。近年、睡眠時間の不足や睡眠の質の悪化が生活習慣病のリスクと関係することが分かってきました。また、不眠が心の病や日中の眠気が引き起こす事故に繋がることもあります。

## 眠りと目覚めのメリハリを

適度な運動は入眠を促し、睡眠中に目が覚めてしまうことを減らすこともできます。また、起きてすぐに日光を浴びることやしっかりと朝食をとることは快適な朝の目覚めに繋がります。これらを習慣づけることで睡眠と目覚めのリズムにメリハリをつけることができます。一方、就寝直前の激しい運動や夜食の摂取は、入眠を妨げるため、ご注意ください。

## 日中の眠気が睡眠不足のサイン

日本では成人の睡眠時間は6時間以上8時間未満の人が6割を占め、これが標準的な睡眠時間と考えられます。しかし、これは統計的な値でしかなく、必要な睡眠時間は個人によって大きく異なり、年齢によっても変わります。一人ひとりが自分に必要な睡眠時間を知ることが大切です。自分の睡眠時間が足りているかどうかを知るためには、日中の眠気の程度に注意するとよいでしょう。日中の仕事や活動に支障をきたす程度の眠気でなければ、普段の睡眠時間は足りていると考えられます。

## 就寝前はタバコやカフェイン、お酒を控える

習慣としている自分の就寝時間が近づくと、脳は目覚めた状態から徐々にリラックスした状態に移り、やがて、睡眠へと移ります。スムーズに眠りへ移行するには、就寝前の脳の変化を妨げないような自分にあったリラックスの方法を考えるこ

とが大切です。

就寝前のリラックスのため、飲酒や喫煙の習慣を持っている人がいますが、慣れが生じて量が増えやすいことが知られています。

アルコールは、睡眠を一時的には促進しますが、途中目が覚めることが増えて睡眠が浅くなり、熟睡感が得られなくなります。また、たばこのニコチンには覚醒作用があるため、就寝前の喫煙は睡眠を妨げ、睡眠を浅くします。就寝前3～4時間以内のカフェイン摂取も睡眠を妨げたり、睡眠を浅くしたりします。これは、主にカフェインの覚醒作用によるもので、3時間程度持続します。なお、カフェインには利尿作用もあり、尿意で目が覚める原因になります。カフェインはコーヒー、緑茶、紅茶、ココア、栄養ドリンク剤などに含まれていますので、ご注意ください。

睡眠の質を悪化させる就寝前の飲酒や喫煙、カフェインの摂取を控えましょう。

## 肥満は睡眠時無呼吸症候群のもと

睡眠時に息の通りが悪くなって呼吸が止まる睡眠時無呼吸症候群は、肥満によって睡眠時に気道(喉の空気の通り道)が詰まりやすくなることで発症し、重症化することがあります。睡眠時無呼吸症候群の予防のためには、肥満にならないことが大切です。

## 眠れない、睡眠による休養感が得られない場合、心のSOSの可能性あり

寝つけない、熟睡感がない、早朝に目が覚めてしまう、疲れていても眠れないなどの不眠症状は、心の病の症状として現れることがあります。特に眠っても心身の回復感がない、気持ちが重たい、物事への関心がなくなり、好きだったことが楽しめないといったことが続く場合には、うつ病の可能性ががあります。心や体の病気などは、個別の原因に応じた対処が必要です。まずは、かかりつけ医やさわやか健康課の窓口などにご相談ください。



問い合わせ

Table with contact information for various departments including 企画政策課, 総務課, 財政課, etc.

人口と世帯 11月1日現在

Table showing population and household statistics for November 1st.

納期 期限内に納めましょう。

- List of payment deadlines for 納期限, 税務課, 町民課, and 高年介護課.

