

Kiho

広報きほう

Public Relations Kiho 2026 vol.240

1月号



195 の笑顔が大集結！
今年は何とともうまいく1年に!!

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8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。

さて、旧紀宝町と旧鵜殿村が合併して「新紀宝町」が誕生し、本年1月10日に20周年を迎えます。

このような節目の年ではあります。5期20年間務めてまいりました町長の職を本任期をもちまして退任することといたしました。

町民のみなさまをはじめ、国や県、関係者のみなさまから多くの温かいご支援、ご協力を賜り、全力で職務を全うすることができたことに、心から感謝を申し上げます。

初代町長として、町の将来像を「海・山・川の恵みに抱かれ、ともに輝き創造するまち」と定め、「人の命が一番」、「子どもはまちの宝」、「高齢者はまちの誇り」をスローガンに掲げ、「ここに住み続けたい」、「ここに住んでよかった」を実感する魅力あるまちづくりを、町民のみなさまとともに全身全霊で進めてまいりました。

旧鵜殿村長時代の6年間を含め、通算で26年間、町・町政に関わらせていただく中で、新紀宝町の礎を築き、町民のみなさまの安全・安心のために邁進できましたことは、私の人生にとりましてかけがえのない財産であります。

これからの町政運営は、目まぐるしく変化する社会情勢に対し、迅速かつ柔軟に対応することが求められております。

引き続き、本町の町政運営にご理解とご協力を賜り、将来にわたり元気で活力あるまちであり続け、次代を担う若い世代が自らのまちに誇りをもち、「ここに住み続けたい」、「ここに住んでよかった」とより一層思っていただけるまちとなりますことを切に願っています。

結びに、この一年がすべての町民のみなさまにとりまして幸多い年となりますことを心からお祈り申し上げますとともに、紀宝町をお支えくださいましたみなさまに対しまして「感謝」、「感謝」、「感謝」申し上げまして、新年のごあいさつとさせていただきます。

お支えくださいましたみなさまに感謝！！

紀宝町長 西田 健



PROFILE

う かい ひ さ し
鵜飼 尚史 さん

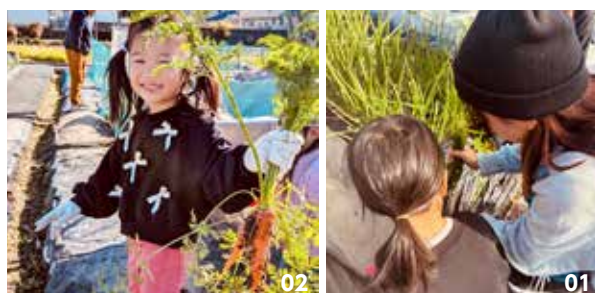
東京都 → 紀宝町井田

移住の時期：令和7年11月
家 族：妻、子ども2人

MESSAGE

Q. 移住に悩んでいる人に一言

都市にも地方にも、それぞれのよさがあります。人との距離感や世代を超えた関わり、地域ならではの魅力は実際に触れてこそ分かるものです。移住に迷ったら、週末や短期間でも地域に入り込み、暮らしを体験してみることをおすすめします。



01・02. キホツチョ農園で畑仕事を体験する鵜飼さんご一家。

「いつか」を 「いま」に 変えた移住

01

移住者の声
REAL VOICE

年齢や家族構成の変化を きっかけに移住を考えるように

移住前は、主に東京で仕事をしながら家族と暮らしてきました。妻の実家が紀宝町にあり、以前から「いつかは東紀州地域」という思いは抱いていました。当時は仕事や生活の面から、まだ現実的な選択肢とは言えませんでした。

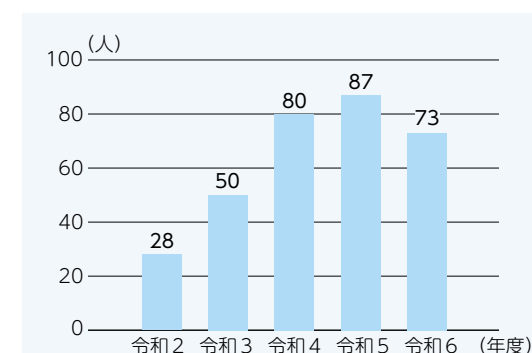
移住を考え始めたのは、年齢や家族構成の変化をきっかけに、これから先の暮らしや働き方を見つめ直すようになったことです。ただ、地方での暮らしに対する理想だけで決断することには迷いもありました。そこで、実際に足を運び、見て、聞いて、考える時間を重ねたことで、移住を決断しました。

移住前は、仕事や住まいに対する不安もありましたが、実際に移り住んでみると、地域の温かい人間関係や防災活動、子育て環境の充実に安心し、少しずつ地域に溶け込みつつあります。また、地域のイベントなどにも積極的に参加し、交流を深めていきたいと考えています。

今後は前職の経験を活かしながら、地域を支える取り組みに、自分ができる範囲で関わっていかれたらと思っています。日々の活動を通じて、農業をはじめとする田舎暮らしなどについても、地域の方々に教えてもらっています。

特集

移住という選択、紀宝町という答え



図：紀宝町への移住者数(町支援制度を利用し転入された方)

近年、町では「紀宝町で暮らす」という選択をする移住者が少しずつ増えています。

おだやかな気候や豊かな自然、顔の見える人とのつながりがあるこの町は、「帰る場所」としての魅力を感じさせてくれます。

仕事や子育て、暮らし方の価値観が大きく変わる現在、安心して住める環境や、懐かしさと新しさが共存する心地よさを求めて紀宝町に移り住む人たちがいます。

今回の特集では、紀宝町を選んだ移住者の声や移住に関する支援制度などをご紹介いたします。ぜひ、町の魅力を感じてみてください。



PROFILE

みうら もえ

三浦 萌 さん

神奈川県 → 紀宝町鮎田

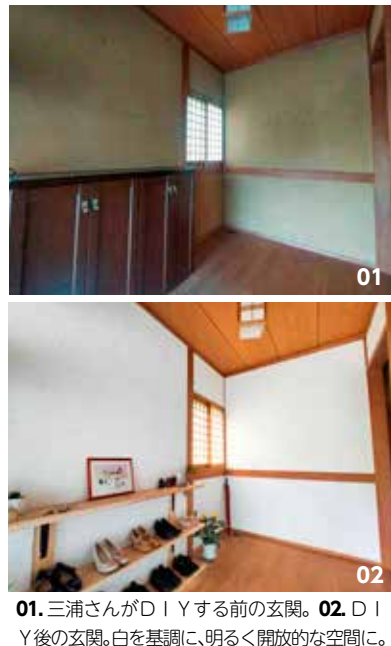
移住の時期：令和5年6月

仕事：地域おこし協力隊

03

移住者の声

REAL VOICE



01. 三浦さんがDIYする前の玄関。02. DIY後の玄関。白を基調に、明るく開放的な空間に。

Life after relocation



01・02. 大きな心の支えになった移住者交流会の様子。

この町で、もう一度歩き出す

02 移住者の声 REAL VOICE

動ける今を選び、たどり着いた場所。人のぬくもりに包まれて

私たちは、夫が高知県、私が徳島県の出身で、名古屋市で出会い結婚しました。結婚後は愛媛県に移り住み、その後、名古屋に戻って長く暮らしてきました。名古屋では、夫が自治会長を33年、私も民生委員を16年務め、地域の中で多くの方と関わってきました。

移住を考えるようになったきっかけは、家族のできごとと年齢です。「今動かなければ、この先は動けない」と感じ、思い切って環境を変える決断をしました。

紀宝町を知ったのは、移住に関する情報がきっかけで、正直、最初は不安もありましたが、実際に来てみると人の温かさに驚きました。

特に心強かったのが移住者交流会です。顔見知りができ、イベントなどで声をかけ合える関係が生まれ、「一人じゃない」と感じられたことは大きな支えでした。今では、地域の方に行事や暮らしのことを教えてもらいながら、自然に溶け込んでいると感じています。

