

祝 平成27年度邑南町成人式
とき 2016年 1月 3日
ところ 邑南町健康センター「元気館」



平成28年 新年のごあいさつ



邑南町長 石橋良治

あけましておめで
とうございます。輝
かしい平成28年の新
春を、ご家族おそろ
いでお迎えのこと
とお喜び申し上げま
す。

「フジテレビ水曜歌
謡祭」でさだまさし
さんを、11月に「し
まね映画塾」でEX
ILEのAKIRA
さんを迎え、また、
NHKの「にっぽん
紀行」や「クローズ
アップ現代」等、様々
なメディアにも取り
上げられ、全国へ邑
南町の情報を発信す
る、良い機会をたく
さん得ることができ
ました。また、石
破地方創生大臣をは

じめ全国から多くの
方々が視察に来町さ
れ、邑南町の取り組
みが一定の成果を上
げ、注目をされている
ことが感じられる
年となりました。こ
れもひとえに町民の
皆様のご協力による
ものとお礼申し上げ
ます。

さて、本年10月に
は「邑南町版まち・
ひと・しごと創生総
合戦略」の策定を行
い、12公民館単位の
地区別戦略の推進も
併せて行うこととし
ています。テーマは
「明日（みらい）が
見える・地域が輝く
邑南戦略」とし、45
年後の2060年に
は、邑南町の人口
1万人の維持を目指
しています。邑南町
には、豊かな自然環
境、個性のある伝統
文化、地域に根ざし
た教育環境や暮らし
ぶりなど、誇りある
ふるさと資源がた
くさんあります。こ
れらの邑南町らしさ
を結びつけること
で「暮らしてみたい」
「帰ってきたい」「暮
らしてよかった」「暮
らし続けたい」と思
われるようなまちづ
くりを進めたいと
考えております。ま
た、人口減少に歯
止めをかけるために
は、「まちづくり基
本条例」にのっとり
て地域との協働によ
る一層の取り組みが
不可欠であると考え
ております。さらに、
2020年に東京オ
リンピック・パラリ
ンピックが開催され
ます。邑南町では絶
好の機会ととらえパ
ラリンピックの視覚
障害者の種目である
「ゴールボール」の
外国人チーム合宿場

所の誘致を目指すと
としております。そ
の取り組みによりス
ポーツを通してまち
ぐるみで福祉の心を
さらに高め、差別
のない人権尊重のま
ちを目指して参りま
す。町民の皆様のご
協力を今後とも賜り
ますようお願い申し
上げます。

結びとなりませ
が、平成25年8・24
豪雨災害の災害復旧
も最終の年を迎え、
復旧、復興も順調に
進んでいます。この
一年が町民の皆様にと
りましてご健康で
幸多い年でありませ
こと、また、邑南町
にとりまして災害
が無くさらなる飛躍
の年となりますよう
祈念申し上げます。
のあいさつといたし
ます。

平成二十八年一月
邑南町長 石橋良治

邑南町 2015 年を振り返る



水曜歌謡祭 (6/17)



しまね映画塾 in おおなん (11/22)



邑智郡交通安全郡民大会
(9/18)



原田泰治の世界展 (11/19~12/20)
ギャラリートークとサイン会 (11/23)



瑞穂ハンザケ自然館
開館 15 周年 (4/26)



町政座談会 (5/11 ~ 6/2)
町内 12 公民館で開催



オオサンショウウオ屋内展示施設
飼育下二世個体の 3 年連続産卵
国内初成功 (9/4)



天空の宿おおなん いこいの村しまね
リニューアルオープン (8/14)



邑南町起業支援センター設立
(5/29)



農の学校開校 (4/28)



矢上小学校多目的集会施設竣工
(4/10)

最近の できごと



町で起きた様々な出来事をお知らせするコーナーです。



誓いの言葉を述べる大屋晴奈さん

1月3日、健康センター元気館で平成27年度邑南町成人式が行われました。今年はい13人（男性55人、女性58人）が成人を迎え、約80人が成人式に出席しました。

会場内は、新成人たちの、久しぶりの再会を喜ぶ声で賑わいました。

式典の中で、インタビュを受けた大畑加奈子さんは「今は町を離れ自分の夢の実現に向けて勉強に励んでいる。将来は邑南町に帰ってきて、高齢者も若い人も暮らしやすいまちづくりに貢献したい。」と答えていました。

成人おめでとう いざいいます

113人が大人の仲間入り



インタビューに答える大畑加奈子さん

第1回チャリティ ノルディックウォーキング 開催

秋晴れの於保地盆地を歩く



「キートス（ありがとう）」のポーズで記念撮影

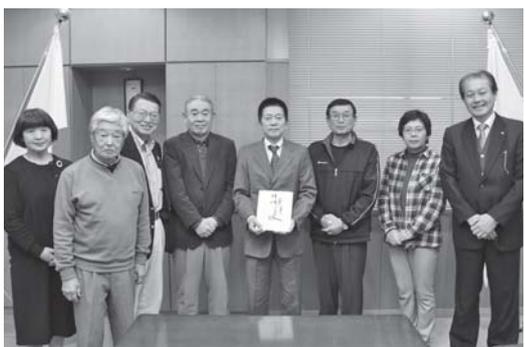
12月13日、香木の森公園で、「第1回チャリティノルディックウォーキング」が開催されました。青空の中、最高のノルディックウォーキング日和となり、120人の参加者のびのびとウォーキングを楽しみました。

出発式で主催者のおおなんノルディックウォーキングクラブ代表の神田さんが、「邑南町は、砂鉄を採った鉄穴（かんながし）で山が削られ適度の起伏があって、ノルディック



遠くに冠山を眺めながらのウォーキング

ウォーキングには最適の地域である。「ノルディックウォーキングのまち邑南町」と言われるように、地域の健康増進のため、これからもどんどん広めていきたい。」とあいさつされました。また、石橋町長からは「みんな、とても元気な顔をされている。平成28年5月29日には、オリンピック金メダリスト荻原健司さんを邑南町に招いて、ノルディックウォーキングを指導してもらうことを計画している。」と参加者を力づける話をされました。



町長に寄付金を渡すおおなんノルディックウォーキングクラブの方々

ノルディックウォーキングは、北欧フィンランドが発祥の健康づくりスポーツで、2本のポールを持って後ろに押して歩く、全身運動のウォーキングです。膝や腰の負担が少なく、最近では日本でも認知症予防や健康増進のための効果が認められ、普及が進んでいる新しいウォーキングスタイルです。

