広報みはま

平成14年11月1日発行

今月の主な内容

◆決算・職員給与…… ❷〜❼
◆園児募集・選挙結果・職員募集・元気塾 … ❽〜❾
◆合併・俳句・保健だより…… ❿〜⓫
◆お知らせ・税務・年金だより…… ⓬〜⓮
◆保育所コーナー・ファインダー…… ⓯〜⓱
◆ふれあい交差点・赤ちゃん…… ⓲〜⓳
◆クッキング…… ⓴

2002 11
No 403

URL　http://www.ztv.ne.jp/mihama

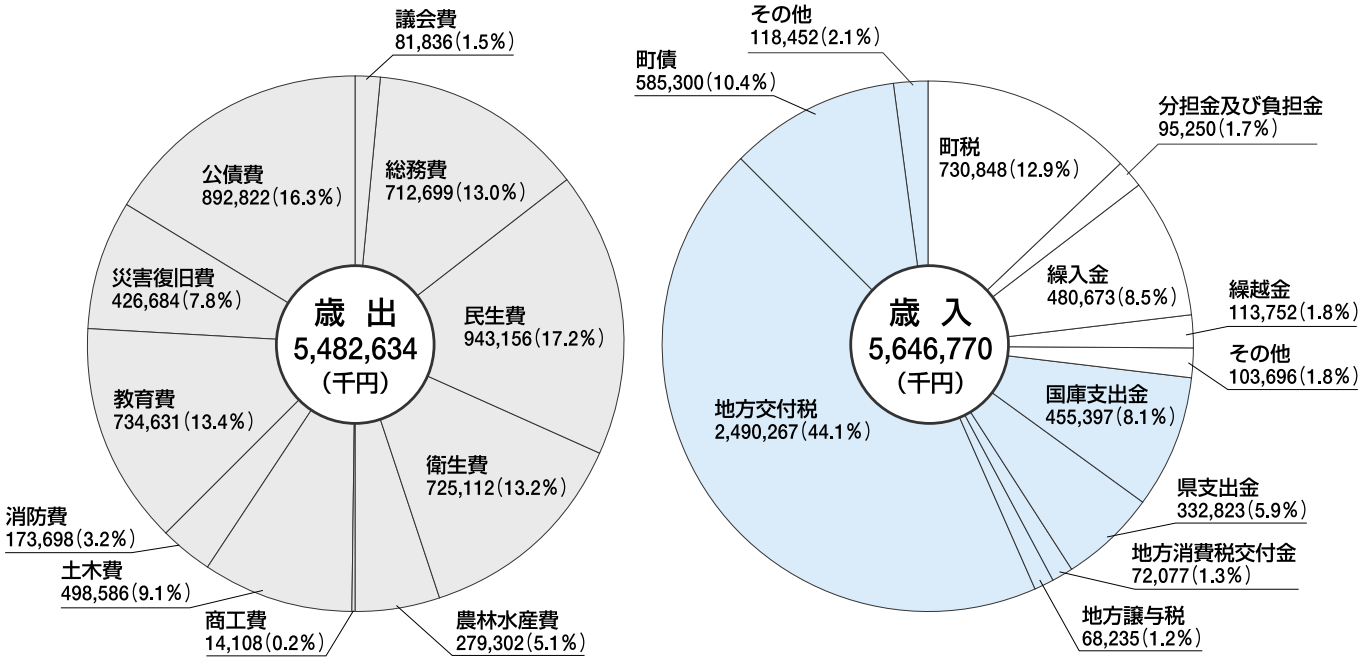
発行／御浜町役場…〒519-5292 三重県南牟婁郡御浜町大字阿田和6120-1 ☎05979 ③ 0505 FAX ② 3502　編集／総務課行政係

決　算　（平成13年度）

平成 13 年度一般会計と特別会計の決算が、町議会 9 月定例会で認定されました。
決算の概要で町の財政状況を公表します。

◆一般会計の決算状況◆

歳入決算額	対前年度比	歳出決算額	対前年度比	差　引　額
56 億 4,677 万円	＋ 15.3%	54 億 8,263 万円	＋ 18.4%	1 億 6,414 万円



※歳入については自主財源を白色、依存財源を緑色で表示しています。

歳入総額は、56 億 4,677 万円と前年度に比べて、7 億 5,050 万円、率にして 15.3％の増額となりました。

科目別の決算額を構成比率でみますと、地方交付税 44.1％、町税 12.9％、町債 10.4％、繰入金 8.5％、国庫支出金 8.1％、県支出金 5.9％などとなっています。

増額の主なものとしては、繰入金 4 億 7,429 万円（前年度対比 7,432.9％増）、町債 3 億 2,740 万円（126.9％増）、国庫支出金 2 億 9,830 万円（189.9％増）などです。

減額の主なものとしては、地方交付税 1 億 2,254 万円（前年度対比 4.7％減）、県支出金 1 億 248 万円（23.5％減）、繰越金 1 億 907 万円（48.9％減）の減額などとなっています。

また自主財源（町税・分担金等・使用料等・繰入金・繰越金・緒収入）比率をみますと、27.0％（前年度 23.8％）で前年度に比較すると 3.2％の増となっていますが、歳入の 7 割余りを自主財源以外の依存財源に頼らなければならないという依然として苦しい台所事業が続いています。今後、いかにして自主財源を確保していくかが大きな課題となっています。