平成28年成人式

社会教育課 日時 1月11日(日) 13時 場所 あすかホール

新年交礼会

企画政策課 町民の皆さんが一堂に会し、新年のあいさつを交わします。

西播磨人権のつどい

企画政策課 大阪子ども貧困アクショングループ代表徳丸ゆき子さんの人権講演会を開催します。

ご存じですか 国民年金任意加入制度

町民課 高齢基礎年金は、20歳～60歳までの40年間、保険料を納めることで満額を受け取れます。

高額医療・高額介護の合算制度

町民課 「高額医療・高額介護合算制度」は、医療保険と介護保険の両方を利用し、自己負担が高額になっている世帯の負担を軽減する制度です。

町県民税の特別徴収を推進しています

町民課 町県民税の特別徴収とは、事業者(給与支払者)が従業員に給与を支払うときに、町民税の申告が始まります。

所得税・町県民税の申告はお早めに

町民課 2月16日から所得税・町県民税の申告が始まります。申告会場は混雑が予想されますので、事前の準備をお願いします。

乳がん検診 実施機関の移転

問さわやか健康課 乳がん検診実施医療機関の中で、移転した医療機関をお知らせします。

要介護認定者への障害者控除対象者認定書の発行

問高年介護課 障害者手帳の交付を受けていない場合でも、障害者控除対象者認定書を確定申告の際に添付することで、本人またはその扶養者が障害者控除または特別障害者控除を受けることができます。

年末の交通事故防止運動

問生活環境課 年末は忘年会などの飲酒の機会や帰省・旅行などで交通量が増えるため、交通事故が頻発する時期です。

日本語教室(外国人対象)を開催しています

問企画政策課 毎週土曜日に外国人対象の日本語教室を開催しています。

都市計画案の縦覧

問兵庫県都市計画課 西播磨地域の都市づくりの基本方針を示す「都市計画区域マスタープラン(案)」

おめでとついでに

近畿マスターズ陸上競技選手権大会800mおよび3,000m競歩優勝

谷口茂さん(川島) 全国健康福祉祭(ねんりんピック)山口大会ソフトバレーボール交流大会準優勝

太子ふれあい市感謝祭開催



日頃の感謝を込めて、太子ふれあい市感謝祭を開催します。

また、あんころ餅の無料配付や当日500円以上の買い物をされた人にお楽しみ抽選会もあります。

役場で新鮮な野菜などが販売されています

11月から役場南側街道交流広場で地産地消をすすめる団体が地元の野菜などを販売しています。

防災・男女共同参画講演会の開催

男女共同参画の視点を取り入れた防災・復興をテーマとした講演会を開催します。

「防災・復興における男女共同参画」 講師 清原 桂子さん

企画政策課および町ホームページに備え付けの申込用紙を持参またはメール送信

図書館 ☎ 277-1580

クリスマスに読んでほしい子どもの本



- ちいさなるば ルース・エインスワース ● 福音館書店
- ぐりとぐらのおきやくさま なかがわ りえこ ● 福音館書店
- おきいツリーちいさいツリー ロバート・バリー ● 大日本図書
- クリスマス・イブ マーガレット・W・ブラウン ● ほるぷ出版
- クリスマスのまえのばん サンタクロースがやってきた クレメント＝ムア ● 偕成社
- とびきりすてきなクリスマス リー・キングマン ● 岩波書店
- クリスマス物語集 偕成社

12月	10:30~10:50	11:00~11:20	14:30~14:50	15:00~15:20	15:30~15:50	16:00~16:30
10日	塚森地域内	沖代地域内	福三反地域内	地長米公会堂	田竹公民館	南公民館
17日	岩見構下公民館	岩見構上公会堂		原池団地公民館	山田掲示板前	原農村交流センター
24日	広坂公民館	上太田公民館			吉福公民館	太子ニュータウン公民館

図書館で借りた本は、移動図書館でも返却できます。

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

図書館の相互利用～播磨圏域7市8町の図書館が利用できます～

(たつの市・姫路市・高砂市・加古川市・加西市・宍粟市・相生市・太子町・播磨町・稲美町・福崎町・市川町・神河町・佐用町・上郡町)

**1** 利用券の発行

免許証などの身分証明書を持参の上、各図書館で手続きを行ってください。

**2** 貸出手続き

各図書館で利用方法が異なります。各図書館の規則を確認の上、ご利用ください。

**3** 図書の返却

借りた図書館で返却してください。他の図書館で返却はできません。

歴史資料館 ☎ 277-5100

常設展示「太子町の歴史」

町内から出土したたくさんの考古資料や、法隆寺領鶴荘、山陽道の宿場町・鶴などをテーマに、町の歴史を紹介しています。



歴史講座『太子の環』歴史の継承と未来のまちづくりに考える

12月5日(日)13時30分～  
 講師 八幡 充治(兵庫県ヘリテージマネージャー)  
 場所 あすかホール研修室  
 どなたでも聴講できます。気軽にお越しください。

