

広報

# さほく

8

No.106

2014 August 平成26年



紀伊長島幼稚園プール遊び



くらし  
環境

## 飼い犬の ふんの始末

飼い犬のふんをそのまま放置しているとの苦情が多く寄せられています。公園・道路など公共の場所はもちろん、他人の土地や建物でふんをしたら、すぐに「ビニール袋」などでふんを回収してください。また、ふんはしっかりと袋に詰めて臭気などが外に漏れないようにし、燃えるごみとして出してください。

ふんの後始末は飼い主の責任であり義務です。犬も人も住みよい町になるように、飼い主が責任を持ってふんを持ち帰りましょう。

問い合わせ

本庁環境管理課環境管理係

℡(46) 3121

海山総合支所福祉環境室環境管理係

℡(32) 3904

くらし  
介護

## 介護者の つどい

第2回介護者のつどいでは、「パステル和アートで心と体を調和しよう!!」を開催します。

パステル和アートとは、好きな色のパステルを使って、くるくるっと指で絵を描き、自由に表現することで、穏やかな気持ち・やさしい気持ちになつていただくことを目的としたアートです。

日時 9月2日(火)

午後1時～3時

場所 紀北町社会福祉会館1階

(紀伊長島区)

対象 町内のご家庭で介護をしている家族の方や介護に関心のある方

申込期限 8月27日(水)

※ほうかつまたは担当ケアマネジャーまで連絡をお願いします。

問い合わせ  
紀北町地域包括支援センター(ほうかつ)

℡(47) 0517

海山プラランチ(ほうかつ海山)

℡(33) 0517

くらし  
防災

## 防災訓練 ～地震・津波に備えて～

紀北町防災訓練

8月31日(日)  
午前9時～

非常持ち出し品の準備はできていますか?

町内一斉に「避難訓練」を実施し、その後各地区ごとの訓練を実施します。皆様の参加をお願いします。

※雨天などの場合は9月7日(日)に延期します。

問い合わせ

本庁危機管理課防災対策係

℡(46) 3114

海山総合支所総務室防災対策係

℡(32) 3901

民間金融機関  
一斉防災訓練

9月1日(月)  
午前10時30分～

東海地震警戒宣言発令時には、窓口業務が停止されます。

町内の銀行、信用金庫、農協などの民間金融機関(郵便局を除く)では、9月1日(月)に東海地震防災対策強化地域内金融機関の一斉訓練に合わせて、原則、午前10時30分から5分間程度、店舗の主要シャッターの一部を閉鎖するなどの「一斉防災訓練」を実施します。

この訓練は、「警戒宣言発令時には窓口業務が停止され、一部の店舗内ATM以外は稼働しない」(警戒宣言発令時の取扱決定事項)ことをしていただくことが目的です。訓練実施時には別の通用口が確保され、ATMを含め業務は平常どおり行われます。店舗によっては、シャッターを閉鎖しない、あるいは半分のみ閉鎖される場合もあります。

※警戒宣言発令時の具体的な対応については、お取り引きの金融機関にお問い合わせください。

問い合わせ

名古屋銀行協会総務部

℡052(231)7851



暮らしイベント

きほく夏  
子ども映画祭

子どもたちに人気の映画を左記のとおり上映します。ぜひご来場ください。

怪盗グルーのミニオン危機一発

上映日 8月5日(火)

場所 海山公民館

ロラックスおじさんの秘密の種

上映日 8月8日(金)

場所 東長島公民館

時間 (両館とも)

第1部 午前10時上映

(午前9時30分開場)

第2部 午後2時上映

(午後1時30分開場)

金額 各500円

発売場所

【紀伊長島区】

本庁生涯学習課・東長島公民館・

多目的会館・若者センター・三

浦公民館

【海山区】

海山総合支所教育室・海山公民

館・引本公民館・船津公民館・

島勝公民館

問い合わせ

海山総合支所教育室教育係

TEL(32) 3905

暮らし健康

精神科医師による  
こころの健康相談

尾鷲保健所では、こころの健康に関する悩みを持つ方やご家族を対象に精神科医師による「こころの健康相談」を左記のとおり開催します。秘密は厳守しますので安心してご利用ください。

日時 8月22日(金)

午後2時～4時30分

場所 三重県尾鷲庁舎1階母子室

相談員 精神科医師(熊野病院・

尾鷲診療所 大谷英行医師)

相談料 無料

申込方法 電話で申し込み

申込期限 8月13日(水)

※申し込み順となります。申し込み多数の場合はお断りさせていただきます。

※申し込み順とあります。申し込み多数の場合はお断りさせていただきます。

※申し込み順とあります。申し込み多数の場合はお断りさせていただきます。

※申し込み順とあります。申し込み多数の場合はお断りさせていただきます。

※申し込み順とあります。申し込み多数の場合はお断りさせていただきます。

お問い合わせ・申し込み

尾鷲保健所保健衛生室健康増進

課 丸山・濱田

TEL(23) 3428

こんな悩みを抱えていませんか？

- ・自分自身について悩みや不安があって困っている。
- ・ストレスが気になる。  
(意欲が出ない、眠れない、憂うつ、イライラするなど)
- ・職場や学校、家庭での人間関係がうまくいかない。
- ・家族の性格や行動について心配がある。
- ・その他、震災に関する事など、いろいろなこころの悩みがある。



暮らし集

第57回山茶花忌・三浦樗良顕彰祭  
式典・献詠俳句募集

江戸時代に活躍した俳人三浦樗良の遺徳をしのび、顕彰祭の開催と俳句の募集をします。ぜひ応募ください。

第57回山茶花忌・三浦樗良顕彰祭

開催日 11月16日(日)

○「午前の部」式典

児童・生徒の部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

(東長島中州)

