

# Kiho

広報きほう

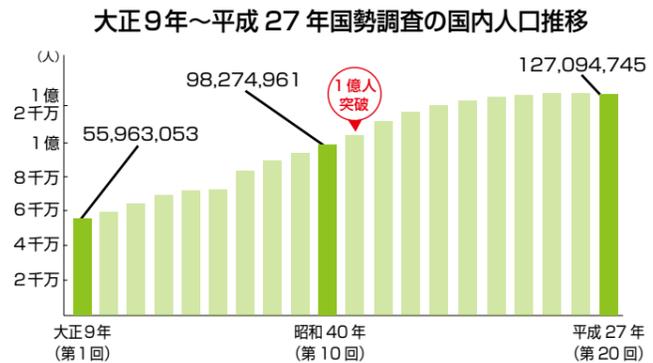
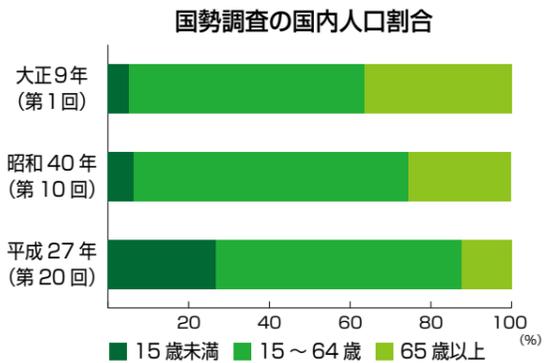
Public Relations Kiho 2020 vol.177

10月号

抱っこがなくなるのかな？



(特集 これからの未来をつくる国勢調査)



# 特集 これからの未来をつくる国勢調査

国勢調査は、大正9年（1920年）に始まり、5年に1度実施され、今回の調査で100年目の節目を迎えます。日本に住む人や世帯について知ることで、生活環境の改善や防災計画など、わたしたちの生活に欠かせないさまざまな施策に役立てられる大切な調査です。

今回の特集では、国勢調査の歴史や過去のデータとの比較、国勢調査の流れなどについてご紹介します。



01. 阪松原地区。02. まちの誇りである高齢者。03. 井田地区。04. まちの宝である子ども。



### 国勢調査の目的

国勢調査は、統計法（平成19年法律第53号）第5条第2項の規定に基づいて実施する人及び世帯に関する全数調査で、国および地方公共団体における各種行政施策その他の基礎資料を得ることを目的としています。

**国勢調査は、世界的には「人口センサス」と呼ばれており、諸外国でも各種の行政を行うための基礎資料や、国際的な視点から諸外国の結果と比較するためにも利用されるため、調査を実施しています。2005年から2014年の間に日本を始め、世界214か国で人口センサスが実施されました。**

**国勢調査はさまざまなことに役立っています**

国勢調査から得られるデータは、国や地方公共団体における行政の運営をはじめ、民間企業でも経営判断などに利用され、国民の共有財産として、みなさんの身近な暮らしに使用されています。

- **行政上の施策**  
少子高齢化社会への対応、防災計画の認定、災害復興計画の策定など
- **各種法令（法定人口）**  
衆議院の小選挙区の改定、地方交付税の算定基準、市・指定都市等の設置要件など
- **主な活用事例**
- **大学・シンクタンク等の学術研究**  
人口学・社会学・経済学等での利用、災害被害等のシミュレーションなど
- **企業等の経営分析・予測**  
製品・サービスの需要予測、店舗・工場の立地計画、エリアマーケティングなど
- **統計調査の母集団情報**  
労働力調査、全国家計構造調査など、政府が行う統計調査の抽出フレームとして利用
- **推計用の基準人口**  
国民経済計算、将来推計人口など、各種の統計作成を行うための基準人口として利用

## そんな歴史があるの!? 国勢調査



原敬 / 【出典】国会国立図書館「近代日本人の肖像」

### 初の国勢調査を実施

フランスから国勢調査の重要性を学んでいた原敬は大正9年、内閣に国勢院を設置し、初の全国的な国勢調査を実施しました。その背景には、明治35年「国勢調査ニ関スル法律」が定められるも、戦争の影響で実施されず、時は流れ大正6年、内閣統計局長・牛塚虎太郎らの尽力により大正9年の実施となりました。



大隈重信 / 【出典】国会国立図書館「近代日本人の肖像」

### 初の統計機構を設置

早稲田大学の創立者として知られる大隈重信は、統計に関心をもち、明治14年、杉らが明治政府に要望し続けていた統計機構の拡大強化として統計院を設立し、初代統計院長に就任しました。その後、総理大臣になると、統計課を内閣統計局に復活させ、統計の体制整備を行いました。



杉亨二 / 【出典】国会国立図書館「近代日本人の肖像」

### 日本統計のはじまり

日本近代統計の祖と称される杉亨二は、蘭学者として蘭書翻訳する中で、統計を知り、その重要性を学びました。そして、明治12年、国勢調査の試験調査ともいえる「甲斐国現在人別調」を実施しました。その後は政府で統計行政に携わる一方、統計専門家や統計学者の養成にも力を注ぎました。

# 今回は19項目について調査します

国勢調査は、西暦の末尾が0の年は大規模調査、5の年は簡易調査となり、項目数に違いがあります。今回の調査は大規模調査の年で、19項目について調査しますので、みなさまのご協力をお願いします。ここでは、国勢調査の回答方法や期限、調査項目などについてご紹介します。

## 回答方法

- インターネットでの回答
- 紙の調査票用紙を郵送
- 紙の調査票用紙を調査員に提出

## 回答期限

**10月7日(水)**

## 調査項目

### 【世帯員に関すること】

- ①氏名、②性別、③生まれた年と月、④世帯主との関係、⑤配偶者の有無、⑥国籍、⑦現在の住居に住んでいる期間、⑧5年前の居住地、⑨在学・卒業等の教育状況、⑩仕事の有無、⑪従業地または通学地、⑫従業地・通学地までの交通手段、⑬従業上の地位、⑭勤め先の名称および事業内容、⑮本人の仕事内容

### 【世帯に関すること】

- ①世帯の種類、②世帯員の数、③住居の種類、④住宅の建て方

## インターネットで回答 簡単な3STEP

新型コロナウイルス感染症予防のために、24時間いつでも回答ができ、約10分ほどで終わるインターネット回答を利用してみませんか。

### ①アクセスする

- 右のQRコードまたは、検索サイトから「国勢調査オンライン」で検索し、回答サイトにアクセスします。



### ②ログインする

- 調査員が配布している「インターネット回答利用ガイド」に記載されているログインIDとアクセスキーでログインします。



### ③回答する

- 画面の案内に従い回答してください。最後にパスワードを設定し、送信すれば回答終了です。



- ① 国勢調査では、金銭の要求、また銀行口座やクレジットカード番号をお聞きすることは絶対にありません。
- ② 調査員は、常に右の写真のように調査員証と腕章を携帯しています。
- ③ 国勢調査を装った不審な電話・メール・ウェブサイトにご注意ください。
- ▼ 詳しくは、役場企画調整課 (03-0334)へご連絡ください。

**かたり調査にご注意を**

詐欺やほかの犯罪にあわないように次のポイントにご注意ください。



あなたのお宅に調査員が訪問しています!!

