



二郷神社夏祭り

広報 きほく

PUBLIC INFORMATION OF KIHOKU

2008 August
平成 20 年
No.34

8

- 住民課からのお知らせ・・・・・・・・・・・・・ 2
- 福祉医療費助成制度が変わります・・・・・・・・・・・・・ 3
- 住宅の省エネ改修に対する
減税制度ができました・・・・・・・・・・・・・ 4
- まちを元気にする地域づくり事業を
決定しました・・・・・・・・・・・・・ 5
- 「旧お魚らんど海山」の使用備品入札のお知らせ・・・・・ 6
- 馬越峠夏まつり・・・・・・・・・・・・・ 7
- きほく"夏"映画祭 2008・・・・・・・・・・・・・ 8
- 図書館だより・・・・・・・・・・・・・ 9
- まちの話題・・・・・・・・・・・・・ 10
- 戸籍の窓・・・・・・・・・・・・・ 11
- けんこうの広場・・・・・・・・・・・・・ 12
- おしらせ・・・・・・・・・・・・・ 14
- さわやか笑顔・・・・・・・・・・・・・ 16

住民課からのお知らせ

年金天引きから口座振替への変更

政府において、保険料の年金天引きの基準が見直されました。

年金天引きの方のうち、次の要件を満たす方は、お申し出により、保険料を口座振替により、お支払いいただくことが可能となります。

長寿(後期高齢者)医療制度

75歳以上のすべての方へ(65歳以上で一定の障害があり、制度に加入している方を含みます。)

次の要件のうち、いずれかを満たす必要があります。

1. 国民健康保険の保険料を確実に納付していた方(本人)が口座振替により納付する場合
2. 年金収入が180万円未満の方で世帯主又は配偶者の口座振替により納付する場合

<< 問い合わせ >>

三重県後期高齢者医療広域連合 TEL 059-221-6883
本庁住民課国保・年金係 TEL 0597-32-3907
紀伊長島総合支所住民室国保・年金係 TEL 05974-7-1111

国民健康保険

65歳から74歳で国民健康保険料の年金天引きの方へ

次の要件のうち、いずれも満たす必要があります。

1. これまで、保険料を滞納することなく納めていた
 だいている方
2. これからの保険料を、口座振替により納めていた
 だけの方

<< 問い合わせ >>

本庁住民課国保・年金係 TEL 0597-32-3907
紀伊長島総合支所住民室国保・年金係 TEL 05974-7-1111

10月天引き分からの変更をご希望の場合は、8月中旬までにご相談ください。

ねんきん通信

「ねんきん特別便」

を必ずご確認ください。

昨年12月より全ての年金受給者・現役加入者の皆様に、「ねんきん特別便」が送付されています。お手元に届きましたら、記載されている年金記録を確認いただき、必ずご回答をお願いします。

手続きの流れ

問い合わせ

(三重県社会保険事務局尾鷲事務所 TEL 0597-22-2340
 本庁住民課 国保・年金係 TEL 0597-32-3907
 紀伊長島総合支所住民室国保・年金係 TEL 05974-7-1111)

6月以降に送付された現役加入者の方

「年金加入記録回答票」に記録のもれや間違いの有無・氏名・生年月日・住所等の必要事項を記入のうえ、同封の返信用封筒で必ず返送してください。

5月までに送付された年金受給者の方

記録にもれや間違いがない方は、現役加入者の方と同様に返信用封筒でご返送ください。
記録に訂正がある方は、年金証書を持って近くの社会保険事務所へご相談ください。

お願い

※年金記録に訂正がない方も回答票の提出を必ずお願いいたします。
※ご家族や年齢の近い方であっても、同時期に届くとは限りませんので、ご了承ください。

平成20年9月1日から

福祉医療費助成制度

が変わります

問い合わせ・申請先

本庁住民課国保・年金係 TEL 0597-32-3907
紀伊長島総合支所住民室国保・年金係 TEL 05974-7-1111

乳幼児医療費助成が、通院医療費についても、
義務教育就学前（小学校入学前）まで拡大されます

障害者医療費助成が、精神障害1級の方まで拡大されます
(通院医療費に限る)

非課税世帯の入院時の食事療養に係る
標準負担額助成が廃止されます

福祉医療費助成制度の対象となる方

助成区分	対 象 範 囲
乳 幼 児	①★義務教育就学前児童（通院、入院）
一人親家庭等	①18歳未満児を扶養している一人親家庭等の母又は父およびその児童 ②父母のない18歳未満児
障 害 者	①身体障害3級以上の方 ②IQ35以下の方または療育手帳（最重度、重度）の方 ③身体障害4級の方のうち、IQ50以下の方又は療育手帳（中度）の方 ④★精神障害1級の方（通院分のみ）

※★印が今回拡大された部分です。

※義務教育就学前とは、6歳に達する日以降の最初の3月31日までのことです。

申請の手続きが必要です

今回の制度改正により福祉医療費助成の対象となる方は、申請の手続きが必要ですので、下記のものを持参の上、8月末までに申請窓口までお越しください。

申請に必要なもの

- ・印鑑
- ・預金通帳（郵便局以外）
- ・保険証
- ・精神障害者保健福祉手帳
(障害者医療費助成の場合)

