

うみ 自然 歴史。

# ☆ 広報たかはま

vol.290  
2011年  
10月号

□9月～11月は健康チャレンジ期間です。●P2～3

## マイプランを立ててみませんか

議会での質問に対する町長の考え

□野瀬町長、原子力NOW●P4

内浦のいいところを見に来てください

□特集 内浦小中学校の取り組み●P9

高齢者部会って??

□民生委員・児童委員活動を知ろう●P10



「きてみな一れ内浦」で子供達に竹とんぼづくりを教える竹細工名人広野美一(ひろのよしかず)さん(左) 飛ばし方も教えていただきました。

# 9月から11月は 健康チャレンジ期間

秋と言えば何を思い浮かべるでしょうか？運動の秋？食欲の秋？読書の秋？何をやるにも過ごしやすい季節です。この秋は体に良いことしませんか？

## わたしの健康チャレンジ「マイプラン」

野瀬町長の



### マイプラン

- ここ1年半で78kg→73.5kgに！4.5kg減！
- 週4回程度、6kmの有酸素運動。
- 夕食の炭水化物摂取を少なめに。
- 野菜を多く取る。しかしタバコはやめられない・・・
- 体脂肪率、内臓脂肪率、BMIの標準化が目標

保健課 松本課長の



### マイプラン

- 体重70kg（マイナス4kg）目標
- 野菜から先に食べる（6月からはじめた）
- 糖質プリン体カットの発泡酒にきりかえます！



和田診療所 細川所長の



### マイプラン

- 体重を落とすため、自転車で通勤します！
- 体重記録表はずっとつけてるよ。



## 10月のおすすめ健康づくりメニュー

### 10/1 (土) 高浜町健康ウォーク

ファミリーウォークは、ベビーカーでの参加もOK。親子でからだを動かす機会に最適です！



### 10/11 (火) さあきっとスリムトレーニング

詳細は13ページへ

### 10/25 (火) ダイエットに効果ありの体操です！

町の有線放送でも好評放送中！

よりわかりやすくリニューアル！おうちで気軽にスリムを！  
●町の有線テレビ（092チャンネル）／月・木・土／午前6時半～午後2時・午後8時 ※スリムDVD 貸し出しできます。

### 10/14 (金) わくわく☆ちびっこ食体験クラブ

詳細は13ページへ

野瀬町長をゲストにお迎えして、親子でさつまいも掘りとクッキング！家ではなかなかできない食育体験ができます。

### 10/17 (月) 臨床心理士によるカウンセリング

1人1時間程度

午後2時～5時

- 場所／保健福祉センター
- カウンセラー／五十嵐美根子

要予約

### 10/20 (木)

午後5時30分～8時30分

一人で悩みを抱えている方、もしくはそういった方の家族、友人の方、こころの専門家がお話をお聞きます。相談内容の秘密は固く守られます。

### 10/30 (日) はまなすマラソン

詳細は5ページへ

### 10月中旬

### 健康教室

詳細は10月初旬の新聞折込チラシでご案内します。

### 10/21 (金) 10/24 (月) 11/2 (水) 集団検診

青郷公民館

瑞祥苑

保健福祉センター

要予約

残りあとわずか！まだ受診していない方はお急ぎください。詳細は家族みんなの健康カレンダーでご確認ください。



高浜町の健康づくりをすすめていく計画「たかはま健康チャレンジプラン」では、9月～11月を積極的に健康づくりに取り組む「健康チャレンジ期間」としています。

## いろいろな場所で健康づくり10か条を紹介しています

### ♥「野菜を食べよう」を推進中

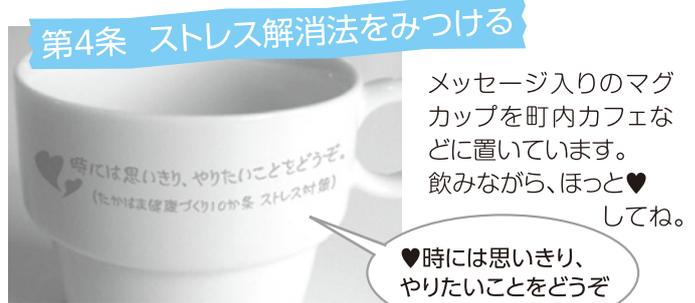


野菜売り場にポップで紹介! (サニーマート)



おすすめ野菜レシピを野菜コーナーに(きな一れ)

### ♥こころの健康も大切に!



こころの健康評価シートを各家庭にお届けします。あなたのこころの状態をチェックしてみてください。

### ♥公用車にも10か条



### ♥あちこちに10か条ポスター

#### 小学生ポスター展開催

町内の小学生が作成した10か条ポスターを今年も展示します。ぜひ、ご覧ください。



- 展示場所／保健福祉センター(和田小学校生徒作品)・サニーマート、フクヤ、図書館(高浜小学校生徒作品)・青郷公民館(青郷小学校生徒作品)・内浦公民館(内浦小学校生徒作品)
- 展示期間／10月中旬～11月30日

#### こんなメッセージが届いています!

- 😊 スーパーで見かけたポップから、「野菜から先に食べるといいんだ!」って知って、家族みんなでやっています!
- 😊 子育て一段落したから、スリットしてみたら、からだがすっきり!久しぶりの運動って楽しいな。
- 😊 体重をはかったら、自分の生活のいろんなことに気がきました!食べ過ぎてた、とか…。

ひとりひとりの健康が、町の元気につながります。今後の健康情報にもご期待ください。



### 愛煙家のために

10/15 (土) ドコイコ! ナニシヨ! ミニツアー 愛煙家登山

山登り中は我慢! 頂上とゴールで一服。愛煙家が考えた愛煙家のための企画です。たばこを吸っている方は、ぜひご参加ください。もちろん、たばこを吸わない方も参加OKです。詳しくはドコイコ、ナニシヨ、ミニツアー情報をご覧ください。



10/31 (月) 卒煙教室 午後7時～8時30分

たばこをやめたい! やめます! という方対象の教室です。最近の禁煙治療法や、卒煙する方法などを伝授します。詳しくは、10月上旬の新聞折込チラシをご覧ください。



問い合わせ・申込／保健課 ☎(72) 2493

いま考えよう

# エネルギーと原子力

野瀬町長

## 原子力NOW

Vol.2



9月8日、9日に町議会9月定例会の一般質問が行われました。6月定例会に引き続き今回も原子力関連、エネルギー関連の質問が多くありました。

「町内経済にも影響が出てきており、できるだけ早く再稼働すべき」

「高経年化が進む1、2号機のリプレース(新しいプラントに置き換える)を視野に入れるべきでは」

といった共存共栄を望む意見の他、

「将来的な廃炉を意識し、新たな企業誘致に取り組みべき」

「今後トレンドとなる再生可能エネルギーを積極導入するべきでは」

といった原子力政策に大きな舵が切られた場合の町のあり方についての意見など、混沌とした現状を表すかの如く様々な質問をいただきました。

今回のこのような質問に対する私の考えを掲載させていただきます。

(平成23年9月12日作成)