## 調査結果の公表

国勢調査の結果は、人口総数の速報結果を令和3年6月までに公表し、人口総数および世帯数を令和3年11月までに公表する予定です。

集計が完了次第、順次、政府統計の総合窓口(e-Stat)および統計局ホームページで公表するため、インターネットを通じて、だれでも閲覧できます。



e-Stat 政府統計の総合窓口HP

# データで見る国勢調査 ~大正と平成比べてみました~

## 平均寿命は約2倍の延伸

大正10年~14年      平成27年

男 42.06歳 → 80.75歳  
女 43.20歳 → 86.99歳

医療技術や医療サービスの向上などにより、乳幼児の死亡率が大幅に低下したことも一因となり、平均寿命は、約2倍延びています。

## 世帯数は約5倍の増加

大正9年      平成27年

1,122万世帯 → 5,345万世帯

世帯数は増えていますが、1世帯当たりの人員は、減少しています。この背景には、世帯規模が縮小し、未婚化・晩婚化の影響による単独世帯の増加などの理由が考えられます。

## 人口は約2.3倍の増加

大正9年      平成27年

0.56億人 → 1.27億人

大正9年の調査開始以来、初めて人口が減少した前回の調査。15歳未満の人口は減少していますが、65歳以上の人口は増加しており、4人に1人が65歳以上となっています。

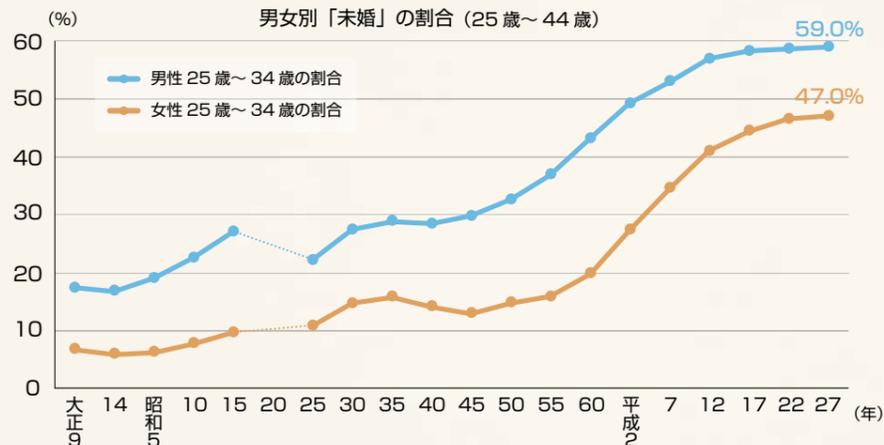
## 外国人人口は約22.4倍の増加

大正9年      平成27年

7.8万人 → 175.2万人

少子化やグローバル化などの要因から、外国人の技能実習生や留学生の受け入れに前向きなこともあり、大正9年の調査と比較すると外国人の人口が大幅に増えています。

## 男女とも「未婚」の割合は過去最高

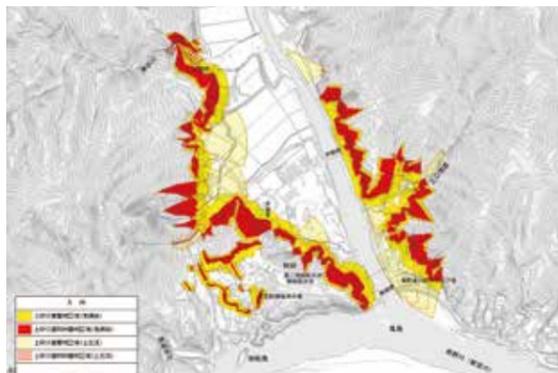


国勢調査では、配偶関係について、「未婚」「有配偶者」「死別」「離別」の4区分に分けて調査・累計しています。「未婚」の割合は、男女とも1980年から急激に上昇していることがわかります。

また、25歳~34歳人口の未婚割合は、男性59.0%、女性47.0%で、男女ともに調査開始以来最も高くなっています。

## 鮎田地区の32か所が指定されました 土砂災害特別警戒区域では 建築確認申請が必要です！

県は、8月に鮎田地区の32か所を土砂災害警戒区域（イエローゾーン）、土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）に指定しました。



警戒区域に指定される区域（県ホームページより）

### 土砂災害警戒区域（イエローゾーン）

土砂災害が発生した場合に、住民等の生命または身体に危害が生じるおそれのある区域

### 土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）

土砂災害が発生した場合に、建築物に損壊が生じ住民等の生命または身体に著しい危害が生じるおそれがある区域



紀伊半島大水害で発生した土砂災害

これは、土砂災害から人命を守るため、台風や豪雨災害などの際に、がけ崩れや土石流が発生し、被害を受けるおそれのある区域を明らかにすることで、早期に周知、避難ができる体制づくりや開発を制限するなどの対策を推進するものです。

土砂災害警戒区域（イエローゾーン）に指定された区域は、危険の周知や避難が早くできるように警戒避難体制の整備が図られます。

土砂災害特別警戒区域（レッドゾーン）に指定された区域は、土砂災害が発生した場合に対応できるよう、建築物の構造が安全なものである必要がありますので、住宅の新築・増改築・宅地造成などを行うときには、建築確認申請などが必要となります。