邑南町でも、普及が進んでおり、おおなんノルディックウォーキングクラブでは、元気なまちづくりのために、ノルディックウォーキングの普及と振興に取り組んでいます。

また、当日募金で集まった61,467円全額を、健康増進のため、町に寄付されました。

平成27年度 女性会議

『おおなん魅力アップ女子会』を
開催しました。

女性会議とは？

邑南町が進める男女共同参画計画の事業の一つで、女性がいきいきと活動でき、輝くことのできる邑南町にするための方法等について意見を聞き、施策に反映していくことを目的にしています。

また、この会議が1ターン等で邑南町に来られた女性の仲間づくりへのきっかけになり、ネットワークの拡大につながることも期待しています。

日高 忠正さん(上口羽) 日高さんは、多年にわたり町議会議員を務め、地方自治の進展に尽力されたことが認められました。

山本 忠徳さん(和田) 山本さんは、多年にわたり副町長を務め、地方自治の進展に尽力されたことが認められました。

◆島根県知事表彰

おめでとう
ございます

全体のテーマ：女性の住みたいまちづくり

町内の各年代(20～70代)の女性10人で、第1、2回の会議で邑南町の女性が今自分たちの町についてどう思っているか、どのようにしたらもっと住みたい町になるかについて色々意見を出し合いました。その中で、女性が「邑南町はいいよ」ということを発信していきたいくなる町が、本当の「日本一の子育て村」だという思いをもとに、第3回は次のような意見を町長に提案しました。

◎町長に提案した意見

全体のテーマを2つに分け、それぞれのテーマで提案しました。

テーマ1：子供が少ない中、地域の特色を生かした子育てはどのようにしたら良いか。

- ①町内の学校間の学校交流を盛んにしてほしい。
- ②キャンプやお泊り交流など地域間での交流の機会がほしい。
- ③ファミリーサポート制度を作してほしい。
- ④子供の習い事の送迎等の生活交通を充実させてほしい。
- ⑤ケーブルTVでそれぞれの保育所の特色を流してPRしてほしい。



第1回：平成27年10月28日(水)
第2回：平成27年11月26日(木)
第3回：平成27年12月10日(木)



テーマ2：女性が地域でいきいきと生活するには？

(地域や集落で実践している活動の楽しさを次の世代へ繋げるには・・・)

- ①もっと町内のイベントや地域の活動などのPR、情報発信を色々な方法で見ることができるようになり、自分で選んで情報を得ることができるようにしてほしい。
(例) 情報サイト、メルマガ、機関紙など
- ②伝統的なことや、お料理など若い世代に引き継いで行く世代交流の場をもっと設けてほしい。
- ③あらゆる女性が活動に参加しやすいサポートシステム作りをしてほしい。



新商品の共同研究

東京農業大学と契約

東京農業大学と邑南町の 共同研究締結式



左から石橋町長、小泉幸道教授、前橋健二准教授

12月21日、東京農業大学と邑南町産ハーブと米こうじを使った新商品の開発に向けた共同研究に関する契約を締結しました。

これは、基幹産業である農業を活用した町内産品のブランド化を更に進めていくためのものです。醸造学科をもつ同大学に協力を求めたもので、新商品開発のほか、ハーブの効能調査や消費者の健康や美容意向を反映させるための調査も行っています。

町ではこの事業を通して起業促進に努め雇用創出につなげていきます。

念には念を！ 火災予防の徹底を！！

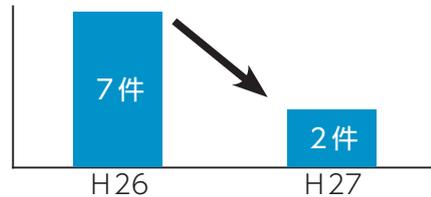
防災情報

危機管理課

☎ 95-0810 IP 050-5207-3003

平成 27 年中は、邑南町において、2 件の火災が発生しました。平成 26 年中に比べ、5 件減少しましたが、被災された方の貴重な財産が奪われました。決して他人事ではありません！今一度、火災予防について考えてみましょう。

H26・H27 の火災発生件数



◆建物火災の原因のひとつは煙突・煙道からの出火

つぎのことに注意し、点検を心がけましょう。



- ◎屋根からの落雪等により、煙突が衝撃を受けた場合は、ヒビ等が無いか入念に点検を行ってください。
- ◎ススの詰まり、またはタールのこびりつきを放置したまま焚き続けていると、排煙が悪くなるだけではなく、これらに引火し、煙道火災（煙突火災）を招く恐れがあります。定期点検を行ってください。
- ◎断熱材や断熱処理のしていない壁の場合、煙突の熱により、壁内部の木材を炭化させ、発火する例もありますのでご注意ください。

食の学校



2月の
予定

通年講座

- 7日（日）キッズキッチン
- 13・14日（土・日）ベンチャーキッズスクール
- 21日（日）おしゃれな洋食
- 23日（火）ナチュラルフード
- 27日（土）邑南そば
- 28日（日）パティシエキッズ



食の学校の利用や各教室についてのお問い合わせは

邑南町立「食の学校」まで

☎ 97-0050 IP 050-5207-2250

愛香園 新園舎整備
12月12日、老朽化のため建て替えを進めていた社会福祉法人邑智福祉振興会が運営する障害者支援施設「愛香園」の竣工式が行われました。施設は、敷地内の体育館などを解体し、鉄骨平屋で延べ約2500㎡あり、2つの作業室や食堂などがあるほか、居住スペースは個室部屋を増やし、より快適な暮らしを提案できるよう整備されました。職員の皆さんは、新しい施設で利用者が一層の安心感と信頼感、満足感を感じてもらえるよう努力していきたいと話していました。



