

Kiho

広報きほう

Public Relations/ Kiho 2012 vol.79

8月号

超気持ちいい～

楽しい「ボディペインティング」の後、
子どもたちはシャワーを浴びて大はしゃぎ!!
てんしんらんまん
天真爛漫に夏の訪れを感じていました。
(うどの幼稚園)



写真

Photograph

01. 相野谷中生徒によるソーラン踊り。02・10. 屋外の各ブースは、雨にも関わらず、多くの人でにぎわいました。03. 女子レスリングの吉田沙保里さんと柔道家野村忠宏さんのメッセージが三重ローカルアクトの西井代表から届けられました。04. 釣り堀コーナーには大きなハマチやヒラメが！05. 演歌歌手の門倉有希さん。06. 来場者も一緒にうみがめピクスを踊りました。07. 最高の盛り上がりを見せた餅ほり。08. 県観光大使の萩美香さんと鈴木知事、西田町長によるトークショー。09. 復興への寄せ書き。11. 元気な相野谷保の園児たち。12. 三味線演奏家のたなかつとむさん。13. 会場内は笑顔に包まれました。14. 「ふるさと」を合唱する相野谷小児童たち。

からも全力で取り組んでいきたいと思えます。ともにがんばりましょう」と話しました。

このほかステージでは、演歌歌手の門倉有希さんや三味線演奏家のたなかつとむさんのコンサート、三重県観光大使の萩美香さんのトークショーなどが行われました。屋外では、区や商工会青年部、女性の会などの食べ物や物産販売のコーナー、自主防災組織、県などによる防災啓発のコーナーなどが設けられました。

イベントの締めくくりには餅ほりが行われ、会場は最高潮の盛り上がりとなり、みんな満面の笑みを浮かべながら、餅を一生懸命に拾っていました。



Genkiyade! Kihotown

元気な紀宝町を
全国へアピール

風評被害の払拭と、被災されたみなさんの復興への機運を高めるために！

昨年の台風12号災害で甚大な被害を受けた紀宝町は、相野谷小学校で6月24日、復興支援イベント「元気やで！紀宝町」を開催しました。これは、災害で広がった観光面での風評被害を払拭するとともに、多くの人が集まる場を通して被災した人たちにも復興への機運を高めてもらおうと行ったもので、多彩な催しが企画され、約3000人がにぎわいました。

ステージでは、相野谷保育所の園児たちのかわいいダンスからスタートし、相野谷小学校、相野谷中学校の生徒たちが鳴子を手にして元気よくソーラン節を踊りました。また、同小学校の全校生徒で「ふるさと」を合唱し、地域への思いを歌声にのせて、来場者に届けました。

あいさつをした西田健町長は、「多くの人に助けられ、支えられたことに感謝しています。一日も早く被災前の穏やかな生活を取り戻してもらえよう、これ

復興支援イベント

元気やで！紀宝町



美(うま)し国おこし・三重のマスコット「うーまちゃん」に大喜び

児童扶養手当と 特別児童扶養手当について

◆児童扶養手当

児童扶養手当制度とは、父または母がいらない子どもが育成される家庭を対象としており、子どもの福祉の増進を図ることを目的として、手当を支給する制度です。

※所得制限があり、1月から6月までに請求される場合は前々年の所得、7月から12月までに請求される場合は前年の所得により、その年度（8月から翌年7月まで）の手当が全部支給、一部支給、全部停止の区分に決まります。（表①参照）

◆対象者

次のいずれかに該当する、18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある子ども（一定の障がいがある場合は20歳未満）を扶養している父または母、もしくは養育者。

- ① 父母が婚姻を解消した子ども
- ② 父または母が死亡した子ども
- ③ 父または母が法に定める障がいの状態（年金の障害等級の1級程度）にある子ども
- ④ 父または母の生死が明らかでない子どもなど

※子どもや父、母、養育者が公的年金を受給している場合、手当は支給されません。

◆手当の額

《対象児童1人・全部支給の場合》

月額41,430円

《対象児童1人・一部支給の場合》

月額41,420円から9,780円

※2人目は対象額に5,000円を加算。3人目以降は、児童が1人増すごとに3,000円を加算。

※要件を満たしており、受給されていない方はお問い合わせください。

◆特別児童扶養手当

特別児童扶養手当制度とは、心身に障がいのある20歳

【表①】 児童扶養手当 所得制限限度額表

扶養親族等の数 （税法上の人数）	父または母の所得		配偶者および 扶養義務者の所得
	全部支給	一部支給	
0人	19万円未満	192万円未満	236万円未満
1人	57万円	230万円	274万円
2人	95万円	268万円	312万円
3人以上	1人につき 38万円ずつ加算	1人につき 38万円ずつ加算	1人につき 38万円ずつ加算

※扶養義務者とは、請求者と同居している父母兄弟姉妹などのことです。

◆対象者

精神または身体に政令で定める程度（国民年金法1級および2級に相当）の障がいがある20歳未満の児童を養育している父または母、もしくは養育者。

◆手当の額

《1級》月額50,400円
《2級》月額33,570円
※要件を満たしており、受給されていない方はお問い合わせください。

◆現況届、所得状況届の提出について

児童扶養手当を受給している方は、「現況届」を8月31日（金）までに、また特別児童扶養手当を受給している方は、「所得状況届」を9月10日（月）

【表②】 特別児童扶養手当 所得制限限度額

扶養親族等の数 （税法上の人数）	請 求 者	配偶者および 扶養義務者の所得
0人	459万6千円	628万7千円
1人	497万6千円	653万6千円
2人	535万6千円	674万9千円
3人	573万6千円	696万2千円
4人以上	1人につき38万円ずつ加算	1人につき21万3千円ずつ加算

