

Kiho

広報きほう

Public Relations Kiho 2019 vol.166

11月号

元気いっぱい！レッツジャンプ！！
みんなが主役の運動会

(井田小学校運動会)

秋の大運動会

町内の各小学校などで、秋の一大イベント運動会が盛大に開催されました。保護者や地域の方々が見守るなか、児童たちはこの日のために練習を重ねてきた競技などを元気いっぱいに披露していました。そんな町内の運動会の様子を、ご紹介します。

うどの幼稚園

Udono Kindergarten

9月25日

【種目名】01・03・07. ペンギンパレード。02・08. 大バトンリレー。04・06. いそいで! いそいで!。05. ゴールめざして。



03



02



01



08



07



06



05



04



矢渕中学校

Yabuchi Junior high School

9月14日

【種目名】01・10. 全校リレー。02・11. ドキ動悸ダンス。03・07. クラブ対抗リレー。04. 100 m走。05. 選手宣誓。06. 借り人タイフーン。08. 大縄跳び。09. 4人5脚リレー。12. 選抜リレー。



05



04



03



02



01



12



11



09



07



06



10



08



相野谷中学校

Onodani Junior high School

10月6日

【種目名】01. 横綱引き。02・06・10. ザ・ソーラン。03・08. 銀河鉄道999。04. 徒競争。05・07. 借り物競争。09. 全校リレー。



04



03



02



01



10



09



08



07



06



05



鵜殿小学校

Udon Elementary School

9月25日

【種目名】01. 大玉ころころ(1年)。02・11. 鵜殿ばやし(4年)。03. 我が家が海賊(4年)。04. 全校綱引き(全児童)。05・14. 熊野ハレヤ節(5・6年)。06. タイヤ引き(6年)。07. ポンポンリレー(5年)。08. フープリレー(6年・保護者)。09. 真実はいつも一つ(3・4年)。10. 全校ダンス(全児童)。12. 力を合わせて(3年)。13. 未来に響け(1・2年)



井田小学校

Ida Elementary School

10月5日

【種目名】01・08・10. Circle of Life(4・5・6年)。02. 井田探検隊(6年)。03. 井田っ子アスレチック(5年)。05. トライ・トライ・トライアスロン。(3年・4年) 04・06・11. スタープレイション(1・2・3年)。07. 全校綱引き(全児童)。09. 玉入れチェッコリー(1・2年・高齢者)。12. 力を合わせて(2年)。13. 大玉ころがし(1年・保護者)。14. 4色リレー(3・4・5・6年)。





相野谷小学校

Onodani Elementary School

10月6日

【種目名】01・06. がんばれチャレンジランド（低学年）。02. 全校リレー（全児童）。03・08. あしたもハレヤ！（全児童）。04. わっしょい！わっしょい！令和っしょい！（高学年）。05. ただいま工事中（高学年）。07. 玉入れ（低学年・高齢者）。



神内小学校

Kounouchi Elementary School

10月8日

【種目名】01・03. 神内小全力エイサー（全児童）。02. 紅白玉入れ（1・2年・福寿クラブ）。04. パラ☆シュート（3・4年）。05. 神内音頭（一般・全児童）。06. ユニサイGO！（5・6年）。07. クレ！クレ！競争（5・6年）。08. 綱引き（全児童）。09. 全校リレー（全児童）。10. めくってボン！（3・4年）。11. 大玉ころがし（1・2年）。





井田保育所

Ida Nursery school

10月5日

【種目名】01・07. はらぺこあおむし。
02・09. かけっこ。03・05・08. パ
ブリカ。04・06. マスカット。



04



03



02



01



09



08



07



06



05



鵜殿保育所

Udono Nursery school

10月14日

【種目名】01. はじめての炭酸。02・05. 2人で
力を合わせて。03. パナナなの？。04・09. 世
界中のこどもたちが Won't be long. 06・10. 踊
りたいなら手をたたこう。07. かけっこ。08. で
かばん de GO!. 11. どうぶつ親子競争。12. お
むすびごろりん。13. リレー。



08



06



07



04



07



05



03



01



02



13



12



11



10



09



飯盛保育所

Imori Nursery school

10月13日

【種目名】01・05. ちびっこかいじゅうトテテポ。
02. イモリンピックリレー。03. エピカニクスで障
害物競走。04. お宝をめざして！。06. よく見てレッ
ツゴー！！。07. ザリガニチョッチン。08. フルー
ツがりにレッツゴー！！。09. そんごくうのぼうけん。
10. ヨーイ ドン！ 11. パラバルーン「パプリカ」。



相野谷保育所

Onodani Nursery school

10月6日

【種目名】01・06. かわいいドーナツ屋さん。02・05・08. Good
Lucky。03. もうすぐ一年生。04. か
けっこ。07・09. ぼくらは小さな海
賊だ！。





平成 30 年度決算報告 一般会計歳出額は

68 億 8,094 万円

平成 30 年度一般会計・特別会計の決算が町議会 9 月定例会で承認されました。

当初予算 66 億 2,348 万円でスタートした平成 30 年度一般会計決算は、歳入が 72 億 7,721 万円、歳出は 68 億 8,094 万円。歳入から歳出を差し引くと 3 億 9,627 万円の黒字となりますが、令和元年度へ繰り越す事業に必要なお金が 1 億 4,036 万円ありま

すので、実質的な収支は 2 億 5,591 万円の黒字決算となり、そのうち 1 億 3,000 万円を財政調整基金に積み立てました。その他、特別会計においては左の表のとおりとなっています。

それでは、平成 30 年度の一般会計決算状況をお知らせします。

(決算額は、千円単位を四捨五入しています。)

歳入

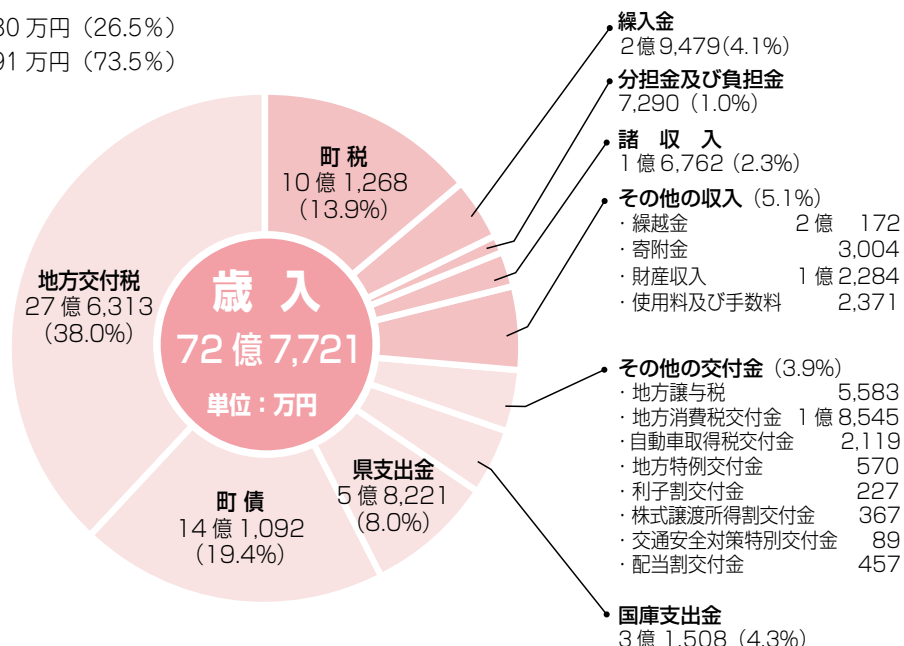
地方交付税が全体の 38 %

歳入は 72 億 7,721 万円となりました。歳入を町税や諸収入など町が自主的に確保することができ、自主財源と地方交付税や国・県補助金など国や県から町に對して、交付されたり割り当てされたりする依存財源に大別し比較すると、地方交付税や国庫支出金などの依存財源が 73・5 % と全体の約 3 / 4 となっています。依存財源のうち、町債などが前年度より増額したため、依存財源の割合が 1・1 % 上がっています。また、町税収入などの自主財源は 26・5 % で全体の約 1 / 4 となっています。

自主財源の中で最も多いのが町税収入で、10 億 1,268 万円。町民一人当たり 9 万 2,566 円(町税の総額を平成 31 年 3 月 31 日時点の人口で割ったもの)になります。

一方、依存財源で最も多いのが地方交付税で、27 億 6,313 万円、歳入全体の 38 % を占めています。また、事業を進めるために国などから借り入れる町債は 19・4 %、14 億 1,092 万円となっています。

自主財源：19 億 2,630 万円 (26.5%)
依存財源：53 億 5,091 万円 (73.5%)



平成 30 年度 特別会計決算額

特別会計とは、特定の事業を行う場合に特定の収入を特定の支出にあて、一般会計とは別に収支経理を行うことです。平成 30 年度の特別会計決算額は、歳入 19 億 9,370 万円、歳出 19 億 3,999 万円です。詳しくは下記の表のとおりです。

●特別会計	単位：万円	歳入	歳出
国民健康保険		14 億 4,289	14 億 969
後期高齢者医療		2 億 9,453	2 億 8,987
診療所事業		1 億 553	9,812
井内地域開発事業		115	96
町営浄化槽整備推進事業		1 億 4,960	1 億 4,135
●水道事業特別会計			
水道収益的収支		4 億 6,674	3 億 9,373
水道資本的収支		3,500	1 億 5,473