新園舎の外観

平成 28 年 邑南町農作業標準賃金

地域の実情や、ほ場の状況などに配慮して、話し合いの目安として活用してください。

【問い合わせ先】

邑南町農業委員会（農林振興課内）

☎ 9 5 - 1 1 1 6 IP050-5207-3011

事 業 内 容		単 位	標 準 額 (円)
一般作業賃金		1日	6,400
土地改良材散布		10a	1,000
耕 起	荒起こし	トラクター（ロータリー耕）	9,000
	荒起こし	トラクター（ディスクハロー耕）	6,000
	くれ起こし	トラクター（ディスクハロー耕）	5,000
代かき	荒代	荒代のみ（ロータリー耕）	6,000
	植代	植代のみ（ロータリー耕）	8,000
耕起から代かきまで		ロータリー耕起から一括委託	23,000
		ディスクハロー耕起から一括委託	25,000
田 植	機械植	苗運搬、ほとり植、植直しは別	8,500
	機械植（側条）	苗運搬、ほとり植、植直しは別	9,000
	手植え	ほとり植、植直し	1時間 800
農薬・肥料散布		薬剤は別	動散 10a 2,000
			ミスト 2,500
稲 刈	バインダー	ほとり刈りは別、ひもは含む	10a 10,000
	コンバイン	ほとり刈り、籾運搬は別	20,800
脱 穀	ハーベスター	補助の籾運搬は別	10a 12,000
			10a 10,000
乾 燥		乾燥1%あたり	30kg 100
調 整			30kg 500
色彩選別			30kg 250
オペレーター		運転のみ	1時間 1,200
草刈り		機械・燃料込み	1時間 1,500
あぜぬり機			1m 50

※代かき・田植・稲刈については算定の基礎面積を4haとして計算しています。

- この標準賃金の適用は、平成28年1月1日から平成28年12月31日までの期間。
- 作業機械・籾等の運搬費用は上記金額に含まない。
- 各作業料金は消費税込みの金額です。
- 次の作業については割増料金を追加する。
 - 5a未満の面積の各機械作業は、20%割増
 - コンバインによる倒伏田の刈取

倒伏面積割合	0%から30%未満	30%から50%未満	50%から80%未満	80%以上
割 増	規定料金	20%増	30%増	50%増

※なお、湿田状況や倒伏割合については、当事者間で話し合いをおこなう。

おしらせ

このコーナーは皆さんの暮らしに役立つ情報を掲載しています。詳しい内容については、それぞれ問い合わせください。



介護保険

要介護認定者の 障害者控除対象者 認定書の交付

障害者控除対象者認定書を平成28年2月1日から窓口で交付します。

平成27年中に要介護認定を受けている方や要介護認定者(死亡者を含む)を扶養している方で町が定める障害者控除の要綱の基準に該当する方は、確定申告時に所得控除を受けることができます。

すでに身体障害者手帳等の交付を受けている方は、認定書は必要ありません。

【問い合わせ先】

福祉課

☎95・11115

IP 050・5207・3008

瑞穂支所

☎83・11121

IP 050・5207・5000

羽須美支所

☎87・0221

IP 050・5207・6500

合同相談会を 開催します！

島根県労働委員会と島根労働局などの関係機関の共催により、「パワハラ」「突然解雇」「賃金不払」など、労働者と事業主との間のトラブルを解決するお手伝いをします。

【日時】
3月6日(日)
10時～15時

【場所】
出雲市民会館
出雲市塩冶有原町2丁目15

【料金等】
・無料(秘密厳守します)

2月の納税

- ◎固定資産税(第4期分)
 - ◎国民健康保険税(第11期分)
- 納期限 2月29日(月)

3月の納税
国民健康保険税(第12期分)

予備自衛官を 募集します。

予備自衛官補とは、一般の社会人や学生といった自衛官未経験者を「予備自衛官補」として公募・採用し、教育訓練修了後、「予備自衛官」として任用する制度です。ITの発達や自衛隊の役割の多様化等に対し、民間の優れた専門技能を有効に活用していくことを目的とし、一般と技能の2コースがあります。

【問い合わせ先】

島根県労働委員会事務局
☎0852・22・5450

予備自衛官補に関する待遇等は以下のとおりです。
教育訓練招集手当
日額7,900円
教育訓練日数
一般公募3年以内に50日間
技能公募2年以内に10日間
それぞれの期間内に所定の教育訓練を終了した場合、翌日に、陸上予備自衛官として任用されます。

【応募締切】

4月8日(金) 締切日必着

【応募資格】

一般公募 18歳以上34歳未満の者(7月1日現在の年齢)
技能公募 18歳以上で、国家免許資格等を保有する技能に応じ、53歳から55歳未満の者(7月1日現在の年齢)
その他にも資格要件があります。詳しくは、問い合わせください。

【採用試験】

試験期日 4月15日(金)から4月19日(火)のうち指定される1日
試験場所
一般公募
陸上自衛隊出雲駐屯地
技能公募
陸上自衛隊伊丹駐屯地
(兵庫伊丹市) 又は、
陸上自衛隊海田市駐屯地
(広島県安芸郡海田町)

【合格発表】

5月20日(金)

【採用時期】

7月1日以降

【採用予定数】

東海・北陸・近畿・中国・四国地方で
一般公募 約520名
技能公募 約60名

【問い合わせ先】

自衛隊島根地方協力本部
募集課
☎0852・21・0015
<http://www.mod.go.jp/pco/shimane>

相続税・贈与税 の無料相談会

2月23日は税理士記念日です。相続が発生したとき、まず税理士に相談していただくことにより、司法書士などの専門家と連携して相続に関する手続きを行えますので、煩わしさに悩まなくてすみます。ぜひともこの機会に無料相談会へお越しください。

【日時】

2月23日(火)
①午前の部 10時～12時
②午後の部 13時～15時
事前申し込みは不要です。

【場所】

浜田公民館 図書室
浜田市殿町6・1

【料金】

無料

【問い合わせ先】

中国税理士会浜田支部
☎0855・22・0455

広告募集中！

縦 4.5センチメートル
横 6.0センチメートル
1枠 3,000円
(町外 5,000円)