※雨天時は東長島公民館

○「午後の部」表彰式及び句会

応募句(一般の部)の表彰式及び句会を行います。

時間 午後1時～3時

場所 東長島公民館2階

献詠俳句募集(一般の部)

募集句題

当季雑詠(未発表作品に限る)

投句料 1,000円(1組3句)

※1人何組でも応募可能

応募期限 9月12日(金)

※当日消印有効

問い合わせ

教育委員会本庁生涯学習課社会教育係

TEL(46) 3125





くらし  
農業

## 絶対にしないで！

## 農地の無断転用

◆農地の売買、転用などには許可が必要です

農地の売買や貸借、農地以外への転用を行うには、紀北町農業委員会または知事などの許可を得ることが必要です。

◆農地の無断転用は罰せられます

農地の転用（農地以外に変更すること）には「農地法」で一定の規制がかけられており、転用を行うには知事もしくは農林水産大臣の許可を得ることを必要としています。この許可を得ないで無断で農地を転用した場合や、転用許可に係る事業計画どおりに転用していない場合には、農地法に違反することとなり、工事の中止や原状回復などの命令（農地法第51条）がなされる場合があります。また、3年以下の懲役や300万円以下の罰金、法人の場合は1億円以下の罰金（農地法第64条、67条）という罰則の適用もありますので、必ず転用許可を得るようにしてください。

◆申請から許可までの流れ

農業委員会では、毎月25日に申請書の受け付けを締め切り（25日が土・日曜日、祝日の場合は、翌平日）、現地調査実施後の翌月中旬ごろに農業委員会を開催し、承認すべきものには許可（町の許可分）や進達（知事や農林水産大臣の許可が必要なもの）を行います。最終的には下旬ごろの許可となり、申請書の受付締切日から許可が下りるまで約1カ月を要することとなりますので、農業委員会への申請は計画的に行うようにしてください。※詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ

本庁農林水産課農政係

TEL(46) 3116

海山総合支所産業建設室産業振興係

TEL(32) 3903

くらし  
農業  
施策

## 獣害防護柵などを

## 設置される方へ

サル、イノシシ、シカなどによる農作物被害を防止するため、被害防止効果が十分期待できる電気柵など（トタン、網、板などを含む）を設置する方に対して、次の条件を満たす場合に、予算の範囲内で資材購入費の2分の1以内を補助します。

- 設置場所が町内であること
- 耕作の目的に供されている土地であること
- 平成26年4月1日以降の購入資材であること
- 補助金限度額  
水稲、柑橘、野菜 10万円
- 手続き方法  
①電気柵などの補助を受けようとする方は、事業費などを記載した事業計画書を提出してください（4月1日から計画書を受け付けし、受付順に予算の範囲内において補助金の内示を行います）。

## 水稲共済

## 加入の皆様へ

くらし  
農業

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(33) 0147



暮らし  
税金

平成27年度から、軽自動車税の税率が変わります

地方税法改正に伴い、平成27年度から、左表のとおり軽自動車税の税率が変更されます。

区分		現行の税率	平成27年 4月1日以降 新規登録車両	平成27年 3月31日以前 の登録車両※	新規登録してから 13年以上 経過した車両 (平成28年度～)
四輪以上 (家用)	乗用	7,200円	10,800円	7,200円	12,900円
	貨物用	4,000円	5,000円	4,000円	6,000円
四輪以上 (営業用)	乗用	5,500円	6,900円	5,500円	8,200円
	貨物用	3,000円	3,800円	3,000円	4,500円

※平成27年3月31日以前の新規登録車両については、新規登録から13年経過するまで、現行の税率が適用されます。

区分		現行の税率	平成27年 4月1日以降
二輪	原動機付自転車	50cc以下	2,000円
		50cc超～90cc以下	2,000円
		90cc超～125cc以下	2,400円
		ミニカー	3,700円
	軽二輪(125cc超～250cc以下)	3,600円	
	小型二輪(250cc超)	6,000円	
小型特殊	農作業用のもの	2,000円	
	その他の小型特殊(フォークリフトなど)	5,900円	

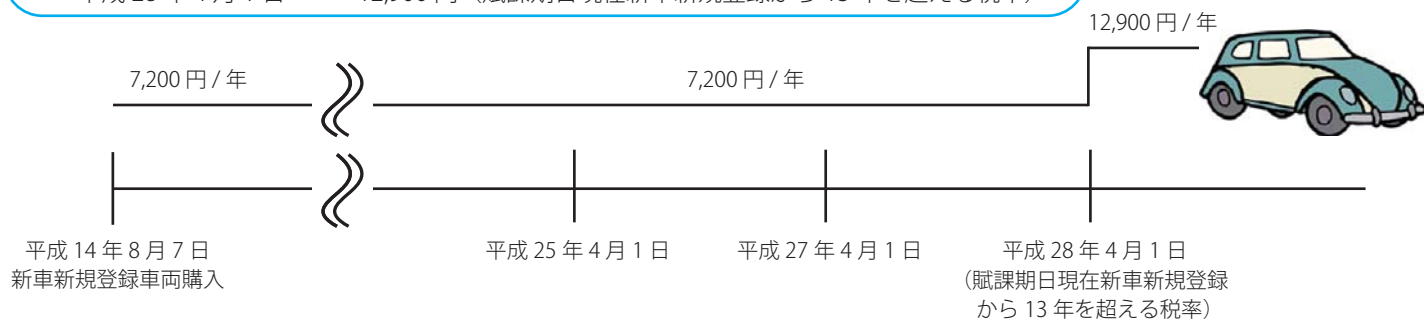
問い合わせ  
本庁税務課課税係  
Tel(46) 3118  
海山総合支所住民室税務係  
Tel(32) 3902

軽四輪の乗用・自家用車(例)

