

Kiho

広報きほう

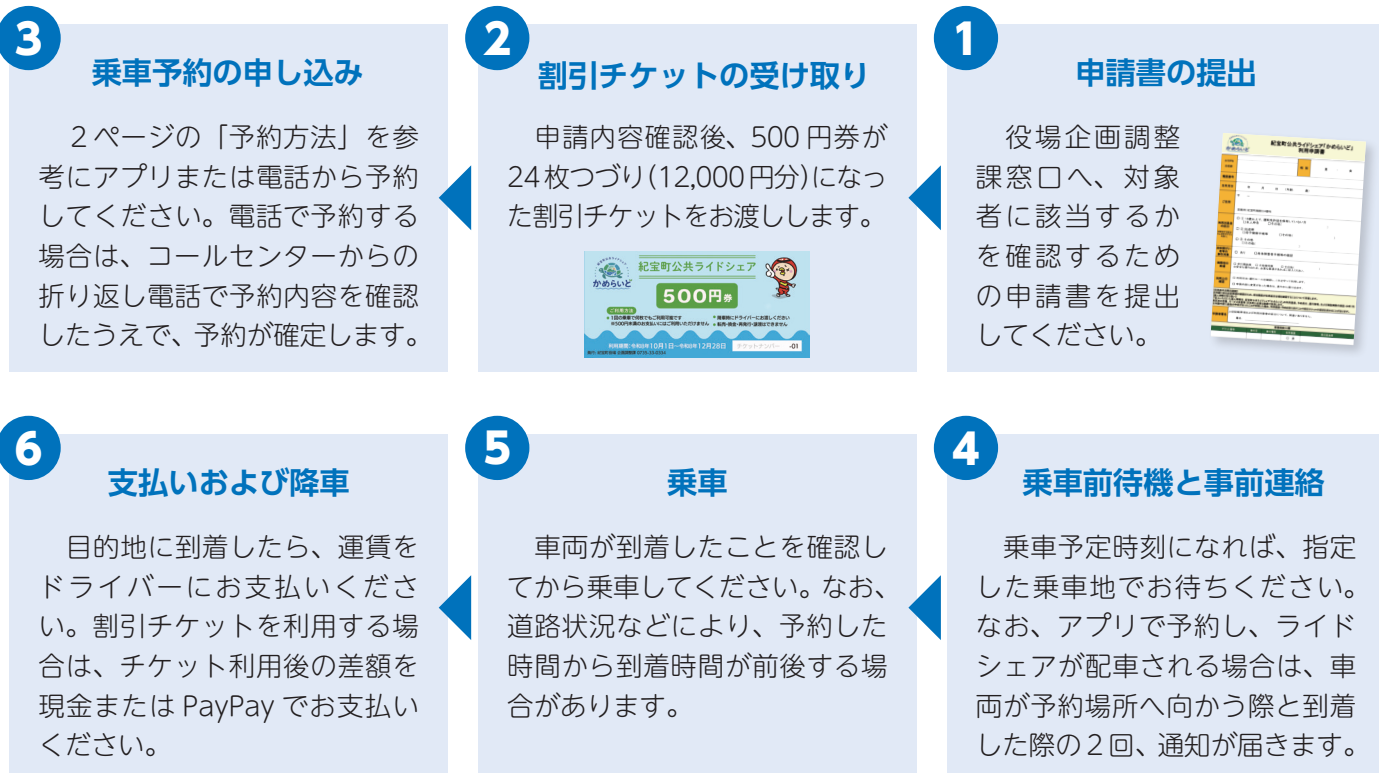
Public Relations Kiho 2026 vol.249

10月号

小さなドクター手術に夢中



利用の流れ



配車のしくみ



Q 実証運行が終わったら、どうなるの？

A 実証運行を通して、利用状況や利用者の声などを検証し、今後の運行について検討します。ぜひ公共ライドシェア「かめらいど」を利用して、利用した感想やご意見をお聞かせください。

Q ライドシェアのドライバーは安全なの？

A ドライバーは、国が指定する認定講習を受講したうえで、運行に従事します。また、乗務前の点呼による疾病・疲労・飲酒の有無の確認や、車両の整備状況の確認などを徹底し、安全な運行に努めます。

Q 目的地が違う人と同乗することはあるの？

A 今回の実証運行では、ほかの利用者との乗り合いはありません。ご予約いただいた方が、ほかの利用者を気にすることなく、目的地まで安心してご利用いただけます。

Q 家族や知人と一緒に乗ることはできるの？

A 運転免許証を保有しているご家族やご友人など、対象者以外の方も同乗することができます。ただし、配車の依頼と割引チケットの利用は、対象者本人が行う必要があります。

Q 予約をキャンセルする場合はどうしたらいいの？

A 予約をキャンセルする場合は、予約時と同じ方法でご連絡ください。ほかの方が利用できるよう、キャンセルすることが分かった時点で、できるだけ早めにご連絡いただきますよう、ご協力をお願いします。



企画調整課 大家 におや

ライドシェア「かめらいど」について、気になる疑問を担当者に聞いてみました。

かめらいど Q & A

移動の味方 紀宝町公共ライドシェア かめらいど

10月1日から実証運行スタート!!

ライドシェア
運行期間

10.01 Thu
12.28 Mon

公 共ライドシェアとは、バスやタクシーだけでは移動手段の確保が難しい地域で、町や地域の団体などが主体となり、講習を受けた一般の方が自家用車などを活用し、住民の移動を支えるしくみです。

町では、運転免許証を保有していない高齢者や妊産婦など、通院や買い物などの移動に困っている方を支える新たな移動手段として、紀宝町公共ライドシェア「かめらいど」の実証運行を次のとおり実施します。

▶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。



ライドシェアHP

◆ 公共ライドシェア「かめらいど」の概要

項目	内容
対象者	町内にお住まいの方で、以下のいずれかに該当する方 1 18 歳以上の運転免許証を保有していない方（高校生を除く） 2 妊産婦
運行日時	10 月 1 日（木）～ 12 月 28 日（月） 平日・土曜日（祝日を含む） 午前 8 時～午後 5 時
運行区域	紀宝町内全域（ただし、乗降場所のいずれかが紀宝町内の場合に限り、以下の 1 ～ 3 で乗降が可能） 1 熊野市：大石産婦人科医院、熊野市駅のみ乗降が可能 2 御浜町：海岸部のみ 3 新宮市：市街地のみ（高田・熊野川を除く）
料金	距離制運賃（初乗り 650 円【1.2km まで】+ 250m ごとに 100 円加算）
支払方法	現金、二次元コード決済（PayPay）
予約方法	アプリで予約またはコールセンター（☎050-1785-4061）への電話で予約してください ※コールセンター受付時間：午前 9 時～午後 5 時まで（月～土） 【受付開始】 利用日の 4 日前から（アプリ：午前 7 時～／電話：午前 9 時～） 【受付締切】 利用時間により異なります 1 午前 8 時～午後 0 時 30 分→ 利用日の前日（アプリ：午後 7 時まで／電話：午後 5 時まで） 2 午後 0 時 30 分～午後 5 時→ 利用日時の 2 時間前まで ※月曜日に 1 の時間帯を利用する場合、電話での予約は土曜日の午後 5 時までです。

