Kiho

広報きほう

Public Relations Kiho 2026 vol.251

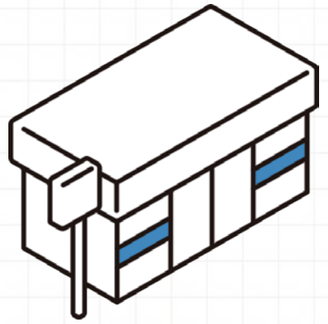
12月号



大空から、命を守る

紀宝町総合防災訓練（関連記事9ページ）

12月1日（火）から コンビニ交付を開始します



住民票の写しや印鑑登録証明書などが、マイナンバーカードを使って全国のコンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機で取得できる「コンビニ交付」を、12月1日（火）から開始します。

コンビニ交付を利用すれば、役場の窓口が閉まっている早朝や深夜、土日・祝日でも証明書を取得できるため、仕事や学校などで日中に役場へ来ることが難しい方にも利便性の高いサービスです。

今回の特集では、利用方法や取得できる証明書などをご紹介します。ご確認のうえ、ぜひご活用ください。

コンビニ交付で取得できる証明書

証明書の種類	交付手数料	証明内容	利用できる方	利用に必要なもの
住民票の写し	200円	本人および同一世帯の方の分 ※除票は発行できません。 ※住民票コードは記載できません。	住民登録が紀宝町にある方	❶利用者証明用電子証明書を搭載したマイナンバーカード ❷4桁の暗証番号 ❸手数料
住民票記載事項証明書	200円			
印鑑登録証明書	200円	印鑑登録している本人の分		
所得証明書	200円	本人の分（過去3年分） ※直近の1月1日および現在も紀宝町に住民登録がある方のみ。		
課税（非課税）証明書	200円			
戸籍全部（一部）事項証明書	450円	本人および同一戸籍の方の分 ※除籍や改製原戸籍は発行できません。	本籍が紀宝町にある方	
戸籍の附票の写し	200円			

【利用時間】

午前6時30分～午後11時（土、日、祝日も利用可能）

※戸籍関係は午前9時～午後5時15分（平日のみ）

※店舗の営業日および営業時間に限ります。

※年末年始（12月29日～1月3日）およびシステムメンテナンス日はご利用できません。また、設備の故障やシステムの不具合などでメンテナンスが必要な場合は、予告なくサービスを停止することがあります。

カンタン！コンビニ交付の流れ

1 メニュー選択

マルチコピー機のメニュー選択で「行政サービス」を選びます。



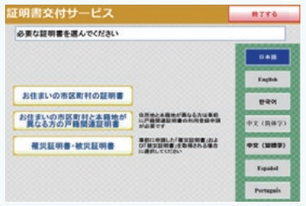
2 カード・デバイス選択

ご利用になるカード・デバイスを選択し、マイナンバーカードをセットします。



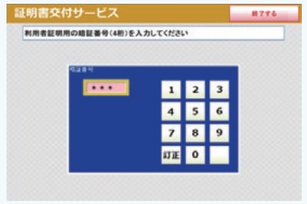
3 交付市区町村の選択

証明書を交付する市区町村を選択します。



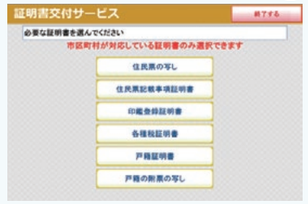
4 暗証番号の入力

マイナンバーカード交付時に設定した利用者証明用の4桁の暗証番号を入力します。



5 証明書の種別選択

取得する証明書、交付種別、部数を選択します。



6 証明書の発行

マルチコピー機に手数料を投入後、証明書が発行されます。



※設置されている機種によって、手順画面が若干異なりますのでご注意ください。

担当者に聞くコンビニ交付

コンビニ交付は、早朝から深夜まで利用できるため、仕事などで役場の窓口へ行く時間がない方も、ご都合のよいときに証明書を取得できます。また、申請書への記入が不要で、コンビニに設置されたマルチコピー機のタッチパネルを操作するだけで証明書を取得できるため、待ち時間の短縮にもつながります。

ご利用の際は、マイナンバーカードの有効期限や暗証番号をご確認ください。また、戸籍証明書のうち、除籍・改製原戸籍の発行はできませんのでご注意ください。

コンビニ交付をご活用いただくことで、みなさんの日々の暮らしがより便利になればと思います。



税務住民課　鈴木（すずき） 大司（だいじ）

▶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。

第20回 紀宝みなとフェスティバル

見て、食べて、遊んで、買って、笑顔あふれる一日

第20回紀宝みなとフェスティバルを10月18日、鵜殿港で開催し、約10,000人の来場者でにぎわいました。

「見る・食べる・遊ぶ・買う」をテーマに、特設ステージでは、地元団体が和太鼓演奏やソーラン踊り、ダンスなどを披露しました。また、「Mr.シャチホコ」によるものまねステージや、「ダンディ坂野」によるお笑いステージでは、会場が大きな笑いと拍手に包まれていました。

会場では、黒潮体験や警察・海上保安庁などの制服試着、VR体験、スタンプラリーなど、多彩な催しが行われ、子どもから大人まで楽しんでいました。

また、地元農産物や特産品のほか、姉妹町の石川県中能登町の特産品や、地域間連携を図る青森県藤崎町からの産地直送りんごなども販売され、多くの来場者が買い物を楽しんでいました。