※扶養義務者とは、請求者と同居している父母兄弟姉妹などのことです。

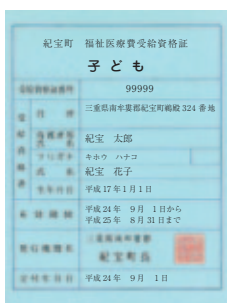
福祉医療費受給資格証の更新について

福祉医療費受給資格証（子ども・一人親家庭等・障がい者・65歳以上重度心身障がい者・65～69歳老人・寡婦）は、8月31日で期限が切れますが、引き続き受給資格のある方には8月下旬に新しい受給資格証（水色）を送付しますので、三重県内の医療機関にかかるときは、必ず受給資格証を窓口で提示してください。

ただし、対象者・扶養義務者などの平成24年度（平成23年中）所得が確認できない方（平成24年1月2日以降に転入された方や所得の申告のない方など）、その他資格要件の確認ができな

い方などは、受給資格証の交付ができません。8月中旬に別途通知させていただきますので、手続きをお願いします。

また、受給者の健康保険証が変更になった場合は、新しい保険証を持って福祉課まで届け出てください。



▶詳しくは、役場福祉課（☎33-0339）までお問い合わせください。

国民健康保険と後期高齢者医療制度のお知らせ

◆「限度額適用認定証」または「限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちの方へ

紀宝町の国民健康保険、もしくは後期高齢者医療制度の対象の方で、世帯全員が住民税非課税である場合、自己負担額が減額される、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付が受けられます。また、国民健康保険の方で70歳未満の方は、課税世帯の方でも「限度額適用認定証」の交付が受けられますので、申請される方は、保険証と印鑑をご持参のうえ、役場福祉課へお申し出ください。

◆国民健康保険の高齢受給者証をお持ちの方へ

紀宝町が交付している国民健康保険高齢受給者証をお持ちの方に、8月1日から有効の新しい受給者証を7月末に送付します。平成23年中の所得により、改めて負担割合を判定しています。所得内容によっては、医療費の負担割合が変更となる場合がありますので、ご確認ください。

▶詳しくは、役場福祉課（☎33-0339）までお問い合わせください。

昨年の台風12号被害に伴う介護保険料の減免について

現在、紀南介護保険広域連合では、昨年の台風12号で被災した被保険者を対象に介護保険料の減免を行っていますが、減免申請の有効期限が8月末までとなっています。

次の項目全てに該当する方は、減免対象となる可能性がありますので、申請がお済みでない方は、お早めに紀南介護保険広域連合までお問い合わせください。

①熊野市、御浜町、紀宝町のいずれかに居住し、昨年の台風12号で住宅が被災した方

- ②被災住宅が災害2次調査結果で「全壊」「大規模半壊」「半壊」のいずれかの判定を受けていること
- ③被災日（平成23年9月4日）現在で第1号被保険者（満65歳以上）となっていること
- ④生活保護受給世帯でないこと
- ⑤被災日より前の納期の介護保険料を滞納していないこと

▶詳しくは、紀南介護保険広域連合（☎0597-89-6001）までお問い合わせください。

紀勢線「新宮～大泊間」道路計画意見交換会を実施！

国土交通省中部地方整備局紀勢国道事務所は6月28日、近畿自動車道紀勢線「新宮～大泊間」の道路計画に関する意見交換会を実施しました。

これは、道路計画をするにあたりアンケート調査を実施しましたが、アンケートで反映できないような地域の課題や期待される効果について、住民をはじめ、経済、産業、物流、観光、消防、医療関係者等から意見を伺い、道路計画策定に生かすために実施したもので、町内の各分野から16名が参加されました。

参加者からは、ルート案や、インターチェンジの設置場所、整備効果、産業振興などについて、活発な意見が出されました。これらの数多くの貴重な意

見を参考に、協議を重ね、道路計画策定に生かされていきます。

▶意見交換会について詳しくは、役場産業建設課（☎33-0336）までお問い合わせください。



意見交換会の様子

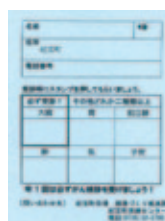
胃・前立腺・大腸・乳・子宮頸がん検診を実施

【検診日】 9月13日（木） 【検診場所】 鮎田構造改善センター
【申込期間】 8月6日（月）から8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。	午後1時30分～3時	70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。	午後1時30分～3時	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青色の『受診スタンプカード』をご持参ください。
- ※ 「大腸・乳・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。

▶詳しくは、保健センター（☎32-3700）までお問い合わせください。



受診スタンプカード

被災者生活再建支援金『基礎支援金』の申請期間が1年間延長!!

平成23年台風12号災害による住宅の被害程度が「全壊・大規模半壊・解体（大規模半壊・半壊）」の世帯を対象とした国の制度「被災者生活再建支援金」（表①参照）【A】基礎支援金（住宅の被害程度に応じて支給）と【B】加算支援金（住宅の再建方法に応じて支給）について、町では、甚大な被害による復旧状況などにより、未だ住宅再建の目途をたてることができない世帯に配慮し、被災者生活再建支援金『基礎支援金』の申請期間について、国・県に対し期間延長を申し出ていましたが、右記のとおり延長が決定しましたのでお知らせします。

▶詳しくは、役場総務課（☎33-0333）までお問い合わせください。

■被災者生活再建支援金『基礎支援金』の申請期間延長
（延長前）平成24年10月1日まで
（延長後）平成25年10月1日まで（1年間の延長）

表① 対象・支給金額

【A】基礎支援金 （申請期限：平成25年10月1日）		【B】加算支援金 （申請期限：平成26年10月1日）	
被害の程度	支援額	再建方法	支援額
全壊	100万円	建設・購入	200万円
大規模半壊	50万円	補修	100万円
解体（大規模半壊・半壊）	100万円	賃借	50万円

※単身で居住していた場合は、それぞれ3/4の額の支給となります。
※申請期限が延長されたことにより、被災を受けた世帯で、住宅をやむを得ず解体した場合の申請は、平成25年10月1日までになります。

復興支援イベント「鼓の風 in 紀宝」を開催!!

