

広報 Oi おいしい

2017

5

vol.620

初めての登校 真っ白な上履き

～ TOPICS ～

大井町チャレンジデー 2017

平成 28 年度下半期財政公表

平成 29 年度自治会長紹介



5月31日(水)は15分以上の運動を！ 大井町チャレンジデー 2017 に参加しましょう

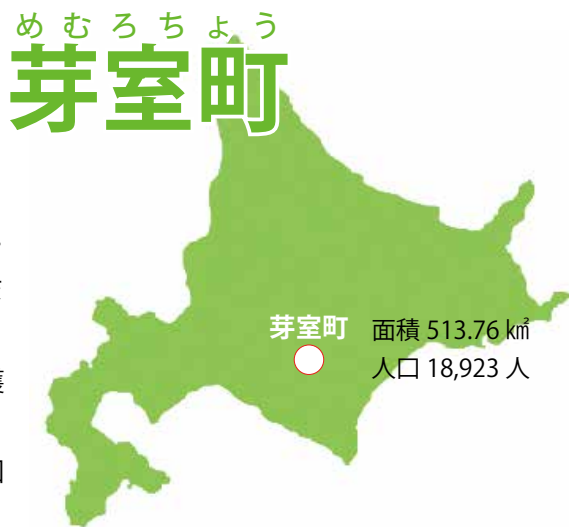
大井町チャレンジデー実行委員会 ☎83-5409

スポーツを通して住民の健康づくりやコミュニティづくりなど『明るいまちづくり』をすすめるチャレンジデー。大井町は今年も参加します、今回は、初心者歓迎のイベントが盛りだくさん。チャレンジデーをきっかけにスポーツを始めてみませんか。

今年の対戦相手は 北海道 **芽室町**

芽室町はどんなまち？

芽室町は十勝平野のほぼ中央に位置し、東と南は、十勝の中心都市・帯広市に接しており、雄大な農村風景と日高山脈などの景勝地に恵まれた美しい町です。収穫量日本一を誇るスイートコーンを初め、小麦、アズキ、ジャガイモ、テンサイなどの畑作が盛んで、作付面積や収穫量は北海道でもトップクラスと、文字通り“農業の町”でもあります。ゲートボール発祥の地としても知られていて、チャレンジデーは今回で9回目。前は62.8%という圧倒的な強さで勝利しました。



チャレンジデープログラム

輪投げ大会

輪投げでいきいき健康長寿。
時間 9:30～12:00
場所 総合体育館 アリーナ
対象 高齢者の方
協力 大井町老人クラブ連合会

朝のさわやか太極拳

ゆっくりとした動きの中で心地よさを感じましょう。
時間 7:00～7:30
場所 総合体育館 アリーナ
対象 どなたでも
協力 華の会

みんなでラジオ体操

一日の始まりはラジオ体操から。みんなで体操の基礎を学びましょう。
時間 6:15～6:45
場所 総合体育館 アリーナ
対象 どなたでも
協力 大井町スポーツ推進委員

やってみよう元気体操とコグニサイズ

「おーい！元気会」の元気体操と脳トレと有酸素運動を同時に行うコグニサイズ体験。
時間 14:00～15:00
場所 総合体育館 多目的室
対象 どなたでも
協力 「おーい！元気会」運営サポーター、ビーアウェイク

誰でもできるニュースポーツ

バードフォロワーやスポーツ吹き矢など、ニュースポーツで楽しく体を動かそう。
時間 10:00～12:00
場所 総合体育館 アリーナ
対象 どなたでも
協力 大井町スポーツ推進委員

すこやか学級

家族でチャレンジ！身体の使い方、くせに気づきコンディションを整える予防運動をしませんか。託児保育有。
時間 10:00～11:00
場所 総合体育館 多目的室
対象 乳幼児を子育て中の保護者(要事前予約)
協力 大井町母子保健推進員

チャレンジデーが
終わったら...

普段の暮らしに運動を！ 3033運動のすすめ

1日30分、週3回、3カ月間

運動・スポーツを続けましょう！

通勤や買い物をウォーキングにしよう 歩き方に気をつければ運動効果UP！

視線は周りの景色が
よく見えるように、
下を向かない。

背筋はスッと伸ばし、
前かがみにならない。

腕は力を抜いて
楽に振る。

膝は伸ばす。

つま先を上げて、
かかとで着地。



足の指で地面をしっ
かり蹴るようにして
押し出す。

神奈川県では、県民の皆さんが一人でも多くスポーツに親しみ、健康で明るく豊かな生活を営んでいただくために、1日30分、週3回、3カ月間継続して運動やスポーツを行い、運動やスポーツをくらしの一部として習慣化する「3033（サンマルサンサン）運動」を推進しています。

スキマストレッチ

日常生活のふとした時間を利用して気軽にできるストレッチを紹介しています。詳しくはホームページをご覧ください。

スキマストレッチ



スベリー・マーキュリーの Rock you ダンシング

スベリー・マーキュリーと一緒に
愉快的ダンスで健康に。あなた
の身体とハートを Rock you!