会場では、イベントを楽しむたくさんの人の笑顔であふれていました。


15


05


12

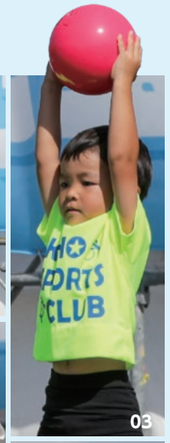

11


14


04


10


13


03


09


02


08


06


07


01

01. ダンディ坂野。**02.** ステージ前には多くの観客が集まり、会場は大盛り上がり。**03.** 紀宝スポーツクラブ・新体操。**04.** ほたる夢太鼓。**05.**PHAT DANCE STUDIO。**06.** 鵜殿ばやし保存会。**07.** 主催者からのあいさつ。**08.** 熊野水軍太鼓保存会。**09.**Hula Studio Pilina。**10.** 紀宝スポーツクラブストリートダンス＆ラッキークローバー。**11.** 舞踊団 蕾。**12.** 紀州舞踊隊。**13.** 吟道錦城流鹿西吟詠会（中能登町）。**14.** カウイ オナラニオハナ タカハシ。**15.**Mr.シャチホコ。**16.** ジュースの無料配布。**17.** スイーツデコワークショップ。**18.** 自衛隊車両に乗って記念撮影。**19.** 子どもたちにおかしの無料配布。**20.** 多くの人が列を作り、にぎわいを見せた藤崎町のりんご販売。**21.**VR 体験。**22.** 消防車の運転席に座り、記念撮影。**23.** アマチュア無線で交信を楽しむ。**24.** 輪投げを楽しむ子ども。**25.** 缶バッジ釣り。**26.** りんごケーキの無料配布。**27.** 健康測定を受ける参加者。**28.** みかんの詰め放題。**29.** 黒潮体験。**30.** 消防車の前で消防服を着て記念撮影。**31.** 会場は多くの来場者でにぎわう。**32.** 白バイに乗車。**33.** 中能登町の物産販売。**34.** 海上保安庁の公式マスコットキャラクター「うみまる」との記念撮影。**35.** 米の重量当てゲーム。**36.** スタンプラリーの抽選に挑戦。


23


22


21


20


35


34


32


33


31


36


19


18


17


16


27


26


25


24


30


29


28

Information　県子ども・福祉部児童相談支援課

映画を通して、里親制度について知ってみませんか

ドキュメンタリー映画「大きな家」無料上映会・里親個別相談会を開催します

県では、児童養護施設で暮らす子どもたちの日常に密着したドキュメンタリー映画「大きな家」の無料上映会を開催します。

本作は、俳優の斎藤工（さいとうたくみ）さんが企画・プロデュースを手がけ、第34回日本映画批評家大賞でドキュメンタリー賞を受賞した作品です。

上映会終了後には、里親経験者による個別相談会も開催します。里親制度について知りたい方や、里親になることを考えている方は、ぜひご参加ください。

【日時】令和９年１月24日（日）午後１時～
※上映時間は123分、開場は午後０時30分～

【場　　所】まなびの郷　視聴覚室
【対 象 者】どなたでも（先着40名）
【料　　金】無料
【申込方法】以下の二次元コードから、必要事項を記入し、申し込みください。
※事前登録の都合上、必ずお一人につき１通でお申し込みください

▶詳しくは、県子ども・福祉部児童相談支援課（☎０５９－２２４－２７６０）までお問い合わせください。

申込フォーム

Information　役場企画調整課

お店の魅力をもっと多くの人に届けよう

「紀宝町MAP」への掲載店舗を募集します

七里御浜ツーリストインフォメーションセンターでは、紀宝町MAPの増刷に際して、新たに掲載を希望される店舗を募集します。

なお、すでに掲載されている店舗で、引き続き掲載を希望する場合は、連絡の必要はありません。ただし、営業時間や定休日などに変更がある場合は、右の申込先までお知らせください。

【対象店舗】町内に店舗がある飲食店や土産物店など
【応募期限】12月17日（木）

【応募方法】七里御浜ツーリストインフォメーションセンターの窓口で申込用紙に記入し、提出
【申 込 先】
七里御浜ツーリストインフォメーションセンター
（三重県南牟婁郡御浜町阿田和６１１５－５）
電話番号：０５９７９－３－０３３３

▶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。

Information　役場企画調整課

バス停の位置や目的地までの乗降時間などが確認できます

町民バスの路線が「Googleマップ」で検索できます

Google マップで町民バスの路線を検索することができます。パソコンやスマホなどからGoogle マップアプリを起動し、現在地または乗車したい場所から目的地までの経路検索を行うと、一番近いバス停から目的地までの利用路線と乗降時刻が表示されます。

町民バスを利用する際は、ぜひご活用ください。

▶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。

Information　役場みらい健康課

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（けい）がん検診を実施

みらい健康マイレージ　ポイント対象事業

【検診日】12月９日（水）　　**【検診場所】**鮒田構造改善センター

◆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	なし	20歳～69歳　…200円
	午後１時30分～３時		
◆胃がん ＊前夜９時以降は何も食事をしないでください（水、白湯は飲んでもかまいません） ＊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	20人	40歳～69歳　…500円 40歳未満　…1,400円
	午前９時～10時	20人	
◆前立腺がん ＊採血と問診のみ	午前８時30分～９時	25人	40歳～69歳　…500円
	午前９時～10時	25人	
◆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	20人	40歳～69歳　…1,500円
	午後２時～３時	17人	
◆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	25人	20歳～69歳　…500円 20歳未満　……1,000円
	午後２時～３時	25人	

※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。

70歳以上の方は全ての検診が無料

がん検診無料クーポンをご利用ください!!

令和８年４月１日時点で、20歳の方に子宮頸がん検診、40歳の方に乳がん検診の「がん検診無料クーポン券」を送付しています。この機会にぜひご利用ください。



▶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。

Information　町商業活性化委員会

マグロの振る舞いなどを実施

紀の宝みなと市「14周年記念市」を開催

町商業活性化委員会では、12月に紀の宝みなと市「14周年記念市」を開催します。

新鮮な海産物や農産物の販売のほか、マグロの振る舞い（天候などの状況により中止の場合があります）などを行う予定ですので、ぜひご来場ください。

◆紀の宝みなと市「14周年記念市」
【日時】12月12日（土）　午前９時～11時
【場所】鵜殿港

▶詳しくは、町商業活性化委員会（事務局：役場産業振興課☎３３－０３３６）までお問い合わせください。

Information　町教育委員会

令和９年度に熊野市・御浜町・紀宝町内公立小中学校での勤務を希望する方へ

小中学校講師などの登録希望者説明会を開催

熊野市･御浜町･紀宝町内における公立小中学校の講師などの登録を希望する方を対象に、任用･勤務条件などに関する説明会を次のとおり開催します。

【日　　時】令和９年１月 16 日（土）
午後２時から（受付：午後１時 30 分から）
【会　　場】御浜町役場３階 くろしおホール
【対　　象】令和９年度に熊野市・御浜町・紀宝町内の公立小中学校での講師などで勤務することを希望する方
【募集職種】講師、養護助教諭、臨時事務職員、臨時学校栄養職員
※任用の有無・人数は説明会以降に決定します。
【勤務形態】常勤・非常勤
【資　　格】小学校教諭普通免許、中学校教諭普通免許、養護教諭免許、栄養教諭免許、栄養士免許のうちいずれかを有する者（令和９年３月末取得見込みも可）
※臨時事務職員は上記の免許は不要です。

