

広
報

かみのせき



10

October 2022

No.769

白寿のお祝い
敬老の日



CONTENTS/ 目次

- 02 マイナンバーカード取得促進給付金
- 03 花咲く海の町かみのせき応援給付金事業
- 04 令和3年度決算
- 06 教育委員会ニュース
- 07 健康コーナー
- 08 目の愛護デー
- 10 道の駅イベント「秋の収穫祭」

- 11 海のまち通信
- 12 みんなの広場
- 14 まちかどトピックス
- 17 まちのカレンダー
- 18 「描いてみよう上関」 絵画コンクール入賞作品

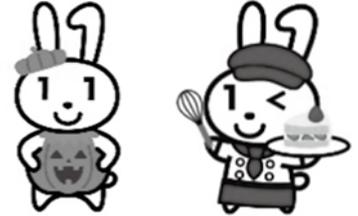
花咲く海の町・上関

新型コロナウイルス感染症対策に係る マイナンバーカード取得促進給付金

☎ 住民課 戸籍住民係
☎ 62-0312

新型コロナウイルス感染症対策に係るマイナンバーカード取得促進のため、マイナンバーカードを保有し、公金受取口座登録をしている方に対し給付金を支給します。

- 対象期間 令和4年10月1日～令和5年2月28日
- 給付額 1人につき1万円（公金受取口座に振り込み）



| 対象者 | 支給手続き |
|---|--|
| 次のいずれかの要件を満たす方 (1) 令和4年9月30日までにマイナンバーカードを保有（運用中のものに限る）し、かつ公金受取口座の登録をしており、同年10月1日（以下「基準日」という）において本町に住所を有する方 (2) 本町に住所を有する方で、マイナンバーカードを保有（運用中のものに限る）し、基準日の翌日以降から令和5年2月28日までに公金受取口座の登録が確認できた方 (3) 基準日の翌日以降に本町に転入した方のうち、マイナンバーカードの継続利用手続を実施した方で、令和5年2月28日までに公金受取口座の確認ができた方 | <p>●左記(1)の方 手続きは不要。 11月中旬頃に給付します。</p>  <p>●左記(2)の方 ① 基準日翌日以後にカードを取得した方 →カード取得時にお渡しする申請書を要件達成後、ご提出ください。 ② 基準日までにカードを保有し、基準日翌日以後に口座登録を行った方 →11月中旬頃に送付する申請書を要件達成後、ご提出ください。 ※役場窓口でも、お渡しします。</p> <p>●左記(3)の方 カード継続利用手続き時にお渡しする申請書をご提出ください。</p> |

マイナポイント付与対象となる マイナンバーカードの申請期限が延長されました!!

マイナポイントの申請ができるマイナンバーカードの申請期限が、令和4年12月末までに延長されました。

ただし、申請からカードの受け取りまでには約1か月かかりますので、ポイント・給付金両方の受け取りを希望される方は早めのカード申請をおすすめします。



新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中、住民の経済的負担が家計をひっ迫していることから「令和3年度上関町子育て世帯への臨時特別給付金支給事業」及び「令和3年度・令和4年度上関町子育て世帯等臨時特別支援事業（住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金）」のいずれも受給していない世帯に対し、5万円の定額給付金を交付します。

- 給付対象者 基準日（令和4年9月1日）において、上関町の住民基本台帳に登録されている人
- 受給権者 その者の属する世帯の世帯主
- 給付額 「令和3年度上関町子育て世帯への臨時特別給付金支給事業」及び「令和3年度・令和4年度上関町子育て世帯等臨時特別支援事業（住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金）」のいずれも受給していない世帯につき5万円
- 申請方法 10月下旬に対象の世帯へ申請書類を郵送します。内容を確認し、下記の書類を同封の返信用封筒により郵送してください。
※振込口座を令和4年度上関町定額給付金（上関町緊急家計支援事業）の受取口座から変更しない場合は、②③は不要です。
 - ①申請書
 - ②世帯主の本人確認書類の写し（運転免許証、健康保険証など）
 - ③振込口座のわかる資料（通帳またはキャッシュカードの写しなど）
- 給付方法 提出された書類を確認後、すみやかに振込みの手続きをおこないます。
- 申請期限 令和5年1月31日（火）

ねんきん

社会保険料控除証明書が送付されます

毎年11月上旬に「社会保険料控除証明書」が送られてきます。

●国民年金保険料は社会保険料控除の対象

控除として申告する場合、毎年1月1日から12月31日までの間に納付した保険料の額を証明する書類添付等が必要です。

●2月上旬に送付される場合
年の途中から国民年金に加入した場合など、10月1日から12月31日までの間に初めて保険料を納付する方については、翌年2月上旬に同様の証明書が送付されます。

●国民年金保険料は家族で連帯して納付

国民年金の保険料は、被保険者本人だけでなく、その世帯の世帯主及び配偶者も連帯して納付する義務があります。その納付額の全額が納付した方の所得税等の控除対象となりますので、年末調整等の手続きの際にご自身の社会保険料の額を合わせ、ご家族分の社会保険料控除証明書も添付して申告してください。

紛失・未着等の問い合わせにつきましては「ねんきんダイヤル（0570-051165）」を利用することができます。固定電話の場合、市内通話料金のみで利用できます。

令和3年度決算をお知らせします

令和3年度決算が、9月議会で承認されました。

一般会計の歳入決算額は43億1,600万5,020円、歳出決算額は40億1,279万3,869円で、差引3億321万1,151円を令和4年度に繰り越しました。

また、特別会計の合計歳入決算額は18億5,150万9,310円、歳出決算額は17億7,606万5,958円で、差引7,544万3,352円を令和4年度に繰り越しました。

