

Kiho

広報きほう

Public Relations Kiho 2024 vol.216

1月号

ハッピー^{リュウ}龍イヤー
今年は192の
笑顔が大集合!!



熊野川河口大橋連結を祝う会



連結した新宮紀宝道路熊野川河口大橋

地 域医療の拠点施設につきましましては、「医療・保健・福祉」における行政機能の一体化をさらに推進していくため、「旧鵜殿保育所」の施設を有効活用し、新たな複合施設として「地域医療の拠点施設」を整備してまいります。

地域包括ケアシステムの要となる「町立訪問看護ステーション」

熊野川・相野谷川につきましては、河川整備計画に基づき総合的な治水対策を継続して実施し、掘削した砂利を有効活用して、七里御浜海岸侵食対策に引き続き取り組んでまいります。また、神内川や井田川等の河川整備につきましても、さらに取り組みを進めてまいります。

防 災・減災対策につきましては、「人の命が一番」を基本に、あらゆる災害において犠牲者を出さないため、さらにソフトとハード両面の対策を推進してまいります。

南海トラフ地震・津波被害から犠牲者ゼロを目指すため、ソフト対策としまして、特に津波による被害が大きい鵜殿地区をモデル地区に、これまで官民一体で5回のワークショップを実施する中で、「家族と私の命を守る地震・津波タイムライン」が完成しました。今後は、鵜殿地区において防災意識のさらなる浸透と充実を推

進してまいります。

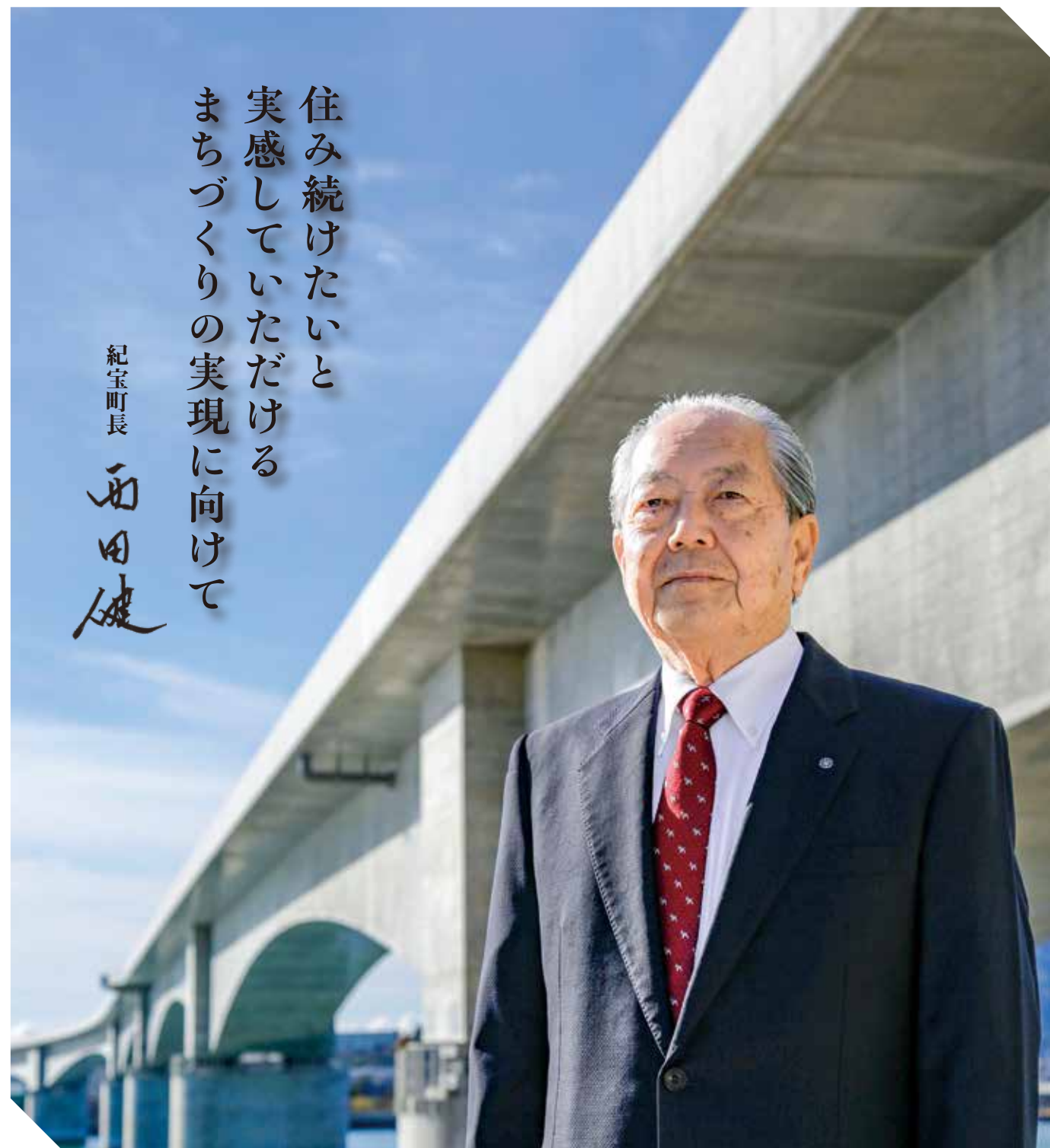
ン、「子育て世代を支援する「母子保健センター」、乳児から高齢者の健康課題に関して身近に相談できる「総合健康相談室」、専門職から学生まで、健康教育に関する必要な人材を育成する教育基盤として「地域医療研修センター」等を同施設に集約し、日ごろから町民のみなさまが気軽に集い、さまざまな世代が交流できる居場所づくりを進め、健康文化を育む温かみのある施設として整備し、住み慣れた地域で安心して生活が続けられるよう、地域医療の発展を推進してまいります。

進するとともに、鵜殿地区以外で浸水が想定される地区におきましても、タイムラインの構築を図ってまいります。

ハード対策としましては、ワークショップ時にみなさまからいただきましたさまざまなご意見をもとに、津波による避難が想定されている鵜殿・井田・成川地内の主要避難路に、夜間停電時におきましても安全で迅速な避難を確保するため、蓄電池式避難誘導灯140か所への整備を、引き続き進めてまいります。

さらに、津波による避難が間に合わない恐れのある地域につきましては、津波避難タワーの具体的な設置場所の検討を進めてまいります。

また、ウミガメ公園に隣接する敷地において、地震・津波等での災害時に救援・救護活動、緊急物資の輸送等を迅速に行うための防災拠点施設を整備しております。令和5年10月には町が整備を進めておりました一時避難場所が完成し、本年2月には国土交通省により整備が進められております防災倉庫が完成する予定でありますことから、引き続き国土交通省と連携し、3



新 新年あけましておめでとうございます。

みなさまにおかれましては、健やかに令和6年の新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。平素は町行政に対して深いご理解とご支援を賜り、厚くお礼申し上げます。

約3年半にわたり私たちの生活に多大な影響を及ぼし続けた新型コロナウイルス感染症は、未だ収束に至っていないものの、昨年5月に感染症法上の位置づけが5類に移行され、社会経済は産業ごとにさまざまな状況を抱えながらもコロナ禍の先へ向かいつつあります。

年頭にあたり新たな決意のもと、これまで以上に町政の運営に全力で取り組み、町民のみなさまに「住み続けたい」と実感していただけるまちづくりの実現に向け、誠心誠意全力を尽くしてまいります。

一 一般国道42号新宮紀宝道路につきましては、悲願でありました熊野川河口大橋が令和5年に連結し、7月に熊野川河口大橋連結を祝う会が盛大に開催されたところでございます。

本年秋の開通に向け、国や



町職員による藤崎町での物産販売



石川県中能登町とのスポーツ交流



ウミガメ公園に隣接する一時避難場所



鶏殿地区を対象とした防災ワークショップ

月 月の供用開始に向けて進めてまいります。

地 方創生につきましては、「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」におきまして、「子育て支援」および「移住・定住対策の促進」を主要な施策と位置づけ、積極的に取り組みを行っており、