【必要書類等】
- 講師等登録希望の方は、12 月１日（火）から令和９年１月 13 日（水）までの平日に、町教育委員会にて登録関係書類一式を受け取り、必要書類を揃えて説明会にご持参ください。

※ 12 月 29 日（火）から１月３日（日）は閉庁日のため、書類を受け取ることができません。
- 登録関係書類の郵送を希望する方は、送り先の住所･氏名を明記した A4 用紙が入る封筒に、270 円分の切手を貼って、町教育委員会へお申し込みください。

※教員免許更新制度の廃止に伴い、特別な事情がある場合は、説明会時にご相談ください。
▶詳しくは、町教育委員会（☎３３－０３４１）までお問い合わせください。

Information　光の祭典 in 紀宝実行委員会

12月1日(火)から令和9年1月5日(火)まで点灯

「光の祭典 in 紀宝」を今年も開催します


イルミネーションの様子

紀宝町の冬の風物詩「光の祭典 in 紀宝」を、12 月１日（火）から紀宝町ふるさと資料館前の広場で開催します。

名物の 20 ｍツリーや光のトンネルなど、さまざまなイルミネーションが織りなす幻想的な世界をお楽しみください。

また、イベント「キラフェス」も開催しますので、ぜひご来場ください。

◆ **イルミネーション点灯期間**
【期間】12 月１日（火）～令和９年１月５日（火）
【時間】午後６時～ 10 時
（ただし、12 月 31 日（木）、１月１日（金・祝）の２夜はオールナイト点灯）

【シャボン玉イルミネーション】
12 月１日(火)、５日(土)、６日(日)、12日(土)、13 日（日）は、シャボン玉イルミネーションを実施します。

◆ **イベント『キラフェス』**
【日時】12 月 19 日（土）　午後５時～８時
※雨天時は 20 日（日）に延期
【内容】地元有志団体による演奏やお菓子のプレゼントなど

▶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。

～いざというとき役立つ防災情報～

地域の力で災害に備える

紀宝町総合防災訓練を実施

災害に強いまちを目指して

町は、紀宝町総合防災訓練を11月８日、町内全域で実施し、町民をはじめ、国や県、自衛隊、警察、消防、医療機関など約2，000人が参加しました。

訓練は、南海トラフ巨大地震により町内で最大震度７を観測し、最大11ｍの津波が到達したとの想定で実施。町内26か所で避難訓練や避難所の設営、炊き出し訓練などが行われたほか、関係機関が連携し、道路啓開や人命救助、支援物資の輸送などに取り組みました。また、町無人航空機隊「空亀」はドローンを活用した情報収集や物資輸送訓練を行いました。

町生涯学習センター「まなびの郷」に設置された災害対策本部では、各地の訓練状況を映像で確認。向井（むかい）町長は「自助、共助、公助を組み合わせ、日ごろから備えを進め、地域のつながりを深めることが大切」と呼びかけました。

午後は啓発イベントを実施

午後からは、まなびの郷と鵜殿運動場で防災啓発イベントを開催。自衛隊車両や消防車、ヘリコプターなどの展示をはじめ、津波浸水ＶＲ体験や防災グッズ作り、地震体験車、防災クッキングなど、親子で防災について学べる多彩な催しを行いました。

また、訓練の振り返りや災害医療シンポジウムも行われ、参加者は災害への備えや地域の防災力を高めることの大切さを再確認しました。


07


02


06


05


01


04


03


11


10


09


08


12


13


14


15


16


17


18

01. 自衛隊のヘリで負傷者を搬出。**02.** 災害救助犬による初期捜索。**03.** 自衛隊による救出活動。**04.** 警察と消防による救出訓練。**05.** 避難する住民。**06.** 倒木の撤去作業。**07.** パーティションテントを設置。**08.** グミのつかみ取り。**09.** 災害時に役立つロープワーク教室。**10.** 起震車で地震の揺れを体験。**11.** ドローンの展示。**12.** 消防車の前で記念撮影。**13.** 制服を着て記念撮影。**14.** 防災絵本の読み聞かせ。**15.** 高所作業車に乗って高い場所へ。**16.** 防災クッキング。**17･18.** 災害医療シンポジウム。

ふるさとをいつまでも
～出会いと交流があふれるまちづくり～

Life

今月のテーマ
地域と大学のつながりの場

三重大学の学生がワーケーションを体験

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、10月31日時点で御浜町への参加者を含め、延べ120名の方が参加し、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。


01


02

01. みかんの収穫作業の方法について説明を聞く学生たち。**02.** みかんの収穫作業を行う三重大学の学生。

Eco

シリーズ　ストップ地球温暖化　その192

家庭でできる温暖化対策

～できることから始めよう～

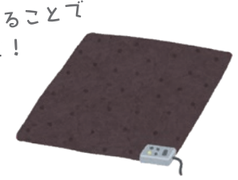
今月のテーマ　**電気カーペット**

日ごとに寒さが増すこの季節、電気カーペットが活躍する場面が多くなってきます。

電気カーペットはエアコンでは届きにくい足元を温められるので床冷え対策に効果的です。

また、フローリングや畳などの上に電気カーペットを敷くときは、断熱マットをその下に敷くだけで、床から熱が逃げるのを防げ、同じ設定温度でもより暖かくなるので、エネルギーの消費を少なくすることができます。

▼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。



必要な大きさを
2畳用と3畳用のカーペットを設定温度「中」の状態で5時間使用した場合の比較

年間削減効果	年間節約金額
電気 89.91 kWh CO_2 43.9 kg	約2,790円

『出典：経済産業省資源エネルギー庁／家庭向け省エネ関連情報』

Local Cooperator


地域おこし協力隊
杉浦 かおり

地域おこし協力隊活動日誌 vol.115

桐原地区へ体力測定に行ってきました

だんだんと冬の足音が聞こえてきましたが、寒さ対策の準備はできていますか。

私は大の寒がりなので、着々と準備を進めています。特に足元が冷えるため、冬場は寝る前に湯たんぽを用意しています。電気毛布も手軽で便利ですが、湯たんぽのやわらかな温かさが好きです。

話は変わりますが、10月後半に桐原地区体力測定のお手伝いに同行しました。当日は9名の方が参加され、DVDを見ながら百歳体操を行った後、体力測定を実施しました。測定後は、保健師や理学療法士から結果説明や講評があり、歯科衛生士からは歯の健康維持についての講話もありました。日ごろから気を付けることやストレッチ、マッサージの方法などを教えてもらえることは、とてもよいことだと感じました。また、参加者が積極的に質問をしていたのも印象的でした。

