

# Kiho

広報きほう

Public Relations Kiho 2022 vol. 195

4月号

静かに咲く桜の花が告げる  
ひと足早い春の訪れ♪











# 紀宝町の柑橘

町内では、温暖な気候と土地条件を活かし、年中みかんが採れる地域として、温州みかんや不知火などさまざまな品種が栽培されています。



相野谷診療所

相野谷診療所では、4月1日から、現在、紀南病院内科医長の森本真之助医師が赴任します。今後も地域の実情に応じた医療を提供します。

付属浅里診療所や熊野市立紀和診療所などにおいて、地域医療に積極的に関わってきた経験と実績があることから、地域包括医療・ケア認定医としても認定されると予定と伺っております。

今後は、森本医師の専門的なご意見も伺いながら、災害に強いまちづくりと地域包括ケアシステムの推進をさらに強化していきます。

診療所事業についても、引き続き、外来診療および地域の実情に合わせた訪問診療や訪問看護の強化を図り、地域に愛される診療所としてご利用いただき、町民のみなさまの命と健康を守る充実した取り組みを進めていきます。

生産者のみなさまへの支援策としては、販路拡大や品質化、6次産業化に向けた取り組みを進めるとともに、小規模農家の方々にも安心して農業経営を続けていただけよう、引き続き国、県、関係機関と連携していきます。

また、町では柑橘類のPR、販路拡大、新規就農者の確保等に関する活動や体験園地にて実際に栽培に携わり、活動期間終了後に就農を目指していただける地域おこし協力隊を採用しました。任用時期については、本年4月を目標に手続きを進めており、着任後は活発な協力隊活動により町の柑橘振興が図られることを期待しています。

今後は、町が水道施設の管理運営を行っていきますので、有効に利活用いただけるよう給水の安定供給に努めていきます。

また、令和4年度には農業用排水路施設改修測量設計、集落道工事、桐原学農飲雜用水施設の県道舗装復旧工事、農業用排水路施設改修工事など、計11事業が予定されています。町としても、三重県と関係する農業者の方々との連携を密にし、円滑に事業が進捗するよう取り組んでいきます。

獣害対策については、「左害鳥獣駆除補助金」の支給



桐原淨水場

上水道の整備がなかった桐原地区で昨年完成した浄水場。今後は引き込みが完了した世帯から順次供給が可能となります。



田園風景

写真は、大里地区の田園風景。温暖な気候を活かして早場米の「あきたこまち」の栽培が行われています。



健康づくり

町と町山歩き部会では、運動習慣のきっかけや仲間づくりを目的として、定期的に山歩きやウォーキングなどを開催しています。



子育て支援

町では、子育ての悩みや不安を抱える方のために、保健師などによる子育てに関する相談体制を整えています。

医療・介護・予防・住まい・  
生活支援が一体的に提供さ

健康づくり施策

ト化する「みらい健康マムレージ」事業を引き続き実

の一つ  
れてい  
歳体操  
域ごと  
り組み  
す。

**鮎田水門**

今後起こるかもしれない南海トラフなどの巨大地震に備え、令和2年度から鮎田水門の耐震工事が実施されています。

**新宮紀宝道路  
熊野川河口大橋**

平成25年度に事業化され、平成30年度から町内で工事が着手され、事業が進捗しています。

**井内工業団地**

「パナソニックライフソリューションズ電材三重株式会社」の第2、3棟が完成し、令和3年4月から本格稼働されています。



**BRAND-NEW STORY**  
【ローカル to ローカル 新・連携プロジェクト】

**藤崎町との交流**

平成29年から特産品を中心とした「ローカル・トゥ・ローカル新連携プロジェクト」が青森県藤崎町と行われ、交流を深めています。

などによる獣友会の方々に対する支援、農地への獣害柵の設置による鳥獣侵入防止対策を実施するとともに、先進地事例や各専門家にご意見を伺いながら、町の地域特性に適した手法もさらにお検討していきます。

**林業および林道施策**

林業施策については、経営が困難となっている森林への対策として、行政や林業経営体に管理を移管していく「森林経営管理制度」に取り組んでいます。

また、住民への森林に関する関心を高め、森林の持つ公益的機能を保全し、山地災害の抑止に努めるため、公共施設の木材利用や、木のよさの普及啓発、間伐や支障木伐採などの森林整備について、「森林環境譲与税」および「みえ森と緑の県民税」を活用し、取り組んでいます。

町としても、新宮紀宝道路の令和6年秋の開通、紀宝熊野道路の早期工事着手に向け、引き続き、各同盟会、協議会において国や県、関係機関に要望するとともに、緊密に連携し、円滑な事業進捗を図れるよう、全力で取り組んでいきます。

**河川管理**

町としても、新宮紀宝道路の令和6年秋の開通、紀宝熊野道路の早期工事着手に向け、引き続き、各同盟会、協議会において国や県、関係機関に要望するとともに、緊密に連携し、円滑な事業進捗を図れるよう、全力で取り組んでいきます。

また、浸水被害軽減対策については、平成29年度から5年間、熊野川を緊急対策特定区間に設定し、河道掘削を実施いただいており、掘削した砂利は、県管理の井田海岸に養浜材として有効活用を行なうなど、国、県が連携して侵食対策を講じていただいている。相野谷川については、令和2年度から引き続き鮎田水門の耐震工事を実施いただいている。

**商工業の振興**

商工業の振興については、長引く新型コロナウイルス感染症の影響により、町内でも多大な影響を受けている事業者に対し、紀宝町商工会や町内商工業者のみなさまと連携を図り、さらなる支援に取り組んでいきます。

町内事業者の側面支援として、小規模事業者の経営安定等のため、融資を受けた場合の利子の一部補助や、小売業、飲食店、サービス業などを対象に地域に根ざした「起業」の支援を行う

今後も引き続き、熊野川・相野谷川の総合的な治水対策を継続して実施いただくとともに、掘削した砂利は、井田海岸侵食対策に養浜材として、さらに活用いただくよう要望していきます。

内川沿線で頻繁に発生する浸水被害に対し、安全な川づくりを目指すため、平成30年度に河川整備計画を策定し、令和元年度から大規模特定河川事業として、地質調査や測量設計等を進め、令和2年度から下流側の工事に着手していただきたい。

井田川についても、井田川沿線の浸水被害軽減を図るために護岸改修工事を実施していきます。

今後も浸水被害軽減が図られるよう、県、関係各位と緊密に連携し、安全な川づくりに向けて取り組みを進めていきます。

**道路整備事業**

井内工業団地については、平成27年から操業いただいている「パナソニックライフソリューションズ電材三重株式会社」様の紀宝工場において、第2、第3棟の増築工事が令和2年12月に完成し、令和3年4月から本格稼働されました。

新型コロナウイルス感染症拡大の情勢下にあって、新たな生産体制のもと、工夫を凝らした操業を行っていただきたいと、引き続き雇用の創出や地元工業への波及効果等にも大いに期待しています。

井内工業団地については、平成27年から操業いただっている「パナソニックライフソリューションズ電材三重株式会社」様の紀宝工場において、第2、第3棟の増築工事が令和2年12月に完成し、令和3年4月から本格稼働されました。

新型コロナウイルス感染症拡大の情勢下にあって、新たな生産体制のもと、工夫を凝らした



## 京城跡を見学

写真は、町指定文化財である京城跡を相野谷中学校の地域の史跡を学ぶ取り組み「京城を学ぶ」という授業の一環で、行われた学習活動の様子です。



## 令和4年成人式

写真は、今年開催された令和4年成人式の様子。令和5年以降は、成年年齢の引き下げにより名称を「二十歳を祝う会」として開催します。



## サイエンススクール

町では、さまざまな実験を通して、科学の不思議さにふれ、親しみを持ってもらえるようにサイエンススクールを開催しています。



## オンラインで交流学習

GIGAスクール構想により整備された1人1台端末により、だれ一人取り残すことのない教育の実現を目指しています。

びを実感するなかで、学びに向かう姿勢の向上と、学力向上に向けた取り組みを推進してきました。

今後、令和4年度における「全国学力学習状況調査」に向けて、学校、保護者、町教育委員会がそれぞれの役割を果たしながら、より豊かな学びを実現するため

に、継続的な取り組みを進めています。

また、町内の小・中学校

3校を拠点校として、授業改善に向けた公開授業研究会を開催し、大学教授等に指導・助言をいたなくなかで、すべての学校が全校体制で校内研修を継続するしくみを確保し、教職員の指導力向上、子どもたちの豊かな学びと、さらなる学力向上を目指しています。

## GIGAスクール構想

GIGAスクール構想により整備された、「一人一台端末」は、すべての小中学校において日常的に積極的な活用が始まっています。令和4年度には、町内全小中学校の全教室に電子黒板を整備していきます。