現在は、防災や地域活動にも関わらせてもらい、少しでも地域の役に立てたらと思っています。自然が豊かなところや人の距離が近いこの町で、無理をせず、自分たちらしく暮らしていきたいです。

空き家から始まる、わたしの移住ストーリー

移住する前は、古民家をリノベーションした観葉植物店で働いており、その経験から空き家や古民家に興味を持つようになりました。

さらに、畑をやってみたいという想いが芽生え、よりゆとりとした地域での暮らしを意識するようになりました。そうした中で空き家バンク制度を知り、物件を調べるうちに、紀宝町の空き家対策に関わる地域おこし協力隊の募集と出会い、移住を決意しました。

初めて訪れた紀宝町は、海と山が身近にあり、自然との距離がとて身近い町でした。時間の流れがおだやかで、人の温かさを感じたことが印象に残っています。

実際に暮らしてみると、DIYで少しずつ家に手を入れながら、自分らしい住まいをつくっていく楽しさがあります。一方で、冬の寒さや虫との付き合い、車中心の生活など、都市部との違いに戸惑うこともありました。

それでも、近所の人が気にかけて声をかけてくれる距離感は心強く、安心して暮らせる要素の一つです。

空き家バンクは、「人と地域をつなぐ仕組み」です。迷っている方は、まず相談し、実際に足を運んで、町の雰囲気を感じてほしいです。

貸主の声

三浦さん居住物件の貸主
やまがみ ともひで
山上 智英 さん

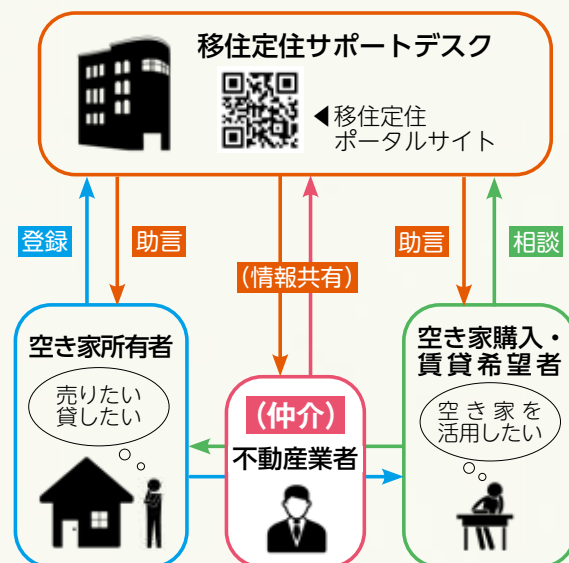
両親が紀伊半島大水害を機に新宮へ転居したため、住んでいた家が空き家になりました。掃除や庭の手入れを続ける中で町のホームページから空き家バンクを知り、放置せず活用できないかと考えました。

空き家のままでは維持費や管理の負担がかかりますが、賃貸にすることで家も長持ちし、収入にもつながります。

現在はよい方に借りていただき、DIYなどで手を加えながら大切に使用してもらい、家もきれいな状態を保っています。空き家は放置せず、貸して活用する方がよいと感じています。



◆空き家バンクイメージ図



※交渉や契約を当事者同士で行う直接型か、仲介業者を介して行う間接型を選択できます(間接型は成約時に仲介手数料が発生)。

PROFILE

もりした しょうぞう さん
かなえ 香苗 さん ご夫婦

愛知県 → 紀宝町平尾井

移住の時期：令和5年8月
家族：孫、妻の母、猫

MESSAGE

Q. 移住に悩んでいる人に一言

紀宝町は自然の豊かさと人の温かさがあり、移住者を支える制度や交流の場も整っています。仕事や家族、これからの暮らしを見つめ直し、自分らしい人生設計を描ける場所。迷っているなら、まずは一度訪れてみてください。

移住および若者支援制度

移住を考えている方や、新しい暮らしを始めた方などの後押しとなるよう、さまざまな支援制度を実施しています。

▶⑫～⑰は役場企画調整課（☎33-0334）までお問い合わせください。

⑫お試し住宅



移住を検討している方に、町が所有する住宅を一定期間（1泊2日～6泊7日）無料で貸し出しています。

⑬空き家リノベーション支援



町外から移住する方が空き家を町内の建設業者の施工で改修して住む場合、改修費用の一部（最大62.5万円）を補助しています。

⑭移住新生活応援



県外から移住した方に対して、生活費の一部（最大5万円分の商品券）を助成しています。

⑮移住・就業マッチング支援



東京圏から就業マッチングサイトを通じて移住・就業した場合等に給付金（単身:60万円、世帯:100万円）を支給しています。

⑯若者応援民間賃貸住宅家賃助成



39歳以下の方が新たに町内の民間賃貸住宅に居住する場合、その借りに要した費用の一部（最大2万円/月）を最長2年にわたって助成しています。

⑰活力あふれる若者定住応援

29歳以下の方が高校・大学等を卒業後または町外から転入し、地元企業等に就職した方等に市町村住民税相当額（最大5万円/年）を最長5年にわたって支給しています。

住宅支援制度

移住・定住や住民のみなさんの住環境向上を目的としたさまざまな支援制度を実施しています。

▶⑦～⑩は役場企画調整課（☎33-0334）、⑪は役場産業振興課（☎33-0336）までお問い合わせください。

⑦空き家バンク

移住・定住を希望される方に町内の空き家情報を提供しています。（売買物件と賃貸物件があります）

⑧空き家改修支援



購入した空き家の改修工事を町内の建設業者の施工で行う場合に工事費用の一部（最大10万円分の商品券）を助成しています。

⑨住宅購入支援



居住用の住宅を購入（新築・中古問わない）した方を対象に購入費用の一部（最大5万円分の商品券）を助成しています。※義務教育終了前の子ども一人につき5万円分の加算があります。

⑩マイホーム取得資金利子補給金



マイホーム取得資金の融資を受けるために、融資契約等を締結し、住宅を取得した方を対象に融資利子の一部を最長5年にわたって支給しています。（最大10万円/年）

⑪木造住宅建設促進対策



町内および新宮市内の業者が施工する熊野材を使用した木造住宅を新築、または増築する場合に費用の一部（最大50万円）を助成しています。

移住は大きな決断だからこそ、不安や迷いはつきものです。町では、住まいの確保や生活の立ち上げをサポートする制度を整え、移住後の暮らしをしっかりと支えています。ここでは移住・定住支援制度の一部をご紹介します。

ぜひ、お知り合いなどにご紹介いただき、活気あるまちづくりにご協力をお願いします。

なお、詳しい内容やその他の制度は、右の二次元コードから町ホームページをご確認ください。



町ホームページ

就労支援制度

移住後の生活を支えるうえで欠かせないのが、安定した「働く場」です。町では、新規就業者などを対象に、さまざまな支援制度を実施しています。

▶④～⑥は役場産業振興課（☎33-0336）までお問い合わせください。

④就労体験

移住検討者に対して、宿泊先を提供し紀宝町での農業や林業、建築業などの就労体験を通して田舎暮らしの体験ができます。※給料などは発生しません。

⑤I・Jターン者専用住宅支援

新たに紀宝町に転入して第一次産業に従事する方に対して安価で住宅を提供し、生活を支援しています。

⑥農林漁業就業支援金

新規就業者の初期における農林漁業経営及び就業活動を支援し、積極的な就業促進と農林漁業者としての定着を図るために支援金を交付しています。

移住を後押し

安心して

始める、紀宝町での暮らし

左のマークが付いているものは、申請期限がある、または事前申請が必要です。

子育て支援制度

安心して子どもを産み育て、子どもが健やかに育つよう、さまざまな支援制度を実施しています。

▶①は役場福祉課（☎33-0339）および町教育委員会（☎33-0341）、②・③は役場福祉課までお問い合わせください。

①給食費無償化

保育所・幼稚園・小学校・中学校・児童発達支援施設の給食費を無償化しています。

②子ども医療費助成

子育ての負担の軽減や子どもの健康の増進のため、高校3年生までの子どもの保険診療の自己負担分を助成しています。

③出産祝い金



「まちの宝」の誕生を祝い、第2子出産時に10万円、第3子出産時に20万円、第4子以降の出産時に30万円の祝い金を支給しています。

紀宝町で、あなたの新しい日常を始めてみませんか。



移住定住サポートデスクのみなさん

移住・定住の総合窓口
移住定住サポートデスク
1792（代表）
までお問い合わせください。



移住定住ポータルサイト

紀宝町移住定住サポートデスクは、移住・定住に関する相談、空き家バンク事業など空き家の利活用に関する相談を受け付けています。開設日および開設時間は次のとおりですので、お気軽にご相談ください。

