

広報 **みま**

**3** 月号

トピック  
02-05ページ ライフパフォーマンスの向上を目指した  
取り組みを進めます  
08-09ページ 狂犬病予防集合注射日程  
10-11ページ 手続きはお早めに!



じょうずに  
かざりつけしてくれて  
ありがとう♡

藍Love Indigo Day「あい」のウインターツリー飾り付け

「ライフパフォーマンスの向上」とは「それぞれのライフステージにおいて最高の能力が発揮できる状態」のことです。(スポーツ庁資料より引用) 美馬市では、運動・スポーツを支える土台となるコンディショニングを通じてライフパフォーマンスの向上を目指した取り組みを進めます。

5年間の実績について  
実施回数は、予定していた18クルル中16クルルの実施(2クルルは新型コロナウイルスの影響で中止)となり、回数としては478回、参加者数は目標の1800名に対し、延べ参加者数は1279名となりました。この中には、複数回参加された方を含んでいますので、実参加者数は710名です。参加者の参加回数は、1回の方が490名、2回の方が108名、3回の方が43名、4回の方が18名、5回以上の方が51名となっています。

VCPGの流れについて  
初回に身体機能等のチェックを行い、その後8週間、集合プログラムと自宅におけるトレーニング等に取り組んでいたが、最終回に改めて身体機能などのチェックを行って改善状況を確認します。また、終了から3週間後にOB・OG会を開催し、運動習慣などの状況をアンケート調査で確認するという流れで実施しました。

事業の成果指標として①「1日30分以上、週2回以上の運動習慣がない参加者のうち、運動習慣を持つようになった方の割合」と②「厚生労働省の介護予防『基本チェックリスト』における運動機能の項目、5項目中、3項目以上に該当している参加者のうち2項目以下に改善した方の割合」の2つを設定しました。これは、成果に連動して委託料の一部をお支払いするということにあたって、その根拠となる医療費と介護費用の抑制効果を確認するためのものです。  
達成状況については、①運動習慣に係る実績は目標値である60%に対し達成率は64.8%、②介護予防に係る実績は目標値70%に対し、達成状況は84.9%

成果指標の達成状況と参加者の声

リピート率は40歳代以下より、50歳代以上の方が高くなっております。参加者の性別については、およそ4分の3が女性となっております。リピート率も高くなっています。

美馬市長 加美一成  
となり、両指標とも目標値をクリアしています。  
また、参加者の方からは「腰痛が随分改善し、草抜き等の作業が苦にならなくなった」「身体のこと、健康のことを気づかせてくれた」等、身体機能の改善や健康に対する意識が向上したという感想が溢れました。参加者から、高い評価をいただいていることは、徳島ヴォルティスのコーチが熱心に取り組んでいたことが結果だと考えています。

市長による美馬市版SIBヴォルティスコンディショニングプログラムの実績報告

美馬市版SIBの仕組み

美馬市、大塚製薬(株)、徳島ヴォルティス(株)の3者の連携を進めてまいりましたヴォルティスコンディショニングプログラム(以下、VCPG)にはSIB(ソーシャル・インパクト・ボンド)の仕組みを取り入れました。SIBとは、民間資金を活用して、社会課題解決型の事業を実施し、

成果に応じて地方公共団体がその対価を支払うというものです。VCPGでは、徳島ヴォルティスが投資したイニシャルコスト分について、成果運動で事業期間中に委託料に上乗せして支払うという形態を採用しました。また、運動プログラムについては、(株)R-body、ICTについては(株)タニタヘルスリンクに提供していただきました。

2月9日、地域交流センターミライズ市民ホールで「日々のコンディショニングによるライフパフォーマンスの向上」をテーマに講演会を開催しました。スポーツ庁長官室伏広治さんと(株)R-body 代表取締役鈴木岳. さんによる講演のほか、両名と市長によるクロストークを行いました。(当紙面では、クロストークの一部について掲載します。)

「コンディショニング」とは…  
コンディション(カラダの調子)をより良い方向に整えることです。スポーツをする・しないに関わらず、全ての人々に必要なことです。

【参考】<https://r-body.com>

R-body 検索



美馬市長 加美一成



スポーツ庁長官 室伏広治さん  
アテネオリンピック男子ハンマー投げ金メダリスト



(株) R-body  
代表取締役 鈴木岳. さん  
東京オリンピック・パラリンピック  
組織委員会チーフトレーナー

(実績報告を受けて) 室伏長官、鈴木代表取締役のご意見、ご感想

鈴木代表 参加者の方の声など、心に響くものがあり、感動しました。コンディショニングといってもいろいろなやり方があり、「こうでなくてはいいくない」というものはありません。感想のなかに「草抜きの作業が楽になった」とありましたが、その草抜き自体もコンディショニングになり得るものだったりします。

室伏長官 成果報告の内容について、すばらしいものだと感じました。今日、会場にお越しいただいた方のなかにもこのプログラムを経験された方がたくさんいらつしゃるということ、本当にすばらしいことだと思います。プログラムに参加することで、周囲の方のつきあいや会話が増えたりだとか、交友関係も広がったということもあるのではないのでしょうか。身体機能に関することだけではなく、心理的にも効果があったのではないかなと思います。

鈴木代表 コンディショニングという概念が大きく広がっているなかで、室伏長官おすすめもの、いいですか、こういったものがいいんじゃないかというコンディショニングの方法はありますか? あればぜひ教えてください。ただきたいなと思います。

室伏長官 ありますよー会場にお越しいただいている方も一緒に、みんなでやってみましょうか。

紙風船を使用したコンディショニングを実践しながらご紹介いただきました。



会場は笑いが絶えず、時間があつとつ間に過ぎる楽しい講演会でした。

ライフパフォーマンスの向上を目指した取り組みを進めます

新規 1 VCPGの総括 (調査・分析)

(株)日本政策投資銀行グループと連携し、VCPGの成果や課題について調査・分析を行います。

継続 2 VCPGの実施

新型コロナの影響で中止した2クール分を令和6年春と秋に実施します。

新規 3 歩数などをポイント化し、デジタル地域通貨MIMACAに紐付け

VCPGで活用した活動量計による歩数などを「健康ポイント」として付与するとともに、健康ポイントとデジタル地域通貨MIMACAを連携させます。



継続 4 ヴォルティス元気っずプログラム

市内認定こども園等に通う5歳児を対象に、徳島ヴォルティスのコーチによる運動プログラムの巡回指導(各園12回)を行います。



2月10日に行われた元気っずプログラム(穴吹認定こども園)には室伏長官が視察に訪れました。

室伏長官の手にかかればコーチのお兄さんもあっという間にひっくり返されてしまいました。

継続 5 健幸アンバサダーの養成

人と地域の「健幸」を達成するために、必要な知識を地域に伝える人材として引き続き「健幸アンバサダー」の育成に取り組めます。

新規 6 VCPG OB・OG 向け 1 DAY プログラム

VCPGの修了者が自宅等でコンディショニングプログラムを継続できるよう、1 DAYプログラムを開発し実施します。また、OB・OG向けイベントも引き続き開催します。



2月10日、事前にお申込みいただいた方を対象に、徳島ヴォルティスと(株)R-body協力のもと1 DAYプログラムを実施しました。

室伏長官が 考案・実演する

身体診断 セルフチェック 動画



詳しくはこちら↑

誰でも気軽に自分の身体機能の状態を知ることができる「セルフチェック動画」をeラーニング形式で学んでみませんか?健康的な日常生活のために自分の身体を把握し、意識的に身体を動かすきっかけ作りを目的として、スポーツの指導現場や学校現場に限らず、ご家庭や職場でも子どもから高齢者まで手軽に取り組むことのできるコンテンツです。



新規 7 コンディショニングエキスパートの養成とコンディショニング教室の開催

コンディショニングについての一段高い知識や実技を身につけた市民等を「コンディショニングエキスパート」として認定し、市内各地で開催予定の「コンディショニング教室」で地域おこし協力隊と一緒に普及活動に取り組む仕組みを構築します。(地域おこし協力隊はR-conditioning コーチの有資格者を採用予定です。)

このことについて、(株)R-bodyに全面的にご協力をいただきます。2月9日、(株)R-bodyとの間で連携協定を締結しました。



2月10日、事前にお申込みいただいた方を対象にコンディショニングエキスパート養成講座のプレ・セッションを実施しました。



2月9日に行われたスポーツ庁室伏長官(株)Rbody鈴木代表の講演の様子は、自主放送番組で再放送予定です。放送日時はテレビの番組表をご覧ください。(番組名・広報みまTV2月号第5週(再放送))

# 1月1日に発生した 令和6年能登半島地震

- ・お亡くなりになった方々のおよそ7割が65歳以上の高齢者
- ・死因の4割は倒壊した家屋等による**圧死**

地震の備え  
できて  
いますか？

過去の災害では電気に起因する**火災**が多く発生しており、逃げ遅れによる被害も...