### 【停止プラントの再稼働】

3月11日以降、定期検査に入った国内の原子力発電所はすべて停止状態となっており、今夏の電力不足の大きな原因となりました。高浜発電所でもすでに定期検査を終えた1号機が現在再稼働待ちとなっています。この判断は、当初は立地自治体に委ねられていたが、菅前総理の「ストレステスト導入」

発言以降、今は政府の判断待ちとなっています。

来年の春までにすべての原発が停止する事態となると、日本にとっても深刻ですが、発電所関連の業務と密接な関係がある高浜町の経済にも多大な影響が出てきます。ストレステストの審査が終了し、問題なければできるだけ早く再稼働につなげたいと思っています。

### 【高経年化プラントのリプレース】

昭和49年、50年に続けて運転が開始された高浜発電所1号、2号機は平成26年と27年にそれぞれ40年を迎えます。この40年を超えるプラントの運転については事前に関西電力から国と立地自治体に申請が行われ、一定の審査を経て可否が判断されます。

現在のところ関西電力からの申し入れはありませんが、福島原発事故を受け高経年化プラントに対する不安が高くなっている中、長期にわたって古くなった発電所を動かすことは好ましいとは思えません。最も有効な安全対策は新たな安全思想のもとで設計された新型プラントに出来るだけ早く置き換えることだと思っています。

### 【原発関連以外の企業誘致】

段階的にでも「脱原発」という政策転換となれば、原発関連以外の企業誘

致も真剣に考える必要があります。しかしそのような国内環境(脱原発)になれば電気料金が相当高くなり国内産業の海外移転が加速的に進むと思われる。つまり誘致するにも、その対象企業が激減していると予想されます。これまでも立地自治体ならではの電気料金助成金など優位性で誘致してきましたので、発電所が無くなればかなり厳しい状況となります。

### 【再生可能エネルギーの導入】

先月の広報でも触れましたが、太陽光発電を中心とした再生可能エネルギーの導入については、あくまで分散型エネルギーの一つとして公共施設や住宅への導入に力を入れたいと思います。産業を支える原子力。生活に取り入れられる太陽光。そんな役割分担を考えています。

### ■ 高浜発電所の運転状況 (H23.9.22現在)

- ◇1号機(定格電気出力82.6万kW) … 第27回定期検査中(H23.1.10~)
- ◇2号機(定格電気出力82.6万kW) … 運転中
- ◇3号機(定格電気出力87.0万kW) … 運転中
- ◇4号機(定格電気出力87.0万kW) … 第20回定期検査中(H23.7.21~)



納田さんは昨年のインターハイにも女子舵手付クオドルプル（4人乗り）のミドルクルーの一員として出場し見事優勝されています。



【若狭高等学校3年 和田二区】  
全国高校総合体育大会（インターハイ）  
ボート競技女子ダブルスカル（2人乗り）

## ボート

納田 麻妃さん

今回は全国大会で活躍された選手の成績報告です。



## 県民スポーツ祭開催！

県民が生涯にわたって元気でいきいきとしたスポーツライフの実現を目指すことを目的に、県内17市町が参加し「2011年県民スポーツ祭」が開催されました。市町対抗の部に高浜町からも10競技110名の方が参加競技の結果は次のとおりです。

### 【市町対抗の部】

○陸上 一般男子走幅跳  
佐々木 亮 9位 4 m 85 cm  
(坂田グリーンタウン)

○水泳 一般男子40歳以上  
内谷 泰幸 (湯谷区)

50 m自由形 9位 33秒19  
50 mバタフライ 7位 36秒46

### ○軟式野球

1回戦 高浜町4 - 2小浜市  
2回戦 福井市1 - 2高浜町

### ○ゴルフ

男子 13位  
団体スコア 357

### ○ソフトボール

男子

1回戦 高浜町2 - 0越前町  
2回戦 大野市7 - 1高浜町

女子

1回戦  
あわら市6 - 0高浜町

### ○ゲートボール

予選リーグ2敗

### ○バドミントン

予選リーグ1勝2敗

### ○綱引

男子 8位

### ○剣道

Aチーム

1回戦 越前町  
2回戦 2勝1敗2引分

2回戦 あわら市  
1勝2敗2引分

Bチーム

1回戦 敦賀市A  
1勝4敗

### ○弓道

男子 近的6位 遠的8位  
総合7位

## 第20回 高浜町健康ウォーク開催！

10月1日(土)9時、中央球場をスタート。  
詳細については、各ご家庭に配布のチラシをご覧ください。教育委員会までお問合せ下さい。

問い合わせ ☎(72)2888



## 第15回 若狭高浜はまなすマラソン 申込締切迫る！

10月30日(日)開催のはまなすマラソン大会の**申込締切が9月30日(金)当日消印有効**となっています。

参加を希望される方は教育会館(中央公民館)に設置してあります申込書に必要事項をご記入の上、参加料を添えて郵便局までお申込み下さい。



# 地域に医いこと

## みんなが守る、 みんなで育てる高浜の医療

高浜町寄附講座だより

### 第31回「家庭医を目指す学生セミナーに参加して」



#### ■家庭医を目指す医学生たち

地域の医師を育てるためには、研修医だけでなく学生にも広く地域医療・総合診療の学びを提供することが重要です。志の高い学生も増えており、毎年夏に、なんでも診る医者である家庭医を目指す全国の医学生が集まり、学び合いながら合同のための「家庭医療学夏期セミナー」が開催されています。今回は、自主的に地域の学びを重ねている熱心な活動を紹介したいと思います。

#### ■セミナーの概要

全国の学生有志が企画・運営を行う本セミナーは、今年で23回を数えるものとなっております。今年は茨城県の筑波大学で8月6日～8日の日程で行われました。全国80大学から150名を超す学生が集まり、活発に交流や学びを深めていました。全体講演3つに選択講義30以上という盛りだくさんの内容で、今回選択講義の1つを担当しました。「地域での「コラボレーション」をテーマに、医療福祉関係者、行政関係者、地域住民が同じ目的に向かって進むためのコツを、町の医療福祉関係の皆さん、副町長、地域医療サポーター、赤ふん坊や(ら)ごとも講義してきました。まだ実際に地域と接触したことがないと

