



高知県北川村役場  
広報

# またがわ

5

No. 645

May 2020



小学校・中学校入学式

## Contents

- 人事異動のお知らせ 2
- 中岡慎太郎先生顕彰会 3
- モネの庭からのお知らせ 4
- 日本遺産協議会 5
- 各種お知らせ 6~8
- 保健だより 9
- みどり保育所PHOTO通信・予定表 10

## 北川村の人口・世帯数

令和2年3月31日現在 ( )は前月比

人口	1,256人 (-7)
男	594人 (-2)
女	662人 (-5)
世帯数	608戸 (+0)
昨年同期の総人口	1,290人 世帯数621戸

# 教職員の定期異動

教職員の定期異動(令和2年4月1日付)により次の先生方が赴任されました。新任の教職員を紹介いたします。

- ①氏名
- ②出身地
- ③前任校
- ④担当学年など
- ⑤抱負

## 北川小学校



- ①内川 紗織
- ②香南市
- ③室戸小学校
- ④5年
- ⑤明るく元気な子ども達と共に過ごせることを嬉しく思います。不慣れなことも多いと思いますが、自分ができるベストを尽くしていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いたします。



- ①丸田 二沙希
- ②香南市
- ③吉良川中学校
- ④養護講師
- ⑤自然あふれる北川村で、元気いっぱいのみなさんと学校生活を送れることがとても嬉しいです。みなさんが元気にのびのびと学校生活が過ごせるように保健室からもサポートさせていただきます。保護者の皆様、地域の皆様どうぞよろしくお願いたします。



- ①續宗 真子
- ②安芸市
- ③奈半利小学校
- ④栄養士
- ⑤「食」は子どもたちの成長に欠かせないものなので北川の子どものための健康を給食面で支えられるように頑張ります。たくさんご迷惑をおかけすると思いますが、精一杯頑張りますのでどうぞよろしくお願いたします。

この成長に欠かせないものなので北川の子どものための健康を給食面で支えられるように頑張ります。たくさんご迷惑をおかけすると思いますが、精一杯頑張りますのでどうぞよろしくお願いたします。



- ①清岡 美樹
- ②田野町
- ③吉良川小学校
- ④支援員
- ⑤4月から支援員としてお世話になります。子どもたちが安心して楽しく過ごせるようにサポートしていきたいと思えます。よろしくお願いたします。

とお世話になります。子どもたちが安心して楽しく過ごせるようにサポートしていきたいと思えます。よろしくお願いたします。



- ①河田 ふき
- ②田野町
- ③山田特別支援学校 田野分校
- ④支援員
- ⑤北川村は祖母がいたこともあり、小さい頃から親しみのある地域なので、ここで働けることにワクワクしています。子ども達にいろいろ教えてもらいながら頑張ります。よろしくお願いたします。

祖母がいたこともあり、小さい頃から親しみのある地域なので、ここで働けることにワクワクしています。子ども達にいろいろ教えてもらいながら頑張ります。よろしくお願いたします。

## 北川中学校



- ①長崎 幸
- ②室戸市
- ③吉良川小学校
- ④支援員
- ⑤今年から北川中学校で支援員をさせていただくことになりました。皆様に教えていただきながら、少しずつ慣れていきたいと思えます。素直で温かな生徒たちとの出会い、袖子のたぶりがきいた田舎寿司、ハーブフレアティールなど、わくわくしています。どうぞよろしくお願いたします。

今年から北川中学校で支援員をさせていただくことになりました。皆様に教えていただきながら、少しずつ慣れていきたいと思えます。素直で温かな生徒たちとの出会い、袖子のたぶりがきいた田舎寿司、ハーブフレアティールなど、わくわくしています。どうぞよろしくお願いたします。



- ①森 雅一
- ②四万十市
- ③田野中学校
- ④事務
- ⑤中芸地区に配属されて、5年目を迎えます。慣れるまでは時間がかかり、ご迷惑もかけますが、子どもたちとともに学びそして支えていきたいと思えます。よろしくお願いたします。