## 65歳以上のみの世帯、障がい者のみの世帯のみなさまへ 次の器具の設置費用の一部を補助します (高齢者等住まいの安全確保対策支援パッケージ事業)



家具転倒防止器具



感震ブレーカー



住宅用火災警報器

問 危機管理課 ☎ 5 2 - 1 6 7 7

問 消防本部予防課 ☎ 5 2 - 3 0 6 1

お気軽にお問い合わせください

### 令和6年能登半島地震の被災地支援を経験して

私は、2月3日(土)から同月8日(木)までの間、元日に発生した「令和6年能登半島地震」の被災地である輪島市門前地区に、徳島県の支援チームの一員として派遣され、支援チームの総括業務や避難所運営支援業務を行ってきました。

能登半島は、2020年から3年あまりにわたり、最大震度6強などを観測した「能登半島群発地震」に見舞われており、最終的に、今年元日の地震による大規模災害となってしまいました。能登半島の被害状況や被災者の過酷な避難生活の実態を目の当たりにし、また、生活インフラの完全復旧

まではメドが立っておらず、先行きの見えない状況に被災者はさらなる不安を抱いているのを肌で感じ、『自分や家族の命は、自分が守るんだ!』という強い信念をもって、平素から十分な備えを実践しておくことの重要性を、改めて考えさせられました。南海トラフ地震等の大規模災害が発生した場合の影響を少しでも減らすため、「自助」の面において、今の自分にできることやすべきことを真剣に考え、実際に行動に移していきたいと思います。

危機管理課 防災対策監 中山 博之



地震動により段差や地盤のうねりが発生  
(輪島市役所前総合支所玄関前)



被災者自身による炊き出し(門前地区の避難所)

## 電力・ガス・食料品等 価格高騰重点支援給付金のご案内



国の「デフレ完全脱却のための総合経済対策」を踏まえ、低所得者世帯を支援するため、臨時的な措置として新たに次の給付を実施します。

	住民税均等割のみ課税世帯	低所得世帯への給付・こども加算	
対象世帯	令和5年度住民税非課税世帯以外の世帯であって、個人住民税所得割が課されていない者のみで構成される世帯 ※住民税が課税されている方の扶養親族のみで構成される世帯は対象外です。	児童(18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある者)を扶養している + 令和5年度の住民税均等割のみ課税世帯※	+ 令和5年度の住民税非課税世帯※
		※令和5年12月1日(基準日)以降に生まれた新生児や扶養している児童が別世帯にいる場合は申請が必要です。その場合、4月から申請受付を開始します。	
手続方法	確認書を返送してください。 対象と思われる世帯には、3月上旬に「確認書」をお送りします。	確認書を返送してください。 対象と思われる世帯には、3月上旬に「確認書」をお送りします。	原則、手続きは不要です。 対象と思われる世帯には、3月上旬に「通知書」をお送りします。
振込時期(予定)	3月中旬以降	3月中旬以降	3月下旬以降
支給額	1世帯あたり10万円	児童1人あたり5万円	
問い合わせ先	価格高騰重点支援給付金事務局(コールセンター) ☎ 088-677-7754	生活福祉課(価格高騰重点支援給付金担当) ☎ 52-5604	
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・令和5年12月1日(基準日)に美馬市に住民登録されている世帯が対象です。</li> <li>・世帯の中に未申告の方がいる場合は、税務課で申告を行ってから生活福祉課へ申し出てください。</li> <li>・令和5年1月2日以降に転入した場合、美馬市で課税状況の確認ができないことがあります。</li> <li>・すでに他の自治体で給付金を受給した方は対象外です。</li> <li>・令和5年1月2日以降に日本に入国した方(世帯)は対象外です。</li> <li>・本給付金は、差押禁止等および非課税の対象です。</li> </ul>		

予定時間から遅れる場合がありますが、あらかじめご了承ください。



# 令和6年度 狂犬病予防集合注射日程

集合場所以外で接種はできません。必ず集合場所まで飼い犬をお連れください。

## 脇町地区

日程	集合場所	時間
5月14日 (火) 1班	春日・三宅歯科医院 横	9:00 ~ 9:20
	(旧) 拝原東団地 跡地	9:25 ~ 9:35
	曾江谷橋 西詰	9:40 ~ 9:50
	共進・金刀比羅神社	9:55 ~ 10:05
	棚田集会所	10:10 ~ 10:20
	脇町 IC 高速バス利用者駐車場	10:25 ~ 10:35
	江原中学校グラウンド東側駐車場	10:40 ~ 10:55
	貞安集会所	11:00 ~ 11:10
	赤谷集会所	11:15 ~ 11:25
	落合診療所	11:30 ~ 11:40
	新田・ライスセンター	11:50 ~ 12:00
	曾江生活改善センター	13:00 ~ 13:15
	JA 美馬ふれあいセンター 東側駐車場	13:25 ~ 13:35
	江原南小学校体育館 東	13:40 ~ 13:50
拝中集会所	13:55 ~ 14:05	
5月14日 (火) 2班	山路天王下公会堂	9:00 ~ 9:10
	JA 美馬本所	9:15 ~ 9:25
	北庄・西野商店 駐車場	9:35 ~ 9:45
	古作・小原様宅 前	9:50 ~ 10:00
	北庄団地入口	10:05 ~ 10:15
	土井集会所	10:20 ~ 10:30
	(旧) パナソニック 北側交差点	10:35 ~ 10:45
	西上野集会所	10:50 ~ 11:00
	西上野八幡神社	11:05 ~ 11:15
	脇町保育所 職員用駐車場	11:20 ~ 11:30
	猪尻農村公園	13:00 ~ 13:10
	ミライズ 北側駐車場	13:15 ~ 13:25
	道の駅 横 観光駐車場	13:30 ~ 13:40
	うだつアリーナ駐車場	13:50 ~ 14:00

日程	集合場所	時間
5月16日 (木) 1班	(旧) 国見商店前	9:20 ~ 9:30
	金川・七杜神社	9:45 ~ 9:55
	梶野集会所	10:05 ~ 10:15
	宮井・丸山公郎様宅 前	10:25 ~ 10:35
	夏子休憩所	10:40 ~ 10:50
	清水駐在所	11:00 ~ 11:10
	大川バス停	11:15 ~ 11:25
	(旧) 脇町庁舎 東側駐車場	13:00 ~ 13:15
	脇町保育所 駐車場	13:20 ~ 13:30
	東城山団地	13:35 ~ 13:45
	(旧) 脇町体育館 跡地	13:50 ~ 14:00
	新町・ひかり荘	14:05 ~ 14:15
	新町・若宮神社	9:00 ~ 9:10
	田上橋南の三差路 横 広場	9:15 ~ 9:25
馬木集会所南 集積所 横 広場	9:30 ~ 9:40	
(旧) JA 美馬岩倉支所 駐車場	9:45 ~ 9:55	
5月16日 (木) 2班	助松集会所	10:00 ~ 10:10
	別所宇山ストア 横	10:15 ~ 10:25
	岩倉教育集会所	10:30 ~ 10:40
	岩倉小学校 北側	10:45 ~ 10:55
	徳島中央生コン 川向かい	11:00 ~ 11:10
	別所・川西運輸駐車場	11:15 ~ 11:25
	木ノ内高齢者若者研修センター	11:30 ~ 11:40
	井口集会所	13:00 ~ 13:10
	小星集会所	13:15 ~ 13:25
	小星・福永建設 前	13:30 ~ 13:40
	野村西・(旧) 日通ペリカン便 前	13:45 ~ 13:55
	川原町集会所	14:00 ~ 14:10

## 穴吹町地区

日程	集合場所	時間	
4月23日 (火) 1班	小島駅前	9:00 ~ 9:15	
	小島東分集会所	9:20 ~ 9:30	
	神田・宮原踏切 前	9:35 ~ 9:45	
	宮原・岸幸一様宅 西側 三差路	9:50 ~ 10:00	
	アグリサポート美馬 前	10:05 ~ 10:15	
	谷西・三谷済様宅 横	10:20 ~ 10:30	
	(旧) 玉梓 東側駐車場	10:35 ~ 10:45	
	大柳神社	10:55 ~ 11:05	
	三島会館	11:10 ~ 11:30	
	観音堂・堤文一様宅 前	11:40 ~ 11:50	
	徳島県中部自動車整備組合 北側	13:00 ~ 13:10	
	岩手・坂本電器 駐車場	13:15 ~ 13:25	
	4月23日 (火) 2班	大内集会所	9:20 ~ 9:25
		ライフケアたがた	9:35 ~ 9:45
白人神社		9:50 ~ 10:00	
首野集会所		10:10 ~ 10:20	
(旧) 宮内駐在所 横		10:35 ~ 10:45	
梶山集会所		10:55 ~ 11:05	
調子野・三浦様宅 横		11:15 ~ 11:25	
知野・お堂		11:35 ~ 11:45	
丸山橋 国道側		13:00 ~ 13:10	

日程	集合場所	時間
4月25日 (木) 1班	(旧) 半平小学校グラウンド	9:30 ~ 9:35
	知野・渡辺商店 前	10:05 ~ 10:15
	仕出原・尾下様宅 横	10:35 ~ 10:45
	(旧) 初草小学校駐車場	10:50 ~ 11:00
	宝生寺 前	11:10 ~ 11:20
	遠所・住友勝弘様宅 前	11:25 ~ 11:35
	市場・土肥敏男様宅 横	11:40 ~ 11:50
	土場・船井商店横 (高架橋下)	13:00 ~ 13:10
	辻・八幡神社 前	13:15 ~ 13:30
	穴吹橋モニュメント 横 広場	13:35 ~ 13:45
	美馬市役所 北館前 駐車場	13:50 ~ 14:00
	測名・小泉靖雄様宅 上	9:30 ~ 9:40
	佐條計様宅 前	9:45 ~ 9:55
	仏成寺駐車場	10:05 ~ 10:15
4月25日 (木) 2班	西浦功様宅 前	10:25 ~ 10:35
	井上ボーリング資材置き場 前	10:40 ~ 10:50
	奈良坂上・竹本商店 前	10:55 ~ 11:05
	穴吹中学校グラウンド 西側	11:10 ~ 11:20
	(旧) 宇山歯科駐車場 横	11:30 ~ 11:40
	享保寺前集積所付近	11:45 ~ 11:55
	穴吹スポーツセンター 南側	13:00 ~ 13:10
	大平台集会所	13:20 ~ 13:30
	尾山・十二所神社 北側	13:35 ~ 13:45