【開設日】年中無休
※年末年始を除く（12月29日～1月3日）
【開設時間】午前10時～午後5時
▼詳しくは、移住定住サポートデスク（☎080-696631792）までお問い合わせください。

Column

紀宝町が「街の幸福度ランキング2025」三重県版で第1位、東海版で第3位に!!

大東建託株式会社が実施した「いい部屋ネット 街の幸福度&住み続けたい街ランキング2025」において、紀宝町が街の幸福度ランキングで、三重県版第1位、東海版第3位に選ばれました。

静かさや治安のよさ、街並のきれいさ、行政サービスの充実、親しみやすさと地域交流の活発さなどが幸福度ランキング上位の要因と考えられます。今後も、だれもが安心して暮らせるまちづくりを進めていきます。



町の豊かな自然環境

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
①一般事務職	パソコンの操作ができる方
②保育士・保育補助員 ③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 *②の保育補助員は、必要な資格はありません
④教育支援要員	*必要な資格はありません
⑤介護支援専門員 ⑥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
⑦保健師 ⑧看護師・准看護師 ⑨管理栄養士・栄養士 ⑩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
⑪用務員（校務員）⑫管理人	*必要な資格はありません
⑬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
⑭調理補助員	*必要な資格はありません
⑮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
⑯清掃作業員	自動車運転免許（準中型）を有する方、3トン車の運転ができる方
⑰運転手	自動車運転免許（中型1種）を有する方
⑱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（②・③・⑤～⑩・⑬・⑮～⑰の職種）

◆登録受付期間

随時、受け付けています。

※令和8年4月1日からの任用への選考を希望される方は、1月30日（金）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

町の未来を決める大切な一票

1月25日は、紀宝町長選挙および紀宝町議会議員補欠選挙の投票日です！！

任期満了（令和8年2月4日）に伴う「紀宝町長選挙」および同日執行の「紀宝町議会議員補欠選挙」は、1月20日（火）に告示、1月25日（日）が投票日です。町の未来を決める大切な一票です。棄権せず自らの意思で投票しましょう。

◆投票できる方

紀宝町の選挙人名簿に登録された平成19年1月26日以前に生まれた日本国民で、令和7年10月19日以前から引き続き3か月以上、紀宝町に住民票がある方（※投票日までに町外に住所を移した場合には、投票できません。）

◆投票時間

投票所により閉鎖する時刻が異なりますので、ご注意ください。

投票区	投票所の名称	投票時間
第1	桐原生活改善センター	午前7時～午後6時
第2	高齢者生生活動センター（平尾井）	午前7時～午後7時
第3	大里多目的集会施設	午前7時～午後7時
第4	高岡防災センター	午前7時～午後7時
第5	鮎田構造改善センター	午前7時～午後7時
第6	北檜杖多目的集会施設	午前7時～午後6時
第7	旧矢淵中学校浅里分校	午前7時～午後6時
第8	中村多目的集会施設	午前7時～午後7時
第9	成川生活改善センター（下地）	午前7時～午後7時
第10	神内構造改善センター	午前7時～午後7時
第11	上野農事集会所	午前7時～午後7時
第12	井田公民館	午前7時～午後7時
第13	鵜殿地域交流センター	午前7時～午後7時

◆開票の日時・場所

【日時】 1月25日（日） 午後8時10分から

【場所】 まなびの郷

◆期日前投票

投票日当日に仕事や旅行などで投票できない予定の方は、「期日前投票」ができます。

【期間】 1月21日（水）～24日（土）
午前8時30分から午後8時まで

【場所】 鵜殿地域交流センター

◆不在者投票

入院または施設に入所されている方、身体に重度の障がいのある方、仕事や学校などで町外に住んでいる方は、以下のとおり「不在者投票」ができます。

・病院や施設での不在者投票

指定された病院や施設に入院（入所）中の方は、その施設内で投票できます。院長または施設長にお申し出ください。

・郵便による不在者投票

身体に重度の障がいのある方で、要件を満たして「郵便投票証明書」の交付を受けた方は、自宅で投票ができます。

・滞在地での不在者投票

紀宝町に住所があり選挙人名簿に登録されている方のうち、町外に滞在している方は、事前に請求をすれば、滞在先の市区町村の選挙管理委員会での投票ができます。

※告示日前から請求ができますので、不在者投票を利用される方は、早めの請求および投票をお願いします。

▶詳しくは、町選挙管理委員会（役場総務課内 ☎33-0333）までお問い合わせください。

立候補届出事前審査および届出受付を行います

以下の日程で事前審査および届出受付を行いますので、立候補を予定している方は、ご参加ください。

◆立候補届出事前審査

【日時】 1月13日（火）

①補欠選挙 午前9時30分～正午

②町長選挙 午後1時30分～午後5時

【場所】 役場2階 大会議室

◆立候補届出受付

【日時】 1月20日（火）

町長選挙および補欠選挙ともに、
午前8時30分～午後5時

【場所】 役場2階 大会議室

テーマ「パクンマクンの笑劇的国際コミュニケーション力」

パクンマクンを講師に文化講演会を開催

町文化協会は、テレビやラジオ、イベントなどで活躍のパクンマクンを講師にお迎えし、「パクンマクンの笑劇的国際コミュニケーション力」をテーマに、次のとおり文化講演会を開催します。ぜひご来場ください。

【日 時】 2月8日（日）
開演：午後1時30分
（開場：午後1時）

【場 所】 まなびの郷

【講 師】 パクンマクン（タレント）

【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、1月7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3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。



PROFILE

パクンマクン

よしだまこと
吉田真とアメリカ・コロラド州出身のパトリック・ハーランが1997年に共通の知人の紹介で知り合い、パクンマクンを結成。日米文化をネタにしたお笑い人気を博し、現在もテレビやラジオ、イベントなど幅広いフィールドで活躍している。

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23日（金）

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41年4月1日～昭和61年3月31日生まれの方

【定 員】 50名（要申込）

【受付期限】 1月9日（金）

※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
- ・令和3年度以降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。



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（運転士）を募集

◆職種

運転士（清掃業務）

◆採用人員

1名

◆採用予定日

令和8年4月1日

◆受験資格

- ①昭和45年4月2日以降に生まれた方
- ②令和7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自動車運転免許（準中型）を有し、3トン車の運転ができる方
- 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（紀宝町鵜殿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30日（金）まで（土日・祝日を除く、午前8時30分から午後5時15分まで。郵送の場合は書留とし、1月30日（金）午後5時15分までに必着。）

◆試験の日時、会場

【日時】 2月15日（日）午前9時

【会場】 紀宝町役場

【内容】 適性検査（択一式）、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。

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4日（水）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21日（水）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5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。

橋梁の点検作業を実施するため

熊野大橋（旧熊野大橋）を夜間通行止めします

紀南河川国道事務所では、橋梁の点検作業のため、熊野大橋（旧熊野大橋）を以下のとおり夜間通行止めとします。通行止めの時間帯は、新熊野大橋への迂回にご協力をお願いします。