<< 注意事項 >>

- ・所得制限があります。詳しくはお問い合わせください。
- ・申請されないとお助成の対象とはなりません。

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受けている方へ

児童扶養手当の現況届、特別児童扶養手当の所得状況届を提出してください。この届けをしないと今後の手当が停止されることがあります。

なお、所得制限による手当の支給停止者も届出が義務づけられています。

提出期間

(児童扶養手当)

8月1日(金)～8月29日(金)

(特別児童扶養手当)

8月11日(月)～9月10日(水)

問い合わせ・提出先

本庁福祉保健課地域福祉係
(老人福祉センター)

TEL 0597 (32) 3912

紀伊長島総合支所福祉環境室
福祉保健係

TEL 05974 (7) 1111

住宅の省エネ改修に対する減税制度ができました

(問い合わせ) 本庁税務課課税係(固定資産税担当)

TEL 0597-32-3908

住宅の省エネ改修工事を行うと、
申告によりその住宅の固定資産税が減額されます。

減額を受けるための条件

- (1)平成20年1月1日に存在する住宅であること。
※賃貸住宅を除く。また、併用住宅では居住部分の面積が1/2以上あることが必要です。
- (2)改修工事に要した費用の額が30万円以上であること。

対象となる改修工事の期間

平成20年4月1日から平成22年3月31日までの間に行われる省エネ改修工事

改修工事の内容

- ①窓の改修工事(二重サッシ化、複層ガラス化など※必須工事)
- ②床の断熱改修工事
- ③天井の断熱改修工事
- ④壁の断熱改修工事

※①または①と併せて行う②から④までの改修工事により、それぞれの部位が現行の省エネ基準に新たに適合すること(外気等と接する部位の工事に限ります。)

減額される税額(工事を完了した年の翌年度のみ)

- ・1戸あたりの床面積が120㎡までの住宅は、その住宅に係る税額の1/3
- ・1戸あたりの床面積が120㎡を超える住宅は、120㎡相当の税額の1/3

※併用住宅は居宅部分のみが対象となり、税額を床面積の割合で按分します。

※新築住宅、耐震改修の減額措置と同時には適用されません。

申告方法

改修工事終了後3か月以内に、下記の必要書類を持参の上、役場税務課に申告してください。

- ①住宅省エネ改修工事にかかる固定資産税の減額申告書(役場税務課で配布します。)
- ②熱損失防止改修工事証明書(建築士、指定確認検査機関または登録住宅性能評価機関から発行されます。)
- ③契約書又は領収書など省エネ改修工事に要した費用を証する書類(原本はコピー後申請者に返却します。)

まちを元気にする地域づくり事業(第1次募集)を決定しました

この事業は住民自らが考え、住民が主体となって企画・提案し、実施する「よりよい地域づくりのための活動事業」に対する支援を行うことにより、地域の力を高めていくことをめざします。

審査の結果下記の3つの事業が選ばれ、まちを元気にする活動を行っていきます。

初動期活動支援コース

新規に設立を予定している又は設立後1年以内の団体、グループの活動

団体名	事業名	事業概要	補助金額
紀北町農業者の会	紀北町の農業者と消費者による地域社会への貢献	農業者と消費者の協働による朝市、特産品の開発・研究、農地の利用促進等を行い、農業を通じた生きがいをづくりを行う。	200,000円

発展期活動支援コース

設立後1年を超える団体、グループの活動

団体名	事業名	事業概要	補助金額
長島駅前玉地区活性化委員会	明るく楽しめる街づくり事業	地域住民が植栽した街路樹にイルミネーションの灯りをともし、安全と心のやすらぎ、希望をもたらす街づくりをめざす。	300,000円
特定非営利活動法人海山ITフォーラム	紀北町観光まちづくり参加型タウンページネットワーク構築プロジェクト	町内の店舗を紹介するホームページ製作を通じて、集客交流、人材育成、雇用促進を図る。	100,000円

まちを元気にする地域づくり事業第2次募集のお知らせ

初動期活動支援コース

新規に設立を予定している又は設立後1年以内の団体、グループの活動
(補助金) 補助対象経費の10/10以内 限度額40万円

発展期活動支援コース

設立後1年を超える団体、グループの活動
(補助金) 補助対象経費の5/10以内 限度額30万円

(補助対象期間) 平成20年度

(申し込み期間) 8月1日(金)～8月20日(水)

(審査) 申し込みされた活動内容について、申込書類による書類審査と企画提案説明による本審査があります。

<< 問い合わせ・申し込み先 >>

本庁企画課企画係 (役場本庁別館2階)

TEL0597-32-3903

詳しい内容(募集要項)、要望書等(所定の用紙)の記載方法などについて質問や事前相談を受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。

「旧お魚らんど海山」の 使用備品入札のお知らせ

紀北町地域産物展示販売施設「お魚らんど海山」を廃止したことに伴い、これまで当施設で使用してきた備品を一般競争入札により公売することとしました。
入札に参加を希望される方は、担当までお問い合わせください。

【入札備品】

大型冷蔵庫、対面オープンケース、プレハブ冷蔵庫、レジスターなど、計28点
※中古備品の為、多少汚れやキズ等があります。

【入札要領の配布及び申し込み期日】

8月4日(月)
～8月20日(水)
(本庁産業振興課で配布)