○平成14年8月7日に新車新規登録の車両を購入した場合

平成27年4月1日・・・7,200円(税率変更なし)

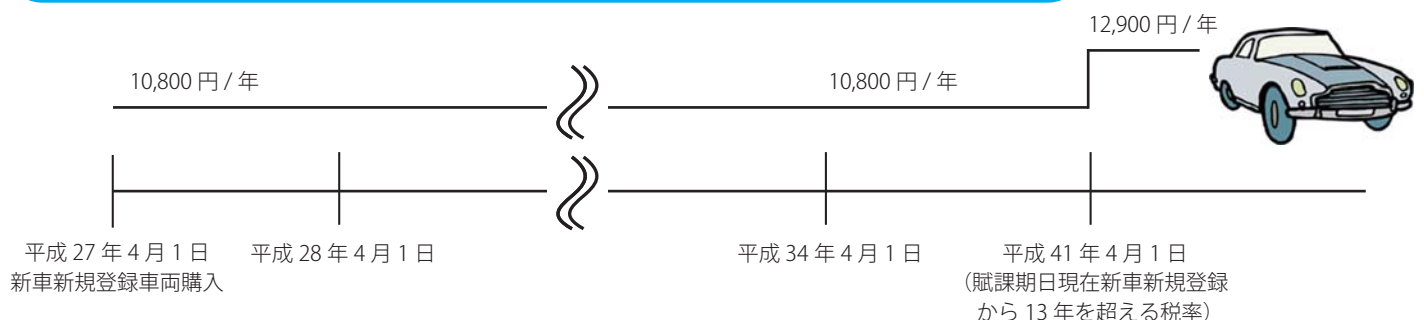
平成28年4月1日・・・12,900円(賦課期日現在新車新規登録から13年を超える税率)



○平成27年4月1日に新車新規登録の車両を購入した場合

平成27年4月1日・・・10,800円(新税率)

平成41年4月1日・・・12,900円(賦課期日現在新車新規登録から13年を超える税率)



# 平成26年度介護保険料のおしらせ

## 介護保険料の決定

65歳以上の方の介護保険料は、前年度所得が確定する6月以降でなければ決まりません。このため8月に、平成26年度の介護保険料が決定されます。

## 介護保険料の金額

所得段階	所得などの条件	介護保険料 (年度額)
第1段階	生活保護受給者または老齢福祉年金受給者であって、世帯全員が町民税非課税の方	32,435円
第2段階	世帯全員が町民税非課税であって、本人の前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方	32,435円
第3段階	世帯全員が町民税非課税であって、本人の前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円を超え120万円以下の方	45,409円
第4段階	世帯全員が町民税非課税であって、本人の前年の合計所得金額+課税年金収入額が120万円を超えている方	48,653円
第5段階	世帯の誰かに町民税が課税されているが、本人は非課税で前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方	53,843円
第6段階	世帯の誰かに町民税が課税されているが、本人は非課税で第5段階以外の方	64,870円
第7段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得が190万円未満の方	81,088円
第8段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得が190万円以上の方	97,305円

## 年金から保険料を天引きされる方

老齢(退職)年金などが、年額18万円以上の方

## 自主納付される方

老齢(退職)年金などが、年額18万円未満の方

○ただし、次の条件にあてはまる方は自主納付または口座振替になります。

- |   |                               |
|---|-------------------------------|
| (1) 平成26年度の途中で65歳になった方<br>(年金が支給され始めても、すぐに年金天引きされません) | (4) 平成26年4月1日の時点で年金を受けていなかった方 |
| (2) 平成26年度の途中で他の市町村から転入された方                           | (5) 年金の現況届の提出が遅れた方            |
| (3) 平成26年度の途中で所得段階が変わった方                              | (6) 年金を担保にお金を借りている方           |

■介護保険料は65歳になった日(※)が属する月から月割りで計算されます。

※民法第143条「年齢計算ニ関スル法律」により65歳の誕生日の前日が65歳になられた日にあたります。

【例：4月1日生まれ→3月31日に65歳となります】

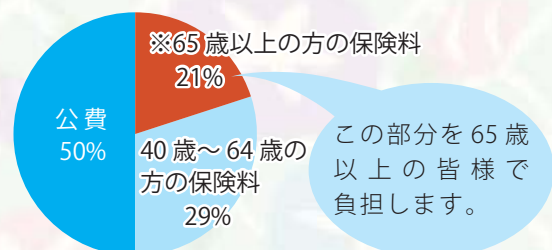
## 介護保険料の納期限

期別	年金から天引きされる方 年金天引き日	自主納付で納める方	
		納期限	口座振替日
26年度3期	26年8月15日	26年9月1日	26年8月25日
26年度4期	26年10月15日	26年10月31日	26年10月27日
26年度5期	26年12月15日	26年12月26日	26年12月25日
26年度6期	27年2月13日	27年3月2日	27年2月25日
27年度1期	27年4月15日	27年4月30日	27年4月27日
27年度2期	27年6月15日	27年6月30日	27年6月25日

※納期限を過ぎてからのお支払いには延滞金が加算されるだけでなく、利用者負担が通常1割のところ3割に引き上げられる場合があります。必ず納期限までに納付をお願いします。

## 介護保険料はたいせつな財源です

介護保険は、40歳以上の皆様に収めていただく介護保険料と公費を財源に運営しています。財源が不足すると、必要なサービスを十分に整備できなくなることもあります。誰もが安心してサービスを利用できるよう、介護保険料は必ず納めましょう。