検診日が変わりましたのでご注意ください

胃・前立腺・大腸・乳・子宮頸がん検診を実施

【検診日】11月3日（火）

【検診場所】鵜殿地域交流センター

◆受付時間ごとの予約が必要です

検 診 内 容	受付時間	定 員	対象者・料金
◆ 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
◆ 胃がん * 前夜9時以降は何も食事をしないでください (水、白湯は飲んでかまいません) * 当日の朝は、2時間前までに水・白湯を200ml まで飲用可能(薬を服用される方はご注意ください)	午前8時30分～9時 午前9時～10時	20人 20人	40歳～69歳 …500円 40歳未満 …1,400円
◆ 前立腺がん * 採血と問診のみ	午前8時30分～9時 午前9時～10時	25人 25人	40歳～69歳 …500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～10時 午前10時～11時 午後1時30分～2時 午後2時～3時	20人 17人 20人 17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	25人 25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。

▶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。

よりよい道路のために

国道42号における除草剤散布の実施

紀勢国道事務所熊野維持出張所では、国道42号の維持管理を行っています。

除草は道路利用者のみなさんから、要望が多い事項ですが、道路の老朽化対策を優先するため予算が限られているほか、作業員の高齢化など多くの課題を抱えています。

そのため、今後は従来の草刈り機による作業だけでなく「除草剤」も活用し、効率的な除草作業

を進めていきます。なお、散布は広い斜面などの特殊な場所を除き、歩道や路肩から行います。

使用する除草剤は、一般に販売・使用されているものを使用しますので、みなさんのご理解とご協力をお願いします。

▶詳しくは、紀勢国道事務所熊野維持出張所(☎0597-89-2721)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

お互いを尊重し合える環境づくりにご協力ください

紀宝町職員カスタマーハラスメント対策基本方針を策定

町では、町民のみなさんからのご意見やご要望を真摯に受け止め、よりよい町政の実現と行政サービスの提供を目指しています。一方、要望などの中には職員への過剰な要求や悪質な言動(カスタマーハラスメント)が含まれることがあります。

こうした行為から職員を守り、質の高い行政サービスを継続するため、10月1日に「紀宝町職員カスタマーハラスメント対策基本方針」を策定しました。

◆ **カスタマーハラスメント(カスハラ)**とは

利用者などからのクレームや言動のうち、要求の内容に妥当性がないものや、その実現のための手段・態様が社会通念上不相当で、職員の就業環境を害するものを指します。

【対象となる行為の例】

暴行、脅迫、暴言、威圧的な言動や長時間の拘束、SNSでの誹謗中傷など

◆ **町の対応**

カスタマーハラスメントには、以下のとおり、組織的に対応します。

- 1 不当な言動が続く場合は、電話の切断や退去を求めます。
- 2 事実確認のため録音・録画を行う場合があります。
- 3 悪質なケースや緊急時には、警察や弁護士などと連携し、厳正に対応します。

◆ **町民のみなさんへ**

本方針は、適正なサービスを維持するためのもので、みなさんのご意見などを制限するものではありません。今後も、寄せられたご意見やご要望に真摯に対応します。

▶詳しくは、役場総務課(☎33-0333)までお問い合わせください。

町立小学校・中学校への通学区域を緩和

通学する小学校・中学校を選択できます

町教育委員会では、町立小学校・中学校への通学区域を緩和し、通学する学校を自由に選択できる制度を導入しています。これにより、町内に住所を有する来年度入学者の学区は、下表のとおりです。

現住所地以外の区域の小学校・中学校を希望される保護者は、次のとおり、町教育委員会に申し出てください。

◆ **在学中の児童・生徒について**

現在、町内小学校・中学校に在学している児童・生徒で、現学校以外へ進級を希望する場合は、原則として次年度4月1日からです。希望する場合は、11月18日(水)までに、町教育委員会まで申し出てください。

※通学手段の確保は、原則保護者の責任において行ってください。

表：町立小・中学校の学区一覧

区分	居住する地区	通学できる学校
小学校	町内全域	井田小学校、神内小学校、成川小学校、相野谷小学校、鵜殿小学校
中学校	町内全域	相野谷中学校、矢渕中学校

◆ **令和9年度小学校入学予定者**

令和9年1月の初旬に、「入学通知書」を町教育委員会から送付します。通知書以外の学校への入学希望者は、1月20日(水)までに町教育委員会へ申し出てください。

◆ **令和9年度中学校入学予定者**

令和8年10月末に、「入学予定中学校調査」を町教育委員会から送付しますので、期限までに町教育委員会へ提出してください。

なお、令和9年1月初旬に、「入学通知書」を町教育委員会から配布します。通知書以外の学校への入学希望者は、1月20日(水)までに町教育委員会へ申し出てください。

▶詳しくは、町教育委員会(☎33-0341)までお問い合わせください。

児童の入学や進学のための貸付金

母子および父子並びに寡婦福祉資金貸付金

母子および父子並びに寡婦福祉資金貸付金は、母子家庭の母、父子家庭の父、父母のいない児童、またはこれに準ずる児童、および母子福祉団体に貸し付けられる資金です。児童の入学や進学のための主な貸付金としては、次の2種類があります。

貸付金名	主な内容	貸付金の限度額
修学資金	児童を学校に就学させるのに直接必要な授業料や書籍代等にあてるもの	例） 国公立の大学の場合 自宅から通学する場合（月額）71,000 円 自宅外から通学する場合（月額）108,500 円 ※私立大学や高等学校等もそれぞれ限度額が定められています。
就学支度資金	児童を学校へ入学、または修業施設へ入所させるのに直接必要な費用にあてるもの	例） 国公立の大学・短期大学・専修学校等の場合 自宅から通学する場合 420,000 円 自宅外から通学する場合 430,000 円 ※私立大学や高等学校等もそれぞれ限度額が定められています。

※このほかにも、用途に応じてさまざまな貸付金があり、それぞれ申請できる条件や提出書類が異なります。

▶詳しくは役場福祉課（☎ 3 3 - 0 3 3 9）または、県紀南福祉事務所福祉課（☎ 0 5 9 7 - 8 5 - 2 1 5 0）までお問い合わせください。

