

広報



The Shitara Monthly

し たら



成人、おめでとうございます

CONTENTS



設楽ダム関連事業(愛知県施工)の進捗状況	2~3
防災行政無線工事のお知らせ/野良猫にエサを与えている方へ	4
地域づくりフォーラム~未来へつなぐ設楽ダム~	5
愛知県男女共同参画人材育成セミナーの受講者募集	6
教育委員会定例会の傍聴について	6
罹災証明書・被災届出証明書について	7
要介護認定者の障がい者控除とおむつ代の医療費控除のお知らせ	8
1年に1回は歯周疾患検診を!/役場からのトピックニュース	9
東三河消費生活設楽相談室	11
新城市消防署設楽分署です!!	13

お詫びについて

広報したら 2022/1月号 No.194 1ページ 表紙に誤りがありました。正しい写真は今月号の最終ページに掲載します。

設楽ダム関連事業(愛

知県施工)の進捗状況

工事の進捗状況

設楽ダム関連事業のうち、愛知県が、地域に不可欠な生活基盤整備など生活再建対策として、国土交通省が行う事業(ダム本体、水没付替道路)以外の道路整備などを行っています。

工事中は、通行止めなどご迷惑・ご不便をおかけすることとなりますが、皆様のご理解・ご協力を引き続きよろしくお願いいたします。



①国道257号 清崎 D2-2(安沢坂)
 ・現道の急カーブを緩和するため、約1kmのS字形の緩やかなカーブに道路を改修します。



②国道420号 豊邦 D8(落合橋)
 ・1車線分の橋が完成しました。交通を切り替え、旧橋を撤去し、もう1車線分の橋を造ります。



③国道473号 神田 D13(月バイパス)
 ・バイパス整備のために1号橋を建設中です。その後、東栄側とを結ぶトンネルを掘る予定です。



④設楽根羽線 八橋 D14
 ・現道の設楽根羽線がダム完成時に水没するため、道路の付け替え工事を行っています。

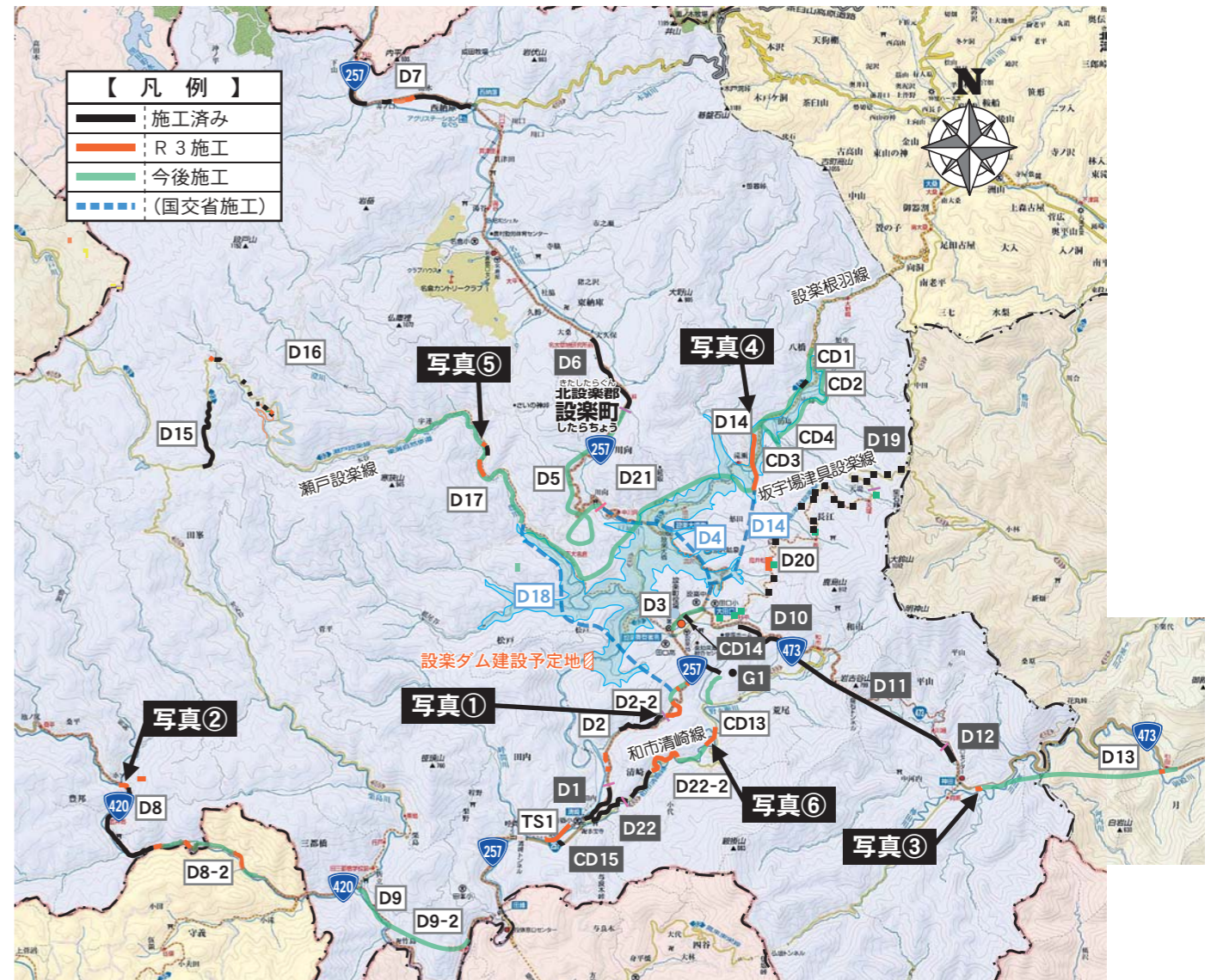


⑤瀬戸設楽線 東納庫 D17
 ・1車線の道路を2車線に拡幅する工事を行っています。向こう側に清流公園があります。



⑥和市清崎線 清崎 D22-2(塩津大橋)
 ・新しく野々瀬川に架かる塩津大橋が完成しました。続いて現行の塩津橋を架け替えます。

工事か所図



区分	工区	路線名	地区名	整備概要
国道	D1	(国)257号	清崎	片側歩道
	D2		清崎	ゆずり車線+視距改良
	D2-2		清崎	急カーブ緩和
	D3		田口	歩道舗装
	D4		田口・川向	水没付替(国施工)
	D5		川向	2車線整備「川向B.P」
	D6		川向	片側歩道
	D7	西納庫	片側歩道+視距改良	
	D8	(国)420号	豊邦	2車線+片側歩道
	D8-2		豊邦・作手	2車線整備
	D9		三都橋	2車線+片側歩道
	D9-2	三都橋・田峯	2車線+片側歩道「田峯BP」	
	D10	(国)473号	田口・和市	片側歩道+視距改良
D11	和市・神田		2車線+片側歩道「設楽BP」	
D12	神田		2車線+片側歩道「月B.P」	
