

**新築や購入等で
住宅ローンを組む方・組んでいる方へ**

所得税の住宅借入金等特別税額控除（住宅ローン控除）が所得税額を上回る場合、所得税から控除しきれなかった額を個人住民税で税額控除することになりました。

合わせて、平成22年度分より個人住民税の住宅ローン控除は、町への申告が原則不要になりました。

ただし、退職所得・山林所得を有する方、所得税の平均課税の適用を受けている方は、申告すると控除額が多くなる場合があります。3月15日を過ぎると、控除が受けられませんのでご注意ください。

▼対象となる方

所得税で住宅ローン控除の適用を受けていて、かつ、所得税で住宅ローン控除可能額が控除しきれなかった方のうち、平成11年～18年まで、及び、平成21年～25年までの入居者

※ 平成19、20年の入居者は個人住民税の住宅ローン控除は受けられません。

▼控除額の算出方法

A・Bいずれか小さい額が控除されます。

A $\text{個人住民税の住宅ローン控除額} = (\text{所得税における住宅ローン控除可能額}) - (\text{住宅ローン控除前の所得税額})$

B $\text{所得税の課税総所得金額等の額に} 5\% \text{を乗じて得た金額 (上限} 97,500 \text{円)}$

▼適用方法

勤務先の年末調整や税務署の所得税確定申告の内容から、町で個人住民税の住宅ローン控除額を決定し適用します。

※ 確定申告や年末調整で、住宅ローン控除を受ける方の手続きは、今までと変わりません。



▼問い合わせ先 税務管理班(⑥番窓口) TEL 84-1502

案内

出前講座・町民ボランティア講師募集

町民の方々にボランティア講師として登録していただき、優れた知識や特技などを町民団体・学習サークル等の求めに応じて、広く教えていただけるようにしました。そこで、あなたがお持ちの優れた知識や特技などを生かして「こんな講座をやりたい」と思っている町民の方々に広く募集します。

▼例えば…

講座名	サブタイトル	対象者	講師
昔遊び体験教室	〇〇に触れてみませんか？	一般・小中学生全般	〇〇〇〇

▼申し込み期限

平成22年1月29日(金)まで

▼申し込み方法

会津坂下町中央公民館に直接申し込みください。

▼申し込み・問い合わせ先

会津坂下町中央公民館 TEL 83-3010

**介護保険の要介護認定を受けている方は
税の控除が受けられます！**

税の申告で、申告する本人または扶養親族が障害者（特別障害者）に該当する場合は、『障害者控除』として一定金額を所得から控除できます。

平成21年12月31日現在で、介護保険の要介護1～要介護5の認定を受けている方（要支援者を除く）は、所得税法上の『障害者控除対象者』に該当すると認められます。

確定申告（町県民税申告）をする際に、障害者控除を受ける場合は、町が発行する『障害者控除対象者認定書』の交付を受ける必要があります。該当する方は、保険年金班窓口で申請してください。

▼受付日 平成22年1月4日(月)より

▼持参するもの 印鑑

▼申請窓口 生活部 保険年金班

介護高齢者(⑤番窓口) TEL 84-1513

(株)あいづダストセンター

事業系一般廃棄物・粗大ごみ等

廃棄物のことならお気軽にご相談下さい

□本社／会津若松市神指町大字南四合字才ノ神 461
□事業所／柳津町大字藤字鶴ヶ峯 4330-23

TEL 0242-36-5351
TEL 0241-42-2890



お知らせ版

Information

特定健診（施設）を実施しています

今年度の特定健診未受診の方を対象に施設健診を実施しています。

▼対象者 国民健康保険被保険者で、40歳から75歳未満の方。（今年の特定健診をまだ受けていない方）

▼実施期間 平成22年3月末までの月～金曜日

▼実施医療機関 坂下厚生総合病院

▼健診項目 特定健診基本項目＋心電図・眼底・貧血・尿酸・血清クレアチニン検査

▼自己負担 1,000円（病院にて支払い）

▼持参品 受診券・被保険者証

▼その他 1日3名の実施になりますので、事前予約が必要です。

※ 何らかの疾病で治療中の方も対象となりますので、この機会にぜひ受診してください。

▼予約・問い合わせ先

健康管理センター TEL 83-1000

2010年世界農林業センサスのお願い

2月1日、農業や林業を行っている農家・林家や法人などを対象に世界農林業センサスが行われます。この調査は国の農林業の生産構造や就業構造、農山村地域の実態を明らかにすることを目的に5年ごとに実施している大切な調査です。