和太鼓演奏による復興支援イベント「鼓の風 in 紀宝」が右記のとおり開催されます。

これは、昨年の台風12号災害で被災された方々に、日本の伝統芸能のひとつである和太鼓を通じて、元気な風を届けようと、熊野水軍太鼓保存会や創作太鼓紀宝楽ら4団体で構成する実行委員会によって企画されたものです。当日は、世界でも活躍されているプロの和太鼓奏者であるOTO座の中橋敏彦さんにも演奏していただきます。

会場内には、募金箱を設置し義援金を募るほか、福祉団体によるバザーも開催します。
ぜひ、ご来場ください。

- ★日 時 9月2日（日）開場 13:30 開演 14:00
- ★場 所 まなびの郷 きらめきホール
- ★入場料 無料
- ★プログラム

- 14:00～ 熊野水軍子供太鼓
- 14:20～ 創作太鼓 紀宝楽
- 15:15～ OTO座（中橋敏彦、太江田律子）
- 15:30～ ほたる夢太鼓
- 15:50～ 熊野水軍太鼓
- 16:10～ スーパーセッション

▶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。



創作太鼓 紀宝楽



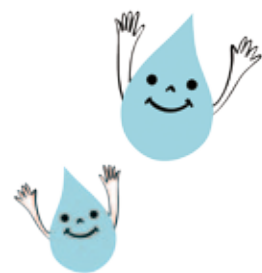
熊野水軍太鼓



OTO座（中橋敏彦さん）

浄化槽

「きれいな川を
未来に残そう」
その⑥



今月のテーマ

撤去費補助や利子補給で 事業を推進しています

紀宝町営浄化槽整備推進事業では、高度処理型浄化槽での浄化槽整備を進めています。町では、同事業での浄化槽設置を推進するため、単独処理浄化槽を撤去して町営浄化槽を設置した際の補助金や、浄化槽設置に伴い、リフォームが必要となった場合への融資・利子補給制度などを行っています。

5人槽の設置分担金は 165,500円

町では、従来型の合併処理浄化槽よりも処理能力が優れた「高度処理型浄化槽」を採用し、同事業による浄化槽の普及を図り、町の水環境の保全に努めています。

この浄化槽は、し尿のみを処理する単独処理浄化槽と比較すると約16倍、従来型の合併処理浄化槽との比較でも倍の処理能力を有す

る優れた浄化槽となっています。

町営浄化槽を設置するには、分担金として浄化槽本体の設置工事費の約2割を申請者にご負担いただいていますので、5人槽では165,500円をご負担いただくことになります（表①参照）。

町のきれいな水環境を後世に残していくためにも、同事業での設置促進にご協力をお願いします。

表① 浄化槽設置にかかる分担金の額

浄化槽の種別	分担金の額
5人槽	165,500 円
7人槽	208,340 円
10人槽	276,800 円
11人槽以上	環境衛生課までお問い合わせください

※分担金には、7条検査費用8,000円が含まれています。

単独槽を撤去した場合 9万円を上限に補助

合併処理浄化槽の普及を図っていくうえで、単独処理浄化槽からの設置替えの促進は欠かせません。

しかし、単独処理浄化槽を設置している世帯では、『トイレの水流しが滞っていること』、『設置替えには、設置済みの単独処理浄化槽の撤去費用がかかること』、『分担金の他に、流入管工事費がかかること』などの理由で、なかなか設置替えが進まないのが現状です。

町では、単独処理浄化槽からの設置替えをより促進したいことから、単独処理浄化槽を撤去して町営浄化槽を設置した場合、その撤去工事に対する補助金として、9万円を上限に補助金を交付しています。

リフォーム工事を対象に 2.5%を利子補給

一方、くみ取り式トイレの世帯の方などが、合併処理浄化槽を設置すると、トイレを水洗トイレに改造する工事などが必要となり、それ



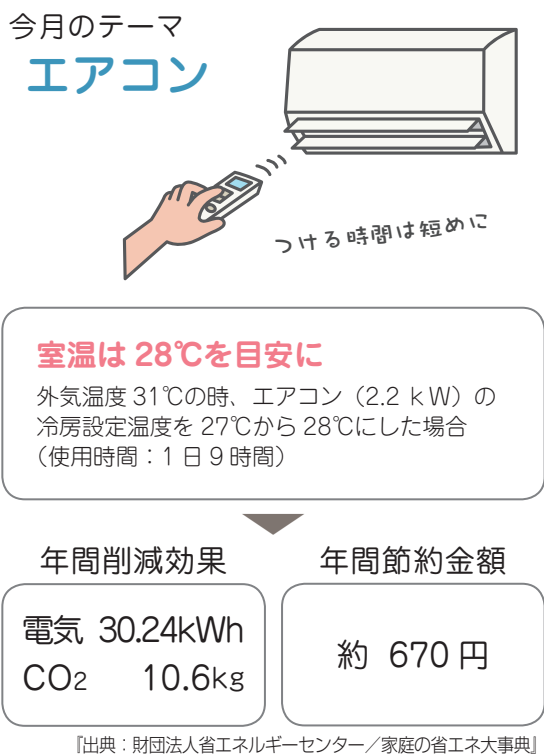
▼詳しくは、役場環境衛生課（☎33-0338）までお問い合わせください。

シリーズ ストップ地球温暖化

その④

家庭でもできる温暖化対策

「できることから始めよう」



ワンポイントアドバイス

室外機のまわりはかたづけ

室外機の吹出口に物を置くと冷房の効果が下がります。室外機は風通しの良い場所に設置してまわりは整理整頓しましょう。

▼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 8月の移動支所開設日程

ピンク色は、移動図書館も開設

	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	北桧杖多目的集会施設	10:30～11:45
	21日	中村多目的集会施設	13:30～14:45
	28日	阪松原生活改善センター	9:00～10:15
水曜日	1日	永田青年クラブ	10:30～11:45
	8日	井田公民館	13:30～14:45
	15日	地下集会所	15:00～16:15
	22日	上地多目的集会施設	9:00～10:15
木曜日	2日	下地生活改善センター	10:30～11:45
	9日	茶屋地構造改善センター	13:30～14:45
	16日	下り場集落センター	15:00～16:15
	23日	高岡老人憩の家	9:00～10:15
金曜日	3日	鮎田構造改善センター	10:30～11:45
	10日		
	17日		