中芸地区に配属されて、5年目を迎えます。慣れるまでは時間がかかり、ご迷惑もかけますが、子どもたちとともに学びそして支えていきたいと思えます。よろしくお願いたします。



- ①西村 一輝
- ②高知市
- ③羽根中学校
- ④1年生担任・バレーボール部顧問・全学年社会
- ⑤ゆず、慎太郎、モネの庭など魅力たっぷりの北川村で、笑顔いっぱいの子どもたちと一緒に過ごせることを大変うれしくお願いたします。

ゆず、慎太郎、モネの庭など魅力たっぷりの北川村で、笑顔いっぱいの子どもたちと一緒に過ごせることを大変うれしくお願いたします。

思います。経験未熟な私ではございますが、保護者の皆様や地域の皆様との連携を密にして、精いっぱい頑張りますので、どうぞよろしくお願いたします。



- ①有澤 真希
- ②安芸市
- ③佐喜浜中学校
- ④1年生副担任・全学年保健体育
- ⑤教師生活も終わりに近づいており、そして身体にもだいぶガタがきていますが、北川村で育った可愛い生徒たちにパワーをもらいながら、日々楽しく過ごしていきたいと思えます。保護者の皆様と地域の皆さま宜しくお願いたします。

教師生活も終わりに近づいており、そして身体にもだいぶガタがきていますが、北川村で育った可愛い生徒たちにパワーをもらいながら、日々楽しく過ごしていきたいと思えます。保護者の皆様と地域の皆さま宜しくお願いたします。

## 職員の紹介

令和2年4月1日付けで人事交流により高知県から派遣された職員を紹介いたします。

- ①氏名
- ②出身地
- ③所属課と職務内容
- ④抱負



- ①有吉 常理
- ②高知市
- ③総務課 条例・人事管理・企画等
- ④このたびの異動により4月から北川村でお世話になることになりました。不慣れな面も多々あると思いますが、精一杯がんばりますので、どうぞよろしくお願いたします。

このたびの異動により4月から北川村でお世話になることになりました。不慣れな面も多々あると思いますが、精一杯がんばりますので、どうぞよろしくお願いたします。



# 中岡慎太郎先生顕彰会だより



特定非営利活動法人 中岡慎太郎先生顕彰会 ☎38-2413

長く続く新型コロナウイルスの影響は私達のような小さな団体にも影響はあります。

中岡慎太郎館前にある当会の事務所兼店舗『中岡家／慎太郎食堂』も、ゴールデンウィーク明けまで臨時休業とさせていただきますし、通年の事業や、新しく計画をしていた事業の中止が相次いでおり、先の計画も様子を見ながら、と「足止め」をされている感覚は否めません。

ただ、そんな状況下でも店舗を訪ねてくださる村民さんやお客様、遠方からインターネットを通じて応援メッセージをお寄せ下さる慎太郎ファンの方々のお気持ちが励みになっております。

私達も健康管理をしっかり行い、事態の終息が見えてきた時には積極的な活動を開始出来るよう、応援して下さる皆さまのお気持ちに応えられるように準備を整えて参りますので、皆さまもどうか体調管理には十分お気をつけいただき、健やかに過ごしてください。

## ■「慎太郎茶会」開催について

毎年、5月のGW期間中に開催しております茶会は、新型コロナウイルス感染拡大予防のため、自粛させていただきます。

## ■「慎太郎学習会」開催について

昨年度、開塾いたしました「慎太郎塾・慎太郎学習会」は今年度も継続開催を決め、第1回目の開催を5月と予定しておりましたが、開催時期を再検討いたします。時期を決定いたしましたら改めてご案内申し上げますので、その際にはぜひご参加いただけますようお願い申し上げます。

