

Kiho

広報きほう

Public Relations Kiho 2023 vol.209

6月号

たくさん実れと
こころをこめて



特集：西田町長×森本医師対談

これからの地域医療とは

ポストコロナ時代を迎えるにあたって、町が目指すこれからの地域医療のあり方や防災について、西田町長と令和4年4月に相野谷診療所の所長に就任した森本医師が意見を交わしました。

この1年間で振り返った感想は

町長…森本先生は、昨年4月より相野谷診療所長に就任され、外来診療や訪問診療に加えて学校医や園医、特別養護老人ホームの嘱託医と、幅広く町内の地域医療に貢献されています。志の高い先生が紀宝町の町医に就任されました。この度はご英断いただきありがとうございます。

森本…こちらこそ採用していただきありがとうございます。紀宝町で家族と暮らし始めて2年が経ちますが、特にこの1年はあっという間に感じました。地域のみなさまにはいつも大変お世話になっています。

町長…紀宝町では、第2次総合計画に基づき「人の命が1番」「子どもは町の宝」「高齢者は町の誇り」の3つを掲げて、この町に住んでよかったと実感してもらえようなまちづくりに取り組んでいます。

森本先生は紀宝町医として就任した初年度が新型コロナ

大な被害を受けました。もちろん地震と水害で災害の種類は違いますが、先生と町が大災害に遭った経験を共有できるのは前向きに捉えられます。特にこれからは南海トラフ地震対策に力を入れていくことが急務ですから、災害医療は大切であると思っています。

紀宝町を選んだ理由

町長…ところで、森本先生のご出身は志摩市であり、移住前は伊勢赤十字病院の救命救急センターで救急医

ロナウイルス感染症の拡大と重なって大変な状況であったと思われる。この1年間の感想はいかがでしょうか。

森本…新型コロナウイルス感染症の陽性者は今でも確認されていますが、5類感染症へ移行するまでのコロナ禍で、最後の1年を担当させていただきました。

ご紹介いただいた通り、町医の仕事は色々な現場があります。その全てにおいてコロナが関係しており、確かに大変でした。紀宝町以外に住んでいるご家族も含めると、数多くの方と関わりました。町民の命を守る体験を通じて、この仕事の責任とやりがいを感じた1年となりました。引き続きがんばりたいと思っています。

統括DMATとして災害医療にも貢献

町長…各方面でご活躍いただき本当にありがとうございます。ところで先生は日本DMAT (Disaster Medical Assistance Team: 災害派遣医療チーム) 隊員

のうち、その指揮官となる統括DMATとして厚生労働省に登録され、災害医療に関する専門家として三重県全体の防災にも貢献されています。防災分野に進もうと思った理由をお聞かせください。

森本…きっかけは大学生のころ、栃木県で東日本大震災を経験したことです。先日の石川県地震同様、震度6強で揺れ、津波の被害はありませんでしたが、停電や家屋倒壊があり、大変怖い思いをしました。その後、復興ボランティアや現地の視察研修を経験し、故郷の三重県で南海トラフ地震対策に貢献したいと強く思うようになりました。

町長…紀宝町でも平成23年に紀伊半島大水害が発生し、本当に甚



森本氏が代表を務める「おもしろ大学」で実施した浅里地区での田植え体験

森本 真之助 (もりもと しんのすけ)

【プロフィール/略歴】

三重県志摩市出身 36歳、紀宝町鶴殿在住
平成25年3月：自治医科大学医学部卒業

同年4月：日本赤十字社伊勢赤十字病院 初期臨床研修

平成27年4月：紀南病院組合立紀南病院 内科

令和2年4月：日本赤十字社伊勢赤十字病院 救急部

令和3年4月：紀南病院組合立紀南病院内科医長、熊野市立紀和診療所 所長

令和4年4月：紀宝町立相野谷診療所 所長

同年10月：紀宝町地域医療研修センター センター長

同年12月：紀宝町健康危機管理官

として勤務されていたそうですね。今回、移住先に紀宝町を選んだ理由をお聞かせいただけないでしょうか。

森本…色々な方に同じ質問をいただきますが、紀宝町を好きになったというのが私の答えです。地域医療という仕事だけでなく、大自然や住んでいる方々との関わりの全てが重なり、紀宝町に移住することを決めました。また、防災に強い町であることも後押ししてくれました。自然災害に強い町は、コロナにも強く、何より子育てをしやすいと移住を検討していたときから確信していました。そして私も医師として住民の命を守るまちづくりに関わりたいと思っていました。

地域医療を 紀宝町の文化に

町長…現在、少子高齢化・人口減少社会の中で、医療介護の専門職だけでなく、個々の住民を含む様々な関係者が、医療・介護サービスの需要が急増する困難な社会課題に対して、力を合わせて取



あらゆる町民のみなさんが 「健康」を身近に感じられるように

り組んでいただいています。寝たきり等で医療・介護の必要度が増しても、住み慣れた地域で自分達の暮らしを人生の最後まで続けることができる、そのようなまちづくりを目指していきたいと思っております。

医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供できるような体制として「地域包括ケアシステム」の構築が重要であり、速やかに実現

していきたいと思っております。ぜひ先生にはお力をお貸しいただきたいのですが、先生は今後、地域医療の現場で取り組んでいきたいことはありますか。抱負でもよろしいのでぜひお聞かせください。

森本…昨年10月に紀宝町地域医療研修センターを設置していただきました。おかげさまで活動は順調に進



紀宝町地域医療研修センターのロゴマークには無限(∞)の楽しさ、海山川の緑と青、成長の象徴であるちようちょをモチーフにしています。

んでいて、今月も三重大だけでなく、北海道や岩手県などの遠方から医学生が地域医療を学ぶために紀宝町へ来てくれています。今後は研修センターの活動を発展・持続させていき、あらゆる住民のみなさんが「健康」を身近に感じられるようにしたいです。そして、町民同士で一緒に考えることができ、健やかに暮らせるまちを目指していきたいです。

町長…先生の地域医療や健康に対する想いは大変すばらしいと思います。地域医療を紀宝町の文化にしていきたいと思いますし、全国に向けてその魅力を発信し

ていきたいと思っています。先生のところにはすでにたくさんのお学生さんたちが学びにきているようですが、具体的にはどのようなことを教えられているのでしょうか。

森本…我々医師の学ぶ学問の中に「患者中心の医療の方法」という分野があります。地域医療ではその実践技術が学びやすいです。住民のみなさまに普段の暮らしよりや人生の物語を聞かせていただくことができるので、それが学生さんにとって非常に貴重な機会になっています。患者さんに対して優しく接する方法を、患者さんから教えてもらうことができます。これが地域医療の最大の魅力であり、私が学生の方々に伝えたいことです。

在宅医療の推進を

町長…ありがとうございます。私は地域包括ケアシステムの推進を公約に掲げていますので、同じベクトルの想いをもった方に町医として

お越しいただき、大変心強く思っています。さらに先生は地域包括医療・ケア認定医の資格をお持ちですね。専門的に勉強された方からみて、紀宝町の地域包括ケアシステムに関する課題や、先生自身が取り組んでみたいことはありますか。

森本…王道のテーマなのですが「在宅医療」が日本中どの地域の課題でもあり、私

が紀宝町で取り組みたいことでもあります。高齢になった町民の方が病気や障がいを抱えながらも住み慣れた地域で過ごし続けるためには、保険制度の充実だけでなく、手元に届ける医療・介護サービスを地域が保有しないといけません。地域を問わず在宅医療の需要推計は大きく、対応する資源が圧倒的に少ないと言われています。組織を縦割りにせず、

地域をあげて体制を強化していくことで、バストを尽くせると考えています。

町長…私も実際、昨年夏に101歳の母親を在宅医療で看取ってもらいました。医療や介護のいくつもの事業所の方にお世話になりましたが、多職種が連携する体制が非常に心強く感じましたし、大変重要であるということも同時に伝わってきました。