桐原地区では普段から自主活動として、百歳体操などに取り組まれているとのことです。健康維持のために自分たちで活動を続けている姿が「すばらしいな」と思いました。


百歳体操の様子

地域に出向き、住民のみなさんと交流することは楽しく、地域の暮らしを知る貴重な学びの機会にもなっています。これからもさまざまな地区に出向き、みなさんとの交流を通して学んでいきたいと思います。

Police

紀宝警察署からのお知らせ

12月10日から12月16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」

警察では、日本人17人と、日本国内から拉致された朝鮮籍の姉妹2人の、合計19人を拉致容疑事案の被害者と判断しています。また、北朝鮮による拉致の可能性が否定できない事案についても、引き続き捜査や調査を進めています。

北朝鮮による拉致に関して、ささいなことでも心当たりのある情報がありましたら、お寄せください。



―― 紀宝警察署（☎33－0110） ――

Resources

ごみは資源のコーナー

パソコンは回収できません

パソコンは町の収集では回収できませんので、以下のいずれかの方法で処分してください。

❶買い替える際に引き取ってもらう
❷家電販売店やメーカーに問い合わせ処分する
❸パソコンの回収を専門に行っている業者に依頼して処分する

ポイント♪
家庭用のプリンターやスキャナーは「資源金物の日」に出すことができます。



― 役場環境衛生課（☎33－0338） ―

Human rights

みんなで考えよう！人権問題

知らずに使っている言葉を見つめ直そう

その言葉、だれかを傷つけていませんか？

みなさんは、日常の中で差別的な言葉や表現を見聞きしたことはあるでしょうか。それらは悪意をもって使われる場合だけではなく、意味を知らず、見聞きしたまま使ってしまう場合もあります。

たとえ悪意がなくても、言われた側は深く傷つきます。また、言葉が使われるなかで差別が社会の中にしみつき、残りつづけてしまいます。

私たちはそれらの言葉を家族や友人などの身近な人との会話から知ることが多いとされています。加えて、最近ではインターネットやSNSなど、大人の知らないところで子どもたちが差別的な言葉や攻撃的な言葉を見聞きすることも増えてきています。





01・02. 中学校での人権学習の様子。

言葉の意味を考える

私たち大人は、日ごろの言葉遣いを見直し、子どもたちに言葉の正しい意味や相手を思いやる大切さを伝えていくことが重要です。

私たちの言動が差別や偏見を助長しているのではないか、そして相手がどう受け取っているのか、立ち止まって考えてみませんか。また、言葉の意味を正しく知り、知らないうちにだれかを傷つけることがないよう、家庭や職場で話してみませんか。

一人ひとりが言葉の持つ力を意識し、お互いを尊重することが、差別や偏見のない社会への第一歩となります。

Quiz

広報クイズ

【問題】

① 12月1日（火）から〇〇〇〇交付を開始します
② 紀の宝みなと市「〇〇周年記念市」を開催
③ 紀宝町総合〇〇訓練を実施
④ 年末年始も〇〇に過ごしましょう！
⑤ 〇のもしもに備えましょう

12月号の当選者へは抽選で左の賞品が当たります



商工会共通商品券
（2,000円分）

◆**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（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。

応募フォーム

◆**締め切り**
12月10日㈭必着（当選者の発表は、来月号のこのコーナーで）

■**11月号の正解**
①人生　②ヤング　③犯罪
④多機関　⑤14

■**11月号当選者**
（応募総数28通・正解者28人、賞品はみかんジュース）
・峪　貞子　さん（鵜殿）
・三隅　祐子　さん（大里）
・植地　勤　さん（大里）
・矢熊　味奈　さん（鵜殿）
・畠　郁夫　さん（神内）

▼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。

Books

図書館だより

今月のおすすめ図書　テーマ“ことばの達人 長田弘（おさだひろし）さんの詩とエッセイ”



町立図書館
岸 図書館長



世界はうつくしいと
長田弘 / 著
角川春樹事務所

「あざやかな毎日こそ、わたしたちの価値だ。うつくしいものをうつくしいと言おう。」児童文学者、随筆家でもある詩人が紡ぐ美しい詩集。



詩ふたつ 花を持って、会いにゆく 人生は森のなかの一日
長田弘/著　グスタフ・クリムト/画　クレヨンハウス

愛する人や自然との深い「絆」を描いた二つの詩に画家グスタフ・クリムトの樹木と花々の絵が響きあう。深い悲しみを癒す美しい詩画集。



読書からはじまる
長田弘 / 著
筑摩書房

人は読書する生き物、活字ができる以前から口から耳へという形で本があり、本は最も長く付きあってきたメディア。珠玉の読書エッセイ。



ことばの果実
長田弘 / 著
潮出版社

日々の食卓や暮らしに彩りをもたらす果実と花実をテーマに至福の味の記憶を綴る。みずみずしい果実などの挿絵も美しい最後のエッセイ集。

スペシャルおはなし会
12月26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

◆**クリスマスコンサートを開催**
町立図書館では、次のとおり、クリスマスコンサートを開催します。

【日時】12月5日㈯
午後2時30分～3時30分
【場所】紀宝はぐくみの森2階
【対象】どなたでも
【定員】申込先着約30名

◆**年末年始の休館のお知らせ**
町立図書館は、12月27日㈰から1月4日㈰まで休館します。休館中の本の返却は、玄関左横のブックポストをご利用ください。なお、ブックポストに入れられない場合は、家に持ち帰り、開館日にご返却ください。

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：12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	7日 14日 21日 28日	桐原生活改善センター	9:00～10:15
		平尾井高齢者生産活動センター	10:30～11:45
		大里多目的集会施設	13:30～14:45
		上野農事集会所	15:00～16:15
火曜日	1日 8日 15日 22日	飛雪の滝キャンプ場	9:00～10:15
		北桧杖多目的集会施設	10:30～11:45
		中村多目的集会施設	13:30～14:45
水曜日	2日 9日 16日 23日	阪松原生活改善センター	9:00～10:15
		永田青年クラブ	10:30～11:45
		井田公民館	13:30～14:45
		地下集会所	15:00～16:15
木曜日	3日 10日 17日 24日	上地多目的集会施設	9:00～10:15
		下地生活改善センター	10:30～11:45
		茶屋地構造改善センター	13:30～14:45
		下り場集落センター	15:00～16:15
金曜日	4日 11日 18日 25日	高岡防災センター	9:00～10:15
		鮒田構造改善センター	10:30～11:45
		紀宝町役場（移動図書館のみ）	14:00～16:00