【問い合わせ】

邑南町役場総務課
☎95-1111
IP 電話 050-5207-3000

平成28年度

くにびき学園「西部校」 学生募集

くにびき学園は「地域の中で役立ちたい」というシニア世代のための学びの場です。幅広い学習活動と仲間づくりを通して、新しい生きがいを見つけてませんか。

【修学期間等】

2年間（平成28年4月～平成30年3月）年間40日

【開校日・場所】

毎週金曜日
いわみーる
（浜田市野原町1826・1）

【学習内容】

総合講座及び専門講座（社会文化科・園芸科・陶芸科・健康福祉科）

【定員】

各学科20名

【入学資格】

①県内在住、4月1日現在で満60歳以上の方。
②卒業後の地域活動に意欲的な方。

【授業料等】

入学金10,000円
授業料年額18,000円
※資料代等が別途必要

【募集要項・願書】

社会福祉協議会またはくにびき学園西部校等で配布し

ます。

【出願期限】

3月11日（金）必着

【問い合わせ先】

くにびき学園西部校
（島根県社会福祉協議会
石見支所）

☎0855・24・9336

オープンキャンパスも開催します。詳しくは「シマネス くにびき学園」HPをご覧ください。

島根県司法書士会・ 松江地方法務局合同 相続に関する 登記相談所

【日時】
2月7日（日）
10時～15時

【場所】
松江地方法務局浜田支局
（浜田市田町116・1）

【内容】
土地や建物の相続に関する登記相談。相談には、司法書士が応じます。相談は無料で秘密は厳守します。

予約制となっておりますので、電話により予約をしていただいで、ご利用ください。

【予約・問い合わせ先】

松江地方法務局浜田支局
☎0855・22・0959

石見法律相談センター 一斉相談会

弁護士による法律相談を実施します。

【日時】
3月4日（金）
13時～16時

【場所】
川本町役場

【内容】
相談時間40分以内。
電話で申し込み。
料金は原則無料（3回目の継続相談から有料になり、相談料5,000円）。

【予約・問い合わせ先】
石見法律相談センター
☎0855・22・4514

福祉・介護の仕事 転職・就職フェアに お越しください！

島根県内の福祉事業所の人材確保及び福祉職場に就職を希望する方への支援を目的に開催します。

【日時・会場】
2月7日（日）
12時～15時30分

くにびきメッセ（松江市）

【内容】
事業所PRブックの配布、PR動画の上映

・福祉の仕事ガイダンス
・事業所による個別就職面談
・コーナー

・福祉人材センターによる就職に関する相談・求職登録
・ハローワーク、ナースセンター、ミドル・シニア仕事センター、シルバー人材センターによる就職相談

※参加無料、申込不要、入退場自由、服装自由

【予約・問い合わせ先】

島根県社会福祉協議会
（島根県福祉人材センター）
☎0852・32・5957

司法書士

無料法律相談会

司法書士による無料法律相談を実施します。

【日時】
2月20日（土）
13時～15時

【場所】

すこやかセンター（川本町）

【内容】

遺産相続、遺言、不動産の売買、名義変更登記、お金の貸し借り、借金・ローン、クレジット、悪質商法、会社の登記、裁判、調停、成年後見等高齢者の財産管理など、さまざまな法律相談・登記相談（無料、予約優先、秘密厳守）
※完全予約制のため、予約のない時は中止する場合があります。

【予約・問い合わせ先】

島根県司法書士会
司法書士総合相談センター
☎0120・114・234

◎受付時間
平日 12時30分～15時30分

交通事故発生状況 12月

		発生(件)	死者(人)	傷者(人)
邑智部	12月	1	0	1
	前年比	-1	0	-1
邑南町	12月	1	0	1
	前年比	+1	0	+1
石見地域	12月	1	0	1
瑞穂地域	12月	0	0	0
羽須美地域	12月	0	0	0

平成27年中交通事故発生状況

		発生(件)	死者(人)	傷者(人)
邑智部	H27	13	1	12
	前年比	0	0	-3
邑南町	H27	8	0	8
	前年比	-1	-1	-2
石見地域	H27	5	0	5
瑞穂地域	H27	0	0	0
羽須美地域	H27	3	0	3

浜田税務署からのお知らせ

【問い合わせ先】 浜田税務署 ☎ 0855-22-0360 (代表)

★平成 27 年分の確定申告の相談及び申告書の受付は、

所得税 及び 復興特別所得税	平成 28 年 2 月 16 日 (火) から 平成 28 年 3 月 15 日 (火) まで ※還付申告については、平成 28 年 1 月 1 日 (金) 以降、 相談及び申告書の提出ができます。
消費税 及び 地方消費税	平成 28 年 3 月 31 日 (木) まで

※平成 27 年分所得税及び復興特別所得税の確定申告期間は、2 月 16 日 (火) から 3 月 15 日 (火) ですが、土・日曜日は 税務署の閉庁日で、申告の相談及び窓口での申告書の受付は行っておりませんので、ご注意ください。なお、申告書は郵送等又は税務署の時間外収受箱への投函により提出することができます。

★申告会場の開設日程について

- ◇設置期間 平成 28 年 2 月 16 日 (火) ～平成 28 年 3 月 15 日 (火)
- ◇場 所 浜田税務署仮庁舎 (旧浜田市立図書館)
- ◇相談時間 午前 9 時～午後 5 時 (受付は午前 9 時～午後 4 時)

【ご注意ください】

- ※申告会場は、本庁舎の耐震改修工事のため、浜田税務署仮庁舎 (旧浜田市立図書館) に変わります。
- ※土・日曜日は開設していません。
- ※税務署の駐車場は台数に限りがありますので、来場の際には公共交通機関をご利用ください。

★申告会場は大変混み合います。

申告書の作成はご自宅でも！便利で簡単！
国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」
を利用して郵送で提出！！

「確定申告書等作成コーナー」で申告書等を作成して出力 (プリント) すると・・・

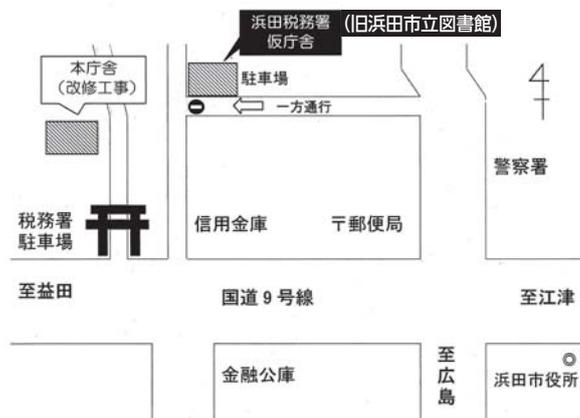
住基カード不要！

24 時間利用可能！

計算誤りなし！

郵送なら待ち時間なし！

 国税庁 で検索。



※申告期限間近になると会場内が大変混雑しますので、お早めに申告されることお勧めします。

★申告相談とマイナンバー制度について

平成 27 年分の申告相談会場においては、マイナンバーでの本人確認はありません。マイナンバーを記載することになるのは平成 28 年分の確定申告からとなります。その際には、本人確認書類 (※) の写しの添付をお願いします。本人確認書類の写しが無い場合には、後日、税務署より本人確認書類の提出を求められることがあります。