最先端のレベルに整備されたICT環境を最大限活用し、これまで培ってきた数多くの教育実践を組み合わせることで、新たな学習スタイル・授業スタイルを構築し、多様な学び方のもので、だれ一人取り残すことのない教育の実現を目指します。

## 幼児教育

幼稚教育については、「幼稚園教育要領」、「保育所保育指針」に共通に示されている「幼児期の終わりまでに育つてほしい姿」に沿って、豊かな教育・保育活動を行っています。

幼児期から児童期の教育は、子どもたちの生涯の学びの基礎となる極めて重要なものであり、「学びの基礎力の育成」という視点と共通理解のもとで、町教育委員会、福祉課、園教育要領、「保育所保育指針」に共通に示されている「幼児期の終わりまでに育つてほしい姿」に沿って、豊かな教育・保育活動を行っています。

小学校との連携をさらに強化し、保育所・幼稚園・小学校の円滑な接続のために、相互に保育・授業参観などの交流や、合同研修等の取り組みを充実させていきます。

また、うどの幼稚園においては、現在子育て支援を目的とした、平日は最長午後6時まで、教職員交流事業として、平成26年度から、小学校外国語活動や、算数・数学科における習熟度別少人数授業、「特別の教科道徳」などを視察研修し、事後研究会では両町の教職員が活発な意見交換を行うなかで、ともに授業力の向上を目指し、交流を深めていました。

令和2年度、令和3年度は新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、交流事業は中止となりましたが、

中能登町との交流事業、スポーツ交流事業については、平成26年度から継続的に、町体育協会、町スポーツ少年団関係者、小中学生、保護者等が相互に訪問し合い交流を深めるなかで、競技力の向上を図りながら、友好と親睦を深めています。

## 石川県中能登町

中能登町との交流事業、スポーツ交流事業については、平成26年度から継続的に、町体育協会、町スポーツ少年団関係者、小中学生、保護者等が相互に訪問し合い交流を深めるなかで、競技力の向上を図りながら、友好と親睦を深めています。

今後も交流事業を実施する計画です。

## 外国语教育

町ではALTを1名増員し、3名体制でより効果的な英語教育を推進していく予定です。増員したことで、児童生徒が授業や休み時間、放課後等の交流でALTと直に取り組んでいます。

内学校施設の適正管理を行い、よりよい教育環境の整備を進めています。また、学校施設等につきましては、今後も引き続き、町内学校施設の適正管理を行っていきます。

その学校や地域の特色を活かした取り組みを充実させ、学校、家庭、地域が連携・協働するなかで、子どもの豊かな成長を支える、「地域とともにある学校づくり」を推進していきます。

また、学校施設等につきましては、今後も引き続き、町内学校施設の適正管理を行っていきます。

## 学校運営協議会

「学校運営協議会制度」については、町内全小・中学校に本格導入して5年目となります。今後も引き続き、それ

ぞの学校や地域の特色を活かした取り組みを充実させ、学校、家庭、地域が連携・協働するなかで、子どもの豊かな成長を支える、「地域とともにある学校づくり」を推進していきます。

併せて、科学への興味・関心をより一層高めるとともに、親子で楽しみながら学べる環境づくりを目的として、実験や観察を中心に行なう環境づくりを実現する「サイエンススクール」を年3回程度実施していきます。

## 学校支援本部元気キッズ

成人式については、民法の一部改正により、本年4月1日から成年年齢が20歳から18歳になることに伴い、令和4年度には、町内全小中学校の全教室に電子黒板を整備していきます。

5年以降の成人式は、名称を「二十歳を祝う会」とし、当該年度に20歳を迎える方を対象として、毎年1月2日を18歳になることに伴い、令和4年度には、町内全小中学校の全教室に電子黒板を整備していきます。

## 生涯学習事業

生涯学習事業については、豊かな心を育む生涯学習が十分保証できるよう企画・運営していきます。

生涯学習事業については、豊かな心を育む生涯学習が十分保証できるよう企画・運営していきます。

## 図書館事業

地域の人材や文化などの財産を活かした活動などを展開しており、物作り教室、科学実験を楽しむ科学工作教室など

の各種体験学習事業や、子どもたちへの読み聞かせ事業、ALTを講師とした英会話教室などを開催しています。

地域の人材や文化などの財産を活かした活動などを展開しており、物作り教室、科学実験を楽しむ科学工作教室など

の各種体験学習事業や、子どもたちへの読み聞かせ事業、ALTを講師とした英会話教室などを開催しています。

鵜殿図書館の老朽化と交通アクセスの課題を解決するため、旧保健センターを有効活用

※予算については、来月発行の広報きほう5月号で紹介します。

## 社会体育事業

社会体育事業については、町民運動会や各種スポーツ大会等を開催し、子どもから高齢者まで幅広い年代層が運動を通して相互交流を深め、健康増進と日常的にスポーツに親しめる環境づくりを推進していきます。

社会体育事業については、町民運動会や各種スポーツ大会等を開催し、子どもから高齢者まで幅広い年代層が運動を通して相互交流を深め、健康増進と日常的にスポーツに親しめる環境づくりを推進していきます。

放課後に各小学校にて児童たちが自主学習に取り組む時間を設定することで、放課後の子どもたちの安全・安心の居場所づくりや、子育て支援にもつながる「放課後サポートスクール」を引き続き実施します。さらに、長期休業中に町内5小学校を会場にして、移動支所における「移動図書館」や小学校、保育所、老人介護施設などへの定期的な図書の貸出など、きめ細やかで機動的な図書館サービスをより一層充実させていきます。

また、平成23年度から開始した移動支所における「移動図書館」としてオーブンしました。さらに、子育て支援センターとの複合施設として、各関係機関と連携しながら、子育て支援をはじめ、子どもの読書活動の推進や地域の課題解決の支援に取り組むなど、地域活性化の一助となるよう取り組んでいきます。

町ではALTを1名増員し、3名体制でより効果的な英語教育を推進していく予定です。増員したことで、児童生徒が授業や休み時間、放課後等の交流でALTと直に取り組んでいます。

南 海ト ラフ 地震は およそ 100～150 年間隔で 繰り返し 発生して きた大規模地震です。

前回の南海トラフ地震 である 昭和東南海地震（1944年）および 昭和南海地震（1946年）が発生してから 70年以上が経過した現在、次の南海トラフ地震発生の可能性が高まつて きています。

紀宝町の最大震度は7

南海トラフ地震が発生した場合、紀宝町では、最大震度7の揺れが予想されています。震度7の揺れは、立っていることができず、はわないと動くことができない揺れです。

また、紀宝町の沿岸部では、地震が発生してから10分以内で津波が襲ってくる可能性があり、最大の津波高は12・46メートルと予測されています。

# マンガで学ぶ 南海トラフ地震

内閣府では、南海トラフ地震をマンガでわかりやすくご紹介しています。右QRコードからご確認ください。



内閣府



三重县

南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒）が発表されたら

南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒）が気象庁から発表された場合、町は表①の地区に避難指示を発令します。

該当する地区にお住まいの方は、安全が確保された親戚や知人の家などに避難するか、表②の避難先を臨時情報発表から警戒対応と注意対応期間として2週間、開設しますので避難してください。

なお、避難の際には、16ページの非常用持ち出し品を参考に、各家庭の状況に合わせて、必要なものをご持参ください  
▶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

◆表② 南海トラフ地震臨時情報（巨大地震警戒）が発表された際の避難矢印

| 地区 | 開設避難先                                | 地区  | 開設避難先   |
|----|--------------------------------------|-----|---|
| 井田 | 下り場集落センター、ウミガメ公園（3階以上）、井田小学校、上野農事集会所 | 北檜杖 | 北檜杖多目的集会施設  |
| 鵜殿 | 役場本庁舎（3階以上）、防災拠点施設5階、まなびの郷、鵜殿小学校     | 浅里  | 飛雪の滝キャンプ場、川丈班消防車庫                                   |
| 神内 | 神内小学校                                | 大里  | ふるさと資料館、田代体育館、中高年齢者就業改善施設、大里多目的集会施設、相野谷中学校、津本防災センター |
| 成川 | 成川防災備蓄倉庫、就業改善センター（3階以上）、上地多目的集会施設    | 井内  | 相野谷小学校  |
| 高岡 | 高岡防災センター                             | 平尾井 | 高齢者生産活動センター   |
|    |                                      | 桐原  | 桐原生活改善センター  |

※開設する避難先については、町防災メールおよび町ホームページ、防災行政無線などでお知らせします

南海トラフ地震臨時情報を  
知っていますか？

# 南海トラフ地震への備えをできることから一歩ずつ 特集 地震から身を守るために

特集

## 地震から身を守るために

# 今日からできる わが家の防災対策

**南海トラフ地震は30年以内の  
発生確率が70～80%**

南海トラフ地震は、静岡県の駿河湾から九州東部の日向灘沖にかけてのプレート境界を震源域として、過去に大きな被害をもたらしてきた大規模地震で、次の南海トラフ地震の発生確率は30年以内に70～80%と、いつ起きてもおかしくない状況です。