「播磨国風土記巡回パネル展」

播磨国風土記 1300年を記念して、兵庫県立考古博物館が製作した展示パネルで播磨国風土記の世界をご紹介します。

また、高校生が「播磨国風土記」を読み、それぞれ郡の名前の由来を絵にした作品も展示します。

会期 12月25日(土)～27日(日)  
 場所 歴史資料館2階  
 入場 無料



NEWS



森田 静重さん(西本町)  
《瑞宝小綬章：教育功労》

公立高等学校で長きにわたり、職業教育や生徒指導に尽力されました。森田さんは「厳しい環境で生きる生徒たちの姿に勇気もらい、教師を全うすることができた」と語られました。



三木 延昭さん(竹広)  
《瑞宝単光章：消防功労》

太子町消防団副団長として長きにわたり地域の消防防災に尽力されました。三木さんは「地域に貢献でき、嬉しい。長く支えてくれた団員や家族のおかげです」と語られました。



佐々木 強さん(老原)  
《瑞宝単光章：技能検定功労》

プラスチックの成形における技能士試験の検定員を長きにわたり務められ、業界の技術向上に尽力されました。佐々木さんは「出会った全ての人に感謝したい」と語られました。

秋の叙勲 ～おめでとうございませす～

消費生活ワンポイント  
プリペイドカードを悪用するトラブル

生活環境課

【事例】

無料通話アプリで知り合い、親しかった女性から頼まれて、プリペイドカード8万円分を購入し、カード記載の番号を伝えた。その後、「またプリペイドカードを買ってほしい」と言われ、何に使うか尋ねたところ、態度が一変したので騙されたことに気付いた。

【アドバイス】

プリペイドカードは、事前にお金をチャージ(入金)することで利用できます。カード取得時の審査がなく、誰でも簡単に持てるため、近年トラブルが増えています。

プリペイドカードの価値は、カード番号にあり、相手にカード番号を伝えて利用されてしまうと、お金を取り戻すことは困難です。よく分からないまま、他者にカード番号を伝えたり、指示された番号にチャージしてはいけません。また、トラブルに気付いた際は、カード購入時のレシートなどを保管した上で早急にカード発行会社に連絡し、消費生活相談窓口にご相談しましょう。

- 相談・窓口**
- 無料法律相談【要予約】**  
12月9日(金)・1月13日(火)  
13時～16時  
場所 中央公民館  
担当 企画政策課
- 人権・行政相談**  
12月3日(日)13時30分～15時  
場所 中央公民館  
担当 企画政策課
- 消費生活相談**  
毎週月曜・第2・3木曜日  
9時30分～16時  
担当・場所 生活環境課  
※電話相談も受け付けます。  
無料相談も受け付けます。
- 無料相談**  
12月2日(土)13時～16時  
場所 役場A102会議室  
担当 税務課
- 休日納税窓口**
- 若者サポートステーション**  
1月27日(日)  
13時30分～16時30分  
場所 中央公民館  
担当 産業経済課
- たいしつ子悩み相談【要予約】**  
毎週金曜 13時30分～17時
- このころの健康相談【要予約】**  
12月3日(日)・1月7日(日)  
13時30分～16時30分  
場所 保健福祉会館  
担当 保健福祉会館
- 若者サポートステーション**  
1月20日(日)  
9時30分～11時30分  
場所 保健福祉会館相談室  
担当 社会福祉協議会
- 知的障がい者(児)相談**  
1月21日(日)  
9時30分～11時30分  
場所 保健福祉会館相談室  
担当 社会福祉協議会
- 身体障がい者(児)相談**  
1月20日(日)  
9時30分～11時30分  
場所 保健福祉会館相談室  
担当 社会福祉協議会
- 心の不安相談**  
1月19日(日)  
13時30分～15時30分  
場所 保健福祉会館相談室  
担当 社会福祉協議会
- 心配ごと相談**  
12月11日・25日(日)  
13時30分～16時  
場所 保健福祉会館相談室  
担当 社会福祉協議会
- 担当・場所 管理課**

●● あすかホール ☎ 277-2300 ●●

**BBBB (ブラック・ボトム・  
プラス・バンド) コンサート** 好評発売中  
平成 28 年 2 月 28 日 日  
開演 14 時  
開場 13 時 30 分  
入場料 (全席指定)  
大人 1,000 円  
学生 500 円  
※未就学児入場無料(席が必要な場合は 500 円)