▶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。

こんにちは保健師です！　その241

今月のテーマ

～健康を守る冬の生活習慣～

年末年始も元気に過ごしましょう！



今月は樋口保健師

Health

早いもので12月となり、今年も残りわずかとなりました。年末年始は楽しい行事が続き、食事や生活リズムが乱れやすい時期です。寒さも厳しくなるため、体調管理に気をつけて元気に新年を迎えましょう。



食べ過ぎ・飲み過ぎに注意

年末年始は、ごちそうを食べる機会やお酒を飲む機会が増えます。食べ過ぎや飲み過ぎは、胃腸への負担や体重増加につながります。暴飲暴食を防ぐためには「意識して整える」ことが大切です。そのために次のことを意識しましょう。

❶最初に野菜や汁物を摂る
満腹感を感じやすくなり、血糖値の急激な上昇を抑えることにつながります。

❷揚げ物は少しずつ食べる
胃への負担を軽くし、翌日の胃もたれを予防します。

❸お酒の合間に水やお茶を飲む
体内の水分バランスを保ち、翌日の頭痛・だるさを軽減します。

生活リズムを整える

お休みが続くと、夜更かしや朝寝坊をしがちです。睡眠不足や生活リズムの乱れは、体調を崩す原因にもなります。できるだけ毎日同じ時間に起きて朝日を浴びましょう。寒い日は室内で体操をしたり、暖かい日は散歩をしたりするなど、無理のない範囲で体を動かすことも大切です。

感染症の予防

冬はインフルエンザや新型コロナウイルスなどの感染症が流行しやすい季節です。外出後や食事前の手洗い、こまめな換気、適切な室内の湿度管理を心がけましょう。十分な睡眠とバランスのよい食事で、体の抵抗力を保つことも大切です。

忙しい年末だからこそ、自分の体をいたわる時間を大切にしたいものです。日々の小さな健康習慣を積み重ねね、笑顔で新しい年を迎えましょう。

Cooking

楽しく、おいしい
簡単料理 ♪　その230



管理栄養士　畠

今月のお料理

カルシウムアップ♪

じゃことかぶの塩漬け

今回はじゃことかぶの塩漬けの紹介です。

秋から冬にかけて旬を迎えるかぶは、葉にカルシウムが多く含まれ、β-カロテンも豊富に含まれています。あえ物にする場合はさっとゆで、炒め物にする場合は刻んでそのまま調理に使うことができます。

新鮮なかぶの見分け方は、つるっと張りがあり、葉が黄色に変色していないものがおすすめです。お店で葉付きのかぶを見つけたら、ぜひ手に取ってみてください。



エネルギー（1人あたり）：約31kcal
塩分　：約0.8g

【材料（2人分）】

小かぶ	… 1～2個
ちりめんじゃこ	… 大さじ1/2
塩	… 小さじ1/4

【作り方】

① かぶは皮をむき、3㎜のいちょう切りにする。葉は幅1～2㎝くらいに刻む。
② ①をさっとゆで、冷まし、水気をよく切る。
③ じゃこはさっとゆでる（煎ってもよい）。
④ ②に塩をふり、水分が出てきたら軽く絞り、③と混ぜる。葉の量が多い場合は、塩を足して調節する。

Cooking

Calendar

Health　December　Calendar

12月の健康カレンダー

12月および年末の休日救急当直医

日	病院名		診療科目
6日	すずきこどもクリニック	☎(28)0111	小児科
	大石医院	☎0597(85)2043	内科
13日	くろしお耳鼻咽喉科	☎(22)3387	耳鼻咽喉科
	井本医院	☎0597(86)0016	内科
20日	かじの内科クリニック	☎(38)8010	内科
	五郷診療所	☎0597(83)0356	内科
27日	くろしお耳鼻咽喉科	☎(22)3387	耳鼻咽喉科
	西久保内科クリニック	☎05979(3)1155	内科
30日	ましょうクリニック	☎(29)7800	内科
	尾辻内科クリニック	☎0597(85)2021	内科
31日	すずきこどもクリニック	☎(28)0111	小児科
	原田医院	☎0597(88)0035	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12月29日㈫～31日㈭が休診日です。

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	
24日	4か月・10か月児健診	午後1時～

子どもとお母さん（会場：きほう健康ぷらざ）

日	内容と開催時間	
4日	パパママ教室	午後7時～
8日	7・8か月児離乳食教室	午前10時～
10日	1歳2か月・8か月児歯科健診	午前9時～
11日	1歳8か月・3歳児健診	午後1時～
17日	2歳6か月児歯科健診	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	
4日	育児・栄養・歯みがき相談	午前10時～11時
15日	子ども歯みがき相談	午後2時45分～3時45分
23日	子育てワークショップ	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）　※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		
2・9・23日	鵜殿福祉センター	午前9時15分～10時15分
4・11・18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		
2・9・23日	鵜殿福祉センター	午前10時30分～11時30分
4・11・18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）		
1・15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）		
8・22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：きほう健康ぷらざ（☎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		
3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
10日	中村多目的集会施設	午前10時～11時
16日	成川生活改善センター	午前10時～11時
17日	平尾井高齢者生産活動センター	午前10時～11時
23日	鮒田構造改善センター	午後1時30分～2時30分
24日	井田公民館	午前10時～11時
◆プールを利用した介護予防事業水中ウォーキング		
①2・16日	ピーアップシングウ	午前11時～午後1時
②9・23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。



熊野速玉大社例大祭「御船祭」

諸手船が神幸船を先導する

熊野速玉大社例大祭の御船祭が 10 月 16 日、同神社と熊野川で行われました。早船競漕が開催された後、烏止野神社総代会の管理する諸手船が神幸船を先導しました。

諸手船は古くから、御船祭で神霊をのせた神幸船を導く大役を務めています。赤い衣装に身を包んだアタガイウチが、神霊を導く動きを表した「ハリハリ踊り」を舞いながら、御船島を３周して、対岸にある御旅所へ神幸船を導きました。

Town topics 10/16



01. 神幸船を先導する諸手船。
02. 早船競漕で優勝した「堤防」。



会場に並んだ多彩な作品を鑑賞する来場者たち

書や生け花、絵画など力作が一堂に

紀宝町文化展に 758 点が集う

第 17 回紀宝町文化展が 10 月 31 日から 11 月 1 日の２日間にかけて、まなびの郷で開催されました。

これは造形文化の振興などにより文化活動の向上を図ることを目的として行われており、書道や生け花、写真、陶芸などのほか、保育所や幼稚園の園児、小中学生が手がけた図画、習字など、個性豊かな作品 758 点が会場を彩りました。