地域の水防機能向上、自転車歩行者空間整備による交通安全の確保

熊野大橋更新事業に伴う現地測量を実施

紀南河川国道事務所では、国道 42 号熊野大橋の更新事業を進めています。

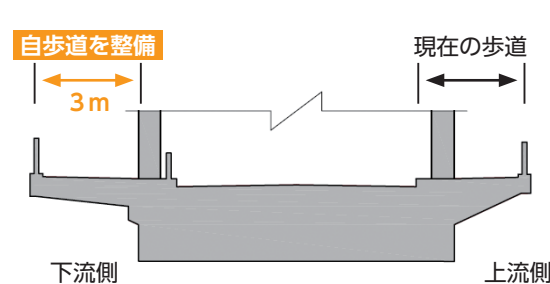
新熊野大橋には、新たに幅員 3 m の自転車・歩行者道を整備した後、現在の熊野大橋を撤去する予定です。

このたび、事業に伴う現地測量を実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。なお、具体的な実施時期は、近隣のみなさんへ回覧でお知らせします。

◆熊野大橋および新熊野大橋



◆新熊野大橋の横断面図



▶詳しくは、紀南河川国道事務所新宮河川国道維持出張所（☎ 2 2 - 8 1 6 5）までお問い合わせください。

免除を受けるには申請が必要です

国民年金保険料の育児免除制度が始まります

令和 8 年 10 月から、国民年金第 1 号被保険者（自営業者・農業者・アルバイト・無職など）の方を対象に、育児期間中の国民年金保険料を免除する制度が始まります。

【対 象 者】以下のすべてを満たす方

- ・国民年金第 1 号被保険者の方
- ・子ども（実子・養子）を育てている父母や義父母など（子どもと住所が同じであること）

【免除期間】

子どもが 1 歳になる誕生日の前月まで

【免 除 額】月額 17,920 円（令和 8 年度）

※免除された期間は、将来の年金額を計算する際に、保険料を納付した場合と同じように反映されます。

【申請方法】

マイナポータルを利用し、スマートフォンなどから申請いただくか、役場税務住民課窓口で申請してください。

▶詳しくは、役場税務住民課（☎ 3 3 - 0 3 3 7）までお問い合わせください。



国民年金 HP

国民年金保険料の育児免除制度は

スマートフォンからの電子申請が便利です!!



24 時間 365 日申請可能

スマートフォンから 24 時間 365 日申請が可能です。



窓口に行く手間が不要

自宅などから申請が可能で、窓口へ行く手間が不要です。



添付書類の提出が不要

基本的に、書類の提出が不要です。

令和 9 年 1 月 31 日（日）執行

紀宝町議会議員選挙の日程をお知らせします

任期満了（令和 9 年 2 月 9 日）に伴う、紀宝町議会議員選挙（定数：11）について、主な日程をお知らせします。

◆立候補届出事前説明会

事前説明会の日時および場所については、確定次第、お知らせします。

◆立候補届出事前審査

告示日に行う立候補届出を円滑に行うための事前審査です。

【日時】令和 9 年 1 月 18 日（月）～ 19 日（火）
両日とも午前 9 時 30 分～正午、午後 1 時～5 時

【場所】役場 2 階 大会議室

◆告示日 令和 9 年 1 月 26 日（火）

◆立候補届出受付

【日時】令和 9 年 1 月 26 日（火）
午前 8 時 30 分～午後 5 時

【場所】役場 2 階 大会議室

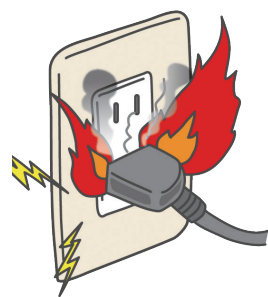
◆選挙期日（投票日）令和 9 年 1 月 31 日（日）

◆開票

【日時】令和 9 年 1 月 31 日（日）
午後 8 時 10 分～

【場所】町生涯学習センター「まなびの郷」

▶詳しくは、町選挙管理委員会（役場総務課内 ☎ 3 3 - 0 3 3 3）までお問い合わせください。



通電火災を防ぐには
通電火災を防ぐには、停電中に電化製品のコンセントを

抜いたり、ブレーカーを落としたりすることが大切です。家具類の固定も効果的で再通電した際に、可燃物が電化製品と触れるのを防げます。過去の大規模地震では、火災の多くが通電火災によるものといわれています。

阪神・淡路大震災や東日本大震災、能登半島地震でも、同様の火災が指摘されています。根本的な対策として感震ブレーカーの設置が有効であるため、今一度、通電火災に対しての備えを見直しておきましょう。

感震ブレーカーとは？

感震ブレーカーは、地震の揺れを感じて自動的に電気の供給を遮断する装置です。具体的には震度5強相当以上の揺れを検知すると主幹ブレーカーをオフにして、通電火

災や電化製品からの出火リスクを下げます。

【対象者】

町内に住所を有する世帯

【補助額】

補助上限3,000円

▼詳しくは、役場防災対策課（☎33-0335）までお問い合わせください。

全町民のみなさんの参加をお願いします

紀宝町総合防災訓練を開催!!

町では、地震をはじめとするさまざまな災害を想定した、紀宝町総合防災訓練を次のとおり実施します。

◆午前の部

【実施日時】 11月8日（日） 午前9時～正午

【対象者】 全町民

【訓練内容】

訓練内容は各地区で異なります。時間や訓練場所などの詳細については、各地区から配布されるお知らせをご確認ください。

◆午後の部

防災・医療に関する講演や体験型の啓発イベントなどを行います。

【実施日時】 11月8日（日）

午後1時30分～4時

【開催場所】 町生涯学習センター「まなびの郷」

【対象者】 全町民

▶詳しくは、今月号の折り込みチラシをご覧ください。だくか、役場防災対策課（☎33-0335）までお問い合わせください。

家族と住まいを守る小さな備え

感震ブレーカーで通電火災を防止

いざという時に役に立つ防災情報



Information ハローワーク熊野

働きたいあなたの一步を応援します

気軽に参加できる「会社説明会」を開催!!

紀南雇用対策推進協議会では、土日・祝日を除く11月2日（月）から11月13日（金）まで、ハローワーク熊野にて「会社説明会」を開催します。

事前予約は不要で、履歴書も必要ありません。服装も自由ですので、気になる会社や仕事がある方は、ぜひお気軽にご参加ください。

参加事業所などの詳細は、10月1日（木）か

らハローワーク熊野ホームページの「イベント情報」で公開します。次の二次元コードからご確認ください。

▶詳しくは、ハローワーク熊野（☎0597-89-5351）までお問い合わせください。



ハローワーク熊野

Information 光の祭典 in 紀宝実行委員会

紀宝の冬の風物詩を盛り上げてみませんか？

光の祭典 in 紀宝 飾り付けボランティアを大募集!!

