

Kiho

広報きほう

Public Relations Kiho 2012 vol.73

2月号

決意新たに
二十歳の門出





清水 遥さん
Shimizu Haruka
(井田)

須川加奈子さん
Sugawa Kanako
(成川)



西 健太郎さん
Nishi Kentarou
(鶴殿)

砥嶋郁弥さん
Tojima Fumiya
(井田)

山風呂那於人さん
Yamaburo Naoto
(鶴殿)



須川希香さん
Sugawa Nozoka
(鶴殿)

あなたの夢は何ですか？

記念すべき第一歩を踏み出した新成人に、ときめく夢をつづってもらいました



鬼屋敷正人さん
Kiyashiki Masato
(井内)



橋本美紀さん
Hashimoto Miki
(井田)

福村ななさん
Fukumura Nana
(神内)



中尾祐貴さん
Nakao Yuuki
(鶴殿)



01



01. 出席者全員で記念撮影。02・04. 女性たちは華やかな振り袖に身を包み、輝く笑顔を見せてくれました。03. 新成人を代表して、プロ野球読売巨人軍の鬼屋敷正人さんが宣誓を述べました。

『成人式』

決意新たに

146人が大人への第一歩を踏み出す

平成24年紀宝町成人式が1月2日、まなびの郷で行われました。今年の新成人は146人（男性78人、女性68人）で、うち出席した110人が振り袖やスーツ、羽織袴などに身を包み、祝福を受けました。

式では、向井哲夫町教育委員長が開式の辞を述べ、西田健町長が「自分を愛し、家族や故郷、地域を愛し、絆を強く持つて自分の人生をしっかりと生きていってください。努力、忍耐、愛情、そのたまぬ積み重ねこそが強い絆につながり、皆様方の人生に大きな花を咲かせることでしょう」と祝辞を送りました。

続いて、新成人を代表してプロ野球読売巨人軍の鬼屋敷正人選手が「町民の不屈の精神と努力で紀宝町がよみがえりつつあります。ふるさとを誇りとして心に刻み、感謝の気持ちを忘れずに、力強く、たくましく生きていきます」と誓いの言葉を述べました。



今日から始める防災対策

今月のテーマ

津波浸水予測調査に関連する沿岸津波高等計算結果の概要が公表されました！

三重県では、昨年3月一二に発生した東日本大震災を受けて、東北地方太平洋沖地震と同等規模の地震、マグニチュード9.0（以下「想定地震」という。）を想定した場合の津波浸水予測調査を国立大学法人名古屋大学との共同研究により実施しており、10月3日には、津波浸水予測図（速報版）を公表したところです。

今回は、想定地震による県内沿岸への津波の来襲特性について把握するとともに、避難対策検討の基礎資料とすることを目的として、県内沿岸に平成15年度に実施した津波シミュレーション調査（東海・東南海・南海地震連動、想定地震規模・マグニチュード8.7）の152評価点と同一の、各評価点において想定される最大津波高や同高さに到達するまでの時間等を計算しました。

計算結果の概要は次のとおりです。
① 50 cm 水位が上昇するまでに要する時間についてみると、南の地域ほど早く、熊野市以南で地震発生後5分前後である。

② 最大津波高に到達するまでに要する時間は、志摩半島東岸以南から熊野灘沿岸では、一部を除き、ほとんどの評価点で、30分以内である。最も早いところでは、地震発生後10分程度である。伊勢湾内では、100分超であり、中には地震発生後4時間近く経過してから、ピーク（最大津波高）が到達すると想定されている評価点もみられる。これは、本調査では、計算時間を地震発生後6時間（前回調査では3時間）まで延長したこと起因する結果と考えられ、特に伊勢湾内においては、地震発生後長時間にわたって高い水位の状態が継続する可能性を示している。

③ 各評価点における最大津波高は、伊勢湾内では概ね3.4 m 程度、志摩半島東岸以南から熊野灘沿岸では、ほとんどの評価点で5 m 超となっており、20 m 近い値が得られている評価点もみられる。最大津波高の値が最も大きくなっている評価点は、熊野市二木島町で、19.16 m である。町内の各評価点の最大津波高は、これまで、約6 m であったものが、今回の想定では、約12 m となっており、約2 倍の津波が想定されています。（表①参照）

町では、今回の新たな津波浸水予測調査結果に基づき、避難対策検討の基礎資料として活用し、避難所、避難場所を中心に、改めて検証を行い、適切な配置や運用、広報啓発を行ってまいります。

この津波浸水予測調査に関連する沿岸津波高等計算結果の概要につきましては、三重県ホームページ「防災みえ」でご覧いただけます。▼詳しくは、役場総務課防災対策係（☎33-0335）までお問い合わせください。



表① 津波到達時間等一覧

評価点	最大津波高		最大波到達時間	
	M 8.7	M 9.0	M 8.7	M 9.0
井 田	5.87 m	12.46 m	12 分	12 分
井田（上野口）	5.77 m	12.01 m	12 分	12 分
鵜 殿 港	5.99 m	10.09 m	12 分	12 分
熊 野 川	5.02 m	9.25 m	12 分	11 分

台風 12 号による被災に関する各種支援等について



◆ 農業災害復旧資金について

農業災害復旧資金は、台風 12 号（台風 15 号を含む）による被害を受け、農業経営の維持安定が困難となった農業者に対し、復旧のために必要とする資金を融資する制度です。

1. 対象者

台風 12 号により農業用施設、農地、農機具に被害をうけた農業者（JA 三重南紀組合員）

2. 貸付金額・期間

- ・ 農業用施設の新築、補修
1,000 万円以内 10 年以内（うち据置期間2年以内）
- ・ 農業運転資金全般
300 万円以内 5 年以内（うち据置期間1年以内）

3. 資金使途

農業用施設の新築や補修、農地の復旧
種苗・肥料・農薬の購入、農機具の修理・購入
その他営農資材等購入

4. 貸付利率

1.0% ※別途保証料が必要です。（0.4%～0.6%）

5. 受付期間

平成 24 年 9 月 28 日（金）まで

6. 申し込み書類

- ・ 借入申込書（共通様式）
- ・ 確定申告書（直近3年分）
- ・ 本人確認書類（免許証等の写し）
- ・ 資金使途がわかるもの（購入するものの見積書等）
- ・ 印鑑
- ・ 罹災証明書