各会計の決算額、令和3年度末の基金及び町債の現在高は次表のとおりです。

■一般会計 **歳入決算額** **歳出決算額** **歳入歳出差引額**
4,316,005,020円 - 4,012,793,869円 = 303,211,151円 (単位:円)

| 歳入内訳 | 決算額 | 構成比 | 歳出内訳 | 決算額 | 構成比 |
|-------------|---------------|--------|--------|---------------|--------|
| 地方交付税 | 1,917,251,000 | 44.42% | 総務費 | 1,504,880,052 | 37.50% |
| 町債 | 597,800,000 | 13.85% | 民生費 | 800,620,900 | 19.95% |
| 国庫支出金 | 515,574,517 | 11.95% | 公債費 | 375,610,151 | 9.36% |
| 繰入金 | 490,212,613 | 11.36% | 衛生費 | 286,382,846 | 7.14% |
| 繰越金 | 184,242,994 | 4.27% | 教育費 | 265,771,824 | 6.62% |
| 県支出金 | 185,172,832 | 4.29% | 土木費 | 251,497,971 | 6.27% |
| 町税 | 179,457,100 | 4.16% | 商工費 | 166,184,406 | 4.14% |
| 諸収入 | 74,125,420 | 1.72% | 消防費 | 163,271,010 | 4.07% |
| 地方消費税交付金 | 59,804,000 | 1.39% | 農林水産業費 | 120,458,170 | 3.00% |
| 使用料及び手数料 | 43,589,945 | 1.01% | 議会費 | 58,018,679 | 1.45% |
| 寄附金 | 30,069,500 | 0.70% | 災害復旧費 | 16,384,400 | 0.41% |
| 地方譲与税 | 17,696,000 | 0.41% | 諸支出金 | 3,672,000 | 0.09% |
| 財産収入 | 11,056,299 | 0.26% | 労働費 | 41,460 | 0.00% |
| 法人事業税交付金 | 3,481,000 | 0.08% | 予備費 | 0 | 0.00% |
| 環境性能割交付金 | 1,647,000 | 0.04% | | | |
| 株式等譲渡所得割交付金 | 1,358,000 | 0.03% | | | |
| 地方特例交付金 | 1,243,000 | 0.03% | | | |
| 配当割交付金 | 1,173,000 | 0.03% | | | |
| 分担金及び負担金 | 754,800 | 0.02% | | | |
| 利子割交付金 | 296,000 | 0.01% | | | |
| 交通安全対策特別交付金 | 0 | 0.00% | | | |

※小数点第3位を四捨五入しているため、個々の集計、値の合計は必ずしも100%とならない場合があります。

■特別会計

| 会計名 | 歳入決算額 | 歳出決算額 | 歳入歳出差引額 |
|------------------|-------------|-------------|------------|
| 国民健康保険事業 | 580,045,787 | 566,143,090 | 13,902,697 |
| 後期高齢者医療 | 73,303,442 | 73,303,442 | 0 |
| 介護保険（保険事業勘定） | 594,869,880 | 578,070,619 | 16,799,261 |
| 介護保険（介護サービス事業勘定） | 1,541,340 | 1,541,340 | 0 |
| 診療所事業 | 69,490,515 | 69,490,515 | 0 |
| へき地診療所事業 | 51,847,558 | 51,847,558 | 0 |
| へき地歯科診療所事業 | 27,235,569 | 27,235,569 | 0 |
| 簡易水道事業 | 139,832,622 | 135,163,531 | 4,669,091 |
| 農業集落排水事業 | 10,732,872 | 10,711,171 | 21,701 |
| 漁業集落排水事業 | 17,791,414 | 17,763,216 | 28,198 |
| 航運事業 | 42,850,109 | 38,046,708 | 4,803,401 |
| 風力発電事業 | 230,130,278 | 194,911,275 | 35,219,003 |
| 用地取得事業 | 11,837,924 | 11,837,924 | 0 |

■令和3年度末の基金の現在高

| 基金名 | 現在高 | 基金名 | 現在高 |
|----------------|-------------|-------------------------------|---------------|
| 財政調整基金 | 716,173,933 | ささえあい基金 | 140,578,840 |
| 減債基金 | 85,721,256 | 国民健康保険事業基金 | 70,489,717 |
| 公共施設建設基金 | 406,751,423 | 介護給付費準備基金 | 78,637,097 |
| 新庁舎建設基金 | 252,134,286 | 上関海峡温泉施設維持補修基金 | 66,172,906 |
| 定住促進基金 | 22,525,947 | 原子力発電施設等立地地域 特別交付金施設維持運営基金 | 289,848,848 |
| ふるさと振興基金 | 334,966,201 | 上関町町営住宅維持補修基金 | 43,841,562 |
| 人材育成基金 | 20,563,936 | 上関町森林環境整備基金 | 1,257,251 |
| 教育基金 | 51,840,956 | 風力発電事業維持運営基金 | 205,216,024 |
| 上関町立学校施設維持運営基金 | 76,994,087 | 土地開発基金 | 100,000,000 |
| 城山歴史公園施設維持運営基金 | 4,651,998 | 県証紙購入基金 | 600,000 |
| 社会福祉対策基金 | 93,861,346 | 合計 | 3,062,827,614 |

■令和3年度末の町債の現在高

| 会計名 | 現在高 | 会計名 | 現在高 |
|--------------|---------------|--------------|---------------|
| 一般会計 | 3,874,866,596 | 漁業集落排水事業特別会計 | 58,275,921 |
| へき地診療所事業特別会計 | 1,549,035 | 航運事業特別会計 | 5,000,000 |
| 簡易水道事業特別会計 | 208,527,378 | 風力発電事業特別会計 | 1,025,080,000 |
| 農業集落排水事業特別会計 | 14,211,526 | 合計 | 5,187,510,456 |

財政の健全性に関する比率について

地方公共団体の財政状況を統一した指標で明らかにし、財政の健全化や再生が必要な場合に迅速な対応を取るため、「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」（健全化法）が平成21年4月に全面施行されました。

健全化法では、監査委員の審査や議会への報告・住民への公表等を義務づけて情報開示を徹底するとともに、早期健全化基準を設け、基準以上となった地方公共団体には財政健全化計画の策定を義務づけて自主的な改善努力を促すようになっています。