いつ参加者がほとんどだったので、地域で実際に働いている方の話や事例検討には、非常に大きな反応を示していました。

#### ■参加しての感想

私は本セミナーに昨年から講師として参加していますが、他のどのセミナーにもないくらい参加者の学生が積極的で勢いがあり、またその勢いが年々増してきているように感じます。スタッフとなる学生は1年前から大変な準備を続けていますし、参加者の学生も、非常にタイトなスケジュールの中、決して安価とは言えない参加費を負担して参加しています。さらに、総合診療・家庭医療分野の特徴と言えるかも知れませんが、教える側の医師も非常に熱心で、謝礼や旅費の支給されない中、北海道などの遠方からでも快く指導に来ておられます。相乗的に熱気を生んでいることが理解できました。

#### ■今月の「あなたができる、地域に医いこと」

◆医学生・研修医の研修動機をねぎらい、意志の継続を支援p.16。

以上のように、一部の医学生と指導医は自主的に学びの場を用意して着実に

成長していますが、全国的にみるとこのような取組みや医療現場の提供はまだまだ不足しています。今回のセミナーの実行委員長を務めていた学生は、以前高浜に自主的に研修に来たことがある方です。このように志高く勉強に来る学生さんの意志を、地域の住民として守り育てることで、地域を学ぼう、地域で働こうとする医師をゆくりと増やすことができると思います。医学生・研修医に出会ったら、気持ちをおねがらい、後押ししてあげてください。小さなことですが、全国に総合医を増やす貴重な一歩に他なりません。(文責：福井大学医学部地域プライマリケア講座／和田診療所 井階友貴)

### 第5回高浜町地域医療フォーラム

～高浜の医療が分かる、変わる。～

#### テーマ「地域医療を守り育てる五か条」

●と き 11月16日(水) 午後7時～8時50分

●ところ 高浜町文化会館 大ホール

●講 演 福井大学地域プライマリケア講座 助教 井階 友貴 先生

参加費  
無料

●共 催 たかま地域医療サポーターの会／高浜町

◆問い合わせ 地域医療推進室 ☎(72) 2493 ◆



## 地域包括支援センター 県高齢者虐待状況報告より

7月に、平成22年度の福井県の高齢者虐待状況が新聞等で公表されました。通報のうち「虐待」と判断された事例は、施設職員による虐待が1件1人（高浜町は0件）、家庭での養護者による虐待は、過去5年間で最多の164件166人（高浜町は4件4人）でした。全国的にも増加傾向が続いているようです。

高齢者虐待が起きる背景には、人間関係、お金の問題、認知症…、などなどたくさん要因があります。虐待が起きないようにするためには、これらの要因を取り除く作業が必要です。でも、まずは虐待に気付いてあげることが大切です。みなさんの周りで「おかしいな?」「これっていいの?」「と思うことがあったら、

・ 地域包括支援センター  
 (72) 6120  
 (72) 58887  
 ・ 福祉課  
 までご相談ください。

### 高齢者虐待になる行為

- \* 身体的虐待**
  - (例) 叩く
  - 縛り付ける
- \* 介護の放棄・放任**
  - (例) 不衛生な状態を放置する
  - 十分な食事をとらせない
- \* 心理的虐待**
  - (例) 怒鳴る
  - 無視する
  - 侮辱する
  - わざと恥をかかせる
- \* 性的虐待**
  - (例) わいせつな行為をする
  - 懲罰的に裸にする
- \* 経済的虐待**
  - (例) 財産を勝手に使う
  - 生活費を渡さない

### 地域包括支援センターより 問い合わせ / ☎ (72)6120

---

#### もの忘れ相談

2ヵ月に1回開催  
要予約・参加費無料

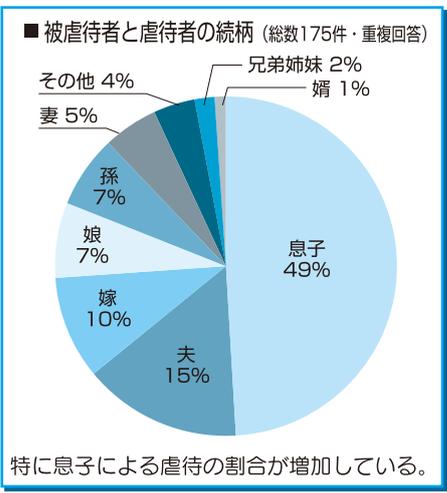
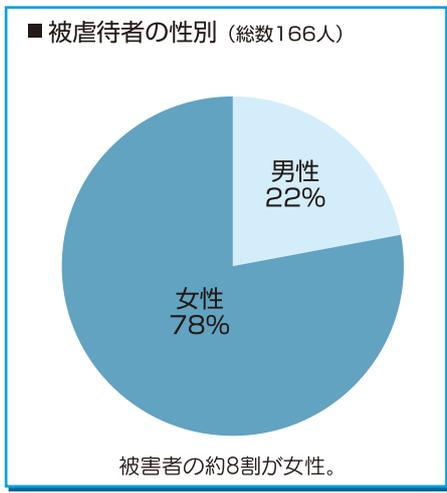
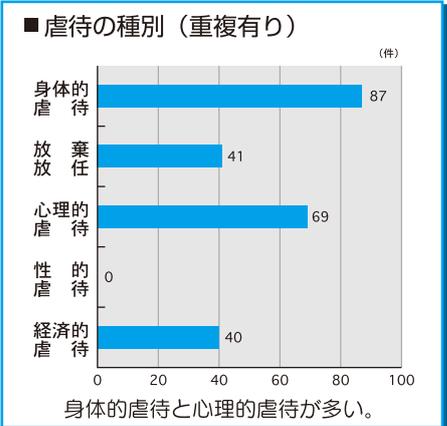
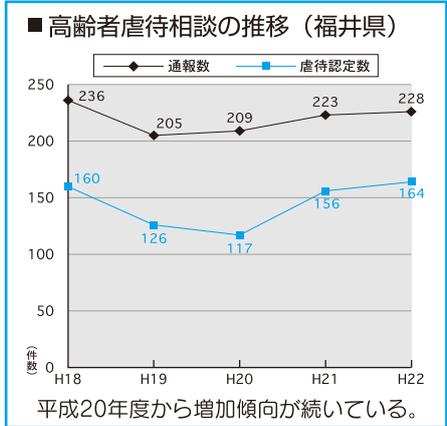
日時 / 10月27日 (木)  
午後2時~4時  
場所 / 保健福祉センター  
内容 / 専門医師による認知症の出張相談

---

#### 介護家族の会

予約不要・参加費無料

日時 / 10月25日 (火)  
午後1時30分~3時30分  
場所 / 老人憩いの家 瑞祥苑  
内容 / 高齢者が食べやすい食事作り



## 内浦の魅力満載!

8月20日(土) 来てミナーレ内浦

ヒロセオートキャンプ場にて来てミナーレ内浦が開催されました。クルージングや釣り体験、流木加工や五色貝のフットライト、竹とんぼやリースづくりブースはたくさんの参加者で賑わいました。また内浦小中学校の中学生が売り場スタッフとして、小学4・6年生がガイドとして活躍しました。夕方からは、恒例の約1,000個のキャンドルライトアップと大迫力の打ち上げ花火大会が行われ、楽しい夏の思い出となりました。