時間 19:30～20:00

場所 総合体育館 アリーナ

対象 どなたでも

協力 大井町体育協会

歩いてきらめきカルタ

音楽に合わせて歩いた後、大き
なカルタを取ります。体を動か
しながら町のことを再発見でき
るかも。

時間 18:30～19:30

場所 総合体育館 アリーナ

対象 どなたでも

協力 きらめき未来塾企画・運営
部会

新緑癒しウォーキング

リニューアルオープンした、ど
んぐり遊歩道を散策。新緑とお
いしい空気が心と体を癒します。
(雨天中止)

時間 14:00～15:00

場所 ブルックス売店集合

対象 どなたでも

協力 大井町体育協会

総合体育館無料開放

友だちやお子さんと一緒にいか
がですか？

時間 (アリーナ) 12:00～17:00

(多目的室) 15:00～17:00

対象 どなたでも

トレーニングジム無料開放

徐々に!? ジムで体を動かしませ
んか。

時間 9:00～21:30

場所 総合体育館トレーニングジ
ム

対象 トレーニングジム講習受講
者

※混み合う場合は、時間を決め
て譲り合いをお願いします。

大井よさこいひょうたん踊り

チャレンジデーのフィナーレは
ひょうたん踊り。おおいのまち
へ来てみや、老いも若きもよ
お踊る♪

時間 20:00～20:20

場所 総合体育館 アリーナ

対象 どなたでも

協力 大井町ひょうたん文化推進
協議会

財政公表

企画財政課 ☎ 85-5003

町の予算は、4月1日から翌年の3月31日の間に執行しますが、年度末に完了した事業などについて、未収入金や未支出金を5月31日までに整理できるようになっています。国や県からの収入や、工事などの代金の支払いが主なもので、この期間に整理し、平成28年度の決算が確定します。決算は、広報10月号でお知らせします。

一般会計の最終予算額

55億5,509万円 当初予算から2億2,509万円(約4.1%)の増加

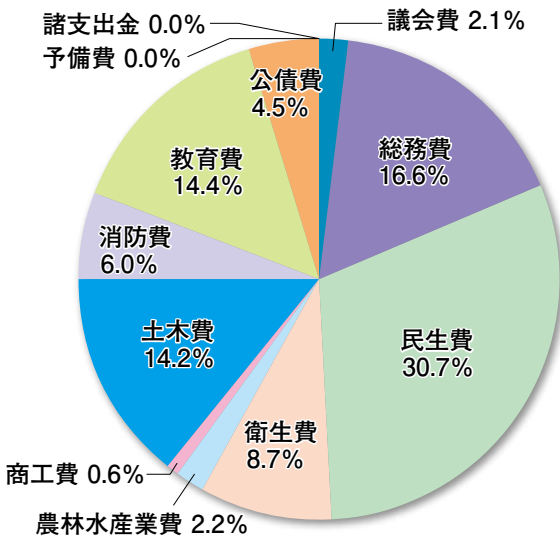
予算執行率

歳入 93.2% **歳出 87.2%**

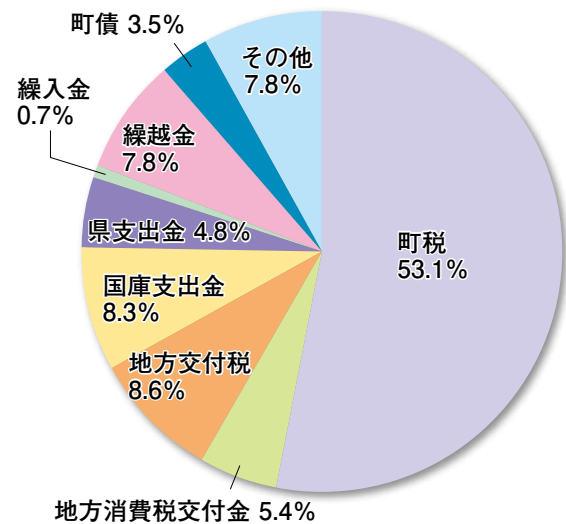
町有財産の現在高

164億8,189万円 前年度比9億9,146万円増

支出済額の内訳



収入済額の内訳



歳出

- 議会費** 議会の運営のための費用です。
- 総務費** 戸籍・選挙・交通安全・防犯・町の資産の管理などの費用です。
- 民生費** 福祉のための費用です。
- 衛生費** ごみ処理や健康維持のための費用です。
- 農林水産業費** 農業振興のための費用です。
- 商工費** 商工業・観光振興のための費用です。
- 土木費** 道水路・公園整備のための費用です。
- 消防費** 消防・防災のための費用です。
- 教育費** 教育や文化のための費用です。
- 公債費** 町が借りた借金を返すための費用です。
- 諸支出金** 町の基金に積み立てるための費用です。
- 予備費** 用途を特定していない費用です。

歳入

- 町税** 皆さんから納めていただく税金です。
- 地方消費税交付金** 消費税の一部が、町の人口や従業者数に応じて交付されます。
- 地方交付税** 町の財政状況により国から交付される使途が限定されていない財源です。
- 国庫支出金** 国から交付される使途の限定される財源です。
- 県支出金** 県から交付される使途の限定される財源です。
- 繰入金** 基金や特別会計など、一般会計以外の会計から繰り入れるものです。
- 繰越金** 前年度から繰り越された財源です。
- 町債** 町がさまざまな事業を行うために借りのお金です。
- その他** 上記に属さない財源で、各種交付金や使用料・手数料が主なものです。

平成 28 年度予算執行状況

平成 29 年 3 月 31 日現在

○町有財産の現在高 164 億 8,189 万円

土 地	39 億 4,170 万円
建 物	107 億 3,184 万円
基 金 な ど	18 億 835 万円

○町債の現在高 48 億 7,773 万円

《一般会計》

学校整備事業債	3 億 3,570 万円
社会教育施設整備事業債	913 万円
減税・減収補てん債	1 億 4,482 万円
臨時財政対策債	12 億 4,680 万円
公営住宅建設事業債	3,355 万円
保健福祉センター建設事業債	1,947 万円
幼稚園建設事業債	6,323 万円
急傾斜地崩壊対策事業債	402 万円
学校給食センター建設事業債	1 億 1,315 万円
小 計	19 億 6,987 万円