D13	神田・月(東栄町)	2車線+片側歩道「月B.P」		
県道	D14	設楽根羽線	田口・八橋	水没付替(国・県施工)
	D15	瀬戸設楽線	田峯	現道拡幅

区分	工区	路線名	地区名	整備概要
県道	D16	瀬戸設楽線	田峯	視距改良+待避所
	D17		東納庫・大名倉	2車線+片側歩道
	D18		大名倉・清崎	水没付替(国施工)
	D19	坂宇場津具	八橋・長江	待避所整備
	D20	設楽線	長江・田口	待避所整備
	D21	小松田口線	長江・大名倉	水没付替(県施工)
河川	D22	和市清崎線	清崎	現道拡幅
	D22-2		清崎(第2工区)	現道拡幅
下水	TS1	豊川	清崎・田内	親水護岸
	G1	特定環境保全公共下水道	田口	処理場+幹線管渠
町道	CD1	谷谷知生線	八橋	水没付替(県施工)
	CD2	八橋風越線	八橋	水没付替(県施工)
	CD3	八橋天堤線	八橋	水没付替(県施工)
	CD4	中島方ノ沢線	八橋	水没付替(県施工)
	CD13	上原荒尾線	田口・荒尾	現道拡幅
町道	CD14	田口大崎線	田口	道路新設+両側歩道
	CD15	田内清崎線	田内・清崎	道路新設+片側歩道

※グレー着色は工事完了

解説

- Q.) D1やD2などの記号って何?
 A.) ダム本体と水没付替道路は国土交通省が施行します。愛知県は、水没付替道路の一部と関連道路の整備などを行います。工事か所が広範囲に渡り、工事か所数も多いため、アルファベットと数字で工区を決めています。Dは「道路」、Gは「下水」、CDは「町道」です。



問い合わせ先 愛知県新城設楽建設事務所 設楽ダム関連事業出張所 ☎(62)1331

防災行政無線工事のお知らせ

次の日時は、正午のチャイムと12時30分の定時放送のほか、緊急放送が流れません。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

期 間：2月19日(土) (20日(日) 予備日)と
2月28日(月)～3月3日(木) (4日(金) 予備日)

時 間：9時～17時

問い合わせ先 総務課 ☎(62)0511

野良猫にエサを与えている方へ

野良猫にエサを与えると、その猫がその場所に住みつくようになり、ご近所の敷地内で排泄するなど、ご近所の方とのトラブルに発展することがあります。

おやみにエサを与えないように心がけ、やむを得ずエサを与える場合は、次のことを守ってください。

トイレを必ず用意する

ご自身の敷地内に猫用のトイレを用意し、ご近所の敷地内で排泄しないよう配慮をお願いします。



置きエサをしない

置きエサをすると、ほかの地域から猫やカラスがやって来たり、ゴキブリやハエを発生させることがあります。エサやりの時間を決め、猫が食べ終えたらすぐに片づけましょう。

不妊去勢手術を行う

不妊去勢手術を行わずにエサだけ与えていると、その地域でどんどん野良猫が増えてしまいます。町では、飼い主のいない猫の不妊去勢手術の助成を行っていますので、詳細はお問い合わせください。