光の祭典 in 紀宝実行委員会では、紀宝町の冬の風物詩「光の祭典 in 紀宝」の実施にあたり、飾り付けボランティアを募集しています。

みなさんに楽しんでもらえるイルミネーションにしていきたいと考えていますので、イルミネーションに興味のある方、紀宝町が好きな方、新しいことにチャレンジしてみたい方など、ぜひご協力をお願いします。

【場 所】 ふるさと資料館

【対 象】 どなたでも（中学生以下は保護者同伴）

【準 備 物】 動きやすい服装

【内 容】 イルミネーション飾り付け

【作業時間】 毎回午前9時から午後5時ごろまで

【飾り付け日】 10月24日（土）から11月21日（土）までの土・日・祝日 ※11月8日（日）を除く

【参加方法】 飾り付け日に直接作業場所にお越しください。1日だけの参加や途中参加、短時間でも大歓迎です。なお、団体での参加を希望される場合は、事前に事務局までご連絡ください。

※1日を通して参加される方には昼食を用意します。※高校生のみ参加日前の平日（午後5時まで）に以下の連絡先へご連絡いただければ鶴殿駅から送迎します。

▶詳しくは、光の祭典 in 紀宝実行委員会（事務局：役場企画調整課☎33-0334）までお問い合わせください。



町ホームページ

参加すればするほど当選確率が上がる!?

ボランティア参加お礼企画を実施!!

飾り付けボランティアへの参加者を対象に右の賞品が当たるお礼企画を実施します。

また、ボランティアに参加いただいた小・中学生には、「お菓子セット」を配布します。

【対象者】 半日以上ボランティアに参加した小学生以上の方（1回の参加で1枚の抽選券）

【抽 選 日】 12月1日（火）午後6時10分ごろ

【抽選会場】 ふるさと資料館



※写真はイメージです

抽選
7名

地元産お米(10kg)と
商品券(2,000円分)



※点灯式までに抽選を行い、当選者には事前に連絡

希望者
1名

12月1日の点灯式で
イルミネーションを点灯する権利

2026 -10 **Kiho** | **10**

空が香る
三宮麻由子 / 著
文藝春秋
幼い頃に視覚を失った著者が豊かな感性で紡いだ滋味あふれるエッセイ集。秋は紙の手触りが最もよく、読書に最適だそうです。

かぜフーホッフ
三宮麻由子 / 文
斉藤俊行 / 絵 福音館書店
風で本のページがめくれて「パフッパフパフパフパフ」、風にあおられたシーツが「プオッファ」、ぜひ声に出して楽しんでください！

おいしいおと
三宮麻由子 / 文
ふくしまあきえ / 絵 福音館書店
春巻きを食べる時の音はどんな音？ほうれん草は？わかめは？いろいろな音がいっぱい楽しい絵本。きくと五感が刺激されますよ！

世界でただ一つの読書
三宮麻由子 / 著
集英社
言語の天才だった漱石が「坊っちゃん」で表現した豊かな音世界、他にも吉本ばなななどを新たな視点で読み解く読書エッセイ。

スペシャルおはなし会
10月24日(土)
0歳児：午前10時半～11時
1歳以上：午前11時～11時半
3歳以上(小学生含む)：午後1時半～2時半

◆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

◆読書週間行事のお知らせ
10月27日(火)～11月9日(月)は、「第80回読書週間」です。期間中、おすすめの本の展示や読書クイズなどを実施しています。ぜひご利用ください。

◆児童書作家杉山亮さんによる「ものがたりライブ」
【日時】10月19日(月) 午後6時30分～7時30分
【場所】はぐくみの森
【定員】50名(申込先着順)
▼申し込みなど、詳しくは、町立図書館まで。

【**紀**トセンターでは、子どもを中心に、生活、遊び、看護などについて学ぶことができる講習会を開催します。

この講座をすべて受講すると、サポート会員として活動することが出来ます。ご自身の子育てはもちろん、お孫さんを預かるときにも役立てていただけます。この機会に、ぜひご参加ください。

【**対象者**】町内在住の20歳以上の方

【**受講料**】無料

【**申込期限**】10月30日(金)

【**申込先**】町ファミリースポーツセンター
※希望者に無料で託児を実施
▼詳しくは、町ファミリースポーツセンター(☎32-4688)までお問い合わせください。

◆講習会の日程

日程	場所	時間	講座内容
11月10日(火)	はぐくみの森	9:00～9:30	オリエンテーション
		9:30～10:30	・安全に預かるために ・社会で子どもを育てるために
		10:30～12:00	子どもの発達と発育
		13:00～14:30	保育の心
11月17日(火)	はぐくみの森	9:00～12:00	子どもの安全と事故 乳幼児救急法 ※修了証が交付されます
		13:00～14:30	小児看護
		15:30～16:00	事業を円滑にすすめるために
11月25日(水)	はぐくみの森	9:00～12:00	・赤ちゃんケア ・お母さんケア
	まなびの郷	13:00～16:00	子どもの栄養と食生活～産後の栄養・食育～(調理実習) ※エプロン・三角巾を持参

※講座は、3日間の受講が原則ですが、この事業ならびに講座に関心があり、一部受講を希望される方の参加も受け付けます(申込者多数の場合は、サポート会員希望者を優先させていただきます)。

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:10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	阪松原生活改善センター	9:00～10:15
	14日	永田青年クラブ	10:30～11:45
	21日	井田公民館	13:30～14:45
	28日	地下集会所	15:00～16:15
木曜日	1日	上地多目的集会施設	9:00～10:15
	8日	下地生活改善センター	10:30～11:45
	15日	茶屋地構造改善センター	13:30～16:15
	22日	下り場集落センター	休止中(10月末まで)
	29日		
金曜日	2日	高岡防災センター	9:00～10:15
	9日	鮎田構造改善センター	10:30～11:45
	16日	紀宝町役場(移動図書館のみ)	14:00～16:00
	23日		
	30日		
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
	27日		

▶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。

Quiz

広報クイズ

【問題】

① 紀宝町公共ライドシェア「〇〇らいど」

② 紀宝町議会〇〇選挙の日程をお知らせします

③ 〇〇〇バンクの登録物件募集中!!