また、日本は世界有数の地震大国で、これまで多くの地震や津波による災害を経験してきました。そのため、南海トラフ地震だけでなく、そのほかの地震もいつ、どこで起きるのかわかりません。

突然襲ってくる地震から身を守るために、緊急地震速報や地震情報などを正しく理解し、迅速な避難（安全確保）および日ごろからの備えを行うことが重要です。

今回の特集では、南海トラフなどの地震に対する備えとして、理解する、準備する、行動するの3つの観点から、今日からできる防災対策をご紹介します。



## 02 準備する

地震が起きた時に

**日** ごろから災害に備え、非常時の持ち出し品を準備しておきましょう。

また、個人や家庭の事情に合わせ、必要なものだけを選べば、すぐ持ち出せるようになります。ユックなどに入れ、安全でわかりやすい場所に保管します。備蓄品は、年1回は点検することが大切です。

そして、大きな地震から身を守るために、建物の耐震化や家具の固定などを行うことも重要です。町では下記のとおり、補助を行っています。備えあれば良いなしです。もしものときに備え、この機会にぜひ、利用ください。



### 03 行動する

地震が起きたら

震が起きたら、まずは近くにある安全な場所で身を守る行動を最優先に取りましょう。大きな揺れを感じたらといって、いきなり外に飛び出るのは危険です。その後、揺れが収まつたらあわてず、転倒・落下した家具やガラスの破片に注意しながらドアや窓を開け、逃げ道を確保しましょう。震源が近いと津波警報・注意報が津波の襲来に間に合わないことがあるため、「揺れたら避難」を心がけ、ここなら安全と思わず、より高い場所に避難することが大切です。そして、避難する際は、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉め、徒歩で避難するようにしましょう。

しかし、いざというとき、焦らず行動するのは難しいものです。日ごろから家族と避難場所や避難経路を確認し、地図を用いておきましょう。



## 揺れを感じたらまずは身を守る行動を!!



**屋内で** 頭を保護して机の下など、頑丈な場所に隠れる



**屋外で** ブロック塀や電柱など、倒れる危険性のある場所から離れる



**沿岸部で** 津波の発生・襲来に備えて、安全な場所に避難する

## 災害時の連絡手段

災害時には、音声通話が集中し、電話が通じない場合もあり、避難後の家族間の安全確認をどのように行うか、事前に決めておく必要があります。連絡手段には、右の災害用伝言ダイヤルなどがあります。

また、LINEやFacebook、TwitterなどのSNSは災害時の安否確認や情報収集に役立ちます。一方で、災害時にはデマが拡散される恐れもあります。信頼できる情報が正しく判断し、利用するようにしましょう。

### 災害用伝言ダイヤル

| 手順 | 録音方法                               | 再生方法  |
|----|------------------------------------|---|
| ①  | 171にダイヤル                           |   |
| ②  | 録音の場合1<br>電話番号を入力する<br>×××-×××-××× | 再生の場合2<br>※被災地の方は自宅の電話番号、または、連絡を取りたい被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルしてください |
| ③  |                                    | ※携帯電話では、各社に災害用伝言板サービスがありますので、使用方法を事前に確認しておきましょう。                |

| [対象者] | 町内に住所を有する65歳以上の方のみの世帯 | 固定費                | 固定費                 | 木造住宅耐震シエルター設置補助 |
|-------|-----------------------|--------------------|---------------------|-----------------|
| [対象者] | 町内在住者                 | 固定用器具購入費用の補助を行います。 | 固定用器具購入費用(上限5,000円) |                 |
| [対象者] | 町内在住者                 | 固定用器具購入費用の補助を行います。 | 固定用器具購入費用(上限5,000円) |                 |
| [対象者] | 町内在住者                 | 固定用器具購入費用の補助を行います。 | 固定用器具購入費用(上限5,000円) |                 |

以下の非常時の持ち出し品の例を参考に、各家庭の状況に応じて必要なものを準備しましょう。

### ①枕元に置いておくもの

地震が発生したとき家中を安全に移動するためなどに必要なもの

- 懐中電灯
- スリッパ・くつ
- 笛
- 手袋(軍手)

### ②非常持ち出し品

すばやく家の外に出て避難するためにすぐ持ち出せるように必要なものだけを選んでおく

#### ●情報の収集・確認

- 携帯ラジオ □乾電池
- 携帯電話・スマホ(充電器も)
- 連絡先の控え
- 身分証明書のコピー
- 筆記用具・メモ帳
- ハザードマップ・地図

#### ●衛生用品など

- 救急・応急手当セット
- ウェットティッシュ
- タオル(手ぬぐい)
- カイロ □携帯トイレ
- ビニール袋 □消毒液

#### ●貴重品

- 現金…小銭を多めに
- 預貯金通帳 □印鑑
- 家・車のキー(予備)

### ③備蓄品

避難生活を送るうえで必要なもの、最低3日間は自足できる分の水や食糧、停電や断水に対応できる物品など

- 水…1人1日3ℓを目安に
- 食糧 □簡易トイレ
- 水タンク □ビニール袋
- ブルーシート □着替え
- 生活用品(ラップ・食器・ガムテープ・ロープ)
- 衛生用品(歯ブラシ・除菌スプレー・ドライシャンプー・トイレットペーパー)
- カセットコンロ

## 耐震などの町の補助制度

▼詳しくは、役場総務課防災対策室(033-03335)まで。

【対象者】町内に住所を有する65歳以上の方のみの世帯

【固定費用】無料(3個以内、3個を超えた分については、本人の負担)

【高齢者世帯家具固定補助】

【対象者】町内に住所を有する65歳以上の方のみの世帯

【固定費用】無料(3個以内、3個を超えた分については、本人の負担)

【対象者】町内在住者

【固定費用】無料(3個以内、3個を超えた分については、本人の負担)

【家具固定器具購入補助】

【対象者】町内在住者

【固定費用】無料(3個以内、3個を超えた分については、本人の負担)

【耐震診断の評点が0・7未満と診断された住宅の1部屋補強工事や耐震ベッドを設置の費用を補助します。】

【対象住宅】昭和56年5月31日以前に着工された住宅

【補助金額】設計費用の3分の2以内(上限18万円)

【耐震診断の評点が0・7未満と診断された住宅の1部屋補強工事や耐震ベッドを設置の費用を補助します。】

【対象住宅】昭和56年5月31日以前に着工された住宅

【補助金額】設計費用の3分の2以内(上限25万円)

【木造住宅耐震シエルター設置補助】

【対象住宅】昭和56年5月31日以前に着工された住宅

【補助金額】設計費用の3分の2以内(上限18万円)

【木造住宅耐震補強設計補助】

【対象住宅】昭和56年5月31日以前に着工された住宅

【補助金額】工事費の一部(上限100万円)

【木造住宅耐震補強等補助】

【対象住宅】昭和56年5月31日以前に着工された住宅

【補助金額】工事費の一部(上限100万円)

【耐震診断の評点が0・7未満と診断された住宅の耐震補強工事を行うための設計の費用を補助します。】

【耐震診断の評点が0・7未満と診断された住宅の耐震補強工事を行うための設計の費用を補助します。】

【対象者】町内在住者

【診断費用】無料

【耐震性の確認と、概算補強工事費の情報を提供します。】

【対象住宅】太組工法は、対象外

【耐震診断の評点が0・7未満と診断された住宅の耐震補強工事の費用を補助します。】

【耐震診断の評点が0・7未満と診断された住宅の耐震補強工事を行うための設計の費用を補助します。】

【耐震性の確認と、概算補強工事費の情報を提供します。】

【対象者】町内在住者

【耐震診断の評点が0・7未満と診断された住宅の耐震補強工事を行うための設計の費用を補助します。】

【耐震性の確認と、概算補強工事費の情報を提供します。】

【対象住宅】太組工法は、対象外

【耐震診断の評点が0・7未満と診断された住宅の耐震補強工事を行うための設計の費用を補助します。】

【耐震性の確認と、概算補強工事費の情報を提供します。】

【木造住宅耐震診断】

18歳から大人できること

18歳から大人できること

20歳から

## お酒やたばこは 20歳になってから

成年年齢が18歳に引き下げられても、健康面への影響・非行防止・青少年保護などの観点から、お酒を飲んだり、たばこを吸ったりすることができるのは20歳になってからです。