※本人確認書類とは、次の書類です。

- ① 個人番号カード
- ② 通知カード及び運転免許証等の顔写真付きの身分証明書
- ③ 個人番号が記載された住民票の写し及び運転免許証等の顔写真付きの身分証明書

平成 27 年分所得の申告相談を各地区で行います。

確定申告の相談 2月16日(火)～3月14日(月)

★所得税及び復興特別所得税の確定申告

所得税と復興特別所得税の確定申告は一括して行われますので、一回の申告で両方の確定申告が終わります。

◆確定申告の必要な方

(平成 27 年中の所得の合計額が基礎控除などの所得控除の合計額を超える方)

- ①事業をしている方
- ②不動産収入のある方
- ③土地、建物などを売った方など

◆給与所得者で確定申告の必要な方

- ①給与の年収が 2 千万円を超える方
- ② 1 か所から給与を受けている方で、給与所得及び退職所得以外の所得が 20 万円を超える方
- ③ 2 か所以上から給与を受けている方で、従たる給与の収入と給与所得及び退職所得以外の所得の合計が 20 万円を超える方
- ④同族会社の役員などで、給与のほかに貸付金利息や不動産等の資産の使用料の支払いを受けている方

★住民税（町民税及び県民税）の申告

◆住民税の申告が必要な方

平成 28 年 1 月 1 日現在で町内に住所を有し、平成 27 年中に所得のあった方

※ 27 年中の所得が給与所得だけで年末調整の済んでいる方、税務署に確定申告をした方は住民税の申告の必要はありません。

◆次の方も住民税の申告が必要です

- ①税務署に申告したが「所得税がかからないので申告の必要がない」と言われた方
- ②給与所得者で給与所得以外の所得が 20 万円以下の方
- ③公的年金受給者で、公的年金以外の所得がある場合や生命保険料控除など「公的年金等の源泉徴収票」に記載されていない各種控除を受ける場合
- ④所得証明書、課税証明書の交付を受けるためには、所得がない場合でも「所得なし」の申告が必要です

※自分が住んでいる住宅や、生活必需品などの事業・農業などに使わない資産の損失は通常所得控除の対象や必要経費となりませんが、災害などによる損失の場合は雑損控除の対象となります。申告には被害にあった住宅などの被害額を計算する資料、応急処置のための費用等の領収書などが必要になります。対象となるかどうかは 1 件ごとに内容を精査しながら決定しますので、詳しくは税務署までお問い合わせください。

★申告に必要なもの

- ①税務署から送付された確定申告書があればその申告書
- ②印鑑
- ③給与や年金の源泉徴収票
- ④営業や農業等の収入金額や必要経費の資料
※平成 26 年分から、事業所得のある全ての方は帳簿付けと保存が義務付けられています。
- ⑤生命保険や損害保険等の満期金や解約一時金の支払明細書
- ⑥生命保険や損害保険等の年金の支払明細書
- ⑦土地建物等の譲渡がある場合は、売買契約書の写し。公共事業の場合は「収用証明書」、「買取証明書」及び「買取の申し出証明書」
- ⑧国民年金保険料の領収書又は控除証明書
- ⑨国民健康保険税、介護保険料やその他の社会保険料の納付額がわかるもの

ご注意ください

保険満期金や個人年金の所得申告を忘れがちです。申告前に確認をお願いします。

- ⑩生命保険料控除、地震保険料控除の控除証明書
- ⑪認定制度（介護保険）による障害者控除を受ける場合は、邑南町が交付した認定書（福祉課、支所福祉係へ相談）
- ⑫医療費控除を受ける場合は、医療費等の領収書、健康保険や生命保険から支払われた高額療養費、出産一時金、入院 保険金等の額がわかるもの
- ⑬所得税の還付金振込口座の番号がわかるもの
- ⑭新規に所得税の振替納税を希望する場合は、申告者名義の預金通帳と届出印
- ⑮上記のほか各種所得の収入金額及び必要経費、または各種控除の計算に必要な資料

★平成 27 年分から適用される所得税の主な改正事項

1. 所得税の税率について、所得が 1,800 万円を超える金額の区分（税率 40%）が 4,000 万円以下（税率 40%）と 4,000 万円超（税率 45%）の区分になりました。
2. 公的年金等に係る確定申告不要制度について、源泉徴収の対象とならない公的年金等の支給を受ける者はこの制度を適用できないこととされました。

【問い合わせ先】 役場税務課 ☎ 9 5 - 1 1 9 3 IP050-5207-3013

寒さに負けず身体を動かそう！

寒い季節になるとどうしても外に出るのが億劫になり、ましてや運動なんて…という方は少なくないのではと思います。一方、年末年始の食べ過ぎで、体重増加が気になっている方も多いのではないのでしょうか。寒い季節におすすめの運動と注意点についてご紹介します。

○●○室内で出来るおすすめの運動○●○

①ラジオ体操

短時間で全身の筋肉を効果的に動かすことが出来るのでおすすめです。

②その場足ふみ

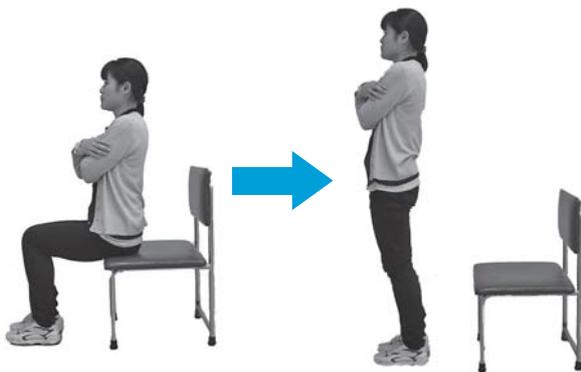
イスに座ったままでも出来ます。軽く息が弾む程度に行います。ウォーキングと同様に有酸素運動の効果があります。体重や血糖値等が気になる方におすすめです。

③軽い筋トレ体操

テレビを見ながら…、家事をしながら…というふうに、何かのついでに行うと継続しやすいのでおすすめです。具体的に2つご紹介します。

■椅子立ち上がり運動

(太もも前面、腰背部を鍛えます)