●町の貯金と借金（平成 30 年度末）	単位：万円
基金（貯金）	
財政調整基金	20 億 8,035
地域振興基金	11 億 3,964
その他の一般会計基金	4 億 3,903
特別会計基金合計	1 億 692
基金合計	37 億 6,594
地方債等（借金）	
一般会計	86 億 1,673
水道事業特別会計	13 億 6,948
町営浄化槽整備推進事業特別会計	2 億 3,532
地方債等合計	102 億 2,153

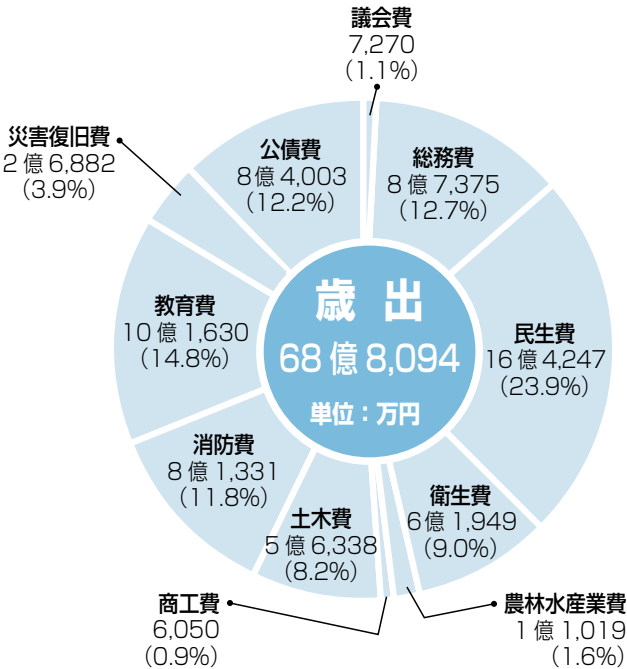
◆ 平成 30 年度の主なまちづくり事業

総務費	
町有林整備委託事業	286 万円
お試し住宅関連事業	296 万円
結婚新生活支援補助金事業	120 万円
民生費	
紀宝町福祉センター設計監理委託事業	1,208 万円
福祉医療費助成事業	7,560 万円
学童保育運営委託事業	1,265 万円
衛生費	
予防接種事業	2,775 万円
健診事業・がん検診事業	1,312 万円
環境測定委託事業	261 万円
農林水産費	
団木造住宅建設促進対策事業	1,075 万円
有害鳥獣駆除補助事業	360 万円
新規就農者補助事業	375 万円
商工費	
ウミガメ公園管理等委託事業	502 万円
光の祭典 in 紀宝イベント業務補助事業	200 万円
土木費	
道整備交付金事業	1 億 1,113 万円
社会資本整備総合交付金事業	1 億 5,419 万円
大里第一排水機場ポンプ取替事業	3,672 万円
消防費	
成川地区高台整備事業	2,390 万円
紀宝町新防災情報システム整備事業	4 億 4,184 万円
紀宝町ハザードマップ作成委託事業	246 万円
教育費	
鵜殿小学校大規模改修事業	2 億 1,401 万円
紀宝町小学校空調設備設置工事設計監理委託事業	846 万円
鵜殿運動場大規模改修事業	2 億 7,800 万円

歳出

民生費が全体の 23・9 %

歳出は 68 億 8,094 万円となり、目的別経費で見ると、児童手当や福祉医療費助成制度などの民生費が歳出全体の 23・9 % を占める 16 億 4,247 万円でした。続いて多いのが鵜殿小学校大規模改修事業や鵜殿運動場大規模改修事業など大型事業のあった教育費で、14・8 %、10 億 1,630 万円となりました。





町職員の給与状況をお知らせします

町職員の給与について、町民のみなさんに概要をお知らせします。

町職員の給与は、民間企業、国やほかの地方公共団体の給与などを考慮したうえで、町議会の審議を経て条例で定められています。

人件費の歳出総額に占める割合は、平成30年

度普通会計決算で15.4%であり、前年度と比べ2.2ポイント減となっています。また、職員給与費については、同決算で6億8,139万円、職員1人あたり603万円となっています。

▶詳しくは、役場総務課（☎33-0333）までお問い合わせください。

① 人件費の状況（普通会計決算）

区 分	歳出額（A）	人件費（B）	人件費率（B/A）	（参考）29年度人件費率
30年度	69億7,906万円	10億7,482万円	15.4%	17.6%

② 職員給与費の状況（普通会計決算）

区 分	職員数（A）	給与費				一人あたりの 給与費（B/A）
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計（B）	
30年度	113人	4億2,523万円	7,642万円	1億7,974万円	6億8,139万円	603万円

（注）1. 職員手当には退職手当を含みません。 2. 職員数は平成30年4月1日現在の人数。

③ 職員の平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢の状況

（平成31年4月1日現在）

区 分	一般行政職			技能労務職		
	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
紀宝町	41.8歳	311,304円	386,280円	54.0歳	351,418円	351,400円
三重県	44.3歳	343,864円	437,692円	55.0歳	387,843円	441,862円

（注）「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、時間外勤務手当等の諸手当の額（期末・勤勉手当及び退職手当を除く。）を合計したものです。

⑤ 職員の初任給の状況

（平成31年4月1日現在）

区 分		紀宝町	三重県	国
一般行政職	大学卒	180,700円	189,200円	180,700円
	高校卒	148,600円	154,900円	148,600円
技能労務職	高校卒	144,100円	154,900円	—
	中学卒	130,900円	—	—

④ 一般行政職（本庁関係職員）の級別職員数の状況

（平成31年4月1日現在：税務職・福祉職等を除く）

区 分	標準的な職務内容	職員数	構成比
7級	調整監	1	1.3%
6級	理事	4	5.1%
5級	課長・参事	11	14.1%
4級	課長補佐・主幹	36	46.2%
3級	係長・主査・主任	9	11.5%
2級	主事	12	15.4%
1級	主事	5	6.4%
計		78	100.0%

⑥ 職員の経験別・学歴別平均給料月額の状況

（平成31年4月1日現在）

区 分		経験年数 7～10年未満	経験年数 10～15年未満	経験年数 15～20年未満
一般行政職	大学卒	248,500円	250,700円	323,200円
	高校卒	200,900円	213,200円	271,300円

（注）・経験年数とは、卒業後直ちに採用され引き続き勤務している場合は、採用後の年数をいいます。

・技能労務職の経験年数20年未満の対象者はいません。

（注）・紀宝町職員の給与に関する条例に基づく給料表の級区分による職員数です。

・標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務です。

7 職員手当の状況

(平成31年4月1日現在)

区 分	内 容 (紀宝町・国)
期末手当 勤勉手当	(平成30年度支給割合) 期末手当 勤勉手当 2.60 月分 1.85 月分 職制上の段階、職務の級等による加算措置 有
退職手当	(支給率) 自己都合 勸奨・定年 勤続20年 19.6695 月分 24.586875 月分 勤続25年 28.0395 月分 33.27075 月分 勤続35年 39.7575 月分 47.709 月分 最高限度額 47.709 月分 47.709 月分 その他の加算措置 定年前早期退職特例措置 (2%から45%加算) 町職員1人あたり平均支給額 1,206 万円

(注) 退職手当の町職員1人あたり平均支給額は、平成30年度に退職した職員に支給された平均額です。

時間外 勤務手当	29 年度	支給総額	4,160 万円
		職員1人あたり 支給年額	44 万円
	30 年度	支給総額	3,272 万円
		職員1人あたり 支給年額	35 万円

区 分		全 職 種
特殊勤務手当 (30 年度)	職員全体に占める 手当支給職員の割合	12.1%
	支給対象職員1人 あたり平均支給年額	13,400 円
	手当の種類 (手当数)	8
	代表的な 手当の名称	支給額の多い手当 医師特殊 業務手当 多くの職員に支給 されている手当 町税事務手当 感染症防疫等 作業従事手当

区 分	内 容
扶養手当	・配偶者 6,500 円 ・子 10,000 円 ・父母等 6,500 円 ※16歳以上22歳までの子について5,000円加算
住居手当	ア 借家、借間居住者 支給対象額 12,000 円を超える額 最高支給額 27,000 円 イ 自宅居住者 2,000 円 (新築又は購入後5年間は2,500円)
通勤手当	ア 交通機関利用者 全額支給限度額 55,000 円 イ 交通用具使用者 最高支給限度額 14 km以上 17,600 円

9 部門別職員数の状況

(各年4月1日現在)

区 分				職 員 数	
部 門				30 年	31 年
普通会計部門	一般行政部門	議 会	2	2	
		総 務	29	28	
		税 務	5	5	
		民 生	29	30	
		衛 生	18	18	
		農林水産	5	5	
		土 木	12	12	
		小 計	100	100	
公営企業等 会計部門	教育部門		13	13	
	消防部門		—	—	
	小 計		113	113	
	病 院	—	—		
	水 道	4	4		
	そ の 他		5	5	
	小 計		9	9	
	合 計		122	122	

(注) 職員数は、一般職に属する職員数です。

8 特別職の報酬等の状況

(平成31年4月1日現在)

区 分	給与月額等	期末手当
給料	町 長 666,000 円 (740,000 円)	(平成30年度 支給割合) 4.45 月分
	特別参与 508,500 円 (565,000 円)	
報酬	議 長 255,000 円	(平成30年度 支給割合) 3.35 月分
	副 議 長 205,000 円	
	議 員 195,000 円	