猫の行動に注意する

猫が嫌いな方やアレルギーをお持ちの方は、猫が敷地内に入っただけで不快な思いをされます。用意した猫用トイレ以外で猫が排泄してしまった場合は、責任を持って片づけましょう。



問い合わせ先 生活課 ☎(62)0522

地域づくりフォーラム

～ 未来へつなぐ設楽ダム ～

設楽ダム建設場所の見学や、設楽ダム建設を契機とした設楽町および東三河の地域振興をテーマに基調講演やパネルディスカッションを通して、今後の地域づくりについて考えます。

日 時 2月26日(土)

第1部 10時～正午(設楽ダム本体見学：先着40名)

A班 10時00分～の部(9時50分集合)

B班 11時00分～の部(10時50分集合)

第2部 13時～15時(基調講演およびパネルディスカッション：先着200名)

場 所

第1部 集合場所 設楽町役場 駐車場

※当日はマイクロバスにて現場まで移動します。

第2部 奥三河総合センター 講堂

内 容(第2部)

- 真鍋 将一 氏(国土交通省 中部地方整備局 設楽ダム工事事務所長)による基調講演
- パネルディスカッション

対 象 者 どなたでも

参 加 費

無 料(第1部、第2部それぞれ事前申込が必要です)

主 催

豊川水系総合開発促進期成同盟会

後 援

国土交通省中部地方整備局、愛知県、東三河8市町村

申込期間

1月21日(金)～2月14日(月) 17時まで

申込方法

QRコードからお申し込みください。

なお、第2部については、オンライン(ZOOMウェビナー)での参加も可能です。

※新型コロナウイルス感染拡大の状況により、開催方法などが変更となる場合があります。



問い合わせ先 豊橋市 企画部政策企画課 ☎0532(51)3153

愛知県男女共同参画人材育成セミナーの

受講者募集

愛知県では、あらゆる分野での方針決定の場へ女性が登用するよう積極的に推進するため、登用できる人材を育成するセミナーを次のとおり開催する予定です。地域も世代もさまざまな女性たちが集まって、協力し合いながら、研究などを行います。

設楽町からは過去9名が参加し修了しています。興味のある方はぜひ参加してみたいかがでしょうか。ご応募お待ちしております。

- 期間** 令和4年5月から令和5年3月までの間で8回
- 場所** 愛知県女性総合センター(ウィルあいち)
- 対象** 町内に在住の18歳から65歳までの女性で、全日程を通して参加可能な方
- 内容** セミナー、グループワーク、研究レポートと報告書
- 費用** 無料(交通費は自己負担)
- 申込締切** 3月4日(金)



申込・問い合わせ先 企画ダム対策課 ☎(62)0514

教育委員会 定例会の傍聴について

教育委員会は、教育長と4人の教育委員で組織されており、定例会を開催してさまざまな議題を検討しています。

特に現在は、教育振興基本計画(小中学校の統廃合の方針など)の策定に向けて、地区説明会でいただいたご意見などを踏まえて検討を重ねています。

定例会の傍聴を希望される方は、前日までに教育委員会事務局へご連絡をお願いします。

- **日時** 2月定例会：2月8日(火) 19時～
(原則、毎月第2火曜日19時から開催します)
- **場所** 設楽町役場議場
- **傍聴についての注意点**
 - 資料および座席用意の都合がありますので、前日までに教育委員会事務局まで、電話などによりご連絡ください。
 - 前日までに傍聴申込みをされた方は、資料および座席を用意します。また、密の回避などの理由により、傍聴をお断りさせていただく場合があります。

問い合わせ先 教育委員会 ☎(62)0531

りさい 罹災証明書・被災届出証明書について

地震、土砂災害などの自然災害で被災した場合、生活再建などのために必要になる証明書について、お知らせします。近年の豪雨や地震による災害は決して他人ごとではありません。

いざという時のために常日頃から心の片隅に留めておいてください。

■証明の種類と内容

1. 罹災証明書とは？

地震、土砂災害などによって住宅などが被災した場合、町職員が現地を調査し、被害状況を確認した後で、**その被災の程度を証明**するものです。

おもな利用 生活再建に伴う支援などを受けるため

2. 被災届出証明書とは？

地震、土砂災害などによって非住家の建物、動産などが被災した場合、被害状況を町に**届け出た事実のみを証明**するものです。

おもな利用 保険会社の損害保険、勤務先からの助成などを受けるため

※これらの証明書を発行するためには、**確実な証拠となる記録が必要です。万が一、被災された場合でも、可能な限り被害状況の写真撮影をお願いします。**

■申請に必要な書類

1. 各申請書(財政課、津具総合支所で受領、または町ホームページからダウンロードできます)
2. 被災物件の確認できる書類(写真、または修理の見積り・領収書などの写し)
3. 運転免許証の写しなど、本人確認ができるもの(可能な限り)