保 育所環境の充実につきましては、例年、各保育所におきまして「保育所に関する利用者アンケート調査」等を実施し、保護者のみなさまからいただきました貴重なご意見を踏まえ、さまざまな対策を講じております。また、「保育所保育指針」に示されております「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」を中心に据えた教育・保育、および各小学校との連携を図り、各種事業を展開してまいります。

少子化等の現状や保育所の課題等につきましては、保育所保護者等で組織する「紀宝町立保育所のあり方検討委員会」において協議を進めてまいります。

令和4年に、タイムライン防災に取り組む全国の市区町村や、専門家、国等の防災機関が参画・協働し、「タイムライン防災・全国ネットワーク国民会議」が発足しました。現在48の市区町村で、タイムライン防災の取り組みについて共有を進め、より多くの市区町村や地域住民に広げていくことで災害から命を守る防災意識社会の構築を目指すとともに、タイムライン防災の一層の浸透と充実に向け、さまざまな取り組みを進めているところであり、タイムライン防災が日本の文化となるよう邁進してまいります。

引き続き、あらゆる災害から町民のみなさまの命を守ることを最優先に、災害に強いまちづくり・ひとづくりを構築してまいります。

から官民合わせたさまざまな分野で交流が進められており、引き続き両町のさらなる発展と相互協力の絆が深まっていくことを期待しております。

また、青森県藤崎町との地域間連携につきましては、4年ぶりに両町のイベントにおいて相互に物産販売を実施することができ、今後も「ローカルtoローカル新連携プロジェクト」の旗印のもと、さらなる連携を深めてまいります。

高 齢者福祉および障がい者福祉につきましては、保健、医療、福祉関係者等のご協力のもと、本町における高齢者施策を総合的かつ計画的に推進する「第7次紀宝町高齢者福祉計画」および「紀宝町障がい者計画」の策定作業を進めており、高齢者の方や障がいのある方が住み慣れた本町で安心して生活できる施策を推進してまいります。

東 紀州広域ごみ処理施設整備につきましては、令和3年に「東紀州環境施設組合」を設立し、広域での可燃ごみ処理施設の建設に向け協議を進めております。

本年につきましては、施設の設計、建設、運営の事業者を選定するため、2月中の入札公告および9月中の契約締結に向け準備を進めており、引き続き令和10年の稼働を目指し、東紀州環境施設組合および関係市町と連携して取り組んでまいります。

学 校教育につきましては、学校教育振興ビジョンに掲げる「信頼される学校づくり」、「確かな学力」の向上、

徐々にではありますが、着実に成果が現れてきております。今後も継続的に取り組みを行うとともに、地域内外に「子育てしやすい町・住みやすい町」を広くPRし、「紀宝町」を移住先および定住先として選んでいただける住みやすいまちづくりを推進してまいります。

本年に熊野古道が世界遺産登録20周年を迎えるにあたり、三重県や近隣市町とも連携し、さまざまな取り組みを進め、地域のみなさまとともにお祝いし、今後も世界遺産や歴史、文化等、町の魅力を発信してまいります。

物 価高騰対策につきましては、物価高騰の影響を受けている町民のみなさまや事業者の支援を図るため、1人あたり5千円分の紀の宝商品券を早期に配付できるよう準備を進めており、今後も引き続き、物価高騰等に対する経済対策、生活支援に取り組んでまいります。

子 育て支援につきましては、安心して子どもを産み育てられる環境整備を図るため、相談支援をワンストップで行う「子育て世代包括支援セン

ター」の機能を継続し、1人ひとりの実情に応じた産前産後のケアプランを提供するほか、不妊に悩む家族への支援、産婦健康診査、産後ケア事業等、各種支援事業を実施し、妊産婦に寄り添ったきめ細かい支援を推進してまいります。また、子育て支援センター、ファミリーサポートセンター、学童保育等の利用しやすい体制の整備に努め、子育て家庭への支援体制をさらに充実させてまいります。

農 業振興につきましては、将来の農業の担い手や在り方について「人・農地プラン地域計画」の策定に取り組み、耕作放棄地問題や担い手不足の解消に繋げてまいります。

ふ るさと納税につきまして、返礼品の拡充やふるさと納税ポータルサイトの追加等を行ったことで、本年度の寄附額は、令和4年度を大幅に上回る見込みであり、今後も出品者のみなさまにご協力を賜るなかで、地域資源を活かし、寄附額拡大に向けた事業を推進してまいります。

石 川県中能登町とは、姉妹町提携後、親善を深めな

「豊かな心、健やかな体」の育成を柱に、個別最適な教育の実現を目指してまいります。

また、令和4年度に、町内全小中学校の全普通教室に整備しました電子黒板の積極的な活用により、これからの時代を生きていく子どもたちのために、情報化時代に即した教育を推進してまいります。

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ますことから、「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、各小学校との連携をさらに強化し、国が示す「幼保小の架け橋プログラム」の実施に向けて、相互に保育・授業参観等の交流や、合同研修等の取り組みを充実させ、円滑な接続に努めてまいります。

結 びに、この1年がすべてを心からお祈り申し上げますとともに、一層のお力添えをお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

役場や出先機関で非常勤の職員として働いてみませんか？

会計年度任用職員登録制度に登録しませんか

町では、会計年度任用職員の希望者を職種別で登録し、必要に応じて登録者の中から選考を行い、任用する「紀宝町会計年度任用職員登録制度」を実施しています。

会計年度任用職員とは、地方公務員法第 22 条の 2 に基づき、任期を 1 会計年度内として任用される一般職非常勤職員です。

登録職種や手続きなどは、以下のとおりですので、登録を希望される方は、役場総務課に必要な書類を提出し、登録手続きを行ってください。

登録職種	必要な要件
❶一般事務職	パソコンの操作ができる方
❷保育士・保育補助員 ❸幼稚園講師	資格を有する方、または任用までに取得見込みの方 ＊❷の保育補助員は、必要な資格はありません
❹教育支援要員	＊必要な資格はありません
❺介護支援専門員 ❻社会福祉士	資格と自動車運転免許（普通）を有し、パソコンの操作ができる方
❼保健師 ❽看護師・准看護師 ❾管理栄養士・栄養士 ❿歯科衛生士	資格を有する方、または任用までに取得見込みの方
⓫用務員（校務員）⓬管理人	＊必要な資格はありません
⓭調理師	資格を有する方、または任用までに取得見込みの方
⓮調理補助員	＊必要な資格はありません
⓯給食センター運転手兼調理補助員	自動車運転免許（準中型）を有する方 ＊調理師資格は不要です
⓰清掃作業員	自動車運転免許（準中型）を有する方、2トン車の運転ができる方
⓱運転手	自動車運転免許（中型1種）を有する方
⓲施設管理士	＊必要な資格はありません

◆登録手続き

次の書類に必要事項を記入のうえ、役場総務課まで提出してください。

- 登録申込書（役場所定の様式。役場総務課窓口または町ホームページにて入手可能）
- 資格（免許）証の写し（❷・❸・❺～❿・⓫・⓭～⓱の職種）

◆登録受付期間

随時、受け付けています。

※令和 6 年 4 月 1 日からの任用への選考を希望される方は、1 月 31 日（水）までに登録手続きを済ませてください。

◆登録期間

登録の日から 2 年間

◆任用条件

- 勤務時間…正規職員の1週間あたりの勤務時間（38 時間 45 分）より短い時間で、任命権者が定める勤務時間
- 任用期間…1 年以内
- その他…町会計年度任用職員の任用、勤務条件および身分取扱いに関する規程による

▶詳しくは、町ホームページ（<https://www.town.kiho.lg.jp/government/personnel/temporary/>）をご確認いただくか、役場総務課（☎33－0333）までお問い合わせください。



町 HP

まちのために、一緒に働きませんか？

紀宝町フルタイム会計年度任用職員（調理師）を募集

◆職種

調理師（保育所、幼稚園、給食センター勤務）

◆採用人員

1 名

◆採用予定日

令和 6 年 4 月 1 日

◆受験資格

- ①昭和 49 年 4 月 2 日以降に生まれた方
- ②令和 5 年 12 月 1 日現在において、受験者本人が紀宝町に住所（住民登録）を有する方
- ③調理師の資格を有する方、または令和 6 年 3 月 31 日までに資格取得見込みの方
- ④地方公務員法第 16 条の欠格条項に該当しない方