【入札日時】

8月27日(水)
午後1時30分

【入札参加資格】

個人法人、町内外は問いませんが、以下に該当する場合は入札に参加することは出来ません。
・法律行為を行う能力を有しない者
・破産者で復権を得ない者
・地方自治法施行令(昭和22年政令第16号)第167条の4第2項(同項を準用する場合を含む)の規定により本町における一般競争入札等の参加を制限されている者
・公共料金を滞納している者

・集团的に又は常習的に暴力的不法行為



を行うおそれがある者

入札保証金 なし

【問い合わせ】

本庁産業振興課水産係
TEL 0597(32)3905

「ハンゲル(韓国語)講座」受講生募集のお知らせ

紀北国際交流協会主催によるハンゲル講座(初心者対象)の受講生を募集いたします。身近な外国、韓国を知る機会です。是非お気軽にご参加ください。

講師

木下仁淑氏

(ソウル出身 尾鷲市在住)

期間

平成20年9月から平成21年1月までの第1、第3火曜日
〔全10回〕(変更の場合あり)
第1回は9月2日(火)です。

場所

老人憩いの家(海山区相賀)

時間

午後7時30分～午後9時

受講料 1,000円(月額)

定員 15名程度

問い合わせ・申し込み

紀北国際交流協会事務局

(本庁企画課内)

TEL 0597(32)3903

ふれ愛ネット紀北会 会員募集のお知らせ

ふれ愛ネット紀北会は紀北町出身で町外在住の方に紀北町の情報をお知らせする制度で、広報紙、イベント情報等を年4回程度送付しています。

お身内、お知り合いで入会を希望される方がおられましたら、是非、事務局までお電話ください。
会費は1,000円(2年度分)です。

問い合わせ・申し込み

ふれ愛ネット紀北会事務局

(本庁企画課内)

TEL 0597(32)3903



馬越峠 夏まつり

日時 8月24日(日) 午前8時30分～

(小雨決行、雨天中止)

場所 便ノ山「種まき権兵衛の里駐車場」

当日の催し

馬越峠夏まつりウォーク

午前8時30分～受付開始
午前9時～スタート

①健脚者コース

○花一葉前↓発掘石畳↓馬越峠登り口↓夜泣き地蔵↓一里塚↓林道↓馬越峠頂上↓林道↓キャンプ場林道↓種まき権兵衛の里

②ファミリーコース

○種まき権兵衛の里↓宝泉寺↓石工家↓花一葉前↓馬越峠登り口↓夜泣き地蔵↓発掘石畳↓銚子川(舟渡)↓種まき権兵衛の里

〔参加費〕 大人500円、中学生以下300円
(保険料、あゆ・あまご塩焼き、川舟乗船券付き)

〔募集人数〕

①健脚コース50人

②ファミリーコース50人(先着順)

〔募集期間〕

8月20日(水)まで

(受付時間 午前8時30分～午後5時)

※昼食・飲み物は各自準備してください。

種まき権兵衛踊り

午後1時30分～

種時権兵衛保存会による、紀北で一番ユニークな踊りをぜひご覧ください。

権兵衛さんが銚子川の舟渡し

午前10時～午後2時
1回 100円



あまごのつかみどり大会

午後1時～

先着順、子供対象
1匹 200円

(数に限りがあります。)

※力キ水、食べ物等の出店もありますので、ご期待ください。

主催 紀北体験事業実行委員会

共催 紀北町・海山熊野古道の会・銚子川漁業協同組合
後援 NPO法人ふるさと企画舎

問い合わせ・申し込み
本庁産業振興課商工・観光係
TEL 0597(32)3905

水道課からのお知らせ

未納の水道料金のお支払いについて

広報きほく6月号でもお知らせしましたが、水道課では、現在、水道料金の未納者に対して、戸別訪問を行うなど未収金の回収に努めております。

未納の水道料金の納付方法については、一括納付をお願いしているところであり、分納も受け付けております。

その際、納付誓約により計画的に納付していただくこととしております。

一方、水道料金の時効は、法律上、民法が適用され2年となっておりますが、2年を経過した水道料金であっても、当事者が時効を援用しない限り時効の効果は発生せず債権(未収金)は消滅いたしません。「時効の援用とは、時効の利益を受けるという意思表示をすることです。」



ご承知のとおり、水道事業は、皆さまからお支払いいただく水道料金により運営されています。今後とも「安全で安心な水」をお届けするためにも必要不可欠な大切な料金です。利用者間における費用負担の公平性を確保するためにも、使用された水道料金でありますので、お支払いいただきませうと思います。

問い合わせ

本庁水道課業務係
TEL 0597(32)3913

きほく夏

映画祭2008

大人も子どもの目線で

日頃、近くで映画が見られない子どもたちのために、人気映画を2日間に渡って上映します。大人の方も、童心にかえって夏休み気分を味わってください。

問い合わせ

教育委員会本庁生涯学習課
Tel 0597(32) 3915



「ドラえもん のび太と緑の巨人伝」

8月7日(木)

第1部

午後3時上映(午後2時30分)開場

第2部

午後7時上映(午後6時30分)開場

場 所：東長島公民館

入場料：500円(全席自由)

「名探偵コナン 戦慄の楽譜」

8月8日(金)

第1部

午後3時上映(午後2時30分)開場

第2部

午後7時上映(午後6時30分)開場

場 所：海山公民館

入場料：500円(全席自由)



