

広報

かわもと

5
No. 589
May.2020

だから
こそ、
川本。

ホームページ <http://www.town.shimane-kawamoto.lg.jp/>

フェイスブック <http://www.facebook.com/town.kawamoto>



今月の主な内容

●新型コロナウイルス感染症情報
.....P2~5

5月18日(月)、臨時休業、分散登校が続いていた小中学校が本格的に再開し、児童・生徒たちが久しぶりに登校しました。

町民の皆様へ（町長メッセージ）

新型コロナウイルス感染症の全国的な拡大に伴い、政府より発せられておりました緊急事態宣言は、島根県を含む39県につきましては、5月14日に解除されました。

この感染症の拡大に伴い、町では対策本部を設置し、国及び県の方針を踏まえた対応等を協議・決定し、その都度、町民の皆様にお知らせし、ご協力をお願いしてきたところです。

この間、皆様には、学校の休業や施設の閉鎖に伴い、ご苦労・ご不便をおかけしております。また、社会経済活動の自粛などに多大なご協力をいただいておりますことに、あらためまして厚く御礼申し上げます。

宣言は解除されましたが、現時点で、有効な治療薬の開発や治療法が確立されておらず、感染のリスクはこれまでと変わっておりません。

こうしたことから、町では、このたび緊急に予算化しました取り組みにより、皆様の暮

らしを守り、事業の持続や雇用の維持を下支えしてまいります。

この内、既に申請を受け付けております、全ての町民の皆様を対象とした、国による特別定額給付金につきましては、5月22日より順次支給してまいります。また、事業者の皆様向けの支援につきましては、4ページのとおりの案内させていただきます。

今後も、感染防止と社会経済活動の両立に向けて、これまでと同様に「マスクの着用」や「手洗いの徹底」など、引き続きお一人お一人の取り組みが大切となります。町といたしまして、さらに必要な支援を迅速に予算化して、皆様の暮らしを守り、事業を支えてまいります。

ともに心を合わせて、この難局を乗り越えましょう。皆様のご理解・ご協力を重ねてお願い申し上げます。

町長 野坂 一 弥

川本町立小・中学校の対応

小中学校は、5月18日から教育活動を再開することとなりました。休業期間中には、保護者や地域の皆さまに多大なご協力をいただきました。誠にありがとうございます。

再開にあたっては、基本的な感染予防対策を一層推進し、児童生徒の安全な学習環境を確保してまいりますので、町民の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

【学校再開における基本事項】

○次のような症状が一つでも見られる場合は、登校・出勤・来校しないことの周知徹底

発熱、咳やのどの痛みなどの風邪症状、息苦しさ、倦怠感、食欲不振 など

○感染症予防対策を徹底し、クラスター要因※を避ける

※換気の悪い密閉空間、多くの人が密集、近距離での会話や発声

【これまでの対応】

3月2日～24日：小中学校臨時休業

25日～4月7日：春季休業

4月8日：新学期

21日：緊急事態宣言による小中学校臨時休業（～5月6日）

5月7日：臨時休業期間延長（～10日）

11日：臨時休業期間延長（17日）

※学年や地域ごとの分散登校実施

川本町教育委員会 教育課

新しい生活様式

1 一人ひとりの基本的感染症対策

○感染症防止の3つの基本

身体的距離の確保・マスク着用・手洗い

○移動に関する感染対策

外出を控える・行動の記録 など

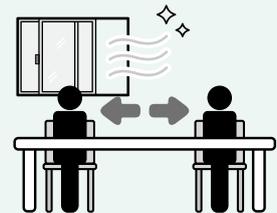
2 日常生活を営む上での基本的な生活様式

○まめに手洗い・手指消毒

○咳エチケットの徹底

○こまめに換気

○3密の回避（密集・密接・密閉） など



3 日常生活の各場面別の生活様式

○食 事 大皿は避けて料理は個々に・対面ではなく横並び など

○娯楽・スポーツ

筋トレやヨガは自宅で・ジョギングは少人数、距離をとって

○公共交通機関 会話は控えめに

○冠婚葬祭 大人数での会食は避ける など

○買い物 できるだけ町内で通販などの有効活用 など

4 新しい働き方のスタイル

○テレワークやローテーション勤務

○オンライン会議 など

こんな症状のときは「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください

相談の目安となる症状

- 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患等の基礎疾患がある方、透析を受けている方などの重症化しやすい方や妊婦の方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
- その他、発熱や咳などの風邪の症状が続く場合

帰国者・接触者相談センター
(県央保健所内)

☎0854-84-9812



■帰国者・接触者相談センターに相談すると…

新型コロナウイルスの感染が疑われると判断された場合は、センターが指定した帰国者・接触者外来での受診調整がされます。受診後は、各種検査を実施し、医師が必要と判断した場合にPCR検査を実施します。

■検査で陽性となった場合は…

感染症の指定病院で入院治療していただきます。症状が軽快した24時間後にPCR検査を実施し、陰性が確認されたら、さらに24時間以後に再度PCR検査を行います。2回連続で陰性が確認されたら退院が可能となります。

■家族に感染が疑われるときは…

- ・部屋を個室にし極力部屋から出ない
- ・症状のある人の世話は限られた人で行う
- ・マスク着用、こまめな手洗い、定期的な換気
- ・ドアノブやスイッチなど共有部分の消毒、布団・衣類の洗濯
- ・鼻をかんだティッシュなどのゴミは、直接触れず密封して廃棄。