④ 乳がんは〇〇発見が重要

⑤ 物資輸送用大型〇〇〇〇を導入

◆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
10月13日(火)必着(当選者の発表は、来月号のこのコーナーで)

■9月号の正解
①みなと ②防災 ③秋 ④警察官 ⑤12

■9月号当選者
(応募総数19通・正解者18人
賞品はカメレンジャーグッズ)
・新屋 和美 さん(成川)
・垣内 千代子 さん(平尾井)
・田中 脩磨 さん(鶴殿)
・奥高千穂 さん(井田)
・榎本やちよ さん(井田)

▼詳しくは、役場企画調整課広報係(☎33-0334)までお問い合わせください。

商工会共通商品券
(2,000円分)

10月号の当選者へは
抽選で左の商品が当たります

13 | Kiho 2026-10

2026-10 Kiho | 12

乳がんは早期発見が重要

今月は岡本保健師



Health



ピンクリボンというマークを知っていますか。これは、乳がんの早期発見・早期治療の大切さを伝えるシンボルマークです。

10月はピンクリボン月間です。世界中で、乳がんの正しい知識や検診の大切さを広め

るため、さまざまなキャンペーンが行われています。

乳がんは「女性に身近ながん」

乳がんは、乳房にできる「がん」のことです。現在、日本人女性の8人に1人が一生のうちにか

かるといわれており、女性にとって身近ながんの一つです。

一方、乳がんは早期に発見し、適切な治療を受けることで、高い確率で治る病気です。そのため、定期的に検診を受け、早期発見につなげることが大切です。

月に1回のセルフチェックを行いましょう

多くのがんは体の内側でできますが、乳がんは自分の手で触って見つけることができます。数少ないがんです。

左上の表を参考に、閉経前の方は乳房がやわらかくなる、月経終了後1週間、10日の間に、閉経後の方は日にちを決めて、毎月1回行いましょう。

11月に集団検診を実施

11月3日(火・祝)に集団検診を実施します。詳しくは5ページの「がん検診」のお知らせをご確認ください。自分自身と大切な家族のために、ぜひ検診を受けましょう。

セルフチェックのポイント

- ☐ 乳房の変形や左右差がないか
- ☐ しこりがないか
- ☐ ひきつれがないか
- ☐ えくぼのようなへこみがないか
- ☐ 出血や異常な分泌物がないか

☆少しでも変化や異変に気づいたら、早めに専門の医療機関（乳腺外科、乳腺科などの表示のある病院やクリニック）を受診しましょう。

Cooking

楽しく、おいしい
簡単料理 その228



管理栄養士 島

今月の料理

うまみを効かせて♪

ごまと昆布のキャベツサラダ

今回はうまみが効いたごまと昆布のキャベツサラダのご紹介です。

キャベツにはレタスや白菜などに比べ、骨を強くするビタミンK、胃腸の働きを助けるビタミンUが多く含まれています。また、昆布にはグルタミン酸といううまみ成分が多く含まれ、だしをとるだけでなく、あえ物に使うのもおすすめです。また、減塩したい方は、かつお節と組み合わせ、塩や調味料を減らしてもおいしく食べられます。



One Point Advice

きゅうりやにんじんを加えてもおいしい♪

エネルギー (1人あたり): 約 102kcal
塩分: 約 0.8g

【材料 (2人分)】

キャベツ … 1/4 個(250g)
塩 … 小さじ 1/4 弱

A

マヨネーズ … 大さじ 2
めんつゆ(2倍濃縮) … 小さじ 1
砂糖 … 小さじ 1/2
酢 … 小さじ 1
塩昆布 … 5g
白いりごま … 大さじ 1

【作り方】

- ① キャベツは洗い、5ミリ幅の細切りにする。
- ② ボウルにキャベツを入れ、塩を加えてよく混ぜ、もみ込み、10分ほどおく。
- ③ しんなりして水分が出てきたら、しっかり水気を絞る。
- ④ ボウルに③、Aを入れてよく混ぜる。

Calendar

Health October Calendar

10月の健康カレンダー

10月の休日救急当直医

日	病 院 名	診療科目
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	和 田 医 院	内 科
18日	かじの内科クリニック	内 科
	まつうらクリニック	内 科
25日	くろしお耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科
	大 石 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。
※ 相野谷診療所の休診日はありません。
※ まつうらクリニックは内科のみで15歳以上。

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・10か月児健診 午後1時～

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
6日	7・8か月児離乳食教室 午前10時～
8日	1歳2か月・1歳8か月児歯科健診 午後1時15分～
15日	5歳児歯科検診 午後1時15分～
16日	1歳8か月・3歳児健診 午後1時～

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
21日	こども歯みがき相談 午後2時45分～3時45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) ※要予約 [予約先: 社会福祉協議会(☎32-0957)]

日		会 場 と 開 催 時 間	
◆ チェアエクササイズ			
7・14・28日	鵜殿福祉センター	午前9時 15 分～ 10 時 15 分	
2・9・16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	鵜殿福祉センター	午前 10 時 30 分～ 11 時 30 分	
2・9・16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	鵜殿福祉センター	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日	鵜殿福祉センター	午前9時 30 分～ 10 時 30 分	

※ スマイルアップ・スマイルヨガの日程は、社会福祉協議会へお問い合わせください。

介護予防事業 (対象: 65歳以上の方) ※要予約 [予約先: きほう健康ぶらざ(☎29-3511)]

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		
1 日	きほう健康ぷらざ	午前9時30分～10時30分
		午前10時30分～11時30分
8 日	中村多目的集会施設	午前10時～11時
15日	平尾井高齢者生産活動センター	午前10時～11時
21日	成川生活改善センター	午前10時30分～11時30分
22日	井田公民館	午前10時～11時
28日	鮎田構造改善センター	午後1時30分～2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は鵜殿・成川方面、②は井田・神内・相野谷方面のルートです。

外国語教育推進のため

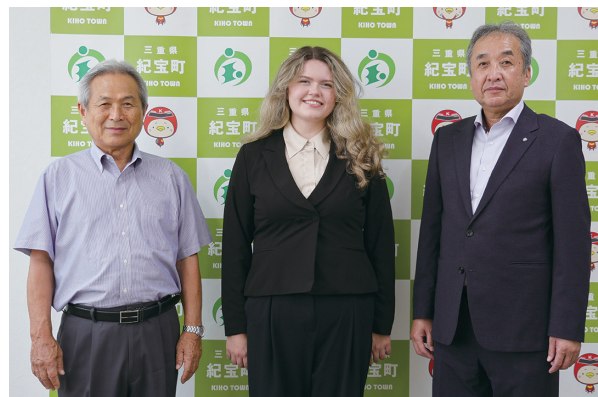
新たに ALT 1 名が着任

町教育委員会は外国語教育の推進のため、外国語指導助手（ALT）として、アメリカ出身のオラフソン・アガスタ・イルナさんを任命しました。現在、町で ALT として活動しているパウーズ・マーリー・ドーソン・ローズさん、ブラッドリー・テッサ・ヘイゼルさんとともに 3 人体制で ALT として活動しています。