## 集合場所における注意事項

- ・ 予防接種の際は飼い主が犬を抑えてください。
- ・ 飼い犬の首輪が抜けにくいようしっかりと締め、噛みつくおそれのある犬には口輪を着けてください。

## 木屋平地区

日程	集合場所	時間
5月9日 (木)	檜原 竹本様宅 前	9:05 ~ 9:10
	桑柄橋	9:30 ~ 9:40
	今丸橋	9:50 ~ 9:55
	南張市道入口	10:00 ~ 10:05
	大北集会所	10:25 ~ 10:30
	川上集会所	10:55 ~ 11:00
	太合集会所	11:10 ~ 11:20
	弓道ウッドピア入口	11:30 ~ 11:35
	谷口 大岡様宅 下	13:00 ~ 13:10
	森遠神社 下	13:20 ~ 13:30
	弓道市道入口	13:35 ~ 13:45
	堂久保集会所	13:50 ~ 14:00
	木屋平複合施設 前	14:05 ~ 14:10

## 美馬町地区 ※一部脇町地区を含みます。

日程	集合場所	時間
4月9日 (火) 1班	中村部落会館	9:20 ~ 9:30
	藤宇・西岡盛旺様宅 横	9:35 ~ 9:45
	太陽マーケット 前	9:55 ~ 10:05
	猿坂・長江三木夫様宅 横	10:15 ~ 10:25
	突出集会所 前	10:35 ~ 10:45
	東原・都築車体 横	10:50 ~ 11:00
	(旧)重清東小学校 前	11:05 ~ 11:15
	東原・逢坂和宏様宅 横	11:20 ~ 11:30
	荒川排水機場 横	11:35 ~ 11:45
	西荒川・天津賀佐彦神社	13:00 ~ 13:10
	(旧)美馬第二保育所	13:15 ~ 13:25
	美馬第二老人ルーム	9:05 ~ 9:15
	西村教育集会所	9:20 ~ 9:30
	竹ノ内・加藤商店 横	9:35 ~ 9:45
4月9日 (火) 2班	中上集会所	9:55 ~ 10:05
	城集会所	10:10 ~ 10:20
	中西会館	10:25 ~ 10:35
	谷口・久米川商店 前	10:40 ~ 10:50
	露口集会所	11:00 ~ 11:10
	ナロヲ集会所	11:15 ~ 11:25
	宗ノ分集会所	11:30 ~ 11:40
	沼田・JA倉庫	13:00 ~ 13:10
	東荒川集会所	13:15 ~ 13:25
	(旧)美馬福祉センター跡地	13:30 ~ 13:40

## 注射料金は、3,300円です

おつりがいらぬよう、あらかじめご用意ください

令和6年1月31日までに飼い犬の登録がお済みの方には、案内はがきをお送りしますので、当日は案内はがきを持参してください。飼い犬の登録がお済みでない方は、集合場所で登録が可能です。(登録手数料は3,000円です。)

※ 生後90日以内の犬については注射を受けることができませんので、91日以降に動物病院で注射を受けてください。

※ 飼い犬が死亡したら、すみやかに届け出てください。狂犬病予防法に基づき、死亡届の提出が必要です。

問 環境下水道課 ☎ 5 2 - 8 0 2 0



もうすぐ新年度

# 手続きはお早めに!

3月中旬から4月上旬は、引っ越しなどによる住民異動の手続きで、市役所や各市民サービスセンターの窓口が最も混雑する時期です。住所変更の届出（転入届や転出届等）のほか、国民健康保険の異動、水道や下水道の開休栓等さまざまな手続きが必要になる場合があります。お引っ越しの際は、お早めに手続きをお願いします。

## 国民健康保険の異動

問 保険健康課（国民健康保険担当）☎52-5601

▶手続きできる場所 保険健康課、各市民サービスセンター

▶手続きに必要なもの（①②に加えて、下表のとおり異動事由により必要なものが異なります）

- ①異動する方全員のマイナンバーがわかるもの
- ②手続きに来る方の本人確認ができるもの

顔写真付きは1点（マイナンバーカード、運転免許証、パスポート等）顔写真なしは2点（健康保険証、介護保険証、年金手帳、児童扶養手当証書等）必要です。

	異動事由	①②に加えて必要なもの
資格取得	転入したとき	特定疾病療養受療証を転入前に発行されていた場合はその受療証
	出生したとき	—
	会社などの健康保険を脱退するとき（仕事を辞めた、被扶養者でなくなったとき）	健康保険等資格喪失証明書（加入希望者全員分の資格取得日、資格喪失日、被保険者記号・番号、保険者番号の記載があるもの） 特定疾病療養受療証を発行されていた場合はその受療証
資格喪失	転出するとき	転出する方の保険証
	死亡したとき	死亡された方の保険証 ※世帯主が死亡された場合は、世帯全員の保険証
	会社などの健康保険に入るとき（扶養家族になるとき）	保険組合などから発行された新しい保険証 美馬市国保の保険証
その他	美馬市内で引っ越したとき	引っ越した方の保険証
	氏名を変更したとき	氏名を変更した方の保険証
	世帯主が変更になったとき	世帯全員の保険証
	修学のために子どもが他の市町村に引っ越したとき	修学した本人の保険証、学生証（または、在学証明書） 転出先の住民票の写し

必要な手続きがわからないときは「手続きガイド」をご利用ください。  
また、一部の手続きは「スマート窓口・スマート申請」システムが利用できます。

### 手続きガイド

質問（家族構成等）に回答することで、必要な手続きや提出書類・手続き場所等を確認することができます。

詳細は市のホームページ  
でご確認ください



### スマート窓口・スマート申請システム

事前に申請したい内容を入力することで、普段窓口で行っている手続きをよりスムーズに行うことができます。

## 水道の開栓・休栓

問 水道課 ☎52-2511

### 引越して来られた場合（開栓）

水道開栓申込書を提出し、開栓手数料500円をお支払いください。使用開始の3～4日前（土日祝日を除く）までに手続きをしてください。開栓作業は平日の業務時間内に行います。業務時間外および土日祝日は対応できません。

### 引越される場合（休栓）

水道休栓申込書を提出し、休栓手数料500円をお支払いください。水道料金の滞納がある場合、全額お支払いください。連絡が無いまま引越されると、使用水量が0立方メートルでも基本料金やメーター料金がかかります。

▶手続きに必要なもの 印鑑、手数料

▶手続きできる場所 水道課、各市民サービスセンター

## 下水道の使用開始・休止

問 環境下水道課 ☎52-8020

下水道施設に接続している場合、水道（上水道）の手続きとあわせて下水道の手続きが必要です。

### 使用開始する場合

処理区内の建物（集合住宅、賃貸物件等）に入居するときは、下水道施設の「使用開始届」を提出してください。

### 使用休止する場合

下水道施設に接続している建物の水栓を休栓するときは、下水道施設の「使用休止届」を提出してください。

▶手続きに必要なもの 印鑑

▶手続きできる場所

環境下水道課、各市民サービスセンター

### 下水道施設・処理区

#### 穴吹地区（公共下水道）

穴吹地区の一部、尾山地区の一部、舞中島地区の一部

#### 井口東地区（農業集落排水処理施設）

岩倉、別所上の一部

#### 別所浜地区（農業集落排水処理施設）

別所浜、別所上の一部、井口の一部

#### 知野・宮内地区（農業集落排水処理施設）

口山字知野の一部、口山字宮内の一部、  
口山字調子野の一部、口山字田方

#### 喜来地区（農業集落排水処理施設）

字宮西の一部、字銀杏木の一部、字寺ノ下、字願勝寺の一部、  
字鍵掛の一部、字井出縁、字喜来市、字妙見、字大宮西、  
字天神、字天神北、字谷ヨリ西の一部


## 令和6年4月診療分から みまっこ医療費助成制度が変わります


問 子どもすこやか課  
☎ 52-5606

令和6年4月1日の診療分から、0歳から18歳までのお子さんの医療費について、自己負担金は必要なくなります。(高額療養費、入院時食事代、保険適用外のもの除く。)

また、制度の変更に伴い、みまっこ医療費受給者証が新しくなります。**新しい受給者証を3月下旬に郵送します**ので、お手元に届きましたら記載内容を確認してください。(現在お持ちの受給者証は回収しませんので、個人情報に注意し、各自で処分してください。)



変更前 (令和6年3月31日まで)	一部自己負担金	受給者証の色
0歳から小学校6年生修了まで	入院・外来ともに一部自己負担金なし	あさぎ色
中学校1年生から18歳到達後の最初の3月31日まで	入院・外来ともに1か月1医療機関につき600円まで	 イメージ

変更後 (令和6年4月1日から)	一部自己負担金	受給者証の色
0歳から18歳到達後の最初の3月31日まで	入院・外来ともに一部自己負担金なし	ピンク色  イメージ

## 市営住宅入居者募集

問 住宅・拠点整備課 ☎ 52-5612

市営住宅入居者の募集を行っています。入居を希望される方は、申込資格や必要書類などを必ず事前に住宅・拠点整備課に確認のうえお申込みください。

▶受付期間  
3月21日(木)  
～3月29日(金)