■その他

- 発行手数料はどちらも無料です。
- 申請期限は原則1か月以内としていますが、被災状況により延長します。

問い合わせ先 財政課 ☎(62)0516

要介護認定者の障がい者控除とおむつ代の医療費控除のお知らせ

今年も確定申告が始まりますが、次に該当する方で、町または医師が認定した場合、障がい者控除、医療費控除の対象となる可能性があります。

対象となる方には、町が保有する介護保険の要介護認定情報(主治医意見書)に基づき申請書を送付しますので、必要な場合は役場町民課へ申請してください。

詳しくは、役場町民課へお問い合わせください。

要介護認定者の障がい者控除

65歳以上の高齢者で12月31日時点で介護認定期間が継続して、一定の基準を満たす人は、身体障がい者に準ずる者として、町が発行する「障害者控除対象者認定書」を確定申告書へ添付することにより、所得税、町県民税の控除を受けることができます。

認定は町が保有する介護保険の要介護認定情報(主治医意見書)に基づいて行います。

【申請のできる方】

身体障がい者手帳などをお持ちでない方で、認知機能の低下または寝たきり状態などで介護を必要とする方(要介護認定者で次の基準に該当する方)

■障がい者

- 主治医意見書の障がい高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)がA1、A2に該当する方
- 主治医意見書の認知症高齢者の日常生活自立度がⅡa、Ⅱbに該当する方

■特別障がい者

- 主治医意見書の障がい高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)がB1以上に該当する方
- 主治医意見書の認知症高齢者の日常生活自立度がⅢa以上に該当する方

おむつ代の医療費控除

寝たきりで医師がおむつの使用を必要と認めた人は、医師または町が発行する証明書を確定申告書へ添付することにより、購入したおむつ代(東三河広域連合または町の支給分を除く)について医療費控除を受けることができます。

証明はかかりつけ医師のほか、町が保有する介護保険の要介護認定情報(主治医意見書)に基づいて行います。

【申請のできる方】(次のいずれにも該当する方)

- ①傷病によりおおむね6か月以上にわたり寝たきり状態にあると認められる方
- ②医師による治療を継続して行う必要があって、おむつの使用が必要と認められる方

【申請方法】

■初めての方

- かかりつけ医師に「おむつ使用証明書」の作成を依頼してください。

■2年目以降の方で、介護保険の認定を受けている方

- 役場町民課に「医療費控除証明書」の作成を申請してください。

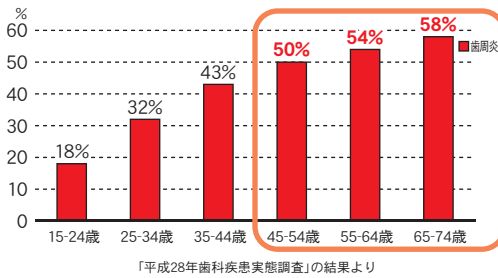
認定基準：主治医意見書の障がい高齢者の日常生活自立度がB1以上で、かつ「尿失禁の発生の可能性」の記載が「あり」に該当する方



したら保健福祉センターからのお知らせ

1年に1回は歯周疾患検診を！

歯周炎の人の割合



40歳以上の半数は歯周炎にかかっています。
歯周炎は、歯を失う一番の原因である歯周病のリスクとなります。

歯周炎になっても気づかずに過ごしていると、知らない間に歯周病になっていることもあります。

1年に1回は歯科医院で歯周疾患検診を受けましょう。

節目年齢の方は無料で歯周疾患検診を受けられます

対象：令和3年度に、満35歳、40歳、50歳、60歳、70歳の方

対象の方には**5,170円相当の無料**クーポンをお送りしていますが、有効期限が迫っていますので、早めの受診をお願いします。

無料券

有効期限 令和4年2月28日(月)



※クーポンをなくしてしまった方や、町外の歯科医院でクーポンを利用したい場合は、したら保健福祉センターへご連絡ください。

問い合わせ先 したら保健福祉センター ☎(62)0901

役場からの

トピックニュース

愛知の星空の聖地“奥三河”

設楽町をはじめとする奥三河地域は、美しい星空が見られる場所として、「愛知の星空の聖地“奥三河”」と呼ばれ、全国的にも星空が美しい地域と認識されています。

町内にある以下の公共施設では、「奥三河☆星空の魅力を伝える会」の協力のもと、定期的に星空案内人による星空観察会を開催しています。また、野外学習中として小学生に星空教室を開催しています。