18歳から成人になっても、今まで通りのこともあります。正しい情報を得て、注意して行動しましょう。

20・21歳から

## 大型・中型自動車免許の取得

大型免許の取得可能年齢は21歳、中型免許の取得可能年齢は20歳で、いずれも成年年齢の引き下げ前後で変更はありません。

### 【なぜ変更がないの？】

大型免許の場合は3年以上、中型免許の場合は2年以上の免許経験が、免許取得の要件になっているため、必然的に上記の年齢制限が維持されています。



成年年齢が令和4年4月から、これまでの20歳から18歳に引き下げられます。大人になるとできるようになることが増え、父母の親権から離れ、親の同意がなくても自分の意志で契約ができるなど、さまざまな責任も生じてきます。今回の特集では、18歳で大人になると何が変わるのが、また変わらないことは何なのか、消費者トラブルの未然防止などを紹介します。



政府広報オンライン

18歳から

## 婚姻開始年齢が男女とも18歳へ

これまで、女性の婚姻開始年齢は16歳と定められており、18歳とされている男性の婚姻開始年齢と異なっていましたが、今回の改正で、女性の婚姻年齢が18歳に引き上げられ、男女の婚姻開始年齢が統一されました。



18歳からできることが今までよりも増えています。今一度、大人としての自覚を持ち、行動しましょう。

# 18歳から大人に

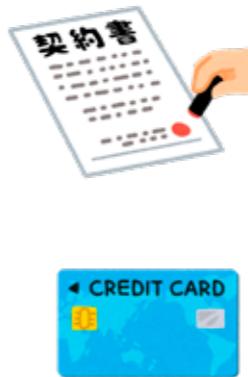
特集 令和4年4月1日より

18歳から

## 親の同意がなくても契約できる

### 【民法上できる契約】

- ・携帯電話の契約
- ・賃貸契約
- ・車などのローンの契約
- ・クレジットカードを作る など



成年年齢が18歳になると上記のような契約を自由に一人でできるようになる一方で、責任が伴います。成人すると未成年者取消権は行使できないため、安易な契約は交わさないよう注意しましょう。

20歳から

## 公営ギャンブルや国民年金への加入義務など

公営ギャンブルと呼ばれる競馬・競輪・競艇・オートレースなどは、ギャンブル依存症対策などの観点から20歳になってから解禁となります。

### 【そのほか 20歳以上から解禁のこと】

養子を迎えることや獵銃を所持すること、国民年金への加入義務などは、20歳以上から解禁となります。



18歳から

## 10年有効パスポートの取得や国家資格取得など

民法の成年年齢は、民法以外の法律において各種の資格を取得することや各種行為をするための必要な基準年齢とされていることから、例えば、10年有効パスポートの取得や、公認会計士や司法書士などの国家資格に基づく職業に就くこと（資格試験への合格などが必要）、家庭裁判所において性別の取扱いの変更審判を受けることなども、18歳でできるようになります。



## \interview/



詐欺に遭わないか  
不安でいっぱいです

木本高等学校  
瀬古 修平 さん(17)  
Seko Shuhei

制限などがなくなり自由になるのはうれしいけど、詐欺などに遭わないか不安です。甘い言葉には惑わされないように気をつけます。

また、契約の意味や方法など分からぬことばかりなので、今から自分でも調べて、慎重に判断できる「大人」になりたいです。



「大人」って不思議

木本高等学校  
小倉 優利 さん(17)  
Ogura Yuki

「大人」というのは、「何でも自分でできて、自立している」というイメージなので、誕生日を迎えたら、「大人」というのは実感が湧かないし、不思議な気持ちです。

18歳から契約などはできるようになることや、大型・中型の自動車免許の取得は20歳以上からなど、知らないことがたくさんあるなと思いました。

## 成人式はどうなる？

成人式の対象年齢や時期は、法律による決まりがなく、各自治体の判断で開催します。

町では成年年齢引き下げ後も、これまでどおり当該年度に20歳を迎える方を対象とし、名称を「二十歳を祝う会」として、毎年1月2日に式典を開催する予定です。

離婚による  
養育費はどうなる？

取り決めをした時点で20歳だと、引き下げ後でも20歳になるまで養育費を支払う義務があります。

養育費は、経済的な自立が期待できない場合に支払うものなので、子どもが成年に達しても自立していない場合は養育費の支払い義務を負うことになります。



## いつから変わる？

成年年齢が20歳から18歳に変わるのは、令和4年4月1日からです。明治時代から約140年間、日本での成年年齢は20歳と民法で定められていましたが、選挙ができる年齢が18歳に引き下げられたことなどから、平成30年に民法の改正が行われました。

次のページで生年月日別に成年になる日が確認できます。



## 成年年齢確認表

| 生年月日                    | 成年になる日   | 成年年齢 |
|-------------------------|----------|------|
| 平成14年4月1日以前             | 20歳の誕生日  | 20歳  |
| 平成14年4月2日～<br>平成15年4月1日 | 令和4年4月1日 | 19歳  |
| 平成15年4月2日～<br>平成16年4月1日 | 令和4年4月1日 | 18歳  |
| 平成16年4月2日以降             | 18歳の誕生日  | 18歳  |

トラブルのきっかけとして多いのは、SNSの広告や書き込みにだまされたり、SNSで知り合った人から誘われたりすることです。SNSは、便利なコミュニケーション手段であると同時に、悪質商法の誘惑などに使われやすいので、使い方を誤らないようにしましょう。また、友人などから誘われるケースも少なくないのですが、うまい話はうのみにせず、きつぱり断りましょう。

未成年者が親の同意を得ずして、18歳になると「未成年者取消権」によって、その契約を取り消すことができ、未成年者の消費者トラブルを抑止する役割をはたしています。しかし、18歳になると「未成年者取消権」が使えなくなったりが多発しているので、十分に注意しましょう。

## トラブルのきっかけ

## Case Study

## 定期購入

サプリを低価格で1回限りの購入のつもりで申し込んだが、支払総額が高額な定期購入だった。

## Advice

契約内容を  
しっかり確認

- インターネット通販をはじめ通信販売では、クーリング・オフ制度はありません。
- 解約条件・方法をしっかり確認しましょう。
- 証拠として、事業者に連絡した記録を残しましょう。

## Case Study

## もうけ話

友人にもうかる情報商材を勧説され、50万円借金をして契約をしたが、もうからなかった。

## Advice

カフェなどの  
うまい話には注意

- 投資にはリスクがあります。
- クレジットカードでの高額決済や借金をしてまで契約しないようにしましょう。
- 被害者の立場から加害者になり、友だちを失う可能性もあります。

## Case Study

## 美容医療

美容整形外科クリニックで施術を受け、顔全体が内出血を起こし生活に支障が出た。

## Advice

ほんとうに  
自分に必要な？

- 使う薬などがどのようなもののかしっかり理解しましょう。
- 効果だけでなく危険度や副作用についても知り、納得したうえで自分で判断しましょう。

## 契約や買いもので困ったときは…

不安なときは気軽に相談窓口に電話してみましょう。消費生活ホットラインに電話すると近くの消費生活相談窓口につながります。

消費者トラブルについて、消費生活相談員が助言による解決・支援します。

勧説の仕方や契約内容など事業者側に落ち度があれば解決に向かうことがあるので、あやしいと感じたら、すぐに相談しましょう。

## 消費者ホットライン ☎ 188

マイナンバーカードの取得はお早めに

## マイナポイント第2弾が始まりました！

町では、マイナポイントの申し込みを支援しています。希望される方は、下記の申し込みに必要なものを準備のうえ、役場税務住民課窓口までお越しください。また、窓口のほかに、郵便局や携帯ショップ、スマートフォンやパソコン（カードリーダが必要）などでも申し込みができます。

### ①マイナンバーカードを取得した方

【ポイント付与】最大 5,000 円相当のポイント

【申込開始時期】令和 4 年 1 月 1 日から

【申込期限】令和 5 年 2 月 28 日

※令和 3 年 12 月末までにマイナポイント第 1 弾に申し込んだ方で、まだ 20,000 円のチャージやお買い物を行っていない場合（最大 5,000 円までポイント付与を受けていない方）は、令和 4 年 1 月 1 日以降も引き続き、上限までポイントの付与を受けることができます。

### ②マイナンバーカードの健康保険証として利用申し込みを行った方

【ポイント付与】最大 7,500 円相当のポイント

【申込開始時期】令和 4 年 6 月ごろ

【申込期限】令和 5 年 2 月 28 日

※すでに利用申し込みを行った方も含みます。

### ③公金の受取口座の登録を行った方

【ポイント付与】最大 7,500 円相当のポイント

【申込開始時期】令和 4 年 6 月ごろ

【申込期限】令和 5 年 2 月 28 日

#### ◆申し込みの注意点

- ①～③のマイナポイントを申し込むには、令和 4 年 9 月末までにマイナンバーカードの交付申請を済ませた後、マイナンバーカードを取得しておく必要があります。
- マイナンバーカードは、申請から交付までに約 1 か月かかるため早めの申請をお願いします。
- ②、③のポイント付与の開始時期など、最新の情報は、右の QR コードからマイナポイントホームページをご確認ください。