上関町においては、早期健全化基準、経営健全化基準を下回っており、現時点では健全な状態となっています。

■上関町の健全化判断比率

| 比率名 | 令和3年度 | 早期健全化基準 | 財政再生基準 |
|----------|-------|---------|--------|
| 実質赤字比率 | － | 15.00% | 20.00% |
| 連結実質赤字比率 | － | 20.00% | 30.00% |
| 実質公債費比率 | 8.1% | 25.0% | 35.0% |
| 将来負担比率 | － | 350.0% | |

■上関町の公営企業に係る会計の資金不足比率

| 会計名 | 令和3年度 | 経営健全化基準 |
|--------------|-------|---------|
| 簡易水道事業特別会計 | － | 20.0% |
| 農業集落排水事業特別会計 | － | 20.0% |
| 漁業集落排水事業特別会計 | － | 20.0% |
| 航運事業特別会計 | － | 20.0% |
| 風力発電事業特別会計 | － | 20.0% |

■柳井地域広域水道企業団の資金不足比率

| 会計名 | 令和3年度 | 経営健全化基準 |
|------------|-------|---------|
| 水道用水供給事業会計 | － | 20.0% |

※上記において、比率が算定されない場合は、「－」を記載しています。

【比率の概要】

■実質赤字比率

福祉、教育、まちづくり等を行う一般会計等の赤字の程度を指標化し、財政運営の悪化の度合いを示すもの。

■連結実質赤字比率

すべての会計の赤字と黒字を合算し、地方公共団体全体としての赤字の程度を指標化し、財政運営の悪化の度合いを示すもの。

■実質公債費比率

借入金（地方債）の返済額及びこれに準じる額の大きさを指標化し、資金繰りの程度を示すもの。

■将来負担比率

一般会計等の借入金（地方債）や将来支払っていく可能性のある負担等の現時点での残高を指標化し、将来財政を圧迫する可能性の度合いを示すもの。将来負担比率には、財政再生基準は設けられていない。

■資金不足比率

公営企業の資金不足を、事業規模である料金収入の規模と比較して指標化し、経営状態の悪化の度合いを示すもの。

教育委員会 ニュース



上関小学校の 給食調理機器を 整備

電源立地地域対策交付金を活用して、上関小学校の給食調理機器が整備されました。

今年度新たに整備された機器は、電気立体炊飯器、食器消毒保管庫、全自動計量洗米機、牛乳保冷用冷蔵ショーケース等です。

2学期の給食調理から使用されています。



▶全自動計量洗米機



▶牛乳保冷用冷蔵ショーケース



▲食器消毒保管庫



▲電気立体炊飯器

図書館だより

● 9月購入図書のご案内 ●

| 題名 | 著者・出版社 |
|----------------------------|--------------|
| アニメおさるのジョージちしきえほん うちゅうへいこう | マーガレット・レイ |
| ごろんずっしりさつまいも | いわさ ゆうこ |
| バーバパパとゆかいなかぞく | アリス・テイラー |
| ぞぞぞ | 森 あさ子 |
| 四つ子ぐらし 2 | ひの ひまり |
| ガリレオの事件簿 1 | 東野 圭吾 |
| なりたい自分との出会い方 | 岡本 啓史 |
| ふじさんにつぼんいち! | ひさかたチャイルド |
| 知って話そうニュースの言葉 | キッズトリビア倶楽部 |
| なぜ親はうるさいのか | 田房 永子 |
| おうちじっけん号 | 山岡 潤一 |
| ひらがなでよめるむしずかん105 | うんの かずお |
| ふしぎの森のふしぎ | ヤン・パウル・スクッテン |
| 夜に星を放つ | 窪 美澄 |
| とんこつQ&A | 今村 夏子 |
| 忍者に結婚は難しい | 横関 大 |
| フリ粥 | 山本 一力 |
| 石礫 | 今野 敏 |
| よって件のごとし | 宮部 みゆき |
| 終活中毒 | 秋吉 理香子 |
| おいしいごはんが食べられますように | 高瀬 隼子 |
| 派遣社員あすみの家計簿 1~3 | 青木 祐子 |
| あきない世傳金と銀 13 | 高田 郁 |
| 李陵・山月記 | 中島 敦 |
| キャリアをつくる独学力 | 高橋 俊介 |
| 50歳からの髪と頭皮のお悩みQ&A | MAYUMI |
| 自宅で楽しむ美味しい珈琲の淹れ方 | UCCコーヒーマカデミー |
| 家庭でできるおいしい柑橘づくり12か月 | 三輪 正幸 |
| 雇用・利子および貨幣の一般理論 | ケインズ |

図書館 おすすめの 一冊



ねこが おうちにやってきた!

山本宗伸

この本は小学生から「ペットの本」ではなく「ペットの飼い方の本」が読みたいとリクエストがあり購入しました。

お世話の仕方や注意することなどが、まんが図鑑になっていて、楽しく読むことが出来ます。

他にも、ハムスター・インコ・うさぎ・犬の飼い方の本があります。

可愛いだけで終わるのではなく、ちゃんとお世話の仕方を学び、ペットと一緒に楽しく成長してみませんか?



図書館からのお知らせ

- ◆ 本の貸出は、1人5冊(新刊は2冊まで)、2週間です。
- ◆ 図書館にない本は、リクエストや山口県立図書館から取り寄せることができます。カウンターまでお申し出ください。
- ◆ 本の他にも、新聞や趣味・生活雑誌を取り揃えておりますので、お気軽にご来館ください。
- ◆ 開館時間:9時~17時まで(休館日は、まちのカレンダーをご覧ください)

上関町立図書館 ☎62-1515

健康づくりのための運動に 取り組みましょう!