入場券販売場所

東長島公民館、三浦公民館、多目的会館、若者センター、海山公民館、海山郷土資料館、引本公民館、島勝公民館、教育委員会(本庁、紀伊長島総合支所)

第9回 紀伊長島 郷土資料館企画展

紀伊長島郷土資料館企画展を次のとおり開催しますので多数ご来場ください。

山下 寿泉(正寿) 刻字展
「板刻の美の世界」

期間

8月1日(金)

～9月14日(日)

午前9時～午後4時30分

(ただし毎週月曜日、及び祝日は休館日)

場所

紀伊長島郷土資料館ギャラ

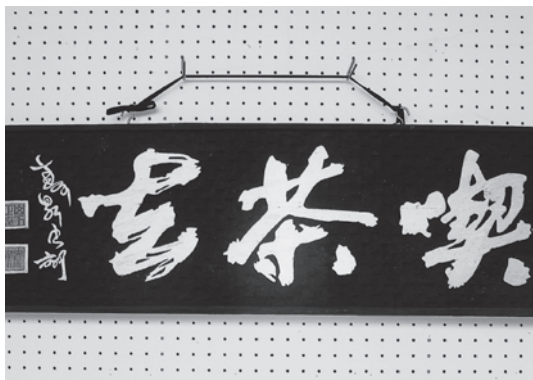
リー

問い合わせ

教育委員会紀伊長島総合支所

教育室

Tel 05974(7) 1111



第51回山茶花忌・三浦樗良顕彰祭 及び献詠俳句募集のお知らせ

第51回山茶花忌・ 三浦樗良顕彰祭

献詠俳句募集

開催日 11月16日(日)

【午前の部】

◆式典

学生の部俳句の表彰式を行います。

時間

午前10時～正午

場所

三浦樗良句碑前

(紀伊長島区東長島中州)

※雨天の場合は東長島公民館に変更します。

【午後の部】

◆句会

参加者による句会、一般の部俳句の表彰式を行います。

時間

午後1時～午後3時

場所

東長島公民館2階

※席題は当日発表

募集句題

・一般の部：当季雑詠(※但し、未発表作品に限る)
・児童生徒の部：花火(打ち上げ花火、仕掛け花火など)

投句料

・一般の部：1,000円
(1組3句)※1人何組でも可

・児童生徒の部：無料(1人1句厳守)

応募締め切り

9月10日(水)

※当日消印有効



問い合わせ

教育委員会紀伊長島総合支

所教育室

TEL 05974(7) 1111

図書館だより (8月の新刊案内)



児童図書館から

「ふれあい親子のほん 1さいだもん」
/ 学習研究社

※『ふれあい親子のほん 1さいだもん』が図書館に入りました。何人もの方が描いたイラスト、かわいいぬいぐるみ、おいしそうなお食べ物など「これなあに？」がたくさんつまった本です。お母さんへのアドバイスもいっぱい。ぜひ手にとってご覧ください。

新刊案内「図書名」/著書名

「まめうしくんとあいうえお」
/ あきやまただし
「とんかちくんとこのぎりくん」
/ 中川ひろたか
「うずまき貝のロケット」
/ なすだみのる
「ペンギンさん」
/ ポリー・ダンバー
「紙しばい屋さん」
/ アレン・セイ
「夜店の風船」/ 宮坂喜恵子
※借りた本は必ず返してください
☆あかちゃんの時からお母さんの膝で絵本を!



町民センター図書室から

「風花」
/ 川上 弘美

新刊案内「図書名」/著書名

「リセット」/ 垣谷美雨
「人形が死んだ夜」/ 土屋隆夫
「マリアの月」/ 三上 洸
「ママの友達」/ 新津きよみ
「T O K A G E 特殊遊撃捜査隊」
/ 今野敏
「藪枯らし純次」/ 船戸与一
「流星の絆」/ 東野圭吾
「赤い崖の女横浜開港絵巻」
/ 山崎洋子
「こっちへお入り」/ 平安寿子

※長期延滞されている方は、至急返却をお願いします



多目的会館図書室から

「シズコさん」
/ 佐野 洋子

【一般図書】

「日本のおかず」/ 西健一郎
「一朝の夢」/ 梶よう子
「長い失恋」/ 甘糟りり子
「虚夢」/ 葉丸岳
「やつらを高く吊るせ」/ 馳星周
「荒野」/ 桜庭一樹
「家庭のような病院を」/ 佐藤伸彦
「中国初恋」/ さくら剛
「生きさせろ！」
「難民化する若者たち」/ 雨宮処凛
「パズル」/ 山田悠介
「錦」/ 宮尾登美子

【児童図書】

「せかいでいちばんママがすき」
/ あいはらひろゆき
「IQ 探偵ムー 秘密基地大作戦」
/ 深沢美潮
「マジックツリーハウス ①～⑤」
/ メアリー・ポー・オズボーン

「よみきかせの会」(児童図書館) 8月はお休みです。
「おはなし会」(多目的会館図書室) 8月23日(土) 13:30～
対象：幼児 絵本の読み聞かせ、紙芝居をします。