問い合わせ 紀北広域連合介護保険係 TEL35-0888



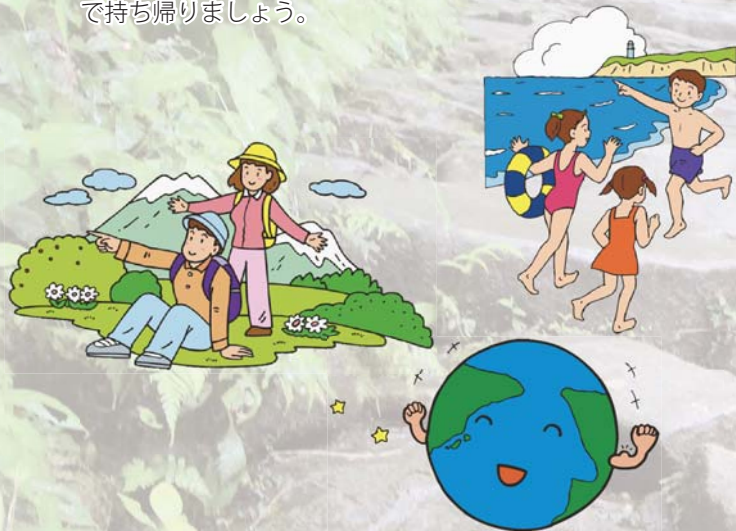
# 夏のレジャー

# ごみは持ち帰りましょう

## 美しい自然を守るために、ご協力をお願いします

ポイ捨てや屋外に放置されたごみの中には、プラスチック類など自然の力では分解されないものが多く含まれています。これらは半永久的にごみとして残り、雨や風によって側溝や河川を通り海に流れ出すことで、深刻な社会問題を引き起こします。

夏場は特に、海・山・川へのレジャーが増え、ごみのポイ捨てなど不法投棄の増加が心配されます。私たち一人ひとりが自然環境をたいせつにし、これからも美しい自然と共存していけるように、お出かけの際に出たごみは、各自で持ち帰りましょう。



### 水難事故に注意！

毎年この季節は全国的に水辺での事故が多発します。

お出かけの際は必ず天候の確認を行い、体調管理、危険箇所の確認のほか、子どもから絶対に目を離さないなど、安全対策を心がけてください。



問い合わせ

本庁環境管理課廃棄物対策係

TEL46-3121

海山総合支所福祉環境室環境管理係

TEL32-3904



## 平成33年みえ国体 知事から国体旗贈呈！

平成33年に第76回国民体育大会が三重県内で開催されることが内定しています。

紀北町は、平成26年3月25日の三重県国体準備委員会において、ソフトボール競技の開催市町として決定されました。また開催地決定に伴い、平成26年7月17日の三重県国体準備委員会第3回総会において、鈴木知事から尾上町長に国体旗が贈呈されました。

これから開催に向けて準備を整えていきますので、ご協力ご声援をよろしくお願いいたします。

**競 技** ソフトボール

**種 別** 少年女子（高校生女子）

**開催場所** 赤羽公園・野球場及び多目的グラウンド



**問い合わせ**

教育委員会本庁生涯学習課スポーツ振興係 TEL46-3125

## 平成27年紀北町成人式のご案内

**日 時** 平成27年1月11日(日)

受付 午前10時～

開式 午前10時30分～

**場 所** 東長島公民館

**対 象**

○平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれの住民の方

○平成22年3月に町内の中学校を卒業された方

上記の方には8月上旬に案内状をお送りします。案内状が届かない場合はご連絡ください。

※住民票が町外にあり、紀北町での成人式を望まれる方は8月29日(金)までにご連絡ください。



**問い合わせ**

教育委員会本庁生涯学習課社会教育係  
海山総合支所教育室教育係

TEL46-3125

TEL32-3905

## スポーツ少年団紹介

～紀北町剣道スポーツ少年団～

**対 象** 小学校1年生以上の男女

**練習日** 火曜日・木曜日

**練習場所** (午後6時30分～7時30分)

船津小学校体育館

**会 費** 年間800円（保険料含む）

**代表者** 小林 利徳 TEL090-7917-7229





# 第四回三重紀北町 海・山こだわり市開催!!

～夕暮れのこだわり市～

「三重紀北町 海・山こだわり市」は地元生産者がこだわりをもって生産した地域製品の販売・情報発信を行います。

野菜やご当地グルメ（真鯛バーガーなど）の販売、特産品など多くの商品が店先に並びます。

初めての夕暮れ時の開催となりますが、夏の暑さも吹き飛ばす楽しいイベントが盛りだくさんとなっていますのでぜひ、ご来場ください。

**日時** 8月23日（土）午後5時～8時

**場所** 引本漁港

**催し** 縁日イベント

**問い合わせ** 海・山こだわり市実行委員会

Tel.090-4861-6737



## 図書館 だより

8月の新刊案内

August



町民センター図書室から

「もっと面白い本」/成毛真

「図書名」/著者名

「遠野物語拾遺retold」/京極夏彦 柳田國男  
 「お文の影」/宮部みゆき  
 「夢違」/恩田陸  
 「申し訳ない、御社をつぶしたのは私です。」/カレン・フェラン  
 「里山を食いものにしよう 原価0円の暮らし」/和田芳治  
 「お店を始めたい!『大人の夢』を叶える 飲食店開業」/日経レストラン  
 「働きママン 1年生」/おぐらなおみ  
 「ママとパパも喜ぶ いまどきの幸せ孫育て」/ぼうだあきこ 岡本喜代子

暑い日が続いています。外出するのも健康的で素敵ですが、たまには室内でじっくり読書もいかがですか？

良い本が見つからない?そんなあなたに新刊「もっと面白い本」をおススメ。作者の豊富な読書歴から、きっとあなたに合う「掘り出し本」が見つけれられると思いますよ。



児童図書館から

「8月6日のこと」  
/中川ひろたか

「図書名」/著者名

「どこどこハート」/tupera tupera  
 「でんしゃ」/パイロン・パートン  
 「もっとおおきなたいほうを」/二見正直  
 「いちにちのりもの」/ふくべあきひろ  
 「ルルとララのコットンのマカロン」  
/あんびるやすこ  
 「ほんとうにあった!?世界の超ミステリー」  
 ⑧超能力と予言の謎」/並木伸一郎  
 「ロボット世界のサバイバル①②」/金政都

暑い日は図書館でゆっくり本を読みますか?お盆も通常通り開館しています。休館日は月曜日・祝日です。

※あかちゃんのと時から親子でえほんをたのしもう!!