土砂災害警戒区域・特別警戒区域の図面等は、三重県熊野建設事務所、紀宝町役場基盤整備課で閲覧できます。また下記のQRコードからも確認できます。

▶詳しくは、県熊野建設事務所（☎0597-89-6141）または、役場基盤整備課（☎33-0357）までお問い合わせください。



土砂災害警戒区域（県ホームページ）

## このような場所が区域指定の対象となります

### 土砂災害警戒区域

土石流の発生のおそれのある溪流において扇頂部から下流で勾配が2度以上の区域

### 土砂災害特別警戒区域

土砂災害警戒区域のうち、建築物に損傷が生じ、住民に著しい危害が生じるおそれのある区域

## 土石流



### 土砂災害警戒区域

- ・傾斜度が30°以上高さが5m以上の区域
- ・急傾斜地の先端から水平距離が10m以内の区域
- ・急傾斜地の下端から急傾斜地の2倍（50mを超える場合は50m）以内の区域

### 土砂災害特別警戒区域

土砂災害警戒区域のうち、建築物に損傷が生じ、住民に著しい危害が生じるおそれのある区域

## がけ崩れ



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・子宮頸がん検診を実施

【検診日】11月11日（水）

【検診場所】紀宝町役場（受付：鶴殿体育館）

◆新型コロナウイルス感染拡大予防のため、受付時間ごとの予約が必要です。

検診内容	受付時間	定員	料金
<b>◆ 胃がん</b> *前夜9時以降は何も食事をしないでください（水、お茶は飲んでかまいません） *当日の朝は、水、お茶100mlまで飲用可能	午前8時30分～9時 午前9時～10時	計40人	40歳～69歳…500円 40歳未満…1,400円
<b>◆ 前立腺がん</b> *採血による検査です	午前8時30分～9時 午前9時～10時	計50人	69歳以下…500円
<b>◆ 大腸がん</b> *2日分の便を提出してください。（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
<b>◆ 乳がん（マンモグラフィ検査）</b> *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～10時 午前10時～11時 午後1時30分～2時 午後2時～3時	計37人 計37人	40歳～69歳…1,500円
<b>◆ 子宮頸がん</b> *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～2時 午後2時～3時	計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、医療機関にご相談ください。  
 ※ 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。  
 ※ 一定の年齢の方には乳がん無料クーポン、子宮頸がん無料クーポンを5月に配布しておりますので、お持ちの方は当日ご持参ください。

▶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。

70歳以上の方は  
全ての検診が無料

令和2年度こころの健康づくり講演会

## ゲートキーパー研修会を開催します

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気がつき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげたり、見守る人のことをいいます。

町では、家族・同僚・仲間など身近な方が悩んでいるときに、「最近変だな」と気づいて、声をかけ、話を聴くことができるようになるゲートキーパー研修会を開催します。

初めての方にもわかりやすい内容となっておりますので、マスクを着用のうえ、ご参加ください。

【日 時】10月2日（金）午前10時～11時30分

【場 所】まなびの郷2階 研修室

【料 金】無料

【対 象】町内在住の方

【定 員】32名（先着順）

【申込方法】下記連絡先まで電話にて事前にお申込みください

▶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。

# 若者定住促進策として 設置分担金の一部を補助します

## 40歳未満の若者が 住宅を新築した場合

町が推進している町営浄化槽整備推進事業では、町営浄化槽の設置促進のため、さまざまな推進策を行っています。

環境衛生課から申請書類が届きます。生年月日のわかる身分証明書（運転免許証、保険証など）、町営浄化槽設置分担金領収書、振込先口座のわかるものを持って、申請してください。

40歳未満の方で、住宅の新築を検討されている方は、ぜひ、この事業の活用も検討ください。  
▼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。

Purified

今年度も『地方創生』事業の一つとして、「若者定住に係る町営浄化槽設置分担金軽減事業」を行っています。  
40歳未満の方が町内に住宅を新築し、町営浄化槽を設置された場合、設置分担金を負担いただきますが、その一部を補助金として交付し、分担金を軽減します。  
補助金額は、5人槽、7人槽、10人槽のいずれの人槽であっても、一律65,500円で、設置者の負担を軽減し、若者の定住を促進するものです。  
対象となる方には、役場

何でも聞いてください♪

**町営浄化槽のここがポイント!!**

環境衛生課 中野良太

**維持管理も町に任せて安心**

浄化槽は、設置後の保守点検、清掃（くみ取り）、県の指定検査機関による法定検査といった維持管理が大切です。  
町営浄化槽整備推進事業では、毎月、使用料（5人槽の場合、月々4,000円）を負担いただくことで、これらの維持管理を行うだけでなく、プロアーなどが故障した場合の修繕にも対応しています。



サウナ施設から棧橋を歩いて湖に浸かります

を採ったり、それらを使って料理を作ったりするそうです。小さな子どもからお年寄りまで自然の中で過ごす時間をとても大切にしている様子うかがえました。

私はさすがに氷の張った湖の中へは入りませんが、本場フィンランドのサウナ文化を満喫してきました。9月から飛雪の滝キャンプ場ではテントサウナが再開しました。ぜひ体験してみたいかがですか。

# 地域おこし協力隊活動日誌 vol.41

ピダットッコ シナ サウナスタ  
Pidatko sina saunasta? (あなたはサウナが好きですか?)



実は sauna (サウナ) という言葉はフィンランド語で知っていますか? 私も昨年キャンプ場で開かれたイベント「フィンランド・デイ・With こばやしあやなさん」で初めて知りました。私はこのイベントをきっかけにフィンランドに興味を持ち始め、今年の2月に8日間の一人旅に出ました。

旅の目的のひとつは、本場のサウナに入ること。ちょうど昨年福島県で行われたオートキャンプの世界大会で知り合ったフィンランド人のご夫婦と再会し、自宅に泊めていただき、プライベートサウナまで体験させていただきました。日本の家庭にお風呂があるように、フィンランドの家庭にはサウナがあるんですよ。

また、案内していただいたキャンプ場のサウナでは、なんとサウナで温まったら外に出て、プカプカと氷が浮かんだ湖に入るんです。しかもお年寄りが平気な顔でその湖に浸かっていたんです。

フィンランドのキャンプ場では家族や友人などとサウナを楽しんだり、森や湖のほとりを散歩したり、季節によってはベリーを摘んだり、キノコ

## Police 紀宝警察署 からのお知らせ

### 「民事介入暴力巡回無料法律相談」を開催します

暴力団からの不当な要求や嫌がらせなどにお困りの方に対し、専門的な相談を取り扱うセンター相談員をはじめ、警察官や弁護士が直接みなさんからの相談をお聞きします。

相談は無料で、秘密は厳守します。(予約不要)

- ◆開催日 10月30日(金) 午後1時~4時
- ◆開催場所 尾鷲市防災センター2階会議室
- ◆お問い合わせ先 暴力団追放三重県民センター (☎0120-31-8930)