7/5

夕涼み会



7月5日、紀伊長島幼稚園で夕涼み会が開催されました。

夕涼み会は七夕に合わせて毎年この時期に行われており、園児達はクラスごとに練習してきた踊りを披露し、会場に訪れた保護者の皆さんの大きな拍手を受けていました。

踊りの後は、園内に設けられた夜店や花火の打ち上げを楽しみました。

親子魚釣り行事

6/25



6月25日、引本港で引本幼稚園の恒例行事、親子魚釣りが行われました。

岸壁に到着すると、園児達は竹製の釣竿にエサをつけて糸をたらし、大物を狙いました。

釣れた魚は、家に持ち帰ったり、幼稚園で魚ご飯にしてみんなで食べたりしました。

園児達は、魚釣りを通して保護者や地域の方と一緒に楽しい時間を過ごしました。

7/19,20

大白祭



7月19日、20日、白浦神社の例大祭、大白祭が行われました。

19日の宵宮では、バサラ海山会など町内外の3チームが参加してのソーラン踊りが披露され、会場に訪れた人から盛大な拍手が送られていました。

また、ソーラン踊りの後には花火大会も行われ、色とりどりの花火が打ち上げられ、夏の夜空を彩りました。

7/18,19

西小学校キャンプ体験



7月18日、19日に西小学校でキャンプ体験が行われました。

終業式が終わると、6年生児童達はテントの組み立てに取り掛かりました。この日はあいにくの天気で校庭が湿っていたためテントは体育館に設置されました。

テント設置後は皆で夕食の準備やキャンプファイヤーをして楽しい時間を過ごしました。

消防・警察だより

救急休日在宅当番表

受診する前に電話で連絡してください。時間は9時～17時です。変更がある場合がありますのでご注意ください。(救急医療情報システム TEL 0597-22-1199)

月日	曜日	尾鷲	電話	紀北	電話
8/3	日	長谷川内科	0597-22-8080	尾辻医院	05974-7-0890
8/10	日	玉置眼科	" -22-5611	木ノ内医院	" -7-4346
8/17	日	上田医院	" -22-1329	第一病院	0597-36-1111
8/24	日	九鬼診療所	" -29-2037	島勝診療所	" -39-0009
8/31	日	南輪内診療所	" -27-3399	いずみ整形外科	" -32-1188

消防だより

火災・救急発生状況(6月末現在)

火災	火災発生状況							
	総件数	建物	林野	車両	船舶	航空機	その他	
紀伊長島区	4(±0)	2(±0)	0(±0)	0(±0)	0(-1)	0(±0)	2(+1)	
海山区	2(-1)	2(-1)	0(±0)	0(±0)	0(±0)	0(±0)	0(±0)	
組合管内	10(-3)	6(-1)	0(-1)	1(+1)	0(-1)	0(±0)	3(-1)	

救急	救急発生状況					※組合管内は、三重紀北消防組合管内の件数
	総件数	急病	交通事故	一般負傷	その他	
紀伊長島区	225(-5)	128(-8)	25(-7)	39(+9)	33(+1)	()は前年比
海山区	194(-2)	132(-6)	19(+3)	27(-1)	16(+2)	
組合管内	906(-55)	571(-41)	86(-1)	136(±0)	113(-13)	

警察だより

免許証の住所が紀伊長島区の方のみ

8月の免許更新日(12日・26日)

受付時間 9時～14時

優良・一般 15時～16時

交通事故発生状況(6月末現在)

	交通事故総件数	人身事故件数	死者数	負傷者数	物損事故件数
紀北町	210(+4)	59(±0)	3(±0)	72(-18)	151(+4)
尾鷲署管内	424(-16)	118(±0)	3(-1)	158(-17)	306(-16)
三重県内	30,884(+379)	5,925(-437)	38(-12)	7,768(-620)	24,959(+816)

()は前年比

戸籍の窓

【平成20年6月1日～30日受付分】

お誕生おめでとう

住所	子の名前	保護者
長島	馬渡 咲希	智広
東長島	駒井 永亜	蔵人
古里	塩飽 和弓	克次
長島	藤井 悠太	健太
上里	藤田 淳希	正博
上里	中村 優斗	道隆

ごめい福を祈ります

住所	氏名	(年齢)
海野	大西 茂	(83歳)
三浦	中野 重美	(67歳)
島原	中村 正行	(82歳)
島原	曾我 仁	(79歳)
長島	浦島 みつ	(88歳)
島原	平野 まつみ	(89歳)
東長島	橋本 美千	(83歳)
十須	吉良 栄美子	(81歳)
三浦	森 正治郎	(74歳)
島原	谷 とよみ	(58歳)
長島	宮原 勝義	(90歳)
海野	石原 幸典	(51歳)
島原	田中 順子	(57歳)
長島	東 治美	(81歳)
相賀	家崎 幸雄	(70歳)
相賀	伊藤 義進	(85歳)
船津	堀内 利行	(77歳)
相賀	上村 民男	(89歳)
小山浦	川端 貴子	(70歳)
島勝浦	藤田 辰太郎	(94歳)
上里	工門 牧子	(47歳)
島勝浦	桑山 みわ	(86歳)
島勝浦	脇 須磨子	(93歳)
相賀	中谷 久幸	(73歳)
便ノ山	直江 輝榮	(84歳)
引本浦	奥村 徳也	(78歳)
船津	伊藤 よしの	(82歳)
矢口浦	山下 壽宣	(71歳)