▶申込場所  
住宅・拠点整備課

▶申込方法  
申込書に必要事項を記入し、必要書類を添えて提出してください。  
申込書は住宅・拠点整備課および各市民サービスセンター窓口に備え付けています。

### 募集住宅一覧

定期募集	随時募集
●北庄団地第1棟(4階)……脇町大字北庄 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)	●梓北団地(3階)……脇町字拝原 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)
●上曾江団地(4階)……脇町字曾江名 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)	●西部団地(4階)……脇町木ノ内 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)
●東部団地(3階)……脇町字拝原 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)	●川井団地(1・2階)……木屋平字川井 問 3DK 風 ○ 駐 × ト 水洗(和式)
●東部第2団地(2階)……脇町字拝原 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)	●川井銀杏団地(1階)……木屋平字川井 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)
●中島団地第3棟(3階)……穴吹町三島字舞中島 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)	
●中島団地第5棟(3階)……穴吹町三島字舞中島 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)	
●明連団地第2棟(1階)……穴吹町三島字舞中島 問 3DK 風 ○ 駐 ○ ト 水洗(洋式)	

問 間取り 風 風呂 駐 駐車場 ト トイレ  
※風呂 × 表示は、浴槽・ボイラーが自己負担

## みまか デジタル地域通貨 MIMACA 加盟店募集!

問 企業応援課 ☎ 52-1263

デジタル地域通貨 MIMACA を利用できる事業者様を募集しています。

### デジタル地域通貨 MIMACA とは

美馬市内の加盟店で「1ミマポ(ポイント) = 1円」として利用できるキャッシュレス決済サービスです。チャージ(入金)することで繰り返し利用できます。キャッシュレス決済の普及と市内経済の好循環創出のため運用しています。

MIMACA について  
詳しくはこちら→



### ▶登録条件について

- ① 美馬市内の事業者様に限りです。
  - ② 決済には専用アプリを利用するため、インターネットに接続できるスマートフォンまたはタブレットが必要です。
- ※ 市からスマートフォン端末の無償貸与が可能です。通信費は加盟店負担となります。

ポイント還元分や決済手数料等の加盟店負担は原則必要ありません。

### ▶登録方法について

方法1 インターネットによる申請  
加盟店登録フォームに必要事項を入力し、送信してください。

加盟店登録  
フォーム



### 方法2 書面による申請

企業応援課窓口にて備え付けている「MIMACA 加盟店等登録申請書」に必要事項を記入し、企業応援課に提出してください。

## テレワーク促進施設 [ ]&Work (アンドワーク) の レンタルオフィスの利用者募集

問 [ ]&Work (アンドワーク)  
☎ 050-8883-8428  
✉ andwork.official@gmail.com

地域交流センターミライズ2階にあるテレワーク促進施設 [ ]&Work (アンドワーク) 内のレンタルオフィスの利用者を募集しています。内見の希望等、お気軽にお問い合わせください。

▶募集期限 3月22日(金)

▶利用料金 レンタルオフィスC 80,000円/月(23.4平米)

💡 レンタルオフィスご利用のお客様は、コワーキングスペースも利用可能です。



レンタルオフィスは法人様向けの専有オフィスです。全室鍵付きで、仕事に集中しやすい落ち着いた雰囲気です。

隊員 太田 雅人

冬の寒さも和らぎ、任期2年目が終わりに近づいていますが、[] &Work の利用者の方やスマホ体験教室、その他のイベント等で、2年目も幅広い年代・職種の方々とのお会いがありました。およそ2年が経った今でも、新しい出会いや体験がありますが、地域おこし協力隊としての任期も残り1年に迫り、日々の移り変わりの早さを感じています。

## 2年目の振り返りと、3年目について

[] &Work もオープンから2年が経ち、4月から3年目に突入します。1年目と比較すると社会人の方だけでなく、高校生の方々が受験勉強のために学生会員としてご入会いただいたり、夏には高校生がインターンシップで来てくれたりなど、学生の方にも多くご利用いただきました。また、スマホ体験教室、未来創造アカデミー、美馬アートフェスティバルなどのイベントの他、研修や打合せなどを目的に MTG ルームなど複数人で使用できるスペースをご利用いただく機会も増え、1年目との変化を日々感じた2年目となりました。3年目も引き続き、[] &Work の認知を高めていくのはもちろん、交流会やスキルを身につけられるような講座を継続的に企画しながら、[] &Work を起点に出会いや仕事を生み出せるようなコミュニティを形成していければと考えています。3年目もよろしくお願いいたします。

「[] &Work には作業に集中できる環境が整っています」



【お問い合わせ先】  
テレワーク促進施設 [] &Work (アンドワーク)  
☎050-8883-8428

## ビジネス支援セミナーのご案内

3月23日(土) 13時30分から「情報発信力を強化する!動画マーケティング入門セミナー」を、[] &Work で開催します。昨年9月に、徳島県よろず支援拠点様・美馬市商工会様・美馬市立図書館との共催でビジネス支援セミナー「家を職場に決めました!〜スモールスタート・スモールステップアップ〜」を開催しましたが、今回はその第2弾です。動画マーケティング入門セミナーでは、徳島県よろず支援拠点コーディネーターの竹内尚志先生より、動画マーケティングにまつわることや、動画編集のワークフローについてのお話、「Canva」を使った動画編集の実演などをご紹介いただきます。企業の広報担当の方や地元の魅力をPRしたい学生の方、動画編集にご興味のある方はぜひお申し込みください。

申込フォーム



**情報発信力を強化する! / 動画マーケティング入門セミナー**

**受講無料 3/23 (土) 13:30 ~ 15:00**

※セミナーでは、動画マーケティングの可能性、業界の現状、初心者にも優しい「Canva」を用いた動画編集の実演も行います。このセミナーを通じて、企業や地域コミュニティの情報発信としてのスキルアップを図り、実践的な知識と技術を身につけることができます。

**1 動画マーケティングにまつわるお話...**  
動画マーケティングにまつわるお話は多くあります。長年関わって各種デジタルコンテンツ制作を依頼してきた講師が最新のところを伝えます。

**2 動画編集のワークフロー**  
どういったアカウント運営を目指すのかによって、適切なソフトやサービス、必要な機材が異なります。それぞれに合った良いワークフロー例を提案します。

**3 手軽に始められる動画編集の実演**  
今回は初心者でも簡単に動画が作れるサービス「Canva」を使って、YouTube Shorts、TikTokなどで使える短い縦長動画の作成を実演します。

**受講方法**  
● オンライン (Zoom)  
● 会場 美馬市ワーク促進施設 [] &Work (アンドワーク) 美馬市商工会 2階 115-1 美馬市地域交流センター (13:30 ~ 15:00)

**定員** 12名 (オンライン上座 30名)

**講師** 徳島県よろず支援拠点 コーディネーター **竹内 尚志**  
ITコーディネーター。2001年に独立開業し、10年ほど前から自社および社会的支援団体にて、経営者に対してIT導入支援を実施。ほか、県内外の職業訓練校や高等教育機関にて人材育成に従事。

お申し込み・お問い合わせは 美馬へ

## 本籍地以外の市区町村窓口でも戸籍謄本等を取得できるようになりました

☎ 市民課 ☎ 52-8001

「戸籍法の一部を改正する法律」が施行され、令和6年3月1日から、本籍地以外の市区町村窓口でも戸籍謄本等を請求できるようになりました。また、婚姻届や養子縁組届等、さまざまな戸籍の届出の際、戸籍謄抄本の提出が不要になりました。

### ▶請求できる証明書の種類および手数料

戸籍全部事項証明書 (戸籍謄本) 450円/1件  
除籍全部事項証明書 (除籍謄本) 750円/1件  
改製原戸籍謄本 (イメージ登録されたもの) 750円/1件

※ 戸籍個人事項証明書 (戸籍抄本)、戸籍一部事項証明書 (戸籍記載事項証明)、戸籍附票、身分証明書、独身証明書は対象外です。これまでと同様、本籍地の市区町村へ請求してください。

### ▶請求できる方

本人、配偶者  
父母、祖父母等の直系尊属  
子、孫等の直系卑属

※ 郵送や代理人による請求はできません。

### ▶美馬市で請求できる窓口

市民課および各市民サービスセンター

**受付時間** 平日 午前8時30分~午後5時

※ 脇町市民サービスセンターは  
平日・日曜 午前9時30分~午後6時  
(第1・3日曜日、年末年始、祝日を除く)

※ 窓口にお越しの際は、**顔写真付き**の本人確認書類 (マイナンバーカードや運転免許証、パスポート等官公署が発行したものに限り) を提示してください。

## 集落支援員レポート

### 防災訓練研修会

中山路4自治会合同で開催

4月から集落支援員として活動しています。自治会長さん達に挨拶をしながら自治会の状況を聞いて回っていたところ、「9月に地域住民が参加する防災訓練を考えている」「防災訓練をしたいが、一つの自治会では開催が難しい」「防災時の話を聞きたい、緊急対応はどうすればよいか知りたい」との話を聞き取りました。

そこで、地域の防災訓練研修会を中山路4自治会合同で実施してはどうかと提案しました。皆さんこの提案を快く受けてくださり、まずどのような内容で開催すればよいか、市の危機管理課の方に相談して考えようとい

うことになりました。

7月11日、郡里地域活動センターに4自治会長が集まり、危機管理課の方の説明を受け、「災害へのそなえ」というテーマで、9月10日に寺町防災交流センターで防災訓練研修会を行うことを決定しました。

8月の広報紙配布時に各自治会内で開催を案内したものの、参加者が少ないのではと心配しましたが、自治会長さんや班長さんから防災訓練の周知と参加の声かけを行っていただいたおかげで、地域の方々が連れ立って来られ、参加者は25名になりました。