２日間で 1,188 人の方が来場し、展示された作品をゆっくり見て歩き、時折立ち止まって鑑賞し、楽しんでいました。

Town topics 10/31～11/1

いつまでもお元気で、笑顔あふれる毎日を

前田さんの 100 歳の長寿を祝う

向井町長は 11 月９日、今年めでたく 100 歳を迎えた鵜殿の前田智恵子さんを訪問し、記念品と祝い金を贈呈しました。

前田さんは大正 15 年 11 月７日に熊野市で６人兄弟の３番目、長女として生まれ育ち、小学校を卒業後、戦時中のため挺身隊として鳥羽に動員された後、大阪市、尾鷲市、新宮市と移られ、50 年ほど前に紀宝町に転入されました。

現在は、新宮ショートステイセンターに入所されており、毎日の食事や施設のお友だちとのおしゃべりを楽しんでいるそうです。

Town topics 11/9



前田さん（左）に記念品を贈呈





01・02. サツマイモを収穫する園児。

食育の一環として

町内の畑でサツマイモの収穫体験

うどの幼稚園と鵜殿保育所の園児は 10 月 28 日、町内の畑においてサツマイモの収穫体験を行いました。

これは園児たちの食育の一環として、収穫の喜びを味わうことや農作物の成長の変化に気づくことなどを目的に行われているものです。

園児たちは茎の根元をしっかり持って引き抜き、土の中から現れる大小さまざまなサツマイモに歓声を上げたり、土の中で見つけた虫たちに興味津々の様子を見せたりしながら、収穫体験を楽しんでいました。

収穫したサツマイモは家庭へ持ち帰られたほか、給食の食材としても活用され、園児たちは自分たちで収穫した味を楽しんでいました。

Town topics 10/28

災害時の迅速な避難を支える防災拠点

鵜殿３組の津波避難タワーが完成

鵜殿地区では３基目となる鵜殿３組津波避難タワーが完成し、10 月 23 日に竣工式を開催しました。

これは、南海トラフ地震による津波被害から「犠牲者ゼロ」を目指す取り組みとして整備されたもので、町内では５基目となる津波避難タワーです。

この施設は、鵜殿３組の町道沿いに建設され、鉄骨造で、海抜 14 メートルの高さに屋内避難スペースを設けており、最大約 100 人が避難可能です。また、収納式畳ベッドや更衣室、多目的簡易トイレ、蓄電式コンセントなどを備えています。

災害時には地域のみなさんが安心して避難できる施設として活用が期待されます。

Town topics 10/23





01. 鵜殿３組津波避難タワー。
02. 鍵の引き渡し式。



消防車両に乗りパレードに出発

秋の全国火災予防運動で

防火パレードを実施

町は 11 月９日、秋の全国火災予防運動の一環として、防火パレードを実施し、消防団員ら 12 人が参加しました。

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

川上辰哉団長が「パレードを通して今以上に防火意識を高めてもらいたい」とあいさつした後、全員が消防車両に分乗してパレードに出発し、町内を走りながら火災予防を呼びかけました。

Town topics 11/9





01. 全校生徒による全校合唱。
02. 3年生による「平和学習」。

219人の歌声がひとつに

矢渕中学校が文化祭を開催

矢渕中学校は11月13日、「絆～大切な仲間とこのステージで～」をスローガンに、文化祭を開催しました。

文化祭では、各学年による学習発表や合唱、人権作文の発表などが行われ、生徒たちは日ごろの練習の成果を披露しました。会場には多くの保護者や地域住民、講師らが訪れ、生徒たちの発表に温かい拍手を送りました。

また、初めての試みとなる全校合唱では、全校生徒219人が「絆」を披露。一人ひとりの歌声が重なり合い、迫力ある歌声が響き渡りました。

生徒たちの真剣な表情や息の合った歌声から、仲間とのつながりや団結力が伝わり、文化祭のスローガンである「絆」を感じられる一日でした。

Town topics 11/13

小中学生が学びの成果を披露

相野谷中学校が文化祭を開催

相野谷中学校は11月6日、「愛と絆を胸に～喜びをわかちあおう～」をスローガンに、文化祭を開催しました。

今年度から平日開催となり、初めて相野谷小学校の学習発表会も合同で行われ、小中学生が日ごろの練習の成果を披露しました。

小学生はリコーダー演奏や合唱、ダンスを披露。続く中学生の学年発表では、1年生が地域の歴史「京城跡」、2年生が「人権防災学習」、3年生が沖縄での修学旅行を通して学んだ「平和学習」をテーマに、それぞれ劇で学びの成果を発表しました。

また、教職員も加わった全校合唱やソーラン演技も披露され、会場は温かな拍手と笑顔に包まれていました。

Town topics 11/6





01. 中学校全生徒による合唱。
02. 小学校全児童によるリコーダー演奏。



自衛隊と地元との架け橋として活動

自衛官募集の相談員を委嘱

町と自衛隊三重地方協力本部は10月28日、役場にて紀宝町自衛官募集相談員に田尾友児さんと石本慶紀さんを委嘱し、委嘱状を交付しました。

相談員は、自衛隊と地域をつなぐ架け橋として、募集ポスターの掲示や募集対象者からの相談対応のほか、自衛隊の活動や募集に関する情報発信などを行います。また、自衛隊に関心のある方が気軽に相談できるよう、地域に密着した募集活動を支援する役割も担っています。任期は委嘱の日から2年間で、今後も地域と自衛隊の連携を深めながら、募集活動の円滑な推進に取り組んでいきます。

委嘱を受けた田尾さんは、「自衛隊の大切さを伝え、相談しやすいよう心がけたい」と意気込みを語っていました。

（写真）委嘱を受けた田尾友児さん（中央）



地域福祉の向上に尽力

片野晴友さんに瑞宝単光章

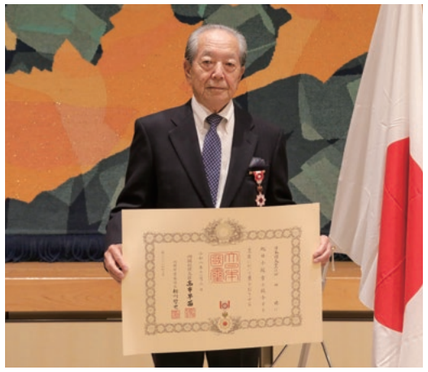
元民生委員・児童委員の片野晴友さんが令和8年秋の叙勲において、瑞宝単光章を受章されました。