多目的会館図書室から

「愚者よ、お前がいなくなつて淋しくてたまらない」  
/伊集院静

「図書名」/著者名

【一般図書】  
 「アクアマリンの神殿」/海堂尊  
 「虚ろな十字架」/東野圭吾  
 「三国志外伝」/宮城谷昌光  
 「燕岳殺人の暦」/梓林太郎  
 「作りおきサラダ」/主婦の友社  
 「おとなの教養 古典の女たち」  
/瀬戸内寂聴

【児童図書】  
 「心にひびくマンガの名言 全5巻」  
/学研教育出版  
 「飛空島大図鑑」/矢田崎友輔  
 「い・じ・め〜キット、アシタハ……」  
/岡崎いずみ

※延滞されている方は、至急返却お願いします。

紙面に載りきれない蔵書もありますので、館内検索機または紀北町ホームページ内インターネット蔵書検索をぜひ活用してください。新しい貸出カードへの更新もお願いします。

「よみきかせの会」(児童図書館)  
 今月の「よみきかせの会」はお休みです。

「おはなし会」(多目的会館図書室)  
 8月9日(土)午後2時～  
 絵本の読み聞かせ、紙芝居をします。



 雨の熊野古道馬越峠を歩く



6/28 馬越峠

この日は、「絶好」の雨天に恵まれ、濡れた石畳やシダから滴る雨のしずくなど幻想的な風景が広がり、雨の日ならではの熊野古道を満喫しました。

 知事と町長との1対1対談



7/3 海山総合支所ほか

知事と町長が公開の場で議論し、町の課題について、共通した認識をもち解決することを目指して毎年開催されている「1対1対談」。

今年は、銚子川及び船津川の河口部を視察し、河口閉塞へいそくの状況などについて議論が行われました。

 マーマレード作り体験



6/19 比幾海岸

食農教育活動の一環で、海野小学校児童がマーマレードづくり体験を行いました。みんなで作ったマーマレードをビンに詰めて、お家にお土産として持ち帰りました。

 熊野古道伊勢路踏破キャラバン



6/24 役場本庁

伊勢神宮から熊野速玉大社までの熊野古道伊勢路踏破に挑戦していた、「三重県住みます芸人」カツラギの二人が、この日荷坂峠を越え紀北町を訪れました。

 夕涼み会



6/28 紀伊長島幼稚園

紀伊長島幼稚園で夕涼み会が行われ、保護者や祖父母など多くの来場者でにぎわいました。園児たちの歌や踊りが披露されたあとは、出店や花火が打ち上げられるなど、夏を感じさせる一日となりました。



# 消防・警察だより

## 紀北医師会休日診療当番表

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 22-1199)

紀北医師会ホームページ <http://www.kihoku-med.or.jp/>

月日	曜日	尾 鷲	電 話	紀 北	電 話
8/3	日	西村整形外科	23-3210	平岡クリニック	47-1055
8/10	日	-	-	島勝診療所	39-0009
8/17	日	南輪内診療所	27-3399	尾辻医院	47-0890
8/24	日	-	-	加藤内科	32-1666
8/31	日	西村整形外科	23-3210	垣内胃腸科内科医院	47-4800
9/7	日	玉置眼科	22-5611	野口内科胃腸科医院	32-2266

## 消防だより

### 火災・救急発生状況(6月末現在)

( )は前年比

火災	区	総件数	建 物	林 野	車 両	船 舶	航空機	その他
		紀伊長島区	2(-1)	0(±0)	0(±0)	0(±0)	0(-1)	0(±0)
海山区	5(+3)	1(-1)	0(±0)	1(+1)	0(±0)	0(±0)	3(+3)	
組合管内	9(-1)	2(-2)	0(±0)	1(+1)	0(-1)	0(±0)	6(+1)	

救急	区	総件数	急 病	交通事故	一般負傷	その他
		紀伊長島区	208(-34)	148(-11)	13(-8)	28(-13)
海山区	196(-12)	137(-3)	13(-5)	34(+2)	12(-6)	
組合管内	931(-66)	623(-14)	50(-26)	137(-10)	121(-16)	

※組合管内は、三重紀北消防組合管内の件数

## 警察だより

免許証の住所が紀伊長島区の方のみ

**運転免許証更新事務**(毎週火曜日：午前9時～正午)

**更新時講習 / 優良・一般**(毎週火曜日：午後2時～)

※祝祭日に該当した場合、振り替えは実施しません。

※問い合わせは尾鷲警察署交通課免許係 (TEL 25-0110) までお電話ください。

### 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	147(-48)	24(-18)	0(-2)	31(-28)	123(-30)
尾鷲署管内	352(-96)	55(-36)	0(-2)	69(-52)	297(-60)
三重県内	30,768(-20)	4,174(-732)	52(+5)	5,619(-791)	26,594(+712)

( )は前年比

松阪市 中村 康英 十万円  
 引本浦 中村 陽二 五万円  
 引本浦 北村 光明 二万円  
 長島 大西 基喜 二十万円

善意をありがとう  
 (紀北町社会福祉協議会へ)

## 戸籍の窓

【平成26年6月1日～30日受付分】

(敬称略)