【期 間】 1月13日（火）～14日（水）

予備日：1月14日（水）～16日（金）の内、1夜間

※作業期間は、天候の状況により変更する場合があります。

【規制時間】 午後10時～翌日午前5時

▶詳しくは、紀南河川国道事務所新宮河川国道維持出張所（☎22-8165）までお問い合わせください。



熊野大橋（旧熊野大橋）

便利な機能をていねいに説明します

初めてのスマホ活用と安全講座を開催

町および町社会福祉協議会では、スマホ初心者向け講習会を開催します。

日常生活で役立つ情報をわかりやすくお伝えしますので、初めての方も安心して参加できます。

【日時】 2月4日（水） 第1部 10:00～12:00

第2部 13:00～15:00

2月5日（木） 第1部 10:00～12:00

第2部 13:00～15:00

【会 場】 まなびの郷

【申込方法】 以下の連絡先へ電話で申し込み

【申込期間】 1月5日（月）～19日（月）

【定 員】 各部20名（先着順）

▶詳しくは、役場企画調整課（☎33-0334）または町社会福祉協議会（☎32-0957）までお問い合わせください。



楽しく交流の輪を広げましょう

移住者交流会を開催します

町では、移住者などの交流の場を創出し、地域への定着や地域活性化を図ることを目的に移住者交流会を開催します。移住された方だけでなく交流会に興味のある方もぜひご参加ください。

【日 時】 1月17日（土）午前10時～午後4時

【場 所】 飛雪の滝キャンプ場

【対象者】

- ・町に移住された方（年数は問いません）
- ・町への移住を検討されている方
- ・交流会に興味のある町民の方 など

【参加費】 無料（一部有料・要申込）

【内 容】 サウナ文化研究家の「こばやしあやな」さんによるスペシャルトークやテントサウナ体験、たき火トークなど

▶詳しくは、移住定住サポートデスク（☎080-6963-1792）までお問い合わせいただくか、右の二次元コードからイベントページをご確認ください。



イベントページ

がんは早期に発見すれば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4日（水）

【検診場所】 大里多目的集会施設

◆受付時間ごとの予約が必要です

検 診 内 容	受付時間	定 員	料 金
◆ 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～9時 午 前 9 時 ～ 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～9時 午 前 9 時 ～ 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	午後1時30分～2時 午 後 2 時 ～ 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～2時 午 後 2 時 ～ 3 時	計50人	20歳～69歳 …500円 20歳未満 ……1,000円

※ 町が行う各がん検診の受診回数は、1人あたり年1回です。

※ 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控えください。

▶詳しくは、役場みらい健康課（☎33-0355）までお問い合わせください。

70歳以上の方は
全ての検診が無料

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地域の企業を集めた「紀宝町合同就職説明会」を次のとおり開催します。

今年は、昨年までの「町内に事業所または営業所を有する企業」に加え、町内をはじめ地域の公共交通を担う企業も参加しますので、勤務先が町外になる企業も一部含まれています。

事前予約不要で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、またそのご家族のほか、子どもと一緒に参加することもできますので、お気軽にご参加ください。

なお、来場された小学生以下の子どもにお菓子をプレゼント（先着50名）します。

◆紀宝町合同就職説明会

【日時】 1月18日（日）午後1時～3時

1月19日（月）午後3時～5時

【場所】 まなびの郷

【参加予定企業数】 17社

※詳しくは「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、ぜひご覧ください。



▶詳しくは、町商工会（☎29-1515）までお問い合わせください。



01・08. 高台に避難する住民。02・07. 受付訓練。03. 脚立の取り扱い訓練。04. 応急担架による搬送訓練。05. 飯盛地区の訓練ではアマゴが振る舞われた。06. パールとジャッキを使用した救出訓練。09. 簡易トイレの設置。10. 多くの参加者が集まった鶏殿2組。11. アルファミの炊き出し訓練。12. 輸送訓練。

災害に強いまちを目指して

11月16日、町内全域で一斉防災訓練が行われ、計1,500人が参加しました。

この訓練は、発災時に適切な避難行動を取ることで、犠牲者ゼロを目指すことを目的に、自主防災組織が中心となり、各地区での災害リスクに合わせた訓練が行われ、炊き出し訓練、避難路の点検、避難所運営訓練などが実施されました。さらに、災害対策本部と各自主防災会との無線通信訓練や物資輸送の訓練も行われました。

取材を行った鶏殿2組では、午前9時30分の大津波警報発表のサイレンと同時に、昨年9月に供用を開始した津波避難タワーを目指し、地区住民が避難を開始しました。参加者はそれぞれ、階段

かスロープを使用して、津波避難タワーを駆け上っていました。

避難完了後は、津波避難タワーの避難スペースにおいて、設備や備品の使い方などが説明され、足を捻挫した人を想定した輸送訓練、プライバシーテントや簡易トイレの設置、アルファミの炊き出し訓練などが行われました。

また、災害対策本部として開設されたまなびの郷では、スマホやドローンなどで撮影された訓練の映像がリアルタイムでスクリーンに映し出され、情報の収集を行いました。

今回の訓練を通じて、実践的な災害対応能力を高めるとともに、一人ひとりが自らの役割を再認識する機会となりました。

町内一斉防災訓練を実施

地域の力で災害に備える

いざというとき役立つ防災情報

Information 役場福祉課

国民健康保険にご加入のみなさんへ

特定健康診査、若年者健康診査を追加実施

町では、例年7月から11月に健康診査を実施しており、今年度も国民健康保険加入者の方を対象に、集団健診を追加で実施します。今年度から、受診には事前の申し込みが必要ですので、右の二次元コードまたは電話でお申し込みください。

受診された方には記念品のプレゼントがあるほか、今年度健康診査を受診された方の中から、抽選で町商工会共通商品券を進呈します。

今年度最後の機会ですので、健康診査を受けられていない方は、ぜひご受診ください。



申込フォーム

【日時】 1月30日（金）午前9時～10時30分

【場所】 まなびの郷

【対象】 令和8年1月30日時点での国民健康保険加入者（18歳～74歳）で、今年度健康診査の案内が届いているが未受診の方

【持ち物】 受診券（40歳以上のみ持参）、質問票、資格確認書など

▶詳しくは、今月の広報さほうに折り込みのチラシをご確認するか、役場福祉課健康診査係（☎33-03310）までお問い合わせください。

Information 役場税務住民課

2月2日（月）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】 2月2日（月）

▶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。

Information 東海労働金庫熊野支店

勤労者の生活安定と福祉向上のために

勤労者向け協調融資制度のご案内

東海労働金庫では、勤労者の負担軽減のため、町教育委員会と協調して、生活資金の融資制度を設けています。

ご不明な点は、お気軽にご相談ください。

【資金使途】 ろうきんローンエール（住宅・自動車・教育・育児・医療・介護・冠婚葬祭）

【融 資 額】 200万円以内（育児費用については、妊娠から小学校入学前までに要する費用）

【融資利率】 東海労働金庫の定める一般勤労者の貸付金利利率表の店頭表示率より、年0.3%引き下げた率

【融資対象者】

- ・紀宝町に1年以上居住し、住民基本台帳に登録され、引き続き居住する方
- ・前年度税込収入が150万円以上400万円以下の勤労者で、自営業でない方
- ・未成年でない方
- ・町税を完納している方
- ・東海労働金庫の指定する保証機関の保証が受けられる方
- ・東海労働金庫が定める要件を備えている方

▶詳しくは、東海労働金庫熊野支店（☎0120-19-1803）までお問い合わせください。





地域おこし協力隊活動日誌 vol.104

手紙とアートがつなく未来へのメッセージ

11月29日に、まなびの郷で開催された「みらいフェスティバル」に参加しました。

私は、数名のスタッフの方々と、2階のカフェブースを担当しました。温かい飲み物を飲みながら、子どもたちは、画用紙やシール、クレヨンを使って、クリスマスツリーを作り、別のテーブルでは、押し花シールで作った封筒に、1年後の自分や、大切な人へお手紙を書くワークショップを開催しました。