《下水道事業会計》

公共下水道事業債	17 億 9,654 万円
流域下水道事業債	2 億 2,451 万円
小 計	20 億 2,105 万円

《水道企業会計》

区画整理事業債	136 万円
拡張事業債	8 億 350 万円
一般建設改良事業債	8,195 万円
小 計	8 億 8,681 万円

一般会計（歳入）

単位（万円）

款	予算額	収入済額	収入率
町 税	27 億 6,411	27 億 5,019	99.5%
地方消費税交付金	3 億	2 億 7,834	92.8%
地方交付税	4 億 621	4 億 4,598	109.8%
国庫支出金	5 億 5,969	4 億 2,728	76.3%
県支出金	3 億 4,674	2 億 4,922	71.9%
繰入金	8,642	3,642	42.1%
繰越金	4 億 550	4 億 550	100.0%
町 債	2 億 7,500	1 億 8,000	65.5%
その他	4 億 1,142	4 億 384	98.2%
歳入合計	55 億 5,509	51 億 7,677	

一般会計（歳出）

単位（万円）

款	予算額	支出済額	執行率
議 会 費	1 億 231	1 億 155	99.3%
総 務 費	8 億 5,881	8 億 555	93.8%
民 生 費	16 億 3,395	14 億 8,642	91.0%
衛 生 費	4 億 5,838	4 億 2,062	91.8%
農 林 水 産 業 費	1 億 2,017	1 億 474	87.2%
商 工 費	2,985	2,898	97.1%
土 木 費	7 億 6,623	6 億 9,046	90.1%
消 防 費	3 億 1,356	2 億 9,158	93.0%
教 育 費	9 億 7,188	6 億 9,711	71.7%
公 債 費	2 億 2,198	2 億 1,821	98.3%
諸 支 出 金	76	76	100.0%
予 備 費	7,721	0	0.0%
歳出合計	55 億 5,509	48 億 4,598	87.2%

特別会計

単位（万円）

◆国民健康保険	予算額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
	20 億 8,858	21 億 160	100.4%	19 億 4,291	93.0%
◆後期高齢者医療	予算額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
	1 億 8,995	1 億 9,451	101.5%	1 億 7,637	92.9%
◆下水道事業	予算額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
	5 億 5,579	4 億 9,839	89.3%	5 億 1,507	92.7%
◆介護保険	予算額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
	9 億 9,398	9 億 7,725	98.2%	9 億 5,234	95.8%

主な補正予算

歳 入

町民税現年課税分	△ 4,200 万円
児童手当負担金	△ 1,269 万円
臨時福祉給付金等給付事業費補助金	3,460 万円
一般寄附金	5,600 万円
学校施設環境改善交付金	7,739 万円
基金繰入金	△ 2,000 万円
小学校改修事業債	9,500 万円

歳 出

ふるさと納税推進事業費	1,095 万円
地番図公図デジタル化委託料	△ 921 万円
臨時福祉給付金事業費（繰越明許を含む）	3,352 万円
児童手当支給事業費	△ 1,500 万円
上大井小学校北棟改修工事・監理委託料（繰越明許）	2 億 3,218 万円
生涯学習センター施設改修工事費	△ 4,114 万円
総合体育館施設改修工事費	△ 596 万円

平成29年度

自治会長紹介

自治会長が決定しましたので、ご紹介します。

町民課 ☎ 85-5004

代表
各自治会の代表自治会長

新
平成29年度からの
新任自治会長

※ 敬称略

新宿

吉原

西

中

東



小野菊土 **新**



代表 小林哲夫



戸谷武久



飯山良三 **新**

河原

第四

第三

第二

第一



児玉守弘 **新**



代表 山口隆雄



堀越貴勝 **新**



中根透

金手

第四

第三

第二

第一



藤澤正美



鍵和田敏明 **新**



田中正彦



代表 鈴木勝恵

馬場

坊村

第二

第一

第二

第一



斎藤浩一 **新**



代表 鈴木都伺



中村安雄 **新**



代表 中井博英

4月20日(木)に自治会長会議を行いました。

根岸下

第二



西山 武たけし (新)

第一



代表 横山久男ひさお

第三



勝木俊一しゅんいち (新)

第二



高橋康夫やすお

根岸上

第一



代表 石田清明きよあき

宮地

第二



鈴木和弘かずひろ (新)

第一



代表 山口丈次じょうじ

第三



布施晃延あきお (新)

第二



代表 高橋健治けんじ

市場

第一



山崎邦実くにみ

上大井

第五



高橋君子きみこ

第四



矢島文雄ふみお (新)

第三



根岸正典まさのり

第二



代表 佐藤弘幸ひろゆき

第一



平田 良まさる (新)

柳



鈴木磯美いそみ (新)

篠窪



内藤茂行しげあき

第三



代表 五十嵐 勲いさお

第二



大澤健久たけひさ (新)

西大井

第一



宇佐美健二けんじ (新)

下山田



藤野春樹はるき

中屋敷



小宮眞明まさあき

上山田



迫 茂樹しげあき

赤田



夏苅 徹とる (新)

高尾



柳川武夫たけお

「おーい!元気会」で一緒に活動しませんか?

「おーい!元気会」運営サポーター育成講座

介護福祉課 ☎ 83-8011

町では地域の方のご協力をいただき、町内 12 会場で「おーい!元気会」を開催しています。「おーい!元気会」運営サポーターは毎回体操やレクリエーションなどの企画運営を行い、地域の方やスタッフと元気に楽しく活動しています。

より一層活発な活動を行うため、運営サポーターの新たな仲間を募集します。介護予防の取り組みに関心のある方、地域で何か活動をしたい方、下記の講座をぜひ受講してください。