健康コーナー

問 保健福祉課 健康増進係
☎ 62-0324

運動が大切なことはわかっているけど、なかなか実践できない…、運動は苦手だから…と思われる方も多いのではないのでしょうか？

そんな人におすすめなのが「+10（プラス・テン）」です。その方法は、今より「10分多く体を動かす」ことを意識するだけ。グッズを揃える必要もなく、自宅で、職場で、いつでも、どこでもできる健康習慣です。

「+10（プラス・テン）」は、厚生労働省が「健康日本21（第2次）」に基づき、国民の皆さんに「運動によって健康増進を実現」してもらうために作ったガイドラインです。

毎日続けることで次のような効果があり、健康寿命※1の延伸にも繋がります。

※1 健康寿命：健康上の理由で日常生活が制限されることなく生活できる期間のこと



+10を行うことで得られる効果

体の健康

- ☆生活習慣病の発症が3.6%低下
- ☆がんの発症が3.2%低下
- ☆1年間の継続で1kgから2kgの減量が期待

心の健康

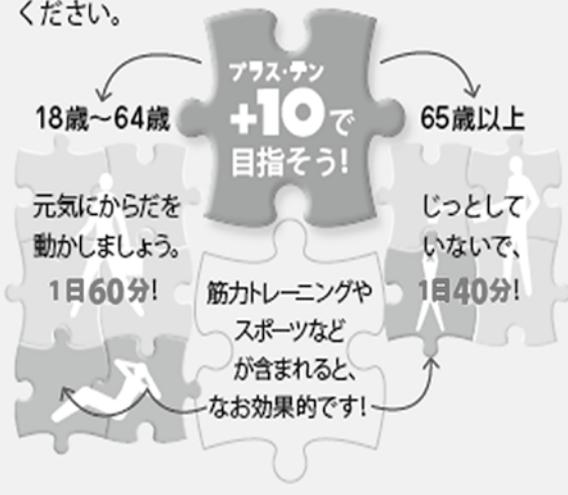
- ☆気分転換やストレス解消
- ☆不眠の解消

高齢期の健康

- ☆認知症の発症が8.8%低下
- ☆ロコモティブシンドロームの予防にもつながり、生活機能を維持できる。
- ※ロコモティブシンドローム：加齢に伴う筋力の低下や関節・脊椎の病気、骨粗しょう症などの運動器の機能が衰え、要介護や寝たきり状態になってしまうこと。

プラス・テン +10から始めよう!

今より10分多くからだを動かすだけで、健康寿命をのばせます。あなたも+10で、健康を手に入れてください。



毎日の生活に+10

- 歩幅を広くして、早く歩いて+10
- 掃除や洗濯などは、きびきびと。家事の合間にストレッチで+10
- 距離を伸ばして歩いたり、自転車で移動して+10
- テレビを見ながら、歯みがきしながらストレッチで+10



10月10日は目の愛護デー

目に良い生活を送りましょう!



- ・過労や睡眠不足、ストレスを避けよう。
- ・目に良いビタミンA・B・C・E群やたんぱく質をバランスよく取ろう。
- ・血圧や血糖が高い方は、コントロールが大切。定期受診も忘れずに。
- ・禁煙をしよう。
- ・紫外線対策を忘れずに!
- ・目をこすらないようにしよう。
- ・長時間ディスプレイを見るときは、適度な休憩をはさもう。
- ・気になること、自覚症状があれば早めにかかりつけ医や眼科に受診を。

意外と歴史の長い「目の愛護デー」、皆さんはこの日がいつから始まったのかご存じですか?

最初は1931年に中央盲人協会が10月10日を「視力保存デー」とした事が始まりだと言われています。その後、1938年に日本眼科医会の申し出によって9月18日が「目の記念日」と制定されました。そして戦時中は行われてなかったものの、1947年に再び中央盲人協会が10月10日を「目の愛護デー」としました。

現在では厚生労働省が主体となって広報活動をするなどして普及に努めています!

秋季全国火災予防運動

期間 11月9日~11月15日

全国统一防火標語

お出かけは マスク戸締まり 火の用心

◆住宅防火 いのちを守る 10のポイント◆

4つの習慣

- ・寝たばこは絶対にしない、させない。
- ・ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- ・こんろを使うときは火のそばを離れない。
- ・コンセントはほこりを清掃し、不要なプラグは抜く。

6つの対策

- ・火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。
- ・火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- ・火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防災品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく。
- ・お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- ・防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

大規模通信障害時の119番通報について

ドコモ、au、ソフトバンクなどの電気通信事業者に大規模通信障害が発生した場合、携帯電話からの119番通報がつながりにくくなることが予想されます。

携帯電話から119番通報が繋がらない場合は、固定電話から通報する、近くの人に助けを求め通報を依頼する、公衆電話から通報する、お近くの消防署に駆け込むなどの対応をお願いします。

なお、119番通報がつながるか確認するために通報して無言で切られる方がいますが、このような通報は緊急を要する通報と判断し、携帯電話の番号から所有者を調べて出勤等の対応をすることとなります。また、緊急車両の台数や119番通報を受け付けられる数には限りがあります。

119番通報がつながるかどうかわかるための119番通報は絶対にしないようにお願いします。

■問い合わせ先

柳井地区広域消防組合 ☎22-0040

令和4年度 愛・ランドフェア 中止のお知らせ

11月3日に開催を予定していた「愛・ランドフェア」は、新型コロナウイルス感染状況を考慮して、今年もやむなく中止することになりました。

開催を楽しみにされていた方も多いかと思いますが、ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。

上関町ふるさとづくり推進会議

税務署が推奨しています！

～これからの社会に向かって～

確定申告

簡単！ スマホ申告



確定申告



スマホ申告の便利機能♪

スマホのカメラで自動入力！

(給与所得の源泉徴収票)