## ■ふるさと寄附返礼品取扱業務受託

平成30年度より村のふるさと寄附返礼品取扱業務を任せていただいております。3年目になる本年度も継続して業務を行わせていただく事となりました。

新年度早々に新しい返礼品の提供もあり、4月より種類、数が増えております。

本年度は例年以上に返礼品の種類を増やしていきたいと考えております。

村内でお礼の品に出来そうな品をお持ちの方や情報をお持ちの方はぜひ、当会へお知らせください。

例えば、果実、根菜類、果菜類、手芸品、工芸品、珍しい植物、それ以外にも「こんな物をお礼の品として扱ってみたらどうか」と思われるような品がありましたらお気軽にご連絡をいただくとありがたいです。

よろしくお願いたします。

**ふるさと寄附返礼品取扱事務所** ————— TEL 30-1834(松本)

## 国民年金保険料免除等の申請について

100年・金・だ・よ・り

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度(50歳未満)」がありますので、年金事務所や住民登録をしている役場の国民年金窓口で手続きをしてください。申請書は役場住民課窓口にありますので、お声がけください。

令和2年度分(令和2年7月分から令和3年6月まで)の免除等の受付は、令和2年7月1日から開始されます。また、申請時点の2年1ヶ月前まで、さかのぼって申請することができます。

失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていた期間がある方は、お近くの年金事務所または役場の国民年金窓口へご相談ください。

### 出張年金相談開設日程(南国)

5月 7日(木) 10:00~12:00 / 13:00~15:00	安芸市総合社会福祉センター 予約制(南国年金事務所へ申し込み)
5月21日(木) 11:00~12:00 / 13:00~15:00	東洋町役場 予約制(東洋町役場または南国年金事務所へ申し込み)
5月28日(木) 11:00~12:00 / 13:00~15:00	室戸市役所 予約制(室戸市役所または南国年金事務所へ申し込み)

### 南国年金事務所における年金相談時間は下記のとおりです。

#### ○平日の年金相談

- ・月曜日(月曜日が休日の場合は翌開所日になります)  
8:30~19:00
- ・火曜日~金曜日 8:30~17:15

#### ○週末の年金相談

- ・5月9日(第2土曜日)  
9:30~16:00(通常の業務日より相談ブース数は若干少なくなっています)

#### 年金相談の予約相談のお願い

年金相談・お手続きの際は、**予約相談**をご利用ください。

予約受付専用番号:0570-05-4890(ナビダイヤル)

受付時間:8:30~17:15(土日祝日及び年末年始を除く)

## モネの庭のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、**2020年5月6日(水)まで臨時休園いたします。**



「ボルディゲラの庭」2020年5月7日公開(予定)

(※新型コロナウイルス感染拡大防止のため公開を延期いたしました。)



モネが描いた作品から発想して造った庭が完成しました。石組みや、ヤシやソテツ、ゆずやレモンなど、庭に合わせて植えられた植物などもお楽しみください。新しくできた建物「リヴィエラの小屋」では、ドリンクや体験なども今後、楽しめる予定です。

#### 一訂正一

4月の広報きたがわにて「ボルディゲラの庭グランドオープン」としておりましたが、20周年記念式典等が新型コロナウイルスの影響により延期となったため、テーブルカットなどを含む「グランドオープン」は式典終了後となります。(式典の日程は現在未定です。)



カフェモネの家より  
おすすめメニューのご紹介



4/25~8/31 限定

魚介類の  
パートブリック包み  
「ボルディゲラの庭」

「ボルディゲラの庭」のオープンを記念して、カフェモネの家では特別メニューをご提供中です。このほかにも20周年記念メニューや季節のデザートなどお楽しみいただけます。(※カフェは5月6日まで休業中です。営業再開については、お問い合わせください。)

#### ーお知らせー

5月に予定しておりました「押し花アーティスト杉野宣雄展」は新型コロナウイルス感染拡大予防の為、会期を下記の通り変更いたします。予めご了承ください。

■開催期間(予定):8月8日(土)~9月30日(水)