喫茶 舞	引本浦 奥村 元宏	矢口浦 山下 成夫	便ノ山 直江 徹夫	島勝浦 脇 保之	船津 堀内 勝史	相賀 上村 恵二	相賀 伊藤 侑丘	中里 押野 里見	相賀 家崎 敏子	引本浦 羽鳥 規幸	便ノ山 上村 晃弘	三浦 中野 徹
二万八四二円	一万円	三万円	二万円	三万円	三万円	三万円	十万円	二万円	三万円	二万円	五万円	五万円

善意をありがとう
(紀北町社会福祉協議会へ)

けんこうの広場

しっかりかんでおいしく食べよう

皆さん、よくかんで、ゆっくり食事をしていますか？現代は、パンやめん類、ハンバーグなど、やわらかく、食べやすい食品が多くなり、日本人の噛む力は低下しています。よくかむことは単に消化を助けるだけでなく、あごの発育を促したり、肥満を予防するなど様々な効果があります。健康で充実した生活を送るため、しっかりかんで食べる習慣を身につけましょう。

こんなにある「よくかむ」ことの効用

ひみこは
【卑弥呼の歯がい〜ぜ】

ひ 肥満予防

満腹中枢に働きかけ
食べすぎを防止する

は 歯の病気の予防

唾液の分泌がよくなり、
歯の汚れをきれいにする

み 味覚発達

おいしさがよく分かる
ようになる

が がん予防

唾液の分泌で発がん性
物質の毒性を弱める

こ 言葉の発達

口の筋肉が発達し、
はっきり発音できる

い〜 胃腸快調

胃の働きがよくなり、消化
吸収がされやすくなる

の 脳の発達

かむ刺激で脳の働きが活発になる。また、
精神安定や認知症の予防につながる。

ぜ 全力投球

心身が健康になり、力いっぱい
遊んだり仕事ができる



「かみごたえ」のある食品を摂りましょう

豆類、小魚類、野菜、きのこ類、イモ類などの食品は栄養的に優れているだけでなく、かみごたえがあり、自然と噛む回数が増えます。また、これらの食品には、食物繊維が多く含まれていますので、よく噛むことにより、歯や歯肉をマッサージし、むし歯予防にもつながります。これらの食品を毎日の食事に積極的に取り入れましょう。



豆類



小魚類



野菜



きのこ類



芋類

お知らせ

おやこサークル

たんぽぽ

【日時】8月5、12、19、26日(10:00～11:30)
【場所】老人福祉センターにお問い合わせください
(Tel.0597-32-3912)

プチ・キッズ

【日時】8月6、20、27日(10:00～11:30)
【場所】保健センター(Tel.05974-7-4750)
☆親子で一緒に遊んだり、お母さん同士話をしたりしています。お気軽にお越しください。

健康歩こう会

8月1日(金)第238回
～伊吹山散策・高山植物観賞～

【集合】7:00(東長島公民館)
【持ち物】お茶・タオル・帽子・お弁当他
【問い合わせ】各地区世話人、又は
鼎さん(Tel.05974-7-1439・090-8866-2620)
津本さん(Tel.05974-7-1582)まで
※定員になり次第締め切りますので早めにお申し込みください。
次回：9月7日(日)第239回～榎ヶ崎散策～

お知らせ

赤ちゃん相談&おやこ広場

8月22日(金) 老人福祉センター
" 保健センター

【時間】10:00～11:30

【持ち物】母子健康手帳

☆乳幼児の育児に関する相談や身体計測などを行っています。親子が自由に遊ぶスペースもありますので、お気軽にお越しください。

離乳食教室

8月20日(水) 老人福祉センター

【時間】13:30～15:30

【内容】栄養士による講義と調理実習

【対象】乳児を持つ母親
(子どもさんを同伴での参加可)

★参加ご希望の方は、8月18日(月)までに、老人福祉センターにご連絡ください。
(Tel.0597-32-3912)

手軽で簡単! 手作りおやつ教室

8月27日(水) 東長島公民館

【時間】9:30～11:30

【内容】「子どものおやつについて」
栄養士による講義と調理実習

【対象】2～3歳の子どものもつ母親
(子どもさんを同伴での参加可)

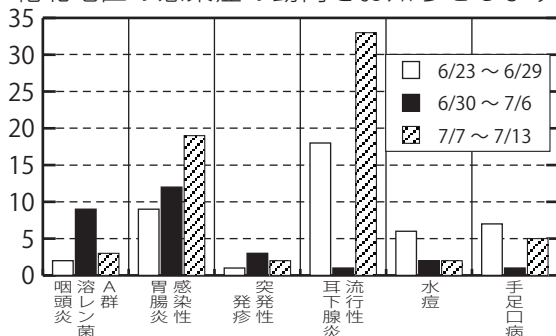
★参加ご希望の方は、8月25日(月)までに、老人福祉センターにご連絡ください。
(Tel.0597-32-3912)

尾鷲総合病院が 三重県がん検診ネットワーク の医療機関に加入しました。

平成20年7月より尾鷲総合病院も「三重県乳がん検診ネットワーク」の医療機関(乳がん学会などで認定された医師・放射線技師・撮影装置を備えた施設)の集まりに加入しました。みなさんに精度の高いマンモグラフィ検診を受けていただき、乳がんを早期に発見することを目的としています。詳しくは尾鷲総合病院外科、あるいは健診センターにてお尋ねください。

感染症情報(6月23日～7月13日分)