※罹災証明書を添付できる方は、町、三重信連、農林中央金庫の利子補給等により無利子で融資を受けることができます。

※利子補給等を受けるためには、9 月 28 日までに貸付実行されていることが必要です。

※事情により罹災証明書が添付できない場合は、各支店で罹災のあった事実が把握できれば、取り扱いが可能になる場合もあります。ただし、利子補給等の対象外です。

（※審査の結果、融資が受けられない場合があります。）

▶詳しくは、JA 三重南紀紀宝支店（☎22-8471）または、JA 三重南紀本店金融課（☎05979-2-1411）までお問い合わせください。

ZTV への加入申し込みは平成 24 年 3 月 31 日（土）までに！！

ケーブルテレビ補助金の終了について



町はこれまで、難視聴地域の解消と、地上デジタル放送への移行対応を目的として、ケーブルテレビ加入世帯補助金と引込工事費補助金を交付してきました。

平成 23 年 7 月 24 日にアナログ放送が終了し、地上デジタル放送への移行が完了し、また、町内アナログ波の共聴施設組合においてもケーブルテレビへの移行が完了しました。これにより、当初の目的が達成されたため、**平成 24 年 3 月 31 日（土）までの株式会社 ZTV への加**

入申し込みをもって、補助金の交付を終了いたします。また、**役場への補助金交付申請の締め切りは平成 24 年 4 月 27 日（金）まで**です。

現在ケーブルテレビへの加入を検討されている方は、お早めに株式会社 ZTV（☎0120-222-505）までお申し込みのうえ、役場企画調整課で、補助金の交付申請を行ってください。

▶詳しくは役場企画調整課（☎33-0334）までお問い合わせください。



表① 尾鷲税務署による事前申告受付日程表

月／日	会場	受付時間	対象
2月 6・7・15日	役場2階 小会議室	9:30～11:30	・還付申告をされる方（年金、給与所得） ・医療費控除や住宅借入金特別控除の適用を受ける方 ・災害による雑損控除等で申告される方 ・その他申告についての相談のある方
		13:30～16:00	
2月 16・28日	役場2階 小会議室	9:30～11:30	・上記の内容の方 ・青色申告をされる方 ・相談内容が複雑な方 ・譲渡の申告をされる方（土地、建物や株式など）
		13:30～16:00	

※2月16日（木）・28日（火）には、税理士による無料申告相談も行われますのでご利用ください。

表② 確定申告、町県民税申告相談日程表

月／日	会 場	受付時間	対象地区	
2月 17日	阪松原生活改善センター	9:30～11:30	阪松原	
	桐原生活改善センター	13:30～16:00	桐原上、桐原下	
20日	鮎田構造改善センター	9:30～11:30	鮎田	
	高岡老人憩いの家	13:30～16:00	高岡	
21日	役場2階 小会議室	9:30～11:30	鵜殿	
		13:30～16:00	全地区	
22日	紀宝町保健センター（神内）	9:30～11:30	神内	
		13:30～16:00		
23日	役場2階 小会議室	9:30～11:30	鵜殿	
		13:30～16:00	全地区	
24日	平尾井生産活動センター	9:30～11:30	平尾井西、平尾井東、井内	
	永田青年クラブ	13:30～16:00	永田、小畑	
27日	北檜杖多目的集会施設	9:30～11:30	北檜杖、瀬原	
	旧矢渕中学校浅里分校	13:30～16:00	浅里	
29日	井田公民館	9:30～11:30	茶屋地	
		13:30～16:00	馬場地、地下	
3月 2日	飯盛多目的集会施設	9:30～11:30	飯盛	
	成川生活改善センター	13:30～16:00	下地	
5日	上地多目的集会施設	9:30～11:30	上地	
	中村多目的集会施設	13:30～16:00	中村	
6日	役場2階 小会議室	9:30～11:30	鵜殿	
		13:30～16:00	全地区	
7日	下り場集落センター	9:30～11:30	下り場	
	上野農事集会所	13:30～16:00	上野	
9日	大里多目的集会施設	9:30～11:30	津本	
		13:30～16:00	大里西、大里東	
2月 6・7・15・16・28日		役場2階 小会議室	9:30～11:30	全地区
3月 1・8・12・13・14・15日				

※近くの会場で受けられない方は、紀宝町役場で行う『全地区』の日にお越しください。

（紀宝町役場では、『全地区』の日程以外は申告相談はできません。）

※提出のみの方は、期間内に紀宝町役場税務住民課の窓口へお越しください。

日本年金機構が発行する「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」を添付する必要があります。

（医療費控除の申告の際は事前に領収書を集計してお越しくください）

在学証明書
所得税還付申告を受ける方は、ご本人名義の預金口座番号のわかるもの
▼申告に関して詳しくは、役場税務住民課（☎3310337）までお問い合わせください。

尾鷲税務署からのお知らせ
尾鷲税務署の確定申告会場は、尾鷲市民文化会館（せぎやまホール）です。また、国税庁や税務署については、19「お知らせメール便」をご覧ください。



① 申告が必要な方
（所得税の確定申告をされた方は、町県民税申告は不要です。）
平成24年1月1日現在、町内に住所のある方で、次に該当する方は申告が必要になります。

② 給与所得（アルバイト・パート代、専従者給与も含みます。以下同じです）で次に該当する方
③ 給与所得（アルバイト・パート代、専従者給与も含みます。以下同じです）で次に該当する方
④ 給与とを2か所以上から受けている方
⑤ 配当所得がある方のうち次に該当する方
⑥ 非上場株式の配当所得がある方（所得税の源泉徴収税率が20%）
⑦ 勤務先から町に給与支払報告書が提出されていない方
⑧ 平成23年中に退職し、再就職していない方
⑨ 給与所得以外に他の所得のある方（給与所得以外の所得が20万円以下で所得税の源泉徴収税率が20%）
⑩ 町外在住の親族の配偶者控除・扶養控除の対象になっている方
⑪ 医療費控除の適用を受ける方（年間10万円以上あるいは所得金額の5%以上の医療費の支払いがある方）
⑫ 寄附金控除の適用を受ける方
⑬ 初めて住宅借入金等特別控除の適用を受ける方