先生がおっしゃるような在宅医療の充実を図るべく、紀宝町では訪問看護ステーション設立に向けて取り組んでまいります。ぜひお力添えをよろしく願います。

南海トラフ地震に備えて

町長…それでは最後に防災の話もさせていただきます。紀宝町では南海トラフ地震対策について、防災タイムライン整備とともに進めている最中です。

すでに森本先生には町内のコロナ対策だけでなく、災害時の医療体制づくりにも健康危機管理官として尽

力していただいておりますね。南海トラフ地震では、西割れや東割れといわれるように、短期間で2回同じような規模の地震が起きることも予想されています。南海トラフ地震対策について、先生が重要と思っていることを教えてください。

森本…町長が言われるように南海トラフ地震では、この紀伊半島南部は東西の境目に位置しますから、1回目揺れても2回目が発生するおそれがあるため支援行動が非常に難しくなります。その特徴とも関連し、水や電気などのライフラインの障害が少なくとも1か月程度続く可能性が高いです。耐え抜くためには十分な備蓄が必須であり、各家庭や事業所での対策が求められています。

また、資源の備蓄だけでは不十分であり、日常生活の中でいかに体制を整えるかが重要な備えにつながると考えています。具体的には地域包括ケアシステムを発展させ続け、災害時にも多職種連携がスムーズにできるようにしておくのがよろしいかと思います。

森本…こちらこそよろしくお願います。紀宝町のみなさまが「健康」を身近に感じつつ、楽しい人生を送ることができると手伝いを一緒にさせていただきたいと思っています。

町長…本日は有意義なお時間をいただきありがとうございます。ありがとうございました。

これからのポストコロナ時代に求められる優秀な人材の育成・確保をはじめ、人生100年時代の超高齢化社会のニーズに合わせた地域包括ケアシステムの推進と、住み慣れた家や地域で安心して暮らせるまちを実現するためにも、地域医療、在宅医療を充実させたいと考えておりますので、ともにがんばっていきましょう。



住み慣れた家や地域で 安心して暮らせるまちづくりを

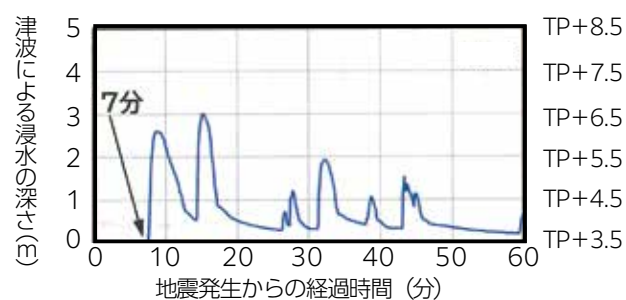
可能な限り早く、高く逃げろ

先月号では、南海トラフ地震が発生した場合の危険性、発生時に想定される揺れや臨時情報発表時の対応方法などをお伝えしました。内閣府によると、この南海トラフ地震が発生すると、紀宝町では、最大マグニチュード9・1、最大震度7、海岸沿いには最大11mの津波が到達すると想定されています。また、この地震による建物被害は、約1,500棟にもおよぶとされています。

今月号では、紀宝町に押し寄せてくる津波や今からできる防災対策について、詳しく紹介します。

▼詳しくは、総務課防災対策室（☎33―0335）まで。

◆津波時間軸グラフ（海岸付近）



◆津波の高さと死亡率



地

震発生から7分未満で、鵜殿港や井田海岸に津波が到達すると想定されています。

地震発生から揺れが3分間続いた場合、揺れが収まってから4分もたたないうちに、鵜殿港や井田海岸に津波が押し寄せてきます。その津波は内陸地に押し寄せ、町内の広い範囲に広がっていきます。

上記の津波時間軸グラフは、地震発生後に津波が到達し、津波による浸水の深さが時間とともにどのように変化するかを示しています。地震発生から7分後に海岸近くの住宅地に押し寄せた津波は、その数十秒後には、水位が急激に上昇することがわかります。

津波による浸水の深さ

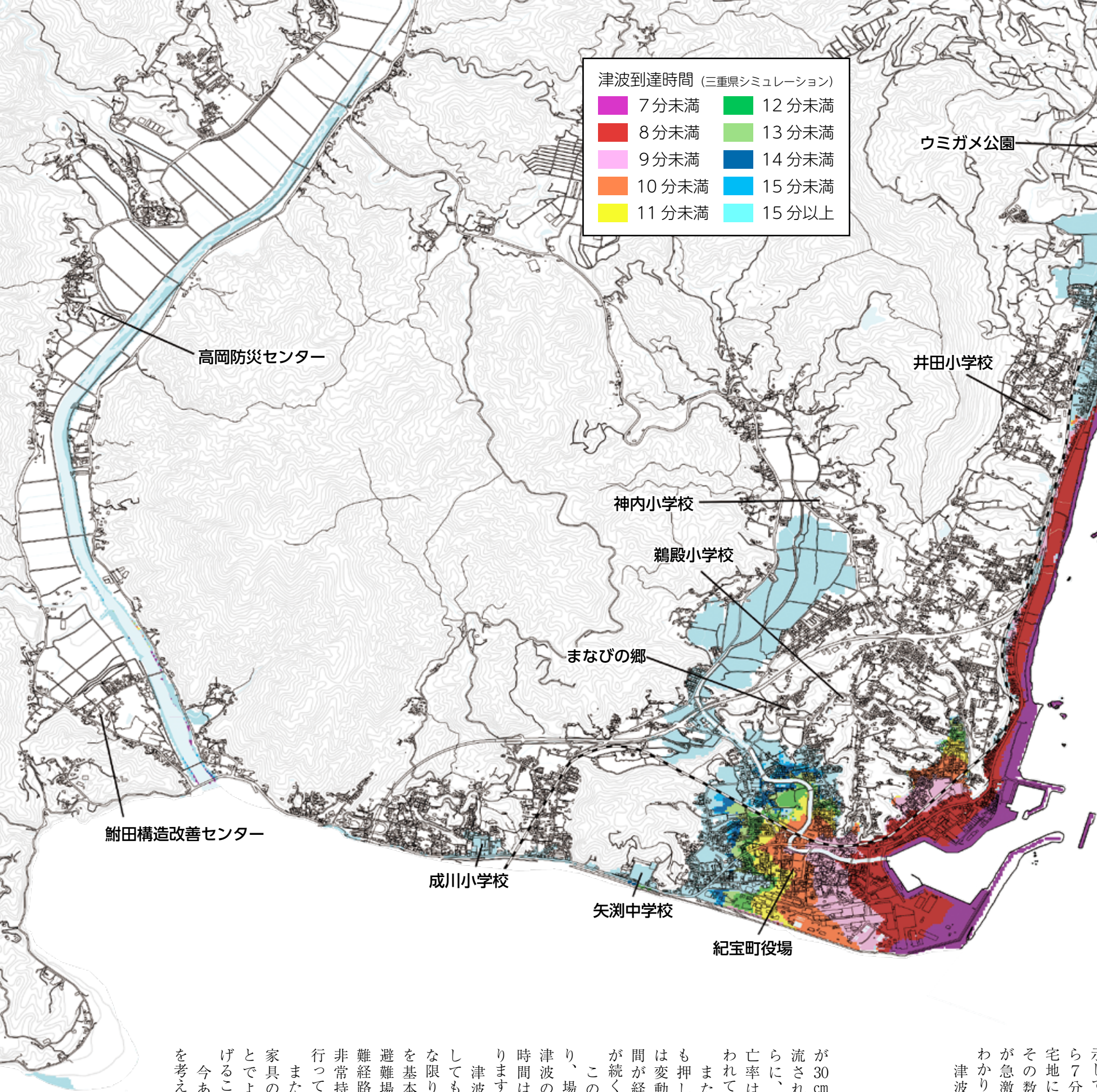
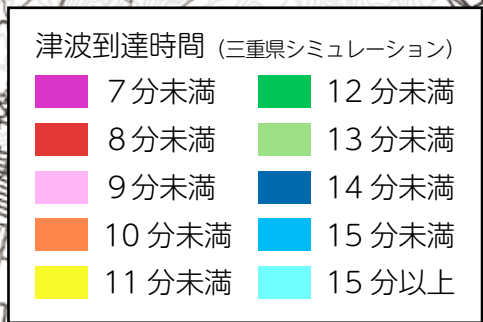
が30cmを超えると、人は流されてしまいます。さらに、1mを超えると死亡率はほぼ100%とされています。