源泉徴収票を撮影

読取内容を自動入力

確定申告

簡単！ スマホ申告



確定申告



令和5年1月～ 便利な機能が追加！

青色申告決算書や収支内訳書
がスマホで作成可能に！



キャッシュレス納付

1 ダイレクト納付

届出をした預貯金口座からの振替により即時又は指定した期日に納付することができます。



2 振替納税

事前に届け出た預貯金口座から指定された期日に自動で引き落とすことにより納付できます。



*個人の申告所得税・消費税に限ります。

3 インターネットバンキング

インターネットバンキングにより国税を電子納税できます。



4 クレジットカード納付

専用サイトへアクセスし、クレジットカードを利用して納付できます。



*納付額に応じた決済手数料がかかります。

インボイス制度

すべての事業者の皆様
インボイス制度について
知ってください！（免税事業者の方も！！）

消費税の仕入税額控除の方式

令和5年10月1日から始まります！

皆様に制度を知っていただくため、
説明会を開催しています！（予約制）

インボイス制度説明会(導入編)

| 開催日 | 開催時間 | 定員 | 開催場所 |
|---------------|------------------|-----|-----------------------|
| 令和4年10月28日(金) | 14:00~15:00(60分) | 20名 | 光税務署 (光市税務課3-10-1) |
| 令和4年11月17日(木) | 9:30~10:30(60分) | 20名 | |
| 令和4年12月21日(水) | 14:00~15:00(60分) | 20名 | |

インボイス制度説明会(基礎編)

| 開催日 | 開催時間 | 定員 | 開催場所 |
|---------------|------------------|-----|-----------------------|
| 令和4年10月28日(金) | 15:00~16:00(60分) | 20名 | 光税務署 (光市税務課3-10-1) |
| 令和4年11月17日(木) | 10:30~11:30(60分) | 20名 | |
| 令和4年12月21日(水) | 15:00~16:00(60分) | 20名 | |

制度開始時に、インボイス発行事業者となるためには、
原則、令和5年3月31日までに登録申請が必要です。

※申請期限満期は大量混み合うことが予想されます。
お早めにご検討ください。



税を考える週間

11/11 ▶ 11/17



道の駅イベント「秋の収穫祭」

11/3
開催

8:00～ 県漁協室津支店 朝市
10:00～ フレッシュ室津 鮮魚販売
その他…焼き芋販売（祝島産 山田農園）、みかんの特売などもあります！

季節限定販売
栗のワトクリーム
もあるよ

にぎり寿司バイキング
11:00～ 海峡すし祭り

1回:500円
※最低3尾保証

13:30～ 上関産養殖クルマエビ
車エビつかみどり



※売り切れ次第終了



(12:30～ 整理券配布)
※お箸でつかみます
※なくなり次第終了



10月は『3 R 推進月間』

問 住民課 環境係
☎62-0877

3 Rは「Reduce（リデュース）、Reuse（リユース）、Recycle（リサイクル）」の3つのRの総称です。
●リデュースは、ごみを減らすことです。マイバッグ、マイボトルなどを活用しましょう。
●リユースは、使えるものを繰り返し使うことです。詰め替え用製品や、リターナブル容器を選びましょう。
●リサイクルは、ごみを資源として再利用することです。ごみを正しく分別して、再利用につなげましょう。

ごみの出し方とステーションの利用について

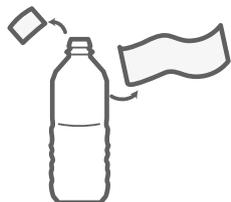
- ごみステーションは、自治会などの管理者により設置され、地域の方々の協力により維持管理されています。ごみ出しのルールを順守して、地域で協力して適正に利用しましょう。
※他の地域のごみステーションにごみを出すことは、その地域の方の迷惑になりますので絶対にやめましょう。
- カラスなどによる飛散防止のため、収集日の朝、決められた時間までに出してください。
- ボックスは確実に扉を閉め、ネットの場合は隙間なく被せてください。ネットをかけているがカラス被害にあう場合は、目の細かいネットに変更するなどの対応をお願いします。
- 収集されなかったごみは、出した人がステーションから持ち帰り、正しく分別し再度出してください。
- ごみ袋はしっかりと結んでください。収集の際にごみが散乱する恐れがあります。
- ビンのキャップ・ふたは外し、中を洗って出してください。
- ごみの分別は、ごみカレンダー裏面をご確認ください。



ペットボトルを正しく出しましょう！

ペットボトルの出し方

①キャップとラベルを取り除きます。



はずす

②中を洗います。



あらう

③潰してから指定の回収ボックスへ出してください。



つぶす

※指定の回収ボックスは、ペットボトル専用です。その他のプラスチックごみは、捨てることができません。

海のまち通信



朝夕はよつやくしのぎやすくなりました。皆さん、いかがお過ごしでしょうか。

季節の変わり目は寒暖差や気圧の変化により体調を崩しやすくなります。できることから少しずつ生活習慣の改善を心がけて体調を整えていきましょう。

さて、今回のテーマは「不眠症」です。

不眠症とは眠れない日が続ぎ、日中の眠気やだるさ、集中力の低下のために生活に支障をきたしている状態のことを言います。眠れなくてもそれが一時的なことで、それほど苦にならないのであれば問題ありません。不眠症の原因としては夜更かしによる体内時計のリズムの乱れ、ストレスや心配事、環境の変化などの心理的影響、生活習慣病やうつ病といった病気の影響と様々です。

また、不眠の原因は1つとは限らず、これらが組み合わさっていることも多いといわれています。不眠症のタイプは入眠障害、中途覚醒、早朝覚醒、熟眠障害の4つに分けられ、タイプによって睡眠薬を使い分けられます。最近の睡眠薬は安全で依存性も少ないです。副作用としては倦怠感や日中の眠気、ふらつきなどがあります。よく眠れるようになったらと自己判断で服用を中止すると途端に眠れなくなる場合があります。中止したいときには医師に相談しましょう。

最後に眠れないときの一般的なアドバイスです。

- ①室内の照明や温度・湿度の調節をしましょう。
- ②耳栓や防音サッシを用いて騒音を防ぎましょう。
- ③寝具を変えてみましょう。
- ④眠りにつく4時間前からカフェイン飲料（お茶やコーヒー）の摂取を控えましょう。
- ⑤早寝早起きをしましょう。
- ⑥起床後に日光を浴びましょう。
- ⑦適度な運動をしましょう。
- ⑧眠れないことを気にしすぎないよう心掛けてみましょう。

栽培漁業センターだより



YouTube
Facebook
情報発信中!