対象 町内在住で原則講座の全ての日程に参加できる方で①②の条件を満たす方（2回目と7回目については別の日程で対応も可能ですので、ご相談ください。）

①講座終了後、月1回以上は元気会で活動できる方（元気会の日程は町健康カレンダーと毎月の広報でお知らせしています）

②定例会（毎月第4水曜日午後）に出席できる方

申込 5月31日（水）までに直接か電話で。

平成 29 年度おーい!元気会運営サポーター育成講座

回	日時	場所	内容	講師
1	6月5日（月） 13:30～15:30	保健福祉センター 2階 第1ボランティア室	オリエンテーション 講義「介護予防の取り組みとおーい!元気会について」	町保健師
2	6月13日・15日・16日 の午前午後いずれか1回	自治会館など	見学体験 『「おーい!元気会」に参加してみよう!』	町保健師
3	6月19日（月） 13:30～15:30	保健福祉センター 2階 第1ボランティア室	運動の話 「元気体操で健康づくり」	健康運動指導士
4	6月26日（月） 13:30～15:30	保健福祉センター 2階 第1ボランティア室	口腔の話 「お口から介護予防」	歯科衛生士
5	7月3日（月） 13:30～15:30	保健福祉センター 2階 第1ボランティア室	安全管理の話 「防災の話と救急法の実際」	町防災安全室職員
6	7月10日（月） 13:30～15:30	保健福祉センター 2階 第1ボランティア室	講義「コミュニケーションの大切さボランティアの心構え」	健康運動指導士
7	7月18日・20日・21日 の午前午後いずれか1回	自治会館など	見学体験 「先輩ボランティアと活動しましょう」	町保健師
8	7月26日（水） 14:00～15:30	保健福祉センター 2階 保健指導室	講座修了式 サポーター定例会参加	町保健師

※2回目と7回目はご都合のつく日に参加してください。詳細はオリエンテーションで説明します。

相和地域の魅力を紹介する情報誌

『大井町の台地の風景から見える 30 のかみさまを巡る』ができました!

地域振興課 ☎ 85-5013

相和地域活性化委員会では、下部組織である検討部会が中心となり、相和地域の魅力を町内外に発信するための情報誌を作成しました。この情報誌は、地元の方の相和地域に対する熱い思いと地域の歴史や自然豊かな里山の景観、近代化が進む中にありながら未だ引き継がれる昔からの風習というものをテーマに作り上げられました。すばらしい地域資源を有する相和地域の魅力を都心部に向けて発信し誘客を図るとともに、町内の皆さまにも改めて相和地域の魅力を再認識していただき、多くの方に足を運んでいただきたいと思いますので、ぜひご覧ください。



エンジョイ！スポーツ

大井 SC 低学年 上郡新人戦で優勝

昨年度、中井町総合グラウンドで行われた第29回上郡新人戦（上郡サッカー協会主催）で、大井SCから3チームが参加し、2年生以下の部9チームの中、大井SC-Aが見事優勝しました。



足柄 Jr. バドミントンクラブ 試合結果

3月19日（日）に開催された小田原KIDSバドミントン大会の試合結果です。

【5・6年男子】

優勝：福田煌太
準優勝：井上和也

【5・6年女子】

優勝：小川琴花
3位：吉田莉央名

【4年以下】

優勝：古澤叶多



エスペランサ FC 大会結果

3月4日（土）に平塚市立金田小学校で開催された金田ウイングフェスタ第8回小倉杯U-12で、6年生が準優勝しました。
3月5日（日）に秦野なでしこ運動広場で開催された第4回ブレイヤーズファストカップU-10で4年生が優勝しました。
3月11日（土）にフットサルポイント小田原で開催されたフットサルポイントU-11サッカー大会で5年生が優勝しました。



大井剣道教室 試合結果

3月19日（日）に大井町総合体育館で開催された第24回足柄上郡剣道大会の試合結果です。

小学生低学年の部	準優勝	大肚瑠璃	
小学生高学年の部	3位	大肚望	
中学生男子の部	優勝	大肚悟	準優勝 相田大智
中学生男子の部	3位	澤田奈瑠・佐々木公隆	
中学生女子の部	優勝	遠藤伶	3位 安江月那
一般男子の部	準優勝	小林亮一	3位 小林朗
高校・一般女子の部	準優勝	草柳夏美	
小学生団体戦	準優勝	大井剣道教室 A	
		先鋒：大肚瑠璃	中堅：杉本卓也 大将：大肚望



町民ソフトボール大会結果

4月16日（日）にブルックスグラウンドで第67回町民ソフトボール大会が8チームの参加により開催されました。初夏を思わせるような好天に恵まれ、選手の皆さんは広い芝生の上で、おもいきりプレーしていました。決勝戦は両者とも常勝チームである「上大井新橋」と「柳」との対戦になり、「柳」が2年ぶりの優勝に輝きました。



「柳」チームの皆さん▶



選挙管理委員の改選

選挙管理委員会 ☎ 85-5001

町議会三月定例会において、新しい選挙管理委員および補充員が次のとおり選任され、4月10日(月)に開催された選挙管理委員会で委員長が決まりました。任期は、平成33年4月6日までです。



杉崎和孝委員長
(上山田)



石井伸雄委員
(上大井)



里吉康彦委員
(新宿)



千葉勝三委員
(根岸上)

【補充員】

杉崎英男さん(赤田) 下澤敏郎さん(西大井)
間壁誠さん(宮地) 山本孝夫さん(金手)

行政相談委員の改選

町民課 ☎ 85-5006

行政相談委員として、西山^{けんいち}健一さん(再任・根岸下)と菅谷^{すがやまなぶ}学さん(新任・金手)が4月1日付けで、総務大臣から委嘱されました。任期は平成31年3月31日までです。また、11期22年の長きにわたりご尽力いただいた山地^{ひろあき}裕昭さんは、3月31日をもって退任されました。

行政相談委員は、国の行政機関などの業務に関し、皆さんからの相談に応じて、助言をしたり関係機関に苦情を通知したりします。

社会福祉、医療保険、年金、国道、労働基準、雇用保険などの困りごとは、町の総合相談でもお伺いしています。



西山健一委員



菅谷学委員

教室からこんにちは

No.84 大井第二幼稚園

みんなの心に4つの種をまきました



今年度、大井第二幼稚園は、30人の新入園児を迎え101人でスタートしました。

いつもの年なら、満開の花びらの中、元気に登園してくる園児の姿が見られるのですが、今年は桜の開花が遅れ、園内にある6本の桜の木は満開というわけにはいきませんでした。おまけに入園式は雨交じりで、桜の木を背景にした記念写真も思うように撮れませんでした。しかし、子どもたちが昨年秋に植えたチューリップやヒヤシンスはプランターの中で元気に花を咲かせています。