片野さんは昭和55年12月から平成22年11月までの10期30年、民生委員・児童委員を務め、住民からの生活相談や支援活動に尽力されました。

また、平成14年11月からは保護司として、平成22年4月からは薬物乱用防止指導員も務め、地域福祉の充実と青少年の健全育成に幅広く貢献されています。

片野さんは受章に際し、「大変光栄に思います。妻や子どもたちも喜んでくれています。相談を受ける際は、自分の考えを伝えるよりも、相手の気持ちに寄り添い、じっくりと話を聞くことを大切にしてきました」と話していました。

（写真）瑞宝単光章を受章した片野さん



町の発展に尽力

西田健さんに旭日小綬章

前紀宝町長の西田健さんが令和8年秋の叙勲において、旭日小綬章を受章されました。

西田さんは旧鵜殿村長として2期6年、合併後の初代紀宝町長として5期20年にわたり行政のかじ取り役を務め、豊富な経験と高い見識を生かしながら、町政の発展と住民福祉の向上に尽力されました。現在は、町の顧問としてまちづくりを支援しています。

西田さんは受章に際し、「多くのすばらしい人たちと出会い、支えていただいたことが私の財産です。お世話になったみなさんに心から感謝しています。今後の町政についても、夢を持ち、将来あるべき姿を一つずつ実現していってほしい」と話していました。

（写真）旭日小綬章を受章した西田さん



消防団員として地域安全のために尽力

竹内浩二さんに瑞宝単光章

元紀宝町消防団副団長の竹内浩二さんが令和8年秋の叙勲において、瑞宝単光章を受章されました。

竹内さんは昭和62年10月の入団以来、35年の長きにわたり消防業務や地域の防火意識の高揚などに精励されました。

平成31年4月から令和5年3月まで副団長を務め、消防施設の充実や団員の待遇改善に取り組まれました。

竹内さんは受章に際し、「驚いたがとてもうれしいです。よい仲間に出会い、助けてもらったことと家族に感謝しています。現役団員のみなさんには、時代とともに機器の使い方も変わってきていますが、使いこなせるようにがんばってほしい」と話していました。

（写真）瑞宝単光章を受章した竹内さん

PEN RELAY No.250
ペンリレー

人のためにできること

岡本　勝利　さん（大里）



私は、相野谷で生まれ育ちました。2歳のときに母を病気で亡くし、父と祖母に育てられました。父は温厚でやさしい人で、祖母は母の分まで、ときには厳しく、さまざまなことを教えてくれました。人に対する礼儀や気遣いも祖母から教わったように思います。

今では結婚し、2人の子どもも恵まれました。子どもたちが大きな病気をすることなく、健康に育ってくれたことをうれしく思います。また、自分自身も大病をすることなく過ごせていることに感謝しています。もしかすると亡き母が見守ってくれているのではないかと感じることもあります。

幼いころに母を病気で亡くしたこともあり、健康にはとても関心がありました。あるイベントで献血のことを知り、だれかの役に立てるのならと思い、初めて献血をしました。それ以来、献血をすることが当たり前のようになり、献血回数も40回を超えました。今では、妻も私の活動に賛同し、一緒に献血をしてくれています。

最近は、献血車との日程が合わず、献血ができていませんでしたが、先日、長女が住んでいる京都の献血ルームを初めて利用しました。そこには多くの方が訪れており、自分と同じ思いを持つ方がたくさんいることを知り、とてもうれしくなりました。

これからも一回でも多く献血を続けるために、自分自身の健康管理もしっかりと行いたいと思っています。健康づくりのため、少し休んでいたウォーキングも夫婦で再開しました。今後は子どもたちにもこの思いを引き継いでもらえたらうれしいです。

一方で、子どもたちから引き継いだ活動もあります。子どもたちが小中学生のころに取り組んでいたベルマークやエコキャップの回収などを、少しずつではありますが、今も続けています。

自分にできることは小さなことばかりですが、それがだれかの役に立つのであれば、一人でも多くの方の力になれるよう、これからも活動を続けていきたいと思います。

1月号は大里の松場芙二雄（まつばふじお）さんです。岡本さんからは、「いつも困ったときに助けてくれる松場さん。これからもよろしくお願いします」

PROFILE

おかもと　かつとし さん

車をカスタムしたり、洗車したりすることが大好きな岡本さん。「知人の車を洗い、喜んでもらえることも楽しみの一つです」と話していました。



カスタムされた車のホイール

KIHO KIDS No.250
はしゃぎっ子

12月生まれの3歳児



南（みなみ）　虎優斗（こうと） ちゃん（井田）

令和5年12月5日生まれ
一樹さん＆唯さんの次男

歌とダンスが大好きなくうちゃん！にいにが大好きでいつもにいにの後を追いかけてなんでも真似をしています。そして食べることも大好きで常に何かを食べている食いしん坊くうちゃん。これからもにいにと仲よくすくすく育ってね♥…パパ・ママから



和田（わだ）　結吏（ゆうり） ちゃん（井田）

令和5年12月17日生まれ
崇さん＆晴香さんの次男

こんにちは、やんちゃで元気いっぱいのゆうりです。歌やダンスが大好きで、今ハマっているダンスは何度も披露してくれます♪音楽がはじまるといつもノリノリな姿がとってもかわいいです♥…お母さんから

【募集】満3歳の誕生日を迎える子ども（令和6年2・3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12月25日（金）。

KIHO YOUNG No.250
若い衆登場



土木施工管理技士の資格を取りたい‼

北（きた）　大悟（だいご）　さん（井田・24歳）

◆お仕事は？

去年の10月から土木関係の仕事をしています。現在は、監督見習いとして事務作業や現場調整などをしています。年齢層が幅広い職場ですが、面白い人が多く楽しく働けています。

◆目標や夢は？

土木施工管理技士の資格を取ることです。来年に試験を受ける予定なので、資格勉強をがんばりたいと思います。

◆好きなタイプは？

笑顔がすてきな人です。

◆趣味は？

ゴルフです。1年ほど前からコースに出るようになり、もっと上達したいと思っています。

◆旅行に行くとしたら？

明太子が好きなので福岡に行きたいです。ほかにも博多ラーメンやもつ鍋など、名物料理を食べたいです。

◆町にひとこと

遠くへ出かけやすくなるよう、交通網が整備されてほしいです。また、交通網が整えば、より多くの人に来てもらえると思います。

まどぐち国民年金

国民年金保険料は社会保険料控除の対象です！

日本年金機構から、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が対象者宛てに送付されますので、お手元に届きましたら大事に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、e-Taxで利用できる電子版の交付も行っています。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます。電子版の利用方法などについては、日本年金機構ホームページで動画を掲載しています。