奥三河総合センター星空観察会の様子

◆「奥三河☆星空の魅力を伝える会」とは

奥三河の地域で、星空観察会や星に関するイベントの開催、星空ガイドの派遣、星空案内人養成講座を開講し、星空ガイドの育成をしています。

◆奥三河総合センター星空観察会

開催期日 毎月1回開催 ※今年度は2月19日(土) 3月12日(土)に開催予定

参加費無料
要申込

問い合わせ先 奥三河総合センター ☎(62)0100

◆つぐ高原グリーンパーク 星空観察会

開催期日 4月～11月までの週末

詳しい開催日程は、下記へお問い合わせください。

問い合わせ先 つぐ高原グリーンパーク総合案内所 ☎(83)2344

お知らせ

マイナンバーカード 窓口の土曜日開庁

2月12日(土)に、マイナンバーに関する手続きの窓口を開庁します。

○日時

2月12日(土)

8時30分～正午

○場所

設楽町役場町民課(※本庁のみ)

○できる手続き

- ・マイナンバーカードの交付
- ・マイナンバーカードの申請支援
- ・マイナンバーカードの暗証番号の再設定
- ・電子証明書の更新、または新規発行
- ・マイナポイント予約申込支援

※これら以外のものは、受け付けを行いません。

○問い合わせ先

町民課 ☎(62)0519

奥三河求人面接会

新城市、設楽町、東栄町、豊根村と新城公共職業安定所による奥三河の事業所の求人面接会を開催します。完全予約制でハローワークの紹介状が必要です。地元での仕事をお探しの方は、ぜひご参加ください。

○日時

2月8日(火)

13時30分～

○会場

新城文化会館

○問い合わせ先

ハローワーク新城

☎0536(22)1160

求職者支援制度の 特例措置

求職者支援制度において、非正規雇用労働者の支援強化のため、職業訓練受講給付金と職業訓練対象者の要件を緩和する特例措置(令和4年3月31日までの時限措置)を

和4年3月31日までの時限措置を下記の①～③のとおり設ける予定です。

①働しながら訓練を受講しやすくなります。

②親や配偶者と同居している方などが、給付金を受給しやすくなります。

③急な都合などで訓練を欠席しても、給付金を受給できるようにします。

具体的な特例措置の内容につきましては、厚生労働省ホームページをご覧ください。



○問い合わせ先

ハローワーク新城

☎0536(22)1160

LINEによる 人権相談

差別・いじめ・DV・ハラスメント・インターネット上の誹謗中傷などについて、悩みを抱えてい

ませんか。

名古屋法務局では、LINEによる人権相談を実施しています。一人で悩まずご相談ください。

○相談時間

8時30分～17時15分まで

(※土日祝を除く)

○相談方法

QRコードまたは検索IDから公式アカウント「SNS人権相談」を友だち登録してご相談ください。

アカウント名:

「SNS人権相談」

検索ID: @snsjinkenoudan



○対象者

愛知県在住の方

○問い合わせ先

名古屋法務局人権擁護部

☎052(952)8111



生活お困りごと

無料相談会

○日時

1月30日(日)

10時～15時30分

○場所

ナディアパーク(名古屋市中)

「アザインホール」

○内容

法律・税金・登記・年金などあ

なたの疑問に専門家がお答えし

ます。

○問い合わせ先

公益社団法人愛知県不動産鑑定

士協会(三番会)

☎052(241)6636

愛知県消費生活

モニター募集

愛知県では、消費者を取り巻く

さまざまな問題に対応するため、

消費生活モニターとして消費者行

政の推進にご協力いただける方を

募集します。

○モニターのおもな活動

①日常生活の中で危険と思われる商品、不当な表示、悪質商法な

どの観察・県への情報提供(年二
回程度)②地域・周囲など身近な方への消
費生活に関する情報の提供③消費生活に関するアンケートへ
の回答(年一回程度)④研修会(年一回の予定)への出席
(交通費は自己負担)など

○応募条件

県内にお住まいの満18歳以上の
方(公務員、公職選挙法による公
職者は除く)

○任期

県が依頼した日～2023年3
月31日

○謝礼

年額1,500円以内(予定)

○募集期間

2月18日(金)まで(消印有効)

○応募方法

役場産業課、各県民事務所など
の広報コーナーで配布する所定
の応募用紙に必要事項をご記入
の上、お申し込みください。応
募は県ウェブページからも受け
付けます。

○申込・問い合わせ先

愛知県県民文化局県民生活部県
民生活課

☎052(954)6163

東三河消費生活設楽相談室からのお知らせ

染毛剤の使用前には必ずパッチテストを！

〔事例内容〕

インターネット通販で購入した白髪染めを使用したところ、かゆみがあり、しばらくすると目が充血し、腫れて開かなくなった。下唇も腫れ、両腕と頭皮に湿疹が出た。病院に行き、処方された薬を飲んだら一週間ほどで改善した。再度使用するとまた同じ症状が出た。

〔ひとことアドバイス〕

- ヘアカラーリング剤の中でも白髪染めなどの酸化染毛剤は、主成分によりアレルギー性の皮膚炎を起こしやすい傾向があります。
- 初めてのアレルギー症状が軽かった場合でも、治まった後に再度使用すると、だんだん症状が重くなり、重篤な症状が現れるケースもあります。染毛剤を使用する際は、必ず毎回パッチテスト(皮膚アレルギー試験)を行いましょう。
- これまで染毛剤で異常を感じたことのない人でも、使い続けるうちに突然、アレルギーを発症することがあります。かゆみ、赤み、痛みなどの異常を感じた場合は、使用をやめ、医療機関を受診してください。