- ①背筋を伸ばして椅子に座り、両手は胸の前で腕組みをする。
- ②3秒間かけて、膝が完全に伸びるまで立ち上がる。
- ③3秒間で元の姿勢に戻す。
- ④①に戻って繰り返す。

■ヒップエクステンション

(太もも背面、おしりを鍛えます)



- ①背筋を伸ばし、腰の位置を固定したまま、おしりの下のほうに力を入れる。
- ②3秒間がかかたら足を後ろに上げ、1秒間姿勢を保つ
- ③3秒間で足を元に戻す。

寒い時期の運動の注意点

寒い時期は、身体が寒さに対抗して体温を上げようとするため、血管が収縮し血圧が上がります。急激な温度変化は心臓や脳の血管に大きな負担がかかります。

また、寒いと筋肉や腱、靭帯の弾力性も低下するため怪我をしやすくなるので、外で運動する場合は、「寒さ対策」のポイントを参考にしてみましょう。

～ポイント～

- ①暖かい時間帯に運動する。
- ②日没後は気温が急激に低下するので注意が必要。
- ③服装に気を配る。手袋やマフラー等で外気に触れる部分を減らす。
- ③ストレッチ等の準備運動をする。いきなり寒い屋外に出ない。



『健康チャレンジ事業』

に参加して、健康を維持しよう！

役場各支所・公民館においてある応募用紙に、1～2月の血圧を記録して提出すると参加賞と交換します。冬場は特に血圧が高くなりやすいので、この機会にぜひチャレンジしてみてください。

詳しくは、役場保健課までお問い合わせください。

おおなんの

保健福祉

保健課 083-11123
福祉課 050-52075002
IP050-52073008
羽須美支所 087-0221
IP050-52076500

ご家庭で介護をしている方へ

介護する人が仲間に出会ってホッとできる場

「介護者家族の会」 開催しています！



ご家庭で介護をしている家族介護者同士が集う場です。日頃の介護の悩みなどを気兼ねなく語り合い気分転換しませんか。

【対象者】

要介護1～5の方を家庭で介護している家族介護者

場 所	口羽公民館	中野公民館
開催日時	毎月第3木曜日 2月18日(木) 10:00～11:30	毎月第3月曜日 2月15日(月) 10:00～11:30
内 容	意見交換	桃源の家職員によるレクリエーションと介護のアドバイス 意見交換
参加費(お茶代)	100円	
参加申込先	羽須美支所 福祉係 ☎87-0221 IP050-5207-6500	福祉課 地域包括係 ☎95-1115 IP050-5207-3008

※地域は問いませんので、ご都合のよい会場へお気軽に参加ください。

※保健師等専門職による個別相談にも対応します。事前にご予約ください。

こんにちは!!

地域包括支援センターです。

2月20日(土)より
開設!!

オレンジカフェ おおなん

認知症の人とその家族、専門職、地域の方が気軽に集い、交流できる憩いの場です。申し込み不要ですので、お気軽にお越しください。

【開催日時】 毎月第1・第3土曜日
13:30～15:30

【場所】 瑞穂西デイサービス内
上亀谷2180番地1

【参加費】 100円

詳しくは、広報と一緒に配布したチラシをご覧ください。

【問い合わせ先】

役場福祉課

☎95-1115 IP050-5207-3008

おおなん福祉会

☎83-2010 IP050-5207-6301

2月の当番医



7(日)	前眼科医院	加藤病院
11(木)	三上医院	加藤病院
14(日)	公立邑智病院	加藤病院
21(日)	上田医院	大隅医院
28(日)	公立邑智病院	加藤病院

※当番医は変更されることがあります。最新情報は、おおなんケーブルテレビのデータ放送(dボタン)または邑南町ホームページでご確認ください。

★作り方
①豆腐は、水分をよくきって、つぶす

★材料 大人1人分
豆腐 60g
ほうれん草 40g
A ひき肉 40g
パン粉 大さじ4
サラダ油 少々
B しょうゆ 小さじ1/2
水 大さじ4

豆腐ハンバーグ
親子で食べられる取り分けレシピを紹介します。



簡単で、おいしく、楽しく！
お子さん
子育て応援レシピ

- ②ほうれん草は、茹でて粗みじん切る
- ③①、②、Aをよく混ぜ合わせて2つに分け、小判型に整える
- ④フライパンにサラダ油を熱し、③を入れて両面を焼き、ふたをして弱火で蒸し焼きにする
- 子ども用を取り出し、Bをからめる
- ※子ども用は、大人の1/4量位を目安に丸めて一緒に焼き、タレをからめる前に取り分けましょう。
- ※9か月以降のお子さんのお手づかみ食べや前歯でかじりとる練習になります。

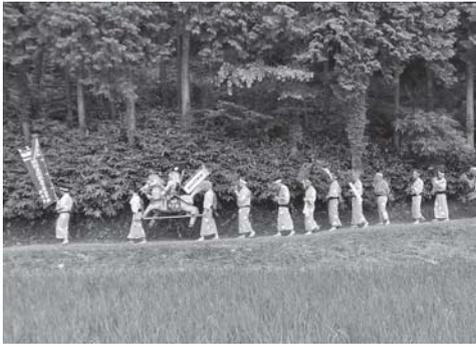


毎年7月20日、矢上地区鹿子原集落では、笛、太鼓、鉦の音が集落に響くなか、五穀豊穡を願う伝統の唄と踊りが行われます。

昭和42年に県指定無形民俗文化財に指定された「鹿子原の虫送り踊り」です。

かつては各地で見られた虫送り踊りですが、しだいに少なくなるなか、鹿子原の虫送り踊りは、全国でも数少ない古形を残す行事として現在も受け継がれています。

花笠に浴衣、紅たすき姿の踊り手が腰に太鼓をつけ、虫送り唄と笛、鉦の音が響くなか、太鼓のばちを振りかざ



田園風景を進む行列

鹿子原の虫送り踊り

し、動きを合わせながら踊ります。最初は集落にある三穂両神社の境内で唄と踊りを奉納し、その後は各所で披露しながら、最後は諏訪神社へ向かいます。

踊り手の前には、乗馬姿の藁人形「斉藤別当実盛」が進みます。虫送り踊りでこの実盛の藁人形が同行する由来については、諸説あるようです。

ある説では、実盛の霊を慰めるもので、源平合戦のころ、源氏方に追われた実盛が、不覚にも田の稲株に足をとられ倒れてしまい、そのため捕縛されたので、首を斬られる時に「こうなったのはあの稲株のせいだ。この上は生まれかわって害虫になり、年々歳々稲を喰い荒してやる。」と言いつつ首をはねられた実盛が、害虫となって稲を喰い荒すようになったの言い伝えから、実盛の霊を慰め、無事村から害虫を送り出すためというもの。

