

2月10日～3月9日
ケーブルテレビ
番組放送予定

※予定は変更、中止となる場合があります。

ケーブルテレビサービスセンター ☎ 72-2766

5ch (アナログ)、111ch (デジタル)

■へそっこニュース

市内のニュースを毎日放送、土曜日更新
6時・7時・9時・12時・18時半・19時半・24時

■へそっこニュース月間号 (1月放送分)

2/13～14 10時・14時・21時
2/15～19 10時・21時

■NHKドキュメンタリープロジェクトX・挑戦者たち

・謎のマスク 三億円犯人を追え
2/20～26 20時
・運命の最終テスト ワープロ日本語に挑んだ若者たち
3/6～12 20時

■三好市議会3月定例会 (生中継)

日程が決まりしだい静止画放送でお知らせします

9ch (アナログ)、112ch (デジタル)

■徳島新聞文字ニュース あわのかわらばん

毎日 7時40分・12時40分・23時40分

■四国まんなかニュース

四国中央市と観音寺市のニュース
毎日 8時・22時

■徳島県広報番組 Let'sトークしま

毎日 9時30分・17時30分

■三好市議会3月定例会 (再放送)

日程が決まりしだい静止画放送でお知らせします

地上デジタル放送受信のための支援

支援の申込の受付を2月26日まで継続します。

【支援の対象】

次のいずれかに該当し、NHKの放送受信料が全額免除となっている世帯

- ①生活保護などの公的扶助を受けている世帯
- ②障がい者がいる世帯で、かつ世帯全員が市町村民税非課税の措置を受けている世帯
- ③社会福祉事業施設に入所されている方

【支援の内容】

- ①簡易なチューナーを無償で給付
- ②アンテナ工事などが必要な場合は無償工事
- ③新たにケーブルテレビに加入する必要がある場合は、その加入料等の初期費用も対象

お問い合わせ先

総務省地デジチューナー支援実施センター
(電話 0570-033840)

ふるさと応援基金
ふるさと納税

多くの方からご寄付をいただいています

平成21年10月1日から平成21年12月31日までに10名の個人様より10,285,000円のご寄付をいただいております。

平成21年度合計で12,054,000円、基金設置以来、累計で39,005,487円のご寄付を頂きました。

ご寄付を頂きました皆様、本当にありがとうございました。

平成21年10月1日から12月31日までに
ご寄付いただいた皆様

住所・名前・用途
大久保 利明 様
大分県大分市 古野 泰司 様
大阪府泉南郡 上浦 文雄 様
大阪府枚方市 堀 三芳 (旧姓 池北) 様
三好市の発展のために必要な事業
船井 哲良 様
三好市の発展のために必要な事業
静岡県静岡市 俵 史子 様
三好市の発展のために必要な事業
奈良県桜井市 郷司 英治 様
三好市の発展のために必要な事業

上記の方以外に、匿名3名様からご寄付をいただいています。

お問い合わせ先

三好市まちづくり推進課
(電話 72-7607)

投票日
4月11日(日)
告示日
4月4日(日)

お問い合わせ先
三好市選挙管理委員会事務局
(電話 72-7604)

三好市長選挙
三好市議会議員一般選挙



任期満了に伴う三好市長選挙・三好市議会議員一般選挙が、4月4日(日)に告示され、11日(日)に投票が実施されます。私たちが市民の代表を選ぶ、最も身近な選挙です。皆さんそろって投票しましょう。※今回の選挙から、市議会議員一般選挙の定数は24人となり、選挙区制が廃止され、全市1区となります。投票所や期日前投票など詳細については、市報3月号でお知らせします。

立候補予定者説明会のお知らせ
立候補予定者説明会を開催します。
【日時】2月27日(土)
・市長選挙 10時から
・市議会議員一般選挙 13時30分から
【場所】三好市保健センター(多目的ホール)
※代表者は印鑑をご持参ください。
※対象は立候補予定者またはその代理人です。
1立候補予定者につき、3名以内の出席といたします。

立候補予定者や選挙運動員はもちろんのことですが、有権者一人ひとりが正しい選挙知識を身につけ、クリーンな選挙を実現しましょう。

政治家の寄附は禁止。有権者が求めることも禁止。

政治家が選挙区内の人に、
お金や物を贈ることは、法律で禁止されています。
違反すると、処罰されます。
また、有権者が寄附を求めることも禁止されています。



 お歳暮やお年賀	 入学祝・卒業祝	 病気見舞い	 秘書等が代理で出席する場合の結婚祝
 秘書等が代理で出席する場合の葬式の香典	 葬式の花輪・供花	 落成式・開店祝の花輪	 町内会の集いや旅行などの催物への寸志や飲食物の差入
 お祭りへの寄附や差入	 地域の運動会やスポーツ大会への飲食物の差入	贈らない！ 求めない！ 受け取らない！	

私たちの大切な 地域医療を守るために

住民・医療者・行政が一体となり、「地域医療」を守っていくため、様々な情報を発信します



「地域医療を考えるセミナー」が 開催されました



たくさんの方が来場し、真剣に耳を傾けました

1月23日、三好市池田総合体育館サブアリーナにおいて三好病院を応援する会主催で「地域医療を考えるセミナー」が開催されました。

セミナーでは、まず「三好病院の現状と今後」と題し、県立三好病院の余喜多院長より、三好病院の現状等について詳しくお話がありました。

その後、海部郡で活躍されている地域医療を守る会の石本副会長より「振り返って 地域医療を守る会の活動」と題



▲ 地域医療を守る会 石本知恵子 副会長

し、海部郡の地域医療を取り巻く厳しい状況や現在に至るまでの地域医療を守る会の活動などのお話がありました。

また、地域医療を守る会で実演したビデオ上映も行われました。

小雪の舞い散る寒い中、参加された約400名の方々は熱心に講演に耳を傾け、それぞれの方が真剣に地域医療について考え、意見・質問の声もありました。この講演がきっかけとなり、三好市地域医療確保への一歩となればと思います。