※浅里・北桧杖地区は雨天の場合、移動支所はお休みとなり、移動図書館は次週に延期となります。

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
「紀宝町ゆかりの本」

鵜殿図書館
岸司書



今月のおすすめ



不思議な星でさがしもの

山本真嗣 / 絵 藤本 真 / 文
JOKO MONICA / 英訳 エフベリー自由国民社(発売)

作者の山本真嗣さんは紀宝町出身。とても細やかで楽しい絵は「さがしもの」にぴったり！英語訳付きで国際交流も可能！？



村の記憶

松原 豊 / 著
月兎舎

平成の大合併で三重県から消滅した「村」を記憶する写真集。旧鵜殿村も登場します。どの写真かわかりますか？



日本の聖地ベスト100

植島啓司 / 著
集英社

著名な宗教人類学者が、必ず訪れるべき日本の聖地をランキング。ベスト10位には有名人も訪れた町内のあの神社が！



熊野談義

澤村経夫 / 著
文藝春秋企画出版部 文藝春秋(発売)

知っているようで意外と知られていない、熊野にまつわるさまざまな逸話が満載！紀宝町もちょこっとだけ登場します。

◆2階研修室の開放について◆

図書館の2階研修室は、夏休み期間中、自習室として毎日開放（開放時間：10時～17時）しています。ただし、行事がある場合と休館日は使用できません。

【注意】自習室として使用できない日

- 8月 8日(水)・9日(木)・25日(土)・29日(水)・30日(木)
- 毎週月曜日

今月のおはなし会

8月25日(土)



0歳児 10:00～10:30、1歳以上 11:00～11:30
3歳以上 13:30～14:00、小学生 14:00～14:30

- ◆鵜殿図書館 (☎32-4646)
- ◆利用時間：9:30～18:00
- ◆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

夏休みにおける少年の非行防止について

- 子どもの言動の変化に「無関心でない」
- 不良行為に「知らんぷりしない」

活動範囲の広い子どもの行動は、家庭や学校だけでは把握できません。「家庭」「学校」「地域」の結束が、非行防止の鍵となります。「地域の子どもは、地域で育てる」をモットーに、地域が一丸となって非行防止に取り組みましょう。

警察官募集

○募集期間

7月27日から8月27日までの間
※詳しくは紀宝警察署までお問い合わせください。

紀宝警察署 (☎33-0110)

ごみは資源のコーナー

スプレー缶・飲料缶の出し方

スプレー缶は必ず使いきって穴を開けてから、また、ビールやジュース等が入っていた缶は水で中身をきれいに洗ってから、「資源金物」の日に出すようにしてください。



ごみ博士 タカミチさん

ワンポイント

缶詰も同様に、きれいに中身を洗ってから「資源金物」の日に出すようにしてね♪

役場環境衛生課 (☎33-0338)

消費者トラブルに負けないぞ！！



今月は、消費生活センターに寄せられる相談の中で一番多い、インターネットをめぐる消費者トラブルについてお知らせします。

～身近にひそむ悪質商法の手口！その3～

◆ワンクリック請求◆

パソコンや携帯電話、スマートフォンを使ってインターネットに接続し、サイトを閲覧していたら、年齢認証を求められ、クリックしたところ、一方的に会員登録となり、高額な料金を請求されることをワンクリック請求といいます。

実際にあった事例

ゲームサイトを見ていたところ、アダルトサイトに接続された。年齢認証をクリックすると、「登録完了。3日以内に5万円を指定の口座に振り込んでください。」という請求画面が

現れた。請求画面には、パソコンのIPアドレスが記載されており、個人情報がばれてしまったのではないかと不安である。

注意!! パソコンのIPアドレスや、携帯電話の個体識別番号から個人情報は分かりませんので、これらの情報が画面に表示されたとしても慌てないでください。自分から相手に教えない限り、個人情報は分かりません。クリックしただけで、直ちに契約は成立しません。契約は無効ですので、請求に応じる必要はありません。

◆三重県消費生活センター

☎059-228-2212 【毎週月～金曜日】午前9時から午後4時まで

▶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。

広報クイズ

抽選で特産品が当たります！

◆問題

- ①復興支援イベント「〇〇やで！紀宝町」を開催
- ②復興支援イベント「〇の風」を開催
- ③今月のお料理「〇〇〇〇のうま辛和え」
- ④〇〇〇〇中学校の図書室を一般開放しています
- ⑤珍百景 鵜殿港に現れた〇〇〇アザラシ

◆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問分(○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

8月15日(水) 必着
※当選者は、来月号のこのコーナーで。

■7月号の正解

①移動 ②25 ③サマー ④食中毒 ⑤金環

■7月号当選者

(応募総数 35 通・正解者 35 人 賞品は「でこぼんジュース(2本)」)

やましろたけとし 山城武敏さん(大里)、さかもとのりこ 阪本典子さん(神内)
なかぐちじょうみ 仲口丈味さん(成川)
やまもとみき 山本美紀さん(鵜殿)
ふくだなつぎ 福田菜月さん(鵜殿)

▶詳しくは、役場企画調整課広報係(☎33-0334)まで。

8月号の当選者へは
フレーバーラム
アイスクリーム



※写真はイメージです



koho@town.kiho.lg.jp

今月のお料理

韓国風

「きゅうりのうま辛和え」

今年も昨年に引き続き、節電の夏です。できるだけ涼しく過ごすために、加熱せずに作れるおかずを作りたいものです。

そこで今回は生の夏野菜（きゅうり）を使った料理をご紹介します。夏野菜には体を冷やす効果があるので、この季節におすすめです。また、きゅうりはむくみを軽減したり、にんにくには疲労回復につながる栄養素が含まれています。