※状況により再度変更の場合あり。

※5月7日の営業再開が、状況により変更となる場合はホームページやSNSにてお知らせいたします。

#### 【お問い合わせ・ご予約】

北川村「モネの庭」マルモッタン  
〒781-6441

高知県安芸郡北川村野友甲1100番地

☎0887-32-1233 ☎0887-32-1243

https://www.kjmonet.jp/

定休日:毎週火曜日(4~6月無休)



# 中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会

～中芸地域の日本遺産魅力発信便り vol.34～



ほりがをばし  
堀ヶ生橋(北川村)



じますいどう  
バンダ島隧道(安田町)



こしまばし  
小島橋(北川村)



日本遺産  
第3号認定  
登録番号51

## 第27回全国ハーブサミットin中芸・ 中芸ハーブフェスティバル2020の ホームページが開設されました!!

「第27回全国ハーブサミットin中芸&中芸ハーブフェスティバル2020」が令和2年10月31日(土)～11月3日(火・祝)まで開催されます。今回の開催に向けてのホームページが3月開設されました!



「ゆずとりんてつ」の  
ホームページから  
【NEWS】あるいは  
【バナー】をクリック

ハーブに位置づけられる中芸地域の素材にはゆず、みょうが、しょうが、ニラ、ししとう、なす、トマト、よもぎ等があります。

その中でも日本一の産地であり、中芸地区に昔からある「ゆず」を中心にして、基調講演やシンポジウムを行う「ハーブサミット」を開催します。そして、中芸地域の魅力発信のため、食の出店や体験ができる「中芸ハーブフェスティバル2020」を4日間同時開催します。

ハーブサミットのホームページでは開催までのイベント内容、地域の取り組み、皆様へのお願いごと、取材を通じた生の情報等を盛りだくさんで随時発信していきます。

現在は、ハーブサミットバスツアー開催決定のお知らせ、実行委員会から開催に向けての挨拶が、更新掲載されています。ぜひチェックしてください。



お問い合わせ: 中芸のゆずと森林鉄道日本遺産協議会事務局(中芸広域体育館内)

☎0887-30-1865

Mail: yuzurintetsu@mk.pikara.ne.jp

HP: <http://yuzuroad.jp/> 「ゆずとりんてつ」で検索



## 高知県中小企業耐震診断等支援事業費補助金のご案内

高知県では、南海トラフ地震対策として、従業員の命を守るとともに地震発生後の早期復旧につなげるため、県内中小企業（製造業）が行う耐震診断や耐震設計などに要する費用を一部助成する補助制度を設けていますので、ご活用ください。