## 「よっ!日本一!」竹馬名人が高浜へ

8月21日(日) 夏休み公民館合同企画

30m5.1秒! 日本最速の竹馬名人 高村雅男(こうむらまさお)さんが青郷公民館を訪れ、竹馬未経験者には3分で竹馬に乗れる特別指導、竹馬経験者には障害物を置いた特別コースを設置し、技術向上を図りました。途中には、竹馬に乗りながらフラフープ、一つの竹馬に乗りながら縄跳びをするなどの名人芸の数々を披露し、参加した子どもたちを圧倒していました。

高村さんは、芸能界や小学校などでの竹馬指導を通じ、竹馬の普及に力をいれ活動されています。



## 若狭の自然と食を堪能

サマーキャンプin若狭路



7月25日(月)～8月19日(金)にかけて全4班(毎週1班ずつ)総勢157名の小学生たちが、今年で3年目を迎える「サマーキャンプin若狭路」に参加し、都会では味わえない若狭路ならではの自然と食に触れる様々なプログラムを体験しました。

中京・関西圏、遠くは千葉から、そして県内の嶺北地方からもたくさん子どもたちが集結し、3泊4日の行程の中で、おい町・小浜市・高浜町をまわるこのツアー。高浜町には3日目から4日目にかけて滞在し、海水浴・ライフセービング体験(若狭和田海水浴場)、海鮮バーベキュー(浜ベキュー)、キャンドルナイト、花火、民宿での宿泊、翌朝の砂浜散策・浜ひろい、そしてエルどらんどでのバックヤードツアーなど、ぎっしり詰まった2日間を過ごしました。若狭でたくさんの思い出を作り、ひとまわり大きくたくましくなった子どもたち。またご家族やお友達と高浜町にも訪れてくれることでしょう!

# 内浦のいいところを見に来てください

～内浦小中学校の取り組み～

内浦小中学校の児童・生徒の皆さんは、総合学習の取り組みとして、自分達の地域の良さを高浜町内外の方々に知ってほしいとの思いから、ツアーを企画立案しました。

今年も地域の人達と一体となって皆さんをご案内します。



杉森の泉  
(鎌倉区)



## ツアーが出来上がるまでの行程 (今までに行ったこと)

### 企画立案

それぞれ、自分が紹介したい内浦のツアーを立案して、ゲストティチャー(まちづくりに関わっている行政の方々や地元の方々)にいろいろアドバイスをもらい、最終的に一つのツアーをつくりあげました。(中学生が担当)



### 案内

本番のツアーにそなえて、先日行われた「きてみなーれ内浦」で、ガイドをしました。(小4～小6が担当)



### 広報

ツアーだけでなく、より内浦を知ってもらうために、パンフレット作成に取り組んでいます。(小6が担当)



## 中学生4人に今年のツアーについて聞いてみました



写真だけでなく、実際に足を運んで、自然の雄大さを感じてほしいです。

下の滝がとてもいい場所だと思うので、皆さんにも知ってほしいと思います。

聖ヶ滝や棚田のような神秘的な景色を見ていただきたい。また、来年以降も内浦の魅力を感じてもらえるツアーとして、続けていきたいです。

内浦と一言に言っても、自分も行ったことのない場所もあるので、勉強しながらがんばりたいです。



ドコイコ! ナニシヨ! ミニツアー

### 内浦フォトめぐりツアー「レンズでのぞく神秘の内浦」

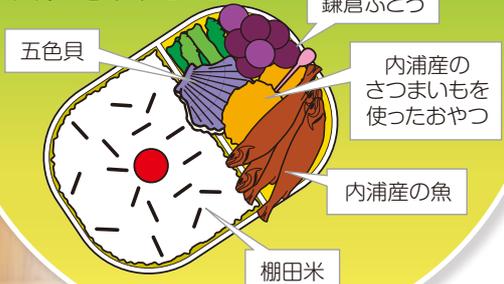
- 日時/10月23日(日) 午前9時～午後2時
- 集合場所/若狭高浜駅(午前8時30分集合→車で五色山公園へ移動)
- 参加料/2,000円(お弁当・ガイド・保険付)
- 申込/若狭高浜観光協会 ☎(72)0338 **要予約**

散策しながら写真を撮るツアーです。 ※カメラがあれば持参してください。  
また、お土産として写真立てを作ります。

3年 内藤さん    1年 上野さん    3年 山本さん    2年 上田さん

こんなのができるといいなー。

皆さん、お楽しみのお弁当は児童・生徒が、内浦地区の特産物をいかしたものをと、只今、考案中です。



五色貝

鎌倉ぶどう

内浦産のさつまいもを使ったおやつ

内浦産の魚

棚田米

# 民生委員・児童委員活動を知ろう

第4回 部会編

## ◆「高齢者部会」って??

民生委員児童委員29名は高齢者・障害者・児童の3部会と4地区部会で構成をし活動しています。今回は高齢者部会の活動を紹介します。

高齢者問題の全般については月例会において全員で意見交換をしますが、高齢者部会ではテーマを絞り以下の事業等に取り組んでいます。実施にあたっては、委員全員に参加を呼びかけています。



### ゴキブリ団子の製作と配布

瓶のキャップ3,000個と玉ねぎ等の材料の手配から製作配布準備までを2日間でこなし、独居老人の方に健康伺いを兼ねて担当地区委員が配布をしています。キャップに詰めるのは、誤って口に入れない対策です。年に1回ですが大変喜んで頂いています。効果は半年～1年程度です。買い出し、調理指導には女性委員さんが大活躍です。

### 高齢者福祉施設の視察研修

町内外の民間、公営の各施設を訪問します。設備、入居者・職員を肌で感じて在宅も含めた諸問題に民生委員として取り組む学習をしています。今年度は任期最初でもありますので、身近な町内の施設研修を予定しています。



真剣に勉強中

### 救命処置 (心肺蘇生法・AED)の受講

若狭消防署員による救命処置全般の説明、講習を年1回以上実施しています。遭遇したときのなすべき対処方法を冷静に適切に出来るよう何度も受講をして理解を深めて行きたいと毎年実施しています。



なごやかに実習中

### さいごに

私たち民生委員は、1年間の部会活動のなかで何らかの地域貢献が出来ることを目標に日々活動をしています。昨年12月からの新任者が大半ですが、先輩や事務局の助言を頂きながら福祉の橋渡し役としての使命を推し進めて行きたいと思えます。地域の皆さん、各地区の民生委員までどうぞお気軽にお声かけ下さい。