(注) 給料のカッコ内は、減額措置を行う前の金額です。

あなたの資格を活かしませんか？

紀南特別養護老人ホーム組合職員（看護師）を募集

紀南特別養護老人ホームでは、下記のとおり職員を募集します。

◆職種および人員

看護師・・・・・・・・・・・・・1名

◆受付期間 11月1日（金）～11月20日（水）
（全日 午前8時30分～午後5時）

◆受付場所 宝寿園事務所

※試験申込書は、上記受付場所、またはハローワーク（熊野・新宮）で配布しています。

◆提出書類 ①組合職員選考採用試験受験申込書、②履歴書、③資格証の写し

◆受験資格

- ・看護師の有資格者
- ・地方公務員法第16条の欠格条項に該当しないこと

◆採用試験

【日時】11月24日（日） 午前9時

【会場】役場2階小会議室

【内容】作文試験、面接試験

◆採用予定日 令和2年1月1日

▶詳しくは、宝寿園事務所（☎0735-21-0903）までお問い合わせください。

みんなで築こう差別のない社会

人権講演会を開催します

町では、人権意識を高めることを目的として、「ネットと部落差別」をテーマに次のとおり人権講演会を開催します。入場は無料で、手話通訳も行います。ぜひ、ご来場ください。

【日時】11月25日（月） 午後6時～

【会場】まなびの郷 きらめきホール

【講師】公益財団法人反差別・人権研究所みえ
事務局 長 松村 元樹 氏

【演題】ネットと部落差別

【定員】300名（先着順）

▶詳しくは、町教育委員会生涯学習室（☎32-0241）までお問い合わせください。

停電復旧の見込み時間などを電話で確認

停電情報自動応答サービスの運用を開始

関西電力では、AIを活用した停電情報自動応答サービスの運用を開始しました。このサービスは、該当する住所での停電が発生した際に、現状や復旧見込み時間を自動音声にて回答するサービスになります。また、停電情報は、関西電力ホームページ（<https://www.kepco.co.jp/>）でも確認できますので、ぜひご活用ください。

24時間対応専用ダイヤル

☎0800-123-7800

▶詳しくは、関西電力（☎0800-777-3081）までお問い合わせください。

ひとり親家庭の経済的な自立を支援

高等職業訓練促進給付金等事業

高等職業訓練促進給付金とは、母子家庭の母または父子家庭の父が下記の資格を取得するため、1年以上養成機関（大学・専門学校等）で修業する場合に、修業期間中の生活の負担軽減のために支給される給付金です。また、修了後には高等職業訓練修了支援給付金が支給されます。

【対象資格】

看護師・介護福祉士・保育士・理学療法士・作業療法士・理容師・調理師・歯科衛生士・診療放射線技師・栄養士等が対象となります。

【支給額】

◆高等職業訓練促進給付金

- ・本人または同居している方の町県民税が非課税の場合
→月額 100,000 円（上限3年分）
- ・本人または同居している方の町県民税が課税の場合
→月額 70,500 円（上限3年分）

◆高等職業訓練修了支援給付金

- ・本人または同居している方の町県民税が非課税の場合
→ 50,000 円（修了後1回のみ）
- ・本人または同居している方の町県民税が課税の場合
→ 25,000 円（修了後1回のみ）

▶詳しくは役場福祉課（☎33-0339）または、三重県紀南福祉事務所福祉課（☎0597-85-2150）までお問い合わせください。

児童の入学や進学のための貸付金

母子及び父子並びに寡婦福祉資金貸付金

母子及び父子並びに寡婦福祉資金貸付金は、母子家庭の母、父子家庭の父、父母のいない児童、またはこれに準ずる児童、および母子福祉団体に対し貸し付けられる貸付金です。児童の入学や進学のための貸付金としては、次の2種類があります。

貸付金名	主な内容	貸付金の限度額
修学資金	児童を学校に就学させるのに直接必要な授業料や書籍代等にあてるもの	例) 国公立の大学・短期大学・専修学校（専門課程）の場合 自宅（月額）67,500 円、自宅外（月額）76,500 円 ※私立大学や高等学校等もそれぞれ限度額が定められています。
就学支度資金	児童を学校へ入学、または修業施設へ入所させるのに直接必要な費用にあてるもの	例) 国公立の大学・短期大学・専修学校（専門課程）の場合 自宅 370,000 円、自宅外 380,000 円 ※私立大学や高等学校等もそれぞれ限度額が定められています。

※このほかにも、用途に応じてさまざまな貸付金があり、それぞれ申請できる条件や提出書類が異なります。

▶詳しくは役場福祉課（☎33-0339）または、三重県紀南福祉事務所福祉課（☎0597-85-2150）までお問い合わせください。

新たに保育所の利用を希望される方へ

町立保育所入所児童を募集します♪

令和2年度に町立保育所へ入所を希望する児童を、下記のとおり募集します。希望されるお子さんの保護者は、申し込み期間内に、希望する保育所、または役場福祉課へ入所申込書を提出してください。申込書は、各保育所と役場福祉課で用意しています。

◆申し込み期間

11月5日（火）～11月25日（月）

※受付時間は、午前8時30分から午後5時15分まで。（土曜、日曜、祝日を除く）

◆申し込み手続き

保育所を利用するには、保育の必要性に応じて利用のための認定を受ける必要があります。利用申し込みの際にあわせて、認定の申請を行います。

各保育所、役場福祉課に備え付けの利用申込書に必要事項を記入のうえ、希望する保育所、または福祉課へ提出してください。広域入所（御浜町・新宮市等）も同時に受け付けますので、役場福祉課へお申し込みください。

◆入所定員

相野谷保育所 45人、飯盛保育所 60人、井田保育所 90人、成川保育所 90人、鵜殿保育所 126人
※応募状況により利用調整をさせていただきます。

◆保育料

保育料は、世帯の所得金額などにより算定します。なお、3歳児から5歳児クラスまでの保育料（給食費は除く）、および0歳児から2歳児クラスの住民税非課税世帯は、幼児教育・保育の無償化により、保育料は無償となります。

◆入所基準

保育所は、保護者が労働に従事、あるいは疾病にかかっているなどのため、家庭で保育することができない児童を、保護者に代わって保育する施設です。主に次の事情です。

- ①フルタイム、パートタイムなど基準の時間数を超えて就労をしている
- ②妊娠中であるか、または出産して間がないとき
- ③児童の保護者が病気にかかったり、負傷または心身に障がいがあること
- ④児童の家庭に長期にわたる病人や心身に障がいのある人がいて、保護者がいつも看護に当たっている
- ⑤その他、災害の復旧、求職活動、就学にあっている、虐待やDVのおそれがあるなど

◆長時間保育を希望する方

通常の保育時間は、平日が午前8時30分から午後4時30分、土曜日が午前8時30分から正午までです。

長時間保育を希望する方は、長時間保育申込書に必要事項を記入のうえ、入所申込書などと同時に申し込みください（長時間保育は途中からでも条件が合えば可能）。

長時間保育の時間は、平日の午前7時30分から8時30分までと、午後4時30分から6時までです。

◆土曜保育

土曜日の保育場所については、希望者を対象に鵜殿保育所で行います。相野谷保育所、飯盛保育所、成川保育所、井田保育所の児童も、鵜殿保育所で土曜保育となります。

土曜日、午後の長時間保育は午後5時までです。

【0歳児保育を実施しています】

0歳児の対象は、2019年4月2日から10月1日までに生まれた乳児です。入所定員は6名（飯盛保育所3名、成川保育所3名）です。入所定員が限られているため、申し込み時点で職場復帰することなどが決まっている必要があります。

▶詳しくは、役場福祉課（☎33-0339）までお問い合わせください。



成川保育所の園児たち

幼稚園の利用を希望される方へ

町立幼稚園入園児を募集します♪

令和2年度にうどの幼稚園へ入園を希望する園児を、下記のとおり募集します。

入園を希望されるお子さんの保護者は、申し込み期間内に、町教育委員会へ入園申込書を提出してください。

入園申込書は、町教育委員会とうどの幼稚園で用意しています。



うどの幼稚園の園児たち

◆申し込み期間

11月5日（火）～11月25日（月）

※受付時間は、午前8時30分から午後5時15分まで。（土曜、日曜、祝日を除く）

◆申し込み手続き

子ども・子育て支援新制度の実施にともない、幼稚園を利用するには支給認定を受ける必要があります。入園申し込みの際にあわせて、支給認定の申請を行います。申し込みは、町教育委員会、うどの幼稚園に備え付けの入園申込書・支給認定申請書に必要事項を記入のうえ、町教育委員会へ提出してください。

※現在、年少組に在籍しているお子さんは、新たに入園申し込みをする必要はありません。退園される場合は、早めにお知らせください。

◆募集対象者

町内に住所を有し、令和3年度・令和4年度に小学校に入学する幼児

◆募集定員

5歳児（令和3年度小学校入学） 60人

4歳児（令和4年度小学校入学） 20人

◆保育料 無償

◆服装 制服があります

◆給食費 1食260円（牛乳代を含む）

※幼稚園の指導方針に基づき、お弁当の日もあります。
※年収360万円未満相当世帯の子ども、全ての世帯の第3子以降の子どもは副食費が無償。

◆日課

月～金曜日の午前8時10分登園。4歳児は午後2時に降園。5歳児は午後2時10分に降園。※土曜日、日曜日、祝日は休園です。また、夏季・冬季・春季には長期休園があります。小学校とほぼ同様です。