新型コロナウイルス感染症に係る支援事業 ①

特別定額給付金事業

新型コロナウイルス感染症に係る緊急経済対策として、特別定額給付金が支給されることとなり、川本町でも申請受付を開始しています。

対象者	令和2年4月27日時点で、住民基本台帳に記録されている人
支給内容	1人あたり10万円
支給方法	世帯主から請求していただき、指定の口座へ振り込みます。
申請書に添付するもの	本人確認資料（運転免許証、マイナンバーカード、健康保険証等の写し） 口座確認資料（金融機関、口座番号、名義人が確認できる通帳の写し）

申請書提出の流れ

- ① 「申請日」に記入日を記入
- ② 世帯主(申請・受給者)の「氏名」欄に世帯主の氏名を記入・押印
- ③ 「住所」欄内にある日中に連絡可能な電話番号を記入
- ④ 裏面に受取口座の情報を記入し、本人確認書類の写しと振込先口座の分かる通帳の写しを貼付

※申請書は、郵送で各世帯に配布しています ※申請から振り込みまで5～10日程度かかります

【問】総務財政課 ☎72-0631

新型コロナウイルス感染症に係る支援事業 **2**

中小企業者緊急支援 【問】産業振興課 ☎72-0636

事業継続支援		
1 持続化緊急給付金	内容	法人等30万円・個人15万円給付(上限：昨年売上からの減少分)
	対象 ※全てに該当	<ul style="list-style-type: none"> ・経済産業省「持続化給付金」対象業種 ・前年同月比売上20%以上減少 ・持続化給付金未受給(50%未満減少) ・前年年間売上が法人等600万円以上、個人300万円以上
2 固定費補助金	内容	店舗家賃、店舗内リース料(車両は除く)を補助 ※国・県の補助に上乗せ可(補助率1/2 月額上限2万5千円 上限3か月)
	対象	新型コロナウイルスの発生に起因して売上が前年同月比20%減少し、かつその後2か月間を含む3か月間の売上が、前年同月比20%以上減少見込み
雇用維持支援		
3 雇用調整助成金上乗せ補助	内容	雇用調整助成金受給額と休業手当支給額との差額を一部補助(補助率10/10 上限日数45日/人)
	対象	町内事業所勤務の労働者に対する雇用調整助成金受給事業者
4 社会保険料事業主負担補助	内容	社会保険料事業主負担分の一部補助として、休業手当支給額の10%を補助(上限3か月)
	対象	町内事業所勤務の労働者に対する雇用調整助成金受給事業者
新規事業支援		
5 販路拡大等事業補助	内容	ネット販売やテイクアウトなど新たな販路拡大への経費に補助(補助率10/10 上限20万円※ 6 の補助との合計) ※国・県の補助に上乗せ可
	対象	新型コロナウイルス発生に起因して、売上が前年同月比20%以上減少、かつその後2か月間を含む3か月間の売上が前年同月比20%以上減少見込み
6 コロナウイルス対策環境整備補助	内容	飛散防止パネル設置等の感染予防環境整備対策経費を補助(補助率10/10 上限20万円※ 5 の補助との合計) ※国・県の補助に上乗せ可
	対象	新型コロナウイルス発生に起因して、売上が前年同月比20%以上減少、かつその後2か月間を含む3か月間の売上が前年同月比20%以上減少見込み

新型コロナウイルス感染症に係る支援事業 **3**

農業者緊急支援 【問】産業振興課 ☎72-0636

事業継続支援		
7 持続化緊急給付金	内容・対象	中小企業者緊急支援と同様
和牛農家支援		
8 肉用牛飼料代補助	内容	肉用牛の子と利用雌牛の飼料代補助(補助率1/2×頭数 月額上限5万円 上限3か月)
	対象	<ul style="list-style-type: none"> ・子取り用雌牛の保有 ・持続化給付金(50%未満減少)及び持続化緊急給付金を未受給
新規事業支援		
9 販路拡大等事業補助	内容	ネット販売や町内産直市等新たな販路拡大への経費を補助(補助率10/10 上限20万円※ 10 の補助との合計) ※国・県の補助に上乗せ可
	対象	新型コロナウイルス発生に起因して、売上が前年同月比20%以上減少、かつその後2か月間を含む3か月間の売上が、前年同月比20%以上減少見込み
10 コロナウイルス対策環境整備補助	内容	消毒場の設置等の感染予防環境整備対策経費を補助(補助率10/10 上限20万円※ 9 の補助との合計) ※国・県の補助に上乗せ可
	対象	新型コロナウイルス発生に起因して、売上が前年同月比20%以上減少、かつその後2か月間を含む3か月間の売上が前年同月比20%以上減少見込み

税の徴収・保険税について

徴収猶予の「特例制度」

新型コロナウイルスの影響により事業等に係る収入に相当の減少があった方は、申請により最長1年間、町税の徴収の猶予を受けることができます。担保不要、延滞金もかかりません。

【対象となる町税】

令和2年2月1日から令和3年1月31日までに納期限が到来する町税（住民税・固定資産税・軽自動車税）、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料

【対象となる方※①②ともに満たす方】

①新型コロナウイルスの影響により、令和2年2月以降の1か月以上において、事業等に係る収入が前年同期に比べて概ね20%以上減少

②一時に納付し、または納入を行うことが困難であること

■国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の減免

新型コロナウイルスの影響により、次の要件を満たす方は保険税(料)が減免となります。

①主たる生計維持者が死亡し、又は重篤な傷病を負った世帯の方↓保険税(料)の全額免除
 ②主たる生計維持者の収入減少が見込まれる世帯の方↓保険税(料)の一部を減額

【対象となる保険税(料)】

令和2年2月1日から令和3年1月31日までに納期限が到来する保険税(料)
 ※ご自身が減免の対象となるか、申請に必要な書類等の詳細については、町民生活課にお問い合わせください。