① 給与と所得のみで年末調整が適正に行われ、勤務先から町に給与支払報告書が提出されている方
② 公的年金等所得のみで年金支給者から町に公的年金等支払報告書が提出されている方
③ 前年中に所得がなく、町内居住の親族の配偶者控除・扶養控除の対象になっている方
④ 公的年金等の収入金額が400万円以下であり、かつ、その年分の公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の方（※公的年金等以外の所得が20万円以下で所得税の確定申告をする必要のない方でも住民税の申告は必要になります）
⑤ 所得がない方（課税所得とならない障害年金または遺族年金のみの方も含む）でも、国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入されている場合や、所得に関する証明書（年金、福祉、公営住宅、教育、融資関係など）を必要とされる場合は申告が必要

① 給与と所得のみで年末調整が適正に行われ、勤務先から町に給与支払報告書が提出されている方
② 公的年金等所得のみで年金支給者から町に公的年金等支払報告書が提出されている方
③ 前年中に所得がなく、町内居住の親族の配偶者控除・扶養控除の対象になっている方
④ 公的年金等の収入金額が400万円以下であり、かつ、その年分の公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の方（※公的年金等以外の所得が20万円以下で所得税の確定申告をする必要のない方でも住民税の申告は必要になります）
⑤ 所得がない方（課税所得とならない障害年金または遺族年金のみの方も含む）でも、国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入されている場合や、所得に関する証明書（年金、福祉、公営住宅、教育、融資関係など）を必要とされる場合は申告が必要

① 印鑑
② 平成23年中の所得のわかるもの
※給与に関しては、源泉徴収票、給与明細書または事業主の証明書（働いた日数・日給・年間支払額など）
※年金に関しては、公的年金などの源泉徴収票
※事業所得・不動産所得などに関しては、収支内訳書など
（事前に帳簿や領収書などの集計を行い、必ず収支内訳書を作成してお越しくください）
③ 国民年金保険料・生命保険料・個人年金保険料・地震保険料などの支払証明書
※支払った国民年金保険料を社会保険料控除として適用を受ける場合には、

所得税・町県民税の申告期間は、2月16日(木)から3月15日(木)まで

申告はお早めに！

町では、次ページの表①、表②の日程表のとおり、申告相談等を行います。なお、申告に際しては、多くの方にお待ちいただくことなく申告相談が行えるよう、事前に帳簿や領収書などの集計を行ったうえでお越しくください。また、青色申告を行う方、相談内容が複雑な方、譲渡所得がある方は、直接税務署に相談してください。

② 申告が必要ない方
必要になります。
※国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入されている場合は、所得の状況により保険税等の軽減を受けることができますが、申告をされていないとこの軽減を受けることができません。

③ 申告の際に必要なもの
① 印鑑
② 平成23年中の所得のわかるもの
※給与に関しては、源泉徴収票、給与明細書または事業主の証明書（働いた日数・日給・年間支払額など）
※年金に関しては、公的年金などの源泉徴収票
※事業所得・不動産所得などに関しては、収支内訳書など
（事前に帳簿や領収書などの集計を行い、必ず収支内訳書を作成してお越しくください）
③ 国民年金保険料・生命保険料・個人年金保険料・地震保険料などの支払証明書
※支払った国民年金保険料を社会保険料控除として適用を受ける場合には、

浄化槽

「きれいな川を
未来に残そう」

その⑤④



今月のテーマ

法定検査は浄化槽の健康診断

浄化槽の維持管理には、保守点検・清掃（くみ取り）・法定検査があります。なかでも、法定検査は、浄化槽がきちんと維持管理され、正常に機能しているかを調べる大切な検査ですので、きちんと受検しましょう。

法定検査は必ず 年1回受けましょう

法定検査には、「設置後の水質検査（7条検査）」と「年1回の定期検査（11条検査）」があります。なかでも、定期検査は、毎年1回行う、いわば浄化槽の健康診断のようなものです。法定検査は、保守点検とは目的や作業内容が異なり、浄化槽管理者（個人設置型の場合は個人、市町村設置型による町営

浄化槽整備推進事業の場合は、管理者は町となります。）が保守点検業者と委託契約をしていますが、指定検査機関による法定検査は必要です。「定期検査（11条検査）」は、管理者の責任として定められている保守点検や清掃がきちんと実施されているか、浄化槽の機能が正常に発揮されているかどうかを調べるもので、指定検査機関の定期検査を毎年1回受けることが、浄化槽法でも義務

付けられています。なお、平成18年2月からは、浄化槽法が改正され、浄化槽の適正な維持管理を徹底するため、知事は、法定検査を受けることを確保するために、指導・助言をすることができるようになりました。また、生活環境の保全および公衆衛生上必要があると認めるときは、勧告・命令をすることができ、その命令に違反した場合には、罰則が適用されることになりました。

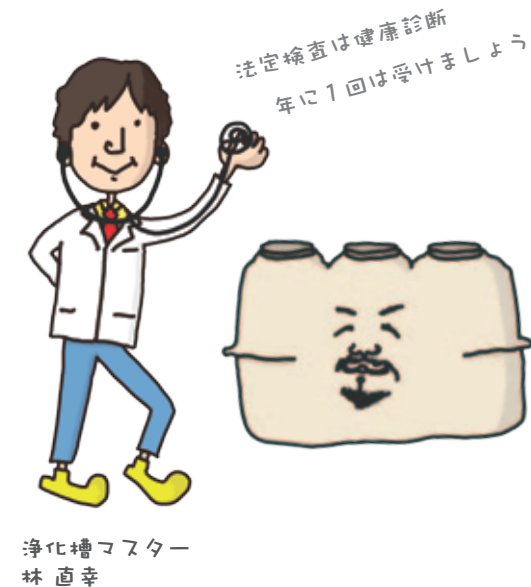
今年の法定検査は 3月までに実施

法定検査は、三重県知事の指定を受けた(社)三重県水質保全協会が実施します。町内の井田、神内、成川、鮎田、高岡、北松杖、瀬原、浅里、大里、井内、平尾井、阪松原、桐原地区の法定検査は、毎年10月から12月にかけて行っていました。しかし、昨年は台風12号の被害が甚大であったことから、調査時期を変更し、3月までのこの時期に行うことになりました。