夏野菜で、暑い夏を乗り切りましょう！

【材料（2人分）】

きゅうり	2本
ポン酢しょうゆ	大さじ1
にんにく（すりおろし）	少々
ごま油	小さじ1/2
トウバンジャン	小さじ1/2
砂糖	小さじ1/3

【作り方】

- ①きゅうりはよく洗って両端を切り落とし、全体を包丁の柄などでたたいて割り、食べやすい大きさに切る。
- ②ボウルにきゅうり以外の材料を混ぜ合わせ、タレを作る。
- ③食べる直前にきゅうりを加えて混ぜ、器に盛る。出来上がり☆

夏野菜には、身体を冷やす効果が♪

エネルギー（1人分）：約33kcal
塩分：約1.0g



今月のテーマ

日ごろの生活習慣を見つめなおそう！！

◆生活習慣病とは？

生活習慣病とは、日常の乱れた生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気で、かつては“成人病”と呼ばれていました。生活習慣病にはさまざまな病気があり、日本人の1年間の全死亡者のうち約6割が生活習慣病で亡くなっています。

働き盛りの世代に多い病気のため成人病と呼ばれていましたが、子どもの成人病が増えて、病気の原因が日常の生活習慣の影響が大きいことが判明したため、1996年、生活習慣病と改められました。病名が生活習慣病と改められたのには、病気の原因を作らぬよう、日頃の生活習慣を見直し、予防・改善していきましょう、といった啓蒙の意味合いも含まれています。

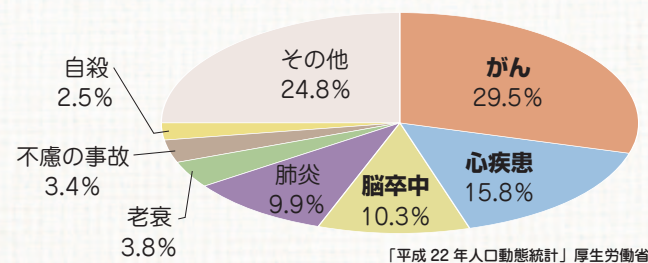
生活習慣病は、遺伝的な要因もありますが、食生活や運動、喫煙、飲酒、ストレスなどが深く関わっています。言い換えれば、普段の生活習慣を見直し、改善することにより、病気を予防し、症状が軽いうちに治すことも可能なのです。

現代社会では、さまざまな要因から生活習慣病患者および生活習慣病予備軍と呼ばれる方々は増加する一方なのが現実です。ぜひ、あなたの生活習慣を今一度、見つめなおしてください。また、生活習慣病予備軍を早期に発見するためにも、定期的に健康診断を受けるようにしましょう。

◆死因の約6割が生活習慣病

生活習慣病の怖さは、そのまま放置していると、動脈硬化が進行し、やがて、生命に関わる、がん、心臓病、脳卒中などの原因になることです。

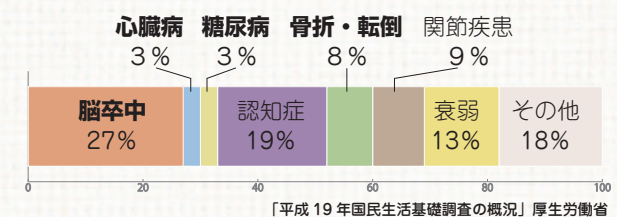
総死亡に占める死因割合



◆介護が必要となる最大原因は脳卒中

要介護の原因の約5割は、脳卒中、心臓病、糖尿病、骨折・転倒などの生活習慣病が関係しています。

要介護の原因



今月は
垣内和美保健師



8月の健康カレンダー

元気塾（介護予防事業）

日	会場と開催時間
8日	鶴殿地域交流センター（午前9時30分～11時）

※要予約：詳しくは、紀宝町地域包括支援センター（☎33-0175）まで。

プールを利用した健康づくり（介護予防事業）

日	会場と開催時間
毎週水曜日	ピーアップ新宮（午前10時～午後2時）

内容：浮力を利用して、水中ウォーキングやスイミングなどを行います。
対象：65歳以上の方
料金：利用料は無料です。ただし、昼食代の1,000円はいただきます。
利用：お一人あたり、月1回の利用まで。
送迎：最寄りのバス停までの送迎をします。
※予約が必要です。詳しくは、紀宝町地域包括支援センター（☎33-0175）までお申し込みください。

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：詳しくは、保健センター（☎32-3700）まで。

8月の休日当番医

日	病院名	内科・外科
5日	すずきこどもクリニック	☎(28)0111 小児科
12日	真砂小児科	☎(29)7313 小児科
19日	池内科	☎(21)6678 内科
26日	山口クリニック	☎(31)8052 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

夏休みにむし歯の治療をしましょう

学校歯科健診で見つかったむし歯の治療は終わっていますか？

5歳前後から生え始める永久歯は、少しずつ乳歯と生え替わりながら、およそ12歳頃に28本が生えそろういます。歯は生えてきてからも、徐々に歯の質を高めていきます。しかし、生え出して間もない歯の表面は十分に成熟していないため、むし歯になりやすく、また進行も早くなります。できるだけ、

歯を多く削らずにむし歯の進行を止めるためには、早く適切な処置をすることが大切です。

夏休みを利用して、きちんとむし歯を治療しましょう。そして、毎日の歯みがきと規則正しい食生活で、夏休みを元気に楽しく過ごしましょう。

むし歯の原因になる食べ方は、量よりも回数です。だらだら食べたり、甘い飲み物をお茶代わりに何度も飲まないように気をつけましょう。

歯を大切に
しましょうね♪



町は松屋製菓（株）との連携に関する協定を締結しました

町は、紀宝町産のマイヤーレモンを使った「マイヤーレモンキャンディ」の製造元である松屋製菓（伊勢市）と連携に関する協定を締結しました。

協定の連携事項としては、「紀宝町、三重県の情報PR・発信に関すること」、「地産地消オリジナル商品の開発と販売に関すること」、「相互の協力・連携・応援に関すること」などが盛り込まれています。具体的には、現在発売中の「マイヤーレモンキャンディ」のパッケージに、紀伊半島大水害で受けた町の風評被害の払拭と町のPR・情報発信のため、町と東紀州観光圏協議会のホームページのQRコードを印字し、携帯電話で読み取れるようプリントされたパッケージを一新しました。