アガスタさんは 8 月 27 日に向井町長と面会し、「町に来たときに、みなさんがやさしく迎え入れてくれてうれしかった。子どもたちに、いろいろな文化や英語を話す楽しさを伝えたい」と意気込みを語っていました。

Town topics

8 / 27



ALT に着任したアガスタさん（中央）

日ごろの健康づくり習慣をテーマに

きぼう健康ぷらざの日を開催

きぼう健康ぷらざは 9 月 3 日、相野谷診療所長の森本真之助^{もりもと しんのすけ}医師を招き、「今さら聞けない睡眠のはなし」をテーマに講演会を開催しました。

「今さら聞けないシリーズ」は、高血圧、コレステロール、熱中症に続き 4 回目の開催。森本医師は、いい睡眠のためには就寝までの過ごし方や環境を整えることが大切であると話していました。また、寝付けない原因として考えごとや不安を挙げ、夕方以降に考えごとや不安を生まないう、めい想や心を整える方法を伝授していました。

講演会に参加した 55 名は、いろいろな睡眠の話に熱心に耳を傾けていました。

Town topics

9 / 3

空から地域を支える新たな防災の力

物資輸送用大型ドローンを導入

町は 8 月 20 日、災害時にドローンを運用する専門部隊「紀宝町無人航空機隊『空亀』」を結成し、導入した大型ドローンによる物資輸送を披露しました。

これは、災害時に道路が寸断され地域が孤立した場合でも、必要な物資や資機材を届けることを目的としています。当機は、最大 80kg までつり下げて運搬でき、最大飛行距離は 12km、最大飛行時間は 14 分の運行が可能です。

また、空亀は、操縦技術訓練を修了した町職員 30 名で構成され、災害時には上空からの情報収集や物資輸送などに対応します。

今後、訓練を重ね、災害時の迅速な情報収集や支援物資の輸送に役立てていきます。

Town topics

8 / 20



01.60kg の物資を運ぶデモ飛行を行う空亀隊員。02. 導入された大型ドローンと空亀隊員。



町内の小中学生 12 人が子ども議会に登壇

子ども議員が町の未来を問う !!

町教育委員会は 8 月 26 日、子ども議会を開催し、町内の小学生 8 人、中学生 4 人の合わせて 12 人が登壇しました。

子ども議会は、役場や議会の仕事について学習し、暮らしの中でどのような働きをしているかを理解するとともに、質問や提案を行うことで子どもの主体性を育むことを目的に行っています。

子ども議員からは、「町予算について」、「訪問看護について」、「マイヤーレモンの PR について」など、幅広い分野について質問や提案がなされ、町長や担当課長らが丁寧に答弁していました。

Town topics

8 / 26

01. 子ども議員として質問する岩崎統士（いわさき とうじ）さん（成川小 6 年）。02. 同じく質問する三隅愛斗（みすみ まなと）さん（相野谷中 3 年）。03. 子ども議会に参加したみなさん。



飛雪の滝キャンプ場で夏の思い出

みどりの少年隊がデイキャンプを実施

町みどりの少年隊は 8 月 30 日、飛雪の滝キャンプ場において、屋外活動「デイキャンプ」を実施しました。

これは、夏休みの恒例行事で自然環境の保護や緑化活動を通して自然への理解を深め、ふるさとへの関心を育てることを目的に行っています。

デイキャンプには、町内の小学 4 ～ 6 年生 25 名が参加し、滝つぼでの水遊びやスイカ割り、ピザ作り、バーベキューなどを楽しみました。

参加した子どもたちは、夏の思い出づくりとともに、仲間と協力することの楽しさや、身近な自然の魅力を改めて感じていました。



Town topics

8 / 30



01. スイカ割りを楽しむ子どもたち。02. 滝つぼで泳いだり、水をかけあつたりする子どもたち。03. デイキャンプに参加した子どもたち。04. みんなでバーベキューを楽しむ。05. 協力してピザ作りに挑戦。



稲を刈り取る児童

地域をより深く学び、農業について考える 神内小の児童が稲刈りを体験

神内小学校の3～6年生までの児童が9月1日、学校近くの田んぼで稲刈りを体験しました。

これは「神内子安の里の会」の協力のもと、米作りに関わり地域をより深く学ぶとともに、食について考えることを目的に毎年行っており、今年で16年目を迎えました。

児童たちは、鎌の使い方と稲の扱い方を教わった後、田んぼで一生懸命に黄金色に実った稲穂を刈り取り、ていねいに積み上げていました。

収穫したお米は、秋に学校でおにぎりにして味わうほか、町社会福祉協議会が運営するデイサービスに寄贈する予定とのことです。

Town topics

9 / 1



まなびの郷が笑顔であふれた特別な一日に！ MANAVO LAND 2026 を開催

まなびの郷イベント実行委員会は8月23日、子ども向けのイベント「MANAVO LAND（まなぼらんど）2026」をまなびの郷で開催しました。

今回で3回目となる本イベントは、同実行委員が夏休みの子もたちにとって、心に残る「最高の思い出」をつくるとともに、「安心して過ごせる居場所」を提供したいとの思いから企画したもので、ボランティアスタッフ総勢107名の協力のもと、実施されました。

今回は、空気で膨らませた特大エアーストーム3基に加え、最高8メートルのジャンプができるバンジートランポリンや、相野谷診療所長の森本真之助医師のご協力のもと、医療について楽しく学べる医療体験コーナー「マナボクリニック」を実施したほか、新たに設置した「防災コーナー」では、自ら非常食を料理し試食する体験を行いました。イベントには、開始前から長蛇の列ができるほどの大盛況で、子どもたちや親子連れなど約2,800人が来場し、夏休みの楽しい一日を過ごしていました。



04

01・02. きらめきホールには特大のエアーストーム3基設置された。03. 高さ6メートルからの絶叫スライダー。04.05. 空高くジャンプできる「バンジートランポリン」。06. 昔遊び体験。07. 防災コーナー。08. 射的コーナー。09. 聴診器で自分の心臓の音を確認したマナボクリニック。