小学生の女の子が「パパとママにお手紙を書く！」とうれしそうに話し、喜びそうな押し花を選びながら、一生懸命お手紙を書いている姿がとても印象的でした。

きほう健康ぷらざでの勤務も1年以上が過ぎ、最近は気軽に「健康相談窓口」に来てもらえる方も増えてきました。

お話をするだけで、表情がほぐれ、笑顔になっていただける瞬間は、看護師として大き



来場者のみなさんに書いてもらった手紙

な喜びとやりがいにもなっています。

「健康相談窓口」では、健康のことだけでなく、未来の自分に宛てた手紙を書いたり、気分転換の場になったりしますので、ぜひお気軽に遊びに来てください。



01.鳥獣害対策などのために行う「サンテ®か」作業について説明を聞く学生たち。02.「サンテ®か」作業を行う三重大学の学生。

町では、人口減少対策の一つとして、県が実施する「一次産業ワーケーション®」に参画し、慢性的な人手不足の解消と、地域との継続的なつながりを持つ「関係人口」の創出に取り組んでいます。

今年度のみかん収穫ワーケーションには、12月15日時点では、人口減少対策を含め、延べ200名を超える方が参加し、町内各地で活気あふれる光景が見られるなど、大きな盛り上がりを見せています。

今回は、その中でも三重大学の学生が参加された現場を取材しました。学生たちは、みかんの収穫や作業補助を通じて地域の農家のみなさんとともに汗を流し、作業の合間には会話が弾むなど、世代や立場を超えた温かな交流が生まれていました。また、農業の現場を実体験することで、地域の暮らしや一次産業の大切さを学ぶ貴重な機会となるとともに、地域と大学との新たな連携の芽も感じられました。

こうした取り組みを通じて、町を訪れる「一時的な滞在」にとどまらず、将来的な再訪や移住、継続的な関わりへとつながる関係人口の拡大が期待されています。

町では今後も、地域の魅力を知っていただく機会づくりと、一次産業を支える取り組みを進めていきますので、引き続きみなさんのご理解とご協力をお願いします。

ふるさとをいつまでも
く出会いと交流があふれるまちづくり

Life

三重大学の学生がワーケーションを体験

地域と大学のつながりの場

Police

紀宝警察署 からのお知らせ

1月10日は110番の日

◆ 事件事故、緊急通報は110番

110番は、事件・事故などの緊急通報専用電話です。110番の正しいご利用にご協力をお願いします。スマートフォンや携帯電話などによる移動しながらの通報は、途中で通話が途切れたり、聞こえなくなったりすることがありますので、必ず立ち止まってから通話してください。

◆ ご存じですか？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りますので、紀宝警察署や警察安全相談電話「#9110」へかけてください。「#9110」は、平日の午前9時から午後5時までの間、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捨てないで！

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、新聞紙や布などに浸み込ませてから「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捨てやすいです。



みのお兄さん
タカシくん

—— 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183

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、一度上が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。

こまめに換気を行きましょう！



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〕

森の木
川端誠 / 作
BL 出版

木の中にモクという木の精が住んでいる豊かな森があった。森には一本のすばらしい実のなる木があり村人は大切にしていたが、ある年…。

十二支のお雑煮
川端誠 / 作
BL 出版

元旦の朝、十二支の動物たちが集まり、正月の祝いの膳の主役、お雑煮を作りはじめ…。日本の伝統行事の一つ、お正月行事を伝える絵本。

槍ヶ岳山頂
川端誠 / 作
BL 出版

小学5年生の少年が父親の引率のもと、北アルプスの燕岳と槍ヶ岳を2泊3日で縦走する難コースに挑む。美しい写真のような登山の絵本。

天狗裁き（落語絵本）
川端誠 / 作
ロクリン社

眠りながらニヤニヤしている辰五郎。どんな夢を見たのか聞いても「夢なんか見てねえ」。桂米朝が復活させた珍品斬をもとにした落語絵本。

今月のおはなし会

1月24日（土）

0歳児 10:30～11:00、1歳以上 11:00～11:30

※2歳以上～小学生 13:30～15:30

絵本作家 浦中こういちさんによる絵本ライブを開催

◆町立図書館（☎32-4646）

◆開館時間：10:00～18:00

◆休館日：毎週月曜日・祝日・毎月最終木曜日

◆絵本ライブ＆講演会を開催

図書館は、おばけシリーズや落語絵本シリーズでおなじみの絵本作家である川端誠さんの絵本ライブ＆講演会を開催します。ぜひお越しください。

【日時】1月12日（月・祝）

◆絵本ライブ

午前10時30分～11時30分

◆講演会

午後1時30分～3時

【対象】どなたでも

【申込】申し込み先着順約30名

※電話にて申込

【場所】はぐくみの森

▼詳しくは町立図書館まで。

Branch

お住まいの近くで、役場業務が利用できます

移動支所をご利用ください

移動支所では、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、住民票や印鑑証明などの発行もできます。

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		
水曜日	7日 14日 21日 28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		
	木曜日	8日 15日 22日 29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	
		金曜日	9日 16日 23日 30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
			月曜日	5日 19日 26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
火曜日				6日 13日 20日 27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

▶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。

◆補助金の額

補助対象経費の2分の1（上限1万円）

◆補助対象機器（いずれか）

①自動応答録音機能がある特殊詐欺被害防止対策の電話機

②固定電話に外部接続可能な自動応答録音機能がある機器

▼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。

Quiz

広報クイズ

【問題】

① ○○○の笑顔が大集結！今年は何ごともうまくいく1年に！！

② 紀宝町○○就職説明会を開催します

③ ○○大学の学生がワーケーションを体験

④ ○○○○フレイルを予防しましょう

⑤ 町民運動会で○○○○の秋を満喫

◆応募資格

紀宝町内に在住の方

◆応募方法

ハガキか次の二次元コードで、クイズの答え5問分（○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9日（金）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

①13 ②雨水 ③黒豆 ④948 ⑤1

12月号当選者

（応募総数29通・正解者28人、賞品はアカメレンジャーぬいぐるみ）

いぐるみ

・濱口 美和さん（成川）

・三島 睦生さん（成川）

・和田 圭由さん（神内）

・榎本 勤さん（井田）

・上地多恵子さん（鶴殿）

▼詳しくは、役場企画調整課広報係（☎33-0334）まで。

応募フォーム

見本

商工会共通商品券（2,000円分）

1月号の当選者へは抽選で左記の物が当たります

「おいしく食べる」、「楽しく話す」をいつまでも

オーラルフレイルを予防しましょう

食 べることや話すことは生活を彩るためにもなくてはならないものです。

しかし、それらを支える歯や口の働きは年齢を重ねるにつれて少しずつ衰えていきます。オーラルフレイルとはこうした口の働きの衰えが積み重なっている状態のことを指

します。

オーラルフレイルの主な症状は、硬い食べ物が噛みにくくなる、むせやすくなる、飲み込みにくくなる、滑舌が悪くなる、口の中が乾きやすくなるなどといった変化があります。

これらの症状は、食事量の低下や低栄養、さらには誤嚥性肺炎のリスクを高めることもあるため、早めに気づき、かかりつけの歯科医院に相談するなど、適切な対応を行うことが大切です。

オーラルフレイルセルフチェック

- ☐ 自分の歯（さし歯や金属をかぶせた歯は自分の歯として数える）が19本以下
- ☐ 半年前と比べて、固いものが食べにくい
- ☐ お茶や汁ものなどでむせる
- ☐ 口の渴きが気になる
- ☐ 普段の会話で、言葉をはっきりと発音できない