また、この津波は何度も押し寄せ、浸水の深さは変動を繰り返し、1時間が経過してもまだ浸水が続くとされています。

このグラフは一例であり、場所や条件によって津波の浸水の深さや浸水時間は異なる可能性があります。

津波は見えてから避難しても手遅れです。「可能な限り早く、高く逃げろ」を基本に普段から高台の避難場所やそこまでの避難経路、危険箇所の確認、非常持出袋の準備などを行っておきましょう。

また、自宅の耐震対策、家具の固定などを行うことでより早く、安全に逃げるのが可能です。今あなたにできることを考え、行動しましょう。



昭和56年5月31日以前に着工した住宅は 早急に耐震診断を受けましょう

家 屋の耐震診断・耐震補強などの耐震対策はお済みですか。

住宅の耐震補強をしておけば、命や財産を守ることができ、避難所生活をしなくても済むかもしれません。また、建物が倒壊して避難路をふさぐことがなくなるなど、町の防災力の向上にもつながります。

昭和56年5月31日以前に着工された住宅は旧耐震基準で建てられており、それ以降は新耐震基準で建てられた住宅です。

下の写真は、最大震度6強の地震が発生した石川県珠洲市で撮影したものです。写真①の住宅は、昭和56年5月31日以前に旧耐震基準で建築されたものですが、耐震診断を受け、耐震補強を行っていたため、住宅に被害はありませんでした。

一方、写真②の住宅は①と同じく旧耐震基準で建築されたものですが、耐震補強が行われていなかったこともあ

り、住宅の一階部分が倒壊してしまっています。この2枚の写真からも、耐震診断や耐震補強の重要性が見てわかります。

◆無料で耐震診断ができます

昭和56年5月31日以前に着工された住宅は、無料で耐震診断を受けることができます。耐震診断では、地震によ

る倒壊の可能性の有無や劣化状況など住宅の弱点を知ることができるので、対象の住宅ではひとつの目安として、耐震診断を受けましょう。

診断の結果に応じて、補強工事などに対する補助制度なども利用することができますので、この機会に耐震対策について見直しましょう。詳しくは、下記「紀宝町地震対策支援事業」をご覧ください。



①耐震診断・補強を行っていた住宅



②耐震補強を行っていなかった住宅

今からできる 家の中の地震対策

地 震対策で最も身近にできるのが、家具類を固定するなどの転倒防止です。

左下の写真は、石川県珠洲市で発生した地震で家具が転倒した家の実際の写真です。寝室に置いていたタンスなどの家具が揺れにより倒れ、散乱しています。

家具固定をしていないと、この写真のように家具が倒れ、就寝時などに地震が発生した場合に命を落とす危険性が高まります。

また、家具固定は安全な場所に逃げるまでの時間を稼ぐことにもつながります。

自分の命を守るために、出入口や避難経路には家具を置かない、家具を固定する、特に寝室には高さのある家具や不安定な家具は置かないことを徹底しましょう。

下記の事例などを参考にしながら、適切な家具固定を行ってください。



家具が倒れ散乱した寝室

家具転倒防止の事例

本棚



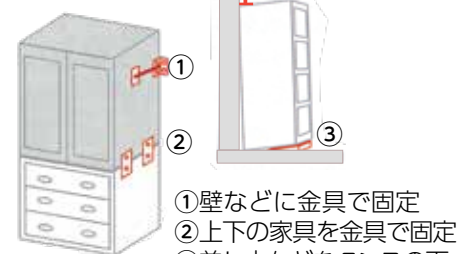
壁と本棚をベルトで固定

食器棚



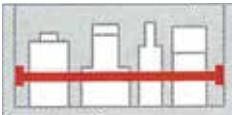
L字型金具を使って壁などに固定

タンス

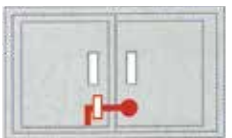


- ①壁などに金具で固定
- ②上下の家具を金具で固定
- ③差し木などをタンスの下に入れて転倒防止
- ④つつぱり棒タイプのものは壁側につける

サイドボード・戸棚



柵を使って落下防止



扉に金具などを使って開閉防止

紀宝町地震対策支援事業

木造住宅耐震診断

耐震性の確認と、補強工事の概算費用を無料で提供します。

【対象住宅】

①昭和56年5月31日以前に着工した住宅で、延床面積の半分以上が、住宅用に供されている3階以下の住宅

②在来軸組工法・伝統的工法・枠組壁工法の住宅

【対象者】町内に住宅を有する者

木造住宅耐震補強設計補助

木造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。

【対象住宅】昭和56年5月31日以前に着工され、耐震診断の評点が0・7未満の住宅

【補助金額】設計費用の3分の2以内（上限18万円）

木造住宅耐震補強等補助

木造住宅の耐震補強工事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、耐震診断の評点が0・7未満の住宅

【補助金額】工事費の一部（上限100万円）

ブロック塀等除去改修

避難路等に面するブロック塀等

を除去または改修する費用を補助します。

【対象物件】基礎を除く高さが60cm以上のコンクリートブロック塀、レンガ塀、石塀の組積造のもの

【補助金額】費用の2分の1（上限10万円）

耐震シェルター設置補助

高齢者および身体障がい者の生命を守るため、耐震シェルターの設置費用を補助します。

【対象住宅】昭和56年5月31日以前に着工され、耐震診断の評点が0・7未満の住宅

【対象】65歳以上の方のみの世帯、身体障がい者手帳等をお持ちの方

【補助金額】設置費用の3分の2以内（上限25万円）

家具転倒防止器具等購入補助

固定用器具購入費用を補助します。

【対象者】町内在住者

【補助金額】器具購入費用（上限5,000円）

災害時要支援者宅家具固定

【対象】65歳以上の方のみの世帯、身体障がい者手帳をお持ちの方

【固定費用】無料（木造家具3個以内、3個を越えた分については、本人の負担）

住宅
関連

建物解体助成事業

**住宅
関連**

住宅
関連



木造住宅建設促進対策事業

住宅
関連

Information 役場企画調整課 ほか

活力あるまちを維持していくために

地方創生の取り組みを進めていきます

▶詳しくは、各事業の問い合わせ先または役場企画調整課（☎33-0334）まで。

子育て支援対策事業

教育・子育て



妊婦・子育て世代
歯科健診事業

教育・
子育て



移住促進のための空き家 リノベーション支援事業

移住
定住



紀宝町移住新生活応援事業

移住
定住

商品券

**小中学生フッ化物
歯面塗布推進事業**

教育・
子育て



A cartoon illustration of a doctor with a white coat and a stethoscope around his neck, examining a young boy's mouth. The boy is lying down, and the doctor is leaning over him, holding a small mirror to inspect the throat area.