**夢色コンサート**  
平成 28 年 3 月 27 日 日  
開演 14 時 開場 13 時 30 分  
入場料 (自由席)  
大人 1,000 円 小学生 500 円  
前売開始 12 月 19 日 日  
出演 市場 誠一さん (太子町出身)



**「30 周年記念島津亜矢  
コンサート 2015 ありがとう」** 好評発売中  
12 月 12 日 日  
【昼の部】  
開演 13 時 開場 12 時 30 分  
【夜の部】  
開演 17 時 開場 16 時 30 分  
入場料 6,700 円 (全席指定)  
※未就学児の入場不可



**クリスマスピュアコンサート** 入場無料  
12 月 19 日 日  
場所 あすかホールロビー  
開演 17 時 30 分  
企画・出演 セイ♥マンマほか



**歳末映画祭「スタンドバイミードラえもん」** 好評発売中  
12 月 5 日 日  
〔第 1 回〕 開演 10 時  
開場 9 時 30 分  
〔第 2 回〕 開演 14 時  
開場 13 時 30 分  
定員 800 名 (各回とも)  
入場料 大人 (高校生以上) 300 円  
小人 (3 歳以上) 100 円  
問い合わせ 社会福祉協議会 ☎ 276-4111



**花とみどりの相談所 (あすかホール創作室)**  
**冬の寄せ植え作り** 要申込  
12 月 18 日 日 13 時～  
募集人数 50 名 (先着順)  
参加費 実費  
申込開始 12 月 4 日 日

●● 町民体育館 ☎ 277-4800 ●●

総合公園陸上競技場 ☎ 277-2296

**第 45 回太子町マラソン大会**  
日時 12 月 12 日 日 9 時 30 分開会  
場所 総合公園陸上競技場周辺コース

**太子町スキー教室**  
日程 平成 28 年 1 月 23 日 日  
場所 ハチ高原スキー場  
(申し込みは 10 ページをご覧ください)

陸上競技場は改修工事のため、下記の期間は使用できません。  
工事期間 12 月 15 日 日～平成 28 年 3 月 31 日 日

●● 児童館 ☎ 277-3880 ●●

**クリスマスハウスの「ランプシェード」を作ろう**  
12 月 19 日 日 10 時～12 時  
対象 小学生  
定員 15 名 (先着順)  
費用 200 円 (材料費)  
持ち物 はさみ、ボンド  
申込開始 12 月 2 日 日

**お正月の「ミニ寄せ植え」を作ろう**  
12 月 26 日 日 14 時～15 時  
対象 小学生  
定員 15 名 (先着順)  
費用 350 円  
持ち物 スコップ、持ち帰り袋  
申込開始 12 月 2 日 日

●● 子育て学習センター『のびすく』 ☎ 080-8501-1146 ●●

**まちの子育てひろば「おひさま」  
クリスマス遊び**  
12 月 10 日 日 10 時 30 分～11 時 30 分  
対象 未就学児とその保護者  
(どなたでも参加できます)

**子育て交流会「みんなだいすき！」**  
12 月 16 日 日 10 時 30 分開演  
場所 あすかホール中ホール  
内容 歌・手遊び・劇・アカペラなど  
持ち物 座布団・ひざ掛けなど敷物

のびすくは、太田東地区農村交流センターへの移転に伴い、移転先では一般開放をしておりますが、グループ会員以外の方も「おひさま」などのイベントには参加できます。ぜひご参加ください。

●● 公民館 ●●

●● 中央公民館 ☎ 276-0101 ●●

**かるた会**  
12 月 12 日 日 9 時 30 分～  
**たちばな大学一般教養講座**  
「高齢者のくらしとネットの必要性」  
12 月 23 日 日 9 時 30 分～  
講師 吉田 恵亮さん (ソーシャルメディア研究会)  
場所 あすかホール中ホール

**第 24 回太子の里かるた大会**  
平成 28 年 1 月 17 日 日 8 時 30 分～  
参加費 無料  
申込期限 12 月 21 日 日  
持ち物 座布団

●● 斑鳩公民館 ☎ 277-4550 ●●

**ふれあい茶道教室**  
12 月 5・19 日 日 9 時 30 分～  
内容 こどもと大人のふれあい茶道  
講師 春井 千鶴さん  
**歴史教養講座「播磨国風土記にみえる里の構成」**  
12 月 16 日 日 9 時 30 分～  
講師 是川 長さん  
場所 中央公民館講座室