6月24日に行われた復興支援イベント「元気で！紀宝町」では、新パッケージの報道発表が行われ、西田健町長や鈴木英敬知事、県観光大使の萩美香さんがキャンディーを紹介し、町の魅力をPRしました。

マイヤーレモンキャンディは、ウミガメ公園等で販売しています。ぜひ一度、お召し上がりください。



マイヤーレモンキャンディーをPRする（左から）萩さん、鈴木知事、西田町長



パッケージの裏にQRコードが印字されている

パッケージ裏

パッケージ表



熊野川でゴミ拾いをする参加者たち

環境保全と再生のために熊野川クリーンキャンペーン！！

町と国交省紀南河川国道事務所は7月8日、熊野川河口周辺で「熊野川クリーンキャンペーン」を実施しました。

この清掃活動は、河川愛護月間に合わせて行われたもので、流域の良好な河川環境の保全と再生への取り組みとして、地域住民や矢渚中学生など252人が参加しました。矢渚中学校に集合したあと、参加者たちはゴミ袋を手に、燃料ゴミや空き缶など分別しながら拾い集めました。約1時間の活動で軽トラ4車分ほどのゴミが集められ、美しい熊野川の保全に努めました。

紀宝町ファミリーサポートセンターを設立

町は7月1日、子育て環境の充実を目的に、紀宝町ファミリーサポートセンターを設立しました。同センターは、子育てを助けてほしい人（依頼会員）の要望に応じて、子育てのお手伝いできる人（サポート会員）を紹介し、地域で子育てをサポートしていく会員組織です。

設立に先立ち6月27日、役場でサポート会員認定証交付式が行われ、出席したサポート会員11名に西田町長から認定証が交付されました。認定証を交付した西田町長は、「力を合わせて、子育てしやすいまちづくりを進めていきたい。」とあいさつし、その後、担当職員からサポート会員にサポート活動についての説明が行われました。



西田町長から認定書を受け取るサポート会員



01. 神事と仏事が合同で行われた「虫送り」。
02. 神内小学校近くにある「逢初ノ森」。03. 虫と書かれた白石。地中深くに埋められました。



神仏合同で伝統の「虫送り」

神内地区で7月3日、神内神社と善光寺による神仏合同の農作祈願「虫送り」が行われ、神社と寺の関係者ら20人ほどが「逢初ノ森」と呼ばれる田園の一角で、行事に参列しました。

戦争などの影響で神仏合同の「虫送り」は途絶えていましたが、後世に継承していこうと平成21年、70年ぶりに復活されました。行事では、宮司が祝詞を読み上げるほか、「虫」と書かれた白石を土の中に埋め、虫の神様を地中深く封じ込めるという仏式の法案が営まれるなど、五穀豊穡を祈願しました。

全身をキャンパスにボディペインティング！！

豊かな感性をはぐくんでもらおうと、うどの幼稚園は7月4日、肌に絵や模様を描くボディペインティングを行い、園児ら39人は体全身をキャンパスにして自由に色を塗り合いました。

これは、紙に描くといった枠組を取り払い、自由に絵を描くことで、想像力や発想力の向上につなげようと昨年から行っているものです。体に害のないボディペイント専用の塗料が用意され、園児らは赤や青など8色から好きな色を選んで、ぬるぬるした不思議な感触に歓声をあげながら、思い思いの絵や模様を描いていました。



01. 不思議な感覚にドキドキしながら、絵を描きました。02. 色を選ぶのにも、個性が。03. 終了後、塗料を落とすために頭からシャワーを浴びて、子どもたちは大はしゃぎ♪

短冊に願いを込めて！！「七夕祭り」

成川の中村地区は7月7日、「七夕祭り」を毎年熊野川河川敷で開催してきましたが、昨年の台風12号の影響で熊野川河川敷が被災してしまったため、町商工会青年部の協力のもと、場所を鵜殿港に変更して開催しました。

午後5時過ぎには、家族と一緒に浴衣や甚平に身を包んだ子どもたちが続々と訪れ、思い思いに飾り付けた笹を置いていきました。短冊には、「家族が健康でありますように」「子どもたちが元気に育ちますように」などさまざまな願いが書き込まれていました。



願いを込めた笹飾りを持ってきた子どもたち



なかやま ゆうひ
中山 夕緋 ちゃん（鵜殿）

平成21年8月31生まれ
敦史さん & 知子さんの次女

お姉ちゃんが大好きで、なんでも真似っこするゆうちゃん。テントのおうちにおもちゃをいっぱい置いて、そこがお気に入りの場所。天気の良い日は外でプール！ワニさん歩きも上手だよ。これからも仲良し姉妹でいてね♪…お母さんから



さかもと ゆうだい
阪本 雄大 くん（鵜殿）

平成21年8月11生まれ
出さん & 麻里子さんの長男

こんにちは、雄大です。働く車と、食べることが大好きです。最近、パパの車で聴いたロックにはまって、毎日歌って踊って大騒ぎです。これからも、元気で明るく、心の優しい雄大でいてね♪…お母さんから

【募集】満3歳の誕生日を迎える子ども（平成21年10・11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8月31日（金）まで。



子どもたちと一緒にいると楽しいです♪

おおくら しずか
大倉 静香 さん（鵜殿・23歳）

◆お仕事は？

今年の4月から井田保育所で勤務しています。それまでは、大阪で3年ほど同じ保育士の仕事をしていた。保育士は、子どもたちの成長を身近で感じることができるところに魅力を感じています。また、今は、私が保育士を目指す。また、今は、私が保育士を目指す。