◆通園

原則として徒歩通園です。遠方の方は、保護者の責任で送迎をお願いします。4歳児については、体力・安全面から送迎をお願いします。

【幼稚園を見学してみませんか】

「幼稚園ってどんなところかな」と思っている方は、ぜひ一度うどの幼稚園に見学にきてください。見学を希望される方はうどの幼稚園（☎32-1363）までお申し込みください。

◆公開日

11月7日（木）・13日（水）

午前10時30分～午前11時30分

▶詳しくは、町教育委員会（☎33-0341）までお問い合わせください。

預かり保育を実施しています

うどの幼稚園では、子育て支援を目的に、預かり保育を実施しています。

◆対象 うどの幼稚園の園児

◆形態 4・5歳児合同保育

◆保育料 無償、ただし預かり保育1回につきおやつ代50円

◆降園 原則、園児のお迎えをお願いします。

◆実施日・実施時間

・月曜日～金曜日（短縮教育の日は除く）

→ 教育時間終了後から最長午後6時まで

・夏休み・冬休みの期間（ただし、8月12日～16日、12月29日～1月4日、春休み期間は実施しません）

→ 午前8時10分から午後2時10分まで

子育て世代を応援

幼児教育・保育の無償化が開始！

子育て世代の経済的負担を軽減することを目的に、10月1日から、幼児教育・保育の無償化がスタートしました。

主に3歳児から5歳児クラスまでの保育所、幼稚園、許可外保育施設等を利用する子どもの基本保育料や利用料などが「無償化」になります。

【対象】

・3～5歳児クラスの児童

・0～2歳児クラスの児童（住民税非課税世帯）

【無償化されるもの】

- ・幼稚園の基本保育料（預かり保育料を含む）
- ・保育所の基本保育料

【無償化されないもの】

- ・給食費など実費として徴収されている費用
- ・保育所の延長保育料

※ 認可外保育施設、一時預かり事業、ファミリーサポートセンター事業も無償化の対象ですが、町から「保育の必要性の認定」を受け、保育所等を利用できていない方が対象です。

▶ 詳しくは、保育所・認可外保育施設等については、役場福祉課（☎33-0339）、幼稚園については、紀宝町教育委員会（☎33-0341）、ファミリーサポートセンターについては、役場みらい健康課（☎33-0355）にお問い合わせください。

各種証明等に旧姓が表示されます

住民票等に旧姓（旧氏）の併記ができます

町では、11月5日（火）から、手続きを行うことで、住民票等に旧姓（旧氏）が併記できるようになります。これにより、婚姻等で姓が変更になった場合でも、各種の契約や銀行口座に旧姓を使用している場合の本人確認書類として使用できます。また、旧姓を用いた印鑑登録ができます。

【請求手続き】

一度、請求手続きを行うことで、住民票に旧姓が併記され、マイナンバーカード（通知カード）や公的個人認証の署名用電子証明書、印鑑登録証明書の発行の際にも旧姓が併記されるようになります。

【手続きに必要なもの】

- ・印鑑（認め印でも可）
- ・マイナンバーカードまたは、通知カード
- ・本人確認書類
- ・旧姓が記載された戸籍謄本等

※旧姓の記載されている戸籍謄本等から現在の姓が記載されている戸籍に至る全ての戸籍謄本等が必要になります。（本籍が紀宝町にある方も必要になります。）

Q. 旧姓として、どのようなものを併記できますか？

A. 旧姓を初めて併記する場合には、本人の戸籍謄本等に記載されている過去の姓の中から1つを選んで併記することができます。なお、引越して他の市町村に転入した場合、住民票等に併記されている旧姓は引き継がれます。

Q. 手続き後、住民票の写しの交付を受けるときに、旧姓を表示しないようにできますか？

A. 住民票では、旧姓は氏名と併せて公証されているものであることから、旧姓または姓の一方のみを表示することはできません。

▶ 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。

町内での買い物が20%お得に

プレミアム付商品券の休日販売を行います

町では、住民税非課税者、0～3歳児未満の子育て世帯を対象に、町内79店舗で、20%お得に買い物ができる「紀宝町プレミアム付商品券」を1冊につき額面5,000円分(500円×10枚つづり)を4,000円で、対象者1人につき5冊まで販売しています。11月は休日販売も行いますので、ぜひ買い求めください。利用できる店舗については、町ホームページをご覧ください。

◆ 11月の休日販売

① 11月10日(日) 午前9時～午後4時

② 11月17日(日) 午前9時～午後4時

【場所】 役場1F 福祉課プレミアム室

※平日の受付・販売は、役場の他、役場移動支所でも行っています。詳しくは、23ページをご覧ください。

▶詳しくは、役場福祉課(☎33-0339)までお問い合わせください。

いざというときに落ち着いて行動するために

緊急地震速報の訓練放送を実施

町では、全国瞬時警報システム(J-ALERT)を導入しており、有事の際には当システムを通じて防災行政無線などから情報をお知らせします。

地震や津波、弾道ミサイルによる武力攻撃などに備え、J-ALERTを用いた訓練放送を、下記のとおり全国一斉に実施します。

※今回の訓練放送では、各携帯会社が配信する緊急速報メール・エリアメールとの連動はしていませんが、町の防災メールに登録されている方には、メールでも通知されます。

◆ 緊急地震速報訓練放送

【放送日時】 11月5日(火) 午前10時ごろ

【放送内容】「♪～(チャイム) こちらは広報きほうです。ただいまから訓練放送を行います。

♪～(緊急地震速報チャイム) 緊急地震速報。大地震です。これは訓練放送です。※3回繰り返し

こちらは広報きほうです。これで訓練放送を終わります。♪～(チャイム)」

▶詳しくは、役場総務課防災対策室(☎33-0335)までお問い合わせください。



さまざまな角度からカラダの状態を確認

11月24日に「健康チェックデー」を開催

町では、自分のカラダの状態をさまざまな角度からチェックするイベント、「健康チェックデー」を次のとおり開催します。健康に関する次の測定・検査を受けられます。

ぜひ、この機会にご参加ください。

【日時】 11月24日(日) 午前9時～午後1時

【場所】 保健センター

【内容】

●健康チェック(血液検査、歯と口の健診、脳機能チェック、体組成測定、血液サラサラ度チェックなど) ●ハンドマッサージ ●フリーマーケット

▶詳しくは、今月号に折り込まれているチラシをご覧ください。役場みらい健康課(☎33-0355)までお問い合わせください。



がんは早期発見すれば 90%以上が治ります

胃・前立腺・大腸・乳・子宮頸^{けい}がん検診を実施

【検診日】 11月19日（火）

【検診場所】 紀宝町役場（受付：体育館）

検 診 内 容	受付時間	定 員	料 金
◆ 胃がん ＊前夜9時以降は何も食事をしないでください ＊多少の水、お茶は飲んでもかまいません	午前8時30分～10時	40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8時30分～10時	50人	40歳～69歳…500円 40歳未満も同額
◆ 大腸がん ＊申し込まれた方には問診票と容器を送付します ＊便秘薬を使用されても検診は可能です	午前8時30分～10時30分 午後1時30分～3時	なし	20歳～69歳…200円
◆ 乳がん（マンモグラフィ検査） ＊マンモグラフィ検査は40歳以上の方が対象です ＊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	各37人	40歳～69歳…1,500円
◆ 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	50人	20歳～69歳…500円 20歳未満…1,000円

- ※ 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。（予約が必要です）
 ※ 胃に病気がある方や、過去に胃の手術を受けた方は、集団検診は控え医療機関でご相談ください。
 ※ 乳がん・子宮頸がん検診は、指定の医療機関でも受診することができます。ぜひご利用ください。
 ※ ペースメーカーなどの人工物が入っている方はマンモグラフィ検査はお控えください。
 ※ がん検診無料クーポン券をお持ちの方は、ご利用ください。

70歳以上の方は
全ての検診が無料

▶詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）までお問い合わせください。

絵画・書・陶芸など力作を展示

紀宝町文化展を開催します

令和元年度第13回紀宝町文化展を次のとおり開催します。

絵画や書、写真、陶芸、手芸作品、生け花など力作を展示するほか、保育所、幼稚園、小学校、中学校の作品展示コーナーやお茶席もあります。また、寒蘭展も開催しますので、ぜひお越しください。



《紀宝町文化展》

【日時】 11月2日（土）～3日（日）

2日：午前9時～午後8時

3日：午前9時～午後4時

【場所】 生涯学習センター「まなびの郷」

《鵜殿寒蘭展》

【日時】 11月3日（日）午前9時～午後4時

【場所】 鵜殿ふれあい会館

▶詳しくは、町教育委員会生涯学習室（☎32-0241）までお問い合わせください。



火災から自分や家族の命を守るために

設置していますか？住宅用火災警報器

昨年、住宅火災で亡くなった方のおよそ半分は「逃げ遅れ」によるもので、そのうち65歳以上の高齢者が約7割を占めています。

火災が発生したときに警報音で知らせてくれる住宅用火災警報器を設置することで、火災に早く気づき、逃げ遅れを減らし、命を守ることができます。また、住宅用火災警報器の設置は義務化されています。自分や家族の命を火災から守るために、設置していない家庭は、早急に設置しましょう。