**ふれあい版画教室**  
「こどもと大人のふれあい版画教室」  
12 月 26 日 日 10 時～  
講師 左鴻 昌一さん  
**子育て応援カフェ「百均グッズで雑貨作り」**  
12 月 15 日 日 9 時 30 分～  
講師 子育て応援講座のスタッフ

日本語教室は 12 月から役場地域交流館 2 階スペース 1 で開催します。詳しくは 15 ページをご覧ください。

●● 石海公民館 ☎ 277-4511 ●●

**子ども詩吟**  
12 月 12・26 日 日 9 時 30 分～  
講師 吟詠会  
**子ども茶道**  
12 月 12・26 日 日 13 時 30 分～  
講師 原田 和恵さん

●● 太田公民館 ☎ 277-4811 ●●

**親子であそぼ「つくって飾ろうクリスマス」**  
12 月 15 日 日 10 時～11 時  
対象 未就学児とその保護者  
申込期限 12 月 10 日 日  
**生涯学習講座「ふるさとの歴史を知ろう」**  
12 月 2 日 日 9 時 30 分～  
講師 田村 三千夫 (歴史資料館職員)

●● 龍田公民館 ☎ 276-0044 ●●

**囲碁のふれあい**  
12 月 6 日 日・12 日 日 9 時 30 分～  
講師 森川 重三さん  
**文化教養講座「フラワーアレンジメント教室」**  
12 月 27 日 日 13 時 30 分～  
参加料 2,000 円 (花代、当日集金)  
募集人員 15 名 (先着順)  
講師 本窪田 さなえさん  
(日本フラワーデザイナー協会本部講師)  
申込期限 12 月 21 日 日  
持ち物 花バサミ、新聞紙、持ち帰り袋

●● 南総合センター ☎ 277-1102 ●●

**人間の生き方講座「昭和の激動」**  
12 月 3 日 日 9 時 30 分～  
講師 井上 四郎さん  
(元神崎郡大河内町長・兵庫県生涯学習講師)



## 太子高校 クリーン作戦

### みんなできれいなまちを

10月20日、太子高校のクリーン作戦が実施されました。生徒約700名が参加し、あすかホールや斑鳩寺、児童館などの町内各施設を約2時間にわたり清掃しました。ごみや落ち葉などが無くなりきれいになった施設を見て、生徒たちからは達成感に満ちた笑みがこぼれていました。ごみのないきれいなまちは気持ちいいものですね。

## 公募美術展

### 力が 作がずらり

10月21日～25日、あすかホールで公募美術展を開催しました。会場には、書、絵画、陶芸、写真の4部門で入選した作品が並び、訪れた人は芸術の世界に引き込まれていました。たくさんの作品が並んだ会場では、作品に思いを馳せる人や、友人同士で作品を見て会話を弾ませる人など、訪れた人それぞれが穏やかな時間を楽しまれていました。



## 少年少女ソフトボール教室

### メダリストからバッティング指導

11月1日、北京オリンピックソフトボールの金メダリスト3名を講師に招き、町民グラウンドでソフトボール教室を開催しました。太子町とたつの市のチームに所属する約100名が参加し、ノックを受けたり、バッティングなどを教わったりしました。子どもたちは、「ナイスキャッチ」など、大きな声を出してメダリストの指導に集中していました。



## 太子町防災訓練

### 自分の身は自ら守ろう

10月25日、太田公園グラウンドおよび太田東地区内で、自主防災組織や関係機関（警察、消防、自衛隊等）など、約650人の参加のもと、防災訓練を実施しました。参加した皆さんは、想定した災害を前に自ら行動し学ぶ発災型訓練などを通して、災害時の対応力や防災・減災への理解を深めました。皆さんも、いつ起こるか分からない災害に備えましょう。



## 太子あすかふるさとまつり

### きらびやかな衣装で行進

11月3日、あすかホールで第21回太子あすかふるさとまつりが開催されました。飛鳥時代の衣装でまちを巡る時代パレードは、新庁舎開庁を記念して斑鳩寺から役場を経由し、あすかホールまでのコースを行進しました。会場では、地域グルメの販売やステージ上で子どもたちがダンスやコーラスを披露するなど、会場全体が大いに盛り上がった一日となりました。