〒760-0801 山口県光・熊毛地区栽培漁業協会 ☎62-6030 FAX 62-6033 HP ▲

～敬老会に活きのよい贈り物～

9月27日に、私たちが養殖している「上関車海老」を特別養護老人ホームかみのせき苑様に、100匹お贈りしました。これは町特産品の「上関車海老」を入所者さん（30名）や、デイサービスの利用者さん（15名）に食べていただきたいと思い、お贈りしたものです。

代表として井原理事長に受け取っていただきました。井原理事長は「9月28日に施設内で行われる敬老会の昼食にてんぷらにして食べてもらいます。昨年もみんな大変喜んでいたので、とても嬉しいです」と、感謝してくださいました。

車海老は、長いヒゲを持ち、腰の曲がった姿が老人に見えることから「長くヒゲが伸び、腰が曲がるまで長生きできるように」という長寿の願いが込められており、敬老会のお祝いの席にピッタリの食材となりました。

上関車海老を食べて、元気に長生きしていただきたいです。





10月24日生まれ
吉岡 すずな
紗那ちゃん (室津)
 保護者：吉岡 一道さん

かわいい笑顔がみんな大好き♡



10月7日生まれ
陶山 わか
和花ちゃん (戸津)
 保護者：陶山 公平さん

いつもかわいい笑顔がありありがとう♡
 いっぱい食べて元気に育ってね。



学校だより

上関小学校



小中合同始業式

猛暑が続いた夏休みも終わり、かみのせき學苑では9月1日に始業式が行われました。今年度からは、始業式も小中合同です。全児童生徒が一堂に会しての、新鮮な始業式でした。

校長先生からのお話は小学校の校長先生が担当し、生活面での振り返りは中学校の生徒指導担当教諭が行うなど、教職員も小中一貫で指導に当たっています。中学校の部活動の活動報告もあわせて行い、小学校児童にとっては目新しくもあり、また将来の自分の姿を重ね合わせる貴重な機会となりました。



運動会に向けて

「上関町小・中学校合同大運動会」も今年で13回目になります。運動会に向けて、9学年みんなで準備を進めていきました。

高学年が一生懸命な姿を見せて下の学年のお手本になろうとがんばる姿は、いつ見ても感動的です。その姿を見て、下の学年の児童も、自ら考えて行動できるようになってきました。

高学年にとっても、さらに年上の中学生がお手本になります。上関町小・中学校合同での運動会が、子どもたちの成長を確実に後押ししてくれています。



第13回 上関町小・中学校合同大運動会

台風の接近が心配だった9月17日でしたが、好天に恵まれ、晴れやかに合同運動会が実施されました。

今年度の運動会スローガンは、「熱波疾風～駆け抜けろ！熱い思い」です。このスローガンも、かみのせき學苑のみんなで決定しました。当日のみんなのがんばりは、まさに「熱波疾風」でした。

これまで暑い中ががんばってきたことを、十分に出し切れた素晴らしい運動会となりました。小学生のかわいさ、けなげさと、中学生のたくましさと同時に味わえる、上関町ならではの素敵な運動会となりました。



骨粗しょう症予防講座を開催

9月29日、海のまち診療所の中山翔太医師を講師に健康講座を開催しました。

今回のテーマは、女性に必見の『骨粗しょう症』についてです。

皆さんもよくご存じの通り、骨粗しょう症は、骨がスカスカになり、もろく折れやすい病気です。この病気は、閉経後の女性に多く、60歳代の女性では約5人に1人、70歳代の女性では約3人に1人が骨粗しょう症といわれています。

骨粗しょう症になっても、ほとんど症状は現れず、骨折してから気がつくことが少なくありません。



特に骨折しやすい部分



予防と治療

骨粗しょう症は、予防が大切な病気です。

- ・ 転ばないように注意し、筋力をつける。
- ・ カルシウムを十分にとる。
- ・ 適量のたんぱく質をとる。
- ・ 禁煙し、アルコールは控えめにする。
- ・ 運動、日光浴をする。



このような症状はありませんか？
思い当たる方は、一度検査をしてみましょう。

- 背中や腰が痛む、曲がる
- 身長が低くなる



昨年引き続きいて（公社）山口県光・熊毛地区栽培漁業協会より上関育ちの車海老の贈呈を受けました。利用者の皆さんに敬老会の祝い膳で食していただきました。「美味しいね」と大好評でした。



特産品の「車海老」を
いただきました！



特別養護老人ホーム かみのせき苑 ☎65-5110 (担当 山本)

・入所に関わることなど何でもご相談ください。・ショートステイに係ることもご相談ください。



9月17日、総合文化センターで島スクエアプラス起業家育成実践講座が行われ、町内外から15名が受講しました。

この日は、株式会社コア代表取締役社長の濱田泰さんを講師にお迎えし「地域の素材を使って商品開発をしてみよう！」と題し、講話をしていただきました。

講座では、独自性・魅力・顧客価値といった商品開発に必要な視点や商品価値を高める考え方などについて学びました。

商品開発について学ぶ



8月25日、26日に「やまぐち地域医療セミナー2022」が行われました。このセミナーは、これからの山口県の医療を担う医学生や看護学生が、地域を通じて医療を、また医療を通じて地域を感じる、考えることを目的としたセミナーです。

今回、8名の学生が上関町を訪れ、診療所の業務や地域ケア会議、地区で行われている健康教室などを見学し、町の現状や医療体制などを学びました。

やまぐち地域医療セミナー



9月29日、白井田診療所で「いきいき百歳体操」が行われました。

百歳体操は、おもりを使った筋力運動です。この日は5名の住民が集まり、手首や足首におもりをまきつけ、DVDを見ながら、椅子に座ってゆっくりと手足を動かして体操を行っていました。