奨学金支給制度

教育・子育で

紀宝町結婚新生活応援事業

**結婚
支援**



若者定住支援事業

移住
定住

大
手



奖学金

障がい者等支援図書館
機能強化事業

教育・
子育て



**うどの幼稚園預かり
保育事業**

教育・子育て



▶教育委員会 (☎ 33-0341)

紀宝町生涯学習講座「まなびの学級」

木山裕策さんを講師に迎え、開講講座を開催！



木山 裕策さん

紀宝町生涯学習講座「まなびの学級」では、令和5年度の開講式に合わせて開講講座を下記の通り開催します。今回は、歌手の木山裕策さんを講師に迎え、ご講演いただきます。

まなびの学級生以外の方も聴講できますので、ぜひご来場ください。

- 【日 時】 6月18日（日）
午後2時から午後3時30分
（午後1時30分開場）
- 【会 場】 まなびの郷「きらめきホール」
- 【講 師】 木山 裕策さん（歌手）
- 【演 題】 ガンが教えてくれたこと
～自分に向き合って見つけた夢～
- 【入場料】 無料 ※入場には整理券が必要です。
※入場整理券は、5月31日（水）午前9時から
「まなびの郷」にて先着順に配布します（整理券：1人最大5枚まで）。
- ▶詳しくは、生涯学習センター「まなびの郷」（☎32-0241）までお問い合わせください。

【プロフィール】 1968年大阪府生まれ。2005年に甲状腺ガンの手術を行った際、医師から「手術後に声が出なくなる危険があること」を告げられ、長年の夢だった歌手への挑戦を決意。2008年2月6日に家族をテーマにした楽曲「home」でメジャーデビュー。同年、『第59回NHK紅白歌合戦』に初出場を果たす。

賦課限度額および軽減判定基準額が改定

国民健康保険税の基準が見直されました

令和5年度税制改正により、国民健康保険税の賦課限度額および軽減判定所得の基準が次のとおり改定されました。

- ◆**賦課限度額（後期高齢者支援金分）が引き上げ**
国民健康保険税は、医療保険分・後期高齢者支援金分・介護保険分の3区分で構成されており、それぞれに課税の上限が設けられています。
今年度は、後期高齢者支援金にかかる賦課限度額を22万円（改定前：20万円）に引き上げられます。

- ◆**低所得者への軽減判定所得基準が引き上げ**
世帯の前年所得が決められた所得基準を下回っている場合は、所得に応じて国民健康保険税の均等割額（1人あたり）と平等割額（1世帯あたり）の7割・5割・2割が軽減されます。
今回の改定では、5割軽減と2割軽減の基準となる所得額が経済的動向等を踏まえ、見直されました（下表参照）。
▶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。

低所得者への軽減判定所得基準 新旧対照表

	改定前	改定後
5割軽減	43万円＋（28.5万円×被保険者数） ＋10万円×（給与所得者等の数－1）	43万円＋（29万円×被保険者数） ＋10万円×（給与所得者等の数－1）
2割軽減	43万円＋（52万円×被保険者数） ＋10万円×（給与所得者等の数－1）	43万円＋（53.5万円×被保険者数） ＋10万円×（給与所得者等の数－1）

※被保険者数には、国民健康保険に加入していた方が、後期高齢者医療制度に移行した場合も含まれます。

低所得の子育て世帯に対する

子育て世帯生活支援特別給付金を支給します

食料品等の物価高騰に直面し、影響を特に受ける低所得の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、児童1人あたり一律5万円を支給します。

- ◆**対象者（①、②のいずれかに該当する方）**
 - ①令和4年度中に実施した子育て世帯生活支援特別給付金（前回の給付金）の支給対象であった方
 - ②令和5年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった方で、以下の児童等を扶養する父母等
 - ・令和5年3月31日時点で18歳未満の児童（障がい児の場合、20歳未満）
 - ・令和6年2月末までに生まれた新生児
- ◆**申請が必要な方**
上記②に該当する方
- 【申請方法】
申請書を役場福祉課窓口または町ホームページから入手し、振込先口座などを記入して必要書類とともに役場福祉課へ直接または郵送でご提出ください。
※書類を審査し、給付金の支給要件を満たす方の指定口座に給付金を振り込みます。

- 【申請期間】
6月1日（休）～令和6年2月29日（休）
※令和6年2月生まれの方は令和6年3月15日（金）まで。
- ◆**申請が不要な方**
令和4年度中に実施した子育て世帯生活支援特別給付金（前回の給付金）の支給対象であった方
※対象者には役場福祉課から通知のうえ、児童手当または特別児童扶養手当を支給している口座へ振り込みます。
※給付の支給を希望しない場合は、下記へご連絡ください。受給拒否届出書を送付します。
※口座を解約しているなど、給付金の支給に支障がでる場合は、口座変更などの手続きを行ってください。
- ▶詳しくは、右記の町ホームページをご覧ください。役場福祉課（☎33-0339）までお問い合わせください。



町HP

ウミガメ保護のため一緒に活動しませんか？

6月より井田海岸のパトロールを開始！

ウミガメの保護活動を行っている町ウミガメ保護監視員と、ウミガメ公園飼育員の伊藤柊也（いとうしゅうや）さんは、6月1日から井田海岸のパトロールを開始します。監視員らは7月末まで定期的にパトロールを行い、ウミガメの産卵や、ふ化を見守っていきます。

ウミガメ保護に興味がある方はウミガメ保護監視員たちと一緒にパトロールに参加してみませんか。

- ◆**パトロール体験の参加者募集**
- 【実施日】 6月・7月の毎週土曜日 午後8時～
- 【集合場所】 ウミガメ公園資料館前 ※荒天時は中止
- ※中学生以下の方は保護者同伴でお願いします。
- 【申込方法】 参加希望日前日の午後5時までに電話または下記QRコードからお申し込みください。
- ▶詳しくは、役場企画調整課（☎33-0334）までお問い合わせください。



申込フォーム



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】6月25日(日)

【検診場所】井田公民館



◆事前予約が必要です

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(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～10時	計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	計50人	40歳～69歳 …500円
◆ 大腸がん * 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 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 午後1時30分～3時	計37人 計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	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、シリコン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。

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。



子どもたちが描いた灯ろうが会場を彩る

ほたる灯ろう展を開催します

ほたるを守る会では、ほたるを通して自然保護への関心を高めてもらうため、次のとおり「ほたる灯ろう展」を開催します。子どもたちが描いたたくさんの灯ろうが、会場を幻想的に彩るほか、ほたる夢太鼓による太鼓演奏なども行われます。ぜひご来場ください。

【日時】6月3日(土) 午後6時30分から
 ※雨天順延。4日も雨天の場合は、田代体育館で行います。

【場所】ふるさと資料館前広場

▶詳しくは、ほたるを守る会事務局(企画調整課内：☎33-0334)までお問い合わせください。

健康づくりに取り組んで、健康と商品をゲット

「みらい健康マイレージ」を実施



町では町民の健康づくりを応援するため、今年度も「みらい健康マイレージ事業」を実施します。健康づくりに取り組み、ポイントを貯めて、健康とステキな賞品を手に入れませんか。

【対 象】20歳以上の町民

【実施期間】5月8日(月)～令和6年3月15日(金)

1 ポイントカードを手に入れよう

役場みらい健康課窓口、または各対象事業の会場にてカードをお渡ししています。

2 スタンプを貯めよう

①実践ポイント(必須)

ご自身で健康に関する目標を立て、実践してもらいます。ポイントカードに実践できた日付を記入し、20日間達成できたらスタンプ1個獲得です。

②健診(検診)ポイント

健康診査やがん検診、歯科健診を受診することで、1つにつきスタンプ1個がもらえます。

③参加ポイント

右記にある事業をはじめとした健康イベントや健康づくり教室などの対象事業に参加すると、1事業ごとにスタンプ1個がもらえます。

対象事業の一例



対象事業は「みらいちゃん」が目印です。

イベント

- ・みなとフェスティバル
- ・みらい健康課コーナー
- ・健康づくりウォーキング

介護予防事業

- ・貯筋運動
- ・いきいき百歳体操

健康づくり教室

- ・生活習慣病予防教室
- ・楽しく踊って体すっきり教室

その他

- ・健康相談・保健指導
- ・みらい健康マイレージ歩数記録表の提出
- ・紀宝スポーツクラブ入会

3 特典を受けよう

スタンプが5個貯まったら、下記の特典が当たる抽選に応募できます。ポイントカードに必要事項を記入し、役場みらい健康課窓口に持参または、郵送してください。

※1人で何回でも応募できます。

【応募締切】令和6年3月15日(金) ※当日消印有効
 【当選発表】

厳正なる抽選のうえ、当選者を決定し、当選の通知をもって発表にかえさせていただきます。

▶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。

特典① 総勢約250名に豪華賞品が当たる!