法定検査の実施時期が近づくと、同協会から法定検査

査の案内が届きますので、案内が届いたら、同封の返信はがきを同協会に発送し、必ず法定検査を受検してください。なお、町営浄化槽整備推進事業で設置された浄化槽および同事業で寄付採納となっている浄化槽については、設置月や寄付採納月によって検査月が異なりますので、紀宝町下水道サービス(株)が作成した管理スケジュールでの法定検査受検となります。

▼詳しくは、役場環境衛生課（☎33-0338）までお問い合わせください。



浄化槽マスター
林直幸

シリーズ ストップ地球温暖化

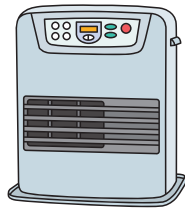
その③⑨

家庭でもできる温暖化対策

「できることから始めよう」

今月のテーマ ファンヒーター

室温は20℃、
必要な時だけ運転



必要なときだけつける

設定温度20℃で石油ファンヒーターの使用を1日1時間短縮した場合

年間削減効果

灯油 15.91ℓ
CO₂ 40.9 kg

年間節約金額

約 1,300 円

【出典：財団法人省エネルギーセンター／家庭の省エネ大事典】

ワンポイントアドバイス

重ね着で温度調節

部屋全体をすばやく暖めてくれるファンヒーターは便利ですが、寝る直前までつけていませんか。一度温まった室温はすぐには下がらないので、外出や就寝の15分ぐらい前に切るようにしましょう。1時間に1回は部屋の空気を入れ換え、ヒーターの近くに燃えやすいものを置いたりしないように気をつけましょう。

設定温度を上げる前に着るものを工夫してみてください。カーディガンを羽織ったり、ひざかけを使うだけでも体感温度はあがります。▼詳しくは、役場環境衛生課（☎33-0338）までお問い合わせください。

お住まいの近くで、役場業務が利用できます

移動支所をご利用ください

表① 2月の移動支所開設日程

	開設日	会場	開設時間
月曜日	6日	桐原生活改善センター	9:00~10:15
	13日	平尾井高齢者生産活動センター	10:30~11:45
	20日	大里多目的集会施設	13:30~14:45
	27日	上野農事集会所	15:00~16:15
火曜日	7日	浅里生活改善センター	9:00~10:15
	14日	北松杖多目的集会施設	10:30~11:45
	21日	中村多目的集会施設	13:30~14:45
	28日		
水曜日	1日	阪松原生活改善センター	9:00~10:15
	8日	永田青年クラブ	10:30~11:45
	15日	井田公民館	13:30~14:45
	22日	地下集会所	15:00~16:15
	29日		
木曜日	2日	上地多目的集会施設	9:00~10:15
	9日	下地生活改善センター	10:30~11:45
	16日	茶屋地構造改善センター	13:30~14:45
	23日	下り場集落センター	15:00~16:15
金曜日	3日	高岡老人憩の家	9:00~10:15
	10日		
	17日	鮎田構造改善センター	10:30~11:45

町内17か所で 開設しています

住民票の発行業務などを郵便局に委託するとともに、さらなる住民サービスの充実を図るため、町職員が町内17か所に出向いて、移動支所を開設しています。（表①移動支所開設日程をご覧ください。）

お住まいの近くで、役場業務が利用できますので、ぜひご利用ください。

移動支所の業務内容

住民票、印鑑証明、納税証明書などの申請受付事務（交付は後ほど、郵送か職員が直接お届けします）や、町税、国民健康保険税の収納事務、役場への各種届け出事務などを受け付けます。

▼詳しくは、役場税務住民課（☎33-0337）までお問い合わせください。

図書館だより

今月のテーマは
「フィリパ・ピアス」です♪

鵜殿図書館
岸司書



今月のおススメ



トムは真夜中の庭で

フィリパ・ピアス / 作
高杉一郎 / 訳 岩波書店

イギリスの優れた児童文学者の1人、フィリパ・ピアスの最高傑作。時をめぐる美しい物語。小学高学年から大人まで。



ハヤ号セイ川をいく

フィリパ・ピアス / 著 E・アーディソニー / 絵
足沢良子 / 訳 講談社

著者のデビュー作で、イギリス児童文学の名作。少年2人が暗号を解いて宝探しをする、友情と冒険の物語。



まぼろしの小さい犬

フィリパ・ピアス / 作
猪熊葉子 / 訳 岩波書店

5人姉弟のまん中で孤立感を味わっている少年ベンが、犬をめぐって理想と現実の間で葛藤し成長する物語。



ペットねずみ大さわぎ

フィリパ・ピアス / 作
高杉一郎 / 訳 岩波書店

動物嫌いの母に隠れてこっそりねずみを飼っていた少年が見つかって大騒ぎ！家族の葛藤と絆を描く珠玉の1冊。

◆蔵書点検による休館のお知らせ◆

このたび図書館では、下記の期間、蔵書点検のため休館いたします。蔵書点検とは、館内の本の所在を明らかにするための点検作業です。長期の休館により大変ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

休館期間：2月13日（月）～23日（木）

《今月のおはなし会》 2月25日（土）

0歳児：午前10時～10時半
1歳以上：午前11時～11時半
3歳以上：午後1時半～2時
小学生：午後2時～2時半

◆鵜殿図書館（☎32-4646）
◆利用時間：午前9時30分～午後6時
◆休館日：毎週月曜日・祝日・毎月最終木曜日

紀宝警察署からのお知らせ

サイバー犯罪等の被害に遭わないために

最近、個人の財産やプライバシー、企業の営業秘密や顧客情報を狙ったサイバー犯罪等が相次いでいます。そこで、サイバー犯罪等の被害に遭わないため、次のことに気をつけましょう。

- ① パソコン等の情報端末にウイルス対策ソフトを導入する
- ② 面識のない送信者や怪しげな件名のメールは開かず削除する
- ③ ID・パスワードをしっかりと管理し、同じパスワードの使い回しをしない

また、不正アクセスやコンピュータ・ウイルスの被害に遭った時は、警察に相談・届け出をしましょう。

紀宝警察署（☎33-0110）

ごみは資源のコーナー

小さな家電製品は「資源金物」の日



その他鉄製品として、フライパンや鍋だけでなく、ちいさな家電製品（45ℓのごみ袋に入る大きさまでのもの）も資源として回収できます。



ワンポイント

ごみ袋に入らない大きさのものは、「粗大ごみ」での回収となるので気をつけてね♪

役場環境衛生課（☎33-0338）

胃・前立腺・大腸・乳・子宮頸がん検診を実施!!