◆受付場所

紀宝町役場総務課 紀宝町鶴殿 324 番地

◆申込方法

役場総務課窓口、または町ホームページにて募集要項および申込書兼履歴書を入手し、必要書類を持参または郵送にて提出してください。

◆受付期限

- 1 月 26 日（金）まで
- ※窓口での提出は、平日の午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分まで（年末年始を除く）。
- ※郵送の場合は書留とし、1 月 26 日（金）午後 5 時 15 分必着。

◆試験の日時、会場

【日時】2 月 4 日（日）午前 9 時開始

【会場】紀宝町役場

【内容】作文試験、面接試験

▶受験の提出書類や給与、服務など、詳しくは役場総務課（☎33－0333）までお問い合わせください。

住民税均等割非課税等の世帯を対象に

価格高騰対策特別給付金 7 万円を給付します

町では、令和 5 年 12 月 1 日現在、町の住民基本台帳に登録されている方で、令和 5 年度の住民税均等割が非課税の世帯や、予期せず令和 5 年 1 月から 12 月までの家計が急変し世帯全員が住民税均等割非課税相当となった世帯を支援するため、国の給付金である価格高騰対策特別給付金を給付します。

◆確認書の提出が必要です

令和 5 年度住民税均等割が非課税の世帯で対象となりうる世帯には、世帯主宛に 1 月上旬以降、「確認書」を送付します。下記の事項を確認し必要事項を記入のうえ、役場福祉課に返送してください。

【確認事項】

- ❶世帯全員が、住民税が課されているほかの親族などの扶養を受けていないこと。
- ❷世帯の中に、住民税課税となる所得があるのに、未申告である方がいないこと。

◆家計が急変した世帯の方へ

令和 5 年度住民税均等割は課税されており、予期せず令和 5 年 1 月から 12 月までの家計が急変し世帯全員が住民税均等割非課税相当となった世帯（家計急変世帯）の方は、収入が減少したことを役場福祉課まで申請することで、給付金を受け取ることができます。

家計急変世帯での給付対象になるかどうか分からない場合は、一度、役場福祉課までご相談ください。

◆提出期限

申請書等の提出期限は、令和 6 年 2 月 29 日（木）です。給付の対象となる方は、期限までに役場福祉課までご提出ください。

▶詳しくは、役場福祉課（☎33－0339）までお問い合わせください。

1月31日までに申告してください

償却資産の申告をお願いします

事業を行っており、償却資産（事業用資産）を所有されている方は、地方税法第383条の規定により、毎年1月1日現在に所有している資産を、設置している市町村へ申告する必要があります。

※償却資産とは、土地・家屋以外の事業の用に供することができる資産（構築物、機械および装置、船舶、車両および運搬具、工具・器具、備品など）です。

【申告対象者】1月1日現在で紀宝町において、償却資産を所有されている方

【提出物】償却資産申告書

※資産に異動がある場合は種類別明細書も必要

【申告期限】1月31日（水）

▶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。



固定資産税は1月1日が基準日です

家屋を増築、取り壊しされた方はお知らせください

家屋と土地に課税する固定資産税は、毎年1月1日現在の状態で課税しています。

昨年中に家屋の新築や増築、または取り壊しをされた場合は、役場税務住民課までお知らせください。

※家屋の登記をされた方、すでに調査を受けた方は、連絡は不要です。

※後日、現地調査の立ち会いをお願いする場合があります。

▶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。

町内の求人企業が大集合

紀宝町合同就職説明会を開催します

町商工会では、求人・雇用に積極的に取り組んでいる町内の企業を集めた「紀宝町合同就職説明会」を次のとおり開催します。

就職活動中の学生やUターン・Iターン就職、紀宝町での就職に興味のある方、またそのご家族など、事前申し込みの必要はありませんので、お気軽にご参加ください。

◆紀宝町合同就職説明会

【日時】1月28日（日）、29日（月）

午後1時～5時

【場所】まなびの郷

【参加予定企業数】12社

※「企業PRブック」をご覧ください。

◆「企業PRブック」を作成

就職説明会に参加する企業の紹介冊子「企業PRブック」を作成しました。今月号の広報きほうと一緒に配布しますので、ぜひご活用ください。



除外申請の期限は2月29日

自衛官等募集に関する対象者情報の提供について

自衛官等募集事務については、自衛隊法第97条において法定受託事務と定められており、町では防衛大臣および自衛隊三重地方協力本部からの依頼に応じて、募集対象者情報を提供しています。

【提供先】自衛隊三重地方協力本部

【対象者】令和6年度に18歳になる方および22歳になる方

【情報範囲】住所、氏名、生年月日、性別

【利用目的】自衛官および自衛官候補生に関する募集案内を送付するため

※提供された情報は、自衛隊三重地方協力本部において法令に基づき適切に管理され、募集案内送付後には情報を破棄します。

◆自衛隊への情報共有を希望されない方へ

除外申請の手続きをしていただくことで、自衛隊へ提供する情報から除外することができます。情報の提供を望まない場合は、役場総務課窓口で手続きをお願いします。

【申請時に必要なもの】

◎対象者本人または法定代理人が申請する場合

本人確認書類（運転免許証、個人番号カードなど）

◎対象者の代理人が申請する場合

委任状、対象者の本人確認書類、代理人の本人確認書類

【申請期限】2月29日（木）

▶詳しくは、役場総務課（☎33-0333）までお問い合わせください。

相談には事前予約が必要です

税理士による無料税務相談所を開設します

尾鷲税務署では、税理士による所得税等の無料税務相談を下記のとおり開催します。相談を希望される場合は、電話による事前予約が必要です。

【開設日】2月15日（木）午前9時30分～午後4時

※正午～午後1時は昼休憩

【会場】紀宝町役場 大会議室

【予約方法】1月16日（火）以降に右記の尾鷲税務署個人課税部門に電話し、自動音声の案内に従い、「2」を選択してください。

【対象者】

①前年分の所得金額が、300万円（青色事業専従者給与額・青色申告特別控除額または、事業専従者控除額を控除する前の金額）以下の事業所得者、不動産所得者、雑所得者

※年金受給者を除きます。

②①の方で、消費税の課税事業者である場合には、令和3年分の課税売上高が3,000万円以下の方

③給与および年金受給者

※申告内容によっては、相談できない場合があります。

【留意事項】

- ・予約は先着順です。
- ・無料税務相談所では、譲渡所得（株式等譲渡所得を含む）、山林所得、贈与税、相続税の相談は応じられません。
- ・消費税の相談で、申告書の作成に時間を要する方は、売上および仕入れ（経費）に係る各金額を8%（軽減税率）と10%（標準税率）に区別するとともに、インボイス制度開始後の仕入れについて、インボイス発行事業者からの仕入れとインボイス発行事業者以外の者からの仕入れに区分した上で、それぞれの科目ごとに集計するなど、事前に準備してください。

▶詳しくは、尾鷲税務署個人課税部門（☎0597-22-2222）までお問い合わせください。

医療機関への受診や災害時に

遠隔手話通訳サービスをご活用ください

遠隔手話通訳とは、スマートフォンやタブレットのテレビ電話機能を通じて手話通訳者が画面越しに通訳を行い、きこえない方ときこえる方のコミュニケーションを図る仕組みです。

町では、きこえない方の情報保障と手話通訳者への感染防止を目的とし、遠隔手話通訳サービスを実施します。

また、貸し出し用タブレットを用意していますので、お気軽にご活用ください。

※ご自分のスマートフォンなどを使う場合の通信料は利用者負担となります。

【対象者】

聴覚障がいのある方で、紀宝町に在住、または通勤通学している方

【利用日時】

県聴覚障害者支援センターと日程調整を行い、決定します

【申請方法】

申請書兼同意書を役場福祉課窓口に提出してください

▶詳しくは、役場福祉課（☎33-0339）までお問い合わせください。



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】2月7日（水）

【検診場所】大里多目的集会施設

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、お茶は飲んでもかまいません） ＊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	69歳以下 ……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 ＊パスタオルを持参してください	午後1時30分～3時	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