問い合わせ 福祉課 ☎(72)5887

## 免除された保険料を追納して、年金額を満額に！

国民年金の保険料免除期間には、全額免除、4分の3免除、半額免除、そして4分の1免除の4つの種類があります。これらの免除期間は、老齢・障害・遺族の各基礎年金について、年金を受けるための資格期間をみる場合、保険料を全額納めた期間と同じとみなされます。

### 免除されると年金額は減額

しかし、保険料免除期間は、老齢基礎年金の年金額は減額されます。保険料を全額納めたときの年金額を1とすると、次の表のようになります。

免除の種類	年金額 (平成21年4月以降)	年金額 (平成21年3月以前)
全額免除	2分の1	3分の1
4分の3免除	8分の5	2分の1
半額免除	4分の3	3分の2
4分の1免除	8分の7	6分の5

また、学生納付特例と若年者納付猶予によって保険料の納付の全額が猶予された期間は、資格期間には反映されても、老齢基礎年金の年金額に反映されないカウ期間とみなされます。

### 10年以内に追納を

そこで、これらの保険料免除期間や納付を猶予された期間については、10年以内に保険料を追納すると、通常に納付したのと同じこととなります。

追納できる期間の順序は、原則として先に経過した月から順次納めなければなりません。学生納付特例期間または若年者納付猶予期間よりも前に保険料免除期間がある場合には、どちらを優先して納めるかを本人が選択することができます。学生納付特例期間と若年者納付猶予期間とは同順位とされています。

尚、承認を受けた年度から3年度以降に追納する場合、経過した期間に応じて、当時の保険料に一定率を乗じた金額が加算されます。

追納した月については、追納したその日に保険料が納付されたものとみなされ、基礎年金等の受給資格期間や年金額等の計算においては、保険料納付済期間として取り扱われることとなります。

保険料を追納するための納付書の発行には、「国民年金保険料追納申込書」を年金事務所長に提出する必要があります。

追納の申込みをして承認されれば、通知書と納付書が送られてきます。追納は先に経過した古い月の分から納めなければなりません。誤って新しい月の分を納めた場合には、保険料が還付されます。また、納付書に記載されている期限までに追納をしないと、納めた保険料は還付されることとなります。

免除の承認を受けた年度の保険料を平成23年度に追納する場合の額

	全額免除	4分の3免除	半額免除	4分の1免除
平成13年度の月分	15,350円	—	—	—
平成14年度の月分	14,760円	—	7,380円	—
平成15年度の月分	14,540円	—	7,270円	—
平成16年度の月分	14,340円	—	7,170円	—
平成17年度の月分	14,380円	—	7,190円	—
平成18年度の月分	14,440円	10,830円	7,220円	3,610円
平成19年度の月分	14,470円	10,840円	7,230円	3,610円
平成20年度の月分	14,580円	10,940円	7,290円	3,640円
平成21年度の月分	14,660円	10,990円	7,330円	3,660円
平成22年度の月分	15,100円	11,320円	7,550円	3,770円

※平成20年度以前の保険料は加算額が上乗せされた金額です。

### お問い合わせ

- 日本年金機構 敦賀年金事務所
  - 役場住民課
- ☎ 0770(23)9900  
☎ (72)7703



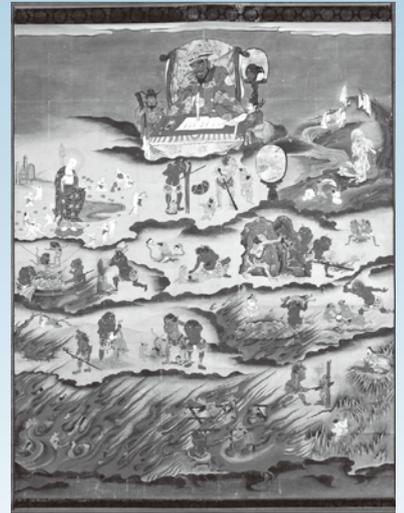
平成23年度秋季ミニ企画展

# 「地獄・極楽」

～異世界への畏れと憧れ～

主な展示資料

- 紙本着色 地獄・極楽浄土図 3幅
- 絹本着色 十三仏図 1幅
- 石造 地藏菩薩坐像 1軀
- 浄土すごろく(複製品) 1点



紙本着色 地獄・極楽浄土図  
【三幅のうちの一】(正楽寺蔵)

私たちにとって最も遠い存在に感じる「地獄」や「極楽」は、本当は身近な存在であり、また同時に強い興味を覚える世界なのかもしれません。それは私たちが生きているからこそ、地獄には畏れを、極楽には憧れを感じるからではないでしょうか。

本ミニ企画展では、迫力ある「地獄・極楽浄土図」や閻魔大王をはじめとする冥界の裁判官を描いた「十王図」から仏教美術の奥深さに触れていただければと思います。

開催期間●平成23年10月1日(土)～11月6日(日)  
午前9時～午後5時(入館は午後4時半まで)

11/1(火)  
～11/6(日)  
は無料開放  
します

会場●高浜町郷土資料館多目的ホール

入館料金●常設展入館料でご覧いただけます。※休館日…10/12(水)・17(月)・24(月)・31(月)

■主催…高浜町教育委員会・高浜町郷土資料館

■問い合わせ 高浜町郷土資料館 ☎(72) 5270

宝くじコンサート

## 東京フィルハーモニー交響楽団 メンバーによる弦楽アンサンブル

「題名のない音楽会」「世界一受けたい授業」「たけしの誰でもピカソ」などでおなじみの、クラシック界のエンターティナー "ブルーアイランド"こと青島広志さんを迎え、東京フィルハーモニー交響楽団メンバーによるとっておきのコンサートです。



11.23(水・祝)  
開場●15:00 開演●15:30  
文化会館 大ホール

前売 一般●2,000円  
高校生以下●1,000円

指揮とお話とピアノ：青島広志

- ※「宝くじ」の収益金から助成を受けた特別料金で実施します。
- ※前売券完売の場合は当日券の発売はございません。
- ※未就学のお子様の同伴・入場はご遠慮下さい。
- ※無料託児所サービスあり。(事前申込が必要です)
- ※イベント内容等は都合により変更する場合があります。

県立美術館

★テーマ★  
「久里洋二とアニメーション」  
&「現代アート」

## 「ふれあいミュージアム」

県立美術館が所蔵する絵画等を館外の施設や学校等で観賞する「ふれあいミュージアム」を下記の内容で開催します。



- 会期／10月1日(土)～10月30日(日)
- 会場／文化会館(展示室・郷土資料室)
- 観覧時間／9:00～17:00 ※月曜日休館

内容●福井県鯖江市出身のアニメーション作家「久里洋二」氏のアニメーションをはじめ、日本のアニメーション界を代表する川本喜八郎、山本圭吾の作品の上映と、宇佐美圭司、北川健次など現代アートを代表する作家の作品展示をいたします。