◆設置箇所

設置が義務となっているのは

◎全ての寝室

◎階段（1階以外に寝室がある場合）です。

台所は設置の義務はありませんが、火災の早期発見につながります。

◆交換の目安は10年です

住宅用火災警報器は、古くなると部品の寿命や電池切れなどで火災を感知しなくなることがあり、10年を目安に交換が推奨されています。

交換、購入の際には国家検定合格品のものを選びましょう。

◆秋の火災予防運動

11月9日から15日まで、「ひとつずつ いいね！で確認 火の用心」をスローガンに秋季全国火災予防運動が実施されます。

私たちの大切な命、財産を失わないために、火災を発生させないように注意しましょう。

▶詳しくは、熊野市消防本部予防課（☎0597-89-0994）までお問い合わせください。

紀宝の冬の風物詩を盛り上げてみませんか？

光の祭典 in 紀宝

飾り付け・片付けボランティアを大募集！！



光の祭典 in 紀宝実行委員会では、紀宝町の冬の風物詩「光の祭典 in 紀宝」の実施にあたり、飾り付け・片付けボランティアを募集しています。

みなさんに楽しんでもらえるイルミネーションにしていきたいと考えていますので、イルミネーションに興味のある方、紀宝町が好きな方、新しいことにチャレンジしてみたい方など、ぜひご参加をお願いします。一緒にキラキラ輝く「光の祭典 in 紀宝」を作りましょう！

【場所】 ふるさと資料館前広場

【対象】 どなたでも（小学生以下は保護者同伴）

【内容】 イルミネーションの準備、飾り付け、片付け

【作業日時】 毎回午前9時から夕方まで

11月2日(土)・3日(日・祝)・4日(月・振)・9日(土)・10日(日)・16日(土)・17日(日)・23日(土・祝)・24日(日)・30日(土)、＜片付け＞令和2年1月11日(土)

【参加方法】 作業日に直接作業場所にお越しください。1日だけの参加でも大歓迎です。また、途中からや短時間でもかまいません。団体での参加を希望される場合は、事前に事務局までご連絡ください。

【準備物】 動きやすい服装

※丸1日参加される方には昼食を用意します。

▶詳しくは、光の祭典 in 紀宝実行委員会（事務局：役場企画調整課☎33-0334）までお問い合わせください。

毎年1回法定検査を受けましょう

Purified

法定検査は
浄化槽の健康診断

浄化槽を設置しても、きれいな処理水を保つためには、保守点検・清掃（くみ取り）・法定検査といった維持管理が欠かせません。

なかでも、毎年1回、定期的に受けていただいている法定検査（11条検査）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浄化槽の健康診断のような大切な検査です。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、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ても、指定検査機関による法定検査は必要です。

何でも聞いてください♪



環境衛生課 中野良太

町営浄化槽の
ここがポイント!!

町管理の場合はハガキで通知

県の指定検査機関による法定検査は、町営浄化槽の場合、年間を通じて、浄化槽の維持管理スケジュールに合わせる形で行われています。

法定検査が近づいてくると、ハガキで「〇月〇日に実施します」という通知が届きます。

当日、本人が不在でも、清掃の状況などの管理情報は、町などで確認することができるので、そのまま検査を行うことができます。

法定検査は、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。

▼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120

Eco

家庭でできる温暖化対策

～できることから始めよう～

今月のテーマ テレビ

こまめに画面の掃除を
しましょう

画面は明るすぎないように

液晶テレビ（32インチ）の画面の輝度を最適（最大→中央）に調節した場合

年間削減効果

電気 27.1 kWh
CO₂ 9.5 kg

年間節約金額

約600円

【出典：財団法人省エネルギーセンター／家庭の省エネ大辞典】

テレビは、一般的に画面が大きいものや多くの機能を備えているものほど消費電力が増えます。見ていないときは消すようにしましょう。

また、画面を明るくしすぎても電力の無駄使いになります。画面が暗いなど思ったら、明るさ調節する前に、画面の掃除をしましょう。

テレビ画面は静電気でホコリを寄せ付けやすく、画面がホコリなどで汚れて暗くなっているときがあります。乾いた布などで定期的に掃除をしましょう。

▼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。

地域おこし協力隊
福田 由美子

地域おこし協力隊活動日誌 vol.30

オートキャンプ世界大会に参加しました！

先日、福島県天栄村の羽鳥湖高原で開催された第89回 FICC（国際キャンピング・キャラバン・オートキャラバン連盟）オートキャンプ世界大会に参加しました。このイベントは、キャンプ愛好者が言語や民族、国家の違いを越えて集まり、キャンプを通して交流することを目的に、毎年開催されています。日本での開催は25年ぶり、3回目で14か国の国や地域から延べ4,000人が集まったそうです。

大会期間中は、毎日朝から夜まで多くのプログラムやイベントが用意され、トレッキング、天体観望会、民芸品の制作などを体験しました。空いた時間は、翻訳機を片手にいろいろな国の人とおしゃべりを楽しみ、その中でもフィンランドから

来ていた人と友だちになりました。

仲よくなったきっかけは「サウナ」です。フィンランドには公衆サウナの文化があり、子どもからお年寄りまでサウナが大好き。自分で建てたサウナの写真を見せてもらい、たくさん話を聞かせてもらいました。大会に参加してからのマイブームは「フィンランド」です。

飛雪の滝キャンプ場では、今シーズンもテントサウナを行っています。テントの中で薪ストーブを焚くと80℃以上になるので、その後滝つぼに入って体を冷やすととても気持ちがいいです。日帰りでも利用できますので、ぜひテントサウナを体験してみてください。



01. 開会式の様子。02. 裏磐梯エリアのトレッキング。03. コテージには参加者たちの国旗や地図が飾られていました。04. 各国のパフォーマンス大会も開催。

紀宝警察署 からのお知らせ

「犯罪被害者支援を考える集い」を開催

この集いは、犯罪被害者週間（11月25日～12月1日）に伴い開催され、犯罪被害者遺族が置かれている立場、事件後、困ったことなどについて、直接聞くことができる貴重な機会です。

入場は無料で、事前申込も必要ありません。

- ◆開催日 12月17日（火）
午後1時30分から4時まで
- ◆開催場所 三重県人権センター 多目的ホール
（三重県津市一身田大古曽693番地1）
- ◆お問い合わせ先
みえ犯罪被害者総合支援センター 059-213-8211

—— 紀宝警察署（☎33-0110） ——

ごみは資源 のコーナー

食用油は、そのまま捨てないで！

揚げ物や炒め物などで使用した食用油は、市販の凝固剤で固めるか、新聞紙や紙類・布類などに浸み込ませて「燃料ごみの日」に出してください。

食用油をそのまま台所に流してしまうことは禁物です。水質の悪化を招くほか、排水管の詰まりの原因になるので、絶対に流さないでください。

ポイント

ポリ袋やレジ袋などに新聞紙か吸油性のよい紙を入れてから、冷ました食用油を入ると簡単に浸み込ませやすいですよ！

ごみのお兄さん
ユウキくん

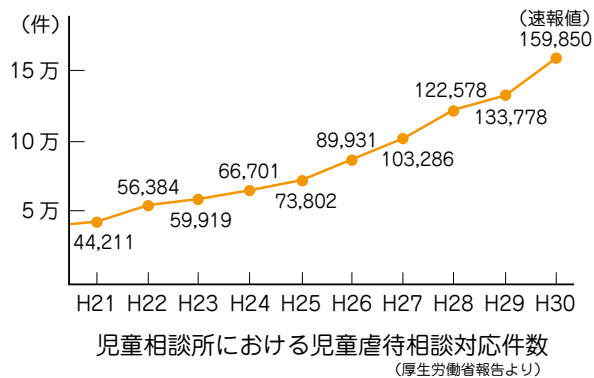
— 役場環境衛生課（☎33-0338） —

考えよう！男女共同参画

11月は女性、子どもに対する暴力について考えてみませんか

暴力は、その対象の性別や加害者、被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありません。

特に、配偶者や恋人等からの暴力（DV）、性犯罪や、



人身取引、セクハラ等の女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものです。また子どもに対する暴力は、もつてのほかですが、子どもの前で配偶者に暴力を振るうことは、児童虐待と定義されており、これらは密接な関係にあります。

みんなが支えあい、輝ける男女共同参画社会を形成していく上でも、暴力・虐待は女性の社会参画の妨げとなり、克服すべき重要な課題となっています。

国では、11月を「児童虐待防止期間」、11月12日から25日までを「女性に対する暴力をなくす運動」の期間に定めており、女性への暴力・子どもへの虐待について考え、あらゆる暴力を許さない社会を作るために、



各地でイベントや啓発活動が行われています。

町では、啓発活動として、児童虐待防止のシンボルである「オレンジリボン」と女性に対する暴力をなくす運動のシンボルである「パープルリボン」を飾ってもらうためのツリーを、次の日程で設置します。

子どもへの虐待防止、女性に対する暴力根絶の願いを込めて、ぜひオレンジリボンとパープルリボンでツリーを飾ってください。みんなで一緒に暴力のない世の中を作り上げましょう。

【期間】 11月1日(金)～29日(金)
【場所】 役場 玄関ホール

▼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

Quiz

【問題】

- ① ○○情報自動応答サービスの運用を開始
- ② 幼児教育・保育の○○○が開始！
- ③ 11月○○日は「世界糖尿病デー」
- ④ 女性への暴力防止のシンボル「○○○○リボン」
- ⑤ 今月の「紀の宝みなと市」は、11月○日



温州みかん

11月号の当選者へは
抽選で左記の物が当たります

◆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 紀宝町鶴殿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、上

