

うみ 自然 歴史。

# ☆ 広報たかはま

□特集 新成人おめでとうございます ●P2~3

## 175名の新成人が 誕生しました

あなたの地区の民生委員、ご存知ですか

□民生委員・児童委員活動を知ろう ●P7

語りや案内の活動で高浜の魅力の再認識しました

□高浜の魅力を語り継ぐ人々 ●P9

青葉山と海が選ばれました

□ご当地ナンバースプレーデザイン決定 ●P11

成人おめでとうございます。不透明な時代では  
ありますが、目標に向かってがんばれば!!若い力  
に期待しています。

# 新成人おめでとうございます

1月11日（日）、平成27年高浜町成人式が城山荘にて行われ、新成人が新たな第一歩を踏み出しました。  
新成人175名、式典出席者139名（男66名、女73名）



ここまで見守ってくれた家族と一緒に記念撮影



成人証書授与 新成人代表 吉川可梨沙さん



成人宣言 新成人代表 岸野剛士さん



今年は城山荘3階で開催されました



受付で久しぶりの仲間に再会



背筋をのばして、大人への第一歩です



成人のつどい みんなで乾杯～!



例年より人数が多く、とっても賑やかな集合写真となりました



恩師の先生と感動の再会もありました  
部活の顧問の先生と元部員たちが集結!



笑顔の絶えない楽しい時間でした



ビンゴ大会も盛り上がりました



ご家族の方も撮影に力が入ります!

〈企画・取材／高浜まちづくりネットワーク〉

# 成人のつどい実行委員会のみなさんにインタビュー

成人式を盛り上げるべく、新成人15名による実行委員会が結成されました。頼もしい実行委員のみなさんにインタビューしてみました!

## ①実行委員に参加した理由

②成人するにあたっての抱負

③地元、高浜への思い



**実行委員長**  
岸野 剛士 さん  
(学生/和田一区)

①このメンバーをまとめるのは僕しかないと思いました(笑)  
今までにない成人式にする自信があります!

②今の高浜では、30

代の先輩たちがいろんな活動をしていて熱いですよね!  
そんな先輩たちのようになりたいです。

③今まで高浜から出たことはないんですが、これからもずっと高浜におるつもりです!!自分たちでイベントをしたり、まちのイベントに参加したりして高浜を盛り上げたいです。



荒木 萌子 さん  
(社会人/園部区)

①友達に誘われたから  
②大人のLadyになる♡  
③海がきれいなところ!

淵井 奈緒美 さん  
(主婦/宇治区)

①友達に誘われたから  
②強い母親になる!!  
③星が見えるところ



宮本 春実 さん  
(社会人/小黒飯区)

①剛士くん誘われたから  
②常識のある大人になる!  
③自然豊かなところ  
満月を感じられるところ



吉川 可梨沙 さん  
(社会人/大西区)

①剛士くん誘われたから  
②心身共にステキな女性になる  
③海がきれいで空気がおいしい



出口 愛花 さん  
(社会人/立石区)

①一生に一度の成人式のことだし、楽しそうだったのでやってみて良かった  
②成人したからには、それらしく生きる!(笑)  
何事にも積極的にがんばります  
③周りの人たちが優しいのが高浜の良いところ

盛本 瑞希 さん  
(社会人/和田四区)

①友達に誘われたから  
②責任感のある大人になる!  
③空気がおいしい  
海がきれい  
満月を独り占め



廣瀬 世莉 さん  
(学生/和田三区)

①剛士くん誘われました  
②ステキな大人になりたい  
③和田浜サイコー!!!



湖山 貴成 さん (社会人/中寄区)

①友達に誘われたから  
②大人として自覚を持った行動をとる  
③みんな仲が良いところ

# 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71回「“ものがたりを診る”ということ」

#### ■専門医にかかりますか？

ここに、せきが長くという60歳の女性がいらっしゃいます。皆さん、この方にとって一番いい医療は、どのような医療だと思いますか？できるだけ専門性の高い、総合病院の呼吸器内科で診てもらいたいのですが、この方にとっての最善の選択でしょうか？今回は、専門的な医療と総合的な医療の強み・弱みについて考えてみます。

#### ■専門医にかかっても「治らない」

実はこの方、総合病院の呼吸器内科専門医に診てもらっても、良くなりませんでした。と言っても、せき自体は良くなったんです。どういふことかという、「せき」という症状の背景にある悩みや心配への対応がなされなかった結果、せきが治った後も、不安がぬぐえずに、どこことなく体調が思わしくないのです。大きな総合病院の専門のお医者さんに診てもらったのに、なぜこの方は良くしてもらえなかったのでしょうか。



#### ■「専門」と「総合」の使い分け

人間は考える輩ですので、体の調子が悪いと、色々と想像します。「せき」という症状の背景にも、さまざまな人生が見え隠れします。「明日の重要な会議にせきをしながら参加できない、どうしよう！」「この子はよくせきをすれば、ひよことして喘息じゃないかしら？」「自分のせきは、ひよことして飼っているネコが原因なのでは？」

このような心配や悩みを、大きな総合病院の専門診療科で十分に対応してもらえれば限りません。なぜなら、大きな総合病院はその専門的な技術を駆使して、最先端の検査や治療を提供することに特化すべきだからです。

それに、日本で患者の病院志向や専門医志向が高まっており、多くの総合病院の外来は患者であふれ、専門医は1人の患者にそう多くの時間を費やすことはできません。患者の「ものがたりを診る」能力は、実は身近なかかりつけのお医者さんの方が発揮しやすいのです。かかりつけ医は、何度もそ