### お誕生おめでとう

住 所	子 の 名 前	保 護 者
長 島	中村 統真	和則
東長島	小川 永人	邦久
中 里	清川 聖真	真一
相 賀	面尾 京	桂亮
船 津	大川 紅蘭	伸矢
矢口浦	松生 ゆら	将永
中 里	石橋 央都	佑斗
相 賀	柴田 健斗	祐

### ごめい福を祈ります

住 所	氏 名	(年齢)
東長島	東 榮作	(80歳)
長 島	三浦佳代子	(95歳)
長 島	長井 あや	(90歳)
東長島	柳田美保子	(67歳)
十 須	中村 利秋	(93歳)
東長島	木村千登志	(96歳)
東長島	尾崎 昭子	(72歳)
長 島	武村ふさゑ	(93歳)
東長島	有竹 房子	(92歳)
長 島	脇 はつ子	(64歳)
長 島	長井 勉	(76歳)
東長島	樋口 和哉	(87歳)
島 原	脇 晃将	(73歳)
引本浦	濱口芙美代	(75歳)
河 内	浅井 昭二	(86歳)
船 津	伊藤エイ子	(78歳)
相 賀	北口 豊二	(78歳)
引本浦	中村 明弘	(67歳)

※本人または親族の方の了承を得て掲載しています。



# けんまの広場

## っていましたか？紀北町の健康状態

紀北町は高血圧の方が多町です。「高血圧」は特有の自覚症状がないため、気づかぬうちに進行し、脳卒中や心臓病、重症化すると人工透析が必要となるCKD（慢性腎臓病）など、命に関わる合併症を引き起こします。日常生活で血圧を意識し、早めの対策を行うことが重要です。

### 若い世代から予防対策

町では、乳幼児の食育指導を通し、若い世代の方からCKD（慢性腎臓病）の原因となる高血圧などの生活習慣病の予防を図り、医療費高騰を防いでいます。

#### 離乳食教室

8月21日(木)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】乳児を持つ保護者(お子さん同伴可)

☆参加希望の方は8月18日(月)までに本庁福祉保健課地域保健係までご連絡ください。  
(Tel46-3122)



#### 親子クッキング教室

9月30日(火)東長島公民館

【時間】10:00～12:00

【内容】親子で調理実習(一緒に調理できないお子さんは託児もあります)

【対象】幼児と保護者

☆参加希望の方は9月25日(木)までに本庁福祉保健課地域保健係までご連絡ください。  
(Tel46-3122)



## 高血圧を防ぐためのポイント

#### ◆塩分を控える

調味料の量は多くありませんか？『かける』のではなく『つける』それだけで塩分はグッと抑えられます。



#### ◆野菜・果物・魚の摂取

野菜や果物は余分なナトリウムを体から排出させてくれます。青魚は血液の流れをスムーズにしてくれます。



#### ◆お酒は適量に

摂取量を守り、週に2日は休肝日をつくりましょう。

ビールなら  
中瓶1本(500ml)



#### ◆運動

1日30～40分程度の運動を継続しましょう。  
軽い有酸素運動がおすすめ。



#### ◆禁煙

ニコチンは血管を収縮させて血圧を上げます。



#### ◆ストレスをためない

寝る前の入浴、音楽を聴くなど、自分がいちばんリラックスできる方法で肩の力を抜きましょう。





# 『ますます元気に！貯筋教室』参加者大募集！

町では、転倒による骨折や寝たきりなど介護が必要になることを予防し、いつまでも元気ではつらつとした生活を送っていただくために、下記の日程で「ますます元気に！貯筋教室」を開催します。ぜひお申し込みください。皆様のご参加をお待ちしています！

	日程		日程	
第1回	9月5日	第6回	10月10日	
第2回	9月12日	第7回	10月17日	
第3回	9月19日	第8回	10月24日	
第4回	9月26日	第9回	11月7日	
第5回	10月3日	第10回	11月14日	

【対象】 60歳以上で軽い運動に支障がない方  
 【場所】 東長島公民館  
 【時間】 13:30～15:00  
 【内容】 運動、体力測定、健康に関する講話など  
 【参加費】 無料  
 【定員】 20名  
 【申し込み】 8月25日(月)までに本庁福祉保健課地域保健係までご連絡ください。(Tel.46-3122)

## お知らせ

### 赤ちゃん相談

8月11日(月) 海山総合支所別館2階けんこうの広場

【時間】 10:00～11:30  
 【持ち物】 母子健康手帳

8月20日(水) 東長島公民館

【時間】 10:00～11:00  
 【持ち物】 母子健康手帳



### おやこサークル

☆参加者同士で交流をしています。お気軽にお越しください。

【時間】 各会場 10:30～11:30

#### たんぼぼ

【日程】 8/5、12、19、26(火曜日)

【場所】 海山総合支所福祉環境室福祉保健係にお問い合わせください。(Tel.32-3904)

#### プチ・キッズ

【日程】 8/6、20、27(水曜日)

【場所】 多目的会館図書室(和室)

### げんき度チェックリストにご協力お願いします！



町では、8月上旬、65歳以上の方に、「げんき度チェックリスト」とよばれる調査票を送付します。質問項目にチェックをし、返信していただければ、後日結果を通知します。

げんき度チェックリストは、いつまでもいきいきと元気に生活を送っていくためのたいせつな調査になりますので、期限までに必ずご返信ください。

【対象】 平成26年3月31日時点で65歳以上の方(要支援、要介護認定を受けている方は除きます)

【回答方法】 同封の返信用封筒に入れてポストに投函していただくか、本庁福祉保健課または海山総合支所福祉環境室まで提出してください。

【提出期限】 8月18日(月)