農林業センサスには農林業の経営主に経営の現状をお聞きする「農林業経営体調査」と農業集落の代表者など地域の実情に精通している方に農山村地域の現状をお聞きする「農山村地域調査」の2つの調査があります。

調査には、福島県知事から任命された統計調査員が調査票をもってお伺いしますので、調査票への記入をお願いします。

なお、調査内容を統計の作成以外の目的に使用することは一切ありません。



農林業の現状を知り、未来へつなげるための大切な調査です。ご協力をお願いします。

▼問い合わせ先 政策企画班 TEL 84-1504

案内

中央・坂下公民館空調設備工事による使用制限のお知らせ

12月より中央・坂下公民館の空調設備工事を行っています。ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いします。なお、使用可能期間についても、暖房設備が使用できません。（石油ファンヒーターで対応してください。）

（使用できない日）

一階 ロビー 1月5日～1月15日

和室 12月28日～1月11日

1月22日～2月2日

二階 ロビー 1月29日～2月6日

大研修室 1月16日、1月29日～31日

2月4日～6日

中研修室 1月29日～2月6日

2月11日～13日、2月18日～19日

小研修室 1月29日～2月6日

2月11日～13日、2月18日～19日

団体室 1月29日～2月6日

2月11日～13日、2月18日～19日

視聴覚室 1月29日～2月6日

2月11日～13日、2月18日～19日

※ 工事の進捗状況により期間が変更になる場合があります。ご使用前に必ずご確認ください。

▼問い合わせ先 中央・坂下公民館 TEL 83-3010

婦人科検診を受けましょう!!

子宮がん検診・乳がん検診を、平成22年2月末まで実施します。まだ受けていない方は、ぜひ受診してください。

子宮がん検診

受診録を持参し指定医療機関で受診してください。

乳がん検診（マンモグラフィー）

必ず予約が必要です。健康管理センターへ電話でお申し込みください。

▼予約・問い合わせ先

健康管理センター TEL 83-1000

パート社員募集!

勤務地 糸桜里の湯ばんげ
 仕事内容 施設内外清掃業務・接客業務・調理業務
 年齢等 45歳までの方・普通免許要
 募集人員 1名



明るくて
元気な方!

勤務時間 7時～15時までと14時～22時までの交代勤務
 待遇 当社規定によります。
 福利厚生 社会保険・厚生年金・雇用保険等

◆お申し込みは（糸桜里の湯ばんげ内）
 株会津ばんげ公共サービス
 TEL 83-1151・83-1344

**協働の公民館運営講座パートII
「住民参画の地域づくり講演会」のお知らせ**

現在、各地区公民館は「協働による自主公民館運営」として地区の方々により運営されています。

これからの公民館を中心とした「地域づくり」のヒントとなるよう開催します！

▼日時 平成22年1月22日(金) 午後7時～9時

▼場所 中央・坂下公民館 二階大研修室

▼内容 1部：講演会

「住民が主体となる本気の地域づくり」
2部：講師を交えてのフリートーク

▼講師 山形県川西町特定非営利法人きらりよし
じまネットワーク 事務局長 高橋由和

▼問い合わせ先 中央・坂下公民館 TEL 83-3010

注 意

新たなオレオレ詐欺発生！

会津坂下町では11月中、刑法犯が12件発生しました。

先日、首都圏で息子を装い貴金属会社の口座に現金を振り込ませ、金（ゴールド）をだまし取る事件が発生しました。

【事件の概要】

息子を装いAさんに「投資で金を購入したが共同投資者がお金を横領したので、その代金を支払わなければならない。」などと電話をし、実在する貴金属会社の口座を指定し、金の購入代金を振り込ませた。それと前後して貴金属会社に「金500グラム購入したい。そちらの口座にAの名前でお金を振り込むので配送してほしい。」と金を施設私書箱に送らせた。

このような事件は4件起きており、今後県内でも発生する恐れがあります。おかしいと思ったら一度電話を切り、警察署に相談してください。

会津坂下町内街頭犯罪等発生状況（平成21年11月末現在）

区分	管内	会津坂下町	区分	管内	会津坂下町
空き巣	1	1	自転車盗	7	6
忍び込み	4	4	自販機ねらい	5	4
事務所荒し	2	2	車上ねらい	9	7
出店荒し	8	6	強制わいせつ		
自動車盗	2	2	街頭犯罪合計	38	32
オートバイ盗			全刑法犯	129	101