た。危機管理課の方から「災害へのそなえ」の説明を受け、災害リスクを知り、日頃からの備えの大切さを再認識しました。説明後、自治会ごとに防災倉庫を見てまわりました。皆さん熱心な様子で、その場で質問もあり、最新の情報や問題点を知り、災害時の対応に役立てようとされていました。

避難所開設に関わる防災訓練とともに、慣れ親しみのある地域の実情に合わせた自主防災活動が継続されるよう支援していきたいです。

集落支援員/豊島須美代





# 山火事に注意しましょう！

## 山火事（林野火災）の原因のほとんどは たき火や火入れです

この時期は、枯葉や枯草が多くなることに加え、空気の乾燥や強風が吹く気象条件等から、山火事発生の危険性が高くなります。

山火事はいったん発生するとその消火は容易ではなく、一瞬にして貴重な森林を焼失するとともに、その回復には長い年月と多くの労力を要することとなります。また、これから暖かくなるにつれ、登山者等の方々が山に入る機会も多くなりますが、空気が乾いている日や風が強い日には、たき火や野焼きをしないなど、火の取扱いには十分な注意をお願いします。

### 林野火災防止のための注意点

- 枯草等のある火災が起こりやすい場所では、たき火をしないこと
- 喫煙は、指定された場所で行い、吸いがらは必ず消すとともに、投げ捨てないこと
- たき火等火気の使用中はその場所を離れず、使用後は完全に消火すること
- 火気を使用する場合は、消火用の水等を必ず用意すること
- 強風や乾燥時には、たき火、火入れをしないこと
- 火遊びはしない、させないこと



令和6年  
全国山火事予防運動 統一標語

**忘れない  
山の恵みと  
火の始末**

☎ 美馬市消防本部予防課 52-3061  
☎ 美馬西部消防組合消防本部予防課 63-2214



### 1/14 美馬市消防団による募金活動を実施

令和6年1月1日に発生した石川県能登半島地震により被災された方々を支援するため、マルナカ脇町店で消防団員による募金活動を実施しました。当日集まった募金は、消防団員からの義援金を含め、742,428円となり、翌日、日本赤十字社徳島県支部に持参し、日本赤十字社を通じて被災地へ届けられます。ご協力いただきありがとうございました。



### 1/26 文化財防火訓練の実施

国指定重要文化財である旧長岡家住宅（脇町）にて火災を想定した訓練を実施しました。訓練には近隣住民の方々や関係機関の26名が参加し、火災発生時における初期対応、消防団及び消防署員による放水訓練を実施しました。文化財を災害から守るため、今後も一人ひとりの文化財保護意識を高めてまいります。



### コンディショニング教室を開催

1月22日、1月29日、2月5日の3日間でコンディショニング教室を開催しました。この運動教室ではコンディショニングエクササイズと呼ばれる肩や腰、膝などの痛みの改善に加え、猫背や反り腰などの姿勢の改善が見込める運動を行っています。

ヴォルティスコンディショニングプログラムのOB・OGをはじめ、初めてコンディショニングエクササイズを体験される方など、3日間でのべ55人の方に参加いただき、参加者の皆様からは「カラダがスッキリした」「続けてやってみる」などの声がありました。運動教室にはこれまでも、多くの方に参加いただいております。コンディショニングの効果を実感する声も多いことから、リピーターも増えています。今後も、継続して実施しますので、特に「コンディショニングエクササイズをまだ体験したことがない」という方のご応募をお待ちしています！

### 100歳おめでとうございます

令和6年2月に次の方が100歳を迎え、県と市から祝い状等が贈られました。おめでとうございます。

丸本 綾子さん（大正13年2月1日生まれ、駅東）  
大久保 良子さん（大正13年2月23日生まれ、拝西第二）



### 2/16 郡里島保全会が中国四国農政局長表彰優秀賞を受賞

郡里島保全会が、令和5年度多面的機能発揮促進事業 中国四国農政局長表彰「優秀賞」を受賞されました。郡里島保全会は、休耕田を活用した花菖蒲を栽培しており、遊休農地の有効活用と地域の景観形成に取り組まれ、また、草刈りや水路の泥あげ等の環境保全の活動を地域ぐるみで実施しており、地域コミュニティの向上に大きく貢献されております。



### 宝くじの助成金で防災用資機材を整備

コミュニティ助成事業は、宝くじの受託事業収入を財源として、一般財団法人自治総合センターが行う宝くじの社会貢献広報事業のひとつです。今回、新町北自主防災会が防災用資機材を整備しました。今後は、これらを活用したあらゆる災害想定訓練を重ねていくことで、災害に備えた自主防災力の向上が期待されます。

### 美馬市立図書館に「人権ポケットブック」設置

さまざまな人権課題についてわかりやすく説明されていますので、ご活用ください。ポケットブックはお持ち帰りいただけます。

☎ ぐらし・人権課 52-8009



# 我が家のアイドル

このコーナーでは市内に在住する、発行月に満1歳の誕生日を迎える赤ちゃんの写真を掲載します。

令和5年4月生まれの赤ちゃん大募集!

**申し込み方法** 応募フォーム・郵送・Eメール等で下記の必要事項を記入し写真を添えてお申し込みください。  
※持込可  
□赤ちゃんの写真 □氏名(ふりがな) □生年月日 □住所 □保護者の氏名 □電話番号  
□30字以内のコメント

**問い合わせ先** デジタルトランスフォーメーション推進課 ☎52-1717  
〒777-8577 美馬市穴吹町穴吹字九反地5  
✉ dxsuishin@mima.i-tokushima.jp

**締め切り日** 3月20日(水) 必着です。



応募フォーム



3/2

ふじかわ しょうだい  
**藤川 翔大ちゃん** 脇町  
お誕生日おめでとう!  
みんなで成長見守ってるよ〜☆だいすき!



3/2

わき いっすい  
**和氣 稜翠ちゃん** 脇町  
誕生日おめでとう! 稜翠の毎日が幸せいっぱいありますように♡



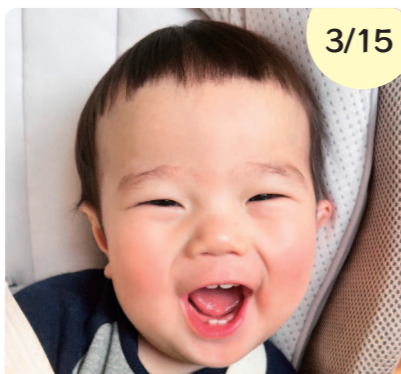
3/9

ふじた いすみ  
**藤田 泉澄ちゃん** 脇町  
お誕生日おめでとう!  
これからも元気いっぱい、すくすく育てね



3/10

ふじさわ まひる  
**藤澤 まひるちゃん** 脇町  
お誕生日おめでとう!  
笑顔いっぱい元気に育ってね!



3/15

いしまる あおば  
**石丸 蒼央羽ちゃん** 穴吹町  
お誕生日おめでとう!  
笑顔いっぱい元気に育ってね♡



3/23

せがわ おうしろう  
**瀬川 桜士郎ちゃん** 脇町  
1歳のお誕生日おめでとう!  
ここにこそ桜士郎、すくすく育てね♡



## 2/11~16 藍 Love Indigo day あいであいをつたえよう

阿波藍の伝統文化は日本遺産に認定されています

日本遺産の日(2月13日)を記念し、阿波藍に親しんでもらうイベントを開催しました。吉田家住宅前には藍染和紙を使用したメッセージカードを展示。カードには身近な人への感謝や愛をテーマにメッセージが書かれています。(市内認定こども園・幼稚園5歳児クラスの児童が作成) そのほか、藍を使用した缶バッジ作り、裂き織り体験、ミサンガ作り、料理教室などのワークショップも行われ、真冬のうだつの町並み周辺は「あい」に溢れ、町行く人を和ませています。

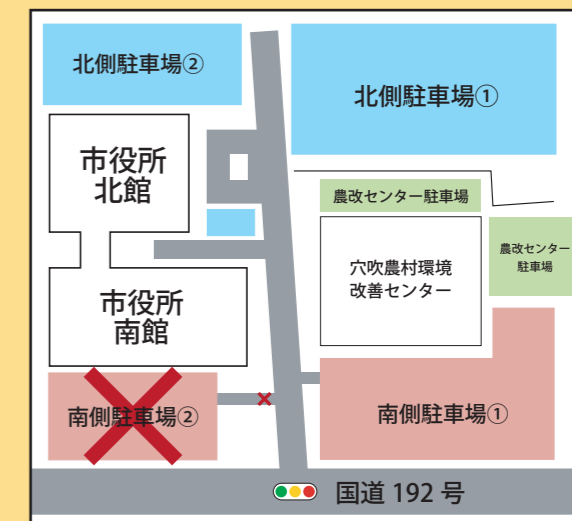


## 工事に伴う市役所南館の正面駐車場の閉鎖について

市役所庁舎の自家発電設備の改修工事に伴い、下記の期間は市役所南館の正面駐車場を閉鎖しています。ご不便をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

▶閉鎖期間 12月13日まで(予定)

問 総務課 ☎52-1212

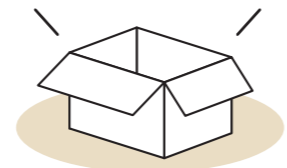


# 図書館だより

図書館の最新情報は SNS をチェック！  
美馬市立図書館 53-9666  
開館時間 9:00~19:00  
休館日 火曜日・毎月第3木曜日



## 情報ボックス



### お知らせ

令和6年度から  
高齢者肺炎球菌予防接種の  
対象者が変わります

高齢者肺炎球菌予防接種は、平成26年度から65歳の方を対象に定期接種化されました。令和5年度までは経過措置として、65歳から5歳刻みの年齢の方も対象としてきましたが、令和6年4月以降は国の方針により、65歳の方が定期予防接種の対象となる予定です。