元 WBA ミドル級スーパー王者 / ロンドン五輪ボクシングミドル級金メダリスト

村田諒太さんを講師に文化講演会を開催

町文化協会は、ボクシング元 WBA ミドル級スーパー王者であり、ロンドン五輪金メダリストの村田諒太さんを講師にお迎えし、「ボクシングと共に歩んだ人生」をテーマに、下記のとおり文化講演会を開催します。ぜひご来場ください。



PROFILE

村田諒太さん

1986年奈良県生まれ。2012年ロンドン五輪でボクシングミドル級金メダルを獲得。2013年プロに転向。2017年10月に最激戦区のみドル級で世界王者となる。2023年3月現役引退。

【日時】2月4日（日）

開演：午後3時（開場：午後2時30分）

【場所】まなびの郷

【講師】村田諒太さん

【入場料】無料

※入場は無料ですが、入場には整理券が必要です。

入場整理券は、令和6年1月10日（水）午前9時から「まなびの郷」にて先着順に配布します。

（整理券は先着500名限定。1人最大5枚まで）

▶詳しくは、まなびの郷（☎32-0241）までお問い合わせください。

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

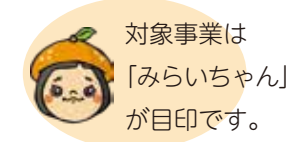
◆ベルマーク運動とは

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 役場みらい健康課

町民の健康づくりを応援するため

みらい健康マイレージを実施中!!

町では町民の健康づくりを応援するため、「みらい健康マイレージ事業」を実施しています。

運動など健康づくりに取り組んだり、健診や町の対象事業に参加したりすることでスタンプがもらえます。スタンプが5個貯まると、豪華賞品があたる抽選に応募できます。また、応募者全員に「三重とわか健康応援カード」を進呈します。この機会に健康とステキな商品を手に入れませんか。



スタンプを5個を集めて豪華賞品が
当たる抽選に応募しよう!

【対象】20歳以上の町民

【実施期限】3月15日(金)※当日消印有効

【その他】

- ・みらい健康課窓口、各対象事業の会場にてカードをお渡しします。
- ・スタンプが5個貯まったら、ポイントカードに氏名、希望の商品番号などを記入し、役場みらい健康課窓口を持参、または郵送してください。
- ・対象事業についての情報は、右記QRコードの町ホームページからご確認ください。
- ・1人で何回でも応募できます。
- ・厳選なる抽選のうえ、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。



町HP



Information 役場みらい健康課

糖尿病予備軍の早期発見のために

糖尿病糖負荷検査を受けましょう

町では、下記の日程で糖尿病糖負荷検査を実施します。

糖負荷検査は「糖尿病境界型」を発見するために最適な検査です。腎不全による透析や失明などの合併症を予防するためにも、自覚症状のない早期の段階で、糖尿病のリスクを知ることが大切です。ぜひこの機会に糖負荷検査を受けましょう。

【日時】1月27日(土)

- | | |
|-----------|-----------|
| ①午前8時～ | ②午前8時15分～ |
| ③午前8時30分～ | ④午前8時45分～ |
| ⑤午前9時～ | ⑥午前9時15分～ |

【場所】鵜殿福祉センター

【対象】昭和39年4月1日～昭和59年3月31日生まれの方

【定員】50名(要申込)

【受付期限】1月15日(月)

※定員になり次第、締め切り

【料金】無料

《糖負荷検査を受けられない方》

- ・糖尿病と診断を受けている方、現在糖尿病で受診中の方
- ・胃切除者(正しく結果が出ないため)
- ・重篤な肝臓病、腎臓病で治療中の方
- ・糖負荷検査当日の尿検査で尿糖が陽性の方
- ・これまでに紀宝町糖尿病糖負荷検査を受診された方(境界型と判定された方を除く)

▶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。

Fire Report

みらい健康マイレージ

その30

さまざまな活動を紹介

小学校で消防団講座を行っています

地域住民の生命と財産を守る消防団の活動を学び体験することで、将来の入団につなげようと、三重県消防協会紀南支会は管内の小中学校で、消防団学校講座を開いています。同町消防団

でも小学校に出向き、さまざまな団活動を紹介しています。第3分団の団員7人が、相野谷小学校3年生を対象に講座を行い、放水体験や活動紹介を通して消防団への理解を深めてもらいました。

はじめに教室で行われた講座では、榎本真二



01. 消防団員による授業の様子。02. 消防車の説明を受ける。03. 放水体験。

分団長から「消防団員は、普段は保険の外交員や大工などそれぞれの仕事をしながら、火災や災害などの有事故の際に出動します。町では現在158人が在籍しており、そのうち8人が女性です」と説明が

あり、18歳以上であれば誰でも入団でき、消火活動のほかには台風の来にも警戒や倒木の撤去などを行うことを伝えました。

そのあと、グラウンドに移動して行った、放水体験では子ども用の防火衣を着用したちびっこ消防士たちが、団員の指導を受けながら実際に消火活動で使うホースを使用し、放水しました。

榎本分団長は「消防団員は、自分たちの町は自分たちで守るという思いで活動しています。みなさんも大人になったらぜひ入団してください」と呼びかけ、子どもたちは「とてもいい経験になりました」と話していました。

▼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。

今月の消しメン★ 団員紹介 No.23

山口 弘樹 さん

(第2分団鮎田班・32歳)



台風のときはできるだけ出勤しています

◆お仕事は?

熊野市内のガソリンスタンドで働いています。オイル交換やタイヤ交換、洗車などを行っています。

◆入団のきっかけは?

団員の方から誘われて入団しました。入団してすぐに火事で出動したことが印象に残っていて、当時は何をすればよいかわからなかったのですが、いつでもすぐに動けるように訓練を重ねてきました。

◆趣味は?

ドライブが好きで、休みの日に田辺市や大阪府などに買い物に出かけています。昨年は初めて石川県まで遠出しました。

◆消防団員としての意気込み

自然災害が多い土地なので、日々の訓練に励みながらいざという時に備えています。



地域おこし協力隊活動日誌 vol.80

ボランティアの方々と熊野川の清掃を行いました

11月上旬、熊野川体感塾では、県東紀州振興課、東紀州地域振興公社とともに、熊野川の川原の清掃活動を行いました。普段実施している清掃活動は5名程度ですが、今回は熊野古道サポーターズクラブのみなさまにもご協力いただき、約20名での活動となりました。

主に、川原に流れ着いた流木の回収を行いました。大人数での作業であったため、流木の回



熊野古道サポーターズクラブの方々と記念撮影

収の速さがいつもとは段違いに早く、人手の必要な作業は人数が多いに越したことはないのだなど実感しました。

清掃活動後には、ボランティアのみなさんに三反帆の遊覧体験を楽しんでいただきました。

熊野古道サポーターズクラブは、世界遺産である熊野古道伊勢路を守り伝える活動を応援するために組織されたクラブです。伊勢路に関心がある方ならどなたでも入会できます。

本年には、熊野古道を構成資産とする「紀伊山地の霊場と参詣道」がユネスコの世界文化遺産に登録されて20周年を迎えます。ぜひこの機会に、熊野古道を歩いてみたり、熊野古道サポーターズクラブに登録してみてもいいでしょうか。

また、まだ三反帆に乗船したことのない方は、ぜひ一度乗船しに来てみてください。



熊野古道サポーターズクラブHP

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、市町設置型の場合は町）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。

法定検査は、管理者の責

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 榎原栄佐

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、町などで確認できるので、そのまま検査を行うことができます。

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。

毎年1回法定検査を受けましょう

シリーズ 浄化槽 きれいな川を 未来に残そう その192

Purified

Police 紀宝警察署 からのお知らせ

1月10日は110番の日

110番は、事件・事故などの緊急通報専用電話です。110番の正しい利用にご協力をお願いします。

携帯電話などでの移動しながらの通報は、途中で電話が途切れたり、聞こえなくなったりするので、必ず立ち止まって通話してください。

◆ご存知ですか？警察安全相談「#9110」

緊急でない相談などの110番は、緊急の事件・事故への警察官の対応を遅らせることがあるので、紀宝警察署や警察安全相談電話「#9110」へかけてください。警察安全相談は、平日午前9時から午後5時の間で受け付けています。