困った時はすぐ相談！

問い合わせ先

東三河消費生活設楽相談室(オンライン相談・事前予約制) ☎(62)0527

東三河消費生活総合センター

毎週月～金曜日 9時～16時30分

☎0532(51)2305



令和3年度愛知県高等学校剣道新人体育大会準優勝



11月20日(土)に名古屋市内の露橋スポーツセンターで令和3年度愛知県高等学校剣道新人体育大会個人戦が、27日(土)に同市内の天白スポーツセンターで団体戦がそれぞれ行われ、津具出身の村松辰樹くん(岡崎城西高校2年)が個人戦・団体戦ともに準優勝しました。全国大会は、来年度の春に開催されます。



第23回米・食味分析鑑定コンクール：国際大会金賞受賞

11月27日(土)、静岡県駿東郡小山町で、お米のオリンピックとも称される品評会「第23回米・食味分析鑑定コンクール：国際大会 in 富士山」が開催されました。各地より出品された5,000点以上のお米の中から、西納庫の有限会社 米作りの原田(代表：原田千春さん)が作付けした“ミルククイン”が「都道府県お米選手権の部」で金賞を受賞しました。



受賞された原田さん夫妻

町内生産者で過去の受賞歴(過去10回)

(敬称略)

開催回	部門	賞	受賞者	品種
第21回	県代表	特別優秀賞	後藤 敬	みねはるか
第20回	県代表	特別優秀賞	金田 百人	みねはるか
第18回	総合	特別優秀賞	原田 千春	コシヒカリ
第17回	県代表	特別優秀賞	金田 百人	みねはるか
第16回	県代表	特別優秀賞	金田 勉	ミネアサヒ
第15回	県代表	金賞	金田 百人	みねはるか
第14回	県代表	特別優秀賞	金田 勉	ミネアサヒ
第13回	県代表	特別優秀賞	金田 勉	ミネアサヒ
第12回	地域栽培	特別優秀賞	金田 勉	ミネアサヒ
第10回	用途別	特別優秀賞	金田 勉	ミネアサヒ



📷 令和4年 設楽町成人式

1月9日(日)、奥三河総合センター講堂で、令和4年設楽町成人式を開催しました。今年も新型コロナウイルス感染防止対策として、人数制限など例年より規模を縮小して行い、新成人45名(出席者36名)が大人の仲間入りをしました。

新成人は、自己紹介で、一人ひとりの現在の状況や将来の夢を力強く語ってくれました。また、記念アトラクションでは、お笑い芸人のあべ こうじさんによる、『H・A・P・P・YになれるモチベーションUP法』と題した講演があり、新成人の門出に華を添えました。



新城市消防署 設楽分署です!!



今回は、津具分遣所の車両を紹介します。

この車両は、平成30年に更新され、比較的新しい車両です。

【津具積載1】

消防車両で、後部には小型のポンプが積載されており、防火用水や河川から吸水し、放水することができます。ほか、交通事故救助や山林事故救助の現場で使用するエンジンカッターやチェーンソーなどの資器材も積載しています。



【津具搬送71】

こちらは赤い色をしています。ケガをした方や病気の方を、ほかの分署などから出動する救急車まで中継搬送するための車両です。救急車は3名が乗車して出動しなければいけない決まりがありますが、津具分遣所は常時2名で勤務をしているため、搬送車となります。

これらの車両は津具地区だけでなく、田口地区や名倉地区、東栄町、豊根村、新城市など、さまざまな地域へ出動し、活躍しています。



【問い合わせ先】

新城市消防署 設楽分署
☎(62)2119



毎日
デスクワーク

寒いから
外出したくない

運動は嫌い

激しい運動は
ケガが心配

「座り続けられない」生活を！

平成30年の健康日本21あいち新計画の中間評価では、運動習慣のある人は、平成24年と平成28年を比較すると、**男性で1.1倍、女性で1.2倍**に増加しています。身近でジョギングをしている人を見かけたことはありませんか？「運動は苦手」「寒いから外に出たくない」と思う人は、まず「動く」ことから始めましょう。

「座り続けられない」だけでOK



家の中で「座り続けられない」ようにしましょう。
「座り続ける」ことは、糖尿病、高血圧リスクとなるだけでなく、代謝が落ち、血管が詰まりやすくなるとも言われています。
 「動く」タイミングは食後が効果的で、血糖値の上昇を抑えることができます。
 食後にすぐお皿を洗う、掃除をする、洗濯物を取り込むなど何でもOKです。「動く」ことから始めましょう。

もう少し
レベルアップ!!