### 1 対象者

県内で製造業を営む中小企業社であって、BCPを策定しているもの

### 2 対象事業

- ①耐震診断
- ②耐震設計（建替設計を含む）

### 3 対象建築物

事務所・工場等で昭和56年5月31日以前に建築された建築物であること

### 4 補助率／補助限度額

- ①耐震診断：2/3 以内／133.3万円
- ②耐震設計：2/3 以内／200万円

### 5 補助要件

耐震診断及び耐震設計の内容に関し、四国耐震診断評定委員会等の評定を受け、適切と評価を受けること 等

### 【お問合せ先】

高知県商工労働部商工政策課事業推進担当  
電話 088-823-9692

## 成人の歯科健康診査が はじまります

中芸地区の要介護認定を受けていない80歳以上で、自分の歯が20本以上ある方は22.5%であり、県平均の59.3%と比べると低い状況にあります。

歯の喪失をもたらす主要な原因は歯周病です。また、歯周病は、糖尿病や心臓血管疾患、骨粗鬆症、誤嚥性肺炎など様々な全身疾患に影響することが明らかになっています。

このため、生涯にわたって歯や口腔の健康を保つために、早期に歯周病を発見し、治療に繋げることを目的として、成人歯科健康診査を実施します。

■お問合せ先  
中芸広域連合 保健福祉課  
☎38-8212



対象者	今年度中に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になられる方 ※対象の方には個別で通知します。
受診期間	令和2年5月1日から 令和3年1月31日まで（休診日は除く）
受付期間	令和2年12月28日（月）まで
健診場所	委託を受けた県下の歯科医院（332施設） ※中芸地区の歯科医院はどこでも受けられます。
予約の仕方	①中芸広域連合保健福祉課へ申し込み 電話 38-8212 ↓ ②受診票を受け取る ↓ ③成人歯科健康診査受託医療機関一覧から選択し 各自が電話にて予約 ↓ ④受診券と保険証を持参し、予約日時に病院にて受診
健診内容	1) 問診 2) 口腔内診査 3) 健診結果に基づく指導
個人負担	無料 ※ただし、上記の健診内容以外の費用はご負担ください

## ご冥福をお祈りします

氏名 年齢 地区 死亡月日

濱渦 芳美 99歳 野友上 2月6日  
山崎眞壽郎 89歳 久府付 2月24日

## 短歌教室

道ぶちで カモがないてる さげんでる  
ガアガア言いつつ トンネルへ入った 山崎 昌子

降る雨に カブ菜あがりて 花が咲く 大西 豊  
蝶々チヨンチヨン 花にむらがる

クラスター オーバーシユウト ロックダウン 浜渦 美恵子  
恐竜絶滅の ルートとも思う

健脚の 慎太郎先生 来ましたよ 浜渦 静子  
もったいなくも 飛行機にのり

ひな祭り 生家の客は まばらにて 内藤 明信  
ツバキの花に ウグイスの声

味噌作業 終りし今宵 思ふこと 社城 芳子  
さて来年は どうなることか

年とりて 動けぬ身体 デイに行き 大寺 一子  
手取り足取り 優しい介護

せんたく物 たたむ幸せ 思いつつ 田村猪世子（H26・2作）  
九十の坂の きびしさ思う

# 後期高齢者医療制度の 令和2・3年度の 保険料率が決まりました。



- 被保険者均等割額 **54,316円**
- 所得割率 **10.49%**

高知県の後期高齢者の医療費は毎年増加しているため、医療保険が負担する費用も増加していますが、基金を活用することにより、**令和2・3年度の保険料率については、平成30年度・令和元年度の保険料率(被保険者均等割額54,394円・所得割率11.42%)から引き下げることとなりました。**

令和2年度の個々の保険料額につきましては、前年中の所得が確定した後、次の計算方法により7月初旬に決定する予定です。

## ★令和2年度の保険料の計算方法

保険料は一律に負担していただく「被保険者均等割額」と所得に応じて負担していただく「所得割額」を合計して被保険者個人ごとに算出します。

1人あたりの 年間保険料 (100円未満切り捨て)	=	1人あたり定額の保険料 [被保険者均等割額] <b>54,316円</b>	+	所得に応じた保険料 [所得割額] <b>賦課基準額×10.49%</b>
---------------------------------	---	---	---	--

○賦課基準額とは、総所得金額等(被保険者の前年中の収入額から各種控除や必要経費を除いた所得の合計額)から基礎控除額(33万円)を差し引いた金額です。

○1人あたりの年間保険料の上限は64万円です。(※100円未満切り捨て)

## 令和2年度の被保険者均等割額の軽減が変わります。

### ①被保険者均等割額8割・8.5割軽減の特例措置が縮小されます。

「被保険者均等割額」については、下表のような軽減措置があります。令和元年度に8割軽減・8.5割軽減の対象だった方は、これまで国の特例措置により軽減割合が上乘せされていましたが、令和元年度から段階的に制度本来の7割軽減に戻す見直しが行われています。

軽減の割合		軽減後の被保険者均等割額		同一世帯内の世帯主と被保険者の総所得金額等の合計額(※)
令和元年度	令和2年度	令和元年度	令和2年度	
8割	➔ 7割	10,878円	➔ 16,294円	33万円以下で、被保険者全員が公的年金等収入80万円以下かつその他の所得がない
8.5割	➔ 7.75割	8,159円	➔ 12,221円	33万円以下で、上の基準に該当しない