### 3歳6か月児健康診査

8月7日(木) 東長島公民館

【対象】 H22.12.13～H23.2.7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。

本庁福祉保健課地域保健係 Tel.46-3122



### 個別健康相談

【相談日時・場所】 ご相談に応じます。

【対象】 腎機能や高血圧・糖尿病などの生活習慣病が気になっている方、治療中の方など

【内容】 減塩のコツ、計画的な体重の減らし方など

【申し込み】 本庁福祉保健課地域保健係へお申し込みください。(Tel.46-3122)

### 一般健康相談(血圧測定・尿検査など)

8月27日(水)

下地集会所・・・9:30～10:00

此ヶ野教育集会所・・・10:20～10:50

9月3日(水)

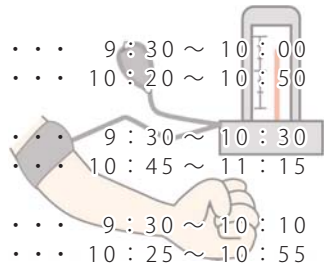
船津集会所・・・9:30～10:30

新田多目的集会所・・・10:45～11:15

9月4日(木)

白浦集会所・・・9:30～10:10

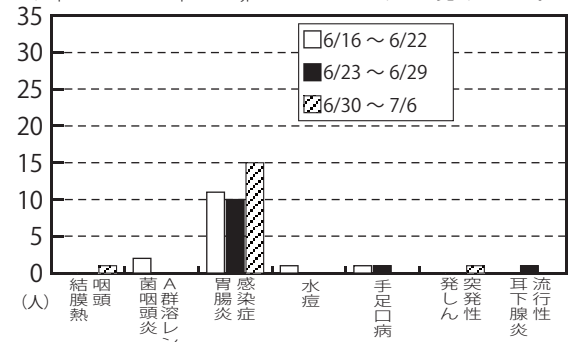
島勝漁村センター・・・10:25～10:55



### 感染症情報(6月16日～7月6日分)

紀北地区の感染症の動向をお知らせします。

※詳しくは「三重県感染症情報センター」のホームページ(<http://www.kenkou.pref.mie.jp/kansenmenu.htm>)をご覧ください。



## バスの絵を募集しています ～9月20日は「バスの日」～

「バスの日」の記念イベントの一環として、バスの絵コンテストを実施します。自由な発想で皆様のバスへの希望や思いをのびのびと表現してください。

### 応募対象

- ①小学生未満の部
- ②小学生1～3年生の部
- ③小学生4～6年生の部

**応募期限** 9月6日(土)※必着

### 作品送付先

#### ○郵便の場合

〒514-8799 津市中央1-1 日本郵便津支店留  
公益社団法人三重県バス協会  
「バスの絵コンテスト募集係」 まで

#### ○その他の宅配便などの場合

〒514-0303 津市雲出長常町1190番地1  
公益社団法人三重県バス協会  
「バスの絵コンテスト募集係」 まで

※応募規定など詳しくはお問い合わせください。

### 問い合わせ

公益社団法人三重県バス協会  
バスの絵コンテスト実行委員会 TEL059-234-1101

## 外国人住民のための避難所訓練

外国人住民の方が、地震がおこった際に自分や自分の家族の命を守るために、どこに避難すればいいか、どのように逃げればいいのかなどの確認や、いざというときのための人工呼吸やAEDの使い方などを交えて訓練を行います。当日は地震や災害時に役立つプレゼントも用意しています。

どなたでも参加していただけますので、お気軽にご参加ください。

※当日はフィリピン語と中国語の通訳が付きます。

**日時** 8月10日(日) 13:30～16:30

**場所** 社会福祉会館2階集会室

### 問い合わせ

(公財)三重県国際交流財団 TEL059-223-5006

## 紀北作業所夕涼み会中止のお知らせ

毎年8月に開催している「紀北作業所夕涼み会」は、作業所の増改修工事が行われるため、今年度は中止させていただきます。

※詳しくはお問い合わせください。

### 問い合わせ

紀北広域連合立紀北作業所 TEL36-1601

## 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。土地・相続問題などについてのご相談をお受けします。

※秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

日程	時間	場所
8月8日(金)	13:30 ～16:00	老人福祉センター (海山区)
8月25日(月)	13:30 ～16:00	社会福祉会館 (紀伊長島区)

※各会場定員10名です。相談を希望される方は、前日までに本庁住民課住民係まで予約のご連絡をお願いします。

※当事者間に係争がある場合、公平性を保つため、双方からのご相談は受けかねますので、ご了承ください。

### 【問い合わせ】

本庁住民課住民係 TEL46-3117

## 普通救命講習

**日時**: 8月9日(土) 13:00～16:00

**場所**: 旧紀伊長島総合支所3階会議室

※詳しくはお問い合わせください。

### 【問い合わせ】

紀伊長島消防署 TEL47-0001

## こころの健康相談

**日時・場所**: ご相談に応じます。

**対象**: こころに悩みを持つ方その家族など

### 【問い合わせ・申し込み】

本庁福祉保健課地域保健係 TEL46-3122

## 給付金の申請お忘れありませんか?

町では現在、「臨時福祉給付金」と「子育て世帯臨時特例給付金」の申請を10月31日(金)まで受け付けています。まだ、手続きが済んでいない方は、下記まで申請をお願いします。

※手続き方法など詳しくは広報きほく6月号をご覧ください。

### 受付窓口

本庁1階101会議室(福祉保健課横)

海山総合支所1階会議室(福祉環境室前)

### 問い合わせ

給付金専用ダイヤル TEL46-3126





## 防衛大学・防衛医科大学生の募集

防衛省では、平成27年春採用予定の防衛大学・防衛医科大学生を募集しています。

### ◆防衛大学校

#### 応募期間

推薦・総合選抜 9月5日(金)～9日(火)

前期 9月5日(金)～30日(火)

後期 平成27年1月21日(水)～30日(金)