大井第二幼稚園では、毎年入園時に子どもたちの心に「やさしさのたね」「がんばるたね」「あいさつのたね」「しっかりきけるたね」の4つの種をまいています。どの種も幼児期のう

ちにしっかり身につけさせたい大切な力です。

チューリップやヒヤシンスは長い間、暗く冷たい土の中で暖かい春が来るのをじっと待っています。子どもたちの幼稚園生活も決して楽しいことばかりではありません。いやなことや悲しいこともたくさん起こるに違いありません。しかし、そうした経験も子どもたちの成長には必要なものと考えます。多くの経験を積み重ね、いつかきつとそれぞれが大きな花を咲かせてくれることを信じています。それを楽しみに一日一日子どもたちの成長を見守っていきたいと思います。



国民年金の豆知識

日本年金機構小田原事務所

☎ 22-1391

町民課 ☎ 85-5007

国民年金学生特例制度

20歳になった時から国民年金の被保険者になり、保険料の納付が義務づけられています。学生の方は、申請により在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる方

大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校（詳しくは年金事務所まで）
所得の目安

118万円＋扶養親族などの数×38万円

障害年金などの関係

学生納付特例制度の承認を受けている期間は、障害や死亡といった不慮の事態が生じた場合に、①その事故が発生した月の前々月までの被保険者期間のうち保険料納付済期間が

3分の2以上ある場合、または②その事故が発生した月の前々月までの1年間に保険料の未納がない場合に、障害基礎年金や遺族基礎年金の支給対象期間に含まれます。

老齢基礎年金との関係

将来、老齢基礎年金を受け取るためには、原則として保険料の納付期間などが25年以上（平成29年8月からは10年以上）必要ですが、学生納付特例制度の承認を受けた期間は、受給資格期間に含まれます。ただし、老齢基礎年金額の計算対象期間には含まれませんので、老齢基礎年金を満額受け取るためには、10年間のうちに保険料を納付（追納）する必要があります。

申請方法

申請用紙は年金事務所および役場にあります。提出先は年金事務所（郵送可）、または役場町民課です。申請できる過去期間は申請書が受理された月から2年1カ月前まで、将来期間は年度末までです。ただし、1枚の申請書で申請できるのは、4月から次の年の3月までの12カ月間です。

添付書類は、国民年金手帳、学生証（裏面に有効期限、学年、入学年月日の記載がある場合は裏面含む）のコピーまたは、在学期間がわかる在学証明書（原本）です。

笑顔特派員

スベリー・マーキュリーの

笑顔の届け日誌⑨

はじめましての方に自己紹介したら「3Dマーキュリー？」と斬新な間違った方をされます。笑顔特派員のもよみとお笑い芸人スベリー・マーキュリーです。確かに3Dではありませんが。

というわけで広報をご覧の皆さま！またお会いすることができましたね！先月号では「スベリー笑顔特派員を卒業か？継続か？広報連載がなかったら察してね！」と締めくくったわけですが、おかげさまで笑顔特派員任期を延長していただき、また皆さんに近い距離で笑顔をお届けすることができるようになりました！サンキューロッキューありがとうございます！



今年度の任期は丸々1年。なので新しいことにもチャレンジしていく予定です！まずは前々からずっとやりたかった町民の皆さんが演じる新喜劇「ふるさと劇団」の立ち上げ！そして未病観光コンシェルジュとして、町の豊かな自然で育まれた野菜や果物などの収穫体験ツアー企画＆ガイド。ハイキングコースや散策路を活かしたイベントなんかもやってみたい！あとは何と言ってもPR動画をたくさん作って町の魅力をSNS・YouTubeで世界中に発信すること。これらすべてに共通して言えることはスベリー一人の力では成功させることができない！ということ。です。

今年度も皆さんにいっぱい助けられながらがんばろッキューしていきますので、どうぞよろしくお願ひします！



落ち込みがちな時期を乗り切るには

今月は、
森川真紀子
保健師です



5月病にかかっていませんか

暖かく過ごしやすい季節になってきましたが、「ぼーっとする」「だるい」「なんだかイライラする」などの感覚が出てきてはいませんか。その体の不調を日本では「5月病」と表現しています。気温が上昇してくるこの気候の変化が心身に影響を与えていることが科学的にも明らかになっています。

この「5月病」の原因は、自律神経の乱れであると言われ、その原因の一つは気候の変化によるものですが、ここに精神的要因が加わると、心の病気に繋がることになりかねませんので、気をつけたいところです。

「5月病」の予防・改善方法

心と体のいたわり方として「マインドフルネス」というストレス低減方法が注目されています。東洋文化の瞑想を元にアメリカで開発された技術で、アメリカのグーグル、アップルなどのグローバル企業も研修に取り入れる実践的な方法です。生活のちよっとした時間に取り組みますので、試してみたいかがでしょうか。

具体的内容

「今この瞬間」に意識を集中することで過去の失敗や将来への不安がもたらすマイナスな感情に気づき、それらと距離を置き、やり過ごすことができるようにすること。

取り組む時のポイント

- ・テレビを見ながらなど、他のこととせず、テーマに意識を集中する。
- ・雑念がわいても気にせず、今に意識を集中することを心がける。
- ・体験したことは、良し悪しを判断せず、そのまま受け入れる。

日常の中で取り組めるマインドフルネスの方法

歩くエクササイズ

- ① ゆっくり歩く
- ② 両足の先に意識を向ける
 - ・ 片方の足へ重心が移動する感覚は？
 - ・ 地面は硬いか？ 凹凸はあるか？
 - ・ 最初に地面に触れるのはつまかかかとか？
- ③ 慣れてきたら速く歩きながらやってみる