【問】町民生活課 ☎72-10632

国民年金保険料特例免除について

収入源となる業務の喪失や売上が減少し、収入が相当程度まで下がった場合、臨時特例措置として、申告により国民年金保険料の免除・納付猶予（学生の場合は学生納付特例）が受けられる場合があります。

【対象】

令和2年2月分以降の国民年金保険料

傷病手当金等について

■傷病手当金

【対象※次のいずれにも該当する方】

- ・川本町国民健康保険または後期高齢者医療保険の被保険者
- ・給与の支払を受けている方
- ・感染、または感染を疑われ仕事ができない方
- ・給与等の全部または一部を受けられることができない方

【支給対象となる日数】

労務に服することが出来なくなった日から起算して3日を経過した日から、労務に服することが出来ない期間のうち就労を予定していた日までの日数

【支給額】

1日当たりの支給額（直近の継続した3か月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額の2/3）×支給対象となる日数

※詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認いただくか、お電話でお問い合わせください。

【問】浜田年金事務所

☎0855-22-10670
 町民生活課 ☎72-10632

障がい者手帳等の更新手続きについて

■療育手帳

①健康福祉課に申請書を提出してください（郵送可）

②申請者の方で児童相談所又は心と体の相談センターへ判定予約をしてください。（判定は書面等による対応となります。）

18歳未満…次期判定は原則1年後
 18歳以上…次期判定は原則3年後

■精神障害者保健福祉手帳

令和3年2月28日までに有効期間が終了する方

健康福祉課への申請書提出のみで更新可能です。（郵送可）ただし、現在の有効期限から1年以内に医師意見書の提出が必要です。

※障害年金証書で更新される方は通常通りの申請方法です。

■自立支援医療（厚生医療・育成医療・精神通院医療）

令和3年2月28日までに有効期間が終了する方

自動的に有効期限が1年間延長となります。現在の医療証の有効期限から1年後の3か月前から更新手続きが可能です。例…有効期限…令和2年5月31日の方は令和3年3月1日から更新申請可能
 その他の申請については、通常どおり受け付けています。

【問】健康福祉課 ☎72-10633



禁煙始めてみませんか？ 5月31日は「世界禁煙デー」です

「世界禁煙デー」は、たばこを吸わない習慣を社会に広めることを目的として、世界保健機関（WHO）により設けられました。厚生労働省では、5月31日～6月6日を「禁煙週間」として定めています。

なお、令和2年4月1日から望まない受動喫煙の防止を図るため、一定の場所を除き、喫煙を禁止しています。

多くの施設において
屋内が原則禁煙に

20歳未満の方は喫煙
エリアへ立入禁止に

屋内での喫煙には喫
煙室の設置が必要に

喫煙室には標識掲示
が義務付けに

喫煙との関連が「確実」とされる主な病気

レベル1

喫煙者

- がん
肺 口腔・咽頭 喉頭
鼻腔・副鼻腔 食道 胃
肝臓 膵臓 膀胱
子宮頸部 尿路
- 虚血性心疾患
- 脳卒中 ●腹部大動脈瘤
- 末梢性動脈硬化症
- 慢性閉塞性肺疾患（COPD）
呼吸機能低下 結核（死亡）
- 2型糖尿病 ●歯周病

受動喫煙

- 虚血性心疾患
脳卒中
- 肺がん
- 小児喘息
- 小児の呼吸器疾患
- 乳幼児突然死症候群



喫煙との関連が「示唆」される主な病気

レベル2

喫煙者

- がん
大腸 乳 子宮体
前立腺（死亡）白血病
- 胸部大動脈瘤
- 気管支喘息 結核発症
- 特発性肺線維症
- 虫歯 歯の喪失
- 認知症

受動喫煙

- がん
乳 鼻腔・副鼻腔
急性呼吸機能低下
- 子宮内胎児 発育遅延
- 出生体重の減少
（低出生体重児）

出典：喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書（厚生労働省、2016年）

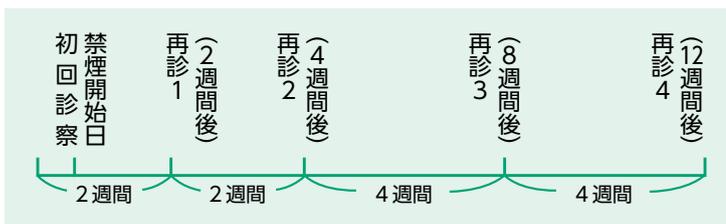
今からでも大丈夫！あなたの禁煙を応援します

★医師と薬の力をかりて禁煙を始めてみませんか。

「禁煙しよう」と決めたら、禁煙指導を受けられる病院（禁煙外来）を受診することをお勧めします。

加藤病院では、禁煙治療を実施しています。

川本町では、禁煙治療費助成事業を実施しています。助成内容の詳細については、健康福祉課（☎72-0633）までお問い合わせください。



禁煙外来での治療の流れ

児童手当を受給している皆さんへ

児童手当を受給している方は、令和2年6月1日現在の状況を届け出る必要があります。町から送付する「現況届」に必要事項をご記入いただき、6月30日（火）までにご提出ください。（郵送での提出が可能です。）ご提出がない場合は、6月以降の手当てが受給できないことがありますのでご注意ください。