マイナポイント HP

#### ◆申し込みに必要なもの

- マイナンバーカード
- マイナンバーカードのパスワード（数字 4 枚）
- マイナポイントを申し込むキャッシュレス決済サービスのカードや、アプリをインストールしたスマホなど

▶必要書類など、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。



## マイナンバーカード休日特別窓口を開設します

町では、お仕事などで平日に来庁が困難な方のために、マイナンバーカードの休日特設窓口を次のとおり開設します。

マイナンバーカードの申請方法が分からぬ方への申請支援や写真の無料撮影、マイナンバーカードの交付、電子証明書の更新などを行っています。お手続きには時間がかかるため、時間に余裕を持ってお越しください。

#### 【日時】

4 月 10 日（日）、5 月 8 日（日）、6 月 12 日（日）、7 月 10 日（日）、8 月 14 日（日）、9 月 11 日（日）

※いずれも午前 8 時 30 分から正午まで

#### 【場所】

役場税務住民課窓口  
※ご来庁の際は、一度役場税務住民課までお問い合わせください。

「資源」と「ごみ」 正しく分別して出しましょう

## ごみ収集カレンダーをご活用ください

町では、ごみ収集日程を掲載した「ごみ収集カレンダー」を今年度も発行しました。

今月号の広報きほうと一緒に各世帯に配布しますので、ご活用ください。

#### ごみを出す際の注意点

- きちんと分別をして、決められた日の朝 8 時 30 分までに出してください。
- 猫やカラスに荒らされないように、ごみは必ず、ごみボックスの中に入れてください。
- ごみボックスがいっぱいのときは、翌日以降に出してください。

なお、「保存版・資源とごみの正しい分け方」を、ごみ収集カレンダーに折り込んでいます。

ごみの分類がイラストで分かりやすく載っていますので、ぜひご活用ください。

※紛失した場合は、環境衛生課で再配布します。

▶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。



令和 4 年度版ごみ収集カレンダー



ごみ収集カレンダー



分別方法表

子どもたちが豊かな環境のなかで教育を受けられるために

## 町内の教育機関などでベルマークを集めています

町内の教育機関などでは、教育環境の改善に役立てるため、ベルマークを収集しています。

これまでに集めたベルマークで、一輪車や掃除機、CD ラジカセなどの教材や備品・図書を購入しました。

以下の教育機関などでベルマークを回収していますので、ご協力をお願いします。

#### 【回収場所】

まなびの郷 うどの幼稚園  
相野谷中学校 相野谷小学校



※回収方法などは、各回収場所にてご確認ください。

ベルマークで  
交換した一輪車

#### ◆ベルマーク運動とは

ベルマーク運動はすべての子どもに等しく、豊かな環境のなかで教育を受けさせたいという願いから、1960 年に始まりました。

協賛会社の対象商品についているベルマーク 1 点を 1 円で換算して、教材や備品と交換できます。

さらに、交換したものの代金の 10% がベルマーク財団に援助金として寄付され、その援助金で災害被災学校や特別支援学校などの援助をしています。

ベルマーク運動には、「自分たちの教育環境づくり」と「教育援助」という 2 つの機能があります。

▶詳しくは、町教育委員会（☎ 33-0341）までお問い合わせください。



#### Information 役場各担当課

申請書などを提出される際の負担を軽減するため

## 役場への提出書類が原則ハンコ不要に

町では、行政手続きにおける書類の見直しを行い、申請書や届け出を提出される際の負担を軽減するため、4月1日から住民のみなさんが役場にご提出される書類の押印を原則不要とします。押印を廃止した申請書などの一覧表は町ホームページにて掲載しますので、ご確認ください。

ただし、実印や銀行印が必要な手続きや診断

書のように第三者が作成する書類などについては、引き続き押印が必要となります。

また、手続きの内容によっては、本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証など）の提示をお願いする場合があります。

▶詳しくは、役場各担当課までお問い合わせください。

#### Information 町教育委員会

子どもたちが安心して学べる環境づくりを支援します

## ご存知ですか？「就学援助費」制度



就学援助費制度とは、経済的な理由により就学が困難と認められる児童・生徒について、学用品や学校給食費、修学旅行費などの費用の全部または一部を援助する制度です。

小・中学校に在学中、または今春入学する児童・生徒のご家庭で、受給を希望される方は、町教育委員会まで申請してください。

なお、すでに新入学児童生徒学用品費を受給されている方も忘れずに申請してください。

#### 【対象者】

経済的な理由により生活が困窮していると認められる児童・生徒の保護者

#### 【申込方法】

小・中学校および町教育委員会に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、学校へ提出

#### 【申込期限】

4月28日（木）

▶詳しくは、町教育委員会（☎ 33-0341）までお問い合わせください。

#### Information 役場総務課

町公平委員会委員に

## 山田十司さんを再任！

3月1日に開催された令和4年第1回紀宝町議会定例会において、議案「公平委員会委員の選任について」が議決（同意）され、山田十司さん（井田）が公平委員会委員に再任されました。

任期は、令和4年3月9日から令和8年3月8日までの4年間となります。

▶詳しくは、役場総務課（☎ 33-0333）までお問い合わせください。

#### Information 役場総務課

町監査委員に

## 坂地謙一さんを新任！

3月1日に開催された令和4年第1回紀宝町議会定例会において、議案「監査委員の選任について」が議決（同意）され、坂地謙一さん（井田）が監査委員に新任されました。

任期は、令和4年3月9日から令和8年3月8日までの4年間となります。

▶詳しくは、役場総務課（☎ 33-0333）までお問い合わせください。

#### Information 県地域経済復活支援金事務局

県内の中小企業者などの事業継続・回復を支援

## 三重県地域経済復活支援金を給付します

県では、令和4年1月のまん延防止等重点措置発出に伴う経済活動の停滞などによる影響により、特に厳しい状況にある県内の中小法人・個人事業者などの事業継続・回復を支援するため、支援金を支給します。

#### 【給付対象】

下記の①～③を満たす、中小法人・個人事業者が給付対象となります。

①まん延防止等重点措置発出に伴う経済活動の停滞などによる影響を受けた

②県内に本店または、主たる事業所を有する

③令和4年1月～3月のいずれかの月の売上が、前年（令和3年）、前々年（令和2年）または前々前年（平成31年）の同月と比べて30%以上減少している  
※国の「事業復活支援金」と併せて利用できます。

※令和4年1月～3月に実施される三重県飲食店時短要請等協力金との併用はできません。ただし、令和4年1月～3月のいずれかの月の飲食店時短要請等協力金の受給（見込）額が支給額に1/3を乗じた額を下回る場合、該当月ごとにその差額を支給します。

【申請期限】6月15日（水）

【上限額】中小法人 30万円、個人事業者 15万円

#### 【支給額】

○国の事業者復活支援金を受給している場合

[比較年の1～3月の売上合計一対象月（※）の売上×3] 一国の事業復活支援金の受給（予定）額×3/5

○国の事業者復活支援金を受給していない場合  
比較年の1～3月の売上合計一対象月（※）の売上×3  
※対象月とは、令和4年1月～3月のいずれかの月で比較年の同月比で売上が30%以上減少した月のことです。

▶詳しくは、三重県地域経済復活支援金ホームページをご覧いただくか、相談窓口（☎ 059-224-2838）までお問い合わせください。



県庁ホームページ

#### Information 役場福祉課

令和4年4月以降、0.2%引き下げ

## 特別児童扶養手当等の手当額が決まりました

2021年全国消費者物価指数の実績値（対前年比0.2%減）が公表されました。特別児童扶養手当等の各手当については、毎年の消費者物価指数の変動に応じて手当額を改定するスライド措置がとられています。そのため、令和4年4月以降の各手当額については、0.2%引き下げられます。

|              | ～令和4年3月（月額）                      | 令和4年4月～（月額）                      |
|--------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 特別児童扶養手当（1級） | 52,500円                          | 52,400円                          |
| 特別児童扶養手当（2級） | 34,970円                          | 34,900円                          |
| 特別障害者手当      | 27,350円                          | 27,300円                          |
| 障害児福祉手当      | 14,880円                          | 14,850円                          |
| 福祉手当（経過措置分）  | 14,880円                          | 14,850円                          |
| 児童扶養手当（全部支給） | 43,160円                          | 43,070円                          |
| 児童扶養手当（一部支給） | 43,150～10,180円<br>(所得に応じて決定されます) | 43,060～10,160円<br>(所得に応じて決定されます) |