写真の「町の特産品」をお

贈りします。

◆締め切り
11月13日(水)必着 (当選者の発表は、来月号のこのコーナーで)

◆10月号の正解
①子ノ泊山 ②農産物

③肥満 ④うきつき ⑤12

◆10月号当選者
(応募総数51通・正解者42人)

賞品は「飛雪米」

・新宅 純子 さん(神内)

・竹田 清子 さん(鶴殿)

・島田 小夜子 さん(鶴殿)

・畑中 悦子 さん(成川)

・角口 万壽子 さん(井田)

▼詳しくは、役場企画調整課広報係(☎33-0334)まで。



koho@town.kiho.lg.jp



緋色の研究

コナン・ドイル / 著
延原謙 / 訳 新潮社

世界一有名な名探偵、シャーロック・ホームズが初めて登場し、ワトスンとホームズの出会いも描かれる探偵小説の記念碑的作品。



時の娘

ジョセフィン・テイ / 著
小泉喜美子 / 訳 早川書房

イギリスの歴史上最も悪名高い王、リチャード三世は本当に残虐非道な悪人だったのか？江戸川乱歩も絶賛した歴史ミステリの傑作！



カササギ殺人事件

アンソニー・ホロウィッツ / 著
山田蘭 / 訳 東京創元社

上巻の最後の一文を読むとすぐに下巻を読まずにはいられない！そして呆然とする…。謎解きミステリの醍醐味がぎゅっつまった傑作！



がんねんはるのまつり 元年春之祭

陸秋槎 / 著 稲村文吾 / 訳
早川書房

前漢時代の中国を舞台にかつて国の祭祀を担った名家、^{かん}観一族を襲う悲劇。気鋭の中国人作家が読者に挑戦する本格ミステリ。

今月のおはなし会

11月30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

- ◆ 出張相談会と起業セミナー
図書館では、「課題解決型図書館サービス」推進事業の一環として、三重県産業支援センター「三重県よろず支援拠点」にご協力いただきセミナーと相談会を開催します。
- 出張相談会
【日時】11月26日(火)
午後1時～3時
- 【対象】中小企業や小規模事業者の方など
- 【場所】鵜殿図書館2階
- 起業セミナー
【日時】11月26日(火)
午後3時30分～5時
- 【対象】どなたでも
- 【場所】鵜殿図書館2階

Branch

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

移動支所では、表①の日程で住民票、印鑑証明、納税証明書などの申請受付事務（交付は後日）や町税、国民健康保険税の収納事務、プレミアム付商品券購入申請、各種届出事務などを受け付けます。また、町内の3郵便局（紀伊井田、御船、相野谷）において、住民票発行などもできます。

表①：10月の移動支所開設日程 赤色は、移動図書館も開設

	開設日	会場	開設時間
水曜日	6日	阪松原生活改善センター	9:00～10:15
	13日	永田青年クラブ	10:30～11:45
	20日	井田公民館	13:30～14:45
	27日	地下集会所	15:00～16:15
		上地多目的集会施設	9:00～10:15
木曜日	7日	下地生活改善センター	10:30～11:45
	14日	茶屋地構造改善センター	13:30～14:45
	21日	下り場集落センター	15:00～16:15
	28日	高岡防災センター	9:00～10:15
金曜日	1日	鮎田構造改善センター	10:30～11:45
	8日	紀宝町役場（移動図書館のみ）	14:00～16:00
	15日		
	22日		
月曜日	11日	桐原生活改善センター	9:00～10:15
	18日	平尾井高齢者生産活動センター	10:30～11:45
	25日	大里多目的集会施設	13:30～14:45
		上野農事集会所	15:00～16:15
		浅里生活改善センター	9:00～10:15
火曜日	5日	北桧杖多目的集会施設	10:30～11:45
	12日	中村多目的集会施設	13:30～14:45
	19日		
	26日		

▶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。

こんにちは保健師です！ その165

今日は垣内和美保健師



Health

今日のテーマ

11月14日は「世界糖尿病デー」

糖尿病が原因で
毎年500万人以上が死亡

糖尿病は、インスリンの分泌量が少ないことや、作用が低下することで血液中の血糖値が高い状態（高血糖）が続く病気です。

高血糖が続くと、全身の血

管を傷つけ、動脈硬化をはじめとするさまざまな合併症を引き起こします。

糖尿病は今や世界の成人人口のおよそ8・8%となる4億1500万人が抱える病気です。一般的に死に至る病気との認識は薄いですが、年間で、500万人以上が糖尿病の引き起こす合併症などが原因で死亡しています。

生活習慣を改善し 2型糖尿病を予防しよう

糖尿病は大きく分けて、2つのタイプがあり、1型糖尿病は、主に自己免疫によっておこる糖尿病で、2型糖尿病は、食べ過ぎや運動不足などの生活習慣が原因で生じる糖尿病です。

日本の糖尿病患者の約90%以上は、この2型糖尿

病で、中高年で発症する方が多いといわれています。

まずは、健康診断による早期発見、早期治療、治療継続が重要です。また、上の生活習慣病予防標語を参考に、普段からバランスのよい食事や運動など、生活習慣に気を付け糖尿病を予防しましょう。

また、糖尿病を早期発見するために、次のとおり糖負荷検査を実施します。詳しくは今月号に折り込みのチラシをご覧ください。

糖負荷検査を実施

【日時】 令和2年1月25日(土)

【場所】 保健センター

【定員】 50名（先着順）

【申込期間】

11月5日(火)～11月29日(金)

▼詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）までお問い合わせください。

Dentistry

竹田歯科衛生士の歯の健康ひとこめ その165

今日のテーマ

お口のケアでインフルエンザを予防！

竹田に香歯科衛生士



歯を大切に
しましょうね♪

□の中の細菌は、インフルエンザウイルスが粘膜に侵入しやすくなる酵素を作ります。□の中が不潔だとインフルエンザにかかりやすくなり、特に高齢者は重症化する可能性が高くなります。

ある介護福祉施設で行われた研究では、歯科衛生士が週1回、歯みがきや舌みがきの指導、歯垢の除去を行ったところ、インフルエンザの発症率が10分の1になったという報告があります。

インフルエンザを予防する お口のケア

◎夜は、念入りに歯みがき
細菌は夜に増殖します。寝る前にしっかりと口をきれいにしましょう

◎起きたら、まずは歯みがき
寝ている間に増殖した細菌を飲み込まないように起きたら口をきれいにしましょう

食べたらかみかく

できるだけ毎食後に食べかすを取り除くことが大事です

舌も磨く

歯ブラシを舌の奥から前方に向けて、一方向にソフトにあてて清掃しましょう

歯ブラシは1か月で交換

衛生的にも機能的な面からも定期的に取りかえましょう

料理作成：きほう食の会

Cooking

楽しく、おいしい
簡単料理 ♪ その 145



管理栄養士
島博子

今月のお料理

のりとわさびの香りがGOOD ♪

ほうれん草のわさびあえ

今回は、ほうれん草とえのきだけを使ったあえものをご紹介します。材料は小松菜やブロッコリー、しめじに変えても作ることができます。ごまあえやおかかあえとはまた違った風味で、食欲をそそる一品です。ほうれん草は冷蔵庫で保存している間にもビタミンなどの栄養素が失われてしまいます。できるだけ早く下ゆでし、調理や冷凍保存すれば栄養素の損失も最小限に抑えられます。

One Point Advice

のりは使う前に、軽く火であぶると香ばしくなります♪

エネルギー（1人あたり）：約 19kcal
塩分：約 0.7g

【材料（2人分）】

ほうれん草 … 2/3 束
えのきだけ … 1/4 袋
わさび（チューブ） … 小さじ 1/4
しょうゆ … 大さじ 1/2
焼きのり … 大 1/4 ～ 1/2

【作り方】

- ① ほうれん草は、たっぷりのお湯でさっとゆでて、冷水にさらし、水気をしぼって3～4cmの長さに切る。
- ② えのきだけは、根元を取り除いて半分の長さに切る。ほぐして電子レンジで加熱する。（600W 約3分）
- ③ ボウルにしょうゆとわさびを入れてよく溶かす。
- ④ ほうれん草とえのきだけを加えて、あえる。器に盛り、のりを散らす。

Calendar

Health November Calendar

11月の健康カレンダー

介護予防事業（対象：65歳以上の方）

日 会場と開催時間

◆ チェアエクササイズ

6・13・20・27日 まなびの郷（午前9時15分～10時15分）

◆ 小さなボールをつかった健康運動教室

7日 鶴殿地域交流センター（午前10時～11時）

14日 上地多目的集会施設（午前10時～11時）

20日 成川生活改善センター（午前10時～11時）

21日 平尾井生産活動センター（午前10時～11時）

28日 井田公民館（午前10時～11時）

◆ 健康長寿ヨガ

1・8・15・22・29日 鶴殿福祉センター（午前10時45分～11時45分）

◆ 貯筋運動（腹筋と下肢筋力をつけるための運動）

1・8・15・29日 保健センター（午後0時40分～2時30分）

11・25日 大里多目的集会施設（午前9時～11時）

※ 要予約：詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）まで。

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

26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、役場みらい健康課（☎33-0355）まで。

11月の休日救急当直医

日	病 院 名	内科・外科
3日	山口クリニック	☎(31)8052 外科
4日	井 畑 医 院	☎(31)7029 内科
10日	玉置整形外科	☎(22)6172 外科
17日	湊口クリニック	☎(31)3710 内科
23日	湊 口 医 院	☎(31)6660 内科
24日	米良クリニック	☎(21)7878 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（☎059-229-1199）にご相談ください。