■提出するもの

- ・現況届（6月1日現在の状況を記載）
- ・受給者の健康保険証の写し



国民健康保険加入者の皆さんへ 人間ドック・脳ドック予約受付中

人間ドック	
対象	令和2年度末年齢 40～54歳、56～59歳、61～64歳の方
自己負担額	3千円（町が3万5千円を助成しています）
受診日 （予約可能日） ※各1名ずつ	〔 邑智病院 〕（邑南町） 7月29日（水） 9月15日（火） 10月14日（水）・20日（火）・27日（火） 11月4日（水）・26日（木）
	〔 浜田医療センター 〕（浜田市） 9月15日（火） 10月19日（月）
	〔 ヘルスサイエンスセンター島根 〕（出雲市） 7月15日（水） 8月7日（金） 10月7日（水） 11月9日（月）

脳ドック	
対象	令和2年度末 年齢55歳、60歳、65歳の方
自己負担額	1万円（町が約3万4千円助成しています）
受診日 （予約可能日） ※各1名ずつ	〔 浜田医療センター 〕（浜田市） 9月17日（木） 10月13日（火）
	〔 ヘルスサイエンスセンター島根 〕（出雲市） 7月8日（水） 10月15日（木）

■注意1 人間ドックを受けられる方は、検診内容が重複するため、胃・大腸がん検診は受診できません。

■注意2 人間ドック・脳ドックを受けられる方は、検診内容が重複するため特定健診の受診はできません。

■注意3 新型コロナウイルスの関係に伴い、胃カメラ、肺機能検査など一部の検査が受けられない場合があります。

受診を希望される方は健康福祉課にお申し込みください。

【問】健康福祉課 ☎72-10633

子育て世帯への臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援する取り組みのひとつとして、児童手当を受給する世帯に対し、臨時特別給付金（一時金）を支給します。

支給対象者

令和2年4月分（3月分を含む）の児童手当を受給している方

支給対象児童

平成16年4月2日から令和2年3月31日までに生まれた子どもで、令和2年4月分（4月から新高校1年生となつている場合等は3月分）の児童手当の対象となる児童

支給金額

対象児童1人につき1万円

申請について

申請不要（公務員を除く）

（給付金の受給を辞退される場合）

「給付金受給拒否の届出」を提出してください。（届出期限：令和2年5月27日）

（公務員の方）

所屬庁から配布される申請書に支給対象者である証明を受け、健康福祉課に提出してください。（郵送可）

支給時期・方法

6月中旬に児童手当の登録口座に振り込む予定です。公務員の方は申請書の提出を受けた後、6月下旬ころから支給を開始する予定です。

【問】健康福祉課 ☎72-10633

鶏ごぼう

●材料（作りやすい分量）

鶏むね肉	1枚
A { 片栗粉	大さじ1
酒	小さじ1
醤油	小さじ1
ごぼう	1本
人参	1/2本
油	大さじ1
いんげん	適量
B { 水	カップ1
みりん	大さじ2
酒	大さじ1
砂糖	大さじ1
醤油	大さじ2



●作り方

- 鶏むね肉は一口大にそぎ切りにし、Aで下味をつける。
- ごぼうと人参は3～4cmに切り、ごぼうは2～4つに割る。人参は4～6つに割る。
- フライパンに油を熱し鶏むね肉を焼く、両面に焦げ目がついたら取り出す。
- 人参とごぼうを軽く炒め、Bを入れて煮る。柔らかくなったら醤油を加え、煮汁が少なくなったら③を加え煮からめる。
- 器に盛り、茹でたインゲンを添える。

令和2年4月19日執行 川本町議会議員一般選挙の投票及び開票結果

議員定数：9

立候補者：13

有権者数及び投票者数等

- ・当日の有権者数 男性：1,271
女性：1,475
計：2,746
- ・投票者数 男性：1,066
女性：1,197
計：2,263
- ・投票率 男性：83.87%
女性：81.15%
計：82.41%

投票の内訳 投票総数：2,263
有効投票：2,251
無効投票：12

選挙結果

当落の別	候補者氏名	得票数	性別	党派
当選	かとり 亜希	331	女	無所属
当選	植田 昌平	298	男	無所属
当選	本山 しゅうじ	247	男	無所属
当選	中平 茂明	185	男	無所属
当選	石川 達也	178	男	無所属
当選	木村 けいご	173	男	無所属
当選	円山 ちえみ	153	女	無所属
当選	飯田 武則	153	男	無所属
当選	片岡 みちやす	150	男	無所属
	高良 敏幸	142	男	無所属
	山口 せつお	93	男	日本共産党
	小宮 七郎	77	男	無所属
	三宅 まさと	71	男	無所属

順番は得票順（同数は届出順）です。※敬称略

【問】川本町選挙管理委員 ☎72-0632

川本町消防団新体制（令和2年4月1日）

令和2年4月1日付け川本町消防団の体制が、左記のとおりとなりました。

【第二分団】

分団長…三宅 信弘
副分団長…横田 哲夫

【本部】

団長…三好 正師
副団長…月森 満弘
丸橋 和夫

【退団者】

本山 廣幸さん（前団長）
上明 幸吉さん（前副団長）

このたび退団される本山さんには47年、上明さんには44年もの間、消防団としてご尽力いただきました。

また、各分団においても、消防団活動にご尽力いただいた方が退団されました。長い間ありがとうございました。

運転免許証の自主返納を考えてみませんか？

川本町では、65歳以上で運転免許証を自主返納された方が外出しやすいつ組みづくりとして、次のようなサービスを行っています。

- スクールバス運賃（200円）が無料となるフリーパスの交付
- 石見交通バスカード購入額の8割を補助

各申請には、警察署が発行する「申請による運転免許の取消通知」または「運転経歴証明カード」の提示が必要です。

申請は、まちづくり推進課で随時受け付けています。また、令和2年度以前に返納された方も対象となりますので、ぜひご利用ください。

【問】まちづくり推進課

☎72-0634

川本町企業人材確保育成支援事業

新規学卒者や有資格者等の人材を確保・育成するため、町内に本社または事業所を有する企業が、地域の実情を踏まえて創意工夫により行う雇用の確保または既存従業員の定着を図る取組に対し、補助金を交付します。