○会津坂下警察署 TEL 83-3451

案 内

**水道施設の修理は町指定給水装置
工事業者をお願いします**

これから寒さが一段と厳しい季節となります。除雪や凍結等でご家庭の水道設備が壊れた場合は、町指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。

▼休日の修理当番

1月…1(金)・2(土)・3(日)・4(月)・5(火)・6(水)・
10(日)・11(月)・17(日)・24(日)・31(日)

(有)美登屋設備工業 TEL 83-3401

2月…7(日)・11(木)・14(日)・21(日)・28(日)

(有)ナリタエンタープライズ TEL 83-2009

3月…7(日)・14(日)・21(日)・22(月)・28(日)

(有)あいづリフォームサービス TEL 83-2693

▼問い合わせ先 上下水道班 TEL 84-1531

「糸桜里の湯ばんげ」より

1月11日(月)は祝日のため営業し、
翌12日(火)を休みます。



▼問い合わせ先

糸桜里の湯ばんげ TEL 83-1151

森に親しみ、芸術の世界に浸りましょう！

①植物のつるを編んでストラップなど小物づくり

▼日時 平成22年2月7日(日)

午前10時～午後4時(受付9時30分～)

▼申込期限 平成22年1月29日(金)まで

②小枝で画架(イーゼル)づくり

▼日時 平成22年3月7日(日)

午前10時～午後4時(受付9時30分～)

▼申込期限 平成22年2月26日(金)まで

▼対象 小学1年生以上であればどなたでも

▼場所 里山のアトリエ坂本分校

▼参加費 500円(お一人様)

▼準備するもの(①・②ともに)

作業用服装・水筒・買い物袋(ビニール製)1枚・
手拭タオル・軍手・お弁当(食後のおやつ可)

▼定員①・②それぞれ先着15名

▼申し込み方法

氏名、学年、性別、住所、電話番号、FAX番号
を記載して、FAXで申し込みください。

▼申し込み先 里山のアトリエ坂本分校

TEL 83-8677 FAX 85-6117

(電話受付時間 午前10時～午後5時)

お知らせ版 information

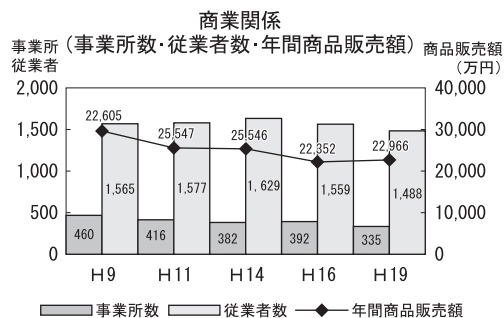
注意 ○申し込みは原則、土・日・祝日を除く
午前8時30分～午後5時15分
○費用・料金等の記載のないものは無料
○「申込」の記載があるものは事前に申し込みが必要