歯磨きしながらできる運動

1. 足を握りこぶし一つ分くらい開き、あごを引き、首から背筋をまっすぐに伸ばし、お腹をへこませる。
2. 左右同時に、かかとをできるだけ高く上げ、もとに戻す。1秒で1往復のテンポで10回、次に、1秒で2往復のテンポで20回行う。
3. かかとの上げ下げを終えたら、右足の半歩前に出し、つま先を立てて、ふくらはぎを15秒伸ばす。左足も同様に行う。



2月のイベントの
お知らせ

運動習慣定着のための15日間チャレンジ!

2月のからだいきいき月間では、自分の生活や体力に合わせて、健康づくりの目標を決めて、15日間取り組んでみましょう。健康づくりの目標なら、何でもOKです。

広報と合わせて各戸に配布される用紙に記入し、したら保健福祉センターへ持ってきた方には、豪華景品をプレゼント!

野菜から食べる

食べたらずを磨く

筋トレをする など

こんな目標は
いかがですか?



当センターでは、健康相談を随時実施しています。電話で予約をお願いします。

問い合わせ先 したら保健福祉センター ☎(62)0901



設楽警察署 だより

不正アクセスウイルス感染は、他人事じゃない！
サイバーセキュリティ対策で侵入・感染をブロック！

◎フィッシングによる情報流出
有名企業や金融機関などを装った電子メールやSMS（ショートメッセージサービス）を送り、住所、氏名、口座番号、クレジットカード番号などの個人番号を詐取する行為をフィッシングといいます。電子メールなどのリンクから偽サイト（フィッシングサイト）に誘導し、スマートフォンにウイルスとして動作する不正なアプリをインストールさせる手口も発生しているので、ご注意ください。

【フィッシング対策】

- メール本文中のリンクを安易に開かない。
- メール本文中のリンクから開いたサイトでIDやパスワードなどを入力しない、アプリをインストールしない。
- 金融機関では、電話や電子メールなどで口座番号や暗証番号、本人の個人情報問い合わせさせることはしていないため、このような電話や電子メールなどを受信したら、契約している金融機関へ問い合わせる。
- 金融機関のホームページで口座番号や暗証番号、本人の個人情報を入力するサービスを利用する場合、金融機関から通知を受けてURL（アドレス）をブラウザから直接入力し、金融機関のホームページを開く。
- クレジットカード会社から身に覚えのない利用代金の引き落とし通知が来た場合は、すぐにクレジットカード会社に連絡して、利用停止などの手続きをする。

更新案内 ののご案内

■優良運転者講習の方
…更新手続きの日に、警察署内での講習受講後（30分程度）交付されます。

■一般・違反運転者講習の方
…更新手続き後に講習日を指定しますので、その講習を受講後に交付されます。

※高齢者講習がお済みの方は、更新手続きの日に交付されます。

※警察署での更新受付は、すべて平日の正午から16時までの間です。

※不明な点は左記までお問い合わせください。



問い合わせ先 設楽警察署
☎(62)0110

田口高校からは こんにちは

1・2年生体験型
進路ガイダンス(12月1日)

大学、専門学校の講座の中から興味のある分野を2つ選び、授業体験をしました。工学や建築、農業や福祉、保育、デザイン、調理、理美容などで、さまざまな魅力ある授業が展開されました。



工学の授業体験



理美容の授業体験



後期体育デー(12月2日)

男子はサッカー、女子はバドミントンとバレーボールで競いました。試合の間や、昼休みなどにも練習する生徒が多く、思い切り体を動かして楽しみました。3年生にとっては最後の体育デー。終了後、学年で記念撮影をしました。



後期体育デー(3年生)

林業科2年生 農業教育
共同実習所(12月7日〜10日)

初日はディーゼルエンジンの分解、翌日はその組み立てとガソリンエンジンの分解と組み立て、3・4日目はトラクター、ホイールローダー、ドラグショベル、フォークリフトの運転、最終日は実習のまとめとなる筆記試験を行いました。



ディーゼルエンジンを分解している生徒

【1月の田口高校】

大学入学共通テストが実施され、いよいよ大学の一般入試が始まります。2年生は進路部面談が始まり、1年生は進路指導部講話が予定されています。

2月 町民カレンダー



日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
		1 親子リトミック教室 (田口特産物振興センター)	2 津具保育園園庭開放 スポーツサークル	3	4	5
6	7	8 乳幼児相談(したら)	9 名倉保育園園庭開放 スポーツサークル 栄養相談(したら)	10 田口宝保育園園庭開放	11 建国記念の日	12 マイナンバーカード窓口開庁日 ウイークエンドサークル空手道
13	14 プレママ&ママのおしゃべりルーム(したら)	15	16 町県民税申告受付開始(3月15日まで) 清瀨保育園園庭開放 乳幼児相談(つく) 予防接種(したら) スポーツサークル 巡回職業相談	17 心理相談(したら)	18	19
20	21 町県民税出張申告受付(小松・長江・荒尾・和市)	22 町県民税出張申告受付(田内)	23 天皇誕生日	24 町県民税出張申告受付(清崎・小塩)	25 町県民税出張申告受付(三都橋・豊邦)	26 ウイークエンドサークル空手道
27	28					

※新型コロナウイルスの影響で変更・中止になる可能性がありますので、各問い合わせ先か企画ダム対策課(☎(62)0514)までお問い合わせください。

「設楽町省エネルギー及び再生可能エネルギー基本条例」の理念に基づき、持続可能な社会づくりを目指しましょう。

役場の再生エネルギー発電量

12月分 **1,469(kWh)**



およそ5世帯1か月分の電力量です!