A



2名

空気清浄機

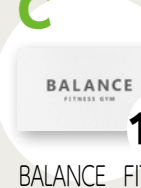
B



3名

ミニフィットネスバイク

C



10名

BALANCE FITNESS GYM
パーソナルトレーニング
60分×3回分無料券

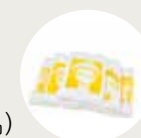
D QUOカード1万円分(5名)

E 飛雪の滝キャンプ場宿泊利用券1万円分(5名)

F ウミガメ公園商品券5千円分(10名)

G 飛雪米5kg(20名)

W チャンス オリジナルスポーツタオル(200名)



特典② 応募者全員にプレゼント!

三重とこわか健康応援カード



協力店でカードを提示すると、さまざまなサービスを受けられます。
 ※応募者本人に対し、年間1枚の発行です。



地域おこし協力隊活動日誌 vol.73

つぎぎ木にチャレンジ!!

今春、つぎぎ木を教わり、チャレンジしました。
つぎぎ木とは、一般的には土台となる樹（だいぎ）と違う品種の芽や枝をつなぎ合わせ、品種更新を行うことです。いろいろなつぎぎ木方法がありますが、今回は腹接ぎを教えていただいたので、ご紹介します。
つぎぎ木は2～3月にかけて剪定した枝で、芽が出てから1～2年のものを穂木（ほぎ）として使用します。剪定の時期には、まだ樹が活動していないので、つぎぎ木を行っても活着しにくいようです。採取した穂木は、気温4～7度位の湿度が高い場所に、カビが生えないように注意し保管するとよいそうです。

◆穂木の作り方

- ①穂木は2つ芽が出る部分が残るように剪定バサミで切ります。
- ②30度ほどの角度をつけ、接木小刀で切ります。
- ③右の写真の③のように反対側を形成層（薄緑の部分）から木質部（白い部分）がでるように削ります。

- ④芽が出るつぎぎ木テープを（形成層に被らないように）巻き、穂木は完成です。

台木は小刀で木質部まで切り込みをいれます。切り込みの木質部と形成層の間に、形成層同士が接するように穂木を差し込み、動かないようにつぎぎ木テープでしっかりと巻けばつぎぎ木は完了です。※つぎぎ木は無断で行ってはいけない品種もあるのでご注意ください。



01. 芽が出た穂木。02. つぎぎ木に使用する道具。

Police 紀宝警察署 からのお知らせ

「ダメ。ゼッタイ」 ～薬物乱用のない社会を～

薬物乱用は、あなたの精神・身体をむしばむだけでなく、幻覚や妄想により、凶悪な事件や重大な交通事故を引き起こすことがあります。

一人ひとりが薬物を拒絶する意識を持つことが薬物乱用のない社会の実現につながります。

薬物に関する情報を得たときは、紀宝警察署や交番、駐在所に連絡してください。

みなさまからの情報が薬物犯罪の根絶につながります。

— 紀宝警察署（☎33-0110） —



Resources ごみは資源 のコーナー

生ごみは十分に水切りを

生ごみの約80%は水分です。気温と湿度が高くなりだすこの時期、生ごみの水分が多いと腐敗し、悪臭の原因になります。臭気・害虫の発生を予防するためにも、生ごみの水切りを十分に行い、ごみの減量化にもつなげましょう。

ポイント♪

生ごみの水分を減らすポイントは
①濡らさない、②水気をよく切る、
③しぼる、④乾かすの4つです。
水分を取るとごみ出しもラクラク♪



みのおのびさん
カズヤスくん

— 役場環境衛生課（☎33-0338） —

高度処理型浄化槽は、
単独の16倍の処理能力

町営浄化槽整備推進事業で設置している浄化槽は、『高度処理型浄化槽』で、従来の合併処理浄化槽よりも処理能力が優れた浄化槽を採用し、町の水環境の保全に努めています。

この浄化槽は、し尿のみを処理する単独処理浄化槽を設置している世帯の処理水中の汚れの量が、一人一日あたりBOD（水の汚れの度合いを表す指標）で32gであるのに対して、高度処理型浄化槽では2gにまで処理されるので、その処理能力は16倍です。

同事業での浄化槽の設置は、町営浄化槽指定工事店（表①参照）が行っていますので、単独処理浄化槽やくみとり式便所からの設置

替えをお考えの方は、一度、工事費用の見積りを指定工事店などにご相談ください。

なお、町営浄化槽を設置する場合、表②にある浄化槽設置分担金が必要です。

町では、きれいな水環境を守つていくために、町営浄化槽への設置替えを推進しています。浄化槽の設置スペースや放流先など、町営浄化槽設置についての疑問点などは、お気軽に左記までご相談ください。

▼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② 浄化槽設置分担金の額

浄化槽の種類別	分担金の額
5人槽	165,500円
7人槽	208,340円
10人槽	276,800円

※11人槽以上の分担金については、役場環境衛生課までお問い合わせください。
※分担金には、浄化槽法第7条検査費用8,000円が含まれています。

表① 町営浄化槽指定工事店名簿

事業者名	電話番号
㈱AQUA WATER WORKS	32-2676
丸玉水道	22-4908
㈱仲西水道工事店	31-7236
㈱協和水道設備商会	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
畑野水道	32-3526
㈱山口建設	33-0010

Eco シリーズ ストップ地球温暖化 その155 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 太陽光パネル等を購入しませんか

「太陽光パネル・蓄電池」共同購入参加者募集中！

電気代高騰への対策にもなり、環境にもやさしい電気の導入を検討しませんか。三重県では、太陽光パネル・蓄電池をみんなでお得に購入する共同購入の参加者を募集しています。「みんなのおうちに太陽光」は多くの人が一緒に安心して、太陽光パネルや蓄電池を購入、設置できる共同購入キャンペーンです。さらに電気代の削減が期待でき、災害時の電気確保にも役立ちますので、購入を検討してみませんか。

▼詳しくは、三重みんなのおうちに太陽光事務局（☎0120-1728-300）までお問い合わせください。

参加登録期間
5月16日～9月13日



図書館だより

今月のおすすめ図書 テーマ“紀宝町在住や紀宝町出身の著者の本”



チャコという犬がいた

たなかちづみ / 著
みらいパブリッシング

大学での実習犬として治療や手術に耐える犬たちを描いた感動作！町内在住の著者は、この作品で絵本出版賞優秀賞を受賞しました。



レンズのしくみ

中川治平 / 著
ナツメ社

昭和天皇のズーム顕微鏡製作にもかかわった町内在住の著者が、レンズの基本的な原理や技術について、豊富な図版でいねいに説明。



発達障害&グレーゾーンの子どもが「1人でできる子」になる言葉のかけ方・伝え方
村田しのぶ / 著 日本実業出版社

発達障害やグレーゾーンの子どもたちに対するちょっとした工夫や言葉かけなどのアイディアがいっぱい！著者は紀宝町出身です。



アトムキャットアトム誕生

やまもとしんじ / 絵・文
手塚治虫 / 原作 世界文化ブックス

小さなネコがスーパー・ロボット・キャットに！手塚治虫の漫画を紀宝町出身の著者が絵探しも楽しめる本として復活させました。



町立図書館
岸 図書館長

産後ケア利用料金

宿泊型	1泊2日	6,000 円
	2泊3日	9,000 円
通所型	1日（8時間）	1,500 円
	半日（4時間未満）	800 円
訪問型	2～3時間	1,000 円

※施設によって利用種類・時間は異なります。

町では、出産後の家族が安心して子育てが行えるように「産後ケア事業」を行っています。出産後6～8週間は、体が妊娠前の状態に戻ろうするため、母親は心身ともに不安定になりやすい状態です。慣れない育児に神経をすり減らし、夜間授乳で睡眠不足が続くこともあります。

また2人目以降の出産であれば、自分と赤ちゃんに加えて、上の子のケアも必要のため、より不安定な状況が続いたり、負担が大きくなったりするかもしれません。

産後ケアでは、医療機関・助産院などから、母子の健康状態の確認や乳房ケア、沐浴についてのアドバイス、育児相談などを受けることができます。宿泊型、通所型、訪問型の3種類があり、実情に応じてご利用ください。