02



01



06



05



04



03



07

子育て支援センターでミニ運動会

元気いっぱい親子のふれあいを楽しむ

町子育て支援センターと町ママサークル「さくらんぼ」は9月26日、町保健センターで未就学児を対象としたミニ運動会を開催しました。

運動会の前に、9月に誕生日を迎える子どもをみんなでお祝いし、準備体操として「ピカピカブー」や「サンサンたいそう」を踊りました。

子どもたちは、保護者の方々と一緒に、かけっこや玉入れ、お菓子ひきなどに挑戦し、体を動かすことの楽しさを満喫していました。

Town topics

9

26

01. おかあさんでばんですよ!。02. かけっこ。03. たまひれ。04. おかしひき。05・07. たいそう。06. はじめてのおつかい♪。



園児たちも血回しに挑戦

ジャグリングやバランス芸などを披露

大道芸人

ジロー今村氏が保育所で公演

大道芸人のジロー今村氏は9月24日から26日にかけて町内保育所などを訪問し、園児らにストリートパフォーマンスを披露しました。ジロー今村氏は、人を楽しませたり、喜ばせたりするため、ストリートパフォーマーとして日本全国のお祭りやイベントに出演しているほか、保育所や学校での公演を積極的に行っています。

訪れた相野谷保育所では、ジャグリングやバランス芸などの技を披露し、園児たちは技が決まるたび、大きな声をあげながら拍手をし、パフォーマンスを楽しんでいました。

Town topics

9

24



力強く楽器を奏でる部員たち

感謝の気持ちを演奏に込めて

矢 淵中学校第12回定期演奏会を開催

矢淵中学校吹奏楽部は10月6日、第12回定期演奏会をまなびの郷で開催しました。

演奏会は2部構成で行われ、第1部では三重県吹奏楽コンクールで金賞を受賞する決め手となった「テレプシコーレ舞曲集より」でオープニングを飾り、第2部では卒業生やゲストたちとの合同ステージも行い、映画音楽やアニメ、洋楽など幅広いジャンルの音楽を演奏しました。

生徒たちが日ごろ積み重ねてきた練習の成果と、これまでに培った仲間との絆が生み出す演奏に、訪れた観客たちは時間を忘れ聴き入っていました。

Town topics

10/6



02



01



03

日ごろの成果を発表

う どの幼稚園が音楽発表会を開催

うどの幼稚園は10月10日、まなびの郷で音楽発表会を開催しました。今年で2回目となる音楽発表会は、保護者や地域住民の方に、日ごろの子どもたちの学びを見てもらうために行われたものです。

今回は2部構成で、第1部では、園児たちがA・Bの2チームに分かれ、太鼓演奏や歌を披露しました。第2部では、ボランティア団体「プレスユー」の演奏に合わせて、園児たちがダンスなどを披露し、会場からは、大きな拍手が送られていました。

Town topics

10/10

01・02.A・Bの2チームに分かれて太鼓を演奏する園児たち。
03. ボランティア団体「プレスユー」の演奏に合わせて、ダンスを踊る園児たち。

私の趣味と健康

山口 保さん（鵜殿）

紀宝町鵜殿に住み始めて、もう40数年になり、紀宝町はとも住みよいです。

私の生まれ育った所は、新宮市熊野川町鎌塚です。小学校は、鎌塚小学校、中学校は、小口中学校で、家から学校まで片道8

キロメートルあり、3年間自転車で通学しました。

私の趣味は、色々な楽器を演奏することです。まずハーモニカは、小学校5年生のときに学芸会で吹いたのを最後に長い間やっていなかったのですが、30



PROFILE

やまぐち たもつ さん

さまざまな楽器を演奏する山口さん。「オカリナトロンボーンをもっと練習して、人前で演奏できるようになりたいです」と話していました。

代のころ会社の集会でハーモニカを吹いて以来、月に1回サークルで吹いています。

尺八は、習い始めて30年ほどになり、週1回、仕事が終わってから1時間の練習を15年続け、今では、人前でもうにか吹けるようになり、これも月1回サークルで吹いています。

ラッパは、自衛隊に4年間勤務したときにラッパ手として教育を3か月間受けました。その後は、任務として3年間朝の起床ラッパから始まり、食事ラッパ、消灯ラッパまで、一日中ラッパを吹き続けていました。ラッパもそれから50年ほど吹いていないので、すぐには吹けないかもしれません…。

また、現在は、沖縄に行った際に買った沖縄生まれの楽器、オカリナトロンボーンという笛を練習しています。笛なのに、



山口さん愛用の楽器

指を押さえるところがなく、棒をトロンボーンのようにスライドさせ、音を探しながら演奏すると、オカリナのような音が鳴るものです。

次に、健康方法ですが、朝6時に起床して、夜は10時過ぎに床に入ります。これを毎日繰り返して、同じ時間に起きて、出勤しています。この生活を10年余り続けています。おかげで朝の目覚めもよく、かぜもあまりひきません。

話は変わりますが、私には、孫が6人いて、孫と会うときが一番うれしいです。つい孫の歌っている歌を口ずさんでしまう今日この頃です。

12月号は鵜殿の龍神弘重さんです。山口さんからは、「公民館活動など活躍されている龍神さん、よろしく願います。」



こにし たいせい
小西 大惺 くん (鮎田)

平成28年11月21日生まれ
純也さん & 里佳さんの三男

恐竜アニメと昆虫が大好きな大惺です。今年の夏は、カブト虫やクワガタを捕まえては大興奮!!虫を見つけては、「ここ!」って大きな声で教えてくれます。いつもにいにいの後を追ひ、なんでもまねてたくましく元気いっぱい育ってます♥…お母さんから



さかし た は な
坂下 陽奈 ちゃん (井田)

平成28年11月15日生まれ
昇太さん & 奈美さんの長女

歌やダンスは毎日♪最近ではYouTuberごっこにハマっているハナです。だんだん女子力が高くなってメイク、ネイルをしたがり、アクセサリーも大好き(笑)これからもパワフルなハナでいてね♥…お母さんから

【募集】満3歳の誕生日を迎える子ども(平成29年1月・2月生まれ)を募集します。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11月29日(金)まで。

KIHO YOUNG
No.165
若い衆登場



子どもたちと一緒に成長!!

やまもと
山本 侑奈 さん (鵜殿・24歳)

◆お仕事は?

今年の4月から相野谷保育所で働いています。子どもたちが日々成長していく姿を間近で見られるところにやりがいを感じます。また、職場の先輩方からわからないところは相談させてもらって、いつも助けてもらっています。

◆趣味は?

近くのお祭りやイベントに参加することです。現在は鵜殿に住んでいるので、鵜殿の夏の盆踊り大会やうどのまつりに友だちと毎年参加しています。

◆理想のタイプは?

思いやりがあつて、話が面白い人がいいですね。

◆旅行に行くとしたら?

動物が好きなので、日本中のいろんな動物園に行ってみたいです。

◆今の目標は?

子どもたちと一緒にさまざまなことを経験しながら、自分自身も一緒に成長し、早く一人前の保育士になりたいです。

◆町にひとつ

人が温かく、とても住みやすい町だと思います。



11月

町の人口 - population -

令和元年9月末現在(前月比)	
人口	10,921(±0)
男	5,107(+1)
女	5,814(-1)
世帯	5,271(-8)
	(外国人を含む)

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(防災対策室)	(33)0335
役場産業振興課	(33)0336
役場基盤整備課	(33)0357
役場税務住民課	(33)0337
役場環境衛生課	(33)0338
役場福祉課	(33)0339
役場みらい健康課	(33)0355
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
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
子育て支援センター	(32)4688
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！



今月のワンコ

こうた

まどぐち国民年金

11月30日は年金の日です！

年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、お近くの年金事務所にお問い合わせください。

▼詳しくは、役場税務住民課国

介護職員初任者研修の受講生募集

民年金担当(☎33-0337)までお問い合わせください。
11月の尾鷲年金事務所職員による「年金相談」は、11月20日(水)午前10時から午後2時まで、役場2階小会議室で実施されますので、ご利用ください。

県社会福祉協議会では、福祉・介護職場の人材不足を改善するため、働いていない方を対象に、介護職員初任者研修を行います。

【募集期限】 11月29日(金)

【研修期間】

12月13日(金)～2月13日(木)

【場所】 県社会福祉会館

【応募要件】 三重県に住む登

「女性の人権ホットライン」強化週間

録している働いていない方で概ね70歳未満の方。研修終了後、福祉・介護職場で働ける方
【定員】 39名(応募者多数の場合は抽選)
【受講料】 無料(テキスト代は自己負担)
▼詳しくは、県社会福祉協議会県福祉人材センター(☎059-227-5160)までお問い合わせください。

夫やパートナーからの暴力、職場等におけるセクシュアル・ハラスメント、ストーリー行為といった女性をめぐるさまざまな人権問題についての相談を受け付ける

裁判員候補者名簿記載通知を発送します

専用の電話相談窓口です。相談は、法務局職員または人権擁護委員が受けれます。また、相談は無料で秘密は厳守します。
【期間】 11月18日(月)～24日(日)
【時間】 午前8時30分～午後7時
ただし土・日曜日は、午前10時～午後5時
【相談番号】 ☎0570-070-810
▼詳しくは、津地方法務局(☎059-228-4193)までお問い合わせください。