体操後は、トランプをしたり近況報告をしたりして、仲間との楽しい時間を過ごしていました。

元気の秘訣は仲間との百歳体操



9月21日～30日までの間、秋の交通安全運動が行われました。

室津地区では、期間初日の9月21日に、郷土史学習館前で交通安全協会や地域の方、役場職員等が横断幕やのぼりを持ち、ドライバーに交通安全を呼びかけました。

通学する中学生は、手を上げてドライバーに合図を出して横断歩道を渡っていました。

みんなで交通ルールを守り、交通事故ゼロに取り組みましょう。

交通安全を呼びかけ



お知らせ

児童手当の振り込み

10月期（6・7・8・9月分）支給の児童手当を、受給されている方の口座に10月5日付けで振り込みましたので、お確かめください。

問い合わせ先

保健福祉課 子育て支援係

☎ 6210184

障害者就職面接会

▼日時 10月28日（金）

13時～15時30分

（12時30分から受付）

▼場所 柳井総合庁舎

※完全予約制。事前に必ずハローワークへご連絡ください。

※当日はマスク着用をお願いします。

▼問い合わせ先

ハローワーク柳井

☎ 2212661

広島広域都市圏ふるさとの

魅力発見バスツアー「紅葉観賞と水族館にオーガニックガーデン」参加者募集

▼日時 11月12日（土）

8時～17時30分

広島駅新幹線口、集合・解散

▼内容 紅葉散策（美郷町）、道の駅ゆうひパーク

浜田（昼食）、しまね海洋館アクアス、香木の森公園

（オーガニックガーデン散策）

▼旅行代金 1人7,000円

（昼食代込み）

▼募集人員 20名

▼申込み開始日

10月18日（火）9時30分

▼その他

※バスガイドは乗車しません。

（添乗員は同行します）

※大型バスを定員の2分の1程度で利用します。

※旅行業における新型コロナウイルス

ウイルス対応ガイドライン

及び各業種別ガイドライン

に基づきツアーを設定しています。

※新型コロナウイルス感染状況により、ツアーを中止する場合があります。

▼申込み・問い合わせ先

広交観光株式会社

☎ 082123814930

（9時30分～18時）

広島交響楽団オーケストラ

音楽鑑賞教室

▼日時 12月3日（土）

14時30分～15時30分

▼会場 三原リージョン

ラザ文化ホール
（三原市円一町2丁目1-1）

▼募集対象

広島広域都市圏在住又は広島広域都市圏内の学校に通う児童・生徒及びその保護者

※未就学児の入場不可、小学生のみでの入場不可。

▼募集人数 410人

▼鑑賞料

小学生…700円

中学生…800円

高校生、保護者…900円

※別途、発券手数料などがかります。

▼申込方法

チケットぴあホームページ

またはセブンイレブン店頭にて申込み。（当日指定席・先着販売）

（Pコード2271757）

▼申込期間 12月3日（土）

14時30分まで

▼問い合わせ先

広島広域都市圏協議会事務局

（広島市役所広域都市圏推進課）

☎ 082150412017

知っていますか？

自分の最低賃金

山口県最低賃金が改正されました。

◎1時間 888円

（令和4年10月13日発効）

パート、アルバイト等を含

め、すべての労働者に最低賃

金以上の賃金が支払わなければなりません。

▼問い合わせ先

山口県労働局賃金室

☎ 083199510372

中退共
CHU-TAI-KYO
中小企業退職金共済事業本部

- 国の退職金制度 ● 掛金は全額非課税
- 外部積立型で管理が簡単 ● パートさんの加入もOK

詳しくはホームページをご覧ください。 [中退共](#) [検索](#)

(独) 勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部
TEL (03) 6907-1234 FAX (03) 5955-8211

ご出産 おめでとうござります

令和4年8月 敬称略

子の名 親の名 地区名 性別

藤井 知世 堅斗 上関 女

おくやみ 申し上げます

令和4年8月 敬称略

死亡者名 年齢 地区名

守富 スエ 94 上関

大杉 美幸 56 上関

ご寄附のお礼

上関町社会福祉協議会

次の方から、社会福祉事業
に対しご寄附をいただきました。

令和4年8月受付分

香典返し

故塩 谷和美様 戸津

喪主塩 谷晋雄様

篤志寄附

匿名 様 白井田

11月の 人心配ごと 権政と相談

◆とき・ところ

11月16日(水) 13時～15時
蒲井小規模老人憩の家

◆相談委員氏名

佐原 正文 氏 高松 満子 氏

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合があります。

柳井地域 休日・夜間応急診療所

住所：柳井市中央1丁目10-17

診療所連絡先：☎22-9001

(診療時間内)

県小児救急医療電話相談：

(受付時間：19時～翌朝8時まで)

☎083-921-2755

| 区分 | 診療日 | 診療時間 |
|----------|---------------------------|--------------------------|
| 休日 昼間 | 日曜日・祝日・ 盆(8月15日) | 9時～12時 |
| | 年末年始 (12月30日 ～1月3日) | 13時～17時 受付は 30分前まで |
| 平日 夜間 | 月～金曜日 | 19時～22時 受付は 30分前まで |

ひとのうごき

(令和4年9月末現在)

| | |
|--------|---------|
| 人口 | 2,427人 |
| 世帯数 | 1,414世帯 |
| 出生 | 2人 |
| 死亡 | 2人 |
| 転入 | 3人 |
| 転出 | 3人 |
| 前月との比較 | 0人 |

地区別人口

| | |
|-------|-------|
| 上 関 | 764 |
| 蒲 井 | 57 |
| 四 代 | 84 |
| 白 井 田 | 162 |
| 戸 津 | 198 |
| 室 津 | 839 |
| 祝 島 | 304 |
| 八 島 | 19 |
| 合計 | 2,427 |

柳井警察署だより

県内でサポート詐欺が多発中

サポート詐欺とは、パソコン等でインターネットを使用中に突然「ウイルスに感染している」等の偽警告画面や警告音を出して不安をあおり、画面に表示された電話番号に電話をかけさせ、有償サポートやセキュリティソフト等の契約を迫る手口です。