の患者に接することで、通常はカルテに記載されないような、患者の家族構成や仕事、趣味趣向など、患者の人生に寄り添うための情報を、蓄積して持っています。あなたの「せき」の症状の裏に隠れている悩みや心配を見つけてくれやすいのは、専門医ではなく、かかりつけのお医者さんなのです。

#### ■今月の「あなたにできる、地域に医いこと」

◆「専門」と「総合」の強みと弱みを考えて、受診する。

冒頭の患者さんはその後、旦那さんを肺がんで亡くされたことを知るかかりつけのお医者さんに、本人もがんではないかと心配されていることを見抜いてもらって、必要な検査と説明を受け、体調を回復されました。もちろん専門的な技術や治療が必要になる場合も少なくないので、一概に「専門」と「総合」のどちらが良くてどちらが悪いとは言えません。ただし、この2者は必要に応じて連携しています。

皆さんが、ものがたりを診る、かかりつけのお医者さんを見つけ、安心の生活を送られることを願っています。

(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)

# 地域ふれあいサロン

パート1



各地区での地域ふれあいサロンをシリーズでご紹介します!

◇問い合わせ/  
地域包括支援センター  
(福祉課内) ☎(72)6120

## 本町サロン(本町区)



**開催日時** 【第2木曜日】午後1時30分～3時

**場所** 大神宮会館

立ち上がってから1年経ちまして、集まりのよい楽しい会合です。とても楽しい会なのでぜひ気軽にご参加ください。お待ちしております。

## 子生・坂田グリーンサロン(子生・坂田・坂田グリーンタウン区)



**開催日時** 【第4月曜日】午後1時30分～3時30分

**場所** 子生集落センター※自主開催の日は蔵身寺

サロンを始めて、笑うことが増えました。毎回笑顔いっぱい楽しく活動しています。

## 赤尾町サロン(赤尾町区)



**開催日時** 【第1木曜日】午後1時30分～3時

**場所** 赤尾町ふれあい会館

町中で逢ってもなかなかゆっくり話す機会がありません。月に1回みんなで楽しくお話できることを楽しみにしています。一人でも多くの参加をお待ちしています。

## 汐かぜサロン(塩土区)



**開催日時** 【第4火曜日】午後1時30分～3時30分

**場所** 塩土区会館

まだまだ新米のサロンですが、毎回皆で声を掛け合い、楽しく参加しています。運動やゲームをして、元気にサロンを続けていきたいと思っています。

## もの忘れ検診

要申込

◇申込・問い合わせ/地域包括支援センター ☎(72)6120



最近もの忘れが気になるが、病院に行くにはちょっと…ということはありませんか。

簡単なチェックリストに該当すれば、無料で検診が受けられます。気になる方は、簡単なチェックリストだけでも受けてみませんか? チェックリストは電話でも対応しています。ぜひこの機会に!今年度はあと2回です!!

**今年度の予定**  
2月26日(木)  
3月26日(木)

- 対象/もの忘れや認知症の疑いのある65才以上で要介護認定を受けていない方
- 内容/認知症専門の医師が簡易な認知症判定検査(MMSE)を実施しアドバイスを行います。検査の結果で認知機能低下が疑われる方には専門医療機関を紹介します。
- 日時/2月26日(木)午後2時～4時  
先着3名 ※一人約30～40分程度
- 場所/保健福祉センター相談室 ●申込メ切/2月18日(水)

冬の健康づくり情報

# 知っておきたい、間食の上手な食べ方

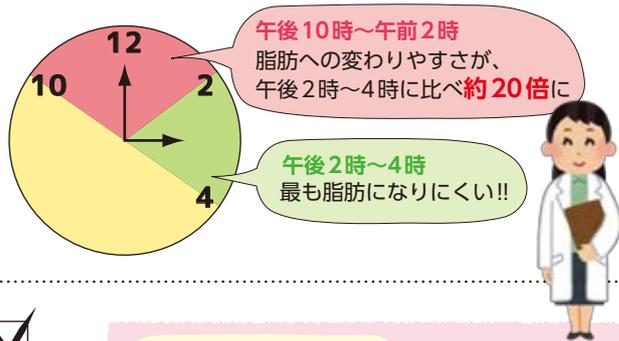
たかはま健康づくり10か条 「第3条 間食を食べ過ぎない」

寒い日が続く毎日、座ってこたつのお守りをする時間も増えますね。そんな時ついつい手が出てしまうもの…それは、「間食」。間食は疲れをとったり、ストレス解消になったりする場合もありますが、気づけば食べ過ぎて、体重や気になる健診結果が増える原因となっていることも多いものです。そこで今回は間食の上手な食べ方をご紹介します！今日からあなたも、体も心も喜ぶ間食タイムを始めましょう。

## 間食の食べ方・選び方

特に、血糖や内臓脂肪が気になる方はチェック   
**ちょこちょこ(頻回に)食べない**

血糖が常に高い状態になるばかりでなく、食後の高血糖により糖が脂肪に変わりやすく、太りやすい体質になります。食べたもののエネルギーが脂肪に変わりやすい時間と変わりにくい時間があるのをご存知ですか？(右図参照)。これを見ると、「おやつは3時」と言われるのも納得！おやつは日中に時間を決めて楽しみたいですね。