紀宝警察署 (☎33-0110)

## Resources ごみは資源 のコーナー

### 家庭用粗大ごみ(秋)の戸別訪問収集が始まります

10月から12月にかけて、粗大ごみの戸別収集が始まります。地区によって収集日が決まっていますので、期限厳守のうえでお申し込みください。

詳しくは、今月号に折り込まれているチラシ「家庭用粗大ごみ戸別訪問収集について」をご覧ください。

**お願い♪**

粗大ごみを出す際には、「粗大ごみ」と大きく張り紙をし、当日午前8時30分までに、わかりやすい場所に置いてください。

このお兄さん カズヤさん

役場環境衛生課 (☎33-0338)

## Eco シリーズ ストップ地球温暖化 その127 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 洗濯機

少量でこまめに洗濯するよりも、洗濯機の容量に合わせて、まとめて洗濯したほうが電気も水もお得です。ただし、洗濯物を入れすぎると汚れが落ちにくくなるので要注意です。  
なお、風呂水ポンプを使って風呂の残り湯を再利用すれば、水が節約できます。お風呂の温かいお湯で洗濯すると、通常の洗濯では落ちにくい皮脂や油汚れもきれいに落とせ、洗浄力もアップするといわれています。  
▼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。

まとめて洗濯回数を少なく。



**洗濯物はまとめて洗いを**  
定格容量(6kg)の4割を入れて洗う場合と、8割を入れて洗う回数を半分にした場合の比較。

年間削減効果		年間節約金額
水道	16.75 m <sup>3</sup>	約4,510円
電気	5.88 kWh	
CO <sub>2</sub>	2.9 kg	

【出典：経済産業省資源エネルギー庁/家庭向け省エネ関連情報】

「自分の暮らしを守るために」  
消費者トラブルに負けないぞ！

今月のテーマ

# 1回だけ試すつもりが、翌月も送られてきた健康食品

**Q** インターネットの通販販売で健康食品を購入しました。

割引価格だったので、1回だけ試すつもりで注文したところ、同じ商品が翌月も送られてきました。広告を再度確認すると、「3回以上の定期購入が条件」と書かれていました。解約・返品できるでしょうか？

**A** 健康食品や化粧品等の通信販売で、定期購入が条件となっている場合、その期間は解約や返品ができません。「注文前」に、ホームページの広告表示や最終確認画面をしっかりと見て、契約条件や解約・返品ルールをよく確認しましょう。

「初回「モニター」「お試し」は、契約条件に注意！

- ・定期購入が契約条件となっていないか？
  - ・定期購入の期間は？支払い予定総額はいくら？
  - ・返品できるかどうか？
  - ・返品期間、送料負担はどちらになるのか？
  - ・解約や返品の手続きは「注文前」に！
- インターネット通販をはじめ通信販売には、クーリング・オフ制度はありません。解約・返品の手続きは、表示内容に従うこととなります。申し込みを確定する前に、契約の内容を必ず確認しましょう。
- ▼詳しくは、役場産業振興課 (☎33-03336) までお問い合わせください。

**三重県消費生活センター**  
☎059-228-2212  
【平日】午前9時から正午まで / 午後1時から午後4時まで

## 図書館だより

今月のおすすめ図書 テーマ「秋の夜長にじっくり読みたい！長編ファンタジー」



**黒ねこサンゴロウ 1 旅のはじまり**  
竹下文子 / 作 鈴木まもる / 絵 偕成社  
一人旅を愛する伝説の船乗り、黒ねこサンゴロウの大冒険！サンゴロウがクールでかっこよく大人もハマる面白さ！5巻目は泣きます…。



**精霊の守り人**  
上橋菜穂子 / 作 二木真希子 / 絵 偕成社  
短槍の達人、女用心棒のバルサが偶然助けた少年は第二皇子のチャグムで、その身に精霊を宿していた。「守り人」シリーズ第1作目！



**影との戦い ゲド戦記 1**  
アーシュラ・K・ル＝グウィン / 作 清水真砂子 / 訳 岩波書店  
アースシーと呼ばれる架空の多島海世界を舞台に、のちに大賢人となる魔法使いゲドの生涯を描く壮大な物語。ファンタジーの傑作！



**指輪物語 1 第一部 旅の仲間 上**  
J・R・R・トールキン / 著 瀬田貞二・田中明子 / 訳 評論社  
恐ろしい闇の力を持つ指輪をめぐる大冒険！映画「ロード・オブ・ザ・リング」の原作で世界中に愛読者がいるファンタジー最高傑作。

**今月のおはなし会**  
**10月24日(土)**  
0歳～2歳 ① 10:00～10:30、② 11:00～11:30  
3歳～小学生 ① 13:30～14:00、② 14:00～14:30  
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止や変更する場合があります。  
◆ 鶴殿図書館 (☎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

**◆読書週間行事のお知らせ**  
10月27日(火)～11月9日(月)は、第74回「読書週間」です。今年の標語は「ラストページまで駆け抜けて」です。期間中、「読書クイズ」やおすすめ絵本、児童書の展示・貸出もありますので、ぜひご利用ください。

**◆おはなし会再開について**  
おはなし会を左記のとおり再開します。同じ内容で2回実施しますので、該当する年齢の①、②のどちらかに事前に図書館へお申し込みください。  
【対象】町内在住の親子 (先着各10人)

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、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、住民票等の発行もできます。

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	7日 阪松原生活改善センター	9:00～10:15
	14日 永田青年クラブ	10:30～11:45
	21日 井田公民館	13:30～14:45
	28日 地下集会所	15:00～16:15
木曜日	1日 上地多目的集会所	9:00～10:15
	8日 下地生活改善センター	10:30～11:45
	15日 茶屋地構造改善センター	13:30～14:45
	22日 下り場集落センター	15:00～16:15
	29日 高岡防災センター	9:00～10:15
金曜日	2日 鮎田構造改善センター	10:30～11:45
	9日 紀宝町役場(移動図書館のみ)	14:00～16:00
月曜日	5日 桐原生活改善センター	9:00～10:15
	12日 平尾井高齢者生産活動センター	10:30～11:45
	19日 大里多目的集会所	13:30～14:45
	26日 上野農事集会所	15:00～16:15
火曜日	6日 浅里生活改善センター	9:00～10:15
	13日 北松杖多目的集会所	10:30～11:45
	20日 中村多目的集会所	13:30～14:45
	27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。