—— 紀宝警察署（☎33-0110） ——

Resources ごみは資源 のコーナー

使用済みの食用油は、そのままの状態ですてないで！

揚げものや炒めものなどで使用後に出る食用油は、市販の凝固剤で固めるか、新聞紙や布などにしみ込ませてから「可燃ごみ」の日に出してください。

台所に流すと、水質の悪化や排水管の詰まり、合併浄化槽の機能低下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れると処理が楽ですてやすいです。



ごみのお兄さん かつやさん

— 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162

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 ファンヒーター

寒い冬に大活躍のファンヒーターは、室温の低下を防ぐため、暖まった空気を逃がさない工夫が大切です。そのため、効率よく部屋を暖めるためにも、出入り口に向けて置かない、吹き出し口付近に物を置かない、窓に直面して置かないなど、部屋全体が暖まるように工夫しましょう。

また、一度暖まった室温はすぐには下がらないので、電源はお出かけや寝る15分ぐらい前に切るのが節約のコツです。

▼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。

こまめに換気を行いましょう！



室温設定は20℃を目安に

外気温6℃の時、暖房の設定温度を21℃から20℃にした場合（使用時間：9時間/日）

年間削減効果

灯油 10.22 ℓ
CO₂ 25.4 kg

年間節約金額

約880円

〔出典：経済産業省資源エネルギー庁／一般向け省エネ情報〕

図書館だより

今月のおすすめ図書 テーマ“りゅう！りゅう！りゅう！りゅうがいっぱい！”



エルマーのぼうけん

ルース・スタイルス・ガネット / 作
ルース・クリスマン・ガネット / 絵
渡辺茂男 / 訳 福音館書店

どうぶつ島にとらえられている竜の子を救うために勇敢なエルマー少年は危険な旅に。子どもが初めて出会う冒険物語にぴったり！



まゆとりゅう

富安陽子 / 文 降矢なな / 絵
福音館書店

北のお山のとっぺんの3本杉の木の下に住んでいる、せいたかのっぼのやまなばと、その娘まゆの物語。富安陽子さんの楽しい絵本！



りゅうのめのなみだ

浜田広介 / 文
いわさきちひろ / 絵 偕成社

ある山の中に人々から恐れられている竜が住んでいたが不思議な少年が現れ…。『ないた赤おに』の著者による心あたたまる名作絵本。



ほしになつたりゅうのきば

君島久子 / 再話
赤羽末吉 / 画 福音館書店

竜のけんかが原因で天が裂けてしまい、人々を助けるため天を縫いに出かけた勇敢な若者は…。夜空の天の川にまつわる壮大な物語。



子どもに「風邪を引いてほしくない」という思いから、つい厚着をさせてしまっている。しかし、厚着を必要以上に汗をかくと、かえって身体を冷やし、風邪を引く原因になります。子どもは、大人に比べて体温や基礎代謝が高く、よく汗をかくため、基本は「大人より1枚少ない程度」がよいと

言われています。しかし、子どもの体温は変化しやすく、個人差もあるため、1人ひとりに合わせてこまめに脱ぎ着することが大切です。

脱ぎ着しやすい服装を心がけましょう

屋外の場合は、脱ぎ着しやすいように重ね着をして、最初はある程度温かい服装にして、段階的に薄着にできるような着方ができるとよいでしょう。暑くなったら脱ぐ、寒くなったら着ることで、体温調整機能の発達にもつながります。

しかし、服が重いと活動が制限されて、外気温が低くても脱ぎたくなってしまおうので、上着は風を遮り、体温を

守る軽い素材のものを選ぶとよいでしょう。

適切な室温・湿度管理を

子どもにとって、室温は18〜23℃が適切と言われています。適切な室温を保つことができます。適切な室温を保つことができれば、幼児は肌着に長袖と長ズボン、赤ちゃんは肌着と長袖のロンパースなどで十分です。

また、冬場は湿度調節も重要で、適度な湿度は、40〜60%と言われています。湿度が下がると乾燥しやすく、ウイルスに感染しやすくなったり、鼻やのどの粘膜を痛めたりすることもあるので、適切な湿度を保つようにしましょう。

▼詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）まで。

◆富安陽子さんによる講演会

（みえ森と緑の県民税市町交付金事業）

図書館では、『クヌギ林のザワザワ荘』や絵本『オニのサラリーマン』シリーズなどで、子どもたちに人気の児童文学・絵本作家、富安陽子さんの講演会を開催します。

▼申し込みは、町立図書館まで。

【聞き手】増田喜昭さん

【日時】2月4日（日）

午前10時30分から正午

【対象】小学生以上

【定員】先着約50名 ※要申込

【場所】はぐくみの森

▼申し込みは、町立図書館まで。

今月のおはなし会

1月27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、住民票発行などもできます。

表：1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	15日 22日 29日	桐原生活改善センター 平尾井高齢者生産活動センター 大里多目的集会施設 上野農事集会所	9:00～10:15 10:30～11:45 13:30～14:45 15:00～16:15
	9日 16日 23日 30日	飛雪の滝キャンプ場 北松杖多目的集会施設 中村多目的集会施設	9:00～10:15 10:30～11:45 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。

	開設日	会場	開設時間
水曜日	10日 17日 24日 31日	阪松原生活改善センター 永田青年クラブ 井田公民館 地下集会所	9:00～10:15 10:30～11:45 13:30～14:45 15:00～16:15
	4日 11日 18日 25日	上地多目的集会施設 下地生活改善センター 茶屋地構造改善センター 下り場集落センター	9:00～10:15 10:30～11:45 13:30～14:45 15:00～16:15
	5日 12日 19日 26日	高岡防災センター 鮎田構造改善センター 紀宝町役場（移動図書館のみ）	9:00～10:15 10:30～11:45 14:00～16:00

広報クイズ

【問題】

- 〇〇〇の笑顔が大集合！
- 紀宝町合同〇〇説明会を開催します
- 教育機関などで〇〇マークを集めています
- 〇〇運動会でスポーツの秋を満喫
- 今月の「紀の宝みなと市」は、1月〇日

◆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、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、上記賞品をお贈りします。

◆締め切り
1月11日（休）必着（当選者の発表は、来月号のこのコーナーで）

■12月号の正解
①みなと ②採点
③田舎 ④科学 ⑤タイヤ

■12月号当選者
（応募総数27通・正解者26人
賞品は「藤崎町のピン詰めとロースト大豆」）

・産屋敷基久さん（大里）
・長坂和美さん（鶴殿）
・池田孝代さん（成川）
・中西有紀さん（鶴殿）
・柳澤かおりさん（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



飛雪の滝キャンプ場オリジナルグッズ
（タンブラー、オリジナルコーヒー）

1月号の当選者へは
抽選で左記の物が当たります

室内での温度差に注意

ヒートショックが多発する季節です

ヒートショックは、暖かい場所から寒い場所への移動など、急激な温度変化のために血圧が上昇し、失神したり、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こす健康障害です。特に、10℃以上の温度差がある場所は危険で、冬場に暖房の効いたリビングから脱衣

所に移動し、浴槽に入るときなどに多発しています。65歳以上の高齢者や高血圧の方など、上記のチェックリストに該当する場合は、対策をしてから入浴するようにしましょう。

浴室での事故が増えると言われているので、38℃～40℃に設定しましょう。また、入浴する際は手や足など心臓から遠い場所にかけ湯をして、少しずつ身体を温めましょう。

予防のポイント

チェックリスト
☐ 65歳以上である
☐ 高血圧、糖尿病、動脈硬化がある
☐ 肥満、睡眠時無呼吸症候群がある
☐ 浴室に暖房設備がない
☐ 不整脈がある
☐ 1番風呂が好き
☐ 熱いお風呂が好き
☐ 飲酒後にお風呂に入ることがある
☐ 30分以上お湯に浸かることがある