【対象となる事業所】

- ① 町内に本社または事業所がある
- ② 雇用保険法の適用を受けている
- ③ 町税及び法人税等を滞納していない

■雇用促進活動支援事業

(補助率 1/2)

1事業につき上限10万円

新たな雇用の確保を目的に、就職イベント等へ参加または自らが行う雇用促進に寄与すると認められる事業に対し、参加及び実施に係る経費（ブース出展料等）を対象に補助金を交付します。

【対象経費】

- ・他の企業が主催する就職イベント（就職ガイダンス等）への出展に伴うブース出展料・旅費等
- ・自社の雇用を確保することを目的に自らが実施する事業に要する印刷製本費・委託料等

■人材育成活動支援事業

(補助率 1/2)

1事業につき上限10万円

既存従業員との離職防止や、技能向上による人材育成等を目的に実施する職場環境の整備、福利厚生の実施等に資する取組を対象に補助金を交付します。

【対象経費】

- ・自社社員を対象とした講師等を招聘して行うセミナー等の開催に係る講師謝金・印刷製本費等
- ・自社社員の技能向上等を図るために、自社社員方の団体等が実施する研修会・講習会への参加に係る参加費・受講料等 ※旅費は対象外

いずれの事業も事前申請が必要で、活用を検討される際は産業振興課にお問い合わせください。

【問】産業振興課 ☎72-10636

2020年度川本町職員採用試験（土木）実施について

【受付期間】

令和2年5月25日(月)～令和2年6月12日(金)
受付時間：平日8：30～17：00まで
※郵送による場合は、6月12日(金)までの消印のあるものに限り受け付けます。

【試験区分・受験資格】

試験種目：高校卒業程度（既卒）
採用予定人数：若干名
・昭和56年4月2日以降に生まれた人。
・土木専門課程（高校・高専・大学・各種学校）を修了した人、又は土木技術職として3年以上の経験を有する人。

【試験の日時・会場・合格発表】

○第1次試験
〈日時〉7月12日(日)
受付 9：15～9：45 試験開始 10：00
〈会場〉島根県浜田合同庁舎（浜田市片庭町254番地）
〈合格発表〉7月中旬予定
※可否結果を受験者に郵送で通知します。
○第2次試験
〈日時〉8月2日(日)の予定
※1次試験合格通知の際にお知らせします。
〈会場〉川本町役場（川本町大字川本271-3）
〈合格発表〉8月中旬

【試験の時間及び種目】

○第1次試験
10：00～12：00 教養試験
12：40～13：00 性格特性検査
13：30～15：00 専門試験

【受験手続き】

- (1) 試験申込書及び受験票用紙等の交付
(ア)川本町役場総務財政課で交付します。
(イ)試験申込書及び受験票用紙等を郵送で請求する場合は、封筒の表に「試験請求」と朱書きし、140円切手を貼った宛先明記の返信用封筒（定形外：A4が入る大きさ）を必ず同封して、6月5日(水)必着で総務財政課に請求してください。
- (2) 受験申込
試験申込書、受験票に必要事項を記入し期日までに総務財政課に持参若しくは郵送で提出してください。受験票には写真を貼らないでください。（受験票の交付を受けた後、試験当日までに貼ってください。）
郵送の場合は、封筒の表に「試験申込」と朱書きし、書留で郵送してください。

【問合せ先】

総務財政課 ☎0855-72-0631

自宅でできる 田井トレ

サイドプランク

今回は、体幹トレーニングの発展型です。体幹の中でも側面の部分、脇腹や腰回り・くびれに関係してきます。体幹トレーニングのバリエーションを増やして、飽きることなく身体を鍛えていきましょう！



横を向いた状態で、手のひらと足底の側面だけで身体を支えます。前を向いたまま腰は落とさず、身体が一直線になるよう維持します。



①の状態からゆっくり腕立て伏せの状態に移行します。①で挙げていた左手をゆっくりと地面に着けます。



②の状態から左手と左足の側面だけで身体を支え、右手は地面から離して①と逆向きの体勢に戻ります。



上記の流れが難しい、厳しい方は、膝を着くことによって負荷を軽減させることができます。右手のひら、右膝、右足の側面を地面に着けます。



④の状態からゆっくりと左手を地面に着き、腕立て伏せの姿勢になるようにします。この際、膝を着いているとはいえ、腰が下がらないよう身体は一直線のまま維持します。



⑤の状態から右手、右膝、右足つま先を地面から遠ざけます。スタートと逆向きの姿勢になります。

▶負荷をかけたい方は



①の姿勢から脚を広げ浮かせます。接地している右手と右足側面だけで身体を一直線に維持するため、バランスを取るのが難しく負荷が強くなります。



④の状態から、できるだけゆっくりと腕立て伏せの状態に移行します。手を地面に着く際、頑張りすぎて地面に強打しないように気を付けましょう。



⑥の状態から、④と逆向きの姿勢に移行します。地面を押す反動で右手、右脚を地面から遠ざけます。左手首を痛めないようバランスを取りましょう。

ポイント

目的や強度によって、スタートポジションややり方、注意点が異なります。自らの体力レベルを考え、ケガのリスクがなるべく無い状態で行える運動を選んでください。

田井コラム

体力の低下は様々な疾患、コロナウイルス以外にもある沢山の疾患の罹患率を高め、また、運動不足は、身体面だけではなく精神面にも悪影響を与えます。少しでも自粛による体力低下、ストレスの蓄積の軽減のお手伝いができればと思っています。引き続き、気を抜けない日々が続くと思われませんが、出来ることから！やれることから！一緒に取り組んでいきましょう。