特に、LDL(悪玉)コレステロールが気になる方はチェック   
**飽和脂肪酸のとり過ぎに注意**



**飽和脂肪酸って？** 乳製品や肉などの脂肪に多く、食べすぎるとLDLコレステロールが上がりがやすくなります。脂肪は、青魚や植物性の脂肪とバランスよく食べることが大切です。

特に、血圧が気になる方はチェック   
**せんべいやスナック菓子などの塩分に注意**

1日の塩分の摂取目標値は、成人の男性10g未滿、女性8g未滿。高血圧の方は6g未滿です。おやつだけで、気づかないうちに1日の目標値の3分の1程度摂取していることも！



## 間食の量

栄養成分表示(右図参照)を見る習慣をつけて  
**大人のおやつは、1日100Kcalを目安に**



それはちょっと無理!というあなたは・・・  
**1週間に合計700Kcalの作戦で楽しもう**

週2~3回はガッツリ!他の日は果物や乳製品を間食に。



**栄養成分表示：1個(100g)あたり**

エネルギー	200 Kcal
たんぱく質	3.0g
脂質	12.7g
炭水化物	19.3g
ナトリウム	600mg
(塩分)	1.5g

袋の裏側などに記載されています。1個あたり、1袋あたりなど、どの分量あたりの栄養量なのか確認しましょう。

※ナトリウム量しか記載がない場合は、**ナトリウム量(mg)×2.54÷1000**で、塩分量が計算できます。

他にも、あなたの「食」の健康づくりを応援する講座にぜひご参加ください。

- 学べるバランスバイキング
- ヘルシー菜々バランスクッキング

◇申込・問い合わせ/保健課 ☎(72)2493

# 民生委員

民生委員は『広げよう地域に根ざしたおもいやり』をモットーに活動しています！

# 児童委員活動を知ろう

- 1 安心して住み続けることができる地域社会
- 2 地域社会での孤立・孤独をなくす運動
- 3 児童虐待や犯罪被害から子供を守る取り組み
- 4 生活困難家庭と地域社会のつなぎ役
- 5 災害時の要援護者の安否確認

(全国民生委員児童委員連合会行動宣言より)



## 会長あいさつ

会長 平田 和巳

本会の会長に就任し、1年が経ちました。

地域の中にある私たちが、担当地区の方の困りに気づき、福祉関係機関の方への橋渡しをしています。地域の方々の「ありがとう」の言葉がいつも嬉しく思われます。

本年も高浜町民生委員児童委員協議会は行政・社会福祉協議会・区長・地域の皆様とともに手を取り合い、民生委員活動にまい進する所存でございますので、今年もよろしくお願ひ申し上げます。

## 高浜町民生委員児童委員協議会 紹介

### 高浜地区

氏名	担当地区	電話番号
澤山 たづ子	若宮	(72)1876
磯野 信子	塩土	(72)2636
横田 勝義	大西	(72)1048
松岡 久明	中町・今在家・本町	(72)1296
中津 笑子	事代	(72)0905
一ノ瀬 敬恵	赤尾町・中央	(72)3551
橋本 重一	横町	(72)0376
早瀬 浩	菌部・岩神・紫水ヶ丘	(72)1323
前田 友美	湯谷	(72)2163
迫谷 裕子	南・子生・坂田・笠原・坂田GT	(72)1764
時岡 忠弘	立石・畑・中寄	(72)1557
矢野 三枝子	宇治	(72)1919

### 和田地区

氏名	担当地区	電話番号
一瀬 與志子	和田一・二区	(72)0343
松井 一雄	和田三区	(72)1595
井上 龍	和田四区・安土・水明	(72)0282
中村 昌男	和田五・六区	(72)2567
平田 和巳	車持・馬居寺・青戸	(72)3164

### 青郷地区

氏名	担当地区	電話番号
一瀬 一憲	東三松	(72)3580
池田 眞子	中山・緑ヶ丘・西三松	(72)3270
宮口 道信	日置・青・青葉	(72)4343
田扶地 素嗣	出合・小和田・横津海	(72)3725
藤崎 明伸	関屋・六路谷・蒜畠	(72)4516
窪田 正直	高野・今寺	(72)4575

### 内浦地区

氏名	担当地区	電話番号
杉本 有生	神野・神野浦・小黒飯・難波江	(76)1671
金森 幹夫	音海	(76)1038
副田 孝治	山中・鎌倉	(76)2802
児玉 茂雄	上瀬・日引・宮尾・下	(76)1316

### 主任児童委員

氏名	担当地区	電話番号
村宮 博明	町内全域	(72)0163
廣瀬 とし子	町内全域	(72)3077

任期：平成25年12月1日～平成28年11月30日

## スポーツニュース

### W・D Boysスポーツ少年団

第29回福井県ミニバスケットボール

大会において初のベスト8進出

【大会結果】

- ・1回戦○W・D 57ー13 武生
- ・2回戦○W・D 36ー30 日之出
- ・3回戦○W・D 34ー31 吉川
- ・準々決勝●W・D 18ー81 サエマシ

この大会結果を受け、全国大会の切符をかけて争う全国ミニバスケットボール大会福井県予選(1月31日、2月1日)に出場します。

各スポーツ少年団における活動について掲載希望の記事があれば情報提供ください。



◇問い合わせ / 高浜町教育委員会 ☎(72)7725

## 和田小学校が

### 車いすを贈呈

12月16日(火)

和田小学校から、障がい児の一時預かり事業などを行っている「NPO法人おひさま」に車いす1台が贈呈されました。寄贈された車いすは、和田小学校全校児童が2年間かけてアルミブルトップ190kgを収集し購入した品物です。