【検診日】 3月6日（火）

【検診場所】 大里多目的集会施設

【申込期間】 2月6日（月）から2月10日（金）まで

検 診 内 容	受付時間	定員	料金
◆胃がん ※前夜9時以降何も飲食しないでください。	午前7時30分～9時	55人	40歳～69歳…500円 40歳未満…1,400円
◆前立腺がん ※採血による検査です。	午前7時30分～9時	55人	40歳～69歳…500円 40歳未満も同額
◆大腸がん ※申し込みが必要です。申し込まれた方には問診票と容器を送付します。	午前9時～11時30分 午後1時30分～3時	60人	40歳～69歳…200円 40歳未満も同額
◆乳がん（マンモグラフィ検査） ※バスタオルを持参してください。	午前9時～11時30分 午後1時30分～3時	午前・午後各40人	40歳～69歳…1,500円 40歳未満も同額
◆子宮頸がん ※子宮入り口部分にできる『子宮頸がん』を採取器具で細胞をこすり取って調べます。	午後1時30分～3時	55人	20歳～69歳…500円 20歳未満…1,000円

※70歳以上は全ての検診が無料です。

※予約が必要です。定員になり次第締め切らせていただきます。

※町が行う各がん検診の受診回数は、1人あたり年1回とさせていただきます。

※がん検診受診時には黄色い『受診スタンプカード』をご持参ください。

※「乳・大腸・子宮頸がん無料クーポン」をお持ちの方はご持参ください。

【健康相談】 午前9時～11時30分、午後1時30分～3時に健康相談（血圧測定）を実施します。

▶お申し込みなど詳しくは、保健センター（☎32-3700）までお問い合わせください。

広報クイズ

抽選で特産品が当たります！

◆問題

- ① ケーブルテレビ〇〇〇の終了について
- ② 〇〇はお早めに！
- ③ 小さな家電製品は「資源〇〇」の日
- ④ 〇〇のにんにくソテー
- ⑤ 相野谷保育園児に〇が振る舞われる

◆応募資格 紀宝町内に在住の方

◆応募方法 ハガキかメール（koho@town.kiho.lg.jp）で、クイズの答え5周分（○の中に入る数字や文字）と、住所、氏名、年齢、電話番号、町や「広報きほう」についてのひと言を書いて、役場企画調整課広報係（〒519-5701 紀宝町鵜殿324）まで応募してください。正解者の中から、抽選で5名の方に、右写真の「町の特産品」をお贈りします。

◆締め切り

2月13日（月）必着
※当選者は、来月号のこのコーナーで。

■1月号の正解

① 196 ② 味噌 ③ 110 ④ 老人 ⑤ マジック

■1月号当選者

（応募総数 35 通・正解者 33 人 賞品は「干物」）
仲本さる子さん（浅里）、山口由紀子さん（成川）
福嶋古味枝さん（神内）
宮本和貴子さん（成川）
山根米利子さん（鵜殿）

▶詳しくは、役場企画調整課広報係（☎33-0334）までお問い合わせください。



2月号の当選者へは
デコポン



koho@town.kiho.lg.jp

今月のお料理

ペペロンチーノ風

「ぶりのにんにくソテー」

花粉情報が気になる季節となり、今回は、花粉の季節にぴったりの料理をご紹介します。

ぶりには、DHA（ドコサヘキサエン酸）、EPA（エイコサペンタエン酸）が含まれており、これらにはアレルギー症状を抑制する働きがあると言われていますので、おすすめです。しかし、もともとぶりには油が多く含まれているので、食べ過ぎには注意しましょう。

また不摂生な生活は、花粉症を悪化させる原因となるので、睡眠不足や食生活の乱れを改善し、体調を整えておくことが大切です。



花粉の季節におすすめ♪

エネルギー（1人分）：約 174kcal
塩分 ：約 1.1 g

【材料（2人分）】

ぶりの切り身	2切れ
酒	大さじ1
塩	小さじ1/3
コショウ	少々
にんにく	1かけ
赤唐辛子	少々
オリーブ油	小さじ1/2～1

【作り方】

- ①ぶりは酒につけておく。
- ②にんにくはみじん切りにする。
- ③フライパンににんにく・赤唐辛子・油を熱し、香りが出たら、①を弱火～中火でフタをしてじっくりと焼いていく。
- ④③に塩、こしょうを振り、両面がこんがり焼き色がついたら出来上がり。

2月の健康カレンダー

子どもとお母さん（会場 紀宝町保健センター）

日	内 容 と 開 催 時 間
28日	すくすく育児相談（午前9時30分～11時30分） ※要予約：ご希望の方は、保健センターまで
24日	のびのびキッズ広場（午前10時～11時30分） ※午前9時30分開放、午前10時までにお越しください ※持ち物：お茶 参加費：子ども一人50円

リフレッシュ教室（音楽療法と簡単な調理実習）

日	会 場 と 開 催 時 間
15日	鶏殿地域交流センター（午前10時～正午）

※ 持ち物：エプロン、三角巾、水分補給のお茶

※ 要予約：詳しくは、保健センター（☎32-3700）まで

貯筋運動（イスに座ってできる簡単な運動です）

日	会 場 と 開 催 時 間
3・10・17・24日	保健センター（午後1時～2時30分） ※ 要予約：詳しくは、紀宝町地域包括支援センター（☎33-0175）まで

2月の休日当番医

日	病 院 名	内 科・外 科
5日	ましようクリニック	☎(29)7800 内 科
11日	すずきこどもクリニック	☎(28)0111 小児科
12日	池 口 内 科	☎(21)6678 内 科
19日	山 口 ク リ ニ ッ ク	☎(31)8052 外 科
26日	玉 置 整 形 外 科	☎(22)6172 外 科
日・祝	紀南医師会 応急診療所	☎0597(88)1001 内 科

※ 変更する場合がありますので、確認のうえ受診してください。

※ 診療科目が異なる場合は、三重県救急医療情報センターコールセンター（☎0597-89-1199）にご相談ください。

今月のテーマ

冬場のヒートショックにご用心！

ヒートショックとは、急激な温度変化が体に及ぼす影響のことをいいます。室温の変化によって血圧が急激に上昇や下降したり、脈拍が早くなったりする状態のことをいい、冬の寒い時期に、暖房の効いた暖かい部屋から一歩出ると、その寒さに「ゾクゾク」としてしまいう状態も、ヒートショックの一種で、体温を調節するために血管が収縮し、血圧や脈拍が上昇したために起こる症状です。