主催：福井県立美術館 共催：高浜町文芸協会  
後援：福井県教育委員会・高浜町教育委員会・福井新聞社

入場  
無料

## アイチLive

入場  
無料

出演●KAPONO (高浜町)

京阪神のライブハウスで演奏活動をする実力派グループ。今秋、京都府下で開催される第26回国民文化祭京都2011のイベント「おやじたちのコンサート」(八幡市主催)に福井県代表として出演が決定している。

文化会館  
10.30(日) エントランスホール  
開場●18:30 開演●19:00



主催：高浜町文芸協会 後援：高浜町教育委員会・福井新聞社

主催：高浜町・福井県・勸自治総合センター  
後援：高浜町教育委員会・高浜町文芸協会・福井新聞社・FBC福井放送・福井テレビ・NHK福井放送局・勸NHKサービスセンター

■問い合わせ／高浜町文芸協会 ☎(72) 2751 (高浜町文化会館内 高浜町立石12-1)

健康づくり

さあきつとスリム  
トレーニング

- 日時／10月11日(火)午後2時～3時
- ◎健康ミニ講座／「ウォーキングでリフレッシュ 実際に町を歩いてみよう」
- ◎ゲスト：和田診療所看護師
- 日時／10月25日(火)午後2時～3時
- ◎健康ミニ講座／「3カ月3キロダイエットスタート！」

- 場所／いずれも保健福祉センター
- 申込／不要

※動きやすい服装でお越しください。汗をかきま  
すのでタオル、飲み物を必ず持参してください。  
◇問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

おはよう!からはじめる  
家族時間

親子がふれあう時間(家族時間)を増や  
し、充実させるための県民運動です。

【実践例】

- ◇朝時間の活用
- …親子で一緒に朝ごはんを食べる



生き生き倶楽部  
第14期生募集

- 期間／「予定」10月13日(木)から約半年間 毎週木曜日
- 時間／午後2時～4時
- 対象／身体の弱さを感じている方
- 内容／タオルやボールを用いた体操
- 定員／13名程度
- 場所／保健福祉センター(送迎あり)
- 申込締切／10月5日(水)

※希望者には地域包括支援センター職員  
の事前訪問あり

◇申込・問い合わせ

福祉課 ☎(72)6120

子ども

わくわく☆ちびっこ  
食体験クラブ

やっぴり秋はおくしやしまもを食べ  
なくちゃー！さつまもほりとほった  
おいもでクッキングやー

- 日時／10月14日(金)

午前10時～午後1時

- 場所／保健福祉センター

- 対象／1歳～3歳までのお子さんと家族

若年無業者  
ひきこもりの方の相談会

悩みを抱えているご本人やご家族からのご相談に、専門のカウンセラーが対応します。

- 対象者／概ね15歳から40歳までの若年無業者・ひきこもりの若者およびご家族の方
- 費用／相談料無料
- 相談員／カウンセラー ほか
- ※事前にご予約いただくと、スムーズに相談を進めることができます。会場をお間違えないようご注意ください。

- 【高浜町】
- ◎日時／10月17日(月)午後1時～5時
- ◎場所／保健福祉センター(高浜町和田)
- 【おおい町】
- ◎日時／10月18日(火)午後1時～5時
- ◎場所／おおい町総合市民センター(おおい町本郷)

◇問い合わせ  
ふくい若者サポートステーション  
『サポステふくい』 ☎0776(21)0311

赤ちゃん

スマイルベビー

- 日時／10月4日(火)
- 午前10時～11時30分

- 場所／保健福祉センター
- 対象／妊婦さん・満1歳までの赤ちゃん  
とご家族

特集講座

- ◎「マタニティ」講座／「私と赤ちゃんが健康に過ごすための食生活 鉄分の多いものは？」

- 申込／前日までにご申込が必要です。
- ◎子育てミニ講座／「卒乳と家族計画」

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493



生涯学習

県立音楽堂への無料送迎バス  
「フレンドリーアート号」  
を活用しませんか？

- ◎10月6日(木)午後7時開演  
「アントニオ・パッパーノ指揮 ローマ・サンタ・チエーリア管弦楽団」
- ◎10月28日(金)午後7時開演  
「ベルリン・バロック・ゾリステン・ウィチ 樫本大進」
- ※JR若狭高浜駅前発
- 午後3時30分

- 定員／先着45名(嶺南全域で)
- 申込／往復はがき、FAX、またはメールで、お申込みください。
- (住所・乗車される方全員の氏名・年齢・電話番号・バス乗車日・乗車地を明記)
- ◇申込・問い合わせ

福井県教育庁文化課  
☎0776(20)05880  
FAX 0776(20)0672  
メール bunka@pref.fukui.lg.jp  
※公演での鑑賞等には別途「コンサートチケットを購入する必要があります。」  
◎チケット取り扱い  
県立音楽堂チケットセンター  
☎0776(30)88888

その他

国民健康保険証の更新・  
後発医薬品希望カード  
について

現在ご使用の国民健康保険証は9月末で有効期限が切れるため新しい保険証を郵送します。  
なお、国民健康保険に加入していたけれども、社会保険に入られた方は健康保険の切替手続が必要です。

- ① 国民健康保険証
- ② 社会保険の保険証
- ③ 印鑑(認め) を持つて役場住民課までお越しください。



病院・診療所を受診のときは、  
毎回保険証を提示しましょう。

また、後発(シエネリク)医薬品希望カードを国民健康保険証と同封して送付します。後発医薬品は、新薬(先発医薬品)と同じ有効成分で効能・効果の等しい医薬品となっており、新薬と比べて価格が安い場合が多く、自己負担額を減らすことができます。しかし、アレルギー体質の方は注意が必要なため、医師や薬剤師に相談したうえで体質に合った薬を選びましょう。

◇問い合わせ  
住民課 ☎(72)7703

狩猟期間拡大について

福井県では、頭数の増加により農林業をはじめ生態系や生活環境に大きな被害をもたらしているシカとイノシシの捕獲を進めるため、平成23年度の狩猟期間について、シカとイノシシに限り拡大します。

- 狩猟期間／11月1日(火)～3月15日(木)  
(ただし、11月1日～11月14日および2月16日～3月15日はわな猟に限る)
- ◇問い合わせ  
福井県安全環境部自然環境課  
農林水産部農林水産振興課  
☎0776(20)0414

有線告知用受信機の交換について

機器の老朽化により、各ご家庭に設置してあります有線告知用受信機を新しい機器へ取替えます。  
工事業者が訪問し交換作業を行いますので、ご協力をお願いします。  
尚、日程につきましては以下のとおり予定しております。