指すきっかけとなった憧れの先生と一緒に働くことができて、とてもうれしいです。その先生を見習って、私も早く、立派で素敵な先生になりたいと思います。

◆趣味は？

自分の車は持っていませんが、ドライブが趣味です。最近では、2週連続で大阪に行ってきた。9月には九州へ、温泉めぐりの旅に行く予定です。

◆理想のタイプは？

思いやりがあって、明るく楽しく話してくれる人が好きです。

◆今、はまっていること

漫画ですね。最近では、「電撃デンジ」にはまっています。すぐおもしろいですよ。

◆町の好きなところ

落ち着いているところと、いろんな人が、気軽に話しかけてくれるところが好きです。



ボランティアさんにありがとう

聖谷 定三 さん（浅里）

昨年の台風12号で紀南地方は大きな被害を受けました。私の住んでいる浅里地区も長期間にわたり通行止めとなり、避難生活之余儀なくされ、家の片付けに入ることもできませんでした。なんとか道が通行できるようになり、家の後片付けに通うことができるようになりましたが、

家の中は泥やカビ、冷蔵庫や米の発酵した臭い、それに家具や畳や衣料品が散乱し、なにか手を付けてよいのかわからない状況でした。

道路が危険ということで、一般ボランティアが入れない状況でしたが、あるボランティア団体から連絡があり、「私たちなら

ボランティア活動に入れます」とダンブや重機を用意し、何日も継続して入ってくれました。数日後、ボランティアセンターから大勢のボランティアさんが入れるようになり、片付けがずいぶん進みました。その後も、炊き出し、米、日用品の提供等多くの団体や個人からの支援を受けました。

高齢化の進む浅里地区において、災害で10世帯以上が移転し、地区の人たちだけでは、なかなか復旧が進みません。そんななか、ボランティアのみなさんには行政の手の届かないところを中心に活動をしていただきました。数多くのボランティアの力と行政のおかげで浅里地区も少しずつ復旧が進んでいますが、まだ定期的に一部のボランティア団体と個人ボランティアの力をお

借りしています。復旧復興に向けて地域がひとつとなり、ボランティア活動に参加した人たちへ報いるべく復興を果たさなくてはいけないと思っています。

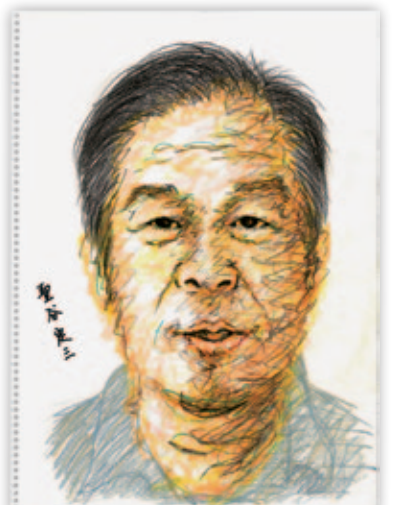
私自身災害を受けるまで、ボランティア活動にはあまり関心がありませんでしたが、機会があれば活動に参加したいと思っています。この人たちの善意に感謝し、活動に参加した人たちとのつながりを大切にしていきたいと思っています。どこか災害の地で出会った人たちと一緒に汗を流すこともあるかもしれません。ボランティア万歳！

9月号は井田の尾崎辰巳さんです。聖谷さんからは、「長年の勤務ご苦労さまでした。地域の行事に積極的に参加し、お互いがんばりましょう！」

PROFILE

ひじたに さだみ さん

平成23年1月から浅里区長を務められている聖谷さん。「台風や地震など、自然災害はいつ起こるかわかりません。その時に備えて、地域で連携して防災に取り組んでいかなければと思います。」と話していました。





8月号

町の人口 - population -	
平成24年6月末現在(前月比)	
人口	11,889 (-15)
男	5,595 (-10)
女	6,294 (-5)
世帯	5,395 (-12)

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
熊野自殺防止センター	05979-2-2277
【毎週金・土曜日 午後7時から11時まで】	
防災行政無線(フリーダイヤル)	
0120-334-119	
おかけ間違いのないように!	



今月のニャンコ

お嬢

相野谷中学校の図書室を一般開放しています

相野谷中学校では、夏休み期間中の土曜日・日曜日に図書室の一般開放を行います。エアコンの効いた涼しい部屋で、夏休みの宿題や調べ学習などをしませんか。一般向きの図書もそろっていますので、親子で図書室を訪れて、読書を楽しまれてはいかがでしょうか。ただし、図書の貸し出しは行いませんのでご注意ください。



相野谷中学校図書室

まどぐち国民年金

◆後納制度(国民年金保険料の納付期限の延長)が始まります
これまで、国民年金保険料を納め忘れたまま2年を超えると保険料を納めることができませんでしたが、本年10

月から3年間に限り、過去10年以内の納め忘れた保険料を納めることができる、後納制度が始まります。
注・後納保険料を納付できる期間は、平成24年10月1日から平成27年9月30日までの3年間です。
過去10年以内の保険料を納めていただくことで、将来の年金額を増やしたり、年金の受給権につなげることができるようになります。

後納制度は事前申し込みが必要ですが、審査の結果、後納制度による納付をご利用いただけない場合があります。
▼ご不明な点があれば国民年金保険料専用ダイヤル(☎0570-011-050)にお電話いただくか、お近くの年金事務所までお問い合わせください。

日曜・無料遺言公証法律相談を開催

8月の尾鷲社会保険事務所職員による年金相談は、8月15日(水)午前10時から午後2時まで、役場2階小会議室で行いますので、ご利用ください。
新宮公証役場では、「日曜・無料遺言公証法律相談」を実施しています。
【日時】 8月19日(日)、9月9日(日) 両日ともに午前9時から午後5時まで
【場所】 新宮公証役場(新宮市緑ヶ丘2-1-31「カマツカビル3階」)
【相談員】 公証人中村司氏
【相談内容】 遺言、相続、離婚、子の養育費、年金分割、

紀宝町復興上映会を開催

慰謝料、財産分与、家族の扶養、任意後見(高齢者等の財産管理)、土地建物の賃貸借、金銭の貸借、売買、贈与、債務弁済、保証、その他各種の契約、尊厳死宣言、会社定款など
【その他】 電話で予約してください。また平日(月曜、金曜)の相談もご利用ください。相談はすべて無料(秘密厳守)です。
▼詳しくは、新宮公証役場(☎21-2344)までお問い合わせください。