贈呈式は和田小学校児童代表者2名と和田小学校PTA代表者が、おひさま事務所(中町区)を訪問し、改修が終わったばかりの事務所スロープで行われました。



## 第64回「社会を明るくする運動」作文コンテスト入賞

12月15日(月)

第64回「社会を明るくする運動」の作文コンテスト(法務省主催)県内小学校の部で、高浜小学校6年生の岩田優世さん(園部区)と堀尾汐里さん(塩土区)の作品2点が「福井保護観察所長賞」に入賞し、表彰伝達式が役場で行われました。岩田さんは、「あいさつがもつ力」、堀尾さんは、「薬物に負けない」をテーマに、どちらも明るい社会に向かって自分たちができることを素直に表現した作品です。二人には、野瀬町長から表彰状と記念品(福井県保護司会連合会長、若狭地区保護司会)が贈られました。



受賞者の岩田さん(右)と堀尾さん(左)を囲んで

## 自主防災組織のチカラ

第8回

あなたは違いを知っていますか?



### 避難準備情報

人的被害が発生する災害の可能性が高まってきた場合をいいます。「要配慮者」(身体障がい者や老人、子供など災害弱者)を早期に避難させることをいい、要配慮者ではない人々は、避難準備を自主的に開始してください。



### 避難勧告

災害により人的被害や土地、建物などに被害が発生する可能性が明らかに高まった状態をいいます。住民は、指定された避難場所への避難行動を開始してください。



### 避難指示

災害により人的被害や土地、建物などに被害が発生する可能性が非常に高いと判断された状態、または人的被害が発生した状態をいいます。指定された避難場所へ直ちに避難して下さい。

[高浜町総合防災ガイドブックより抜粋]

これらは原則市町村長の判断で行われます。最終的に避難すべきかどうかは「あなたの判断」です。命を守る選択を家庭や地域で日常の想定訓練において取り組んでください。

# 高浜の魅力を語り継ぐ人々

高浜には、昔から伝わる伝説や民話がたくさんあります。また歴史的建造物や昔ながらの街並みなど貴重な財産も残されています。それらの魅力を町内外の人々に語り継いでいこうと活動している方々がいろいろしゃべることを存じてはいかがでしょうか。

今回は、そんな高浜の魅力を語り継ぐ人々をご紹介します。各々が自分の特技をいかながら活躍されていますよ。活動への熱い思いややりがいなどをお聞きました。

## 民話の語り部

志水 美知代 さん

立石区在住



年も関係なく、その人の個性で読めます。高浜に生まれて良かったと感じられて、とても楽しいですよ。

Q. 語り部として活動を始めたきっかけを教えてください。

6年前、県外で地域の民話を語る活動を見てとても感動して、自分も高浜でもやってみようと思いました。昔、民宿をしていた立石の自宅に地域の子どもたちを招いて、「立石地蔵」のお話をしたこともあります。料理をすることも好きなので、語りとお料理のふるまいをしたりもしますよ。

Q. 活動をしていて、どんなことにやりがいを感じますか？

お客さんの「楽しかった」「また聞かせて」「言葉や笑顔に、元気をいただきます」。町外で同様の活動をしている人とのつながりも広がりました。

Q. 語り部をやってみたいと思う方へメッセージをお願いします。

始めるのはちょっとしたきっかけ。

## まちあるきガイド

盛本 和子 さん

湯谷区在住



Q. ガイドとして活動を始めたきっかけを教えてください。

手話をしているので、もともとはろうあ者の方に高浜を案内したいと思って勉強を始めました。今もその気持ちは変わっていませんよ。

Q. 活動をしていて、どんなことにやりがいを感じますか？

お客さんが喜んでくれるとうれしいです。また高浜のことを勉強して、説明できるように自分で文章をつくるのも楽しいです。ガイドをするときにはお客さんの顔を見るように心がけています。話す内容もお客さんによってアレンジしていますよ。

Q. ガイドをやってみたいと思う方へメッセージをお願いします。

ぜひ地元の若い人たちにガイドになってもらいたいです。子どもたちが地域を勉強して案内してもいいですね！

## あなたもガイドや語り部として活動してみませんか？



今回ご紹介したお二人の他にも、ガイドや語り部の方はたくさんいらっしゃいます。あなたも一緒に活動してみませんか？

特別な技術や資格は一切必要ナシ！老若男女を問わず、なたでも参加することができます。経験がなくても大丈夫。先輩たちと一緒に活動しているうちに、自然と高浜の民話や文化が身についていき、とても楽しいですよ。

高浜まちづくりネットワークでは、ガイドや語り部の養成、イベント開催やまちあるきガイド要請の受け入れ窓口を行っています。少しでもガイドや語り部の活動に興味を持たれた方は、お気軽に事務所(旧観光協会)をのぞいてみてくださいね！お待ちしています。

◇問い合わせ／  
高浜まちづくりネットワーク  
☎(78)22440

(企画・取材／高浜まちづくりネットワーク)

# 確定申告は自分で作成してお早めに!

平成26年分確定申告の相談、申告書の受付期間及び納期限・振替納付日は、次のとおりです。

## 相談・申告書の受付期間及び納期限・振替納付日

税目	相談・申告書の受付期間	納期限	振替納付日
所得税及び復興特別所得税	平成27年 2月16日(月)～3月16日(月)	平成27年 3月16日(月)	平成27年 4月20日(月)
消費税及び地方消費税 (個人事業者)	平成27年 1月5日(月)～3月31日(火)	平成27年 3月31日(火)	平成27年 4月23日(木)