▼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。

12月の尾鷲年金事務所職員による「年金相談」は、12月16日㈬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。

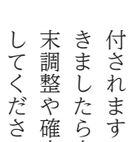

年金機構HP

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。


ハローワーク熊野


ハローワーク新宮

看護師修学資金貸与生を募集

紀南病院では、将来、当院で看護師として勤務することを希望する方を対象に、修学資金の貸与生を募集しています。

【対象者】平成8年4月2日以降に生まれた看護学校・看護大学生（令和9年4月より看護師養成学校に入学を希望している方も対象）

【募集人数】5名程度

【貸与額】月額5万円

【申込期限】12月18日㈮

【選考試験】12月28日㈪

※場所は、紀南病院で実施

▼詳しくは、紀南病院総務課（☎0597―22―1333）までお問い合わせください。


紀南病院HP

海のもしもに備えましょう

東紀州地方の沿岸では、過去3年間に釣り中の事故が18件発生し、そのうち13件が海中への転落事故でした。また、3人が亡くなっており、いずれもライフジャケットを着用していませんでした。

釣りなどに出かける際は、事前に天気予報を確認し、無理な行動を避けましょう。また、防波堤からの転落や磯場での高波による事故などに備え、自分自身や大切な家族のためにも、必ずライフジャケットを着用しましょう。

▼詳しくは、尾鷲海上保安部交通課（☎0597―22―3277）までお問い合わせください。

早めの冬用タイヤ・チェーン装備を

わずかな積雪や路面凍結でも、スリップ事故や車両の立往生が発生する恐れがあります。1台の立ち往生車両がきっかけとなり、大規模な交通障害につながることもあります。

また、大雪時には、国道42号を通行止めにする場合があります。大雪予想時は外出を控えましょう。

積雪・路面凍結・スタック注意箇所などについては、次の二次元コードを読み取り、ご確認ください。

▼詳しくは、国土交通省紀勢国道事務所管理第一課（☎0598―52―5366）までお問い合わせください。


紀勢国道事務所HP

観光地域づくりに関する住民意識調査

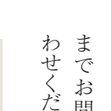
一般社団法人東紀州地域振興公社では、東紀州地域にお住まいの方々の観光地域づくりに対する意識などを把握し、今後の観光施策に活かすため、「観光地域づくりに関する住民意識調査」を実施します。みなさんのご協力をお願いします。

【期間】12月1日㈫～31日㈭

【回答方法】次の二次元コードから回答してください。

【対象】東紀州地域にお住まいの方

▼詳しくは、一般社団法人東紀州地域振興公社観光課（☎0597―89―6172）までお問い合わせください。


回答フォーム

有料広告



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　冨室 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



お知らせ メール便 mail information

12月

町の人口 – population –

令和8年10月末現在（前月比）

人口	9,843（－18）
男	4,604（－4）
女	5,239（－14）
世帯	5,128（－11）

（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
鵜殿福祉センター	(32)0957
子育て支援センター	(32)4688
きほう健康ぷらざ	(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：曽越 大成

紀宝町総合防災訓練での一枚です。ヘリコプターとレスキュー隊の距離が近くなる瞬間を狙いました。

UD FONT by MORISAWA

■編集／紀宝町役場企画調整課広報広聴係
〒519－5701 三重県南牟婁郡紀宝町鵜殿324番地
TEL 0735-33-0334 FAX 0735-32-1102

Unusual Scenery

紀宝のほいっけた！珍百景 その85

畑の中アサガオ？

サツマイモの花



今回の珍百景は、8月に井田保育所で見つかった、サツマイモの花をご紹介します。

サツマイモといえば、土の中にある大きな紫色のイモと、地上に伸びる緑色の長いつるを思い浮かべる方が多いのではないでしょうか。しかし、今回ご紹介するのは、あまり目にすることのない「サツマイモの花」です。

サツマイモはヒルガオ科の植物で、アサガオやヒルガオに似たラッパ形の花を咲かせます。花の直径は数センチほどで、白色や淡いピンク色の花びらを持ち、中心部が濃い赤紫色になることもあります。

サツマイモの花が咲くには、日照時間や気温など、さまざまな条件がそろう必要があります。サツマイモは、中南米などの熱帯・亜熱帯地域を原産とし、日本の本州では開花に必要な気候条件がそろいにくく、花を咲かせることは珍しいとのことです。

土の中で育つイメージの強いサツマイモですが、花を見つけたら、ぜひその珍しい姿にも注目してみてください。

― 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係（☎33―0334）までご連絡ください。お待ちしています。

ひとりごと

0・1トンの重み



今年の4月ごろから月に1～2回のペースで、サッカーを楽しんでいます。プレー中、気分だけは学生時代ですが、一度全力で走るとすぐに息が上がり、次のダッシュにはなかなか踏み出せません（笑）。さらに、翌日には腰の痛みに悩まされる始末。どうやら0・1トン近い体を支えるのは、腰にも相当な負担のようです。

そして、追い打ちをかけるように、先日の健康診断では思わしくない結果が…（悲）。月に数回の運動だけでは、日ごろの運動不足を補うには程遠く、健康には日々の積み重ねが大切だと痛感しました。来年こそは、体も健康診断の数値も軽くできるよう、生活習慣を見直したいと思います。

（腰も体重も限界寸前　田中　健太郎）

表にも裏にもドラマがある



最近「俺たちの箱根駅伝」というドラマにハマっています。このドラマは走る選手だけでなく、箱根駅伝を中継するテレビ局側にもスポットライトが当たっています。その点がとてもおもしろく、テレビ局側の視点が、知らないことばかりで「選手が走る裏側でこんなことが起こっているのだな」と思いました。

そして、ドラマを見た上で実際の駅伝中継を見ると、「ここではテレビ局があのように動いているのだろうな」と想像でき、以前よりも中継を楽しめるようになりました。

駅伝に限らず、物事の表側だけでなく裏側にも目を向けることで、より深く楽しめるのではないかと思いました。みなさんもぜひ、興味のあることの裏側にも目を向けてみてください。

（ドラマの前に小説も読んだ　曽越　大成）

■URL https://www.town.kiho.lg.jp ■印刷／6,000部 ■印刷加工業株式会社
自然保護のため、この広報紙は石油系成分の少ない植物油性インキを使用しています。