紀北地区の感染症の動向をお知らせします。



一般健康相談(血圧・尿検査等)

8月1日(金)

便ノ山集会所・・・9:30～10:00

木津集会所・・・10:15～10:45

8月6日(水)

船津集会所・・・9:30～10:30

新田集会所・・・10:45～11:15

東長島公民館・・・10:00～11:00

8月7日(木)

白浦集会所・・・9:30～10:10

島勝漁村センター・・・10:25～10:55

8月20日(水)

赤羽出張所・・・9:15～9:40

中桐会館・・・9:50～10:20

8月22日(金)

小山浦集会所・・・13:30～14:00

引本公民館・・・14:15～14:45

8月27日(水)

大原公民館・・・9:30～10:00

此ヶ野公民館・・・10:20～10:50

下地公民館・・・13:30～14:00

志子奥集会所・・・14:10～14:40

田山公民館・・・14:50～15:20

3歳6か月児健康診査

8月21日(木)

東長島公民館



【受付時間】9:00～

【対象者】H.16.11.20～H17.2.8生まれのお子さん

★対象者には、通知書を郵送します。忘れずに受診してください。

歯っぴ～教室

9月4日(木)

老人福祉センター



【時間】10:00～11:00

【対象者】乳幼児の保護者

【持ち物】使用中の歯ブラシ、タオル

★子どもの歯を守るための正しい方法を歯科衛生士さんに教えてもらいましょう!

★参加を希望される方は、9月2日(火)までに老人福祉センターにご連絡ください。
(Tel.0597-32-3912)



6月に実施した3歳児検診で

虫歯がなかったお子さんを紹介します

岡	山	北	西	前	西	上	中	上	米	奥
大	愛	妃	心	愛	空	優	日	海	走	海
翔	未	奈	那	奈	ち	季	陽	童	馬	斗
く	ち	ち	ち	ち	ゃ	ち	莉	く	く	く
ん	ゃ	ゃ	ゃ	ゃ	ん	ゃ	ち	ん	ん	ん
	ん	ん	ん	ん		ん	ゃ			

8月のお知らせ

みえの防災大賞 募集

三重県では、特色のある防災活動を行っている団体を表彰します。

対象 自主防災組織、自治会、事業所、学校、子ども会、老人クラブ、ボランティア団体等（個人は応募できません。）

表彰内容

「みえの防災大賞」（1団体）

表彰状及び賞金10万円

「みえの防災奨励賞」（5団体）

表彰状及び賞金各3万円

応募の方法

みえの防災大賞応募（推薦）様式及び活動を示す資料を提出していただきます。

普通救命講習

日時：8月9日（土）午後1時～4時
場所：紀伊長島総合支所3階会議室

精神保健福祉相談

日時：8月25日（月）
場所：保健センター
※事前予約が必要です。紀伊長島総合支所福祉環境室までご連絡ください。
Tel.05974-7-1111

募集期間

8月5日（火）

～9月26日（金）

当日消印有効、持参の場合
午前8時30分～午後5時15分
（ただし、土・日曜日及び祝日を除く）

受賞団体の表彰

12月7日（日）に開催する

「みえの防災風土づくり」シンポジウムの席上で表彰します。

問い合わせ・提出先

三重県防災危機管理部地震対策室

Tel.059（224）2185

水稲共済加入の皆さんへ

水稲作付田で3割以上の被害があると思われる方は、すぐに地区の損害評価員または東紀州農業共済事務組合に連絡し、損害評価野帳に必要事項をご記入のうえ、被害田に「被害表示の立札」を立ててください。

詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ

東紀州農業共済事務組合紀北支所
Tel.05974（7）1477

電気は正しく安全に使いましょ

8月は電気使用安全月間です。感電災害は夏場に集中して発生します。夏は汗をかきやすく、皮膚の露出部分が多くなり、また疲労から注意力が散漫になりがちです。この点から毎年8月を「電気使用安全月間」とし、経済産業省の主唱のもとに全国一斉に行われています。感電災害を防止するため、電気は安全に正しく使いましょ。

問い合わせ

（財）中部電気保安協会 尾鷲事業所
Tel.0597（22）7404

無料法律相談

（予約制）

弁護士による無料法律相談を次のとおり開催します。なお、秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

日程	時間	場所
8月8日（金）	午後1時30分～4時	老人福祉センター（海山区）
8月25日（月）	午後1時30分～4時	社会福祉会館（紀伊長島区）

※相談を希望される方は各会場定員10名です。前日までに本庁住民課住民係まで予約のご連絡をください。

問い合わせ

本庁住民課住民係
Tel.0597（32）3907

マンドロ企画

書友二人展 日時

8月27日（水）～31日（日）
午前10時～午後5時
（最終日は午後3時まで）

出品者 湊松時（章治）さん、伊藤登清（清蔵）さん

作品 額装・軸装の漢字、仮名調和体作品、杉板屏風、陶板・篆書作品等約50点

問い合わせ

ふれあい広場マンドロ
Tel.0597（7）1081

職場のトラブル解決のお手伝い

～個別労働紛争解決制度～

労働者の方も事業主の方も、職場でのいじめ・嫌がらせ、解雇、労働条件引き下げ等の労働トラブルでお悩みではありませんか？

職場のトラブルについて、三重労働局では次の3つの解決援助制度を用意しています。利用は無料で簡単、処理も短期間ですので、お気軽にご相談ください。

①総合労働相談

②助言指導（相手方への民事判例等のアドバイスによる自主解決の促進）

③三重紛争調整委員会によるあっせん（話し合いの機会の設定）

※詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ

三重労働局総務部企画室

Tel 059 (226) 2110

三重労働局ホームページ

<http://www.miepb.go.jp>

テレビについての大切なお知らせです

2011年（平成23年）7月24日までに今までのテレビ放送（地上アナログ放送）は終了します。それ以降は、アナログテレビをお使いの方は、そのままではテレビ放送（デジタル放送）を見ることができません。