令和5年度の対象となった方が、定期予防接種として接種できるのは本年度のみとなり、今後定期予防接種としての接種機会はありません(任意接種として個人で受けることは可能です)ので、ご希望の方は

令和6年3月31日までに接種してください。  
※令和6年3月末の時点で65歳になる方には、昨年6月に予約票をお送りしています。70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の方でこれまで接種されていない方が対象になる場合もありますので、不明な点は担当課にお問い合わせください。

令和6年4月から  
国民年金基金の掛金が  
引き上げられます

国民年金基金制度では、5年ごとに掛金等を見直す「財政再計算」を行うことが法律で定められています。この見直しにより、令和6年4月から国民年金基金の掛金が上がります。令和6年3月31日までに加入申請書を提出すれば、変更前の掛金でご加入いただけます。

国民年金基金徳島支部  
0120-65-4192

## 世界農業遺産 「にし阿波の傾斜地農耕システム」展

「にし阿波の傾斜地農耕システム」は、2018年3月に、世界的に重要な農林水産業を営む地域として、国際連合食料農業機関 (FAO) から世界農業遺産 (GIAHS) として認定されました。その伝統的な山村景観や食文化、そして農耕にまつわる伝統行事などについて紹介しています。また、穴吹高校、脇町高校など「にし阿波」地域内の高校による世界農業遺産に関する取組展示とともに、大地の成り立ちなどジオパークについてのパネル展示も併せて行っています。

【期間】3月24日(日)まで  
【場所】図書館 エントランス・板間のハコ・フリースペース  
【主催】徳島剣山世界農業遺産推進協議会・三好ジオパーク構想推進協議会・美馬市立図書館

## リサイクル市

保管期限の過ぎた雑誌を無料で市民の方々に提供します。

【期間】3月22日(金)  
午前9時~なくなり次第終了  
【場所】図書館  
※初日(22日)は午前9時より館内にて整理券を配布します。※冊数制限がありますので、あらかじめご了承ください。

## 本棚川柳 in 美馬市立図書館

図書館の書棚から好きな本を2冊以上選び、そのタイトルを組み合わせる5・7・5の川柳を作る「本棚川柳」。募集した作品は館内にて展示・投票ののち、5月に開催予定の「図書館まつり」で最優秀賞などの発表を行います。

【応募期間】3月31日(日)まで  
【応募資格】小学生~一般  
【応募点数】ひとり10句まで  
【応募方法】

図書館内に設置している所定の用紙に作品等を記入し、応募してください。応募用紙は、美馬市HP・ミライズ(図書館)HP・図書館公式Facebook・インスタグラムからもダウンロードできます。投稿いただいた作品は、館内にて掲示し、皆様からの投票を受け付けます。お好きな作品への投票をお待ちしています。

【投票期間】4月1日(月)~4月29日(月・祝)

※おはなし会、将棋サロン、出張図書館などの日程は、市民カレンダーをご確認ください。※【参加費】の記載がないイベントは無料です。※図書館内の展示物は、図書館開館時間内のみ観覧いただけます。

## 図書館の本を使った大人のための趣味講座 「おしゃべり俳句~ひらひらと春~」

徳島県在住の俳句講師による講座です。俳句が好きな方、これから俳句を詠んでみたいと考えている方もお気軽にご参加ください。

【日時】4月14日(日) 午前10時30分~正午  
【場所】図書館 おはなしのハコ  
【対象】一般  
【定員】先着10名程度 ※事前申込要(3/30~)  
【講師】うっかり氏(原田英一氏)  
【持ち物】筆記用具

## 公式 YouTube はじめました

2024年1月、美馬市立図書館は、YouTube 公式チャンネル「美馬市立図書館チャンネル」を開設しました。この公式チャンネルでは、図書館活動に関する情報をお届けしますので、ぜひチェックしてみてください。現在は、役立つ図書館情報「美馬市立図書館の知得シリーズ」のほか、当館デジタルアーカイブシステム「美馬の記憶デジタルアーカイブ」(略称:みまデジ)を活用した美馬市立三島中学校の学習成果物(映像資料3点)をアップロードしています。

YouTube公式チャンネル  
「美馬市立図書館チャンネル」



## 読書記録帳をつくってみませんか

美馬市立図書館では、図書館で借りた本の書名や著者などを記録できる通帳「読書記録帳」を発行しています。図書館カウンターで発行していますので、ぜひご活用ください。

幼児・小学生~高校生: 無料  
(※紛失・破損の場合は200円)  
大人(大学生以上): 1冊200円



国民年金保険料が  
スマートフォンアプリで  
納付できます！  
令和5年2月から、現金、口座振替、クレジットカード、Pay-easy(ペイジー)等による納付に加え、新たにスマートフォンアプリを使用した電子(キャッシュレス)決済での国民年金保険料の納付ができるようになりました。  
▼ご利用に必要なもの  
①納付書  
②スマートフォン  
③決済アプリ  
▼対象決済アプリ  
○ auPAY  
○ d払い  
○ PayB  
○ Pay pay  
○ LINE Pay  
○ 楽天 Pay  
☎ 阿波半田年金事務所  
62-5350

ネイティブ英会話 協町オデオン座 向い 0歳から100歳まで 生徒募集中  
Corgi English 5周年記念特別キャンペーン! 今日だけ初月たったの500円! TEL: 070-7547-2237  
この機会に気軽に始めてみませんか?  
1ヶ月 1500円 レッスン  
最大約28,000円お得  
入会費 0円 1ヶ月間の教材費 0円  
Brandon先生 Jen先生  
お問合せはLINEへ

地域での信頼と実績、住まいのことならライファ協町にお任せ下さい! 見積り・ご相談は無料です。お気軽にどうぞ!!  
美馬市協町大字猪尻字建神社下南182-1 779-3602 営業時間: 9:00~19:00 定休日: 日曜日 HP: http://lifa-wa.com/  
0883-55-0596  
店舗MAP  
美馬自動車道 協町IC  
一池田 東道池田 協町IC  
JNTT 合同庁舎  
郵便局 ライファ協町 マクドナルド  
吉野川 R192 徳島

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧制度について

縦覧帳簿の縦覧制度とは、土地または家屋の納税者の方が、縦覧帳簿をご覧いただき、自己の所有する資産の価格と市内の他の資産の価格を比較し、自己の資産に対する価格が適正かどうか確認できる制度です。

縦覧に必要なもの
本人確認できるもの
(運転免許証等)
※法人の場合は、委任状または法人印も合わせてお持ちください。

縦覧期間
4月1日～5月31日
(土・日・祝日を除く)
午前8時30分～午後5時15分

縦覧場所 税務課
手数料 無料
縦覧期間 税務課
4月1日～5月31日
(土・日・祝日を除く)
午前8時30分～午後5時15分

固定資産課税台帳の縦覧制度について

課税台帳の縦覧制度とは、固定資産税の納税義務者が所有する資産について、課税台帳を縦覧できる制度です。

縦覧に必要なもの
本人確認できるもの
(運転免許証等)
※法人の場合は、委任状または法人印も合わせてお持ちください。

縦覧期間
4月1日から5月31日まで
の期間は無料
※期間以外は400円が必要となります。

縦覧場所 税務課
縦覧期間 税務課
4月1日から5月31日まで
の期間は無料
※期間以外は400円が必要となります。

口座振替による市税の納付について

皆さんが納めている市税。まだ間に合うと思っているうちに納期限が過ぎてしまった経験はありませんか？

口座振替のお申込みを希望の方は、預貯金通帳とお届け印をご持参のうえ、金融機関窓口で手続きを行ってください。



国民年金保険料 学生納付特例制度のご案内

学生(前年の所得が一定以下の方)には、申請により在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」が設けられています。

必要なもの
①基礎年金番号通知書
②学生証の両面の写し
またはマイナンバーカード
または在学証明書の原本

引き続き申請される方
(毎年申請が必要です)
令和6年度も引き続き在学予定の方は、4月上旬に日本年金機構からハガキ形式の学生納付特例申請書が送付されます。

ハガキ形式は、2月中旬までに日本年金機構で承認された方が対象です。
※2月中旬以降に承認された方、在学される学校等に変更がある方は、4月以降に改

令和6年度分を申請してください。

※学生納付特例を受けた期間について、将来受ける年金の受給資格期間に算入されませんが、年金額には反映されません。承認を受けた期間の保険料については、10年以内に追納することにより老齢基礎年金の年金額を増やすことができます。

農業者年金に加入しませんか
農業をされている方の安心や豊かな老後をサポートするために、農業者年金という制度があります。

加入できる方
①国民年金第1号被保険者
※保険料納付免除者を除く
②年間60日以上農業に従事されている方
③20歳以上65歳未満の方
※60歳以上は、国民年金の任意加入被保険者

加入するメリット

①農業に従事する方の老後の安心に役立ちます。国民年金に上乗せで給付されることで、生活資金の一つとして確保できます。

②積立方式なので自分がかけた金額は年金として生涯もらえます。仮に80歳前に亡くなった場合でも、死亡一時金が遺族に支給されます。

③確定拠出型で少子高齢時代に強いです。積み立てた保険料とその運用益を合わせた額により将来受け取る年金額が決まり、加入者・受給者数の増減に左右されない、安定した制度です。