☆5つの項目のうち、2つ以上当てはまる場合は、オーラルフレイルの危険性が高いため、かかりつけの歯科医院に相談しましょう。

オーラルフレイル予防のトレーニング（パタカラ体操）

背筋を伸ばして座るか立ち、口を大きく開けて「パ・タ・カ・ラ」とはっきり発音します。それぞれ1音ずつ8回を2セット、無理のない範囲で1日2～3回行いましょう。



パタカラ体操

Health

Cooking

楽しく、おいしい簡単料理♪ その219



管理栄養士 島博子

今月のお料理

スキムミルクでカルシウムアップ♪

鮭のちゃんちゃんホイル焼き

今回は鮭のちゃんちゃんホイル焼きをご紹介します。ちゃんちゃん焼きは、北海道の郷土料理で、漁師さんが船上で釣った鮭をドラム缶から作った鉄板で焼いて食べたのが発祥といわれています。鮭、バター、玉ねぎやキャベツなどの野菜を使い、みそなどで味付けをするのが定番です。鮭にはカルシウムの吸収を助けるビタミンDが含まれ、タレにカルシウムの多いスキムミルクを加えれば、さらに骨の強化に役立ちます。

【作り方】

- ① 鮭に塩、こしょうをふっておく。（塩鮭の場合は塩をふらなくてよい）
- ② 玉ねぎは薄切り、小松菜はざく切りにする。まいたけはほぐす。
- ③ アルミ箔を広げ、1/3量ずつ玉ねぎ、小松菜、まいたけ、鮭、混ぜ合わせたA、バターの順に乗せて包む。
- ④ フライパンに③を入れ、1cmほど水を入れて蓋をし、中火で5分、弱火で5分ほど蒸し焼きにして皿に盛る。途中で水が少なくなったら補充してください。

料理作成：きほう食の会



One Point Advice

ホットプレートでそのまま焼いてもGOOD♪

エネルギー（1人分）：約240kcal
塩分：約1.0g

【材料（3人分）】

生鮭	… 3切れ	A	スキムミルク	… 45g
塩・こしょう	… 少々		みそ	… 大さじ1
玉ねぎ	… 1/2個		水	… 大さじ3
小松菜	… 150g		バター	… 20g
まいたけ	… 50g			

Cooking

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	笹屋内科外科	外 科
	谷口クリニック	内・外科
2日	すずきこどもクリニック	小児科
	まつうらクリニック	内 科
3日	新谷クリニック	外 科
	小山医院	内・小児科
4日	すずきこどもクリニック	小児科
	協立内科外科医院	内・外科
11日	くろしお耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科
	原田医院	内 科
12日	井本医院	内 科
	笹屋内科外科	外 科
18日	五郷診療所	内・外科
	くろしお耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科
25日	相野谷診療所	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。
※ 相野谷診療所の休診日は1月1日（木・祝）～4日（日）、26日（月）です。

子どもとお母さん（会場：御浜町福祉健康センター）

日	内 容 と 開 催 時 間
22日	4か月児健診
	午後1時15分～
10か月児健診	

子どもとお母さん（会場：きほう健康ぶらざ）

日	内 容 と 開 催 時 間
15日	2歳児歯科健診
午後1時15分～	

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	育児・栄養・歯みがき相談
午前10時～11時	
20日	子ども歯みがき相談
午後2時45分～3時45分	
26日	助産師による安心相談室
午前10時～11時30分	

※ 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	
7・14・28日	きほう健康ぶらざ
午前9時15分～10時15分	
9・16・23日	大里多目的集会施設
午前9時15分～10時15分	
◆ まちかどエクササイズ	
7・14・28日	きほう健康ぶらざ
午前10時30分～11時30分	
9・16・23日	神内福祉センター
午前9時15分～10時15分	
午前10時30分～11時30分	
◆ スポーツボイス（しっかりコース）	
6・20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）	
13・27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	
①7・21日	ピーアップシングウ
午前11時～午後1時	
②14・28日	

※ 送迎バスは、①は鶴殿方面、②は井田・相野谷方面のルートです。

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	
8日	きほう健康ぶらざ
午前9時30分～10時30分	
15日	中村多目的集会施設
午前10時30分～11時30分	
21日	成川生活改善センター
午前10時～11時	
22日	平尾井生産活動センター
午前9時30分～10時30分	
午前10時30分～11時30分	
28日	鮎田構造改善センター
午後1時30分～2時30分	
29日	井田公民館
午前10時～11時	
◆ スマイルヨガ	
9・16・23日	鶴殿福祉センター
午前10時～11時	
午前11時15分～午後0時15分	
◆ スマイルアップ	
7・21日	神内福祉センター
午前10時～11時	
14・28日	

※ すべての介護予防事業は予約が必要です。詳しくは、きほう健康ぶらざ（☎29-3511）まで。



Town topics

11/30

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30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1,000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、元気いっぱいに走り回り、スポーツの秋を満喫しました。



01. 綱引き。02. リレー。03. パン食い競争。
04. 玉入れ。05・09. 宝探し。06. かけっこ。
07. お菓子まき、餅まき。08. 準備体操。
10. デカパンリレー。11. うみがめピクス。



01. 学生部門の出場者と関係者のみなさん。02. 事業所部門のグランプリに輝いたグループホーム「楽らく」。

三重大大学、楽らくがグランプリ

福祉現場の魅力を発表

熊野市、御浜町、紀宝町の福祉事業所が集まり、取り組みを発表しあう「第2回めっちゃええやんコンテスト」が12月7日、まなびの郷で開催されました。

これは、福祉の現場が魅力ある仕事であることをコンテスト形式で発表し、現場に対してのやりがいややっている意味を見つめ直す機会として開催されたものです。

今年から新設された学生部門では、3大学からの参加があり、三重大大学がグランプリに輝きました。また、事業所部門では、9つの事業所からの参加があり、コンテストは7月の1次審査を突破した6つの事業所で行われ、グループホーム「楽らく」がグランプリ、複合福祉施設「つどい」が準グランプリに輝きました。

Town topics

12/7



Town topics

11/29

地域医療を楽しく学ぶ

みらいフェスティバルを初開催!!

町地域医療研修センター KITCHEN は11月29日、まなびの郷で地域医療のオールスター感謝祭「みらいフェスティバル」を開催しました。

これは地域医療に携わる関係者が感謝を伝え合い、すべての人に楽しんでもらおうと、今年度初めて企画されたものです。

会場には約1,000人が来場し、ステージショーや健康チェック、輪投げ、射的、キーホルダー作り体験などを楽しんでいました。さらに、国際災害レスキューナース辻直美さん、福井県おい町国保名田庄診療所の中村伸一所長による特別講演会も行われ、参加者は地域医療への理解を深めていました。



01. みらいちゃんの写真撮影コーナー。02. 福祉事業所の職員が漫才を披露。03. お菓子まき、餅まき。04. ペーパークラフトを楽しむ来場者。05. ガラポン抽選会。06. みかんカレー。07. 辻さんによる特別講演会。08. 消防士の制服を着て記念撮影。09. 前年総チェック。10. 中村さんによる特別講演会。11. 餅つき。12. 型抜きを楽しむ来場者。

人権広報大使の「カメレンジャー」も一緒に啓発活動

人権週間にもとない街頭啓発を実施

第77回人権週間にもとなう街頭啓発活動が12月8日、鵜殿にある株式会社主婦の店パシフィックマーケットおよびコーナン商事株式会社ホームストック鵜殿店で開催されました。

啓発活動では、人権広報大使で町公式キャラクターの「カメレンジャー」と、町人権擁護委員、津地方法務局熊野支局の職員などが来店者に啓発物品を配布し、啓発を行いました。来店した子どもたちは、喜んだ表情を見せながら、カメレンジャーに駆け寄り、啓発物品を受け取っていました。

町では、広報車で町内を巡回しながら啓発活動を行っており、町内の保育所などに啓発物品を配布しました。

Town topics

12/8



01. 啓発物品を手渡するカメレンジャー。02. 関係者で記念撮影。





01・02・03・04. 広報事務を体験する2人。

働くことの苦労、喜びを学ぶ

紀南高等学校生がインターンシップを実施

紀南高等学校は9月下旬～令和8年1月末までのうち10日間、2年生の生徒12名が9か所の町内外の事業所で、インターンシップを実施しています。

これは職場実習をととして、明確な進路意識や望ましい職業観、勤労観の育成等、キャリア教育を推進することなどを目的に行っているものです。

紀宝町役場には11月21日と28日、植地寿羽さんと更屋百萌さんがインターンシップに訪れ、企画調整課の広報広聴係として、町内各地での取材や記事作成に取り組みました。

2人は、重い一眼レフカメラをしっかりと持ち、緊張しながらも一生懸命インタビューを行い、下の記事を作成しました。

Town topics

11/

21・28

カメラを持つのがワクワクした♪



植地さん

更屋さん

写真を撮るのが楽しかった♪

紀南高校生がまちのわだいを作成!!