田井トレをご覧の方々、川本町にお住いの方々がお心身ともに健康であること、そこに貢献出来ればこの上ない幸せです。

地域おこし協力隊（健康運動指導士） 田井 誠

令和2年度 教職員新任者紹介

令和2年度の人事異動により、新たに島根中央高校に着任した新任者をご紹介します。川本町の皆さまには、様々な地域活動の中でお世話になります。

③②①
一言
担当教科



③②① 岩成 紀子
国語
数々の素敵なお会いに感謝しながら、笑顔で精一杯頑張ります！

③②① 前田 智子
国語
生徒の力になれるよう頑張ります。よろしくお願ひします。

③②① 福本 亨充
地歴公民
日本史や政治・経済の面白さを感じられるような授業をしたいと思ひます。

③②① 福岡 新
数学
地域の皆さんとともに、生徒の皆さんの成長に少しでも貢献できたらと思ひます。

③②① 岡田 真
数学
自然に囲まれた環境で生徒の成長を支えたいと思ひます。



③②① 糸原 裕佳
数学
今年から教員となり初めての勤務校です。頑張ります！



③②① 山口 峻介
理科(生物)
恵まれた自然を学びに活かせるよう頑張ります。



③②① 藤田 航平
英語
豊かな自然と温かな人の中で頑張ります。



③②① 廣江 里枝子
家庭科
子どもたちが自分らしさを発揮し、成長していけるよう支援していきたいです。



③②① 表田 翔吾
商業
自然豊かなこの川本町で、笑顔で元気に頑張ります!!



③②① 原野 未来将
事務主任
音楽のまちで、いきいきとした学校環境整備に取り組みます。



③②① 郷田 菜摘
書道
書によって生徒や学校の心を育てていこうと思ひます。

以上12名です。また、奥野晴之教頭、坂根博行主幹教諭の2名も引き続き島根中央高校の勤務となります。今後ともよろしくお願ひします。

学校再開は5月25日(月)から

島根県を含む39県の緊急事態宣言が解除され、島根県内の県立学校は5月25日(月)から学校再開となりました。

登校日

5月11日(月)は、4月に学校が臨時休業となつてから、約3週間ぶりの登校日でした。短い時間でしたが、久しぶりにクラスメイトと再会することができました。

寮生活

臨時休業期間中も、寮生徒約60人が自宅に帰省せずに江風寮と川本町学習交流センターに滞在していました。寮内では学習と健康保持活動(運動)の時間を設けて、規則正しい生活を送りながら学校再開を待つていました。

学校再開に向けて

5月18日以降の週は学年別に2、3回登校日を設け、午前中、それぞれの教室で提示された各教科の課題に取り組みました。担当の先生に直接、学習指導を受ける時間もありません。

また、自宅に帰省していた県外出身生徒は、島根県立少年自然の家など寮とは別の宿泊施設で一定期間の健康観察期間を過ごした後、学校に登校します。学校再開後も感染拡大防止に取り組みながら、学習、部活動などの教育活動を進めていきます。



寮のようす



5月11日(月)のようす

ぶっくん だより

2020年
5月号

No.276



かわもと図書館

電話 0855-72-0025 Fax 0855-72-1061
開館時間：9時～18時 土日9時～17時
休館日：火曜日・祝日・月末整理日・年末年始

6月の展示テーマ

《一般書》

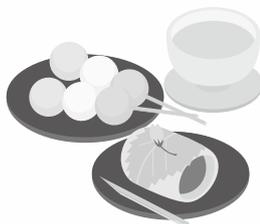
■歯と健康

6月4日～10日は歯と口の健康習慣です。歯科疾患の予防、歯と口の健康に関する本を集めた展示です。



■和菓子

和菓子の日（6月16日）にちなみ和菓子と茶席に関する本を集めて展示します。



《児童書》

■読みメンはじめてみませんか？

おとうさんおじいちゃんが子どもさんやお孫さんと一緒に楽しめる絵本を展示します。



その他多数あります。

新刊案内 おすすめの1冊

一般書

ダーク・ブルー

真保裕一著
講談社

トヨトミの逆襲

梶山三郎著
株式会社小学館

空の声

堂場瞬一著
文藝春秋

児童書

平和のバトン

弓狩匠純著
株式会社くもん出版

風邪を切って
走りたい！

高橋うらら著
金の星社

とりあえずありがとう

五味太郎作
絵本館

一般書

おれ、よびだしになる

中川ひろたか文
石川えりこ絵
アリス館

ポリぶくろ、
1まい、すてた

ミランダ・ポール文
エリザベス・ズートン絵
さ・え・ら書房

こんなにすごいよ
歯のやくわり

北川チハル文
ながおかえつこ絵

掲示板

「第66回青少年読書感想文
全国コンクール」
課題図書が入っています!!