熱いお湯に入浴した瞬間には、熱い刺激で血圧は上昇しますが、体が温まり始めると血管が拡張し、血圧が低下します。血圧の上昇で心筋梗塞や脳梗塞など、または、血圧の低下により脳貧血となり意識を失い、溺死をひきおこす原因となります。温度差が大きいほどヒートショックを起こしやすくなります。

ヒートショックで死亡する方は、交通事故死の約2倍以上である年間1万人以上とも言われ、家庭内で高齢者が死亡する原因の4分の1と言われています。町内でも、寒い時期に浴槽内での溺死が発生しており、他人事ではありません。

今回は、ヒートショックの予防策について考えてみましょう。

ヒートショックを起こしやすい人

- ☐ 65 歳以上
- ☐ 高血圧や糖尿病の人・動脈硬化の人
- ☐ 肥満気味、睡眠時無呼吸症候群等呼吸に問題のある人、不整脈の人
- ☐ 一番風呂に入ることが多い人
- ☐ 41℃以上の熱いお風呂が好きな人
- ☐ お酒を飲んでからお風呂に入ることがある人
- ☐ 浴室や脱衣場に暖房設備がない、トイレ、洗面所、浴室が離れた場所にある人

ヒートショック予防策

- ◆高齢者・高血圧の方は一番風呂をさける
- ◆浴槽のふたを開け浴室を温めておいたり、洗い場にマットやスノコを敷くことにより、急激な体温の低下を防ぐ
- ◆入浴するときには、かけ湯、半身浴を組み合わせ、徐々に暖まるようにする
- ◆ヒートショックを起こしやすい人は、気温の温かい明るいうちに入浴する
- ◆冬場夜中にトイレに行くときには、上着を着て寒さ対策をする

今月のテーマ

フッ化物歯面塗布

お子さんのむし歯を予防するためには、規則正しい食生活や、食後や寝る前の歯みがき、バランスのとれた食事と、しっかり噛むことで歯の質を強くすることが大切です。

歯の質を強くする方法の一つに歯面へのフッ化物塗布があります。歯に直接フッ化物ジェルを塗布します。フッ素は、歯の表面に浸透し、酸に溶

けにくい丈夫な歯にします。また、溶けてしまったエナメル質の再石灰化を助けます。特に生えたばかりの歯や生え変わりの石灰化の未熟な時期、大人でも歯根が露出している歯に効果があります。

町では1歳6か月歯科健診、2歳歯科健診、2歳6か月歯科健診、3歳歯科健診で希望者に無料で実施しています。



Town topics
1/10



05

Town topics
1 / 3

三重県消防協会会長表彰		功績章		三重県消防協会紀南支会会長表彰	
精勤章		優良品章		感謝状	
猿口芳志	山崎 誠	永年勤続功労章 (15年)	優良品章	感謝状	感謝状
聖谷定三	久保俊樹	永年勤続功労章 (30年)	感謝状	感謝状	感謝状
野原賢也	山口弘樹	紀宝町長表彰	感謝状	感謝状	感謝状
谷口博巳	下房義	永年勤続功労章	感謝状	感謝状	感謝状
田尾忠	龍川泰博	優良品章	感謝状	感謝状	感謝状
宅坊敬	七瀧敏夫	感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
福嶋拓哉	西地隆	感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
竹内光司	野尻勝	感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
高垣邦弘	尾崎直人	感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
佐田智博	井本憲二	感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
上地齊史		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
辻本充利		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
永年勤続功労章		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
岩本章		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
小林淳一		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
元屋敷工		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
井孝児		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
佐来正人		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
優良品章		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
真砂敏之		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
吉川由夫		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状
七瀧敏夫		感謝状	感謝状	感謝状	感謝状

三重県地方協会表彰



Town topics
1 / 14

表彰を受けた日根馬佐夫さん（写真右）

Kids No.72

はしゃぎっ子



かんだ こうた
閑 陀 孝太くん（鶴殿）

平成21年2月27日生まれ
史知さん&三由紀さんの長男

アンパンマンが大好きな孝太です。最近をよく「アーンパーンチ!!」で色々なものをやっつけています。いつも笑顔がありがとう♪・・・お母さんから



さかた けんしん
坂 田 賢 信くん（井田）

平成21年2月18日生まれ
智彦さん&充記さんの長男

海賊王を目指し、いつも父ちゃんに挑んでいます。やんちゃだけど、くしゃみをしただけで「大丈夫?」と飛んできてくれる優しい賢ちゃんが好きです。・・・お母さんから



いずみ な な き
泉 七 輝くん（桐原）

平成21年2月19日生まれ
めぐみさんの長男

こんにちは、七輝です!ユニボが大好きで、おもちゃのダンブに土を積んで遊んでいます。元気に、思いやりのある子に育ってね♪・・・お母さんから



みたに は や と
三 谷 勇 翔くん（鶴殿）

平成21年2月20日生まれ
紘司さん&有美さんの長男

車や新幹線が好きな勇翔。外遊びも大好きで、三輪車に乗って電車ごっこをしています。これからも、弟と仲良く遊んでね♪・・・お母さんから

満3歳の誕生日を迎える子ども（平成21年4・5月生まれ）を募集しています。ご希望の方は、広報係（☎33-0334）までご連絡ください。申込期限は2月29日（水）まで。

Young No.72

若い衆登場



◆**お仕事は?**
紀宝町役場の出納室に勤務しています。働き出してまだ2年目なので、わからないことがたくさんありますが、先輩に教えてもらいながら、これからはがんばりたいと思います。