裁判員候補者名簿は、市区町村の選挙管理委員会が選挙人名簿からくじで無作為抽出した名簿を基に、全国の地方

訪問リハビリ・通所リハビリ

理学療法士による
個別リハビリ訓練を行います

整形外科・内科・胃腸科・肛門科

とみむろクリニック

裁判所で作成されます。

令和2年の名簿に登録される人数は、全国で23万2,800人です。(選挙人名簿登録者全体に占める割合は、約455人に1人)

令和2年の裁判員候補者名簿に登録された方には、本年11月中旬に名簿に登録されたことの通知をお送りします。この通知は来年2月ごろからの約1年間に裁判所にお越しいただき、裁判員に選ばれる可能性があることを事前にお伝えし、あらかじめ心づもりをするためのものです。

併せてお送りする調査票や実際の事件の裁判員候補者に選ばれた際の質問票等で辞退を申し出ることも可能です。

裁判員制度にご理解、ご協力をお願いします。

▼詳しくは、津地方裁判所事務局総務課(☎059-226-4172)までお問い合わせください。

きほうまちかどエクスサイズ参加者募集

認知症予防に効果がある音楽体操を、ヤマハ音楽振興会専任トレーナーの指導で行い

ます。ぜひご参加ください。

【対象】 65歳以上の方(介護保険の認定を受けていない方)

【受講料】 月額600円

【日時・会場】

- ① 11月1・8・15日、午前9時15分から10時15分、保健センター
 - ② 11月1・8・15日、午前10時30分から11時30分、保健センター
 - ③ 11月6・13・27日、午前10時30分～11時30分、まなびの郷
- ▼詳しくは、役場みらい健康課(☎33-0355)までお問い合わせください。

法定相続情報証明制度をご利用ください

法務局では、相続手続きを簡素化することを目的として、「法定相続情報証明制度」を開始しています。

この制度は、戸籍などの書類を基に、法務局が法定相続人が誰であるかを確認し、戸籍謄本等に代わる公的証明書を無料で発行するものです。相続登記はもちろんのこと、金融機関における預貯金の払戻しや税務署での相続税の申告等、さまざまな相続手続きでご利用できます。

▼詳しくは、津地方法務局熊

野支局(☎0597-85-310)までお問い合わせください。

尾鷲税務署による税の説明会を開催

◆青色申告決算等説明会

青色申告をされている個人の方を対象に、決算の事務手続きなどの説明会を次の日程で開催します。

【日時】 11月20日(水)

午前9時30分から11時30分

【場所】 御浜町役場

3階くろしおホール

◆年末調整説明会

源泉徴収義務者を対象として、年末調整の事務手続きなどについての説明会を次の日程で開催します。

【日時】 11月20日(水)

午後2時から4時

【場所】 御浜町役場

3階くろしおホール

◆消費税軽減税率制度等説明会

事業者を対象として、消費税の軽減税率制度等説明会を次の日程で開催します。

【日時】 11月20日(水)

午前11時30分から12時

【場所】 御浜町役場

3階くろしおホール

【日時】 11月20日(水)

午前11時30分から12時

【場所】 熊野市文化交流センター交流ホール

①②とも、同様の説明内容です。

▼詳しくは、尾鷲税務署個人課税部門(☎0597-22-2224)または法人課税部門(☎0597-22-2285)までお問い合わせください。

「無料法律相談」開催

【日時】 ① 11月21日(木)

② 12月5日(木)

午後1時30分から3時30分までの間で、1人30分以内

【会場】 役場1階相談室

【予約方法】 ① 11月13日(水)、

② 11月27日(水)までに、役場総務課まで電話予約

▼詳しくは、役場総務課(☎33-0333)までお問い合わせください。

今月(11月)の「紀の宝みなと市」

【日時】 11月9日(土)

午前9時～11時

【場所】 鵜殿港

▼詳しくは、役場産業振興課(☎33-0336)までお問い合わせください。

相続、贈与等登記全般、供託手続き等、ご相談ください。

司法書士事務所さいわい

司法書士 庄司幸

三重県南牟婁郡紀宝町井田2140番地
TEL: 0735-32-0228 FAX: 0735-29-7483
E-mail: shihoushoshi-yuki.s@clock.ocn.ne.jp

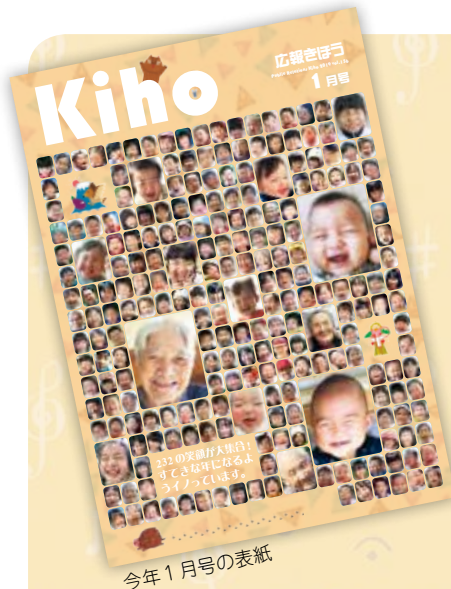
事務所にお越しの際は、事前にお電話ください。

夜の貸切、始めました

50人規模の忘年会、懇親会などの会場としてご利用できます。(最少10人から)
利用時間: 午後4時～10時
メニューなどお気軽にご相談ください。

ウミガメ公園 ☎0735-33-0300

紀宝町井田568番地7 問合せ時間: AM9:00～PM6:00



今年1月号の表紙

笑顔の写真メール大募集!

笑顔の

あなたの撮った 写メ が 広報きほうの表紙になります!

広報きほうでは、毎年ご好評いただいている「笑顔の写真メール大募集」を今年も行い、新年を飾る令和2年1月号の表紙を、みなさんの「笑顔」の写真でいっぱい埋め尽くしたいと思います。

みなさんお持ちのスマホ・携帯電話のカメラ機能を使って、笑顔の写メを koho@town.kiho.lg.jp までご応募ください。ご投稿いただいた写メは、できる限り全員、広報きほう（1月号）に掲載いたします。入賞された方には素敵なプレゼントもありますので、たくさんのご応募お待ちしております。

作品例



募集要項

●応募期間

11月15日（金）まで

●応募条件

被写体の方が、紀宝町内に在住の方

●応募作品（テーマ）

笑顔

●ファイルサイズ

特に制限はありませんが、メール添付で送れるサイズ以内（5MB程度）で。

●応募方法

スマホ・携帯電話で撮影した写真をメールに添付して、投稿者の住所、氏名、年齢、電話番号、被写体の氏名と町や「広報きほう」についてのひと言を書いて、次の指定するメールアドレス宛にお送りください。

koho@town.kiho.lg.jp



●入賞作品

ご応募いただいた中から、特に素敵な笑顔の写真に関しては、特選・入選を考し、投稿者に紀宝町の特産品をプレゼントします。

◆特選：3名（特産品5千円分）

◆入選：10名（特産品1千円分）

●審査

役場企画調整課の厳正なる審査のうえ、入賞作品を選考させていただきます。発表は、広報きほう1月号にて。

●注意点

- ①被写体の方のご了承を得たうえで、ご応募ください。
- ②写真は、縦で撮ってください。
- ③1枚につき、被写体は1人をお願いします。
- ④作品例のように、アップで撮影してください。
- ⑤画像加工（特殊効果や文字の挿入）した作品は掲載できませんので遠慮ください。

- ⑥お一人様何点でもご応募いただけますが、掲載については、被写体1人につき1回限りとしてさせていただきます。
- ⑦掲載に不適切であると思われる写真に関しては、掲載しない場合がありますのでご了承ください。
- ⑧投稿者が大多数の場合、表紙ではなく、他のページになる可能性があります。ご了承ください。
- ⑨スマホ・携帯電話をお持ちでない方は、作品例のように写真を撮り、そのプリントもしくはデータを役場までご持参ください。

▶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。

イベントシーズン

今月号は恒例の運動会特集をお届けしました。運動会が始まる9月中旬から年末までは、町中でイベントが盛りだくさんの季節ですね。

この文章は、みなとフェスティバルの数日前に書いているのですが、今回のゲストはAKB48チーム8が来るということで、いつも以上に盛り上がるんじゃないかと、楽しみにしています。来月号の広報では、そんなみなとフェスティバルの様子をお届けできればと思っています。

その後は、田代公園でのイルミネーションや地域のお祭りなど、まだまだイベントが目白押しなので、体調に気をつけて、自分自身も楽しんでいければと思います。

（残念ながらアイドルには詳しくない 愛野 裕基）

運動会の後遺症？

今年も町内で行われた運動会に撮影に行かせてもらいました。子どもたちが一生懸命、がんばっている様子が特集から伝わっているでしょうか。

話は変わりますが、僕には、この時期に悩まされている現象があります。それは、運動会のダンスで流れる音楽をつい、口ずさんでしまうことです。去年は、星野源の「ドラえもん」が頭の中から離れず、無意識のうちに口ずさんでいることが多々ありました。

今年もその現象が起きていて、現在、子どもに大人気の「パプリカ」を無意識のうちに口ずさんでしまっています。そのうち口ずさむだけでは物足りず、踊りだしてしまわないか少し心配しています。

（残念ながらリズム感がない 田中健太郎）



広報担当 田中けんたろう



広報担当 愛野ゆうき