下の記事は、インターンシップに来ていただいた植地さん、更屋さんの2人に作成していただきました。写真撮影から取材、記事作成までを担当していただいたので、ぜひご覧ください。



3・4年生の合奏「デキークラ」

「神内小のつどい」を取材

神内小学校は11月21日、同校体育館で「神内小のつどい」を開催しました。

内容としては、各学年による合唱や合奏などが行われ、1・2年生による「ミッキーマウスマーチ」の合奏や3・4年生によるリコーダー演奏の「オーラリー」、5・6年生による合唱「マイバラード」などを披露していました。訪れた保護者や地域の方たちは、児童たちの発表を聞き、演奏を楽しんでいました。



商品を並べる端地さん

インターンシップ生を取材

端地大咲さんは11月28日、ウミガメ公園でインターンシップを行いました。

内容としては、商品の陳列や段ボールの組み立て、商品の賞味期限の確認などを行っていました。

端地さんは実際にインターンシップを体験し「段ボールの組み立てが楽しい」と話しており、この活動を通して「仕事の難しさを学びたい」と話していました。



ASARIFESTA in HISETSU 2025

ステージやなれ寿しなど盛りだくさんの1日

飛雪の滝キャンプ場と飛雪の滝百姓塾は12月14日、浅里地区で「ASARIFESTA in HISETSU 2025」を開催しました。

これは「浅里で遊びつくす」をテーマに、昨年に続き2回目の開催で、「見て・食べて・買って・当てて・拾って」と1日中楽しめるイベントです。

ステージでは、太鼓やダンスなどが行われたほか、会場内には露店やキッチンカーなどが並びました。また、浅里地区の郷土料理「なれ寿し」も販売されたほか、町と地域間連携を図っている青森県藤崎町のりんごなどの物産販売も行われました。

イベントの最後には抽選会やもち・お菓子まきが行われるなど、来場者たちは浅里を舞台に盛りだくさんの1日を楽しんでいました。

Town topics

12/

14

01. もち・お菓子まき。02. 幸麗我旗。03. カウイオナラニ オハナ 高橋。04. PHAT KIDS。05. Puanani Liko Hula。06. 紀州舞踊隊。07. まーぼー & いっちゃん。08. Wakayama Dragon Locker's+Special dancer's。09. 青森県藤崎町のブースには行列ができていました。10. フェスタを楽しむ来場者。11. 熊野水軍太鼓保存会。12. 多くの人が列をつくったなれ寿しの販売。

多くの来場者でにぎわう

紀の宝みなと市13周年記念市を開催

紀の宝みなと市13周年記念市が12月13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、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普段のみなと市より多く出店されたほか、マグロの振る舞いやみかんの詰め放題、ガラガラ抽選会も行われました。

会場では、マグロの振る舞いをおいしそうに食べている人や、抽選会の豪華景品を目当てにガラガラを回す人の姿が見られ、とてもにぎわっていました。

Town topics

12/

13



01. 行列ができたマグロの振る舞いおよび販売。02. みかんの詰め放題。



KIHO KIDS No.239 はしゃぎっ子

1 月生まれの3歳児



うえの え あと
上野 笑空斗ちゃん(神内)

令和5年1月31日生まれ
帆乃香さんの長男

えあくん誕生日おめでとう！ちょめくりでみんなを笑わせてくれたり、何かあるとすぐ駆け寄ってきて言葉をかけてくれるやさしいえあくん♡これからも元気に育ってね！…お母さんから



よしかわ こ は る こ
吉川 小春子ちゃん(鵜殿)

令和5年1月21日生まれ
雄大さん&朱里さんの長女

プリンセスになりきって、ぬいぐるみと遊ぶのが大好き♪相棒のうさこはもちろん、最近はアザラシのぬいぐるみとママが編んだ、まっくろくろすけも大のお気に入り！愛してるよ♡…お父さん・お母さんから



とくむら せ な
徳村 星汐ちゃん(鵜殿)

令和5年1月28日生まれ
知也さん&莉歩さんの長男

恐竜が大好きなせな。1番好きな恐竜はアンキロサウルス！いつも恐竜になりきって遊んでいます。こんど恐竜に会いにいきましょうね。これからも元気いっぱい大きくなってね♡…お父さん・お母さんから

【募集】満3歳の誕生日を迎える子ども(令和5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30日(金)。

KIHO YOUNG No.239 若い衆登場



紀宝町での新しい暮らしに感謝

Bradley Tessa Hazel
ブラッドリー・テッサ・ハイゼルさん(24歳)

◆出身地は？

カナダのオンタリオ州、オシャワです。自然が身近にあり、オンタリオ湖や公園、すてきな湖畔通りがあります。

◆お仕事は？

8月からALTとして、町内の保育所や小学校などで授業をしています。子どもたちが自信を持ち、新しい知識を身につけていくことにやりがいを感じます。

◆趣味は？

旅行をしたり、ハイキングをしたり、新しい食べ物に挑戦するのが好きです。

◆好きな日本食は？

寿司と刺身です。

◆旅行に行くとしたら？

日本の雪を体験するために北海道へ旅行したいと思っています。実は2月に友だちと行く予定で、すごく楽しみにしています。

◆今の目標は？

子どもたちの人生によい影響を与えること、できるだけ多くの場所を旅して探索することです。

◆町に引っ越して

遠く離れた場所への移住でしたが、温かく、親切に迎え入れてくれた紀宝町のみなさんに感謝しています。

PENRELA No.239 ペンリレー

乗り鉄デビュー!!

岡 さやかさん(井田)

これといった特技もキラキラした趣味もない私には、きっと一生書くことの無いものだと思っていたペンリレーを書いてほしいと頼まりました。引き受けるか悩んだのですが、「何ごとも経験！」と思い切って引き受けることにしました。

私は隣の御浜町で生まれ育ち地元で就職、そして結婚を機に紀宝町へ引っ越してきました。三兄弟の母となり、忙しくも楽しい毎日を過ごしていましたが、3年前に長男が岡山、2年前に次男が大阪の大学にそれぞれ進学。地元への帰省からパンダの



くろしおに乗って帰っていく息子たちを見送る度に「いいなあ、私も電車旅したいな」と思うように。そして私の中に、ある計画ができました。

それは、岡山まで特急、新幹線を使わずに乗車券だけで乗れる普通列車の旅をするという計画です。しかし、なかなか実行する勇気が持てず、スマホの乗り換えアプリで新宮〜岡山を検索しては旅を想像して楽しむだけでしたが、この夏、姉の住む愛知県一宮市に三男と電車で行くことになり、電車旅のチャンスが到来しました。何となく琵琶湖が見たいと思った私は普通列車で京都を経由して琵琶湖の北側を通り、岐阜から愛知県に入る旅を三男にお付き合いてもらい実行しました。