- 入浴前に脱衣所や浴室を暖める**
脱衣所を暖房器具などで暖めておきましよう。浴室は、床にスノコなどをひいたり、浴槽にお湯をためてふたを開けておくとも効果的です。
- お湯の温度は38℃に設定する**
41℃以上になると
- 長風呂は避ける**
長時間の入浴は身体に負担を与えるので、ほんのり汗ばむ程度にとどめ、お風呂から出るときは、ゆっくり立ち上がることを心がけましよう。
- 食後、飲酒後の入浴は避ける**
食後や飲酒後は血圧が下がりやすくなるので、入浴は避けましよう。また、脱水による血圧低下を防ぐため、入浴前には十分に水分補給をましよう。



今日は樋口真夕保健師

Health

Cooking

楽しく、おいしい簡単料理 その195



管理栄養士 島博子

今月のお料理

カルシウムアップ♪

厚揚げのピザトースト風

今回は、カルシウムを多く含む食材を使った、厚揚げのピザトースト風のレシピをご紹介します。カルシウムは牛乳・乳製品以外にも、大豆製品や小魚・緑黄色野菜に多く含まれます。カルシウムは骨を作る材料で、日本人の食事では足りていないのが現状です。特に女性には骨粗しょう症になりやすく、若いうちから強い骨を作っておく必要があるのです。適宜食事に取り入れるようにしましょう。

【作り方】

- 厚揚げはさっとお湯にくぐらせ（油抜き）、キッチンペーパーなどでしっかり水気を取ったら、半分の厚さに切る。
- アルミホイルを敷いた天板に厚揚げをのせて、ピザ用ソースを塗り、ツナ、枝豆をのせて、チーズを上から散らす。
- オーブントースターで焼き色がつくまで、約5分焼く。

料理作成：きほう食の会



One Point Advice

枝豆は凍ったままのせてもOK♪

エネルギー（1人あたり）：約195kcal
塩分：約0.6g

【材料（2人分）】

厚揚げ … 約160g
ツナ缶（水煮） … 40g
枝豆（冷凍） … 30g
ピザ用チーズ … 20g
ピザ用ソース … 小さじ2～3
（ケチャップでも可）

Calendar

Health January Calendar

1月の健康カレンダー

1月および年始の休日救急当直医

日	病 院 名	診療科目
1日	大石医院	内科
	新谷クリニック	外科
2日	西久保内科クリニック	内科
	真砂小児科	小児科
3日	協立内科外科医院	内科
	かじの内科クリニック	内科
7日	相野谷診療所	内科
	ましようクリニック	内科
8日	井本医院	内科
14日	尾辻内科クリニック	内科
	くろしお耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科
21日	小山医院	内科
	熊野路クリニック	内科
28日	和田医院	内科
	谷地内科医院	内科

※ 変更する場合がありますので、事前に電話連絡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。
※ 相野谷診療所は1月1日（月）～5日（金）が休診日です。

年始の歯科休日当番

日	内 容 と 開 催 時 間
2日	谷口歯科医院 ☎05979(2)3521
3日	みはま歯科医院 ☎05979(2)3458

※午前9時～正午のみです。

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
9日	4か月児健診 午 前 9 時 ～ 10か月児健診
18日	2歳児歯科検診 午 後 1 時 15 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
12日	育児相談 午 前 10 時 ～ 11 時
26日	

※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）

日	会 場 と 開 催 時 間
◆ チェアエクササイズ	
5・12・19日	大里多目的集会施設 午前9時15分～10時15分
10・17・31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	
5・12・19日	神内福祉センター 午前9時15分～10時15分
10・17・31日	まなびの郷 午前10時30分～11時30分
◆ スポーツボイス（しっかりコース）	
16・30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
◆ スポーツボイス（ゆったりコース）	
9・23日	まなびの郷 午前9時30分～10時30分
◆ プールを利用した介護予防事業水中ウォーキング	
①17日	ピーアップ新宮 午前11時～午後3時
②10・24日	

※送迎バスについては、①は鵜殿方面のルート、②は井田・相野谷方面のルートを走行します。

介護予防事業（対象：65歳以上の方）

日	会 場 と 開 催 時 間
◆ 小さなボールをつかった健康運動教室	
4日	鵜殿地域交流センター 午前9時30分～10時30分
	午前10時30分～11時30分
11日	中村多目的集会施設
17日	下地生活改善センター 午 前 10 時 ～ 11 時
18日	平尾井生産活動センター
24日	鮎田構造改善センター 午後1時30分～2時30分
25日	井田公民館 午 前 10 時 ～ 11 時
◆ スマイルヨガ	
4・11・25日	まなびの郷
5・12・26日	鵜殿福祉センター 午 前 10 時 ～ 11 時
10・24・31日	はぐくみの森

※ 要予約：詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）まで。



役場玄関に飾られたツリー

女性に対する暴力、児童虐待撲滅への 願いを込めたツリーを設置

町は11月1日～30日、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と、児童虐待防止のシンボルであるオレンジリボンやオレンジ色の短冊を飾ってもらうためのツリーを役場玄関に設置しました。

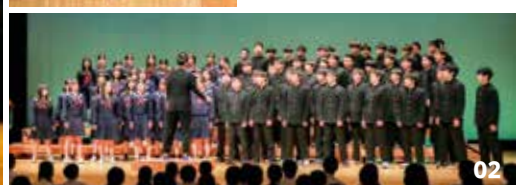
これは、11月12日～25日の「女性に対する暴力をなくす運動」期間と、11月の「児童虐待防止推進月間」に合わせて、毎年実施しているものです。

オレンジリボンツリーには、「これからの将来を担う子どもたちがいつまでも平和に暮らせますように」などと来庁者によって書かれた短冊が飾られていました。

Town topics

11 /

1 ~ 30



Town topics

11 /

12

01. 作文発表。02. 合唱コンクール。03. 3年生舞台劇「平和への想い～私たちにできること～」。04. 1年生学年発表「地域に学ぶ」。05. 2年生学年発表「職場体験で学んだこと」。

矢渕中学校

相野谷中学校

06. 3年生学年発表「見捨てられた少女たち～沖縄地上戦の苦しみ・悲しみ」。07. 全校合唱。08. 1年生学年発表「福祉体験学習で学んだこと」。09. 2年生学年発表「職場体験学習で学んだこと」。10. 作品展示。



Town topics

11 /

11

学習の成果を精一杯発表

相野谷中と矢渕中で文化祭を開催

相野谷中学校は11月11日、矢渕中学校は11月12日、文化祭を開催しました。

今年のテーマは、相野谷中学校が「学び・感動をともに」で、矢渕中学校が「みんなの本気を見せつけろ!!」。各校とも、学年発表や合唱を行い学習、練習の成果を存分に発揮していました。なかでも3年生は平和学習で学んだことを劇として発表し、来場者は想いのこもった演技を通して、改めて平和の大切さに思いをはせていました。



01. かけっこ。02. パン食い競争。03. 綱引き。04・10. 愛のラケット使。05. 障がい者スポーツ体験会。06. 一般リレー。07. 80m走。08. うみがめビクス。09. 玉入れ。

Town topics

11 /

26

町民同士が親睦を深める

町民運動会でスポーツの秋を満喫

紀宝町民運動会実行委員会は11月26日、深田運動場にて町民運動会を開催しました。

これは町内の子どもから高齢者まで幅広い年代がスポーツを通じて交流を深め大いに盛り上がり、地域全体の活力向上への機運を高めることを目的に開催されています。

秋晴れのなか、約900人の町民が参加し、リレーやパン食い競走、などの競技が行われ、参加者たちは、元気いっぱい走り回り、スポーツの秋を満喫しました。



トークセッションで発言する中村所長

在宅医療のあり方を考える

地域医療シンポジウムを開催

町地域医療研修センターは11月25日、まなびの郷で紀宝町地域医療シンポジウム2023を開催しました。

第1部は福井県おおい町国民健康保険名田庄診療所の中村伸一所長が『自宅で大往生～「ええ人生やった」を言うために～』をテーマに講演され、長年みとりの現場に関わってきた体験談を交え、「病院だけにみとりを担わせるのは無理。本人か家族か、どちらかが覚悟すれば家でのみとりにつながる」と、地域医療の必要性について話されていました。