④支払った保険料は全額が社会保険料控除の対象となり、所得税や住民税などの節税になります。また、認定農業者や認定新規就農者で青色申告者等の一定の要件を満たす方は、国からの保険料補助が受けられます。

⑤保険料は、月々2万円から6万7千円までの幅でいつでも変更できます。

フジタグループ - FUJITA GROUP -
(株)藤田計夫商店
美馬市脇町大字猪尻字西分9
0883-52-2125

下取りキャンペーン
ガスコンロ
ビルトインコンロ
11.1倍
2024.4.30迄

農業委員会事務局

052-18030
(社)徳島県農業会議
088-678-5611

総合計画審議会公募委員を募集します

第3次美馬市総合計画後期基本計画の策定に向け、市民の皆様のご意見を反映させるため、総合計画審議会の公募委員を募集します。

5月と11月頃を予定
(平日の昼間2時間程度)
報酬
会議出席1回につき日額6500円
(所得税を源泉徴収します。)

募集期限 4月12日(金)
応募および選考方法
書類(所定の事項を記入した応募用紙および作文)をもとに選考委員会で審査し、選考します。

その他応募資格、作文テーマ等詳しくは市のホームページをご覧ください。
企画財政課
052-18008

入学生募集
悠遊大学
お気軽に問い合わせください!!
パソコン ● フィットネス ● 英会話 ● 手話 ● オカリナ
スマホ ● 歌声・合奏 ● 美文字 ● 編み物 ● クッキング
ウクレレ ● クラフトバンド ● フラワーアレンジメント

くすいのタムラ
相談できるくすり屋さん
ダイエット・アトピー・皮膚トラブル・痛み・身体の悩み
お問い合わせは Tel 0883-52-5568
脇町猪尻若宮南(K'sデンキ横)
営業時間:9時30分~18時
定休日:日・月・祝日

「脇町IC高速バス停」ご利用の皆様へ

徳島自動車道 脇町インターチェンジに併設された高速バス停留所周辺は、一般車両駐車禁止です。
徳島自動車道 脇町インターチェンジに併設された高速バス停留所周辺は、一般車両駐車禁止です。
徳島自動車道 脇町インターチェンジに併設された高速バス停留所周辺は、一般車両駐車禁止です。

募集 「成人のピアノ入門講座」受講生募集

期間 4月11日(木)～6月27日(木) (期間中10回開講)
場所 青木家住宅 (美馬町字宮前225番地)
内容 (各コースそれぞれ)
(各コースそれぞれ)
(各コースそれぞれ)
(各コースそれぞれ)



入門コース (譜面の読めない方向き)

初心者コース (譜面の読める方向き)
クリニックコース (希望曲レッスン)
午後1時30分～午後3時
午後3時～午後4時
※申込状況により時間等を変更する可能性があります。

開催

ミライズ映画祭 「こんにちは、母さん」
下町で自分らしく生きる母、仕事も家庭もうまくいかない息子、自分の将来に悩む孫娘。現代の東京・下町に生きる家族

春高樓の花の宴

お花見(床几8台ほか、ブルーシート、呉座も少々あり) イベントを開催します。キッチンカー・屋台の出店、サックスやジャズギター奏者による演奏もごさいます。
皆様をお誘い合わせのうえぜひお越しください。
※飲酒予定の方は、非飲酒者同行をお願いします。

プチセミナー 「jobtag編」

みなさんは、経験や知識が活かせる職業ややりがいがあると思える仕事がないか、悩んだり探したりしたことはありませんか? 「jobtag」は、職業について、内容、就労する方法、求められる知識・スキルや、どのような人が向いているかなどが総合的にわかるサイトです。プチセミナーに参加し、ぜひ活用ください。

Advertisement for Kuruma Kaishi (Car Buyback) with text: クルマ買取専門店 引き取り無料 事故車や不動態、バイクも買取できます。 三好郡東みよし町加茂5562-1 0883-87-7716

「能登半島地震復興支援」第12回ソラの地に捧げる 三木家音楽祭

地域活性化と文化啓蒙の一環として三木家住宅前広場の満開の枝垂れ桜の前で、オカリナ・琴・三味線等を主にした音楽祭と書道、パフォーマンスを開催します。特に今回は、ゲストにソプラノ歌手 武田仁美氏をお迎えします。みなさまお誘い合わせのうえぜひお越しください。

情報発信力を強化する! 「動画マーケティング入門セミナー」

動画編集業務の市場概況、その魅力、その可能性について、徳島県よろず支援拠点の講師が解説。動画編集の実習も予定しています。事業所のPR動画を作成されたい方や、求職時や創業時のスキルアップをお考えの方など、ぜひご参加ください。

世界農業遺産 「にし阿波の傾斜地農耕システム」取組報告会

平成30年3月に世界農業遺産として認定された「にし阿波の傾斜地農耕システム」についての取組報告会を行います。地域の生産者や高校生等の活動報告に加えて、世界農業遺産ブランド認証生産者による「世界農業遺産マルシェ」を開催します。また、取組報告会参加者には、先着250名限定で地域の郷土料理「そば米雑炊」と「雑穀おにぎり」の引換券をお配りします。参加費は無料です。

春高樓の花の宴

お花見(床几8台ほか、ブルーシート、呉座も少々あり) イベントを開催します。キッチンカー・屋台の出店、サックスやジャズギター奏者による演奏もごさいます。
皆様をお誘い合わせのうえぜひお越しください。
※飲酒予定の方は、非飲酒者同行をお願いします。

寄附 美馬市社協善意銀行に善意が寄せられました

美馬市社協善意銀行に善意が寄せられました
【一般寄附】
○新田忠文様(中野(美馬町))
○丸石勇様(中)
○健祥会ヘルス様
【香典返し寄附金】
○住友啓五様(三島中央)
○逢坂登美夫様(野田ノ井南)

日時 3月30日(土) 午後12時30分～午後2時30分
※雨天決行
場所 国指定重要文化財 三木家住宅前広場 (木屋平字頁143番地)

日時 3月23日(土) 午後1時30分～午後3時
場所 地域交流センターミライズ2階 テレワーク促進施設
□&Work ミーティングルーム
申込締切 3月19日(火)
□&Work
andwork.official@gmail.com

日時 3月20日(水) 午前9時30分～午後4時
場所 地域交流センターミライズ
主催 徳島剣山世界農業遺産推進協議会 徳島剣山世界農業遺産 推進協議会事務局

日時 3月24日(日) 午前10時～午後3時
場所 マルナカ美馬店南西500メートル (伊射奈美神社の北200メートル)
主催 桜組
090-4502-5926

【一般寄附】
○新田忠文様(中野(美馬町))
○丸石勇様(中)
○健祥会ヘルス様
【香典返し寄附金】
○住友啓五様(三島中央)
○逢坂登美夫様(野田ノ井南)

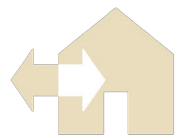


問合せ 080-2267-3061

問合せ 0883-8011



問合せ 0883-87-7716



# 人のうごき (敬称略 / 1月1日~1月31日届出分)

## おたんじょう

男子 女子

- 佐竹 藍 真光 開拓
- 武田 はる 龍史 拜中北
- 梶浦 碧人 考史 本町
- 藤村 楽祝 慎也 佳那 拜北南
- 森脇ほとは 聖斗 ぼたる 拜西第一
- 森脇 煌誠 大誠 優希 馬木
- 藤村 ときお 将嗣 早希 健徳浦/宮
- 中西 実久 祐貴 彩紀子 共進
- 園原 さく 朔 将吾 由佳 中宗重西

## おくやみ

- 猪口 秀士 (91) 中熊 西 なつ子 (80) 駅東
- 猪上 久子 (88) 藪ノ下 堤 利明 (89) 谷東
- 浜田 昌幸 (83) 妙見 久米川喜美代 (96) 八幡(美馬)
- 遠藤 正文 (79) 拜中南 辻内 利江 (93) 中町
- 上杉 恒夫 (83) 奈良坂 大西 寅一 (99) 東鎌倉
- 下北 清 (72) 宮北 重長まるみ (71) 森遠(3)
- 山本 敏子 (91) 森遠(1) 大島 幸子 (83) 蕨草
- 松原 英子 (86) 岩倉 西岡 正文 (78) 中野(美馬)
- 清水 宗治 (94) 小星 佐藤タミ子 (96) 沼田
- 園木アイ子 (98) 妙見 逢坂 雪子 (90) 野田/井南
- 井口 吏 (75) 清水下 香西 俊幸 (72) 拜西第一
- 陽山 豊秋 (84) 西成戸 美馬本宣子 (86) 野村東
- 是安 照代 (90) 野村東 美馬本多與 (92) 妙見
- 岩本 昭文 (82) 柴床北 堀 千恵能 (93) 天神
- 森脇 稔 (69) 開拓

## 市の人口 (令和6年2月1日現在 / ( )内は前月比)

人口	26,716人 (-46)
世帯数	12,512世帯 (-8)
人口内訳	日本人 26,221人 (-44)
	男性 12,661人 (-21)
	女性 13,560人 (-23)
	外国人 495人 (-2)
	男性 187人 (+1)
	女性 308人 (-3)