Quiz

## 広報クイズ

- 【問題】
- ① これからの未来をつくる〇〇〇〇
  - ② 洗濯物は〇〇〇洗いを
  - ③ 質の高い〇〇で免疫力を高めよう
  - ④ 熊野川河口大橋記念碑〇〇〇を開催
  - ⑤ 今月の「紀の宝みなと市」は、10月〇〇日



温州みかん

10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(〇の中に入る数字や文字)と、住所、氏名、年齢、電話番号、町や「広報きほつ」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**  
10月9日(金)必着 (当選者の発表は、来月号のこのコーナーで)

**■9月号の正解**  
①命 ②SNS ③災害 ④科学 ⑤12

**■9月号当選者**  
(応募総数64通・正解者63人 賞品は「飛雷米」)  
・岩本 明来海さん(井田)  
・尾子 圭子さん(大里)  
・東 正代さん(神内)  
・中山 高明さん(鮎田)  
・寺本 富一さん(鶴殿)

▼詳しくは、役場企画調整課 広報係(☎33-0334)まで。

QRコード: koho@town.kiho.lg.jp

竹田は中口紀子保健師



健康の三本柱  
食事、運動、睡眠を大切に

# 質の高い睡眠で免疫力を高めよう

**新**型コロナウイルス感染症  
予防対策のひとつとして、  
十分な睡眠の必要性が指  
摘されています。

睡眠は、ウイルスに対する  
免疫力を高める要素として、  
効果が認められています。ま  
た、感染症などで問題になる  
のは慢性的な免疫力低下で  
す。特に、わずかな睡眠不足  
が少しずつ借金のように積み  
重なる「睡眠負債」がたまり、  
慢性的な睡眠不足になると、



確実に免疫機能は低下するこ  
いわれています。

また、睡眠不足は生活習慣  
病の発症リスクを高める原因  
になるともいわれています。

## 質の高い睡眠とは

「寝つきがよい」「ぐっす  
り眠る」「寝起きがすっきり」  
が質の高い睡眠の特徴です。  
睡眠の質を向上させると、  
疲労から心身を回復させる  
効果があります。  
肉体疲労や脳に蓄積した  
疲労を取り除くことは睡眠の  
大きな効果です。  
成長促進、健康維持はもち  
ろん、ダイエット、美容促  
進、スポーツのパフォーマンス  
アップなどさまざまな効果  
をもたらします。

## 睡眠の質を高める方法

- 日中は適度な運動をする  
ようにして、昼夜のメリ  
ハリをつける
- 起床時間を一定にする
- 就寝直前の入浴温度はぬ  
るめに設定する
- 就寝前のお酒・タバコは  
控える
- 就寝4時間前からはコー  
ヒー・紅茶などのカフェ  
イン飲料を控える
- 部屋を暗く、静かにし、快  
適な温度・湿度にして眠り  
やすい環境を作る

新型コロナウイルス感染  
症を予防するために、普段  
からしっかりと健康な睡眠  
をとり、免疫力を高めてお  
きましょう。

Health

## Cooking

楽しく、おいしい  
簡単料理♪ その156



高橋 博子  
調理師

今月のお料理  
塩分控えめ♪

## にんじんのごま酢あえ

**今**回はにんじんを使っ  
たお手軽料理のご紹  
介です。  
にんじんに含まれるβ-  
カロテンには抗酸化作用が  
あり、がんの予防や皮膚・  
粘膜を健康に保つなどの効  
果があるといわれています。  
にんじんは加熱して、油  
と一緒に調理するとβ-カ  
ロテンの吸収率がより高ま  
ります。さっと火を通した  
にんじんに、オイル入りの  
ドレッシングをかけたお手  
軽サラダもおすすめです。



One Point Advice  
にんじんは少し歯ごたえを残すとおいしい♪  
エネルギー（1人あたり）：約63kcal  
塩分：約0.8g

## 【材料（2人分）】

- にんじん … 1本
- 白いりごま … 大さじ1
- 砂糖、しょうゆ、酢、ごま油 … 各小さじ1
- 鶏ガラスープの素 … 小さじ1/2

## 【作り方】

- ① にんじんは千切りにし、さっとゆでたら、ざるに  
あげて水気をきる。
- ② ①のにんじんにAを加えてよくあえる。

# Cooking

## Calendar

Health October Calendar

# 10月の健康カレンダー

## 子どもとお母さん【乳幼児健診】

日	会場と受付時間
◆ 4か月・10か月健康診査	
5日	鶺鴒福祉センター（午前9時～）
◆ 1歳8か月児健診	
8日	鶺鴒福祉センター（午前9時15分～）
◆ 2歳歯科健診	
15日	鶺鴒福祉センター（午後1時～）

※詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）まで。

## 子どもとお母さん【育児相談】

日	会場と開催時間
◆ すくすく育児相談	
27日	鶺鴒福祉センター（要予約）（午前9時30分～11時）
◆ 子育てほっとサロン	
28日	神内福祉センター（要予約）（午前10時～11時30分）
◆ 7・8か月離乳食教室	
13日	鶺鴒福祉センター（要予約）（午前9時30分～11時）

※詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）まで。

## 介護予防事業（対象：65歳以上の方）

新型コロナウイルス感染予防対策を行ったうえで実施して  
います。参加者は個別通知内容を確認し、ご参加ください。  
※申込など詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）まで。

## 10月の休日救急当直医

日	病院名	内科・外科
4日	谷地内科	☎(23)3088 内科
11日	かじの内科クリニック	☎(38)8010 内科
18日	笹屋内科外科	☎(21)2917 外科
25日	すずき子どもクリニック	☎(28)0111 小児科
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。

## Dentistry

竹田歯科衛生士の歯の健康ひとロメモ その176

今月のテーマ

## 噛む力を育てる調理の工夫

**よ**くかむことは、子ども  
にも大人にも多くの利  
点がありますが、とくに発達  
段階にある幼児期のうちに  
かむ習慣を付けると、あごの発  
達を促し、歯並びがよく  
なる、気持ちを落ち着かせ中  
力を高めるなどたくさん  
の効果があります。

かむ力をしっかりと育てる  
ためには、4～5歳ぐらいか  
ら、ある程度かみごたえのあ  
る物を意識的に取って、かむ  
訓練をするとういでしょう。  
**調理の工夫**  
① かむ回数を増やすため、食  
材をあえて大きめに切る。  
② 繊維質の多いもの（ごぼ  
うやレンコン）、弾力のある  
もの（こんにゃくやタコ）  
などがかみごたえのある食材  
を取り入れる。  
③ 味付けを薄めにして、よ  
くかむことで素材の味を楽  
しむ。濃い味の料理は味を  
感じやすいためかむ回数  
が減り、さらに水分で流し込  
みがちです。  
ただし、小さなお子さんや  
高齢者など、かむ力や飲み込  
む力の弱い方は窒息などを招  
く危険性があります。無理は  
せず、個人の能力にあった食  
事をしてください。