第2部では、町地域医療研修センターの森本眞之助センター長、濱口政也副センター長、一般社団法人がんサポートナース代表で町地域おこし協力隊の沼澤幸子さんも加わり、トークセッションが行われ、来場者みんなで地域医療のあり方を見つめ直しました。

Town topics

11 /

25



01



02

01. 会場の様子。02. カップラーメン積み挑戦。

紀の宝みなと市 11 周年記念市を開催

紀の宝みなと市 11 周年記念市が 12 月 9 日、鵜殿港で開催されました。

紀の宝みなと市は、毎月第 2 土曜日に開催されており、新鮮な海産物や農産物、弁当、惣菜、フリーマーケットなどのお店が出店しています。

記念市では、子ども服やアクセサリー、雑貨などを並べたフリーマーケットが 13 店舗と、普段のみなと市より多く出店されたほか、みかんの詰め放題やカップラーメン積み、ガラポン抽選会も行われました。

会場には多く人が訪れ、お目当てのものを購入するなど、楽しんでいました。

Town topics

12 /

9

紀南青少年育成交流会

中学生 10 人が堂々と主張

紀南地区青少年育成市町民会議連絡協議会は 12 月 9 日、「第 23 回紀南青少年育成交流会～こどもたちの想いを聴こう！～」をまなびの郷で開催しました。

これは、これまでの人生で得た経験や命の大切さ、取り組んでいることなど、中学生が日ごろ生活で考えたり、感じたりすることを主張する場で、町内からは、高須咲南さん（矢渕中 3 年）が「それでも私は挑戦し続けたい」、崎上野結愛さん（相野谷中 3 年）が「嫉妬心」をテーマに発表し、一生懸命に伝える生徒に対して、会場からは大きな拍手が送られました。

また、青少年文化活動発表として、矢渕中学校吹奏楽部が演奏を披露し、会場を盛り上げました。

Town topics

12 /

9



01



02



03

01. 高須咲南さん。02. 崎上野結愛さん。03. 矢渕中吹奏楽部。

紀南シーサイドヴェロフェスタを開催

自転車で熊野地域を巡る

NPO 法人「SPORTS PRODUCE 熊野」は 12 月 3 日、「紀南シーサイドヴェロフェスタ with KINAN Racing Team 2023」を開催しました。

これは自転車愛好者の裾野を広げ、参加者同士の交流を深め健康で安全な地域社会づくりを推進することを目的に開催され、御浜町中央公民館をメイン会場に、熊野市から新宮市に配置した複数のチェックポイントを好きなルートで巡るイベントです。このイベントに合わせて、JR 東海では、自転車を解体せずに列車にそのまま乗り込むことができる「サイクルトレイン」を熊野市の有井駅から紀宝町の鵜殿駅間で試験運行しました。

252 人の参加者たちは、チェックポイントで振る舞われる地域の特産を味わいながら、サイクリングを楽しんでいました。



サイクリングを楽しむ参加者

Town topics

12 /

3

山根忠男さんに瑞宝単光章

消防団員として地域安全のために尽力

元紀宝町消防団副団長の山根忠男さんが令和 5 年秋の叙勲において、瑞宝単光章を受章され、11 月 20 日、町役場で伝達式が行われました。

山根さんは昭和 52 年 11 月に鵜殿村消防団に入団以来、39 年の長きにわたり消防行政に参画し、施設の充実や団員の待遇に意を尽くし、退団後も豊富な知識や技術を後輩に指導するなど活動されてきました。

山根さんは「30 代で入団し、当時から先輩に指導していただき、同期と共に訓練に励み、自分たちで学び合ってきました」などと団員時代を振り返っていました。

Town topics

11 /

20



山根さん（左）と西田町長

安心して暮らせる地域に

交通安全傘 410 本を寄贈

JA 伊勢は 12 月 5 日、町教育委員会に交通安全傘を寄贈しました。

これは、登下校時の児童を交通事故から守り安心して暮らせる地域社会づくりを目的に JA 共済の地域農業活性化促進支援による地域貢献活動の一環として、JA 伊勢管内 12 市町の 78 校に寄贈され、町には 410 本が贈られました。

小林太造常務理事から目録を受け取った西草教育長は「各学校に配布し、大切に使用させていただきます」と感謝を述べていました。

Town topics

12 /

5

中高生と医師らが交流

メディカルみらいフェスを開催

中高生のための地域医療交流会「メディカルみらいフェス 2023」が 12 月 9 日、町社会福祉協議会神内事業所で開催されました。

これは人材不足の地域医療の発展を目指し、次世代を担う子どもたちと専門職が触れ合える場を作ろうと、町地域医療研修センターが開催したもので、地元などの中高生の 46 人と、全国から集まった医師など 72 人が参加しました。

会場には医療機器に触れたり、縫合の仕方を学んだりするブースや、救急隊や医師などと仮想の災害現場へ出動し救命体験をするブース、専門職と自由に会話を楽しむブース、ケアの専門職を体験するブースが設けられました。

参加者たちは、緊張した表情を見せながら、それぞれのブースを体験し、学びを深めていました。



医療機器に触れる参加者たち

Town topics

12 /

9

KIHOKIDS No.215 はしゃぎっ子

1 月生まれの3歳児



ひびの
日比野 めいちゃん(成川)

令和3年1月12生まれ
仁さん&伊津美さんの次女

かわいいものなしで、我が道を進んで行くめいちゃん。お姉ちゃんとプリキュアごっこをするのが好きで、毎日見えないなにかと戦っています。これからも元気いっぱい楽しく過ごしていこうね♡…お母さんから



さだちより
佐田 千依ちゃん(井田)

令和3年1月15生まれ
卓さん&彩香さんの長女

変顔がとても上手なちーちゃん♪最近は何んでも自分ですとはりきっています！少しお調子者のちーちゃん♡これからもお兄ちゃんと仲よく、元気いっぱい育ってね！♡…お母さんから



やまもと げん
山本 弦ちゃん(成川)

令和3年1月25生まれ
大さん&久恵さんの次男

お姉ちゃん、お兄ちゃんが大好きな弦です。歌を歌ってくれたり、たくさん話してくれます♪負けん気も強いけど、まだまだお母さんが大好きな甘えん坊です。これからも兄弟仲よく元気に育ってね！♡…お母さんから

【募集】満3歳の誕生日を迎える子ども(令和3年3・4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1月31日(水)まで。

KIHONYOUNG No.215 若い衆登場



より活気あふれる町になってほしい!! 長谷川 佳祐さん(井田・25歳)

◆お仕事は？

10月から町教育委員会で勤務し、主に、社会体育関係の仕事をしています。町民のみなさんと関わることも多いので、「ありがとう」などと言ってもらえたときは、うれしいです。

◆趣味は？

ドライブをして、おいしいものを食べに行くことです。

◆熱中していること

ジムに通うことです。仕事終わりに週3回程度通っています。

◆理想のタイプは？

笑顔がステキな人がタイプですね。

◆旅行に行くとしたら？

高校の修学旅行で一度行ったことがあります。北海道に行つておいしいものを食べたいです。

◆目標は？

ケガや病気をすることなく、健康に生きていくことが目標です。

◆町にひとこと

紀宝町に戻ってきてきて人の温かさを日々感じます。より活気のあふれる町になってほしいです。

PENRELAY No.215 ペンリレー

記憶と今

私は御浜町で生まれ、高校卒業まで暮らしていました。高校時代にお菓子作りに目覚め、大阪の短大へと進学し、製菓作りを学びました。
大阪での生活はよき友人に恵

山本 美里さん(成川)

まれ、充実した学生生活を送ることができ、大阪名物の食歩きなども堪能しました。短大卒業後も大阪に残りたかったので、大阪では思うような就職先に出会えず、東京で就職する



PROFILE

やまもと みさとさん

東京から母の住む紀宝町に移住した山本さん。「東日本大震災の記憶を忘れることなく、有事に備えて防災グッズなどを準備しています」と話していました。



常備している防災グッズ

ことになりました。

今でも忘れられないのが、東京に引越す日の前日に東日本大震災が起きたことです。アパートの引き渡し日を変更することができず、詳しい状況もわからないまま、東京に出発しました。インターネットや友人からの情報を頼りに向かい、東京に着いたのが夜中だったので、急遽ホテルに泊まることになりました。その夜も余震が続いていて、なかなか眠れず、テレビでは東北の状況が放送されていて、改めて地震の怖さが身に染みましました。