◆**趣味は?**
裁縫が好きで、マフラーやぬいぐるみなど、編み物をよくしています。最近では靴下を編みました。

◆**旅に行くとしたら**
北海道に行ってみたいです。富良

野のラベンダー畑がきれいだと聞いたので、ぜひ一度見てみたい。

◆**理想のタイプは?**
やさしくて、一緒にいて安心できる人がいいです。

◆**今、熱中していることは?**
最近料理をよくしています。母親のように、料理上手になりたいです。

◆**町の好きなところ**
みなさん、人がやさしいところ、自然が豊かなところが好きです。将来も、明るく活気ある紀宝町にしていきたいですね。

中家 悠湖 さん（井田・21歳）

明るく活気ある紀宝町に！



大きな、宗教思想の違いに圧倒される思いにかられる。

エチオピアに入りラリベリの岩をくり抜いて作ったキリスト教の教会群を見る。奈良の大仏を作った頃は中国でも石窟群があり、巨大な宗教的な建造物を世界的に作っていたと思う。

ケニア・タンザニアでは動物保護区の家族での狩りをするライオン、孤独なランナーの狩りチーター、木登り得意なヒョウ、知能的な集団のゾウ、集団で大移動のヌー等の豊かで多様な哺乳類群が見られる。

ジンバブエのビクトリアの滝の圧倒的な水量。ナミビアの砂漠と隣接しながらもキリン、ゾウ、ミーヤキヤット、ジャッカル等の哺乳類。

南アフリカの喜望峯、黒人苦難の歴史跡のロベン島等が見られる。

3月は成川の上野登さんです。前地さんからは、「コーラスの指導者であり、本を何冊も出版する文章家である上野さんの来月の文章を楽しみにしています。」

アフリカは古代文明に、豊かな動植物に、大地に根ざした音楽等があり暗黒大陸や宝探しの夢から、力強く生き抜く人間本来の姿の希望の土地と思われる。

少年の頃「吼える密林」「ソロモン王の洞窟」の冒険小説に興奮し、成人して「ナイル殺人事件」の映画の風景を楽しみにつなげている。

NHKの世界遺産番組や民放の世界旅行番組を録画したものを国ごとに分類しその他の資料として組み立てることが私の映像旅行である。

Penrelay No.72

ペンリレー



今回はアフリカ大陸の東側を南北に縦断する映像旅行を文章化してみよう。

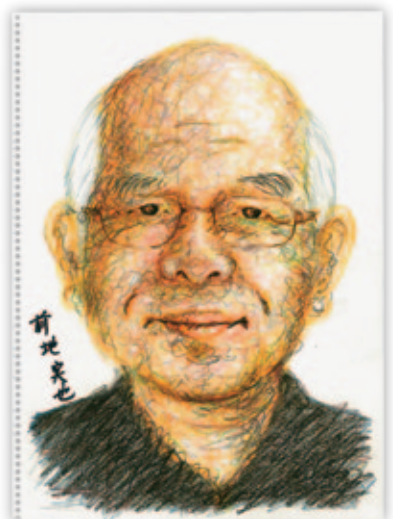
旅はエジプトのカイロのギザのピラミッド群から始まり、ナイル川を南下して、ルクソール神殿、王家の谷等に進む。五千年の歴史があるエジプトを、日本の歴史と比較すると、奈良・京都の世界遺産が約千年前であるから、その歴史の長さや建築物の大きさ、砂漠やナイル川の

前地 実也 さん（井田）

映像世界旅行の楽しみ

PROFILE

まえじ じつや さん
ビデオの録画蒐集が趣味で、映画や音楽・紀行番組など、週に約20時間は録画しているという前地さん。「なかなか行けない世界紀行を、映像で巡り楽しんでいます」と話していました。





2月号

町の人口 - population -

平成23年12月末現在（前月比）	
人口	12,039（+1）
男	5,670（+8）
女	6,369（-7）
世帯	5,436（-6）

主な電話番号 - telephone -

役 場 総 務 課	(33) 0333
役場企画調整課	(33) 0334
役場総務課（防災対策）	(33) 0335
役場産業建設課	(33) 0336
役 場 住 民 課	(33) 0337
役場環境衛生課	(33) 0338
役 場 福 祉 課	(33) 0339
役 場 出 納 室	(33) 0340
教 育 委 員 会	(33) 0341
議 会 事 務 局	(33) 0342
役場環境衛生課（水道）	(33) 0343
地域包括支援センター	(33) 0175
保 健 セ ン ター	(32) 3700
相 野 谷 診 療 所	(34) 0011
鵜 殿 図 書 館	(32) 4646
ま な び の 郷	(32) 0241
神内福祉センター	(32) 2023
鵜殿福祉センター	(32) 0957
宝 寿 園	(21) 0903
亀 楽 苑	(32) 1055
防災行政無線（フリーダイヤル）	0120-334-119
おかけ間違えのないように！	



今日の子猫さん

まどぐち国民年金

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用になります。保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省けるうえ、納め忘れもなくとても便利です。

口座振替には、当月分保険料を当月末に引き落とさせていただくことにより月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い6か月前納・1年前納もあり大変お得です。

▼詳しくは、税務住民課国民年金係（☎33-0337）までお問い合わせください。

2月の尾鷲社会保険事務所の職員による年金相談は、2月15日（水）午前10時から午後2時まで、役場1階相談室Ⅲで行いますので、ご利用ください。

海上自衛隊舞鶴音楽隊「ふれあいコンサート」

台風12号の影響により、災害派遣として多くの自衛隊のみなさんが紀宝町に入り、救助活動などにご尽力いただきました。今回は、みなさんに元気をとり戻してもらうためにと、海上自衛隊舞鶴音楽隊による「ふれあいコンサート」が次のとおり開催されます。入場料は無料です。ぜひご来場ください。

日時 2月5日（日）
午後2時開演
場所 まなびの郷
きらめきホール

▼詳しくは、まなびの郷（☎32-0241）までお問い合わせください。

ふるさと応援コンサート開催

台風12号で被災されたみなさんに元気を取り戻してもらおうと、伊勢管弦楽団による「がんばれ紀宝町！ふるさと応援コンサート」が次のとおり開催されます。入場料は無料です。ぜひご来場ください。

日時 2月19日（日）
午前10時開演

復興チャリティージャズコンサート

まなびの郷企画実行委員会は、台風12号復興支援として紀宝町在住のジャズシンガー津荷裕子さんたちによる「復興支援チャリティーコンサート《Jazz Live》」を次のとおり開催します。入場は無料ですが、入場整理券が必要です。みなさん、ぜひお越しください。