※口座振替をご利用の場合は、事前に口座の残高をご確認ください。

## 地区別申告相談日程表(役場税務課職員による出張相談)

第1回	期日	場所	第2回	期日	場所
	2月18日(水) 午前9時～午後3時30分	青郷公民館		2月27日(金) 午前9時～午後3時30分	和田公民館
	2月19日(木) 午前9時～午後3時30分	和田公民館		第2回はありません	内浦公民館
	2月20日(金) 午前9時～午後3時30分	内浦公民館		3月4日(水) 午前9時～午後3時30分	青郷公民館

※**税理士による申告相談日**(高浜町役場1階にて開設): 2月16日(月)～23日(月)の平日6日間

※**税務署職員による出張相談日**(高浜町役場1階にて開設): 2月27日(金)～3月4日(水)の4日間

【申告に必要なもの】①印鑑②所得の証明書(源泉徴収票、収入・支出の明細書)③社会保険料・生命保険料及び地震保険料の領収書又は証明書④医療費控除用の領収書⑤本人名義の通帳⑥税務署からの書類(16桁番号がわかるハガキなど)

**e-Taxネットなら便利! 24時間確定申告!**

◆国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)の「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って金額などを入力すれば、税額などが自動で計算され、所得税及び復興特別所得税、消費税及び相続税の確定申告書や青色申告決算書などが作成できます。

作成した後は、ご自宅のプリンタで印刷して郵送等により税務署へ提出できるほか、同コーナーの画面上からそのままe-Tax(国税電子申告・納税システム)を利用して自宅から税務署に送信(申告)することができます。

◆e-Taxを利用して所得税の申告をすると、次のメリットがあります。

- ①添付書類の提出を省略  
(確定申告期限から5年間は、これらの書類の提出又は提示を求められることがあります。)
- ②還付金の早期受取り  
e-Taxで申告された還付申告は早期処理しています。
- ③24時間いつでも利用可能

◆e-Taxを利用して自宅から税務署に送信(申告)するに当たっては、電子証明書の取得(手数料が必要)

要です)。ICカードリーダーの購入などの事前準備が必要です。詳しくはe-Taxホームページ(<http://www.e-tax.nta.go.jp>)をご覧ください。

◆電子証明書を取得済みの方は、有効期限(取得から3年間)をご確認ください。

**「電話相談センター」  
「タックスアンサー」をご利用ください!**

◆電話相談センター

平成27年1月19日(月)から3月16日(月)まで、管轄の税務署の自動音声案内より「0」を選択すると「確定申告電話相談センター」オペレーターが、「1」を選択すると「電話相談センター」(国税局税務相談室)へおつながります。

◆タックスアンサー 国税庁ホームページ  
<http://www.nta.go.jp/taxanswer>

**税理士の無資格者にご注意!**

◆税理士資格のない人が、税理士の名をかたり納税相談等を受け、不当な料金を請求したり、納税者の税金を使い込んだりすることがありますので、ご注意ください。

◇問い合わせ/小浜税務署  
☎(52)10008(自動音声案内)

# ご当地ナンバープレート デザイン決定!

11月に約1ヶ月をかけて投票を行いました。

投票総数は1,230票<sup>\*</sup>。たくさんの方にご参加いただきありがとうございました。

投票して下さったみなさんに、決定したデザインはもちろん、それ以外のデザインについても、そのデザインを選んだ理由を聞いてみました。

※無効票43票を含む

平成27年3月2日(月)～交付開始!

**A** 高浜のシンボルである青葉山と美しい海の組み合わせが特徴的なこのデザインが選ばれました!

決定デザインはこちら!

高浜の特徴である青葉山がはっきりとされていて良いと思います。山と一緒に海も映えて分かりやすいですね。  
(青郷地区 / 60代女性)



得票数: 354票

実際の高浜の海の写真が使われているのが珍しい。しかも、青葉山のイラストにもマッチしている!  
(和田地区 / 20代男性)

町長の  
プレス発表の様子



**豆知識①** 全国初の「飾りビス」を導入します!

ネジのワッシャー部分が高浜町オリジナルになります。交付の際に2種類のデザインから選ぶことができます。デザインは現在検討中! 赤ふん坊やのビスも登場するかも?

**豆知識②** 背景は海の写真!

写真が使用されるナンバープレートは非常にめずらしく、全国でも2例目になります。

その他のデザインも素敵でした★

その他のデザインも、それぞれ高浜らしいといっぱいの素敵なデザインでした。Dは1位のデザインとたった19票差という接戦でしたよ。



得票数: 142票

町花のはまなすが目立っていたので選びました。海がよく似合う花ですね。  
(内浦地区 / 30代男性)



得票数: 220票

高浜を代表する名所、明鏡洞が気に入りました。一目で高浜と分かります。  
(高浜地区 / 70代男性)



得票数: 335票

ふぐ、かに、赤ふん坊やなど高浜らしいものがたくさん! 目立っていいですね。  
(高浜地区 / 50代女性)



得票数: 136票

高浜と言えば「コレ!」といった海や魚、赤ふん坊やがGOOD!  
(舞鶴市 / 40代男性)