東京での生活は、慌ただしく過ごす毎日でしたが、息子を授かり、子育ての大変さを実感する毎日でもありました。事情があり、母が住む紀宝町に息子と引越してきましたが、学生時代の友人と再会したり、子育てのサポートが受け

ることができたり、住みやすい場所だなと思っています。こちらに来てから、息子がアレルギー体質であることがわかり、現在は食べ物にも注意を払いながら過ごしています。

また、東日本大震災のことを忘れることがないよう、そして息子がいる今、近い将来起こると言われている、巨大地震に備えて、防災グッズを常備し、自身の見直しも行っています。

これからも、私たち家族を見守ってくださっている方々に感謝しながら、親子共々元気のびのびと紀宝町で過ごしていければと思っています。

2月号は鵜殿の宮原方繁さんです。山本さんからは、「ペンリレーを引き受けてくださり、ありがとうございました！」



1月

町の人口 - population -	
令和5年11月末現在（前月比）	
人口	10,313（＋3）
男	4,851（＋1）
女	5,462（＋2）
世帯	5,189（±0） （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
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

おかけ間違えないように！

今月の表紙
撮影秘話
Secret Story

提供：応募してくれたみなさん

今年もみなさまのご応募により、ステキな表紙が完成しました！192人ものみなさま、ご応募ありがとうございました！

「無料法律相談」開催

【日時】 ①1月18日(木)

②2月1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

【場所】 役場1階相談室

【定員】 4名ずつ（先着順）

【予約方法】 ①1月10日(水)、

②1月24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。

まどぐち国民年金

20歳になったら国民年金

公的年金制度は、老後や

を実施します。

【日時】 1月27日(土)

午前9時から午後5時まで

【予約方法】 左記の電話番号から予約してください。

※事前予約

▼詳しくは、松阪公証人合同役場（☎0598-23-7883）までお問い合わせください。

新宮公証役場からのお知らせ

新宮公証役場では、遺言をはじめ、養育費や任意後見など、各種公正証書の作成に関する休日相談を左記のとおり受け付けます。

【日時】 1月13日(土)

午前10時から午後3時まで
【予約方法】 左記の電話番号からメール（nml-3212@tude.ocn.ne.jp）から予約してください。

※事前予約

▼詳しくは、新宮公証役場（☎21-2344）、までお問い合わせください。

創業セミナーの開催について

自分のお店をはじめたいと思っている人、同じ気持ちを待つ仲間と一緒に創業者の話

障害を負ったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。20歳以上60歳未満の方は、国民年金への加入が義務づけられています。20歳になった方は、日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」や納付書などが送付されます。

国民年金のポイント

①国が責任をもって運営するため、安定しており、年金の給付は生涯にわたって保障されるため、将来の大きな支えになります。

②65歳から受け取れる老齢年金のほか、病気や事故で障害が残ったときに受け取れる障害年金、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺

を聞いて、いろいろな疑問や悩みを解決してみませんか。

【日時】 2月17日(土)

午後1時から5時

【場所】 県立熊野古道センター多目的交流棟

【内容】 中小企業診断士 横山博昭氏や、尾鷲市の割烹料理店「食彩 南風」代表 南昌樹氏による講演のほか、車座ディスカッション、交流会など

【対象者】 三重県内で創業に興味のある方

【定員】 15名（先着順）

【参加費】 無料

【申込方法】 住所・氏名・生年月日・電話番号・メールアドレスを、三重県信用保証協会まで電話かFAX、ホームページ、メールのいずれかでご連絡ください。

【申込期限】 2月9日(金)

▼詳しくは、三重県信用保証協会保証部創業支援課（☎059-229-6060）までお問い合わせください。



問い合わせフォーム

特定最低賃金が改定されました

特定の産業に該当する事業

族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取れる遺族年金があり、老後のためだけのものではありません。

▼詳しくは、尾鷲年金事務所（☎0597-22-2340）、または田辺年金事務所新宮分室（☎22-8441）までお問い合わせください。

1月の尾鷲年金事務所による「年金相談」は、1月24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。

松阪公証人合同役場からのお知らせ

松阪公証人合同役場では、公正証書による遺言や任意後見契約などの相談を受け付けており、次のとおり休日相談

場で働く労働者に適用される「特定（産業別）最低賃金」が、令和5年12月21日から次のとおり改定されました。

◎電線・ケーブル製造業

時間額 999円

◎電気機械器具製造業

時間額 987円

◎輸送用機械器具製造業

時間額 1,022円

なお、三重県（地域別）最低賃金は、令和5年10月1日から改定されており、時間額973円です。最低賃金の引き上げに対応して、中小企業支援として業務改善助成金制度や、働き方改革推進支援センター無料相談窓口（☎0120-1111-417）を設けていますので、ご利用ください。

今月（1月）の「紀の宝みなと市」

【日時】 1月13日(土)

午前9時から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。

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

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。

式場使用料無料 低予算で安心

家族想
おくり花
清水生花店

南牟婁郡紀宝町鶴殿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

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）

AM8:30～10:30
モーニング 500円が
半額
有効期間 2024年 1/31迄
※1枚につき2人、1回のみ利用可。ご利用の際は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
エサやり体験
無料券
有効期間 2024年 1/31迄
※1枚につき1人、1回のみ利用可。土日でも使用可。

お弁当・スイーツが
17時以降 半額

ウミガメ公園 ☎0735-33-0300

あけまして
おめでとうございます



新年あけましておめでとうございます。

時が経つのは早いもので、あつという間に令和6年の幕開けです。この時期になると、「今年の目標は？」なんて家族や友だちと会話することも多いのではないのでしょうか。私も毎年この時期は、目標を立てて、周りの人に話すのが恒例なので、令和5年を振り返ってみたところ…、目標を立てたはずなのに…、どんな目標を立てたかを忘れてしまいました(泣)。

いろいろなことがあった1年だったので、目の前のことに精一杯だったんだと思いますが、全体的に見るとよい年だったなと思うので、「目標を叶えた年(仮)」として、令和5年を締めくくっておきました。

さて、昨年はさまざまなイベントや行事ことが「〇年ぶりの開催」と復活したり、講演会なども開催され、広報を担当して3年目ですが、3年間の中で1番取材に何回件数が多かったな、と感じています。その分、いろいろな方とお話したり、貴重な講演を聞いたり、学びの多い1年だったとも感じます。

今年もたくさん取材に伺い、いろんなことを学んだり、たくさんの人と出会ったりすることを楽しみに、日々感謝の気持ちを忘れず、少しずつでも成長しながら過ごしていけたらと思っていますので、本年もどうぞよろしく願います。

広報きほうをご覧のみなさんは、もう今年の目標は立てましたか？私は、忘れないように、ここに目標を書いておくことにします。

(今年の目標は目標を忘れないこと 桑原菜央)
(今月号はお休み 愛野裕基)

笑顔の写メールコンテスト入賞者発表

今年も、新年を笑顔で迎えるべく、192人の素敵な笑顔で表紙を飾っていただきました。たくさんの応募をいただき、本当にありがとうございました。

ご応募いただいた方の中から、厳正なる審査の結果、特に素敵な写真として下記の方が入賞されました。おめでとうございます。入賞者のみなさんには後日、町の特産品をお送りします。



☆特選 (特産品5千円分)

橋本将太さん(鵜殿)、石川ゆかりさん(桐原)、
西 将志さん(鵜殿)

☆入選 (特産品1千円分)

尾子浦孝さん(平尾井)、荒木ゆきさん(鵜殿)、
綿谷拓哉さん(鵜殿)、中谷恵理さん(井田)、
上林唯乃さん(鵜殿)、吉川朱里さん(鵜殿)、
辻 晴美さん(成川)、今村興人さん(鵜殿)、
東 未央さん(鵜殿)、岡本美咲さん(井田)