#### 受験資格

高等学校以上を卒業(見込み)し、21歳未満の方  
※推薦については、高等学校長の推薦などが別途必要です。

### ◆防衛医科大学校

応募期間 9月5日(金)～30日(火)

#### 受験資格

高等学校以上を卒業(見込み)し、21歳未満の方  
※受験資格など詳しくはお問い合わせください。

#### 問い合わせ

本庁住民課住民係 TEL46-3117

自衛隊熊野地域事務所 TEL0597-85-2214

## 電気は正しく安全に使いましょう

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う。

#### 問い合わせ

一般財団法人中部電気保安協会尾鷲営業所  
TEL22-7404

## 税に関する高校生の作文募集

「税に関する高校生の作文」は、学校教育の中で学習したことや、自分自身の経験などを通じて、税について考えたことを作文で発表し、これを機会に税に関心を持ち、税に対する正しい知識を深めていただきたいという趣旨で昭和37年に募集を始め、今回で53回目になります。高校生の皆様からの積極的な応募をお待ちしています。

**応募資格** 高校生

**応募テーマ** 税に関すること(思ったこと、考えたこと、体験したことなど)

#### 応募規定

○応募者本人が創作した未発表の作品に限る

○1名1編

○800字以上1,200字以内

○冒頭に「学校名・学年・氏名(ふりがな)・題名」、末尾に「応募者住所」を記載

※学校を通じての応募の場合は住所の記載は不要です。

**応募期限** 9月5日(金)※必着

※国税庁ホームページ内「税の学習」コーナーに原稿用紙が掲載されていますので、ご利用ください。

**問い合わせ** 尾鷲税務署総務課 TEL22-2222

## 海上保安大学校学生募集

海上保安庁では、平成27年4月に入校予定の海上保安大学校の学生を募集しています。

**採用予定人員** 約40名

**応募期間** 8月28日(木)～9月8日(月)

**一次試験** 11月1日(土)・2日(日)

**二次試験** 12月19日(金)

※詳しくはお問い合わせください。

#### 問い合わせ

尾鷲海上保安部管理課 TEL25-0118

## きつと 日本一短い花火大会

**日時** 8月24日(日) 20:00～ ※雨天中止

**場所** 城ノ浜海水浴場

※当日は、海の家でのビールやおつまみなどの販売、ビアガーデン&バーベキュー(要予約)、東紀州踊走会のソーラン踊りの演舞などを予定しています。

#### 問い合わせ

孫太郎オートキャンプ場 TEL47-5371



# にじいろスマイル


「にじいろスマイル」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。



**東 碧海ちゃん**  
あおい  
平成25年8月9日  
いつもニコニコあおいちゃん😊  
これからも元気にスグスグ育ってね。  
＜長島＞昌弘・おゆみさん



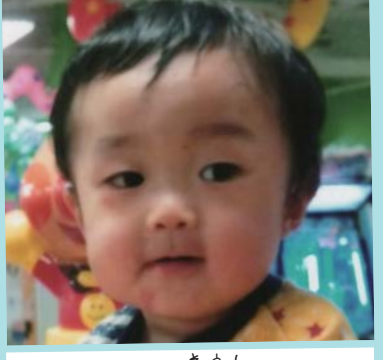
**脇 有里ちゃん**  
ゆうり  
平成25年8月15日  
いつもニコニコの ゆうたん♡  
1才の誕生日おめでとう☆  
これからも元気にスグスグ育ってね♡  
＜長島＞WINANTO・愛美さん



**濱口 航平くん**  
こうへい  
平成25年8月4日  
こうちゃん1歳おめでとう。  
これからも笑顔いっぱいスグスグ成長してね。  
＜長島＞智之・寿美さん



**西 玲華ちゃん**  
れいか  
平成25年8月29日  
元気に生まれできてくれてありがとう  
幸せな人生になるように願っています。  
＜相賀＞和志・絢子さん



**北浦 創史くん**  
しょうし  
平成25年8月22日  
一歳のお誕生日おめでとう！  
これからも元気にスグスグ育ってね。  
＜長島＞真・志保さん

## お知らせ 三重県観光キャンペーン東紀州エリアイベント 「めぐってみよら！東紀州 de シールラリー」

熊野古道が世界遺産登録 10周年を迎えた東紀州エリアでは、9月30日(火)まで「めぐってみよら！東紀州 de シールラリー」を実施しています。

熊野古道ウォーキングや 100 以上もあるイベント・施設などで、東紀州の魅力を満喫していただくと、「めぐってみよら！シール」がもらえます。シールを集めて応募すれば、抽選で 50 名様にステキな賞品をプレゼント。

詳しくは、「みえ旅案内所」や県・市町村舎などで配布しているシールラリーの冊子または三重県観光キャンペーン公式サイトをご確認ください。

**問い合わせ**  
三重県観光キャンペーン推進協議会事務局  
(東紀州地域部会) TEL059-224-2282  
三重県観光キャンペーン公式サイト  
<http://www.kankomie.or.jp/miecp/area/index.html#higashikishu>

## お知らせ 行政放送番組「ふるさと紀北町」 町民アナウンサー募集中！！

ケーブルテレビで行政情報やまちの話題をお伝えしている行政放送番組「ふるさと紀北町」の町民アナウンサーを募集しています。アナウンス経験の有無は問いません。

収録は通常、毎週火曜日に尾鷲市にある(株)ZTV 東紀州放送局のスタジオで行います。収録にかかる時間は午前9時30分～正午ごろまでです。興味のある方はお問い合わせください。

**応募資格** 町内在住の方  
**応募方法** 町民アナウンサー申込書(本庁企画課または海山総合支所総務室で交付)に必要事項記入の上、提出してください。  
※後日、簡単なアナウンス試験を行います。

**応募期限** 8月14日(木)

**問い合わせ** 本庁企画課広報係 TEL46-3113