ご当地ナンバーの交付について

平成27年3月2日(月)から役場税務課窓口(平日8:30~17:15)にて交付されます。新規登録される方はもちろん、現在持っているプレートも無料で交換できます。

- 対象車種 / 原動機付自動車50cc以下、90cc以下、125cc以下  
ミニカー、小型特殊自動車(農耕用トラクターなど)
- 必要なもの / ・所有者・使用者の印鑑  
・販売証明書または譲渡証明書(初めての場合)  
(※登録するバイクの車名、型式、車体番号などが分かるもの)  
・現在のナンバープレート・標識交付証明書(交換の場合)
- その他 / ・新規登録については原則としてご当地ナンバーを交付します。  
・番号を選ぶことはできません。

◇問い合わせ/税務課 ☎(72)7707

取材にご協力いただいた皆様、本当にありがとうございました。

(企画・取材/高浜まちづくりネットワーク)

# 年金を受給されている方へ

老齢年金は、所得税法上の雑所得として  
課税の対象になっています。

老齢年金を受けている方には、1年間の年金の支払総額などを記載した  
「源泉徴収票」が1月下旬に送付されます。

源泉徴収票を確定申告の際に提出してください。



※紛失されたときは再発行できますので、年金事務所までお問い合わせ  
ください。

※障害年金・遺族年金は課税対象となっていないため、源泉徴収票は送  
付されません。

# 国民年金保険料を納めている方へ

社会保険料控除の対象となります!!

11月上旬に日本年金機構から  
「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されています。

年末調整や確定申告(所得税や住民税の申告)を行うときに  
「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を添付すると、  
その年の課税所得から控除され税額が軽減されます。

※平成26年1月1日～12月31日に納めた保険料全額が控除の対象。

※過去の年度分や追納保険料なども含みます。

※ご自身の保険料だけでなく、配偶者やご家族(大学生のお子様など)の負担すべき  
国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。



◇問い合わせ ●日本年金機構敦賀年金事務所 ☎0770(23)9900 ●役場住民課 ☎(72)7703

赤ちゃん

スマイルベビー

要申込

●日時／2月3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

赤ちゃんのご家族

●講座

◎妊婦ミニ講座「食といのちのお話」

◎子育てミニ講座

「寝かしつけ大作戦、夜泣き対策」

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

あかちゃん広場

申込不要

●日時／2月12日(木)午前10時～11時

●場所／保健福祉センター

●対象／生後6カ月～1歳2カ月の

お子さんとご家族

●内容／親子ふれあい遊び

◇問い合わせ

保健課 ☎(72)2493



子ども

あそびの広場& 児童センターであそび

申込不要

●時間／午前10時30分～11時30分

●対象／保育所入所までの

お子さんとご家族

●あそびの広場

●日程・場所

・2月13日(金)保健福祉センター

●内容／グッド・トイで遊ぼう

児童センターであそび

●日程・場所

・2月18日(水)高浜児童センター

・2月20日(金)青郷児童センター

・2月25日(水)内浦公民館

●内容／おひなさまを作ろう

◇問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

わんぱくキッズ

要申込

●日時／2月17日(火)

午前10時30分～11時30分

●場所／保健福祉センター

●対象／1歳～保育所入所までの

お子さんとご家族

●内容／親子でタッチ、ふれあい遊び

●講師／森志乃ぶ先生

●申込／前日までに申込が必要です。  
◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

わくわく☆ちびっこ 食体験クラブ

要申込

～冬のお野菜大集合！

体ばかほかクッキング

●日時／2月5日(木)

午前10時～午後1時

●場所／保健福祉センター

●対象／1歳～3歳の

お子さんとご家族

※1歳未満のごきょうだいを連れての参加を希望される場合は、申込時にお伝えください。

●準備／エプロン等調理のできる準備・お茶

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

すこやか広場

申込不要

●日時／2月19日(木)午前10時～11時

●場所／町内各保育所

●対象／保育所に未入所の

お子さんとご家族

●テーマ／保育所生活を体験しよう

●内容／保育所を開放しお子さんと一

緒に遊んでいただけを提供して  
います。※行事等の関係で変更とな  
る場合があります。

◇問い合わせ

高浜保育所 ☎(72)0142

和田保育所 ☎(72)0256

青郷保育所 ☎(72)0887

内浦保育所 ☎(76)1130

保健課 ☎(72)2493

平成26年度 不妊治療費の助成に関するお知らせ

不妊治療費助成の申請は3月31日までをお願いします

●助成対象／国内医療機関で受けられた人工授精、体外受精、顕微授精における保険診療適応外の治療費(平成26年4月1日～平成27年3月31日に受けた治療分)

●助成額／上限30万円(年度につき1回限り・福井県の助成制度を優先的に利用することが原則)

※申請には医療機関での証明が必要となります。手続きに時間がかかる場合がありますので、2月中にご相談ください。

※助成を受けるためには要件があります。詳しくは保健課まで。

◇問い合わせ／保健課 ☎(72)2493

健康づくり

**こころの相談**  
(無料カウンセリング) **要申込**

周囲に相談できずに悩み事や心配事を抱えている方、臨床心理士が解決する方法を一緒に考えます。

●日時／2月4日(水)

午後1時～5時(1人1時間程度)

●場所／保健福祉センター

●カウンセラー／臨床心理士

藤井有香先生

※相談内容の秘密は固く守られます。

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

学べる

**バランスバイキング** **要申込**

好きなものを好きなだけ!ではなく、食事バランスも考えて食べる学べるバイキングです。

●日時／2月7日(土)