▶詳しくは、役場福祉課（☎ 33-0339）までお問い合わせください。



## 町営浄化槽の設置は 指定工事店にご相談を

**指定工事店が  
浄化槽を設置します**

町では、平成20年度から町が浄化槽を設置し、維持管理も行っていく「紀宝町営浄化槽整備推進事業」での浄化槽整備を行っています。

これから、浄化槽の新規設置や設置替えを希望される方は、町営浄化槽指定工事店（表①参照）が設置や申請を行いますので、お気軽にご相談ください。なお、設置に伴う分担金（表②参考照）は記載のとおりです。また、町

管浄化槽への設置促進策として、くみ取り式便所や単独浄化槽からの設置替えに、補助金（表③参照）があります。補助金を活用して、町管理の浄化槽設置をご検討ください。

▼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。

表① 町営浄化槽指定工事店名簿

| 事業者名              | 電話番号    |
|-------------------|---------|
| 株AQUA WATER WORKS | 32-2676 |
| 丸玉水道              | 22-4908 |
| 株仲西水道工事店          | 31-7236 |
| 株協和水道設備商會         | 22-6067 |
| 栗山水道              | 32-3284 |
| 南紀プロパンガス株         | 21-3636 |
| 谷口設備              | 32-1785 |
| 有山口浄化槽工業所         | 22-3805 |
| 畠野水道              | 32-3526 |
| 株山口建設             | 33-0010 |

※順序は、受け付け順。

表② 浄化槽設置分担金の額

| 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 |

表③ 浄化槽設置替え補助金の額

| 補助金の内容     | 補助金の額 |
|------------|-------|
| 浄化槽までの配管費用 | 上限6万円 |
| 単独浄化槽の撤去費用 | 上限9万円 |



# 地域おこし協力隊活動日誌

vol.59

3年間ありがとうございました！

3月末日を持って「地域おこし協力隊」の任期が満了となり、活動が終了しました。

3年前に新卒で紀宝町の地域おこし協力隊に任命されたときは、ほかの協力隊の方と比べて業務経験や専門知識が乏しく不安しかありませんでした。しかし、周りの方のサポートのおかげでこれまで活動することができました。

ウミガメ公園での3年間の活動を振り返ると、飼育設備や展示生物が充実しただけでなく、お客様に町のシンボルであるウミガメの保護活動や、世界遺産である七里御浜を知っていただけるようなイベントも行うことができました。

また、新型コロナウイルス感染症が流行して以降は、SNSを通じてウミガメの保護活動や魅力を発信し、たくさんの方にウミガメ公園の存在を知っていました。

ただ、任期中に達成したい目標のひとつであった、ウミガメ類の繁殖が成功できなかったことはとても悔しいですが、退任後もウミガメ公園の飼育員を続けさせていただくので、引き続



ウミガメ公園

き、さまざまなことにチャレンジをしていき、今後もウミガメ公園の飼育員として紀宝町を盛り上げたいと思います。

ウミガメ公園にお越しの際には、声をかけてくれるとうれしいです。最後になりますが、みなさん3年間ありがとうございました。これからもよろしくお願いします。

## 紀宝警察署 からのお知らせ

### 三重県警察官を募集！

三重県警察では、警察官の採用試験を次のとおり実施します。

**【申込期限】** 4月13日（水）

**【試験日】** 5月8日（日）

**【受験資格】** 昭和62年4月2日以降に生まれた方で、大学（短期大学を除く）を卒業した方および、令和5年3月31日までに大学を卒業見込みの方



▶詳しくは、三重県職員採用案内 HP (<http://www.pref.mie.lg.jp/saiyo/>) まで。

—— 紀宝警察署（☎33-0110）——

## ごみは資源のコーナー

### 春の家庭用粗大ごみ 戸別訪問収集を行います！

4月中旬から6月にかけて、家庭用粗大ごみの戸別訪問収集を行います。地区によって、申込日や収集日が異なります。期限厳守のうえ申し込んでください。

詳しくは、今月号に折り込みのチラシ（家庭用粗大ごみ戸別訪問収集について）をご覧ください。

**ポイント♪**  
粗大ごみを出す際には、「粗大ごみ」と大きく張り紙し、当日8時30分まで、玄関前など分かりやすい場所に置いてください。



— 役場環境衛生課（☎33-0338） —

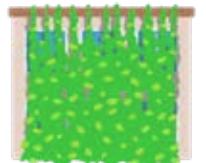
## シリーズ ストップ地球温暖化 その143

### 家庭ができる温暖化対策

～できることから始めよう～

今月のテーマ ゴーヤの苗

グリーンカーテンを作ろう！



**【申込】** 窓口、電話などで、氏名、住所、電話番号、数名をご連絡ください。  
**【配布】** 5月中旬～下旬を予定しています。申し込みされた方には後日連絡します。  
**【期間】** 4月1日(金)～28日(木)  
03338)まで。

▼申し込みなど、詳しくは役場環境衛生課（☎33-0338）まで。

ドの防止に効果のあるグリーンカーテンの普及を目的に、ゴーヤの苗を配布します。窓全体に張り巡らしたネットに、ゴーヤなどツル植物を絡ませて窓を覆う「グリーンカーテン」は窓から漏れる日差しを遮り、室内温度の上昇を抑制することで、エアコンなどの使用を抑え、節電効果が期待できます。また、育てたゴーヤの実は食べることができます。ゴーヤはビタミンCや食物繊維など、栄養が豊富ですので、収穫したゴーヤをチャンプルーなど、おひたしにして夏バテを防止しましょう。

**節**

電意識を図り、地球温





今日は中口紀子保健師

## 「春バテ」を予防しましよう

春

は、気圧の変化や寒暖差が大きく、入学や転勤など生活環境が変化する季節です。そのため、気づかぬうちにストレスが溜まる、自律神経が乱れ、「春バテ」の要因のひとつとなります。

「春バテ」はだるさ、眠気、肩こりなどの不調を引き起こしますが、生活習慣を改善することで予防につながります。

- ① **身体を冷やさない**  
寒暖差によって身体を冷やさないよう、体温調節のできる服装を心がけたり、適度な運動で血流・代謝を高めましょう。
- ② **1日3回しつかり食べる**  
歯むき動作によって脳は安らぎを感じ、食事の時間を確保することで心に余裕も生まれます。
- ③ **質のよい睡眠**  
寝る1時間前からスマホの画面を見ないようにする、入浴で身体を温めておくなど、リラックスした状態を整えることが大切です。
- ④ **口中はちょっと「いやなこと」をしよう**  
・洗濯物を干すときは一枚ずつしゃがんで取つて干し、スクワットを取り入れる  
・調理中にかかとを上げる  
・床掃除は掃除機ではなく、雑巾がけにする

浴で身体を温めておくなど、リラックスした状態を整えることが大切です。

また、蒸しタオルやアイマスクなどで目を温めてマッサージをするとよりリラックスできます。

Health



竹田仁香歯科衛生士

竹田歯科衛生士の歯の健康ひとコメモ その194

今日のテーマ

## フッ化物配合歯みがき剤

みがき剤には、「むし歯予防」「知覚過敏ケア」「歯周病予防」、「歯みがき剤の表示を参考に、それぞれの症状や目的に合わせて選びましょう。

たとえば、むし歯予防にはフッ化物配合のものが効果的です。特に歯質が弱いなど、むし歯になりやすい方には「フッ化物」の濃度が1.000~1.450PPMの歯みがき剤がおすすめです。

また、40代以降は歯周病の進行などにより、歯の根元にできる根面むし歯が増えてきます。大人の根面むし歯予防・進行止めには高濃度のフッ化物配合歯みがき剤が効果的です。ただし、6歳未満の子どもは誤飲を防ぐため、フッ化物濃度1.000PPM以下の歯みがき剤を使用しましょう。

そして、歯みがき後のうがいは1~2回、その後、1~2時間は飲食を控えましょう。



Cooking

楽しく、おいしい  
簡単料理♪ その174



管理栄養士 博子

今日のお料理  
そのまんま♪

### りんごシャーベット

今日は、皮ごと食べられるりんごシャーベットの紹介です。りんごは変色しやすいので、切つたらすぐ皮を剥いて酸化を防ぎましょう。煮汁は捨てずに、ゼラチンなどを加えてゼリーにして食べることができます。

また、りんごが変色するのは、切り口のポリフェノールが空気に触れて酸化するため、変色防止には塩水以外にも、水に少量のはちみつまたは砂糖を溶かしたものに5分程つけるのもおすすめです。

### 【作り方】

- ① 小鍋に水、砂糖、レモン汁を入れて、煮立たせる。
- ② りんごはきれいに洗い、縦半分に切る。ヘタを取つて、種の部分をくりぬき、①に入れる。ときどき、ひっくり返しながら、約5分煮る。
- ③ 鍋から取り出し、冷めるまで放置する。
- ④ 冷めたらラップで包んで冷凍庫で凍らす。
- ⑤ 食べる際は、食べやすい大きさに切るか、フォークなどで切りながら食べてください。