歯を大切に  
しようね♪



竹田 香苗 歯科衛生士

身近な環境問題について関心を抱くきっかけに

## 神内小がごみ収集の様子を見学

神内小学校は9月10日、同小学校付近のごみボックスで  
ごみ収集の見学をしました。

これは、自分たちの出すごみがどのようにして運ばれて  
いくのかを見学することにより、収集している人たちの苦  
労やごみ処理の問題点について考えられるように、また身  
近な環境問題についても関心をもてるようになるために毎  
年行っているものです。

児童たちは、職員がごみをごみ収集車に入れる様子を見た  
後、ごみボックスの数やごみ収集車の容量などの質問をし、  
職員が丁寧に答えていました。

児童たちは「職員の人たちが重そうなごみ袋を片手で軽々  
と持っていてすごい」などと感想を話していました。



ごみ収集の様子を眺める児童たち

Town topics

9 / 10



もやし結びを体験する子どもたち

防災意識を高めよう

## 自衛隊が防災啓発活動を行う

自衛隊三重地方協力本部熊野地域事務所は8月14日、ウ  
ミガメ公園で防災啓発活動を行いました。

これは風水害など危機に面した際に、正しい対応を身に着  
け、防災意識を高めてもらうために開催されました。

参加した人たちは、命綱の結び方教室  
や令和2年7月豪雨災害派遣、新型コロナ  
ウイルス感染症に対する災害派遣など  
のパネル展を通して、自衛隊活動に理解  
を深めていました。

Town topics

8 / 14

敬老の日を前に高齢者訪問

## 山際さんの100歳の長寿を祝う

西田町長は9月7日、今年でめでたく100歳を迎える神内  
の山際きみへさんを訪問し、記念品と祝い金を贈りました。

山際さんは大正9年5月10日に和歌山県北山村で生ま  
れ、中学生のときに新宮市へ移住。20歳で結婚し、3人  
の子どもに恵まれました。平成20年から神内で暮らす次女宅  
で同居しています。現在は、週2回のデイサービスを利用  
しながら、在宅での生活を送っています。

山際さんに元気の秘訣と楽しみを伺ったところ「食べるこ  
ととデイサービス」と話していました。

町では、年内に81歳以上となる人を高齢者祝い金の対象  
としており、今年は、1,250人が対象で、そのうち100歳  
のお祝いの対象は5人でした。



山際さんに記念品を贈る西田町長

Town topics

9 / 7



01



02

01. くす玉を割って除幕を  
祝う。02. 河口付近に建立  
された記念碑。

Town topics

9 / 5

「命の道」熊野川河口大橋架橋を記念し建立

## 熊野川河口大橋記念碑除幕式を開催

町は9月5日、まなびの郷きらめきホールで、「熊野川河  
口大橋」記念碑除幕式を開催しました。

式典には、二階俊博衆議院議員をはじめ、鈴木英敬三重  
県知事、吉岡国土交通省道路局長、三重県・和歌山県両  
議会議員、町議会議員、架橋虹の会のみなさまなど多くの  
の方々にご出席いただきました。

記念碑は、この地域に防災・医療・地域連携強化と観光・  
産業振興など多大なる恩恵をもたらす「命の道」である、  
熊野川河口大橋の架橋を記念し、建立したものです。

正面の題字「熊野川河口大橋」は、二階俊博衆議院議員  
に揮毫いただき、背面には、熊野川河口大橋建設までの歩  
みを記述しています。



01



03



02



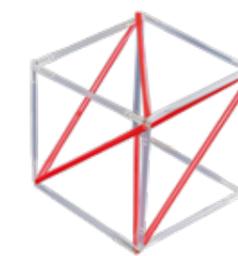
05



06

Town topics

9 / 3・7



耐震について学ぶストローハウス

01. 防災紙芝居を聞く児童たち。  
02. ダンゴムシのポーズになって揺  
れに対応。03. 児童にハイゼックス  
炊飯を説明。04. 液状化現象を体験。  
05. 完成したストローハウスを積み  
上げる。06. 完成した非常食用の  
ケーキのおいさをかく児童。

自然災害から身を守るため

## 井田小が防災教育活動を行う

井田小学校は防災教育として、9月3日に起震車による  
地震体験、7日に防災紙芝居や液状化実験、非常用炊飯の  
方法など、防災教育活動を行いました。

これは、いつ起きてもおかしくない南海トラフ地震や津  
波、頻発する台風や局地的大雨などの自然災害から、適切  
な判断で自分自身を守り、児童1人ひとりの防災力の強化  
を図ることを目的として行われました。

児童たちは、講師として訪れた井田自主防災会・県教育委  
員会などの説明を受けながら、地震体験や液状化実験、防  
災紙芝居、耐震について学ぶストローハウス作りなど、真剣な  
表情で取り組み、防災への意識を高めていました。



た お ひなの  
田尾 妃奈乃ちゃん(井田)  
平成29年10月28日生まれ  
忠さん & 彩さんの次女

いつもみんなを笑わせてくれるひなのです。ほめると伸びるタイプで、なんでもがんばっています。これからも元気いっぱい笑って過ごそうね♡…お母さんから



じょうない きつと  
城内 葵百ちゃん(井田)  
平成29年10月7日生まれ  
亮さん & 歩実さんの次男

ライダーとウルトラマンが好きで兄弟でよく戦っています。最近やっとお話ができるようになったきつとくん。これからたくさんお話しようね♡…お母さんから



うちだ りおん  
内田 李音ちゃん(鶴殿)  
平成29年10月5日生まれ  
歳巳さん & 朋香さんの長男

こんにちは、乗り物が大好きなりおんです。お気に入りにはウンボと消防車とミニの絵本です。これからはのんちゃんと仲よくしてね♡…お母さんから



やまもと がく  
山本 岳ちゃん(成川)  
平成29年10月11日生まれ  
大さん & 久恵さんの長男

乗り物が大好き、マイペースな岳がくです。この夏はプールや川でたくさん遊んだよ。もうすぐオムツもとれるかな!? これからも元気に育ててね♡…お母さんから

【募集】満3歳の誕生日を迎える子ども(平成28年12月・平成29年1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10月30日(金)まで。