(※)総所得金額等の合計額とは、前年中の収入額から各種控除や必要経費を除いた所得の合計額です。ただし、世帯主や被保険者が65歳以上で、公的年金等所得がある場合、公的年金等所得から15万円を差し引いた額で軽減を判定します。

(注意)保険料の軽減は、その年度の4月1日(4月2日以降新たに資格を取得した方は資格取得日)時点の世帯構成による世帯主及び被保険者全員の前年中の所得をもとに算定されます。世帯主及び被保険者のうち、前年中の所得が未申告の方がいた場合、その世帯の被保険者全員の保険料の軽減が判定できませんので、必ず所得の申告をお願いします。

## ②被保険者均等割額の2割・5割軽減対象者の基準が広がります。

軽減の割合	軽減後の被保険者均等割額	同一世帯内の世帯主と被保険者の総所得金額等の合計額(※)	
		改正前(令和元年度)	改正後(令和2年度)
5割	27,158円	33万円+(28万円×被保険者数)以下	33万円+(28万5千円×被保険者数)以下
2割	43,452円	33万円+(51万円×被保険者数)以下	33万円+(52万円×被保険者数)以下

(※)総所得金額等の合計額とは、前年中の収入額から各種控除や必要経費を除いた所得の合計額です。ただし、世帯主や被保険者が65歳以上で、公的年金等所得がある場合、公的年金等所得から15万円を差し引いた額で軽減を判定します。

## 1人あたりの年間保険料の上限額が変わります。

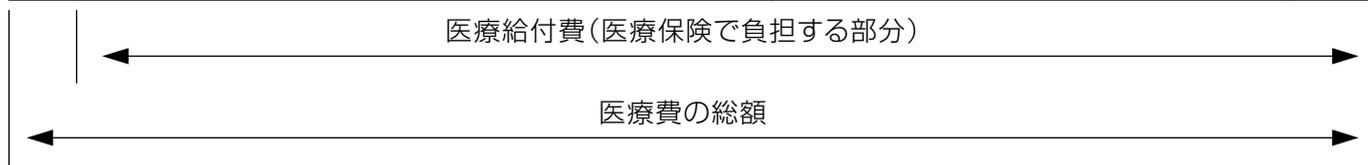
1人あたり年間保険料上限額	改正前(令和元年度)	改正後(令和2年度)
	62万円	64万円

## 後期高齢者医療の被保険者数・医療給付費の状況

	実績		推計		
	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和3年度	令和3年度
被保険者数	125,016人	125,771人	127,346人	127,027人	127,053人
医療給付費総額	1,361億円	1,370億円	1,391億円	1,408億円	1,430億円
1人あたり医療給付費	109万円	109万円	109万円	111万円	113万円

- ・高知県では早くから高齢化が進展していますが、被保険者数の増加や医療の高度化等に伴い、今後も高知県全体の医療給付費総額は、増加していくことが見込まれます。
- ・高知県の医療給付費総額を被保険者数で平均した1人あたり医療給付費は、入院医療費が特に高いことから、全国平均を大きく上回って推移しており、平成29年度では、全国平均の86万円よりも高い109万円で、都道府県別の順位でも2番目に高い状況となっています。
- ・後期高齢者医療制度では、利用者負担を除いた後期高齢者の医療費の支払いなどに必要な費用の約5割を国・県・市町村の公費が負担し、約4割を現役世代の方が加入する医療保険からの支援金が負担しており、被保険者の皆様に負担していただく保険料は、全体の約1割となっています。保険料は、皆様に安心して医療を受けていただくための大切な財源ですので、納付へのご理解とご協力をお願いいたします。

自己負担	公費・約5割 (国・県・市町村が4:1:1で負担します)	他保険からの支援金・約4割 (国保や健保など)	保険料約1割
	医療給付費(医療保険で負担する部分)		



# 保健だより

「NK細胞」は  
いつも体中を巡り、  
最前線でパトロール  
しています



## ●からだは常に自然の免疫システムに守られています

人の体の中にウイルスなどが入ってくると、体を守るために「NK細胞(ナチュラルキラー細胞)」がすぐに働きます。

NK細胞は身体が自然に反応する最初の免疫で、NK細胞の働きが弱まると、感染症や大きな病気を引き起こすリスクが高まります。

### 「NK細胞」がウイルスにはたらくしくみ

①ウイルスが体に入り込む



②NK細胞がウイルスを直ちに発見!