03

Town topics

8 / 23

15年前の経験を、未来の備えにつなぐ 大水害から学ぶ、命を守る地域の備え

県および町は9月5日、まなびの郷でみえ風水害対策の日シンポジウム・講演会「紀伊半島大水害に学ぶ～災害から15年を振り返る～」を開催しました。

これは、紀伊半島大水害から15年を迎えるにあたり、災害の教訓を風化させず、改めて防災について考えることを目的に開催されたものです。

講演会では、町総合防災行政アドバイザーの松尾一郎氏、津地方気象台長の山本治氏が、それぞれタイムラインの重要性や新しい防災気象情報について、解説しました。

続くパネルディスカッションでは、「大規模風水害にどう備えるか」をテーマに4人のパネリストが意見を交わし、参加者は地域防災について考えを深めていました。

Town topics

9 / 5



01

01. パネルディスカッションを行った4人のパネリスト。02. 講演を行った松尾氏。



02



防災かるたの様子

いざというときの備えのために 井田小の児童が防災学習会を実施

井田小学校は9月8日、三重県教育委員会より学校防災アドバイザーを講師に迎え、1～4年生までの児童を対象に防災学習会を実施しました。

これは、いつ起きてもおかしくない南海トラフ地震や津波、台風などの自然災害から自分自身を守る力をつけることを目的に実施されました。

児童たちは、教室で防災学習を受けたあと、防災啓発車による地震体験をしたり、防災すごろくや防災かるたなどで防災に関する知識を深めたりし、防災への意識を高めていました。

Town topics

9 / 8



08



06



09



07



05

KIHOKIDS No.248 はしゃぎっ子

10月生まれの3歳児

あましま ま お
 尼嶋 真和 ちゃん (井田)

令和5年10月9日生まれ
 真幸さん&みれいさんの長男



甘え上手でちょっぴり恥ずかしがり屋の
 まおです！でも家では歌って踊ったり、
 乗り物をブンブン乗り回したり、変な
 ポーズをとってみんなを笑顔に、和ませ
 てくれるお茶目さんです♪これからも姉
 弟仲よく、毎日元気に楽しく過ごそう
 ね！♡…ママ・パパから

【募集】満3歳の誕生日を迎える子ども(令和5年12月・令和6年1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10月30日(金)。

KIHONYOUNG No.248 若い衆登場



◆お仕事は？
 今年の4月からウミガメ公園
 で飼育員をしています。
 お客さんがカメたちを見て、「か
 わい」と言っているのを耳にす
 ると、とてもやりがいを感じます。
 ◆旅行に行くとしたら？
 ガラパゴス諸島に行きたいで
 す。ガラパゴスゾウガメを見たい
 のはもちろんですが、ウミイグア
 ナが人との距離を気にせず近くを
 泳いでいたり、アシカがビーチで
 寝転んでいたりする姿を、間近で
 見てみたいです。

◆趣味は？
 野球観戦です。大学生のとき
 に後輩に誘われ、一緒に観戦し
 たことがきっかけです。中日ド
 ラゴンズが好きで月に1回くら
 いのペースで、現地に観戦しに
 行っています。
 ◆好きなタイプは？
 目の細い人がタイプです。
 ◆町にひとこと
 すぐ近くに海があるのがうれ
 しいです。海だけではなく、向
 かい側には山もあり、自然いっ
 ぱいところが大好きです。

ガラパゴス諸島に行ってみたい！

佐藤 ほんり さん (成川・22歳)

◆お仕事は？
 今年の4月からウミガメ公園
 で飼育員をしています。
 お客さんがカメたちを見て、「か
 わい」と言っているのを耳にす
 ると、とてもやりがいを感じます。
 ◆旅行に行くとしたら？
 ガラパゴス諸島に行きたいで
 す。ガラパゴスゾウガメを見たい
 のはもちろんですが、ウミイグア
 ナが人との距離を気にせず近くを
 泳いでいたり、アシカがビーチで
 寝転んでいたりする姿を、間近で
 見てみたいです。

◆趣味は？
 野球観戦です。大学生のとき
 に後輩に誘われ、一緒に観戦し
 たことがきっかけです。中日ド
 ラゴンズが好きで月に1回くら
 いのペースで、現地に観戦しに
 行っています。
 ◆好きなタイプは？
 目の細い人がタイプです。
 ◆町にひとこと
 すぐ近くに海があるのがうれ
 しいです。海だけではなく、向
 かい側には山もあり、自然いっ
 ぱいところが大好きです。

PENRELA No.248 ペンリレー

50歳でバス運転士になった男の物語

産屋敷 誠 さん (大里)

「おはようございます。大門
 坂經由那智山行です。This bus
 is bound for Nachisan via
 Daimonzaka」アナウンス。紀
 伊勝浦駅を6時45分に出発する始
 発には、10人近くの外国人のお客
 さまが乗車し、一日が始まります。
 バスの運転士に転職してから

一年半が経ちました。思えば幼少
 期、母とバスに乗る機会が多く、
 駅でバスの発着を飽きることなく
 眺めていました。15年前に映画
 「RAILWAYS 49歳で電車の運転
 士になった男の物語」をみて、こ
 んな生き方もありだなという思い
 が心の底でくすぶり、50歳の節目



PROFILE

うぶやしき まこと さん
 50歳でバスの運転士になった
 産屋敷さん。「50歳になって
 からでも、夢を持って挑戦す
 ることができました。何歳に
 なっても、夢を追い続けてほ
 しいです」と話していました。



目的地まで安全運転でお届けします



10月

町の人口 - population -

令和8年8月末現在(前月比)	
人口	9,854(-2)
男	4,602(-9)
女	5,252(+7)
世帯	5,134(+10) (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



マナボククリニックでの一枚です。模擬手術を一所懸命に取り組んでいる姿が印象的でした。

まどぐち国民年金

国民年金保険料は
口座振替が便利です！

国民年金保険料の納付は、口座振替をご利用いただくと、保険料が自動で引き落とされ、納め忘れがなく安心です。

また、口座振替には、当月分保険料を当月末に振替納付することにより、月々60円割引される「早割制度」や、現金納付よりも割引率が高い「6か月前納」、「1年前納」、「2年前納」もあり、大変お得です。口座振替をご希望の方は、基礎年金番号が確認できる年金手帳や納付書、通帳、金融機関届出印をご持参のうえ、ご希望の金融機関、お近くの年

金事務所へお申し出ください。

申請方法や申請書等は、日本年金機構のホームページ(<https://www.nenkin.go.jp>)に掲載しています。

▼詳しくは、尾鷲年金事務所(☎0597-22-2340)、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。10月の尾鷲年金事務所職員による「年金相談」は、10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。



年金機構 HP

三重県最低賃金が
1,143円に改定

三重県最低賃金は10月1日から時間額1,143円に改定

求
人
情
報

現在の求人情報は、ハローワークインターネットサービスで確認できます。スマートフォンなどから次の

されます。この最低賃金は、年齢・雇用形態(パート・アルバイトなど)を問わず、三重県内で働くすべての労働者に適用されます。なお、特定の産業に該当する事業場で働く労働者には、特定(産業別)最低賃金が適用されます。また、中小企業への賃金引き上げ支援策として各種助成金制度がありますので、ぜひご活用ください。▼詳しくは、三重労働局賃金室(☎059-226-2108)までお問い合わせください。

ハロウィンジャンボ 4億円

(1等2億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ 4千万円

(1等2千万円・前後賞各1千万円合わせて)



この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

9月16日(水)2種類同時発売!