かわもと図書館一部サービスの再開のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止を図るため、制限をかけながらサービスの一部を再開します。

期間：5月11日（月）～31日（日） ※6月1日（月）からは、一部制限を設けて開館します。

予約による貸出	貸出場所：川本町教育委員会窓口
予約は電話かFAX	貸出期間：受取日から2週間
貸出冊数：3冊	返却：返却ポスト（悠邑ふるさと会館正面玄関）
対象者	川本町民・川本町在勤者

※なお状況により変更になる場合があります。詳しくは、かわもと図書館までお問い合わせください。

☎72-0025 FAX72-1061

大変ご迷惑をおかけしますが感染症拡大防止のためご協力よろしくをお願いします。

悠邑ふるさと会館催し物案内

～悠邑ふるさと会館のご利用について～

5月31日（日）までは、下記のとおりご利用可能です。※ご利用には一部制限がございます。

◆利用可能 大会議室、中会議室、和室、エントランス

- ◆制限内容
- ①町内在住者および町内在勤者のみ（ご利用時に利用者名簿の提出が必要）
 - ②9：00から17：00まで（夜間のご利用いただけません）
 - ③飲食を伴うご利用は出来ません。
 - ④マスクや手指消毒、換気などの感染症対策をとっていただきます。

6月1日（月）より通常通り全館ご利用が可能です。

※ご利用者様の責任において感染症対策をとってください。（当分の間、予防対策にご協力いただけない場合は、ご利用をお断わりする場合がございます）

※当分の間、収容人数の半数を上回るご利用についてはご遠慮頂く場合がございます。

※感染経路追跡のため、ご利用時に提出して頂いた名簿や利用申請書の情報を関係機関に提示する場合があります。あらかじめご了承ください。

なお、今後の状況によっては、対応を変更する場合がございます。予めご了承ください。

新型コロナウイルスをはじめとする感染症予防にご協力お願い致します



■咳や発熱など風邪の症状がある方は、ご来館をお控えください。

■悠邑ふるさと会館をご利用の際は、会場内に設置された消毒液の利用、うがい・手洗い等を行っていただき《咳エチケット》にご協力をお願いいたします。

※ウイルス拡散防止の為、スタッフがマスクを着用していますので、予めご了承ください。出演者やお客様の健康を守り、感染の拡大を防止するため、ご理解とご協力の程、何卒よろしくお願い致します。

島根県交通事故相談所の運営について

令和2年度の開設について、当分の間、松江本所、浜田相談室、巡回相談（出雲市、大田市、益田市、隠岐の島町）の全てについて、対面による相談は行わず、電話相談のみの受付となります。



電話相談

松江本所 ☎0852-22-5102

※浜田相談室・巡回相談は開設せず、松江本所において受付

島根県司法書士会主催相談会について

6月以降の相談会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の防止、また参加者及び関係者の健康や安全面を最大限考慮すべきことから、当面電話相談のみ実施いたします。

面接相談会については、感染の収束状況等を見極めた上で、改めて開催させていただくことを予定しています。

電話相談

毎週月・木曜日（祝祭日除く）

「司法書士総合相談センター」

毎週火曜日（祝祭日除く）

「相続・遺言相談センター」

☎0852-60-9211

受付時間

12：00～15：00

お知らせ

「しまね版特区」申請受付

「しまね版特区」は、みなさんが地域の活性化のため取り組もうとしている事業が、様々な規制により実施が困難なときに、規制の特例措置を設けることによってその実現をはかる制度です。

市町村、民間事業者（NPO、住民グループ、民間企業など）どなたでも申請可能です。申請にあたっては、受付期間に関わらずお気軽にご相談ください。

【申請受付期間】

5月25日（月）まで

国島根県・しまね暮らし推進課

☎08522・22・6234

FAX08522・22・5761

※詳しくはしまね暮らし推進課のホームページをご覧ください。

「若者なんでも相談会」開催

相談無料

- 様々な不安を抱え、働くことに踏み出せない。
- コミュニケーションが苦手で…。
- どんな仕事に向いているの？
- 仕事が長続きしない など

一人で、家族で、悩まず、まずはお気軽にご相談ください。

【日時】

令和2年6月19日（金）

14時～16時※個別相談・要予約

【会場】

ハローワーク川本

【対象】

15～49歳の無業者の方・ご家族

※ご予約はサポステ浜田まで

☎085512216830

サポステは、働くことに不安や悩みを抱える15～49歳までの若者と、そのご家族のための総合相談窓口です。

実施主体：厚生労働省・島根県

委託事業 島根県地域若者サポート

ステーション

ダムの放流にご注意ください

今年も出水期が近づいてきました。河川やその周辺で作業や釣り、水遊び等をされる際は、河川の増水に十分に気を付けてください。

また、ダムから放流する際はサイレンを鳴らします。サイレンが鳴った時には、川の水が増えて危険ですので、すぐに川から上がってください。

【サイレンの鳴らし方】

1分鳴らし20秒休みを4回繰り返す

1分 20秒休 1分 20秒休 1分 20秒休 1分

なお、浜原ダムの放流量などについては、左記の電話番号により音声放送で確認できますのでご利用ください。

●浜原ダム放流情報

☎085517511901

※プッシュ回線の場合、案内にしたがってダムを選択してください。ダイヤル回線の場合、浜原ダム情報に続いて来島ダム情報を案内します。

※ご利用には通話料金が発生します

中国電力(株)東部水力センター

邑智事務所

募集

税務職員募集

国税庁では、税務職員を募集しています。税のスペシャリストを目指して、是非受験してください。

【受験資格】

- 1 令和2年4月1日において高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者（平成29年4月1日

以降に卒業した者が該当する。）及び令和3年3月までに高等学校又は中等教育学校を卒業する見込みの者

2 人事院が1に掲げる者に準ずると認める者

【試験の程度】

高校卒業程度

【パンフレットの請求、問合せ先】

広島国税局総務部人事第二課試験研修係

〒73018521 広島市中区

上八丁堀6-30

☎082222119211

内線374313635

又はお近くの税務署総務課へ

【ホームページアドレス】

国税庁 <https://www.nta.go.jp/>

◇交通事故・違反発生状況

(令和2年4月末)

広げよう 事故ゼロかわもとの 思いやり				
飲酒	物損	死傷者	人身	
0 (0)	7 (8)	0 (0)	0 (0)	川本町
0 (0)	35 (40)	1 (0)	1 (0)	累計
0 (0)	109 (116)	3 (5)	3 (4)	郡内 累計