【対象者】町内在住で、生後1年までの赤ちゃんとお母さんで次のいずれかに当てはまる方
・ご家族から十分な家事・育児の協力支援が得られない方
・出産と育児疲れから体や気持ちの調子に不安を感じている方

・育児に不安や負担感がある
または心配なことや困りごとがある方

※母子ともに医療行為が必要な方や、感染症の疑いがある方は利用できません。

【利用施設】

- ・大石産婦人科（宿泊型、通所型、訪問型）
- ・新宮市立医療センター（宿泊型、通所型）
- ・かづこ助産院（通所型、訪問型）

【利用日数】宿泊型、通所型、訪問型を組み合わせて最長7日間。

※連続していなくても可。

【申請方法】事前に、役場みらい健康課窓口にて産後ケア事業の申請をしてください。※妊娠中の方は、妊娠28週以降から申請できます。

▼詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）まで。

◆中川治平博士業績展示
三鳩奇談そしてレンズ設計

図書館では、レンズ設計の研究で工学博士号を取得された、紀宝町在住の中川治平博士の業績を紹介したパネルなどを展示する業績展示を開催します。ぜひご来場ください。

【日時】6月10日（土）～16日（金）

午前10時～午後5時

【場所】はぐくみの森
1階フリースペース

▼詳しくは、町立図書館までお問い合わせください。

今月のおはなし会
6月24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

◆町立図書館（☎32-4646）
◆利用時間：10:00～18:00
◆休館日：毎週月曜日・祝日・毎月最終木曜日

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、下表の日程で住民票、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：6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
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	大里多目的集会施設	13:30～14:45
	26日	上野農事集会所	15:00～16:15
火曜日	6日	飛雪の滝キャンプ場	9:00～10:15
	13日	北松杖多目的集会施設	10:30～11:45
	20日	中村多目的集会施設	13:30～14:45

▶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。

広報クイズ

【問題】

- ① 特集「これからの〇〇医療とは」
- ② 〇〇〇灯ろう展を開催します
- ③ 生ごみは十分に〇切りを
- ④ 〇〇ケアをご利用ください
- ⑤ 神内小の高学年が〇〇〇を体験

◆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）と、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、電話番号、町や「広報きほう」についてのひと言を書いて、役場企画調整課広報係（〒519-5701 紀宝町鵜殿324）まで

◆締め切り
6月9日（金）必着（当選者の発表は、来月号のこのコーナーで）

■5月号の正解
①地震 ②男女 ③水分

■4周年祭 ⑤ポンプ

■5月号当選者
（応募総数11通・正解者11人）
賞品は「飛雪の滝キャンプ場割引券」

・上野 登さん（成川）
・下地 花江さん（大里）
・須川 久美子さん（鵜田）
・矢熊 味奈さん（鵜殿）
・尾崎 さとみさん（大里）

▼詳しくは、役場企画調整課広報係（☎33-0334）まで。



koho@town.kiho.lg.jp



みかんジュース（5車）

※写真はイメージです。

6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）と、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、電話番号、町や「広報きほう」についてのひと言を書いて、役場企画調整課広報係（〒519-5701 紀宝町鵜殿324）まで



One Point Advice

ナッツは無塩のものがおすすめ♪

エネルギー（1人あたり）：約 84kcal
塩分：約 0.5g

Cooking

楽しく、おいしい
簡単料理♪ その188



管理栄養士
島博子

今月のお料理

ナッツで香ばしさをプラス♪

ナッツとにんじんのラペ

今回は、にんじんのラペのご紹介です。作り置きとしても便利で、粒マスタードやお好みのドライフルーツ、オレンジなどを入れてアレンジすることも可能です。また、ピーラーやスライサーを使うと簡単にきれいに切ることが出来ます。また、時短にもなり、細く切るのが苦手という方にもおすすめです。くるみなどのナッツは無塩のものがよいですが、塩味のものがない場合は、にんじんに振る塩の量を調節しましょう。

今

回は、にんじんのラペ

【材料（2～3人分）】

にんじん … 1本
塩 … 小さじ1/4
お好みのナッツ … 約 20g
はちみつ … 小さじ1
酢 … 大さじ1弱
A オリーブオイル … 小さじ1
(粗挽き) こしょう … 少々

【作り方】

- ① にんじんは細切りにし、塩を加えてもみ、15分ほど置く。
- ② ナッツはめん棒などでたたいて、小さく砕いておく。
- ③ ボウルに①、②、Aを入れて混ぜ合わせる。

Calendar

Health June Calendar

6月の健康カレンダー

6月の休日救急当直医

日	病 院 名	診療科目
4日	かじの内科クリニック	内科
	西久保内科クリニック	内科
11日	笹谷内科外科	外科
	谷口クリニック	内・外科
18日	ましようクリニック	内科
	協立内科外科医院	内・外科
25日	すずきこどもクリニック	小児科
	相野谷診療所	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。

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
5日	4か月児健診 10か月児健診 午 前 9 時 ～
8日	1歳2か月児歯科健診 1歳8か月児健診 午 前 9 時 ～
9日	パパママ教室 午後7時～8時30分
13日	7・8か月離乳食教室 午前9時30分～11時
15日	2歳6か月児歯科健診 午後1時15分～
16日	3歳児健診 午後1時～
28日	子育てほっとサロン 午前10時～11時30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：子育て支援センター）

日	内 容 と 開 催 時 間
9日 23日	育児相談 午 前 1 0 時 ～ 1 1 時

※詳しくは、子育て支援センターまで（☎32-4688）まで。

◎歯の面に対しては 90 度



歯の面に対して直角（90度）にあてます。1か所につき20回を目安に小刻みに動かします。

◎裏側の歯と歯茎の間は 45 度



歯と歯茎の境目に向けて歯ブラシをあて、歯周ポケットを毛先で軽くマッサージするような感覚でみがきましょう。



裏側は歯と歯茎の境目に向けて斜め（45度）にあてます。



歯と歯の間は、デンタルフロスや歯間ブラシを使いましょう。

受けましょう。

◎定期的な歯科健診

歯と口のメンテナンスのため、かかりつけの歯科医を持ち、半年に1度は定期健診を受けましょう。

◎正しい歯みがき習慣

上のみがき方を参考に、鏡を使用し口の中を観察しながら、1日3回、食べた歯みがきの習慣をつけましょう。また、歯ブラシは1か月に1回を目安に交換しましょう。

◎よく噛んで食べる

よく噛むことは口の周りの筋力アップになり、老若男女問わずとても大事な健康法です。口をよく動かすために、口腔体操や人との会話、カラオケなどもおすすめです。

「オーラルフレイル」とは「硬いものが食べにくくなる」「むせることが多くなる」など年齢とともに口の機能が低下した状態のことです。最初はささいな衰えと軽視してしまうかもしれませんが、硬いものが食べられな

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」 手に入れよう長生きチケット 歯みがきで

今月のテーマ

竹田歯科衛生士の歯の健康ひとメモ
その197



竹田 仁香 歯科衛生士

Health



有城組合長（左）と井田小学校の大藤校長（右）

児童の防災活動への活用を

建設業組合が防災ずきんを寄贈

町建設業組合は、町内小学校の新入生に防災ずきんを寄贈し、4月18日には、有城和哉組合長が井田小学校を訪問しました。

これは平成24年から同組合が毎年行っている取り組みで、今年度は鵜殿小学校36人、井田小学校17人、神内小学校8人、成川小学校5人、相野谷小学校5人に配布しました。

有城組合長は「児童の防災活動のためにご活用ください」と防災ずきんを手渡していました。

Town topics

4

18

地域をより深く学び、農業について考える

神内小の高学年が田植えを体験

神内小学校の4～6年生33人は、5月1日、学校近くの田んぼで田植えに取り組みました。

これは「神内子安の里の会」の協力のもと、地域をより深く学ぶとともに、食糧問題や農業のことを考えることを目的に12年前から実施しています。

6年生が苗をきれいに植えやすいように竹定規を使って「すじつけ」を行った後、各学年が2枚の田んぼに分かれて作業を行い、児童たちは、裸足や靴下のまま田んぼに入り、その感触に声を上げながらも、ていねいにコシヒカリの苗を植えました。今後児童たちは、6月にタニシ取り、作柄を見ながら9月上旬に稲刈りに取り組む予定です。