空手道一色の青春

上地 葉月さん(鶴殿)



私は何を始めても長続きしない「三日坊主女」ですが、そんな私でも5歳から続けている数少ないことのひとつが、「空手道」です。これまで何度も「やめたい」「この試合が終わったらやめる」と言いながらも、長期間空手を休んでしまうと、ネジが外れてしまったように無気力になってしまいます。

結果、「空手道」とは私にはなくてはならない存在だと感じています。やめると言いながらも空手を続けていた中学校生活でしたが、自由気ままに過ごした結果、成績表は1、2ばかり。地元の高校にも行けないと言われていましたが、ある全国大会で空手道名門校の静岡県御殿場高等学校の監督から声

PROFILE

うえじ はづき さん

7年ぶりに地元に戻ってきた上地さん。「家族の大切さを改めて感じます。これまで家族に支えてもらった恩返しをしていきたいです」と話していました。



高校2年に女子団体形で全国準優勝

を掛けてもらいました。そのときは「絶対行かない!」と言ってしまったものの、一度練習に参加したいと感じ、8時間かけ静岡県まで行きました。そこで圧倒的な迫力の練習風景を見た瞬間、「私はここに入りたい」と強く思いました。悩みながらも家族に「御殿場高校に入りたい」と告白すると猛反対されましたが、唯一賛成してくれた兄に相談しながら家族と何度も話し、勉強にも励み、なんとか家族と学校に認めてもらいました。高校に入学してからは、全国優勝を目指しまっしぐらな日々でした。何もかもが厳しい世界。ケガが多く何度もくじけそうになりましたが、いつも家族が支えてくれました。すごく濃い3年間でしたが、結果は女子団体形で準優勝でした。優勝できなかった悔しい思いをしましたが、全力でやった結果なので悔いはありません。す

ごく厳しい生活を送った仲間は今でも一番の存在です。大学でも空手を続け、個人では全国大会で3位という結果になりました。最後の試合後には家族に感謝の言葉を伝え、お互い泣きながら抱き合いました。今年、7年ぶりに地元に戻ってきて、みんなに「おかえり!」と言ってもらえ、毎日家族と過ごせる幸せな日々を送っています。これまで支えてくれた家族へ改めて感謝、今後は違う形で恩返しができると思います。また、空手では現役を続けながら指導者としてもがんばっていきたくと思っています。と言いながら子どもたちより張り切ってしまう私です(笑)

11月号は井田の大玉直樹さんです。上地さんからは「厳しくも世話好きな大玉さん。次回の記事を楽しみにしています」

紀宝町の景色をフィルムに収めたい

坪田 弘樹さん(大里・21歳)

◆お仕事は??

高校を卒業してから携帯ショップ店員として働き4年目です。忙しくて大変なこともあります。「ありがとう」の声をいただいたときはすごくうれいですね。

◆趣味は??

少し前にカメラを買ったので、写真を撮ることが趣味です。また、動画を作成、編集することも好きで、たまにインスタグラムに動画を載せています。もしよかったら検索してください!



◆好きなタイプは??

たくさん食べる人がいいです。

◆旅行に行くとしたら??

メキシコ、インドへ行って、日本では見ることができない風景を撮影してみたいです。

◆今の目標は??

やせることです。今、体重が「3桁超えちゃっている」ので、上半身裸になって海に入れるように80キロくらいまで減らすのが今の目標です。

◆町のことが??

歩いているときにすれ違った人と気軽にあいさつが交わせるこの町が住みやすく大好きです。

kihoyoung No.176  
若い衆登場





# 10月

町の人口 - population -	
令和2年8月末現在(前月比)	
人口	10,756 (-25)
男	5,031 (-13)
女	5,725 (-12)
世帯	5,232 (-14)
	<small>(外国人を含む)</small>

## 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
- 鶴殿図書館 (32)4646
- まなびの郷 (32)0241
- 神内福祉センター (32)2023
- 鶴殿福祉センター (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!

## まどぐち国民年金

### 年金の予約相談をご利用ください

全国の年金事務所では、年金相談や年金請求等のお手続きの際、お客様のご都合にあわせてスムーズにご相談できる「予約相談」を実施しています。

ご予約をいただくと、相談内容にあったスタッフが事前に準備のうえ、対応いたします。

予約相談の申し込みは希望日の1か月前から前日まで電話にて受付しています。お申し込みの際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。

## 事業者のための経営相談窓口を設置

県よろず支援拠点では、新型コロナウイルス感染症拡大に伴う経営上の相談窓口を紀宝町に開設します。相談は何度でも無料です。

**【開設日】** 毎月第1・3水曜日

**【開設時間】** 10時～16時

**【開設場所】** 役場1階相談室

※原則予約制です。

▼詳しくは、公益財団法人三重県産業支援センター三重県よろず支援拠点(☎059-228-3326)までお問い合わせください。

## 三重県最低賃金が時間額874円に改定

三重県最低賃金は、令和2年10月1日から、1円引き上げられて「時間額874円」になりました。

この最低賃金は、年齢・雇用形態(パート・アルバイトなど)を問わず、三重県内で働くすべての労働者に適用されます。

なお、特定の産業に該当

ぜひ、年金の予約相談をご利用ください。

**【お問い合わせ先】**

- 田辺年金事務所新宮分室 ☎0735-22-8441
- 尾鷲年金事務所 ☎0597-22-2340

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

## 10月19日から25日まで は行政相談週間です

「行政相談」とは、国やNPO等による「年金相談」は、10月21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。

10月の尾鷲年金事務所職員による「年金相談」は、10月21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。

また、最低賃金の引き上げに向けた中小企業支援のための業務改善助成金制度などの支援策がありますので、ぜひご利用ください。

▼詳しくは、三重労働局賃金室(☎059-226-2108)までお問い合わせください。

## 10月1日から7日までは法の日週間です

10月1日から7日は法の日週間です。

津地方裁判所、津地方検察庁および三重弁護士会では、国民のみなさまに裁判員裁判をはじめとする刑事手続について理解を深めていただくため、次のとおり共同見学会を行いますので、ぜひご参加ください。

**【日時】** 10月15日(木) 午後1時30分～4時

**【場所】** 津地方検察庁

**【内容】** 裁判員裁判法廷・検察庁の取調室などの見学、裁判官・検察官・弁護士などによる刑事手続に関する説明

**【定員】** 18人(先着順)

TTなどの特殊法人等の仕事について、みなさんから苦情や意見、要望をお聞きし、その解決の促進を図る制度です。

総務省では、この行政相談制度をみなさんによく知ってもらい、利用してもらうため、10月19日(月)から25日(日)までの1週間を「行政相談週間」として、全国的にいろいろな行事を行っています。

