

第2次総合計画後期基本計画・第2期総合戦略の

パブリックコメントを募集します

町では、令和4年度から始まる「第2次紀宝町総合計画後期基本計画・第2期紀宝町まち・ひと・しごと創生総合戦略」の計画づくりを進めていくにあたり、町民のみなさんのご意見をお聴きし、新たな計画に活かしたいと考え、次のとおりパブリックコメントを募集します。

【提出方法】住所、氏名、意見（意見の箇所と内容）を記入し、郵送、電子メール、ファクスで送るか、または役場企画調整課窓口にて提出してください。

【募集期限】2月10日（木）

【公表方法】下のQRコードから町のホームページをご覧くださいか、または役場企画調整課窓口で閲覧できます。

▶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。



町HP

使用する薬を適切に管理、使用して

ポリファーマシー（多剤併用）を予防しましょう

多くの薬を服用することで、副作用などの有害な症状が起きることをポリファーマシー（多剤併用）といいます。適切な服薬は病気の悪化防止、健康の維持向上に必要です。薬の種類が多いことが必ずしも不適切なわけではありませんが、種類が増えるほど副作用が起こりやすくなるため、薬を適切に管理・使用する必要があります。

◆複数の薬を飲んでいて、副作用のような気になる症状があるときは

気になる症状があっても、勝手に薬を止めたり、減らしたりすることはよくありません。必ず、医師や薬剤師に相談しましょう。

◆お薬手帳は1冊にまとめましょう

お薬手帳は、同時に複数の医療機関や薬局を利用している場合でも、1冊にまとめましょう。医師や薬剤師が現在の服薬状況を把握することで、薬の重複や飲み合わせなどを確認できます。

▶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。

今一度人権問題について考えてみませんか

灘本昌久氏を講師に講演会を開催



灘本昌久さん

町では、京都産業大学文化学部教授である灘本昌久氏を講師にお迎えし、「新しい部落史とこれからの人権問題」をテーマに講演会を開催します。

灘本氏は、「現代社会と人権」をテーマに、人権問題や差別問題、同和問題を中心に研究されています。

入場料は無料ですので、ぜひご来場ください。

【日時】2月9日（水）午後6時～
（開場：午後5時30分）

※事前申し込みが必要です。

【場所】まなびの郷 きらめきホール

▶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。

音楽に合わせて楽しく体を動かしませんか

「スポーツボイス」体験教室の開催

4月から、介護予防事業「スポーツボイス」を「ゆったりコース」と「しっかりコース」に分けて開催します。次のとおり体験教室を開催しますので、ぜひご参加ください。

スポーツボイスは、音楽に合わせて声を出す全身運動で、飲み込む力や呼吸機能の向上が期待できます。

【対象者】65歳以上の紀宝町民

【開催日】2月22日（火）

【持ち物】飲み物、タオル、運動しやすい服装・靴

【会場・時間】

●ゆったりコース（激しい運動が苦手な方向け）

まなびの郷：午前9時15分～10時15分

鵜殿福祉センター：午後2時～3時

●しっかりコース（日ごろから運動している方向け）

まなびの郷：午前10時30分～11時30分

鵜殿福祉センター：午後3時15分～4時15分

【申込期限】2月18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。

日々の防災対策のひとつとして

防災行政無線が電話で確認できます！！

町では、自宅電話や携帯電話からフリーダイヤルにより、防災行政無線放送の内容を確認できるシステム（音声応答装置）を導入しています。放送の内容を確認したいときは、フリーダイヤルで同じ放送を聞くことができます。



フリーダイヤル

☎0120-334-119

▶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。

農業で楽しく体を動かしませんか

健康づくり農園の利用者を募集します



町では、健康づくり農園の入園者を募集します。募集内容は次のとおりです。

【場所・募集区画】

①紀宝町鵜殿 882 番地（鵜殿川瀬公園近く）

・・・15 区画

②紀宝町鵜殿 2047 番地 2（鵜殿上野住宅近く）

・・・4 区画

※いずれの区画も車の乗り入れはできず、また駐車場はありません。

【面積】1 区画約 15.0㎡

【利用料金】年間 500 円

【契約期間】契約日から令和5年3月31日まで
（原則1世帯1区画）

【申込期限】2月25日（金）

【申 込】申込書に記入押印のうえ、役場みらい健康課窓口へ提出してください。

▶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。