01. ていねいに苗を植える児童たち。02. 「すじつけ」を行う6年生。



Town topics

5

1

巨大地震・津波に負けないまち・ひとづくり

官民一体でワークショップを実施

町は5月13日、「必ず来る 南海トラフ巨大地震・津波への備え」と題したワークショップをまなびの郷で開催しました。

これは鵜殿地区をモデルに官民一体で巨大地震・津波に負けないまちづくり・ひとづくりを考えることが目的で、今回が2回目の開催です。

町総合防災行政アドバイザーの松尾一郎先生にコーディネーターを務めていただき、地区住民、消防団員、福祉事業所・学校関係者など、108名が参加しました。

参加者たちは、家族構成や自宅から避難所までの経路や時間などを記入して「我が家の津波避難カルテ」を作成しました。その後、カルテに沿ってグループワークに取り組み、地震や津波に対する対策や課題などを共有しました。

今後はこれまでの意見を整理し、地区における避難行動計画案を基に、次のワークショップで議論を深めていきます。



01. グループワークの様子。02. 我が家の津波避難カルテを記入する参加者。



Town topics

5

13



土のうを作る岡谷鋼機の社員ら

新入社員の研修活動の一環として

岡谷鋼機がボランティア活動を実施

愛知県名古屋市の岡谷鋼機株式会社は、4月20・21日の2日間、浅里地区でボランティア活動を行いました。

岡谷鋼機株式会社は、平成27年4月に紀宝町浅里地区の農事組合法人飛雪の滝百姓塾と「農山村活性化の取組に関する協定」を締結し、新入社員の研修活動の一環として、田植えやボランティア活動で交流を図っていましたが、新型コロナウイルスの影響で3年間中止していました。

4年ぶりの今年は33人が訪問し、砂防堰堤の土砂撤去作業や土のう作りなどを行いました。

Town topics

4

20・21

ホタルを守り、人間にもやさしいまちづくりを

ホタルが飛び交う美しいまちに

ほたるを守る会は、ホタルについて学び、環境問題への意識を持ってもらおうと、町内の小学校で、ホタル出前授業を行いました。5月11日には井田小学校に、ほたるを守る会の蔵本一範会長と矢熊敏男さん、山口和洋さんが訪れ、学習会を実施しました。

授業では、写真やイラストをスクリーンに映しながら、ホタルの種類や特徴、生息場所を解説したほか、ホタルが生息しやすい環境は人にもやさしい環境だと話していました。

児童たちは、ホタルの説明に興味深そうに聞き、ときには質問をしながら、ホタルについて学んでいました。

Town topics

5

11



01. 授業を行うほたるを守る会の蔵本会長。02. ホタルをじっくりと観察する児童。



工事説明会の様子

工事内容や安全対策などについて説明

一般
国道

42号新宮紀宝道路の説明会を開催

一般国道42号新宮紀宝道路の「成川地区他改良工事」説明会が4月26日、紀宝町福祉センター鵜殿事業所で開催されました。

新宮紀宝道路は、熊野川河口大橋を含む、新宮市あけぼの地区から紀宝町神内地区までの延長2.4キロの自動車専用道路で、令和6年秋の開通予定です。

工事説明会では、事業主体である国土交通省紀南河川国道事務所新宮建設監督官詰所の担当者から工事内容や道路規制、安全対策などが説明されました。

Town topics

4

26

KIHOKIDS No.208 はしゃぎっ子

6 月生まれの3歳児



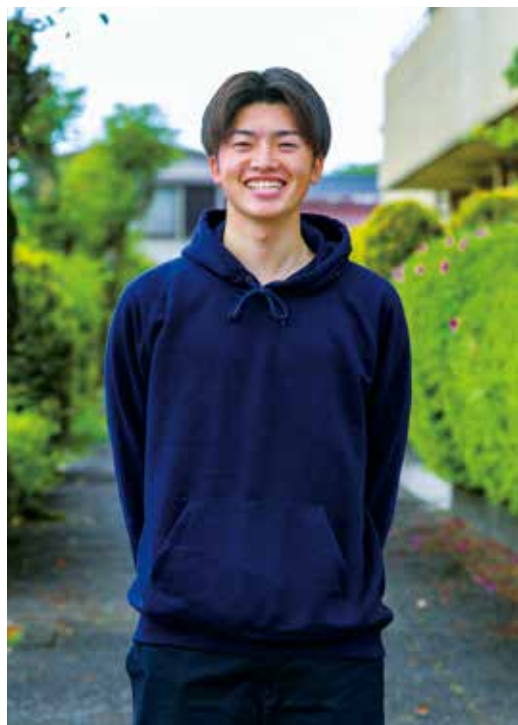
あましま
尼嶋 りる ちゃん (井田)

令和2年6月20日生まれ
 真幸さん&みれいさんの長女

こんにちは！いつも元気いっぱい走り回ったり、歌ったり踊ったりと毎日にぎやかなります。最近をよくおしゃべりしたり、絵をかいたり、できることが増えてきました。いつもかわいい笑顔でみんなを癒してくれてありがとう！これからも元気いっぱいすくすく育ってね♡…ママ・パパより

【募集】満3歳の誕生日を迎える子ども(令和2年8・9月生まれ)を募集します。ご希望の方は、広報係(☎333-0334)までご連絡ください。申込期限は6月30日(金)まで。

KIHOUNG No.208 若い衆登場



かっこいい社会人になりたい!!

とくだ
徳田 光希 さん (井田・22歳)

◆お仕事は？

熊野市福祉事務所にこの春から勤め始めました。覚えることが多く大変ですが、早く一人前になれるようがんばっています。

◆趣味は？

キャンプです。大学生の時に道具をそろえて結構やっていたので、こちらでもぜひやりたいですね。

◆新しく始めたことは？

これまでずっと野球をしてきましたが、体を動かすことが好きなので、新しいスポーツとしてテニスなどを始めてみたいと思っています。

◆旅行に行くとしたら？

あまり北の方には行ったことがないので、北海道に行って地元食を楽しみたいです。

◆夢や目標は？

かっこいい社会人になることです。まずは仕事で一人前になることとプライベートを充実させていきたいです。

◆町について

近所の人や道ですれ違う人といさつを交わせる地元の気さくな雰囲気が好きなので、これからも残ってほしいですね。

PENRELAY No.208 ペンリレー

桐原に移住してきて

田戸 あゆ香 さん (桐原)

育ちは新宮市三輪崎で、結婚を機に桐原へ引っ越してきました。小さいころから料理が好きで、高校生のときから飲食店でアルバイトをして、卒業してからもたさんのカフェなどで働かせてもら

いました。24歳のときにお世話になっていたオーナーさんにお店を譲っていただき、自分のお店を持つことができました。今は、桐原で「おもちゃえりカフェはしばみ」という小さなお店



PROFILE

たど あゆか さん

結婚を機に桐原に移住し、カフェを経営している田戸さん。「温かい人たちに囲まれ、穏やかな日々を過ごせていて、移住してきてよかったです」と話していました。



稲刈りの風景

を経営しています。夫の地元で、自然豊かな土地と、桐原で暮らす温かい人たちに囲まれて穏やかな日々を過ごしています。

この間、近所のおじさまからマザーレモンをたくさんいただいたので、ジャムやシロップを作りました。ほかに、旬のお野菜や卵をいただいたり、夫のおじいちゃん、おばあちゃんが作るお米をいただいたりと、みなさん本当にやさしくて、いただく食材はすべておいしいです。家の周りでは、栗や柿、たけのこ、梅、キウイも採れます。お義父さんや夫が育てている野菜の畑もあって、採れたてはやっぱおいしいな、と感じています。食に関するお仕事をしたい。食にまつわるお仕事をしたい。食にまつわるお仕事をしたい。食にまつわるお仕事をしたい。