地上デジタル放送を視聴するには、

①地上デジタル放送対応のテレビに買い換える

②地上デジタルチューナーを買い足す

③地上デジタル放送対応済みのケーブルテレビで視聴するなどの方法があります。

①、②については、UHFアンテナが必要です。

なお、BSアナログ放送も地上アナログ放送と同じ2011年7月24日までに終了します。

詳しくはお問い合わせください。

デジタル放送に関する問い合わせ

・総務省地デジコールセンター（地上デジタル放送について）

Tel 0570 (07) 0101（ナビダイヤル）

IP電話など、ナビダイヤルがつかない場合

Tel 03 (4334) 1111

平日：午前9時～午後9時

土・日曜日及び祝日：午前9時～午後6時

・BSデジタル放送お問い合わせセンター（BSデジタル放送について）

Tel 0570 (01) 2011

IP電話など、ナビダイヤルがつかない場合

Tel 045 (345) 4080

海上保安学校

採用予定 約45名

受付期間 8月28日（木）

～9月9日（火）

海上保安学校

採用予定 約10名

受付期間 7月22日（火）

～8月5日（火）

平日：午前9時～午後9時
土・日曜日及び祝日：午前9時～午後6時

（社）デジタル放送推進協会ホームページ

<http://www.dpa.or.jp>

海上保安大学校・海上保安学校学生募集のお知らせ

海上保安庁では、平成21年4月に入校する海上保安大学校・海上保安学校の学生を募集しています。

◆海上保安大学校
採用予定 約45名
受付期間 8月28日（木）

～9月9日（火）

◆海上保安学校
採用予定 約10名
受付期間 7月22日（火）

～8月5日（火）

・船舶運航システム課程（教育期間1年） 約95名

・情報システム課程（教育期間2年） 約35名

・海洋科学課程（教育期間1年） 約10名

・航空課程（教育期間1年） 約10名

問い合わせ

尾鷲海上保安部管理課

Tel 0597 (25) 0118

NHK学園平成20年度入学生・受講者募集のお知らせ

NHK学園では、通信教育で介護福祉士の受験資格を取得できる、「専攻科社会福祉コース」及び生涯学習通信講座の学生・受講者を募集しています。まずは、無料の案内書をご請求ください。

◆専攻科社会福祉コース（介

護福祉士受験資格取得・2年

制）

◆生涯学習通信講座（趣味から資格まで全200コース以上）

募集期間

専攻科社会福祉コース

10月15日（水）

～12月17日（水）

◆生涯学習通信講座

通年申込受付

問い合わせ・案内書請求

NHK学園（代表）

Tel 042 (572) 3151

無料案内書請求フリーダイヤル

Tel 0120 (06) 8881

踏切設備のない場所での線路横断は絶対にやめましょう

JR東海では、踏切設備のない線路で列車の直前を横断し、列車が急停止するという事象が多発しております。

平成20年5月19日には、紀勢本線 熊野市内において、列車の直前を横断し、列車が急停止するという事象が発生しました。

これは、一歩間違えれば死亡事故に繋がります。踏切設備のない場所での線路横断は絶対にやめましょう。

JR東海では、踏切設備のない場所へは、さく垣、フェンス、注意看板を設置していきます。

ご面倒でも、お近くの踏切をご利用ください。

問い合わせ

東海旅客鉄道株式会社三重支店紀伊長島工務区

Tel 05974-7-0775



さわやか 満1歳 笑顔

「さわやか笑顔」のコーナーに掲載希望の方は、誕生月の前月の10日までに本庁企画課広報係までお申し込みください。

脇 あかねちゃん
平成19年8月19日

元気いっぱい、にこにこ笑顔の
あかねです♥

<東長島>和弘・友実さん



こうたろう
山口 弘太郎くん
平成19年8月11日

食欲旺盛で元気な こうたろうです。

<相賀>貴弘・未希子さん



7/20 城ノ浜ビーチフェスタ



7月20日、城ノ浜海水浴場で城ノ浜ビーチフェスタが開催されました。

砂の塊を加工して砂像を作るサンドクラフトコンテストや、小さめの砂の塊で砂像をつくる親子でのミニサンドクラフト体験のほか、年代・性別ごとの部門で数十m先に立てられた旗を取り合うビーチフラッグ大会などが行われ、参加者の皆さんは夏の砂浜を満喫しました。

7/5 2008 きほく七夕物語



7月5日、銚子川できほく七夕物語が開始されました。

会場に訪れた人たちは、短冊に願い事を書き込み、キャンプinn海山で受け取ったカプセルに入れて、川に流しました。

約2,008個のカプセルが幻想的な風景を演出、催しの最後には花火が打ち上げられ、参加した皆さんの願いを天に届けました。