令和3年の累計 **22,673(kWh)**

リユースの広場



譲りたいもの

～募集中～



譲ってほしいもの



- エアコンプレッサー 1台、自動脱穀機 1台、脱穀機 1台、ストーブ(電源不要のもの) 1台

※上記の品物を譲り受けたい方、または譲りたい方は、企画ダム対策課へご連絡ください。

問い合わせ先 企画ダム対策課 ☎(62)0514

口座振替

振替日

1月31日(月)

- 町民税・県民税
- 国民健康保険料
- 上下水道料
- 保育料
- 町営住宅使用料
- 後期高齢者医療保険料

振替日

2月28日(月)

- 固定資産税
- 国民健康保険料
- 上下水道料
- 保育料
- 町営住宅使用料
- 後期高齢者医療保険料

設楽町の人口

(1月1日現在) (前月比)	12月届出分	令和3年度の累計
人口 4,527人 (-11)	転入 5人	68人
男 2,189人 (-7)	転出 8人	77人
女 2,338人 (-4)	出生 1人	15人
世帯 2,088戸 (-6)	死亡 10人	72人

ゴミの収集日

月曜日	田口地区(栄町・本町・萩平・太田口)、やすらぎの里、神田、平山、清崎、田内(旧国道沿い)、竹桑田、津具地区	
水曜日	和市、荒尾、小塩、清崎、田内、田峯、三都橋、笠井島、小松、長江	
木曜日	田口地区(栄町・本町・萩平・太田口) 名倉地区(清水、川口、貝津田、湯谷、大平、東部、南)、津具地区	
特別収集	毎月第1・3木曜日	宇連・松戸
	毎月第2・4木曜日	沖ノ平・駒ヶ原
	毎月第4水曜日	西川・桑平
	※裏谷は連絡があったら収集します。	
使用済みの乾電池	毎月第1火曜日	名倉・津具地区を除く全域
	毎月第4火曜日	名倉地区
	※沖ノ平・駒ヶ原は第2木曜日、裏谷はゴミ収集日	
ペットボトル	毎月第3火曜日	津具地区

今月の表紙



成人、おめでとうございます。

皆さんの思い描いた夢が叶いますよう、応援しています。

交通事故 12月分

令和3年の累計

発生件数	0件 (9件)
死者	0人 (0人)
負傷者	0人 (9人)

犯罪発生状況 12月分

設楽町	◎刑法犯総数	2件 (14件)
	窃盗犯	0件 (8件)
	(特殊詐欺)	1件 (1件)
郡内	◎刑法犯総数	2件 (25件)
	窃盗犯	0件 (17件)
	(特殊詐欺)	1件 (1件)

ゴミ 12月分

処理量	106t (1,368t)
-----	---------------

つぐ 診療所

診療時間		月	火	水	木	金
午前	9時～正午	□	○	○	○	○
午後	14時～17時	□	○	△	○	○

※受付時間は診療時間の30分前 □10時～正午、13時～16時

〈診療科目〉

内科・小児科・脳神経外科
 ※整形外科に関する診療を希望される方はご連絡ください。
 (次回の整形外科診療は2月14日(月)です)

〈問い合わせ先〉 ☎(83) 3001

季節を感じる写真
募集中!!

このコーナーでは、設楽町内で撮影した花や風景などの自然のほか、季節の風物詩となっているお祭りなど、季節を感じる写真を紹介します(過去の写真でも構いません)。

写真にタイトル、撮影日時、撮影場所、撮影者、コメント(30字程度)を添えて企画ダム対策課へお送りください。

皆さんからの投稿をお待ちしています!



津具川に、カモが帰ってきました



したら百景



【タイトル】おかえりなさい

【撮影日時】11月6日

【撮影場所】津具川(寺前)

【撮影者】今泉 真一

お詫びと訂正



広報したら1月号の表紙で、名倉保育園の写真を清嶺保育園の写真として掲載しておりました。関係者の皆様に謹んでお詫び申し上げます。



清嶺保育園お遊戯会

ほっとニクス

今月は
赤ちゃん



ママからのメッセージ

兄弟仲良く、たくさん遊んで、刺激しあって大きくなってね

しもだ 下田 ふう 福くん

ご両親：下田俊和さん、有美さん
誕生日：令和3年11月11日
住んでいる地区：清崎

このコーナーでは、新しく地域に来た人(赤ちゃん、新婚さん、移住した人)や、町内で精力的に活動するグループなどを紹介します。皆さんからの投稿をお待ちしています!