- 内浦地区 9月上旬～9月中旬
- 青郷地区 9月下旬～10月上旬



旧告知機



新告知機

- 高浜地区 10月中旬～12月上旬
- 和田地区 12月中旬～12月下旬

◇問い合わせ  
総務課 ☎(72)7700

高浜町議会出前報告会

町議会では、開かれた議会を目指し、議員が皆様の地域にお伺いして議会活動状況などの説明や町政に対する意見交換を行う「出前報告会」を次のとおり開催しますので、多くの皆様のご来場をお待ちしています。

- 日時／10月15日(土) 午後1時30分～
- 日時／10月23日(日) 午後1時30分～
- 場所／文化会館小ホール 内浦公民館
- 場所／和田公民館2階ホール 青郷公民館2階ホール

◇問い合わせ／議会事務局 ☎(72)7704



## 災害ボランティア講座開催

～自分の身は自分で、自分たちの地域は  
地域全体で守るためには…～

防災漫才、腹話術などを使った、楽しいアイデアで防災・減災を広めてきた防災リーダーによる講演です。

- 日時／10月28日(金) 午後7時～9時
- 場所／保健福祉センター 2階 大広間
- 講師／たかしま災害支援ボランティアネットワーク「なます」 太田 直子氏
- ◇問い合わせ／高浜町社会福祉協議会 ☎(72) 2411

8月1日～31日届出分 (敬称略・届出順)

### ♡ ご結婚おめでとうございます

荒木 将司 ♡ 野口 恵理 (中寄区)

### ★ お誕生おめでとうございます

赤ちゃん(性別) 両 親 (住所)  
勝本 連(男) 利昭・佳恵 (事代区)  
中西総一郎(男) 大輔・尚美 (和田四区)  
藤村 咲希(女) 茂樹・梨紗 (赤尾町区)

### 🍀 お悔やみ申し上げます

井上 千世子 (88歳) (下区)  
永登 幸 (91歳) (和田二区)  
藤本 正雄 (89歳) (塩土区)  
平田 千恵子 (93歳) (若宮区)

### 👤 人のうごき (8月31日現在)

		前月比
【人 口】	11,266人	(+5人)
【 男 】	5,561人	(+9人)
【 女 】	5,705人	(-4人)
【世帯数】	4,185世帯	(+10世帯)

## 編集担当の つばやき

▶いつも秋になったら…と思いながら、つつい食べ物に手がいてしまいがち自分があります。今年こそは…。 (まちネット)

▶高浜でドラマの撮影が行われたようです(科捜研の女SP・放送は10月頃・撮影場所は放送を見て探してくださいね!)。昔から映画やドラマの撮影が数多くあった高浜町。町の美しさが認められた証拠ですね。 (奥)

## JICA ボランティア 平成23年度秋募集

今、開発途上国では様々な分野において、私達の技術・知識・経験が必要とされています。あなたも海外ボランティアへの扉をたたいてみませんか!?

●募集期間／平成23年10月1日(土)～11月7日(月)

### 【体験談&説明会】

予約・参加費は不要です。興味のある方なら、どなたでもお越し下さい!高校生、大学生も大歓迎です!

◎日時／10月2日(日)

○午前10時30分～午後12時30分

シニア海外ボランティア&日系社会シニアボランティア  
(40歳～69歳対象)

○午後2時～午後4時

青年海外協力隊&日系社会青年ボランティア  
(20歳～39歳対象)

◎場所／福井県国際交流会館 第3会議室

◎職種／農林水産、加工、保守操作、土木建築、保健衛生、教育文化、社会福祉、観光・商業、スポーツなど多種

詳しくは下記にてご確認ください。

◇応募に関する問い合わせ・相談窓口

◎国際協力推進員・福井県デスク ☎0776(28)8800

E-mail:jicadpd-desk-fukuiken@jica.go.jp

JICAボランティアに関する詳細情報はホームページでもご覧になれます。

◎JICAホームページ URL:www.jica.go.jp



## 法律ミニコラム

**Q** 先日、突然〇×債権管理というところから携帯電話に電話があり、「昨年あなたが利用したアダルトサイトの利用料金5万2500円が未払いだ」と言われました。私は、そのアダルトサイトを利用した覚えは全くありません。支払いを拒否できますか?

**A** 身に覚えのない請求に応じてはいけません。消費生活センターや弁護士、警察などに相談してください。

近時、アダルトサイトなどのインターネット利用料に関連して、根拠のない「架空請求」が増えています。このような請求は、何らかの方法で貴方の個人情報を入力した犯罪者が、無差別かつ大量に電話をかけたり、メールを送ってきたりしているものがほとんどといえます。

当然のことですが、貴方が相手の主張するウェブサイトを利用していないのであれば、利用料を支払う必要はありません。強い意志をもって支払いを拒否してください。一度でも支払ってしまうと、今度は別の業者からも手法を変えて架空請求をされてしまうような場合もあります。

**小浜ひまわり基金法律事務所** (所長・上原 千可子)  
相談するにはまずはお電話でご予約ください。☎(53) 2018

# 高浜町イベントカレンダー

# 2011年10月

1 土	◆高浜町健康ウォーク 9:00~(中央球場) ◆秋季ミニ企画展「地獄・極楽」【10/1~11/6】(郷土資料館) ◆県立美術館「ふれあいミュージアム」【10/1~10/30】 9:00~17:00 (文化会館)
2 日	◆浜ひろい 7:00~7:30(山中海岸) ⊕  <span style="float:right">医 高浜病院</span>
3 月	◆大西ほのぼのサロン 13:30~15:30 (大西ほのぼの会館) ◆立石区はまなすサロン 13:30~15:30 (立石区生活改善センター) <span style="float:right">図 文 和 青</span>
4 火	◆スマイルベビー (要予約) 10:00~11:30 (保健福祉センター) ◆若宮区サロン 13:30~15:30 (若宮区集会所) <span style="float:right">内</span>
5 水	◆あそびの広場 10:30~11:30 (保健福祉センター) ◆ポリオ 12:45~13:15 (保健福祉センター)
6 木	
7 金	◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (高浜児童センター) ◆菌部区サロン 13:30~15:30 (菌部区生活改善センター)
8 土	
9 日	
10 月	体育の日  <span style="float:right">医 永谷医院</span>
11 火	◆さあきつとスリムトレーニング 14:00~15:00 (保健福祉センター) ◆和田ココアサロン 13:30~15:30 (和田二区ふれあいセンター) <span style="float:right">内</span>
12 水	◆和田ほがらかサロン 13:30~15:30 (和田公民館) ◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (青郷児童センター) <span style="float:right">文 郷</span>
13 木	◆あかちゃん広場 10:00~11:00 (保健福祉センター) ◆結婚相談 10:00~13:00 (瑞祥苑) ◆東三松区サロン 13:30~15:30 (東三松生活改善センター)
14 金	◆わくわく☆ちびっこ食体験クラブ (要予約) 10:00~13:00 (保健福祉センター) ◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (内浦公民館) ◆事代区サロン 13:30~15:30 (事代生活改善センター)
15 土	