電話をかけると、実在するパソコンのOS会社やセキュリティソフト会社などを騙る人物が応答し、電子マネーカードの購入を求められ、だまし取られる被害に遭います。

警告画面や警告音が出ても慌てず、記載された電話番号には連絡せず、最寄りの警察署、交番、駐在所へ相談してください。

「電子マネーカードを購入して、番号を教えて、入力して」の言葉は詐欺



消費者センターだより

火災保険を使った住宅修理のトラブル

相談

台風の後、突然来訪した業者から「台風で被害を受けたことにすれば、経年劣化による家屋の損傷も保険金を請求できる」と勧誘されたが、契約して問題ないか。

処理

経年劣化による損傷と知りながら、自然災害などの事故による損傷と申請するなど、うその理由で保険金を請求すると、保険会社から保険金の返還請求や保険契約の解除をされたり、詐欺罪に問われたりする可能性もあるため、契約は絶対にしないように助言した。

ワンポイント講座

自然災害の後には「火災保険を使って自己負担なく住宅の修理ができる」という住宅修理サービス業者からの勧誘が多くなるため、台風が増える時期などは特に注意してください。

このような勧誘を受けた際は、その場で契約せず、まずは保険の補償対象になるかをご自身で保険会社に確認しましょう。また、保険申請サポート費用等の名目で高額な請求を受ける場合もありますので、事前に契約内容をしっかり確認することも大切です。

- 山口県消費生活センター ☎083-924-0999
- 柳井地区広域消費生活センター ☎22-2125
- 役場産業観光課 商工観光係 ☎62-0360

まちのカレンダー

《 10月15日～11月15日 》

10月

11月

| | | | | | |
|----|---|--|----|---|--|
| 15 | 土 | | 1 | 火 | |
| 16 | 日 | わいわいエクササイズ 10:00～ (総合文化センター) | 2 | 水 | |
| 17 | 月 | 図書館休館日 | 3 | 木 | 文化の日 図書館休館日 |
| 18 | 火 | ほのぼの♡DAY (育児相談) 10:00～ (総合文化センター) | 4 | 金 | |
| 19 | 水 | | 5 | 土 | 鳩子の湯リフレッシュオープン 絵てがみ教室 10:00～(総合文化センター) |
| 20 | 木 | | 6 | 日 | |
| 21 | 金 | | 7 | 月 | 図書館休館日 ゆる体操 13:30～(総合文化センター) |
| 22 | 土 | 本チャレ俳句部 10:00～ (総合文化センター) パン教室 A13:30～(総合文化センター) | 8 | 火 | |
| 23 | 日 | 上関町長選挙及び上関町議会議員 補欠選挙投開票日 | 9 | 水 | |
| 24 | 月 | 図書館休館日 | 10 | 木 | なかよし広場 10:00～(上関相互保育園) |
| 25 | 火 | | 11 | 金 | |
| 26 | 水 | | 12 | 土 | 英会話教室 10:00～(総合文化センター) パン教室 B13:30～(総合文化センター) |
| 27 | 木 | なかよし広場 10:00～(上関相互保育園) 本チャレウクレレ部 14:00～(総合文化センター) | 13 | 日 | |
| 28 | 金 | | 14 | 月 | 図書館休館日 |
| 29 | 土 | | 15 | 火 | ほのぼの♡DAY (育児相談) 10:00～ (総合文化センター) |
| 30 | 日 | | | | |
| 31 | 月 | 図書館休館日 町県民税第3期納期限 国民健康保険税第5期納期限 | | | |

市場開催の表示  山口県漁協室津支店青年部朝市 8:20～(道の駅「上関海峡」)

※ 絵てがみ教室は、指導の都合上、新規教室生の募集はしていません。

※ 予定ですので、日時の変更がある場合があります。

編集後記

10月に入り、秋らしく過しやすい季節になりました。スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋。秋といえば色々な楽しみがありますが、皆さんはどのような秋を楽しみますか。私は食欲。そして運動不足解消にスポーツの秋も楽しみたいと思います。

9月は敬老の日がありました。多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し長寿を祝う日。表紙の写真は、白寿を迎えた皆さんです。これからもお元気で、長生きしてくださいね。

今月の

上関海峡温泉
鳩子の湯



大規模改修工事に伴う長期の休館により、大変ご迷惑をおかけしておりますことお詫び申し上げます。

改修工事も順調で11月5日(土)より、リフレッシュした鳩子の湯で皆様をお迎えしたいと思っています。

11月5日、6日には、リフレッシュオープンイベントを予定しており、多彩な企画で皆様をおもてなしいたします。

一日も早く皆様にお会いできるのを楽しみにしております。



※学校、学年は受賞時のものです



▲観光協会長賞
『だいすきなかみのせき、
ともだちたくさんよびたいな』
田中 美帆さん（踊堂保育園）



▲観光協会長賞
『ハートの花火、また見たいな』
三浦 優佳さん（上関小学校1年）



パワー全開

小中学校合同大運動会

かみのせきクイズ

クイズの答え・郵便番号・住所・氏名・年齢・広報10月号を読んだの感想をご記入のうえ、ハガキまたはメールで、下記送付先まで応募してください。

【送付先】

ハガキ 〒742-1402 上関町大字長島448番地
上関町役場 総務課 広報統計係

Eメール 右上記のQRコード または koho@town.kaminoseki.lg.jp
(必ず件名に「かみのせきクイズ」と記入してください)

【応募締め切り】

10月28日(金) ※当日消印有効(メールは28日の17時までに送信のもの)
正解者の中から抽選で2名の方に、道の駅上関海峡の商品券2千円分をプレゼントします。当選者は次号の広報に掲載します。

【問い合わせ先】 総務課 広報統計係 ☎62-0311

今月の問題

改修工事中の鳩子の湯。
リフレッシュオープンの日は、
何月何日でしょう。



9月号の答え：みんな (応募総数26通 うち正解26通) 当選者：濱田 サヨ子 様 (戸津) 中村 妙子 様 (白井田)

発行/上関町役場総務課 〒742-1402
山口県熊毛郡上関町大字長島448番地 ☎62-0311
印刷/光市 中村印刷株式会社



上関町
ホームページ



広報統計係
メールアドレス