事業名	日時	場所	申し込み・問い合わせ先	備考
五浪美術記念館 会津坂下町 幼・保・小・中・ 高校生美術展	1月16日(土) ～2月21日(日)	五浪美術 記念館	平日：文化振興班 TEL83-2234 土、日、祝日： 五浪美術記念館 TEL 84-1233	1・2月の開館日 土・日・祝祭日 ※ 年始のため1月15日まで閉館 入館料 大人200円・小人100円 1階は小林五浪、希光、齋藤清、高橋藤園 作品を展示します。
入園前のお子さん 遊びに来てね！ 幼稚園を 開放します	1月22日(金) 午前9時30分 ～11時30分	各幼稚園 (就園予定の 幼稚園に お越しください。)	坂下幼稚園 TEL 83-2410	▼注意事項 ・どなたか付き添ってください。 ・おやつやおもちゃは、持ってこないで ください。 ・運動しやすい服装で上履を持参してく ださい。 ▼坂下幼稚園の指定地区 古坂下・上町 本町・桜木町・緑町・羽林・茶屋町 仲町・橋本・新栄町・小原
新型インフルエンザ流行の兆しが出た場合中止になることがあります。				
弁護士による 相談会	2月12日(金) 午前10時 ～午後3時	会津坂下町 老人福祉 センター	会津坂下町 老人福祉センター TEL 83-2837	毎日の生活の中での心配ごと、悩みごと など、お気軽にご相談ください。前日ま でお申込みください。
行政書士会 による相談会	2月4日(木) 午前9時30分 ～正午	会津坂下町 老人福祉 センター	会津坂下町 老人福祉センター TEL 83-2837	許認可、登録申請、遺言や相続、売買や 貸借、贈与、離婚や扶養、様々な契約・ 届出などの相談をお受けします。
第7回 パソコン教室募集	1月25日(月) ～28日(木) (4日間) 午後6時30分 ～8時30分	中央公民館 視聴覚室	中央公民館 TEL 83-3010	内 容 エクセルの応用 参加費 1,600円(テキスト代) 受 付 1月13日(水)～22日(金) 対象者 町内在住の成人 定 員 10名(申し込み先着順) ※ ワード基本編か応用編又はエクセル の基本を受講された方は無料です。
福島県地域の 子育て応援交付金事業 ばんげ 健やかキッズ	1月21日(木) 午前10時 ～11時30分	健康管理 センター	健康管理センター TEL 83-1000 ※ 申込み不要	対象者 0歳～2歳の子供と保護者 持参品 オムツ・ミルク・飲み物など 内 容 ふれあい遊び
	1月28日(木) 午前10時 ～11時30分			対象者 2歳～就園前の子供と保護者 持参品 オムツ・飲み物 内 容 親子3B体操など
	2月18日(木) 午前10時 ～11時30分			対象者 0歳～2歳の子供と保護者 持参品 オムツ・ミルク・飲み物など 内 容 ふれあい遊び

統計の窓

商業統計調査は卸売業・小売業を対象に6月1日を基準として、平成9年以降から5年ごとに実施し、その中間年(調査の2年後)に簡易な調査を実施しています。

町内の事業所数は平成16年に比べ平成19年は14.5%減少しています(卸売業47件→45件△4.3%、小売業345件→290件△15.9%)。従業者数も4.6%減少していますが、卸売業は221人→228人と3.2%増加し、小売業は1,338人→1,260人と5.8%減少しています。年間商品販売額は2.7%増加していますが、卸売業は29.1%減少し、小売業は9.8%増加しています。



広瀬小学校

なかよく遊び 楽しく学ぶ

元気に活動する子どもたちの様子を紹介します。



町内の幼稚園・小学校・中学校から、子ども達の学校での様子をお伝えします！

1年生



音読も上手になったよ。

2年生



「おまつりワッショイ!!」
みつばちフェスティバルで歌を
発表したよ。

3年生



「うんとこしょ、
どっこいしょ。」
まだまだごんぼはぬけません。

楽しい学校生活

地域探検スタンプラリー

広瀬地区を1～6年生の縦割り班で探検をしました。今年度は五香まで歩き、クイズを解いたり、りんごをもらったり、ちょっと疲れたけど地域のことをたくさん知ることができました。



みつばちフェスティバル

11月8日(日)広瀬地区と合同の文化祭を行いました。各学年、学習の成果を発表し、地域の方にも楽しんでもらいました。

朝マラソンで体力づくり



体力を高めるために全校生でマラソンをしています。

冬は体育館や廊下を走って体力アップ！

4年生



食育サポーターの方とさつまいもシチューを作ったよ。

5年生



育てた落花生の収穫だよ。
ゆでて食べました。
「おいしかったよ。」

6年生



高郷町の郷土資料館で化石の学習をしたよ。

戸籍の窓口

11/21～12/20届出分

お誕生おめでとう

地区	名前	(お父さん)
杉山	渡部 未来	(賢一)
新町	小島 心夢	(大輔)
新富町	新國 杜和	(和幸)
新富町	稲垣 斗羽	(直樹)
古坂下	和高 龍惟	(嗣峰)

町の人口と世帯

(12月1日現在)

人口	…… 17,542人 (- 7)
男	…… 8,376人 (- 7)
女	…… 9,166人 (± 0)
世帯数	…… 5,413戸 (- 7)