発売期間 9/16(水)~10/16(金)

公益財団法人三重県市町村振興協会

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

パラスポーツ
教室を開催します



ハローワーク熊野



ハローワーク新宮

二次元コードを読み取り、最新の求人情報をご覧ください。▼詳しくは、ハローワーク熊野(☎0597-89-5351)、またはハローワーク新宮(☎22-6285)までお問い合わせください。

「無料法律相談」開催

【日時】 11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(先着順)

【予約方法】 10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(10月)の
「紀の宝みなと市」

【日時】 10月18日(日)

午前9時30分~午後3時

【場所】 鶴殿港

※今月の紀の宝みなと市は、紀宝みなとフェスティバルと同時に開催です。

▼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。

ZTVモバイル

格安プラン1GB音声

月額 990円~ (税込)

お問合せ 株式会社ZTV 熊野市井戸町619 TEL :0120-222-505

新築 完成見学会

毎週土・日開催

お住まいのことなら全てお任せ
毎週土・日相談会開催

土地や中古住宅を探したい
リフォームをしたい
不動産・空き家売りしたい
解体の相談がしたい

アサヒ住宅

0120-946-600

AM9:00~PM6:00 定休日:毎週水曜
〒519-3614 三重県尾鷲市南陽町9-37
三重県知事許可(般-8)第19042号 三重県知事(7)第2471号

ご来場予約はこちら

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月から相続登記の義務化(3年以内)
令和8年4月から住所・名前の変更登記の義務化(2年以内)
「スタート」しました 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)

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。

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

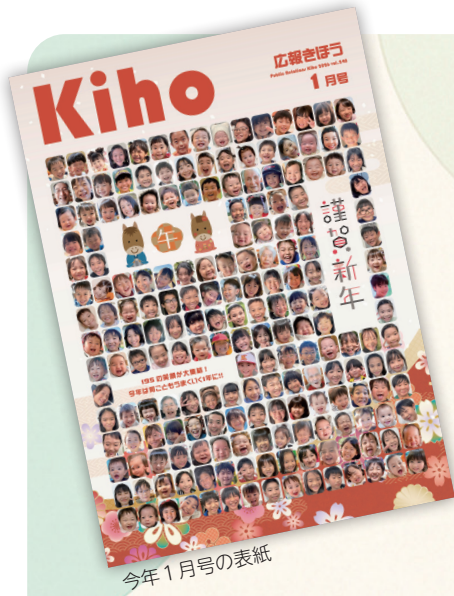
骨密度検査してみませんか?

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

胃カメラ検査予約なしでできます



今年1月号の表紙

笑顔の あなたの撮った 写真 が 広報きほうの表紙になります！

広報きほうでは、毎年ご好評いただいている「笑顔の写真大募集」を今年も行い、新年を飾る令和9年1月号の表紙を、みなさんの「笑顔」の写真でいっぱい埋め尽くしたいと思います。
お持ちのスマホ・携帯電話のカメラ機能を使って、笑顔の写真をご投稿ください。ご投稿いただいた写真は、できる限り全員、広報きほう（1月号）に掲載します。
抽選で、すてきな賞品も当たりますので、たくさんのご投稿をお待ちしています。

作品例



募集要項

- 応募締切
11月30日（月）まで
- 応募条件
被写体の方が、紀宝町内に在住の方
- 応募作品（テーマ）
笑顔
- ファイルサイズ
特に制限はありませんが、メール添付で送れるサイズ以内（5MB程度）で送付してください。
- 賞品
ご応募いただいた中から抽選で、すてきな賞品（1,000円相当）を25名にプレゼントします。
- 注意点
 - ① 被写体の方のご了承を得たうえで、ご応募ください。
 - ② 写真は、縦で撮ってください。
 - ③ 写真1枚につき、被写体は1人でお願いします（ペット等の動物の写真は掲載できませんので、ご了承ください）。
 - ④ 作品例のように、アップで撮影してください。
 - ⑤ 画像加工（特殊効果や文字の挿入）した作品は掲載できませんのでご注意ください。
 - ⑥ お1人様何点でもご応募できますが、掲載は、被写体1人につき1点限りとさせていただきます。
 - ⑦ 1通に何点でも写真を添付いただいても構いませんが、それぞれ被写体の名前がわかりやすいように記載してください。
 - ⑧ 掲載に不適切であると思われる写真に関しては、掲載しない場合がありますのでご了承ください。
 - ⑨ 投稿者が多数の場合、表紙ではなく、他のページになる可能性がありますので、ご了承ください。
 - ⑩ スマホ・携帯電話をお持ちでない方は、作品例のように写真を撮り、そのプリントもしくはデータを役場企画調整課までご持参ください。
- 応募方法
撮影した写真と、投稿者の氏名、住所、電話番号、被写体の氏名と町や「広報きほう」についてのひとことを書いて、右の二次元コードから投稿していただくか、次のメールアドレス宛にお送りください。
koho@town.kiho.lg.jp
▶ 詳しくは、役場企画調整課広報係（☎ 33-0334）までお問い合わせください。



ひょうたんや

笑顔の写真、大募集！

今年も早いもので、残すところ3か月となりました。気のせいかもしれませんが、年々、1年が過ぎるスピードが速くなっている気がします（笑）。ついこの間、新しい年を迎えたと思っていたのに、気がつけばもう年末がすぐそこまで来ています。

さて、今年も新年を飾る令和9年1月号の表紙を、みなさんの「笑顔」の写真でいっぱい埋め尽くしたいと思います。お子さんや友人、職場の仲間、地域みなさんなど、思わずこちらまで笑顔になるような写真をぜひお寄せください。

新年号の広報紙が届いたときに、表紙を見て明るい気持ちになれるような、そんな表紙にできればと思っています。たくさんのご応募をお待ちしています！
（今年も笑顔を集めます 田中 健太郎）

子ども議会を取材して

今年も8月に「子ども議会」が開催されました。小中学生がハキハキと発言する姿を見て、「今どきの子はしっかりしているな」と感心するとともに、自分が同じくらいの年齢のときはこんなにしつかりしていなかったなと感じています。



実は私自身、12年前の小学6年生のときに子ども議会に参加しました。細かい内容はもう覚えてませんが、当時の通学路の道幅を広げてほしいと要望したことだけは鮮明に覚えています。当時、すぐに改善されたわけではありませんでしたが、数年後にその道が広くなっているのを見つけ、当時のことを思い出し、少しうれしくなったことを覚えています。今回発言されたみなさんも、自分が話したことを忘れず、これからも気にかけてみてください。

（2回目の年男 曾越 大成）