お店を始めてから、お客さまや友人たちには「はじめて来た！あとしみじみ思っています。

ええとこやねえ」と言ってもらえることが多く、うれしいです。私自身移住者として、桐原で暮らし始めて3年が過ぎました。初めて来たときは山道の途中で、本当にこの先に人が住んでいるのかとざわざわしながら来たことを覚えています(笑)。それにもすぐに慣れ、今ではとても住み心地のよい場所です。お客さまや知り合いからは、紀宝町に空き家はないかと聞かれることも度々あるので、今ある空き家がどうにか新しい家族を迎え、まただれかの帰る場所になり、紀宝町に住む人が増えてほしいな、と心から願っています。

7月号は井田の南唯さんです。田戸さんからは、「快くりレーをつないでくれてありがとう！今度家族でピザパーティしましょう」



6月

町の人口 - population -	
令和5年4月末現在(前月比)	
人口	10,378 (-9)
男	4,903 (+1)
女	5,475 (-10)
世帯	5,206 (+3) (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)	0120-334-119

おかけ間違えないように！

今月の表紙
撮影秘話
Secret Story

撮影：大森葉央

神内小学校が毎年行っている田植えの様子です。初めて体験した4年生は「足が抜けない〜」などと言いながら一生懸命挑戦していました。田植え経験3年目の6年生はとても手際よく、かなりの腕前でした！

「特設人権相談所」開設

全国人権擁護委員連合会では、昭和24年6月1日に人権擁護委員法が施行されたことを記念して、昭和57年から毎年6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、全国的な啓発活動を行っています。

今年も、その啓発活動の一環として、「全国一斉特設人権相談所」を次のとおり開催します。

人権についてお悩みの方は、お気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は守られます。

【日時】 6月1日(木)
午前10時～午後3時
【場所】 ①中村多目的集会施設
②紀宝町福祉センター

【内容】 地域や職場、家庭などで人権を侵害された、差別的な言動や扱いを受けたなどの人権に関する相談
【相談員】 町人権擁護委員
【相談料】 無料
▼詳しくは、役場福祉課(☎33-0339)までお問い合わせください。

まどぐち国民年金

国民年金手続きの電子申請が可能です

国民年金第1号被保険者加入の届出(退職後の厚生年金からの変更等)、国民年金保険料免除・納付猶予および学生納付特例の申請について、マイナポータルを利用した電

子申請ができます。

申請には、マイナンバーカードやマイナポータルの利用登録が必要とですが、マイナンバー等の情報を活用して申請書を作成するため、紙の申請書より簡単に作成することができ、申請結果についてもスマートフォン等で確認することがができます。

また、平日に役場へ来ることが難しい方も24時間365日申請できますので、ぜひご利用ください。



日本年金機構 HP

▼詳しくは、右記のQRコードをご確認いただくか尾鷲年金事務所(☎0597-22-

やかな子どもたちを育成することを目的に、平成12年5月に結成されました。

紀宝楽の指導のもと、いろいろな学校の子どもたちが太鼓を通して仲よくなり、楽しく練習に励んでいます。興味がある人は一緒に太鼓を叩いてみませんか。

練習日にはいつでも見学できます。保護者の方同伴で、お越しください。

【練習日】 毎週金曜日
午後7時～9時
【場所】 田代体育館裏太鼓練習場

【募集対象】

小学2年生～中学3年生
▼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。

「無料法律相談」開催

【日時】 ①6月15日(木)
②7月6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
【定員】 4名ずつ(先着順)
【予約方法】 ①6月7日(水)、②6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。

今月(6月)の「紀の宝みなと市」

【日時】 6月10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。

インボイス制度説明会を開催

尾鷲税務署では、事業者の方に、消費税のインボイス制度の実施に向け、準備を進めてもらうため説明会を開催します。

◆インボイス制度説明会

【日時】 尾鷲会場…6月15日(木)
熊野会場…6月16日(金)

午後1時～2時30分
午後3時～5時(消費税の仕組みから知りたい方向け)
【場所】 尾鷲会場…県尾鷲庁舎
熊野会場…県熊野庁舎
【定員】 各30名(要予約)
▼詳しくは、尾鷲税務署(☎0597-22-2222)までお問い合わせください。

家族想
おくり花
清水生花店

南牟婁郡紀宝町鵜殿1982-2
☎ 0735-32-0009
電話 24時間受付

供花や花束、開店スタンド花、アレンジメントも承っています

式場使用料無料 低予算で安心

おくり花

紀宝警察署 主婦の店 35 至御浜町

AM8:30～10:30
モーニング500円が
半額
有効期間 2023年 6/30迄
※1枚につき2人、1回のみに利用可。ご利用の際はカウンターに直接この券をお渡ください。

お弁当・スイーツが
17時以降 半額

ウミガメ公園
エサやり体験
無料券
有効期間 2023年 6/30迄
※1枚につき1人、1回のみに利用可。土日も使用可。

☎ 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。

相続登記はお済みですか？相続を「争族」にしないために！

登記全般、相続・遺言に関する業務、官公署提出書類作成

須川司法書士・行政書士事務所

令和6年4月から相続登記の申請が義務化されます。まずはお電話で相談を！

司法書士・行政書士 須川裕充

☎ 0735-29-2255 紀宝町成川 773 番地 1 (成川) バス停近く

整形外科・内科・胃腸科・肛門科

紀宝町内送迎します
(浅里地区除く)

医学博士 富室 徹哉

とみむろクリニック ☎0735-28-1030

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

理学療法士 松實 祐太郎・鎌田 啓司・山田 和輝

とみむろクリニック ☎0735-28-1030

今昔物語

その57

紀州大水害（28年水害）の記録③

大里地区



昭和 28 年 7 月撮影



現在

— 昔の風景写真を募集します —

広報さほうでは、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ます。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（☎ 33-0334）までお問い合わせください。

今回も昭和28年に発生した紀州大水害（28年水害）のときに撮影された大里地区の写真をご紹介します。こちらの写真は現在の大里多目的集会施設付近で撮影したもので、大雨による浸水のため、ひざ下まで水に浸かりながらも傘を差して歩く人々の姿が写っています。

写真の左側の少し洋風な感じのする白い建物はお金の預け入れ、借り入れを行う「無尽」と呼ばれる現在の銀行のような施設でした。その奥には、現在とほぼ同じ場所に農協があり、当時、米と梅の栽培が盛んで、倉庫には多くの米俵や梅干しを漬けたタルが保管されていたそうです。

そのほかにも散髪屋、パチンコ屋などもあったそうで、この通りは旧相野谷村のメインストリートとして大いににぎわっていました。

ひやうひやう

ホタルの季節になりました

すっかり暑くなってきましたね。紀宝町では5月からゲンジボタルが見えだすことが多く、毎年写真撮影をしたり、家族と一緒に見たりして楽しみにしているのですが、今年はまだ見に行けておらず、早く見に行きたいと少々焦り気味の日々です。

また、記事でも紹介していますが、ほたる灯ろう展が4年ぶりに開催されます。僕も事務局として準備をしています。久しぶりのイベント開催ということで（年のためか）いろいろ忘れてるなあと感じつつ、準備を進めています。これからの感染症に気を付けていく必要があると思いますが、コロナを理由にやりたいことを制限される日々が一段落したのはいずれいいですね。

（イベントが復活し体力が心配 愛野裕基）

日焼け対策に悩む日々

だんだんと気温が高くなり、夏が近づいてきましたね。毎年これくらいの時期から悩むのが、日焼け対策です。

くもりの日こそ紫外線が強いと聞きます

が、私は日差しが強いなと感じる日や長時間外にいるとき以外は日焼け止めをこまめに塗ったり、日傘を差したりしません。私が気にしなすぎるせいか、帽子やアームウォーマーを貸してくれたり、私より周りの人の方が私の肌に気を遣ってくれるくらいです。

「今は影響がなくてもいつか後悔する」とよく聞きますし、これから外での取材も増えてくるので、将来の自分のためにもまずは日焼け止めや日傘を買うところからはじめ、念入りに対策をしたいと思っています。

（いつか今の自分を恨むこととなる 大森菜央）



広報担当
大森です。



広報担当
愛野です。