呼吸のエクササイズ

- ① 楽な姿勢で座ってリラックス
- ② 目を閉じ、ゆっくり3回深呼吸
- ③ 自然に呼吸し、穏やかな気持ちで呼吸に注意を向ける
- ④ 鼻の穴を通る空気のおい、感触や音を意識する
- ⑤ 呼吸と呼吸の「間」を意識する

からだの健康状態のチェックや情報を得たい方は、「いきいき・おおい・健康ステーション」をご利用ください。また、月1回第4木曜日の午前中に、健康相談も行っています。（予約制）

大井町お試し住宅トライアル事業を開始します！

企画財政課 ☎ 85-5003

大井町へ移住を希望する方に対し、町の風土や生活を実際に体験していただくための「お試し住宅」を整備しました。平成29年度のお試し住宅利用者を募集しますので、町外にお住まいのお友達やお知り合いの方で移住をご検討されている方がいましたら、ぜひ事業のご紹介をしてください。

【場所】 宮地地内、西大井地内

【利用資格】 大井町への移住を希望または検討している方（転勤や旅行などで事業の主旨にそぐわない使用は不可。）

【利用期間】 5月1日から平成30年3月31日までのうち2週間から8週間

【利用料】 20,000円／2週間（光熱水費など含む）

【受付開始】 5月1日から

【申込方法】 町ホームページで「大井町お試し移住体験事業実施要綱」を確認のうえ、電話で空き状況などをお問い合わせください。利用期間を仮予約していただいた後、申請書に必要書類を添えて企画財政課へ提出していただきます。



New Books ▶▶

【一般書】

『わたくしたちの旅のかたち〜好奇心が「知恵」と「元気」を
与えてくれる〜』

兼高 かおる／著 秀和システム

『被災ママに学ぶちいさな防災のアイデア40』

アベ ナオミ／著 学研プラス

『認知症にならない人がやっているスッキリ脳のゴミ掃除』

羽生 春夫／著 双葉社

『日本の言葉の由来を愛おしむ』

高橋 こうじ／著 東邦出版

『ガーディアン』

薬丸 岳／著 講談社 そうわ会館に入荷

【児童書】

『「どこまでも生きぬいて」夜回り先生 50 のヒント』

水谷 修／著 PHP研究所

『自然のふしぎ大図解』

アマンダ・ウッド他／作 偕成社

『包丁を使わないで作るごはん』

寺西 恵里子／著 日東書院本社

『鉄道につぼん! 47 都道府県の旅 1 北海道・東北・関東めぐり』

山崎 友也／監修 教育画劇

『「おおきくなったら」チェコのわらべうた』

内田 莉莎子／やく ヨゼフ・ラダエ／著 福音館書店

こちらで紹介した本は、新しく買った本の一部です。最新の情報は、図書館ホームページ <http://www.oitown-lib.jp/> をご覧ください。

Event & Information ▶▶

5月のおはなし会

6日(土) (絵本) おりこうなアニカ

(絵本) エミールくんがんばる

13日(土) (絵本) アンガスとあひる

(絵本) どうながのプレツツェル

20日(土) (紙芝居) くさずきんのおひめさま

(絵本) まりーちゃんとおおあめ

27日(土) (絵本) もりのなか

(絵本) とだな

29日(土) (紙芝居) よもぎだんごべったん

(絵本) そんなときなんていう?

時間 / 14:00 ~ 14:30

場所 / 大井町図書館 おはなしのへや

親子いっしょのおはなし会

5月11日(木) 10:30 ~ 11:00

場所: 大井町図書館 おはなしのへや

対象: 就園前のお子さんと保護者



5月の展示

「ベストリーダ 2016」

昨年度、大井町図書館で特に貸出の多かった本を展示します。

「ベートーベン没後 190年」

「楽聖」とあがめられ、のちの音楽家たちに多大な影響を与えたベートーベンの節目にちなみ音楽家たちに関する本を集めました。

俳句

戸惑いは 心の奥に 春の雪

下萌えを 取って始まる 畑作り

耕耘機 土入る音も 弾みおり

風間 秀泰

石井千代子

坂入清四郎

沈丁花 二百の蕾 開きおり

二上 光子

盆栽の 手塩の桜 咲き誇り

廣田 悦子

指触れて ピアノ一音 春動く

加藤 春江

おほる俳句会

短歌

おほる短歌会



まちの文芸

卓に置く 古き眼鏡の 見し五年
忘るることも よしとはせんか

剥落の 壁画の羨し 吾が心に

野村 伸子

捨つべきおもひ いやよつもれば

加藤 三春

幸ひの 一つに加へむ 朝夕を

奥津 弘子

富士見ゆるる地に 住み来しことを



5月の行事予定

日程	事業予定	場所
14日(日)	酒匂川統一美化キャンペーン(9:00~11:00)	酒匂川左岸
	町民軟式野球大会1日目(8:30~)	立花学園大井総合グラウンド
15日(月)	エンジョイ! マタニティ(13:00~13:15受付)	保健福祉センター
16日(火)	ぞうさんくらぶ(9:30~9:45受付)	生涯学習センター
17日(水)	親子相談(9:00~12:00)(予約制)	保健福祉センター
	総合相談(10:00~12:00)	役場町民相談室
18日(木)	あつまれ! 赤ちゃん(9:30~12:00)	ふれあい館
19日(金)	Enjoy! ニュースポーツ(19:30~)	総合体育館
20日(土)	せせらぎ自然観察ウォーキング・田んぼ体験(8:30~12:30)(事前申込制)	ひょうたん池周辺
21日(日)	町民軟式野球大会2日目(8:30~)	立花学園大井総合グラウンド
23日(火)	1歳6か月児健診(9:30~10:30受付)	保健福祉センター
25日(木)	赤ちゃん健康相談(9:30~10:30受付) 一般健康相談(9:30~10:30受付)	
28日(日)	町民卓球大会(9:15開会)	湘光中体育館
31日(水)	チャレンジデー(0:00~21:00)	町内
	すこやか学級(10:00~11:00)	総合体育館