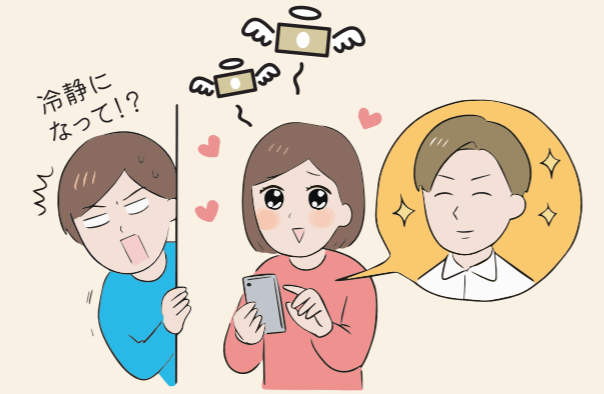
## 無料相談

	日時	場所	問い合わせ先等
弁護士相談 弁護士による生活相談 (相続、借金等に関する事)	4月3日(水) 午前11時~正午 ※定員2名/要予約	美馬文化会館	美馬文化会館 ☎63-4646
特設人権相談 人権擁護委員による人権に関する相談	4月10日(水) 午前9時~正午	三島会館、 美馬文化会館、 木屋平複合施設	くらし・人権課 ☎52-8009
徳島県よろず支援拠点 in 美馬市経営相談会 中小企業・小規模事業者対象の 経営に関する相談	3月27日(水) 午前11時~午後6時 ※予約優先	美馬市立図書館内 (地域交流センター ミライズ2階)	企業応援課 ☎52-1263 徳島県よろず支援拠点 ☎088-676-4625 ✉ yorozu@our-think.or.jp
「あわ地域若者サポート ステーション」出張相談 15~39歳の方対象の職業相談	3月26日(火) 午後1時~午後4時	ハローワーク美馬	あわ地域若者サポート ステーション (運営:公益社団法人徳島県 労働者福祉協議会) ☎088-637-7553
暮らしサポートみま	ふれあい福祉総合相談	毎週月曜日 午後2時~午後4時 毎週火曜日 午前9時30分~午前11時30分 毎週水曜日 午前10時~正午 毎週木曜日 午前9時30分~午前11時30分 毎週木曜日 午後2時~午後4時	三島会館 美馬町市民サービスセンター 木屋平複合施設 美馬市合同会館 宮内交流の里
	弁護士相談 (要予約2日前)	毎月第3水曜日 午後1時~午後4時	美馬市合同会館
	結婚相談 (要予約2日前)	毎月第3水曜日 午前9時30分~午前11時30分	
	司法書士相談 (要予約3日前)	毎月第1・4水曜日 午後1時~午後4時	
	終活相談 (要予約2日前)	毎月第2水曜日 午前9時~正午	
	土地家屋調査士相談 (要予約7日前)	毎月第2水曜日 午後1時~午後4時	

## MiMa もリスク 「愛してるから投資して」って おかしくない?

-未然防止にお役立てください-

**相談**  
マッチングアプリで出会った異性から、「ふたりの結婚後の資金を貯めるために投資しよう。愛してる。」と熱心に言われ、暗号資産取引所に口座をつくり、指定された口座に30万円の暗号資産を数回に分けて送った。しかし、その後、異性と連絡がとれなくなった。



**ひとこと助言**  
マッチングアプリは真剣な出会いの場として存在感を高めています。しかし、なかには悪意を持った利用者也紛れ込んでいます。特に知り合った人の指示で投資をすることはやめましょう。

困ったときは、  
美馬地区消費生活センターへご相談ください。

地域交流センター「ミライズ」1階『相談のハコ』  
☎0883-53-1541  
相談時間 午前9時~午後4時(土、祝、年末年始を除く)

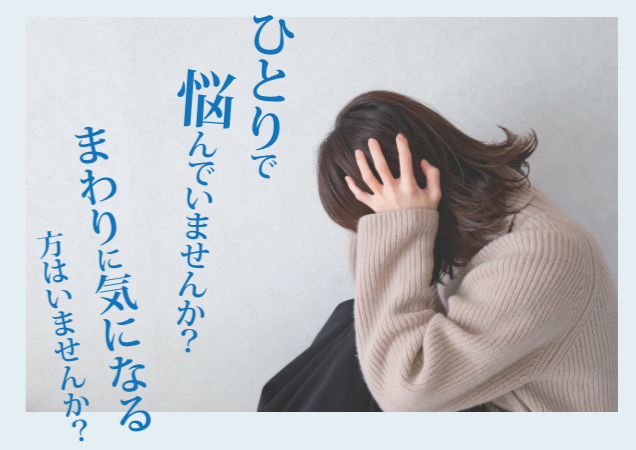
## 3月は「自殺対策強化月間」です

社会生活や家庭、人間関係のストレス等から心の不調を訴える人が増えています。気分落ち込みなど心の不調のサインを出している人がいたら、話をじっくりと聴き、精神科への受診や専門機関などの相談につないでください。自殺を防ぐためには、地域のみならず一人ひとりの温かい見守りが必要です。

- 自殺を防ぐための行動 ~4つのポイント~
- ①気づき 周りの人の変化に気づき、声をかける。
  - ②傾聴 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。
  - ③つなぎ 早めに専門家に相談するよう促す。
  - ④見守り 温かく寄り添い、じっくりと見守る。

**心の健康相談 ※予約制**  
精神科病院の受診を迷っている方は、まずは「心の健康相談」を利用してみませんか? 精神科医による相談が無料で受けられます。  
《精神科医による相談》  
毎月第1・3水曜日 午前9時~午後3時

☎ 美馬保健所 (健康増進担当)  
☎52-1018 FAX: 53-9446



# 3・4月 市民カレンダー

日

月

火

水

木

金

土

※スペースの都合上、市民カレンダーに反映しきれていない情報がございます。ご了承ください。

- ▲ お知らせ
- 開催行事
- ☎ 相談
- 📖 図書館イベント
- 🏥 健(検)診

				3/14	15	16
				市橋内科医院 ☎(脇)53-8105	としま小児科 ☎(脇)53-6011	成田病院 ☎(脇)52-1258
17 📖 将棋サロン	18	19 📖 休館日	20 ● 世界農業遺産 取組報告会 (P25)	21 ● プチセミナー (P25) 📖 休館日	22 📖 リサイクル市開始 (P20) ▲ レンタルオフィス 利用者募集期限 (P12)	23 ● 動画マーケティング 入門セミナー(P25) 📖 おはなし会
ホウエツ病院 ☎(脇)52-1095	成田クリニック ☎(脇)55-0321	脇町中央医院 ☎(脇)52-1529	林クリニック ☎(脇)52-1001	桜木病院 ☎(脇)52-2583	おおた整形外科クリニック ☎(脇)53-2576	多田クリニック ☎(脇)53-1717
24 ● 春高樓の花の宴 (P25)	25 📖 木屋平出張図書館 (正午～午後2時)	26 📖 休館日 ☎ あわサボ(P26)	27 ☎ よろず支援拠点 (P26)	28	29 ▲ 市営住宅入居 申込期限(P13) ▲ 成人のピアノ入門 講座申込期限 (P24)	30 ● 三木家音楽祭 (P25) 📖 おはなし会
つるぎ町立半田病院 ☎(半)64-3145	国見医院 ☎(穴)52-1243	永尾病院 ☎(真)62-2012	武原外科整形外科医院 ☎(半)64-2111	木下(雅)医院 ☎(美)63-3171	木下内科循環器科 ☎(美)63-2245	国見医院 ☎(穴)52-1243
31	4/1 📖 本棚川柳投票開始 (P20)	2 📖 休館日	3 ☎ 弁護士相談(P26)	4	5	6
つるぎ町立半田病院 ☎(半)64-3145	美馬リハビリテーション病院 ☎(美)63-2026	折野病院 ☎(美)63-2569	岡内科病院 ☎(脇)52-0988	佐藤内科 ☎(脇)52-1045	酒巻耳鼻咽喉科医院 ☎(脇)53-2525	秦眼科 ☎(脇)52-3011
7 📖 将棋サロン	8	9 📖 休館日	10 ☎ 特設人権相談 (P26)	11 ▲ 広報みま4月号 発行日	12	13 📖 おはなし会
ホウエツ病院 ☎(脇)52-1095	市橋内科医院 ☎(脇)53-8105	としま小児科 ☎(脇)53-6011	成田病院 ☎(脇)52-1258	成田クリニック ☎(脇)55-0321	脇町中央医院 ☎(脇)52-1529	林クリニック ☎(脇)52-1001
14 📖 おしゃべり俳句 (P20)	15	16 📖 休館日	17	18 📖 休館日	【在宅当番医の受け待ち時間】 平日 午後5時～午後9時 土曜日 正午～午後9時 日曜日 午前9時～翌朝午前6時 ※当番医は都合により変更される場合があります。 ※GW・お盆・年末は午後5時～午後9時 (ホウエツ病院・半田病院を除く)	
つるぎ町立半田病院 ☎(半)64-3145	桜木病院 ☎(脇)52-2583	おおた整形外科クリニック ☎(脇)53-2576	多田クリニック ☎(脇)53-1717	国見医院 ☎(穴)52-1243		

## 小児救急医療当番医一覧

曜日	病院名	電話番号	時間
金・土・日・月	つるぎ町立半田病院	☎0883-64-3145	※日曜日は午前9時から翌日午前9時まで それ以外は午後6時から翌日午前9時まで
火・水・木	徳島県立三好病院	☎0883-72-1131	

広報みま  
No.229  
3月号  
2024(令和6年)3月14日  
毎月第2木曜日発行

発行 美馬市  
編集 美馬市  
デジタルトランスフォーメーション推進課

〒777-1857 美馬市穴吹町穴吹字九反地5番地  
TEL0883-15211717  
Mail/dxsushin@mima.i-tokushima.jp