16 日	◆浜ひろい 7:00~7:30(山中海岸) ⊕  <span style="float:right">医 なごみ診療所</span>
17 月	◆和田四区サロン 13:30~15:30 (和田四区集会所) ◆こころの相談カウンセリング (要予約) 14:00~17:00 (保健福祉センター) 郷 図 文 和 青
18 火	◆社会保険労務士による「ねんきん定期便」相談 10:00~16:00 (役場) ◆わんぱくキッズ (要予約) 10:30~11:30 (保健福祉センター) ◆人権相談日 13:00~15:00 (瑞祥苑) ◆宇治区あすなろサロン 13:30~15:30 (宇治区生活改善センター) 18日~24日は行政相談週間です 内
19 水	◆あそびの広場10:30~11:30 (保健福祉センター) ◆行政相談 10:00~12:00 (青郷公民館) ◆行政相談 13:00~15:00 (和田公民館) ◆南区サロン 13:30~15:30 (南区公民館)
20 木	◆湯谷区サロン 10:00~12:00 (湯谷会館) ◆浦和田サロン 13:30~15:30 (和田六区ふれあいセンター) ◆こころの相談カウンセリング (要予約) 18:00~20:30 (保健福祉センター)
21 金	◆成人の健診・がん検診 (要予約) *健康カレンダーで内容をご確認下さい (青郷公民館) ◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (高浜児童センター) ◆サロン郷 13:30~15:30 (青郷公民館)
22 土	
23 日	◆町老連スポーツ大会 9:30~14:00(高浜小学校 体育館) ◆内浦小中学生が案内するフォトめぐリツアー レンズでのぞく神秘の内浦 9:00~14:00 <span style="float:right">医 常藤内科医院</span>
24 月	◆成人の健診・がん検診 (要予約) *健康カレンダーで内容をご確認下さい (瑞祥苑) ◆横町にここサロン 10:00~12:00 (横町区生活改善センター) <span style="float:right">郷 図 文 和 青</span>
25 火	◆介護家族の会 13:30~15:30 (瑞祥苑) ◆さあきつとスリムトレーニング 14:00~15:00 (保健福祉センター) <span style="float:right">内</span>
26 水	◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (青郷児童センター) ◆音海サロン 13:30~15:30 (音海生活改善センター)
27 木	◆もの忘れ相談 (要予約) 14:00~16:00 (保健福祉センター)
28 金	◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (内浦公民館) ◆西三松区サロンえびす 13:30~15:30 (西三松区福祉センター)
29 土	
30 日	◆第15回若狭高浜はまなすマラソン 9:30~ ◆月イチLIVE【開場18:30・開演19:00】 (文化会館)  <span style="float:right">医 高浜病院</span>
31 月	◆おひさま広場 (要予約) 9:50~11:30 (保健福祉センター)  <span style="float:right">郷 図 文 和 青</span>

■ 休館日 ■ 郷 郷土資料館 ■ 図 中央図書館 ■ 文 文化会館 ■ 和 和田公民館  
■ 青 青郷公民館 ■ 内 内浦公民館  
■ 医 休日当番医…休日に診療可能な病院。 ⊕ 浜ひろいの日

**nkansai** <http://www.wakasa-takahama.tv/>  
**若狭たかはまねっと**  
 利用用途に合わせて選べる接続サービス ※別途、高浜町有線テレビ指定工事業者が行うインターネット工事費用が必要となります。

新サービス 10Mbps接続サービス (バスタード)	月額4,725円(税込)
5Mbps接続サービス (バスタード)	月額3,675円(税込)
1Mbps接続サービス	月額2,625円(税込)

●接続サービスの基本サービス ※上記、月額利用料金にモデムレンタル料月額525円(税込)が含まれます。  
 ※512Kbps 接続サービスは終了し、1Mbps 接続サービスに統合されました。  
 メールアカウント(10MB)×2口(無料ウイルスチェックサービス付)  
 ユーザーホームページ50MB×1口、有線ホームページフィルタリングサービス(無料)

接続サービスのお申込みは、高浜町有線テレビ工事組合様または、nkansaiで受付をしています。

**nkansai 新規サービスお問合せ先**  
**0770-72-4055** (高浜市内通話)  
**0120-889486** (ハヤシハル) (通話料無料)

【受付時間】 9:30~19:00/月~土(祝日・休日は除く)

【本社】  
 〒668-0064 兵庫県豊岡市高屋1089-7  
 TEL 0796-29-2255 FAX 0796-24-3011  
 【福知山支店】  
 〒620-0947 京都府福知山市旭が丘111  
 TEL 0773-24-8155 FAX 0773-22-9533

**nkansai 若狭たかはまねっとは、高浜町のCATV網をお借りして、nkansai が提供するインターネット常時接続サービスです。**

工事・設置は以下の高浜町有線テレビ工事組合で行っています。指定工事業者でも若狭たかはまねっとの申込みを付けています。

●高浜町有線テレビ工事組合様一覧 ※あいうえお順

加戸電機サービス店 (高浜町鐘寄)	☎ 72-0200
(有)北村電気工事 (高浜町茶ヶ丘)	☎ 72-0883
(有)康誠電気 (高浜町日置)	☎ 72-4345
高浜電化ストアー (高浜町南団地)	☎ 72-1222
久岡電気工事店 (高浜町関屋)	☎ 72-0740
村松デンキ (高浜町湯谷)	☎ 72-0227
(株)安田電気工業 (高浜町和田)	☎ 72-0724
(株)敷下電業 (高浜町神野)	☎ 76-1317

**North Kansai Japan Net 北関西ジャパンネット**  
 届出電気通信事業者・日本CATV技術協会正会員・JPNIC正会員・JAIPA正会員  
 JPRS 汎用JPDメイン名指定事業者・JPNIC IPアドレス管理指定事業者

**近畿コンピュータサービス株式会社**  
 安全安心

広報たかはま 10月号 Vol.290  
 ◆発行：高浜町 ◆編集：高浜まちづくりネットワーク ◆発行所：高浜町高浜町宮崎第1号7番地1  
 ◆HP：http://www.town.takahama.fukui.jp  
 ◆町民指標：きずくろ 生きがいのある 住みよい町  
 ひらころ 魅力と活力のある町  
 つくろろ 心ゆたかで 健康な町  
 ◆町木：杜仲  
 ◆町花：ハナナス  
 ◆印刷：デザイン：有線会社 高浜フロン