※()内は前年同月数

くらしの情報カレンダー 6月

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2 休館日 休館日	3 休館日 休館日	4 芋畑集会所 9:00~10:00 田窪自治会館 11:00~12:00 断酒会 19:00~21:00 カン・ビン・新聞・雑誌・段ボール・不燃ごみ(C地域)	5 あいさつの日	6
7 特定健康診査・胃がん検診・胸部CT検診	8 特定健康診査・胃がん検診	9 休館日 休館日	10	11 乳幼児健診	12	13
14	15	16 休館日 休館日	17 乳幼児健診(4歳児) 乳幼児相談 10:00~11:30 健康相談 11:00~11:30	18	19	20
21	22	23 休館日 休館日	24	25	26	27
28	29	30 休館日 休館日	<div data-bbox="683 1579 1460 1818" data-label="Text"> <p>特定健康診査・胃がん検診の会場変更について 新型コロナウイルス感染症対策として、3密（密閉・密集・密接）を避ける上で場所の広さが必要なため、会場を変更します。 6/9(火) 川本公園管理棟(三島) → すこやかセンター ※6/7(日)・6/9(火) はすこやかセンターで午後も行います。</p> </div>			

- 【5月の納税】**
- ◆ 軽自動車税
 - ◆ 国民健康保険税
 - ◆ 後期高齢者医療保険料
- 【6月の納税】**
- ◆ 町県民税
 - ◆ 国民健康保険税
 - ◆ 後期高齢者医療保険料
- ※必ず納期限までに納めましょう。

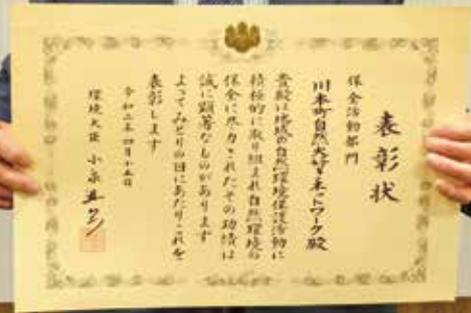
- 健康相談・検診
- 公民館
- 悠邑ふるさと会館
- 図書館
- 三原まちづくりセンター
- すこやかセンター(社会福祉協議会)
- 子育てサポートセンター
- 学校
- 保育所
- ドクターカー巡回
- 休日診療情報(10:00~16:00)

- ゴミ収集
- A地域(木路原・日の出・上新町・中新町・下新町・元町・本町・天神町・谷・市井原・長原・矢谷・芋畑・双葉・中倉・日向)
- B地域(因原・三大字・多田・久座仁・谷戸・三島・笹畑)
- C地域(西・八幡・三原・田窪・南佐木・親和・湯谷・三俣)
- 〔燃えるごみの収集日〕 毎週火曜日・金曜日(町内全域)
- 〔ペットボトルの収集日〕 毎月第1・3水曜日(町内全域)
- 〔容器包装プラスチックの収集日〕 毎週木曜日(町内全域)
- 〔容器包装 紙の収集日〕 毎月第2・4水曜日(町内全域)

5/11 (月)
川本町自然大好きネットワーク
みどりの日・自然環境功労者
環境大臣表彰



環境省では、平成11年度から毎年度、自然環境の保全に顕著な功績があった団体などへ大臣表彰が行われています。今年度、保全活動部門で、平成16年から、イズモコバイモを中心とした希少野生植物の保全活動や普及啓発に尽力されている「川本町自然大好きネットワーク」が受賞され、代表・瀬尻亨さんへ川本町役場で伝達式を行いました。



坂町から派遣



なかま え たくや
仲前 拓哉
(町民生活課税務係)

令和2年4月1日から人事交流として広島県坂町から派遣でお世話になっている、仲前です。川本町にきて2カ月が過ぎようとしています。最近では川本町にある多くの自然に魅了されており、特に夜に見る星空が大好きです。

私は体を動かすことが大好きなので、新型コロナウイルスが落ち着いたら川本町の雄大な自然の中で積極的に運動をしようと考えています。坂町から川本町に来て、最初は不安なことばかりでしたが、周りの職員の方々や住民の方々に支えられ、とても充実しており、毎日があっという間に過ぎていく感じがします。今後も多くの住民の方々や職員の方々と交流を持ち、楽しい日々を過ごしていきたいと思っています。

川本町の人口 令和2年4月30日現在 ※()は前月との増減

合計 3,246人 (前年同期: 3,319人) (前月比 +21人)
男 1,540人 (+20人)
女 1,706人 (+1人)
うち65歳以上 1,446人
うち15歳未満 313人
世帯数 1,637戸

増減	転入 39人	出生 4人	その他 0人
	転出 14人	死亡 8人	その他 0人

※住民基本台帳を基にした、令和2年4月中の異動状況

「クールビズ」に取り組んでいます

国は、脱炭素社会づくりに貢献する製品への買替え、サービスの利用、ライフスタイルの選択など地球温暖化対策に資するあらゆる「賢い選択」を促す国民運動『COOL CHOICE』を推進しています。

この運動の主要施策のひとつである、室温の適正化とその温度に適した軽装などの取組を促す『クールビズ』を今年度も推進しており、川本町でも、5月1日から9月30日まで(延長の場合あり)取り組んでいます。



新型コロナの影響で、飲食店さんは大きな打撃を受けています。最後に外食をしたのは、いつ・どこでだったか思い出せないし、家族以外と食事をする機会もないため、最後に乾杯をしたのが遥か昔に感じられます。