Cookins

Calendar

Health April Calendar

## 4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  |                           |
| 8・15・22日     | 大里多目的集会施設（午前9時15分～10時15分） |
| 6・13・27日     | まなびの郷（午前9時15分～10時15分）     |
| ◆ まちかどエクササイズ |                           |
| 8・15・22日     | まなびの郷（午前9時15分～10時15分）     |
| 6・13・27日     | まなびの郷（午前10時30分～11時30分）    |
| ◆ スマイルヨガ     |                           |
| 1・8・15・22日   | 鵜殿福祉センター（午前10時45分～11時45分） |
| 7・14・21・28日  | まなびの郷（午前10時45分～11時45分）    |
| ◆ スポーツボイス    |                           |
| 5・19日        | まなびの郷（午前9時30分～10時30分）     |
|              | （午前10時45分～11時45分）         |

※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 鵜殿福祉センター）

| 日   | 内容と開催時間                    |
|-----|----------------------------|
| 12日 | 7・8ヶ月離乳食教室（午前9時30分～10時30分） |

※要予約：詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）まで。

### 4月の休日救急当直医

| 日   | 病院名        | 内科・外科            |
|-----|------------|------------------|
| 3日  | 湊口クリニック    | ☎(21)3710 内科     |
| 10日 | 山口クリニック    | ☎(31)8052 外科     |
| 17日 | 真砂小児科      | ☎(29)7313 小児科    |
| 24日 | 熊野路クリニック   | ☎(21)2110 内科     |
| 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。

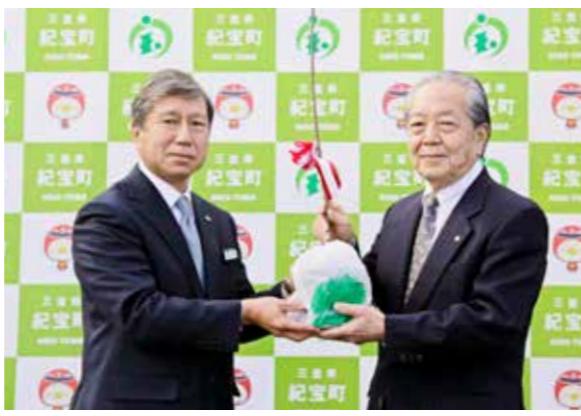
浅里地区などへの植樹を予定

## クマノザクラの贈呈式を開催

三重トヨペット株式会社とトヨタ自動車株式会社は緑化活動「ふれあいグリーンキャンペーン」の一環として、2月16日、町にクマノザクラの苗木を40本を贈呈しました。

これは、昭和51年から毎年実施されている「人と人とのふれあいのある豊かな町づくり」を目指した社会貢献活動で、この日役場玄関前で式典が行われ、井上喜晴社長が西田町長へ、高さ1.5mの苗木を手渡しました。

クマノザクラの苗木は、紀伊半島大水害で被害を受けた浅里和田地区の県道小船紀宝線近くなどに植樹される予定です。

Town topics  
2 /**16**

贈呈式の様子



大里桜愛好会のメンバー

## 大里親水公園で桜の植樹祭

大里桜愛好会のメンバーは3月6日、大里親水公園で桜の植樹祭を行いました。

大里親水公園の桜は、昭和50年に同会が昭和天皇在位50周年記念として植樹したもので、毎年美しい桜を見る事ができます。今年は、50本のソメイヨシノを植樹しました。

また、今年は大里親水公園にて「桜のライトアップ」も予定されており、日中とは違った夜桜が期待できます。ぜひご覧ください。

Town topics  
3 /**6**

01. 特賞に選ばれたhirokoさんの作品。02. 金賞に選ばれたmiyukiさんの作品。  
03. 銀賞に選ばれたかみちゃん♪さんの作品。

町の魅力や町ならではの写真をテーマに

## 紀宝町フォトコンテストを開催

「自然豊かな町の魅力が詰まった作品や町ならではの写真」をテーマとした「紀宝町フォトコンテスト」が開催され、Instagramを通じて募集したところ230点の作品が集まりました。

これは、知られざる町の魅力を発見する「紀の宝」プロジェクトの一つとして、同プロジェクト実行委員会が主催し、今年初めて開催されました。審査の結果、特賞はhirokoさん、金賞はmiyukiさん、銀賞はかみちゃん♪さんが受賞しました。



03



01. 消防車両に乗りパレードに出発。  
02. 整列する消防団員。

## 春の全国火災予防運動で 防火パレードを実施

町では3月1日、春の全国火災予防運動の一環として、防火パレードを実施しました。出発式には、逢野統一団長をはじめとする消防団員ら12人が参加しました。

これは火災が発生しやすい季節を迎えることに先駆け、町民の防火意識を高揚し、火災の発生を防止すること目的として行われました。

逢野団長が「空気が乾燥し、風が強い日が続いているので、パレードを通して防火意識を高めてもらいたい」とあいさつした後、全員が消防車両に分乗してパレードに出発し、町内を走りながらスピーカーで火災予防を呼びかけました。

Town topics  
3 /**1**

01. 思い思いに和紙を貼り、ランプシェードを作る児童たち。  
02. 水に溶けた雁皮をすき枠でくく。



02

## 鵜殿小で和紙・ランプシェードづくりを体験

鵜殿小学校の5年生は3月3日と10日、ふるさと資料館の栗須館長を講師に、同校で和紙づくりの紙すき体験とランプシェードづくりを行いました。

3日に行われた和紙づくりの紙すき体験では、和紙の材料となる雁皮を水に溶かしたものとすき枠で一枚一枚くい、それを木の板に貼り、乾燥させて和紙作りを行いました。

また、10日に行われたランプシェードづくりでは、6本の木を三角錐の形に組み立て、その周りに自分たちで作った和紙を貼り付け、和紙でできたランプシェードを作りました。

児童たちは、「でき上がりが楽しみ」と話しながら、和紙・ランプシェードづくりに取り組んでいました。

Town topics

**3 · 10**

自衛隊への入隊が決まった山門さん（写真左から2番目）

初心を忘れず、日々成長を

## 自衛隊入隊予定者の激励会を開催

自衛隊三重地方協力本部熊野地域事務所は3月3日、入隊予定者激励会を役場で開催しました。

矢渕中学校出身の山門希さんは、西田町長や募集相談員の田尾友児さん、石本慶紀さんに入隊を報告し、「今までお世話になった人たちへの感謝を忘れず、日々成長して周りから信頼される自衛官になりたい」と抱負を語りました。

西田町長は、「自衛隊に入隊され、国民の力になりたいという思いに感謝し、敬意を表します」と言葉を送り、厳しい訓練を乗り越え日本の将来を担う人材への成長に期待を寄せました。

Town topics  
3 /**3**

## はしゃぎっ子

えのもと けんと  
榎本 健人ちゃん(高岡)平成31年4月15日生まれ  
琢磨さん＆由美子さんの次男

年の離れたおにいちゃんとおねえちゃんに囲まれ、のびのびと明るい健人です。最近は、ウルトラマンとレゴにはまっています。これからも明るく笑顔を絶やさず、元気に育ってね♥…パパ・ママから

おか はるき  
岡 春希ちゃん(鵜殿)平成31年4月9日生まれ  
伸悟さん＆沙百合さんの次男

こんにちは、はるきです。自転車に乗るのが大好きでいつもお兄ちゃんと弟と一緒に元気よく外で遊んでいます。これからも兄弟仲よく、笑顔がステキなはるくんでいてね。大好きだよ♥…パパ・ママから

ひびの  
日比野 おとちゃん(成川)平成31年4月12日生まれ  
仁さん＆伊津美さんの長女

3歳のお誕生日おめでとう。ディズニープリンセスが大好きなおとちゃん。これからも元気いっぱい歌ったり、踊ったり、楽しくすごそうね！♥…お母さんから

4 月生まれの3歳児



僕は、矢渕中学校を卒業してからしばらくの間、地元を離れていました。卒業後からいつか自分の生まれ育った地元で生活をしたいという強い思いがあり、3年前に地元へ帰ってきました。田舎ではありますが、海・山・川があり、世界遺産に囲まれた誇

れる環境やそこで育ったおいしい食材の数々、温かさを感じられる人ととの深い繋がり、どこにフォーカスしても非の打ちどころがありません。僕はこの町が大好きです。

また、2人の娘にも恵まれ、自慢のこの町で共に暮らしき成

長を見届けられることが、本当にうれしいです。

僕は、サッカーばかりの学生時代を過ごしてきました。充実はしていましたが、ほかのことには無頓着で、地元に帰ってきてタイミングで新しい趣味を見つけようと思い、ゴルフを始めました。

初めはゴルフに対して紳士すぎるイメージがありました。やつてみると、堅苦しくなく親しみやすいスポーツでした。ハドン運動ではないからこそ、幅広い世代が楽しめるスポーツであります。趣味で始めたスポーツですが、社会人として最低限のマナーや立ち居振る舞いを身に着ける最適な場でもあります。自然に囲まれた広い場所で集ま