紀宝町の行政相談委員は、久原章作さん(成川)と龍神弘重さん(鶴殿)です。わからないこと、困りごとなどがある方は、お気軽にご相談ください。

▼詳しくは、三重行政監視行政相談センター(☎0570-090-110)までお問い合わせください。

## 紀宝町民運動会の開催を延期

【参加費】 無料

【応募方法】 9月23日以降、次の申込先まで、電話でお申し込みください。

▼詳しくは、津地方裁判所総務課庶務係(☎059-226-4172)までお問い合わせください。

本年11月に開催を予定していた紀宝町民運動会(2年に1回実施)は、新型コロナウイルス感染症の感染予防、拡散防止の観点から、令和2年度には開催せず、令和3年度に延期します。

参加をご検討いただいていたみなさまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

▼詳しくは、町教育委員会(☎33-0341)までお問い合わせください。

**【日時】** ①10月15日(木) ②11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

## 未来への約束を公正証書が守ります

公正証書とは、法務大臣から任命された公証人が作成する公文書です。

遺言、任意後見(判断能力が低下した者の財産管理、生活支援)、離婚(養育費、慰謝料、財産分与)、土地建物の賃貸借、金銭の貸借、尊厳死宣言などを公正証書にしておくことで、権利争いを防ぎ、大切な財産を守るができます。

作成した公正証書(原本)は、公証役場で厳重に保管しますので、紛失や偽造・変造の心配がありません。

相談はすべて無料で秘密は厳守します。お気軽にご利用ください。

▼詳しくは、新宮公証役場(☎

## 今月(10月)の「紀の宝みなと市」

**【会場】** 役場1階相談室

**【予約方法】** ①10月7日(水)、②10月28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。

**【日時】** 10月10日(土) 午前9時～11時

**【場所】** 鶴殿港

▼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。

**善意をありがとう**

◆大里区  
◆浅里区

令和2年7月豪雨で被災した球磨村に義援金が送られました。

また、令和2年7月豪雨災害義援金として、町が各所に設置している義援金箱は、12月28日(月)まで役場、まなびの郷、相野谷診療所で受け付けておりますので、みなさまのご協力をよろしくお願いたします。

有料広告

AM8:30～11:00  
**モーニング500円が半額**  
※広告持参の方限定

お弁当・スイーツが**17時以降半額**

有効期間 2020年10/31(土)

※1枚につき2人利用できます。お1人あたり1回のみ利用可能です。ご利用の際は直接カウンターに直接この券をお渡しください。

**ウミガメ公園 ☎0735-33-0300**

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。

**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**

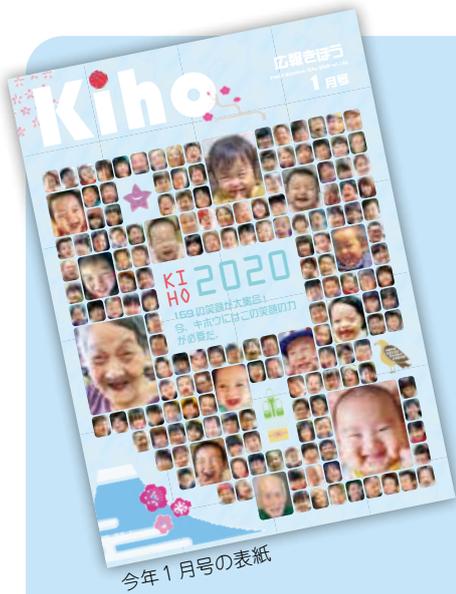
**木本高校「百年史」を販売**

木本高校が創立100周年を迎え、その記念に100年史(247ページ)を作成しました。懐かしい写真も多く掲載されています。ぜひお買い求め下さい。

(直接) 1冊1,700円 (郵送) 1冊2,000円 ※郵送の場合は郵便振替

直接販売 ▶木本高校にて販売しています。  
郵送販売 ▶いずれかの方法で住所、氏名、電話番号をお知らせ下さい。  
FAX 0597-85-2002(木本高校) ショートメール090-2182-7971(久保)  
ハガキ: 〒519-4324 熊野市井戸町681-5 久保治也宛

木本高校100周年記念事業実行委員長(同窓会会長)久保治也 ☎090-2182-7971



今年1月号の表紙

笑顔の

笑顔の写メール大募集!

# 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「笑顔の写メール大募集」を今年も行い、新年を飾る令和3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](mailto: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30日（月）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](mailto:koho@town.kiho.lg.jp)
- **入賞賞品**  
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・入選を選考し、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ご遠慮ください。
- 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。



## つむぎつむぎ

### 今年も笑顔の写メを大募集!

夏が過ぎ気がつけばもう来年の話をする時期になってきましたね。今回も来年の1月号の表紙を飾る笑顔の写メを募集させていただきます。

募集にあたり、いつもの笑顔にプラスして来年の干支の丑にちなんで人差し指を伸ばし頭の脇につけて牛のポーズをしてみたり、テーマ色を決め例えば赤い服や物を見に付けてみたりと新しい形でできないかと色々考えてはみたんですが、やはり今回も今までと同様に「笑顔」で募集させていただきます。

今年も本当に色々あった（なかった？）年でしたが、「笑顔」で新しい年を迎えるために、ぜひともみなさんの応募をお待ちしています！  
（年賀状を作るのはいつもギリギリ 愛野裕基）

### 国勢調査100年目を迎えて

今年、特集にもさせてもらいましたが、国勢調査が実施されてから100年目の節目を迎える年になります。

僕自身、国勢調査が100年も続いている調査だとは知らなくて、特集させてもらい、大変勉強になることが多くありました。

また、知らず知らずのうちに、周年記念を迎えているものも多く、ネットで調べてみると、今年「トラえもん」が連載開始50周年を迎えたり、「ちびまる子ちゃん」がアニメ化30周年を迎えたりなど、調べてみると多くのものが周年記念を迎えていました。

話は変わりますが、今年の国勢調査には、僕も調査員をさせていただいたので、もしかすると広報が出るころには、みなさんのお宅にお伺いしているかもしれませんので、その際はよろしくお願ひいたします。  
（下キトキしながらインターホンを押す 田中健太郎）



広報田中 田中健太郎



広報由良 由良ゆり