③NK細胞が攻撃、破壊する



④体外に排出される

毎日がん細胞も  
たくさん  
食べています!



## ●NK細胞の働きが落ちるのはこんな時

○ストレス、不眠などにより、神経が乱れる ○食事の偏りや生活習慣の乱れ ○運動不足 ○冷え ○疲れ



## ●NK細胞を元気にさせ、強い体をつくろう!

○有酸素運動をしましょう

血の巡りを良くし、体のすみずみまで栄養を行き渡らせましょう

○よく笑い、ぐっすりと眠り、神経を休ませましょう

心身ともにゆっくりと休息すると神経も休み、NK細胞が元気になります

よく笑うとNK細胞が元気になる物質が作られます

○バランスの良い食事で腸を元気に整えましょう

腸には免疫細胞の70%があるので、腸が整うと免疫力が上がります

ヨーグルト、ぬか漬け、納豆や食物繊維の多い食品を摂り、便通を整えましょう



## タバコを吸っている(いた)人は新型コロナウイルスにかかると重症化しやすいのはなぜ!?

### タバコの真実①病気に罹りやすくなっている

○吸うときの動作で手から口へウイルスが入りやすい

○免疫力が下がっている(血の巡りが悪くなり、栄養がからだの隅々まで行き渡らない)

○肺をきれいにする力が弱い(ウイルスや汚れなどを自然に押し出し肺をきれいにする線毛が傷んでいる)

○ウイルスの侵入口が広い(ウイルスをキャッチしやすくなっている)

### タバコの真実②病にかかったとき、悪くなりやすい

○病気を治す物質が身体から出にくくなっている

(健康な体では、炎症を静め傷ついた細胞を修復する物質が出ます)

○そもそも肺や血管が、たばこの害で痛んでいる

★電子タバコや周りの人のたばこの煙を少し吸っただけ(受動喫煙)でも危険です!  
自分で禁煙することが難しい方は、病院での禁煙治療もできます。(和田医院など)





入園式



進級式



## 行事予定表

事業	実施年月日	実施時間	実施場所・引き取り場所
野友介護予防教室	5月7日(木)・5月14日(木)・5月21日(木)・5月28日(木)	9:30~	北川村保健センター
加茂介護予防教室	5月1日(金)・5月8日(金)・5月15日(金)・5月22日(金)・5月29日(金)	10:00~	北川村農業センター
久府付介護予防教室	5月13日(水)・5月20日(水)・5月27日(水)	10:00~	北川村農村婦人の家
柏木・崎山介護予防教室	5月7日(木)・5月14日(木)・5月21日(木)・5月28日(木)	13:30~	柏木交流センター
野川さくら会	5月13日(水)・5月20日(水)・5月27日(水)	9:30~	野川交流センター
長山せせらぎ会	5月12日(火)・5月19日(火)・5月26日(火)	9:30~	長山交流センター
宗ノ上介護予防教室	5月7日(木)・5月14日(木)・5月21日(木)・5月28日(木)	13:30~	宗ノ上集会所
中部けんこうクラブ	5月1日(金)・5月8日(金)・5月15日(金)・5月22日(金)・5月29日(金)	9:30~	小島集会所
小川ふれんど	5月19日(火)	10:30~	菅ノ上集会所
島バラ会	5月21日(木)	10:00~	北部集会所
べちゃくちゃ会	5月13日(水)	10:00~	北川村保健センター
親子ふれあい広場	毎週木曜日	9:00~16:00	北川村保健センター
ゆずみどり	毎週木曜日	9:00~	北川村保健センター