ります。寝るときもキャディバッグを抱き枕にして毎日寝ています（笑）。僕にとって、大好きな地元で、家族と共に楽しみながら成長し、また友人たちと趣味を共有できる今が、とっても幸せです。これからもそんな時間を過ごしていきたいと思います。

家族、友人、そして地域の方々いつもありがとうございます。

5月号は鵜殿の東雄宏さんです。日比野さんからは、「雄宏さんのゴルフ姿が好きです。いつまでもかっこよくプレーしてください」と

日比野  
仁さん(成川)

## PROFILE

## ひびの じんさん

3年前に地元に戻り、家族団らんの日々を過ごす日比野さん。「これからも家族や友人たちと大好きなこの町で、幸せな時間を作りたいです」と話していました。



毎日抱いて寝ているキャディバッグ

## 若い衆登場



若い衆登場

コロナが流行する前は、アウトドアが好きでしたが、コロナ禍になってからは、映画鑑賞やゲームなどをしています。

コロナが流行する前は、アウトドアが好きでしたが、コロナ

禍になってからは、映画鑑賞やゲームなどをしています。

早く一人前になり、紀宝町で有名な塗装店になれたらいいなと思います。

早く一人前になり、紀宝町で有名な塗装店になれたらいいなと思います。

## 紀宝町で有名な塗装店になる!!

## 札場 匠馬さん(鵜殿・19歳)

## お仕事は?

紀宝町にある実家の塗装店で働いて1年になります。

職人仕事なので、先輩の職人さんたちは塗るスピードが早く、覚えることもたくさんあり大変ですが、お客様に「きれいになつた」や「やつてもらつてよかつた」と言われるとうれしいですね。

コロナが流行する前は、アウトドアが好きでしたが、コロナ

禍になってからは、映画鑑賞やゲームなどをしています。

## 好きなタイプは?

裏表がなく、まじめな人がいいですね。

## 旅行に行くとしたら?

一度、日本から離れて、日本とは違う国のかわたり、風景などを見たりしたいです。

## 今の目標は?

早く一人前になり、紀宝町で有名な塗装店になれたらいいな

## 町にひとこと

やさしい人や温かい人が多く、住みやすい町だと思います。



4月

| 町の人口           | - population -         |
|----------------|------------------------|
| 令和4年2月末現在(前月比) |                        |
| 人口             | 10,576 (-16)           |
| 男              | 4,957 (-2)             |
| 女              | 5,619 (-14)            |
| 世帯             | 5,212 (-7)<br>(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      |
| 町立図書館           | (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) | 0120-334-1119 |

おかげ間違えないように!



鵜殿の神内川沿いで撮影した河津桜です。河津桜は、早い時期に開花する早咲き桜のひとつです。撮影当日は、天気もよく、河津桜の色が映え、ひと足早い、春の訪れを感じることができました。

- ①個人番号カード(マイナンバーカード)
- ②運転免許証
- ③パスポート(旅券)など

### 【1点の提示で足りるもの】

尾鷲税務署では、事業者のみなさんには、消費税のインボイス制度の実施に向けて必要な準備を進めてもらつたため、

- ①個人番号カード(マイナンバーカード)
- ②運転免許証
- ③パスポート(旅券)など

### 【引越しの際の異動の届け】

入学・就職・転勤などによる引越しで、住所を異動される方は、役場税務住民課窓口での「正確な住所の届出」が必要です。

- ①住民票の住所の異動届(転出届・転入届・転居届など)
- ②本人確認書類となる「マイナンバーカード」の「住所」などは、最新のものにする必要があります。

※手続きの際には本人確認書類が必要です。

### 【年金手帳が令和4年4月1日に廃止されます】

初めて年金制度に加入した方や再交付を希望する方は、日本年金機構より「年金手帳」が交付されていますが、

- 令和4年4月1日以降は、年金手帳ではなく「基礎年金番号通知書」が交付されます。
- 既に年金手帳をお持ちの方には基礎年金番号通知書の発行は行いません。引き続き、年金手帳を大切に保管してください。

※年金に関する照会や申請は、マイナンバーも利用できます。

詳しく述べ、役場税務住民課

国民年金担当(33-0337)

まどぐち国民年金  
年金手帳が令和4年4月1日に廃止されます  
初めて年金制度に加入した方や再交付を希望する方は、日本年金機構より「年金手帳」が交付されていますが、令和4年4月1日以降は、年金手帳ではなく「基礎年金番号通知書」が交付されます。既に年金手帳をお持ちの方には基礎年金番号通知書の発行は行いません。引き続き、年金手帳を大切に保管してください。  
※年金に関する照会や申請は、マイナンバーも利用できます。  
詳しく述べ、役場税務住民課

### 【まどぐち国民年金】

年金手帳が令和4年4月1日に廃止されます

初めて年金制度に加入した方や再交付を希望する方は、日本年金機構より「年金手帳」が交付されていますが、

令和4年4月1日以降は、年

金手帳ではなく「基礎年金番

号通知書」が交付されます。

既に年金手帳をお持ちの方

には基礎年金番号通知書の

発行は行いません。引き続

き、年金手帳を大切に保管

してください。

※年金に

マインバーも利用できます。

詳しく述べ、役場税務住民課

国民年金担当(33-0337)

### 【説明会を開催】

今月(4月)の「紀の宝みないと市」

【場所】鵜殿港

午前9時から11時

### 【第5回桜集中のオーナー募集】

【日時】4月13日(木)

午後3時30分から4時15分

までの間で、1人30分以内

おり、桜のオーナーを募集し

ています。

大里桜愛好会では、次のと

おり、桜のオーナーを募集し

ています。

&lt;p

# 今昔物語

その50

## 鵜殿村役場

### 鵜殿地区



昭和50年ごろ

紀宝町役場所蔵



現在

今回も昭和50年(1975年)撮影された鵜殿村役場の写真を紹介します。写真の鵜殿村役場は、現在の役場倉庫(旧鵜殿村消防団車庫)の位置にあり、木造平屋建てで、もともとは大正6年に鵜殿警察署として建築されました。昭和32年、警察署の移転に伴い、鵜殿村役場の庁舎として使用されました。

移転当時は、役場の業務も複雑ではなく、職員数も少なかったため、庁舎にはゆとりがあったそうです。しかし、時代が推移していくと、業務も多種多様になり、職員数も増加していく、何度も増改築が行われました。

その後、鵜殿小学校の新築や村の施設がおおよそ完成した昭和59年、村制施行90周年事業として現在の場所に鉄筋コンクリート造り3階建ての庁舎が建てられ、現在も使用されています。

### — 昔の風景写真を募集します —

広報きほうでは、みなさんのお宅に眠っている昔なつかしい風景写真を募集します。

本人またはご家族が撮影された、著作権を完全に保有されているものに限り、受け付けさせていただき、このコーナーでご紹介させていただこうと思っています。詳しくは、役場企画調整課(☎ 333-0334)までお問い合わせください。

今回も昭和50年(1975年)撮影された鵜殿村役場の写真を紹介します。

今田卯をもつて、4年間担当した広報きほうを卒業する」とになりました。この4年間は僕の中でとても早く時間が流れていったように思います。初めてカメラを持って、前任の愛野さんと一緒に取材に行つたこと、初めて一人で特集を組んだときの「どうでもが昨日のことのように思ひ出されます。

広報担当しなかったばかりのときは、右も左もわからず、広報きほうのプレンシャーに押し潰されそうになつたこともありました。毎月迫つてくる締め切り、「この記事のレイアウトはどうしよう」「今日の表紙や特集はどうしよう」など頭を悩ませる」ともあり、僕にとって広報紙づくりは苦しむことのほうが多かったです。そんなとき、取材に行った先で、みなさんから「いつも広報みどりよ~」や「広報が毎月の楽しみやわ~」などの温かい声をいただくたびに勇気をもつて、それが僕の広報紙づくりの原動力になつていました。

改めて、広報紙づくりで僕と関わっていただいた方、毎月広報紙が届くのを楽しみにしていただいた方、快く取材に応じていただいた方、みんなの協力なしには、毎月の広報きほうは完成していませんでした。本当にありがとうございました。

少し話は変わりますが、表紙の「町長の阿津松」は「思いを託す」という花言葉があるのです。このひとりごとを書いていたいのは、だれが広報担当になるのかわかりませんが、次の広報担当者に譲り受け継がれていく広報きほうへの「思い」を託します。

最後になりますが、今後とも広報きほうをもう少しよろしくお願いします。4年間ありがとうございました。

(ぬがねブリザーズ弟、卒業 田中健太郎)  
(今田卯先生お休み 大森菜央)

## 広報きほうを卒業します

ひじこじと



田中健太郎