日時 2月19日（日）

場所 午後4時開演
まなびの郷
きらめきホール

▼詳しくは、まなびの郷（☎32-0241）までお問い合わせください。

東紀州ご当地グルメ大会

東紀州地域観光協議会は、東紀州地域の大人気グルメであるマンボウの串焼き、熊野地鶏の串焼き、さんま寿司、めはり寿司などを集め、地域の魅力を紹介する「東紀州ご当地グルメ大会」を開催します。ぜひご来場ください。

日時 2月11日（土）
午前10時から午後4時まで

がん検診無料クーポン使用期限迫る

場所 熊野古道センター芝生広場（尾鷲市向井12-4）
▼詳しくは、東紀州地域観光協議会（☎0597-23-3408）までお問い合わせください。

尾鷲税務署からのお知らせ

は、紀宝町と契約している医療機関となります。クーポン券を送付の際、受診可能な医療機関を記載した用紙を同封しています。

▼詳しくは、保健センター（☎32-3700）までお問い合わせください。

国税庁「確定申告書等作成コーナー」のご案内

平成22年4月2日～平成23年4月1日の間に左記の年齢になられた方

◆**子宮頸がん**
20歳、25歳、30歳、35歳、40歳の女性

◆**乳がん**
40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の女性

◆**大腸がん**
40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の方の男女

使用期限
平成24年3月31日まで

（注）子宮頸がん、乳がんクーポン券を使用して、医療機関で検診を受診される場合

公的個人認証サービス

12222までお問い合わせください。

税務署の代表番号は、自動音声で案内しています。国税に関する一般的な相談は「1」、税務署への照会やお尋ねは「2」を選択してください。また3月15日（木）までは、所得税、消費税、贈与税に関する相談も案内していますので、その場合は「0」を選択してください。

電子証明書の発行を受けている方へ

住基カードの有効期限は10年間ですが、申請により住基カードのなかに格納されている電子証明書の有効期間は3年間です。失効した場合には、国税の電子申告などの電子申請・届出に使うことができなくなりま

すのでご注意ください。

住基カードに電子証明書の格納をしている方で更新をご希望の場合は、税務住民課の窓口で手続きをしてください。（更新手続きを

人事異動

町は、1月1日付けで、人事異動を行いました。

※（一）内は前所属
企画調整課付主査（東紀州観光まちづくり公社駐在） 福嶋育也（産業建設課主査）、総務課付係長 原田芳嗣（企画調整課付係長（東紀州観光まちづくり公社駐在）、健康づくり推進課主事 出水洋志（総務課付主事）

広報きほうへ 広告を掲載しませんか？

町では、「広報きほう」のこの位置に有料広告を掲載しています。ぜひ、みなさんの会社やお店の宣伝にご活用ください。

広報きほう	
大きさ	1枠 縦45mm×横86mm
掲載料	1枠につき月額で、
	町内事業者 7,000円 町外事業者 10,000円

詳しくは、
紀宝町役場企画調整課
☎33-0334まで
お問い合わせください。

紀宝町下水道サービス株式会社



浄化槽のご相談は
フリーダイヤル
0120-620-690
紀宝町鵜殿1375番地1
TEL：0735-33-0360（代）
FAX：0735-33-0365
HP：http://www.pfi-kiho.jp/

紀宝の 珍百景 見つけた！ その25

平尾井地区周辺の

門松



平尾井神社

紀宝の
珍百景
認定

今回の珍百景は、平尾井地区周辺に昔から伝わる「門松」をご紹介します。

門松とは、正月に家の門の前などに立てられる一対になった松や竹の正月飾りのことをいい、一般的には下のイラストのような門松をイメージされると思います。しかし、平尾井地区周辺の門松はひと味違っ（うまいしげろ）んです。



平尾井地区に住む（うまいしげろ）さんにお話を伺うと、平尾井地区の門松は竹を使わず、上の方10センチくらいだけ皮を削りとり、上面に十文字に切込みを入れたシイの杭を打ち込みます。そこに、各家庭により若干異なるそうですが、サカキ、ワカバ、モッコク、コメシバ、シダを縛り付けるのだとか。
(下の写真参照) 昔は、その十字の切り込みの上に、朝晩ご飯を供えていたそうです。



しかし、この門松は実は略式で、昔は上の写真のように、松を加えて、間にはしめ縄を張り渡し、サンス(ダイダイ)を真ん中に吊るして派手やかに立てていたそうです。今では、これは神社で見ることができず、戦後の山林管理の関係から松が省略され、各家庭では略式の門松が飾られているのだそうです。

略式と言っても、6種類の木を山へ採りに行くのは大変な作業です。そんな中、伝統を守り続けている地域の方々はすばらしく、今後この伝統を後世に伝えていっていただきたいものです。

ひやにひや

タッピング

僕は幼いころからずっと続いている変わった癖を持っています。それは、上下の歯を「カチカチ」と早くかみ合わせるもので、まったくの無意識にしまっ（うまいしげろ）んです。この癖をやめたいと思っているんですが、まったくの無意識なのでやめようがなく、取材先の保育所や小学校でも、子どもたちに「寒いのか」「何を食べてるのか?」「なんでカチカチしてるのか?」などと聞かれることもしょっちゅうなんです。



この癖について、町の歯科衛生士である竹田仁香さんに相談したところ、これは「タッピング」という歯ぎしりの一種だそうです。歯ぎしりの中でも発現度が高まったと低く珍しいのだとか。その原因は、歯のかみ合わせの悪さが引き起こす場合とストレスなどの精神的なものとが考えられているようです。そういえば、僕はご飯を食べるとアゴが疲れてタルくなるし、口を開くと右側のアゴだけズレるのが「リリリ」っていう音になるんですね。このかみ合わせの悪さが原因なのかもしれないです。

先日、取材先で保育園児と一緒に遊んでいたら、その園児が無意識に歯を上下に「カチカチ」としていました。僕と一緒に少し心配になり、お母さんにタッピングのことについて話をして、近いうちに歯医者さんに診てもらおうように勧めました。小さいお子さんの場合、ストレスによるものが多いらしいですが、もしもかみ合わせが原因だと早く診てもらうに越したことはないですからね。

インターネットで少し「タッピング」について調べてみたところ、歯ぎしりをする人の特徴として、「かむと痛い・アゴがだるい・奥歯が動く」などがある中、最後に「下あご(エラ)がはっている」と書かれていました。僕は、タッピングの素質が十分のようです。

(おちゃめなエラ星人 竹鼻 康)