ごめい福をお祈りします

橋本	伊藤 光子	(80歳)
津尻	鈴木 剛	(83歳)
青津	野口 喜代	(93歳)
下政所	仙波 信義	(85歳)
立川	二瓶 貞子	(86歳)
諏訪町	成田 善之	(90歳)
新栄町	齋藤 ハナ	(97歳)
古坂下	黒澤 エノ	(88歳)
古坂下	古川 修子	(65歳)
和泉川原	渡部 スヅイ	(93歳)
杉山	小畑 一郎	(54歳)
上町	山内 フヨノ	(88歳)
宇内	佐藤 高志	(61歳)
牛沢	佐瀬 五郎	(73歳)
牛沢	角田 四郎	(80歳)
御池田	渡部 ミサオ	(86歳)
緑町	名倉 カツ子	(75歳)
朝立	笹島 マチ子	(64歳)
緑町	神田 八重子	(75歳)

※戸籍の窓口に掲載を希望されない方は「戸籍の届書」を提出する際に戸籍の担当に申し出てください。



川西公民館

今年度開催された事業の一部をご紹介します。

川西地区町民大運動会 (スポーツ部会)



9月6日 (日)

残念ながら、参加できない地区もありましたが、2位から4位までが1点差という大激戦でした。八日沢地区の優勝よりも「袋原地区準優勝」が話題をさらいました。

メタボ予防料理教室 (生涯学習部会)



9月13日 (日)

野菜や鶏肉で1食500kcalの食事を作って食べました。「スープはお代わりありますよ」って、カロリーオーバーになっちゃいますよ。

川西地区ミニ文化祭 (文化・広報部会)



11月7日 (土)・8日 (日)

作品展示 (園児児童作品、一般作品、講座作品)、川西歴史研究会の講演会、体験コーナー (豆わらじ作り、車椅子、下水道を知ろう)、豚汁サービス、グラウンドゴルフ大会

今後の予定

- スポーツ部会 バレーボール大会、ボウリング大会
- 生涯学習部会 少年研修、健康講座、熟年講座閉講式
- 文化広報部会 新春交歓会、館報発行

編集後記

「慈雨」という言葉があります。恵みの雨のことです。私の友人に慈雨のような優しさを持った人がいます。乾いて荒れた心をしっかりと包み込み潤すような友人が…。

一般的には、「公民館は地域の太陽である」ほうが良いのかもしれませんが。でも七館のうち一つぐらい、慈雨のような公民館があっても良いのかな、と思います。

問い合わせ先 川西公民館 山ノ内貞夫 TEL 83-2601

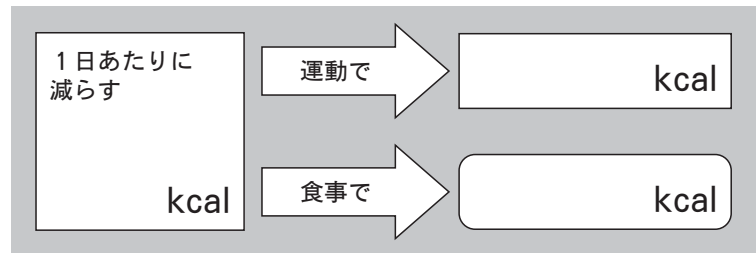
シリーズで、大切なポイントをお伝えしています。

メタボリックシンドロームにご用心!!

今回は その3 1日に減らすエネルギー量kcalと運動・食事の考え方 についてです。

あなたは、なにからはじめますか？

前月号で計算したご自分の『1日あたりに減らすエネルギー量』を「なにで」「どのように」減らしていくかを考えましょう。



運動で減らすか？食事で減らすか？

運動（身体活動）と食事を組み合わせると効果的です。

たとえば、体重80kgの人が週3回30分のウォーキングだけで体重3kg（＝腹囲3cm）を減らすには、10か月以上の期間が必要です。ところが、これに加えて毎日の習慣である間食や飲酒（シュークリームなら半分、ビールなら中びん1／2本）を減らすことによって、4か月程で体重3kg、腹囲3cm減を達成することができるようになります。