午前11時30分～午後1時

●場所／保健福祉センター

●参加費／・高校生以上300円

・小中学生150円

・小学生未満無料

●定員／20名

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

**カンタン運動講座**

**第3回カンタン体幹運動**

●日時／2月10日(火)午後2時～3時

●申込／前日までに申込が必要です。

**さあきつとスリムトレーニング**

●日時／2月24日(火)午後2時～3時

●申込／不要

●場所／いずれの講座も

保健福祉センター

●準備／動きやすい服装で、タオル・飲み物を必ず持参してください。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

**ヘルシー菜々**  
**バランスクッキング** **要申込**

食生活改善推進員が自信を持っておススメする、簡単でおいしい料理を作ります。

●日時／2月19日(木)

午前10時～午後1時

●場所／保健福祉センター

●参加費／300円(小学生未満無料)

●準備／エプロン等調理のできる準備

●定員／10名

●申込／前日までに申込が必要です。

◇申込・問い合わせ

保健課 ☎(72)2493

その他

**原付バイク及び農耕用車両(トラクター、コンバイン等)の廃車手続きについて**

軽自動車税は、毎年4月1日現在に所有している方に課税される税金です。原付バイクや農耕用車両をすでに処分したり、失くしてしまった場合には、廃車の手続きを行ってください。

●持参物／印鑑、ナンバープレート

◇問い合わせ

税務課 ☎(72)7707

**常設人権相談所開設のお知らせ**

福井地方事務局小浜支局及び小浜人権擁護委員協議会では、常設人権相談所を開設し、差別や虐待、いじめ等、様々な人権問題について相談に応じております。相談内容としては単に人権問題に限らず、家庭内や近隣間のもめごと・悩みごとなど、日常生活全般にわたる様々な相談に応じています。

ひとりで悩まずにご相談ください。内容についての秘密は厳守されます。

●受付時間／月曜日～金曜日

(土、日、祝日を除く)

午前8時30分～午後5時15分

●電話／0570(003)110

●IP電話／福井地方事務局小浜支局

0770(52)0238

**図書館スタッフの**  
**おすすめBOOK**

**『千年鬼』 西條奈加 著【徳間書店】**

千年の輪廻にとらわれ、生まれ変わるたび罪を犯さねばならない少女と、彼女を救おうとする小鬼の物語。どうにもならない怒り、苦しみ、悲しみにさいなまれ、後戻りできない暗い場所に自らを追い込んでしまう人々の姿は、現在を生きる私達にも通じます。読み終えた後、切なさや微かな希望に包まれる物語です。



# ふるさと就職フェア in 若狭

日時 / 3月8日(日)

午後1時20分～4時

【受付】午後12時50分～

●会場 / 若狭図書学習センター

1階多目的ホール(小浜市)

●参加対象者 /

・学生(大学・短大・高専・専修学校等)

・一般若年求職者(U・ターンを含む)

●参加費 / 無料

※当日は「求職(面談)票」が必要です。

(ホームページより)

ダウンロード ↓

※一般若年求職者は事前にハロー

ワーク小浜に連絡してください。

◇問い合わせ / ハローワーク小浜

☎0770(52)1260

## 第11回 若狭たかはまひなまつり 開催期間が変わります!

開催期間 3月3日(火)～21日(土)

◇問い合わせ /

若狭たかはまひなまつり実行委員会  
(高浜まちづくりネットワーク内)

☎(72)2740

12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

小林 祥太♡瀧見 佳菜子 (安土区)

### ★ お誕生おめでとうございます

赤ちゃん(性別) 両 親 (住所)

北向 悠馬(男) 哲也・裕美 (畑区)

羽場崎天聖(男) 勝通・智子 (湯谷区)

五味 大智(男) 俊一・亜季 (安土区)

青木 翼(男) 将徳・美里 (青区)

小幡 滯(女) 貴也・弥生 (青戸区)

小川 咲馬(男) 殉一郎・ひとみ (大西区)

田淵 彩華(女) 誉・裕子 (和田二区)

### ✿ お悔やみ申し上げます

釣本 笑子(82歳) (若宮区)

藤田 和子(90歳) (大西区)

一瀬 将一(34歳) (関屋区)

中川 嘉夫(84歳) (和田四区)

外賀 幸雄(81歳) (難波江区)

松田 治三郎(80歳) (東三松区)

中山 明子(75歳) (和田一区)

江上 敬一郎(88歳) (本町区)

高鳥 進(90歳) (東三松区)

### 👤 人のうごき (12月31日現在)

		前月比
【人 口】	10,843人	(-22人)
【 男 】	5,408人	(-9人)
【 女 】	5,435人	(-13人)
【世帯数】	4,178世帯	(-7世帯)

### 編集担当の つばやき

インフルエンザが流行しています。うがい・手洗い等、予防を心がけましょう。



食育ミニコーナー「毎月19日は“食育の日”」です!