を受け、精一杯生き抜いた姿を写した作品で、共に生きる大切さを語っています。
【日時】 8月19日(日)、午前10時30分から午後2時30分からの2回上映
【場所】 まなびの郷 きらめきホール
【入場料】 一般1,500円(前売り1,000円)、小中高生800円
※前売り券は、役場福祉課とまなびの郷において販売します。
▼詳しくは、役場福祉課(☎33-0339)までお問い合わせください。



映画「エクレール・お菓子放浪記」

紀宝町文化講演会を開催

町文化協会は、次のとおり文化講演会を開催します。入場無料ですので、ぜひご来場ください。
【講師】 落合恵子氏(作家・東京家政大学特任教授)
【演題】 「自分を生きる いきいきと、今!」
【日時】 8月26日(日)、午後1



落合恵子氏

ふるさと就職相談会を開催

紀南雇用対策推進協議会では、当地域の雇用構造の改善を図り、地域経済の活性化や雇用機会創出のための取り組みを行っています。同協議会では、次のとおり就職相談会を開催します。地元で仕事を探されている方は、どなたでもお気軽にお越しください。
【日時】 8月14日(火)、午後1時30分〜3時(受付午後1時)
【場所】 熊野市文化交流センター 交流ホール
▼詳しくは、紀南雇用対策推進協議会(☎0597-89-3435)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/

夏季限定 大好評につき、今年もご用意いたしました
ぜいたくみかんセット
温室みかん、糖度13度の完熟早生みかんジュース【したつづみかん】とお届けします。
限定100セット 税込3,950円
※送料は含まれておりません。
石本果樹園 お電話でご注文お願いいたします
電話/FAX: 0735 (32) 1403
住所: 三重県南牟婁郡紀宝町鵜殿1388番地7 定休日: 日曜日
営業時間: 午前9時〜午後5時 HP: http://www.zc.ztv.ne.jp/isimoto/

広報きほうに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。みなさんの会社やお店の宣伝にご利用ください。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: 大きさ 1 枠 縦 45cm × 横 86cm
表: 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

鵜殿港に現れた

ゴマファザラシ



イメージ

紀宝の
珍百景
認定

今回の珍百景は、紀宝町に訪れた珍客をご紹介したいと思います。

7月2日の午前5時ごろ、鵜殿港でアザラシが目撃されました。目撃し、広報係まで連絡をくれた杭憲二さんによると、日課である早朝のウォーキングをしている際、港内で泳いでいる姿を確認したとのこと。体調は1m20cmくらいで、色は白く、頭のあたりにゴマのような斑点らしき模様があったようです。人なつこく、手を叩くと寄ってきたりして、約30分ほど遊んで、その後姿が見えなくなっただとか。

太地町立くじらの博物館に話を伺うと、特徴からゴマファザラシの可能性が高いようです。担当者によると、ゴマファザラシは、子育ては北海道などの流水の上で行うのですが、成体になると日本海や太平洋も生息域に入っていて、当地域で見られても特に珍しくはないのだとか。しかし、沿岸ならまだしも、狭い港の中で見られるのは珍しく、おそらく敵に追われたり、エサを深追いついて、迷い込んだのではないかと話していました。

紀南地域では、6月に熊野市でもアザラシが目撃されているほか、太地町の港ではアシカが迷い込んでいたという話も聞いています。

鵜殿港に突然現れた珍客に、目撃された杭さんたちは「うーちゃん」と名前をつけて、また会えないものかと海を眺めていました。

【追伸】この話を聞いた僕は、これは珍百景にできると、すぐに鵜殿港へ出向き、探し回ったのですが見つかることができませんでした。しかし、同じ時間帯ならば、翌日の3日、朝5時から3時間近くにわたり海を見張り続けたのですが、結局出会うことはできず、写真に収められませんでした。今月は、イメージのイラストですみませんが、ご勘弁を…。

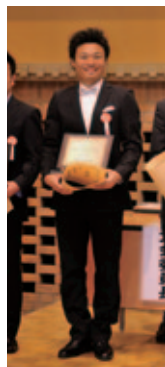
ひまわり

一生に一度の晴れ舞台

先日、全国広報コンクールの表彰式に出席するために、茨城県水戸市に行ってきました。過去にも2回、コンクールの表彰式に出させてもらいましたが、その時は「入選」だったので、名前を呼ばれて、その場で返事をして立つだけでした。それだけでも、十分うれしいことなのですが、各部門の日本一である「総務大臣賞」は違います。壇上と呼ばれ、部門を代表して表彰を受けることができるのです。僕はあの壇上に上がる人たちがうらやましくて、うらやましくて。「いつか見てろよ。オレもあの舞台上に上がってやるからねあー」と密かに野望を抱き、壇上に立てることをずっと夢見ていました。

すると今年、広報きほう6月号でお知らせしたとおり、なんと「総務大臣賞」をいただくことができたのです。まさかの一大事に気合いが入り、まずは8年ぶりにスーツを新調することにしました。そして、これは僕にとつて一生に一度の晴れ舞台となると思い、蝶ネクタイで挑むことにしました。某紳士服店に行き、若い女性定員さんにアドバイスをもらいながら、全身をコーディネートしてもらいました。蝶ネクタイが欲しいと言つと、最初「えっ？」という顔をされましたが、僕はいたって真剣です。結局、スーツにシャツ、蝶ネクタイにハンカチまで、すべて新調しました。

万全の態勢で挑んだ当日、会場ではまさかの蝶ネクタイ男に、ちょっとザワザワされましたが、いたって真面目な僕に、日本広報協会の方も褒めてくれました。その時の壇上に立つ僕の姿を、全国の広報仲間が撮影してくれました。満面の笑みで写っていて少し恥ずかしいですが、僕の晴れ姿なので、今回はイラストではなく、写真で紹介させていただきます。



壇上に上がれて喜ぶ竹鼻
(岡山県赤松市 猪木さん撮影)

今後、新たな夢に向かって、一生懸命、広報きほうに邁進してまいります。応援よろしくお願いします。

(蝶ネクタイがお気に入り 竹鼻 康)