食事量と身体活動の関係



※エネルギー量は目安。体重80kgの人の場合

同じエネルギー量kcalを消費するのにこのようなちがいがあります。

生活スタイルに合わせて運動と食事の割合を調整すると自分らしく無理のない方法で実行できます。



2月の保健ガイド

会津坂下町健康管理センター ☎83-1000

休日救急診察当番

※ 変更になる場合があります。

休日当番医

2/11(木)	星 医院	☎83-2136
2/21(日)	あかぎ内科消化器科医院	☎83-0303

休日歯科当番医

2/14(日)	酒井歯科医院	☎83-1582
2/28(日)	佐藤歯科医院	☎83-2348

救急病院

坂下厚生総合病院	☎83-3511
----------	----------

県医師会ホームページで確認できます。
<http://www.e-sense.ne.jp/~ken-ishikai/>

乳幼児健康診査

場 所：会津坂下町健康管理センター
 持 参 品：母子健康手帳・乳幼児健康管理手帳
 受付時間：午後 1 時～ 1 時30分

事業名	月 日	対 象 者
4 か月児	2月9日(火)	H21年9月15日～ 10月14日生
2 歳 6 か月児	2月24日(水)	H19年8・9月生
3 歳児	2月25日(木)	H18年8・9月生
乳幼児健康相談	2月19日(金)	育児についての相談を希望する方
離乳食教室	2月19日(金)	H21年5月15日～ 7月14日生

身体活動 生活活動 運動	自転車 18分 	洗車 24分 	エアロビクス 11分 	食事 食事量は目安 写真はイメージ	ショートケーキ 390 kcal 1/4個 	チーズバーガー 320 kcal 1/3個
草むしり 16分 	速歩 18分 	ジョギング 10分 	どれもみな 100kcal です！	ごはん中盛 252 kcal 1/3杯 	カツ丼 865 kcal 1/9杯 	ビール中ビン 200 kcal 1/2本
普通歩行 24分 	風呂掃除 19分 	ゴルフ 20分 		缶コーヒー 95 kcal 1本 	カレーライス 761 kcal 1/8杯 	日本酒 180 kcal 0.5合

今の暮らし方

- 身体活動
 - バス通勤
 - テレビを見ながらゴロゴロ
 - 会社からまっすぐ帰宅
- 食事
 - 鶏肉のから揚げ
 - あんぱん
 - 缶コーヒー

これからの暮らし方

- 徒歩通勤 (20×2回分) → -168kcal
- 洗車 (24分) → -100kcal
- スポーツクラブで泳ぐ (18分) → -200kcal
- 焼きとり → -93kcal
- おにぎり → -110kcal
- 無糖缶コーヒー → -95kcal

さて、生活の中でできそうなことはなんですか。改善のためになにをどのようにしていくかおおよそのイメージはわいてきましたか？

次回は内臓脂肪を減らす具体的な体の動かし方、身体活動についてお伝えします。運動ばかりが体を動かすことではありません。日常の暮らし方の中で行う生活活動と運動の上手な組み合わせ方を知りましょう。

気軽に集まれ みんなの広場

金銀交流サロンオープン

町では、子ども「金」・高齢者「銀」をはじめ、子育て世代・障がい者・地域住民の方々が、自由に交流できる場として、町保健福祉センター（旧保健所跡地）1階に「金銀交流サロン」をオープンしました。

お茶のみに、バスや列車の待ち時間に、子どもを連れておしゃべりに…

気軽にお立ち寄りください！

活動内容

1. 高齢者のお茶のみサロン
2. 高齢者・障がい者の悩み事相談
3. 子育てグループの育児サロン
4. 子育てについての相談
5. 子ども・高齢者・障がい者・子育て世代の交流事業企画・運営

開館日

月曜日～土曜日
午前9時～午後7時

休館日

日曜日、祝日
年末年始休暇（12/29～1/3）
お盆休み
※ 休館日は変更になる場合があります。



1月の行事予定

16日（土）親子体操
27日（水）健康体操
元気に体を動かしてみませんか(^o^)?



場 所 町保健福祉センター（旧保健所跡地）
住 所 会津坂下町字西南町裏甲 3998-1
委託事業所 NPO 法人 真桜会 桜の家
電話番号 0242-84-3030
FAX番号 0242-84-3033



町保健福祉センター（旧保健所跡地）

【発行】

会津坂下町役場 総務部秘書広報班
〒969-6592 福島県河沼郡
会津坂下町字市中三番甲3662番地
TEL0242(84)2477 FAX0242(83)0349
URL <http://www.town.aizubange.fukushima.jp>
E-mail: soumu@town.aizubange.fukushima.jp

【休日の水道修理当番】

2/ 7日・11日・14日
21日・28日
ナリタエンタープライズ
TEL83-2009

【2月の納期】

- 町県民税 ●後期高齢者保険料
- 国民健康保険税 ●介護保険料
- 上・下水道・農業集落排水使用料
- 住宅使用料



この広報紙は「大豆油インキ」を使用して印刷したものです。