何度もルートを確認し、乗り換える駅の構内図も調べ、手書き

PROFILE

おか さやかさん

乗り鉄デビューをした岡さん。「ジャンルは違いますが、町民バスにも乗りたいです。電車とは違った景色や雰囲気を感じたいと思っています」と話していました。

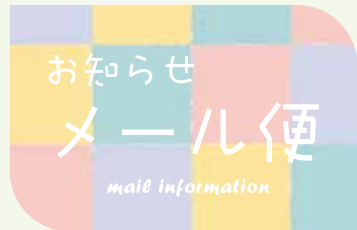


経由地の山科駅で記念撮影

のルートメモも準備していざ出発。途中電車が遅れ、次の電車に乗り遅れそうになるハプニングもありましたが、天気もよく琵琶湖もバッチリ見え、予定通りに目的地に到着しました。11時間弱の旅でしたが、最初から最後まで楽しく、旅の終わりが寂しく感じるほどでした。1つ達成すると自信がつき、次はモノレールやかっこいい特急電車、路面電車にも乗ってみたい…と夢はどんどん広がります(笑)。

長男も今年度で大学を卒業し岡山を離れる予定なのでチャンスは3月までになりますが、岡山への旅も実行したいと思っています。

2月号は鵜殿の青池隆広さんです。岡さんからは、「息子が大好きなやさしい青池さん！いつもありがとうございます!!」



1月

町の人口 - population -

令和7年11月末現在（前月比）	
人口	9,990（-18）
男	4,690（-5）
女	5,300（-13）
世帯	5,157（-8） （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
役場防災対策課	(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
きほう健康ぶらざ	(29) 3511
訪問看護ステーション	(29) 1136
移住定住サポートデスク	080 (6963) 1792
防災行政無線（フリーダイヤル）	0120-334-119

紀宝町 公式
LINE アカウント



ぜひご登録ください！

今月の表紙
撮影秘話
Secret Story

撮影：応募されたみなさん



今年もたくさんの笑顔が届けました。応募いただきありがとうございました。抽選結果は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

公務員合同説明会

公務員合同説明会を次のとおり開催します。各公務員のやりがいや経験、普段の生活など、現役職員に直接お話を聞くことができます。参加費は無料、服装は自由、履歴書は不要です。興味のある方はぜひご参加ください。

【日時】 2月8日(日)

午後1時～4時

※受付は午後0時30分～1時

【場所】 熊野市文化交流センター

【対象者】 15歳以上32歳以下の方

※警察官は35歳まで

【内容】 職務等の全般説明

【職種】 自衛官、警察官

【申込方法】 2月5日(休)まで

に、次の二次元コードから申込いただくか、左の連絡先へ

電話申込してください。
▼詳しくは、自衛隊熊野地域事務所（☎0597-8512214）までお問い合わせください。



申込フォーム

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、病気や事故で障がい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（☎0597-2212340）、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21日(水)午前10時から午後2時まで、役場2階小会議室で実施されますので、ご利用ください。



年金機構 HP

民生委員・児童委員（大里地区）を委嘱

町は、1月1日付けで、次のとおり、新しい民生委員・児童委員を委嘱します。任期は令和8年1月1日から令和10年11月30日までです。

【地区】 大里（大里東・永田・小畑）

【氏名】 仮家 さやか

▼詳しくは、役場福祉課（☎33-0339）までお問い合わせください。

紀宝警察署と熊野警察署の当直時の合同運用

紀宝、熊野両警察署では、当直時間帯（平日夜間、土・日・祝日）に発生する事件や事故に迅速に対応できるよう、令和8年1月4日から、両警察署の管轄区域の枠を超えて合同で各種警察活動を行うこと

を試験的に実施します。

重大な事件や事故が発生した際には、より多くの警察力で対処することが可能となり、早期の事件解決等が期待できます。

なお、試験実施中は、熊野警察署に司令機能を置くこととしています。紀宝警察署では、これまで同様に緊急事案の窓口対応は行いますが、紀宝警察署に転送されることがありますのでご理解ください。▼詳しくは、紀宝警察署（☎33-0110）までお問い合わせください。

障がい者スポーツ教室を開催します

県パラスポーツ指導者協議会は次のとおり、障がい者スポーツ教室を開催します。

【日時】 2月1日(日)

午前10時～正午

【場所】 御浜小学校体育館

【対象】 東紀州地域在住の障がいのある方

【内容】 フライングディスク、ボッチャなどのスポーツレクリエーション

【参加費】 無料

【定員】 30名（申込者多数の

場合、事務局で調整）

【申込期限】 1月30日(金)

▼詳しくは、県パラスポーツ指導者協議会（☎059-231-0800）までお問い合わせください。

「無料法律相談」開催

【日時】 ①1月20日(火)

②2月5日(木)

午後1時30分から3時30分までの間で、1人30分以内

【会場】 役場1階相談室

【定員】 4名ずつ（先着順）

【予約方法】 ①1月9日(金)、

②1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。



無料法律相談 HP

今月（1月）の「紀の宝みなと市」

【日時】 1月10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。

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。

骨密度検査してみませんか？

ガイドラインで推奨
全身用骨密度測定器を導入

いぼ痔でお悩みのかた
ALTA(ジオン)注射で治ります

とみむろクリニック

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（取得を知った日から3年以内）されました。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

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

おくり花

紀宝警察署 主幹の店 至新宮市 至御浜町

おだやかな一年を願う新年の光

朝焼けに火がともる灯台

紀宝の
珍百景
認定



— 珍百景を募集!! —

みなさんが見つけた珍百景を募集しています。「なんやこれ?」って思わず言ってしまうような、珍百景情報がありましたら、ぜひ役場企画調整課広報広聴係（☎33-0334）までご連絡ください。お待ちしております。

今回の珍百景は鵜殿港にある灯台と日の出が重なり、まるで灯台の先端に火がともったように見える幻想的な一瞬を捉えた一枚をご紹介します。

この写真は、鵜殿地区にお住まいの方からご提供いただいたもので、撮影した方にお話をうかがうと「日課にしている鵜殿港の散歩中、灯台と日の出が重なる瞬間に出会い、思わずシャッターを切りました」と話していました。

静かな港にやわらかな朝の光が差し込み、凜と立つ灯台の姿が静かに浮かび上がっています。澄んだ空気とおだやかな水面が、港に広がる落ち着いた景色をやさしく包み込んでいます。

新しい年の幕開けに、港町ならではの静けさと力強い光が重なったこの一枚が、みなさんの心にそっと寄り添い、おだやかな日々への一步を照らす小さな希望の灯となることを願っています。

ひょうたん屋

新年あけまして

おめでと〜ございます

新年あけましておめでと〜ございます。

今年も笑顔の写真にご応募いただきありがとうございます。1月号の表紙を作成していると、「ああ、新年が来たな」と実感します。みなさんの笑顔一つひとつに、希望やあたたかさを感じられ、編集しながら自然と笑みがこぼれました。本年も、この町の日常や魅力、行政情報をていねいにお届けしていきますので、どうぞよろしく願います。

話は変わりますが、最近特に、時間が経つのが早く感じるがあります。ついこの前、「もうすぐお正月!」と話していたはずなのに、気がつけばカレンダーは1枚目。広報紙の締め切りに追われながら、「え、もう1年たったの?」と、毎年同じことを言っている気がします。

年齢なのか、仕事なのか、それとも単に自分の記憶力の問題なのか…。理由はさておき、1日1日があつという間に過ぎていきます(笑)。朝「今日は余裕がある」と思っていたはずなのに、気がつけば夕方、「もうこんな時間?」と時計に話しかけている自分がいる今日のこのことです。

今年の目標は、時間に追われるのではなく、時間と上手に付き合うことです。やるべきことに追われていると、つい「早く」、「次へ」と気持ちが先に進んでしまいがちですが、ほんの少しだけ立ち止まることを心がけたいです。

…とはいえ、立ち止まりすぎて締め切りに置いていかれないよう、気をつけたいと思います(笑)。

(締め切りに追われる 田中 健太郎)
(今年はお休み 曽越 大成)



広報広聴係
田中 健太郎