その他にもいろいろな説がありますが、いずれにせよ農薬などがなかった時代に何とか害虫を駆除して豊作を願う農



乗馬姿の藁人形「斉藤別当実盛」

民の気持ちを表しているようです。

この鹿子原の虫送り踊りは多方面で活躍しており、また多くの表彰を受けております。近年では、NHK番組の「民謡魂 ふるさとの唄」に出演し披露したほか、表彰では公益財団法人ポーラ伝統文化振興財団より、地域において永年地道に努力され、優れた業績を残し、後進の指導・育成にも努めている個人・団体が表彰される「地域賞」を受賞、また邑南町からも多年伝統地域の貴重な伝統文化の保存、伝承に寄与されていることを称えられ「教育文化功労表彰」を受賞されています。

7月20日の当日、鹿子原集

落は、県内外から沢山の見物客と写真愛好家で賑わいます。田園風景のなか、田のあぜを藁人形の実盛を先頭に、花笠に浴衣、紅たすき姿の踊り手達がゆっくり歩く姿は見ていると感動を受けます。

伝統行事が廃れるなか、古形を残しながら現在も受け継がれている鹿子原の虫送り踊り。源平合戦にも思いを寄せながら、今年の7月はぜひ見に行ってみてはいかがでしょうか。

【参考・引用文献】

- 「石見町誌 下巻」
発行 石見町／編集 石見町誌編集委員会／昭和47年
- 「天上百年誌」
発行 矢上コミュニティセンター／編集 矢上誌編集委員会／平成15年
- 「むかしむかしあつたげな」
編集・発行 石見お楽しみテレビ協賛会／平成2年



歌に合わせてバチを振りかざす踊り手

U・イターシンポジウム
移住者を
歓迎する人たちの
住む町とは

地域で暮らす人たちの思いと、移住者が感じているこの町の良さを重ね合わせながら、「住んでいて良かったと思える邑南町とは」を考えるシンポジウムを開催します。皆さん、ご参加ください。

【基調講演】

○藤山 浩氏

島根県中山間地域研究

センター研究統括監

○大江正章氏

出版社コモンズ代表

【パネルディスカッション】

○パネラー

定住支援コーディネーター、

定住促進支援員ほか5名

【日時】

2月13日(土)

13時30分から(開場13時)

【会場】

矢上交流センター

【申し込み・問い合わせ先】

定住促進課

☎ 95・1117

IP 050・5207・3019

Email: teiju@town-ohnan.jp

如月・和田原 ぐるっとウォーキング



2月27日(土)

受付 午前9時00分～
開始 午前9時30分

- 【集合場所】** 和田原自治会館
【内 容】 ウォーキング 約5.1km
【参加費】 無料
【持ってくるもの】 飲み物、雨具、お持ちの方は万歩計
【申し込み先】

2月24日(水)までに電話でお申込みください。
ウォーキング相談窓口(元気館トレーニング室内)

☎ 83-2270 IP 050-5207-5005

高原公民館

☎ 84-0521 IP 050-5207-5500

8020よい歯のコンクールで 優良賞受賞!!

平成27年度「8020よい歯のコンクール(満80歳以上で自分の歯を20本以上持っている方)」が、島根県歯科医師会主催で行われました。

邑南町からは、森脇忠彦さん(日貫)が優良賞に入賞されました。



森脇さん、優良賞の入賞
おめでとうございます。



何でも美味しく
食べられるように、
よく噛むことや歯磨
き習慣に気をつけて、
自分の歯を守りたい
ですね。



事業所名	職 種	内 容	年齢	備 考
くるみ学園・ くるみ邑美園 (中野)	支援員・指導員	利用者の生活支援	不問	
公立邑智病院 (中野)	看護アシスタント (看護助手)	入院患者の看護アシスタント業務 (介護、リハビリ介助、ベットシー ツ交換等)	不問	
医療法人徳祐会 (上田所・高見)	看護師・准看護 師	介護保険施設等における看護業務	不問	看護師・准看護師免許
	介護職員	介護保険施設等における介護業務	不問	介護福祉士・ヘルパー2 級(あれば尚良し)
	調理職員	介護保健施設等における調理業務	不問	調理師免許(あれば尚良 し)
有限会社町田土建 (鱒淵)	土木作業員	一般土木作業、車両の運転業務	不問	普通自動車免許 大型自動車1種(あれば 尚良し)、車両系建設機 械(あれば尚良し)
有限会社寺本建設 (原村)	廃タイヤの収 集・処分	廃タイヤの収集運搬業務、廃タイ ヤの破碎処理業務 (勤務場所:浜田市旭町今市)	不問	4tトラック運転の経 験2年以上、普通自動 車免許(AT限定不可)
株式会社トリコン (中野)	技能職	LEDの製造にかかる機械オペレ ーター及び検査・出荷業務	不問	
丸二株式会社 (大朝)	食品製造作業員	食品製造作業、原材料投入作業、 重量物の移動等	不問	
	梱包作業員	食品包装、梱包作業等	不問	
有限会社小林建設 (上田所)	作業員	チョウザメの養殖管理、キャビア の製造販売	不問	普通自動車免許(AT 限定不可)

【問い合わせ先】 邑南町無料職業紹介所 ☎ 95-2565 (商工観光課内) IP 050-5207-3020

紹介所は商工観光課内にあり、午前8時30分から午後5時まで、毎日相談に
応じています(土日祝日を除く)。

邑南町無料職業紹介所

求人情報



最新の邑南町の求人情報はハローワークインターネットサービスをご利用ください。

<https://www.hellowork.go.jp/index.html>

国民年金保険料の納付は「口座振替」が便利でお得です！

便利

自動引き落としで納め忘れがありません。
金融機関等へ行く手間と時間が省けます。

お得

早割・前納を利用すると保険料の割引があります。

◆平成 27 年度の保険料月額 15,590 円

○毎月納付書で現金払いする場合
○当月分を翌月末に口座振替する場合

15,590 円

50 円お得！

○当月分を当月末に口座振替する場合
(早割)