人口と世帯数 3月31日現在 ()内は前月比

- 人口 男性 8,516人 (△26)
女性 8,538人 (△12)
合計 17,054人 (△38)
- 世帯数 6,691世帯 (5)

お誕生おめでとう 3月16日~4月15日受理

氏名	性別	保護者	自治会
工藤 乃愛	女	靖・樹里	市場
久万 幹太	男	慶大・美幸	宮地
長谷川 斗真	男	智也・愛	新宿
石井 楓理	男	達也・弘恵	金手
宇佐美碧大	男	匡史・絵美	西大井

希望者のみ掲載(敬称略) 掲載5件/届出6件

町内交通事故発生状況 3月1日~31日

- 件数 8件 ●死亡 0人 ●負傷 8人

神奈川県消防功労者表彰式

防災安全室 ☎ 85-5002

3月28日(火)に県立青少年センターで、平成28年度消防功労者表彰式が開催されました。大井町消防団からは、元第3分団神保政勝分団長(写真左)と第5分団香川久宣分団長(写真右)が、長きにわたる消防活動の功績が認められ、神奈川県消防協会長表彰を受章されました。



新たな民生委員児童委員のご紹介

介護福祉課 ☎ 83-8011

柳地区の民生委員児童委員として川口伸幸さんが新たに委嘱されました。

民生委員児童委員は、地域の中で生活上のさまざまな悩みを持つ人の相談・支援を行います。心配なことや困っていることがありましたら、地区の民生委員児童委員へお気軽にご相談ください。



川口伸幸さん

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

B型肝炎訴訟

(給付金請求)について

無料個別相談会

を行います。

- 6/8(木) 小田原箱根商工会議所 小田原市城内1-21
- 6/9(金) タウンニュースホール 秦野市南矢名1丁目5-13
- 6/10(土) FORUM246 伊勢原市石田350
- 6/16(金) 平塚商工会議所会館 平塚市松風町2-10

対象者

昭和16年7月2日~
昭和63年1月27日生まれ

※ご遺族の方も給付金請求できます

給付金 50万円~
3,600万円

※病態に応じて給付金等の内容が異なります

弁護士費用 着手金・相談料 無料
成功報酬制
※訴訟実費別途

完全予約制

0120-013-621

(ご予約受付時間)

平日 9:00~18:00

個別面談なので、他の方と顔を合すことはありません。



弁護士法人 弁護士 栗原亨一「あいばこういち」東京弁護士会所属 登録番号35029
プレシャス総合法律会計事務所

東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A
【営業時間】平日 9:00~18:00

☎TEL 03-5363-6333
☎FAX 03-5363-6334
✉E-mail: info@precious-law.jp
🌐http://precious-law.jp/

無料電話相談も
同時受付中! お気軽にお電話ください

広告

おたより紹介

読者の皆さまから寄せられた「広報おおい4月号」のご感想・町へのご意見を紹介します。

- 大井町は町のイベントがたくさんあって、毎回楽しく参加しています。
- 春休みで大阪からあそびに来ていた孫と一緒にさがしました。
- 今回のまちがいさがしは難しかったが、あきらめず毎日探し、ようやく見つけることができた。

広報おおいのご感想・町へのご意見など読者の皆さまの声を聞かせください。

件名に「広報5月号」と記入し、住所・氏名・年齢・ご意見・ご感想を以下のメールアドレスにお送りください。

kouhou1@town.oi.kanagawa.jp

まちがいさがしに挑戦!

4月中旬、道ばたにチューリップがきれいに咲いていました。

上と下の写真は、比べると違っているところが5カ所あります。どこでしょう？写真の数字で教えてください。

■応募方法

はがきに、答え・住所・氏名（ペンネーム）・電話番号・年齢・日ごろ思うこと（町への意見や広報おおいへの感想などなんでもOK）を記入して応募

あて先 〒258-8501

足柄上郡大井町金子 1995 番地

大井町役場 町民課 広報おおい係

締切 5月15日(月)