### 第27回 今月は…「若狭ぐじをおいしくいただきました!」

#### ◆若狭ぐじ(アマダイ)を使った給食を提供

高浜町の小学校では、11月19日の食育の日に、若狭ぐじを使った学校給食を6年生が実施。和食の食べ方教室の後、若狭ぐじを一匹塩焼きにしておいしくいただきました。 小学校給食(ぐじの塩焼き)▶



保育所給食(ぐじ飯)

また4つの保育所では、12月にぐじ飯をいただきました。お米を研いでメインの若狭ぐじを入れて炊き上げると、おいしい匂いが保育所いっぱいに広がりました。

◇問い合わせ / まちづくり課 ☎(72)7705

## 法律ミニコラム

**Q** 全く注文した覚えのない健康食品が、突然郵送されてきたのですが、同食品の代金として10万円の請求書も同封されていました。私には不要なものであり処分したいのですが、受け取ってしまった以上代金10万円を支払わなければならないのでしょうか。

**A** 一般の方に請求書と商品を一方的に送り付けても、それは売買契約の申し込みに過ぎず、それに対して承諾しない限り売買契約は成立しません。したがって、代金10万円を支払う必要はありません。ただし、商品を受け取った日から14日間経過する前に、または、引き取りを請求してから7日間経過する前に同商品を処分した場合には、承諾したとみなされ代金を支払わなければなりません(逆に商品を受け取った日から14日間経過したとき、または引き取りを請求してから7日間経過したときは、処分してかまいません)。なお、不明な点があるときは、最寄りの消費生活センターや弁護士等に相談することをお勧めします。

### 小浜ひまわり基金法律事務所 (所長・岡本 矢)

相談するにはまずはお電話でご予約ください。☎(53)2018

1日	◆平成26年度スポーツ少年団交流大会 医 永谷医院
2月	◆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) 郷 図 文 和 青 内
3火	◆スマイルベビー【要予約】 9:45~10:00受付 (保健福祉センター) ◆若宮区サロン 13:30~15:30 (若宮区集会所)
4水	◆こころの相談【要予約】 13:00~17:00 (保健福祉センター)
5木	◆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) ◆赤尾町サロン 13:30~15:00 (赤尾町ふれあい会館)
6金	◆菌部区サロン 13:30~15:30 (菌部区生活改善センター)
7土	◆学べるバランスバイキング【要予約】 11:30~13:00 (保健福祉センター)
8日	◆第2回高浜町各区対抗ゲートボール大会 医 若狭高浜病院
9月	郷 図 文 和 青 内
10火	◆カンタン運動講座 (第3回カンタン体幹運動) 14:00~15:00 (保健福祉センター) ◆大西ほのぼのサロン 13:30~15:30 (大西ほのぼの会館) ◆和田コアサロン 13:30~15:30 (和田一区生活改善センター)
11水	建国記念の日 医 なごみ診療所
12木	◆あかちゃん広場 10:00~11:00 (保健福祉センター) ◆東三松区サロン 13:30~15:30 (東三松生活改善センター) ◆本町サロン 13:30~15:00 (本町区大神宮会館) 図 文
13金	◆あそびの広場 10:30~11:30 (保健福祉センター) ◆事代区サロン 13:30~15:30 (事代区生活改善センター)
14土	

15日	和 青 内 医 常藤内科医院
16月	◆和田四区サロン 13:30~15:30 (和田四区集会所) 郷 図 文 和 青 内
17火	◆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) ◆汐かぜサロン 13:30~15:30 (塩土区会館)
18水	◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (高浜児童センター) ◆行政相談 13:00~15:00 (高浜町役場) ◆和田ほがらかサロン 13:30~15:30 (和田公民館) ◆南区さくらサロン 13:30~15:30 (南区公民館)
19木	◆すこやか広場 10:00~11:00 (町内各保育所) ◆ヘルシー葉々バランススクッキング【要予約】 10:00~13:00 (保健福祉センター) ◆サロン郷 13:30~15:30 (青郷公民館) ◆子生・坂田グリーンサロン 13:30~15:30 (蔵身寺) ◆浦和田サロン 13:30~15:30 (和田六区ふれあいセンター)
20金	◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (青郷児童センター) ◆湯谷区サロン 10:00~12:00 (湯谷会館)
21土	
22日	医 若狭高浜病院
23月	◆おひさまひろば【要予約】 9:45~10:00受付 (保健福祉センター) 郷 図 文 和 青 内
24火	◆カンタン運動講座【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)
25水	◆横町にここサロン 10:00~12:00 (横町区生活改善センター) ◆児童センターであそぼ 10:30~11:30 (内浦公民館) ◆音海サロン 13:30~15:30 (音海区生活改善センター)
26木	◆楽らく離乳食クラブ【要予約】 9:15~9:30受付 (保健福祉センター)
27金	◆西三松区サロンえびす 13:30~15:30 (西三松区ふれあい会館)
28土	

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。

福滋県境交流促進協議会  
イベント情報

福滋県境交流促進協議会は、滋賀県と福井県の9市町(高島市、長浜市、米原市、敦賀市、小浜市、美浜町、若狭町、おおい町、高浜町)で構成された団体です。県境を越えて交流を深め、協力していくことで、それぞれの魅力あるまちづくりに役立てていくことを目的としています。

<p>滋賀県 米原市 1月31日(土)~2月1日(日)</p> <p><b>雪合戦奥伊吹バトル &amp; かまくら祭 2015</b></p> <p>◇問い合わせ 米原市商工観光課 ☎0749(58)2227</p>	<p>滋賀県 長浜市 2月27日(金)~3月1日(日)</p> <p><b>長浜梅酒祭り</b></p> <p>◇問い合わせ 長浜市観光振興課 ☎0749(65)6521</p>	<p>福井県 敦賀市 2月22日(日)</p> <p><b>野坂だのせ祭り</b></p> <p>◇問い合わせ 敦賀市教育委員会事務局 ☎0770(22)8152</p>	<p>福井県 小浜市 3月2日(月)</p> <p><b>お水送り</b></p> <p>◇問い合わせ 若狭おばま観光案内所 ☎0770(52)2082</p>
---	---	---	--