▲ 県立三好病院 余喜多史郎 院長

体脂肪量と相関する体格指数としてのBMIが25以上を肥満と定義されています。肥満があるためにそのまま放置すれば将来重篤な疾患がひきおこされるような状態は肥満症という病気であり治療が必要と考えられています。主に内臓脂肪の蓄積による肥満症(いわゆるメタボリックシンドローム)は冠動脈疾患や脳血管疾患などの動脈硬化性疾患を引き起こしやすいといわれています。また主に皮下脂肪増加による肥満症は睡眠時無呼吸症候群や腰痛、膝関節痛などの整形外科



肥満症のリスク

科疾患を引き起こしやすいとされています。

肥満症の治療の基本は食事療法です。歩行などの運動療法もよい効果がありますが、運動だけでは減量効果は少なく、バランスのよい食事を心がけながら摂取エネルギーの制限を行うことで体重を落とすことができます。しかしながら、肥満症の治療目標はただ厳しい減量によってBMIを25以下にすることはなく、適切な減量を行い肥満症による疾患の発症を予防し健康な生活を送ることです。

市立三好病院
副院長 中西美枝

住宅名	所在地	戸数	入居区分	築年度
三野芝生第二北団地B	芝生	1	公営	S54
井川西井川団地	西井川	1	公営	S60
井川西新町団地	御領田	1	公営	S62
井川須賀2号団地	西井川	1	公営	H8
池田白地団地	白地	1	公営	S54
池田州津A団地	州津	1	公営	S53
池田板野団地	イタノ	1	公営	S53
池田中西B団地	中西	2	公営	S48
池田水木B団地	トウゲ	1	公営	S54
池田西山浜団地	西山	1	公営	S59
山城南下名1号団地	下名	2	公営	S51
山城南下名2号団地	下名	1	公営	S57
山城南下川団地	下川	1	公営	S52
山城西宇1号団地	西宇	1	公営	H3
山城永美団地	下川	1	公営	H7
山城永美団地	下川	3	特定	H7
山城伊予川団地	信正	1	特定	H9
東祖谷和田第1団地	和田	5	公営	S53
東祖谷菅生第2団地	菅生	1	公営	S54
東祖谷樫尾団地	樫尾	1	公営	S54
東祖谷新居屋団地	新居屋	2	みなし	S51
東祖谷名頃団地	菅生	2	公営	S53
東祖谷名頃団地	菅生	1	みなし	S53
西祖谷一宇団地	一宇	2	公営	S60
西祖谷西岡団地	西岡	2	みなし	S62
西祖谷第2西岡団地	西岡	6	公営	H4
西祖谷榎団地	榎	1	公営	S53
西祖谷榎団地	榎	4	みなし	S53
西祖谷ふるさと団地	一宇	6	貸付	H13

公営=公営住宅 特定=特定公共賃貸住宅
貸付=貸付住宅 みなし=みなし特定公共賃貸住宅

市営住宅入居者募集

市営住宅の入居者を募集します。入居を希望される方は2月26日(金)までにお申込ください。

■ お申込みできる方

- ①現在、同居しているか、同居しようとする親族がある方
- ②現に住宅に困っていることが明らかな方
- ③税金・水道・保育料等の公共料金を滞納していない方
- ④所得が所定の基準に該当する方
- ⑤申込者または同居親族が暴力団員でない方

■ 公営住宅の所得基準

入居世帯の所得合計が月額15万8千円以下であること。ただし次の場合は所得合計が月額21万4千円以下であれば入居可能です。

- ①高齢者世帯 入居申込者が60歳以上で同居しようとする親族全員が18歳未満または60歳以上である場合
- ②障害者世帯 入居者または同居者が、障害者・戦傷病者・被爆者・引揚者等である場合
- ③子育て世帯 同居者に小学校就学前の子供のいる世帯

■ 特定公共賃貸住宅の所得基準

入居世帯の所得合計が月額15万8千円以上48万7千円以下であること。

※上記の所得基準に当てはまらない方でも、入居可能な場合がありますので、下記にお問い合わせください。

■ お申し込み・お問い合わせ先

池田地区	三好市役所	(電話 72-7681)
三野地区	三野総合支所	(電話 77-4804)
井川地区	井川総合支所	(電話 78-5005)
山城地区	山城総合支所	(電話 86-2432)
東西祖谷地区	東祖谷出張所	(電話 88-2893)

お早めに 春の確定申告

税務署からのお知らせ

春の訪れとともに、確定申告の時期がまいりました。確定申告は、もうお済みですか。

- ・ 所得税の確定申告と納税 3月15日(月)
- ・ 贈与税の申告と納税 3月15日(月)
- ・ 消費税及び地方消費税の確定申告と納税 3月31日(水)まで

インターネットで申告書作成

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って必要事項を入力することにより、所得税、贈与税及び個人事業者の消費税(地方消費税を含む)の申告書等が作成できます。インターネットを利用して、直接電子申告(e-Tax)するかまたはA4サイズの普通紙に印刷し、郵送等で税務署に提出することができます。



e-Tax を使えば、こんなことが大変便利

- 1 国税庁ホームページから電子申告
- 2 最高5,000円の税額控除
- 3 添付書類を提出省略
- 4 還付金がスピーディー

国税庁ホームページ
<http://www.nta.go.jp>