○応募者の中から、抽選で2名の方に粗品をプレゼントします。

○4月号の答え

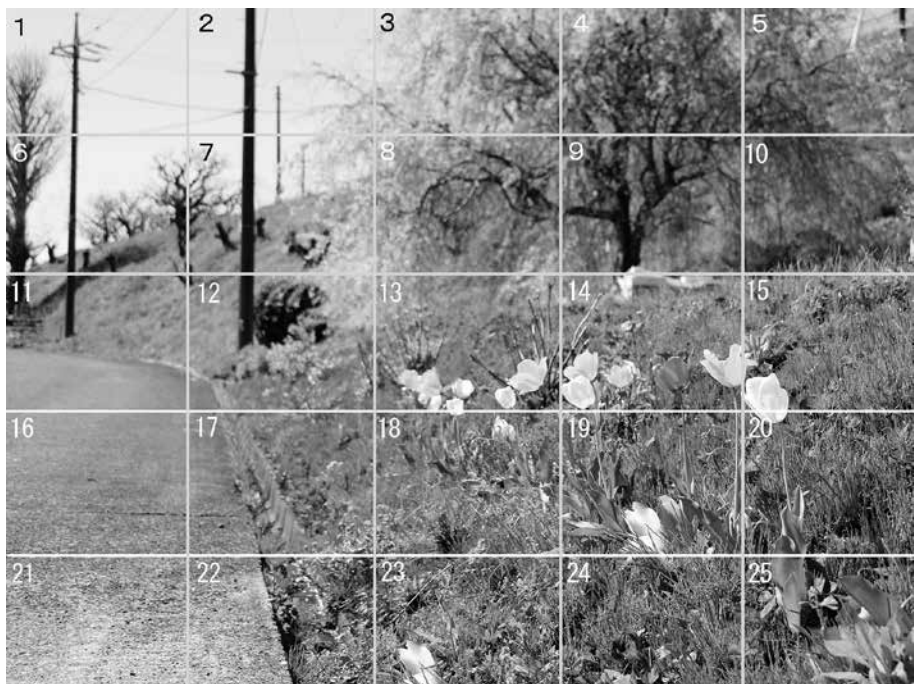
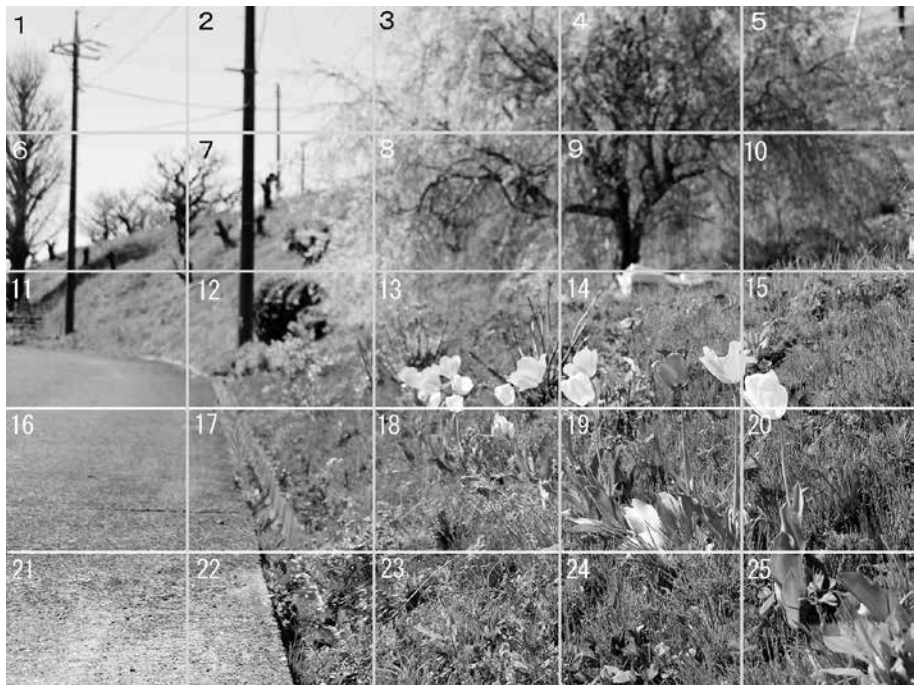
2・7・15・18・21

○当選者（応募9通）

ロッチさん

ふーちゃんさん

おめでとうございます！



お誕生日おめでとうございます

須田 アキさん

(99歳・市場)

3月27日撮影



訂正とおわび

介護福祉課 ☎83-8011

広報おおい3月号6ページの日程表に誤りがありました。ここで訂正し、深くおわびします。

正	上大井自治会館	第1・3金曜日
誤	上大井自治会館	第3金曜日



町からのお知らせ、町の身近な情報などを
 フェイスブックでも配信しています。
<https://www.facebook.com/ooi.town/>



プロモーション動画の完成

3月24日(金)に生涯学習センターホールで大井町プロモーション動画(短編映画)の完成試写会が行われました。作品は4月の沖縄国際映画祭へ出品されたほか、今後は町ホームページで公開するなどし、町のPRにつなげていきます。(写真は監督・出演者の皆さん)



ピッカピカの新入生

4月5日～7日に各幼稚園・小・中学校で入学式が行われました。真っ白な上履きを履き、式では緊張した顔を見せていましたが、その後の教室では笑顔があり、これからの学校生活に期待や楽しみを抱くすてきな顔を見せていました。



春の全国交通安全運動街頭指導

4月7日(金)の7時15分から、春の全国交通安全運動の一環として、町内各所で交通指導隊、自治会長、PTA役員など多くの方の協力のもと、街頭指導を実施しました。本年度は交通事故ゼロを目指し、交通ルールを再確認しましょう。



満開のソメイヨシノ

今年の春はなかなか暖かくならず、ソメイヨシノの開花も例年より遅れ、4月8日前後に満開を迎えました。待ちに待った満開の桜は町のあちこちで見られました。皆さまはどのようにして桜を楽しみましたか!?



天使のほほえみ

金手

村上 晋夢くん
 (1歳4カ月)
 「いっぱい食べてね!」



3歳までのお子さんの写真を募集!
 写真と写真のコメント、子どもの名前(ふりがな)、生年月日、電話番号、自治会名を添えて、町民課へ持参またはメールでご応募ください。
 町民課 ☎ 85-5004
 mail: kouhou1@town.oi.kanagawa.jp



酒井春彦(中井町立井ノ口小学校教諭)

クモの本で調べてみると、何回にも分けてかみつき、少しずつ弱らせて獲物にしていくようです。成長に応じて、狙うアリも違うのか、とても興味深いところですね。

石垣の斜面で、アオオビハエトリグモがアシナガアリを食していました。これまでにアリが行き来する場所で何度となく目にしてきた光景ですが、いろいろな種類のアリが餌食となっていました。中にはクモよりずっと大きいアリもいました。場合によってはクモがかみつかれてしまうこともあるでしょう。
 よく見ていると、クモはアリに近づいたかと思えば離れます。いつアリを捕らえるのかなと思いつつ観察していると、時々アリの脚にかみつこうとしているので、これが攻撃かと思ってしまう。クモの本で調べてみると、何回にも分けてかみつき、少しずつ弱らせて獲物にしていくようです。成長に応じて、狙うアリも違うのか、とても興味深いところですね。

おおい自然園

アオオビハエトリグモ

No.83