15,540 円

◆1 年度分または 6 か月分の口座振替による前納は、さらにお得です！



割引額より大きな「2 年前納 (口座振替)」もあります！

< 2 年前納のメリット >

- ① 2 年間で 15,000 円程度の割引となります。
- ② 2 年前納分の全額がその年の社会保険料控除の対象となります。

※ 2 年前納は口座振替のみご利用が可能です。
注意：上記、国民年金保険料額・割引額は、平成 27 年度の保険料額を元にした目安額ですので、実際に引き落とされる金額とは異なります。
国民年金保険料額は毎年物価変動により変わります。

- ◆ 口座振替申出書は、最寄りの年金事務所、役場窓口にて備えています。必要事項を記入、押印（金融機関の届印）し、最寄りの年金事務所又は役場へ提出または郵送してください。金融機関窓口にて提出していただいても結構です。
- ◆ 口座振替が開始されるまで、申込み後 2 か月程度かかります。
- ◆ 口座振替の申し込みは、① 1 年度分及び上記 6 か月分（4～9 月分）は、2 月末までに、② 下記 6 か月（10～翌年 3 月分）は 8 月末までに、年金事務所必着となるように早めにお申し込みください。

年金掲示板

町民課

☎ 95-1114
(050-5207-3006)

【問い合わせ先】
浜田年金事務所 0855-22-0670
町民課 095-1114
瑞穂支所 083-0221
羽須美支所 087-0221
IP 050-5207-6500
IP 050-5207-6500
IP 050-5207-6500



英語指導助手

ウエンディの随想

ふと目をやると、誰かの本にサーフボードを持った男性が砂浜を走っているイラストが載っていました。ハワイに住んでいた頃を思い出します。ずっとやってみたかったサーフィンですが、やったことはありません。オアフ島の大学にはサーフィンの授業がありますが、授業を受けられるのは最終学年のみで順番待ちが必要でした。

そこで私は、護身術に関する授業を代わりに受けました。その授業は、背が低く年を取って弱々しく見える日本人の先生と、背が高く若くたくましいアメリカ人のアシスタントが行います。初日の授業が始まるのを待ちながら、私は若いアシスタントが簡単に年配の先生を制するだろうと考えていました。最初は教わるのは、単純に相手の手をしっかりとつかんで引き倒すことで、どうやって相手の膝に痛みを与えるかでした。もちろん攻撃するのは大きくて若いアシスタントで、防御するのは年配の先生です。若いアシスタ

ントが年配の先生に勝てないのは、最初の実技で明らかにになりました。そればかりか、先生は相手をひどく痛めつけたりしないように手加減していました。私はその授業で友達もできませんでした。彼女は背が低く、長い金髪と青い目の天使みたいな顔でした。授業ではよく彼女とペアで練習しましたが、学期が終わった数か月後には私はラスベガスに戻りました。それから10年経ち、ある時いつもの教会で礼拝をしていると、いつもは見かけない後ろ姿があります。礼拝が終わって散会する時になって、あの護身術の授業で一緒だった友達だとお互いに気づきました。うれしい再会でしたが、残念ながら彼女は親戚に会いに来ただけでラスベガスに住んでいませんでした。その後連絡を取ることもありませんでしたが、彼女は私の知る限り最も素晴らしい人のひとりだと思っています。ハワイに住んでいる間にサーフィンではできませんでしたが、私には他にすばらしい思い出がいっぱいできました。

図書館からのお知らせ

●2月の開館案内 (本館)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29					

■は休館日です。

《開館時間》9:30～17:30

石見分館、羽須美分館の休館日、開館時間は各分館にお問い合わせください。

図書館本館 ☎ 83-1760

羽須美分館 ☎ 88-0001

石見分館 ☎ 95-1044

●2月の行事

3日 (水) ストーリーテリング勉強会 (本館)

20日 (土) おはなし会 (本館)

絵本作家・鳥の巣研究家 鈴木まもるさん 講演会開催

【日時】 2月28日 (日) 13時～15時

【場所】 元気館アリーナ

【内容】 「絵本と鳥の巣の不思議」

*親子でご参加ください。

鳥の巣を手にとってみることもできます。

鈴木まもるさんの作品

「せんろはつづく」シリーズ、「ふしぎな鳥の巣」「鳥の巣研究ノート」他多数



◆◆ 臨時休館のお知らせ ◆◆

図書館システム更新のため、

2月22日(月)～2月29日(月)本館、石見分館、羽須美分館は休館します。

ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

なお、石見分館、羽須美分館

は2月8日(月)、本館2月9日(火)から貸出冊数を無制限とします。

新刊案内

「母と暮らせば」・・・山田洋次 集英社

「みんなの学校が教えてくれたこと」・・・木村泰子 小学館

「ヨイ豊」・・・梶ようこ 講談社

「ふるさとを元気にする仕事」・・・山崎亮 筑摩書房

「世界の権力者が寵愛した銀行」・・・ファルチャーニ 講談社

インターネット、携帯電話から検索・予約ができます。右のQRコードから携帯サイトへアクセスできます。



ホームページアドレス <http://library.town.ohnan.lg.jp/WebOpac/webopac/index.do>

人口の動き

(平成28年1月1日)

	前月比	前年同月比
男 /	5,346人 - 7	-94
女 /	5,987人 - 3	-60
計 /	11,333人 - 10	-154
世帯数 /	5,003世帯 - 1	-27

高齢者比率 42.2%

※住民基本台帳人口(外国人含む)を使用しています。

編集後記

今年も「広報おおなん」を
よろしく願います。



朝ドラ「あさが来た」見えますか?ドラマもヒロインのハキハキとした行動が気持ちよく面白いですが、主題歌もホッと暖かく、優しい感じが好きです。ドラマでは流れない部分の歌詞で、「その距離を競うより どう飛んだか ごとを飛んだのか それが一番 大切なんだ」という所があります。スポーツ選手や賞を受賞した人を見ると、ついつい結果にばかり目がいってしまいます。結果もですが、それまでの努力や工夫は人並みならぬものがあるのだと思います。毎日の行動が本当に大切なんだと思うので、手帳に「いい習慣を続ける」と改めて書き、今年の抱負にしました。続けることは大変ですが、今年はコツコツと歩んでいきたいと思います。

今月号の表紙は、みずほ・ひの様より提供していただきました。ありがとうございました。(やんこ)



※広報おおなんは、環境にやさしい植物油インクと再生紙を使用しています。