歳出総額は、54 億 8,263 万円で前年度と比べ 8 億 5,011 万円、18.4％の増額となりました。

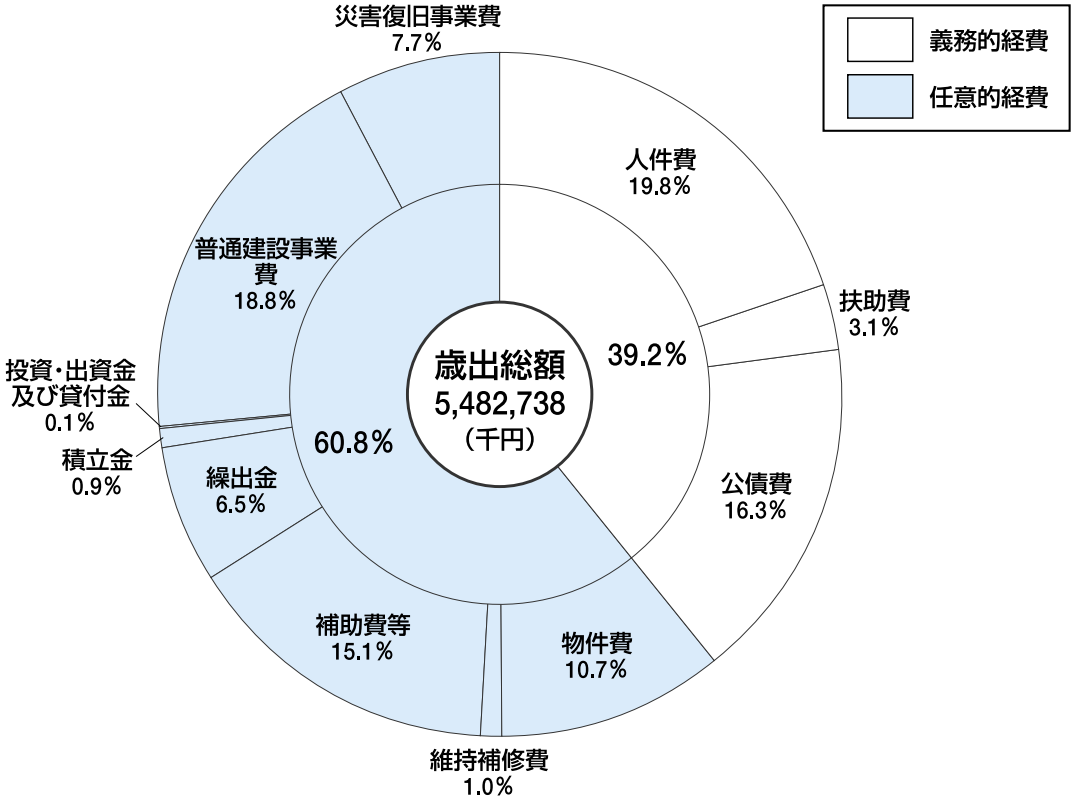
科目別に前年度と比較しますと、教育費 4 億 1,988 万円（前年度対比 133.4％増）、災害復旧費 4 億 520 万円（1886.1％増）、公債費 2 億 5,559 万円（40.1％増）などが増額となっており、尾呂志小中学校建築事業費、9 月 30 日の豪雨災害の復旧に要した経費、公債費（町の借金の償還金）の平準化のための繰上げ償還金などが増加しています。

一方減少した科目としては、農林水産業費 1 億 7,423 万円（38.4％減）、総務費 1 億 5,927 万円（18.3％減）

などとなっており、農村総合整備事業及び山村振興施設（さぎりの里）の事業完了による減額、地域ケーブルテレビ整備事業加入促進負担金の減額が主な要因です。

町民一人あたりの支出額を単純に計算しますと約53万1,520円となり昨年の45万1,513円と比べ80,007円（前年度対比17.7%増）の増額となっています。

健全財政を確保するため、財源をいかに効率的に活用するかが、これからも大事になってきます。



次に普通会計（※1）の決算で性質別支出について説明します。

職員や議員、各種委員の報酬や給料などの人件費が10億8,537万円（構成比率19.8%）で、昨年度に比べ480万円の増額です。

扶助費とは、医療費の助成などの経費で、1億7,144万円（3.1%）で895万円の増額となっています。町の借金の償還金である公債費が8億9,282万円（16.3%）で2億2,437万円の増額です。以上が義務的経費と呼ばれておりこの比率（39.2%）が高いと財政運営上好ましくありません。

物件費は、消耗品費・委託料・賃金・旅費などの消費的な性質の経費で5億8,716万円（10.7%）、補助費等は、各種補助金・負担金・助成金などの経費で8億2,589万円（15.1%）となっています。

また、道路・橋や庁舎等の建設事業費及び災害復旧費などの投資的経費が14億5,583万円（26.6%）となっています。

※1　普通会計……　個々の地方公共団体ごとに各会計の範囲が異なっているなどの理由で財政比較が困難なため、全地方公共団体で統一的に用いられる会計区分です。

当町の平成13年度の会計区分では、おおむね一般会計と福祉資金貸付特別会計を合算したものがこれにあたります。

なお、特別会計の決算額の状況は、次の各表のとおりです。
今後も効率的な財政運営に心掛け、健全な財政を維持できるように取り組みます。

◆特別会計の決算状況◆

会　計　名	歳入決算額	対前年比	歳出決算額	対前年比
国民健康保険	10億5,554万円	3.4%	8億9,606万円	2.1%
福祉資金貸付	232万円	7.7%	232万円	皆増
老人保健	11億4,876万円	3.5%	11億6,429万円	8.6%
下水道	7億4,364万円	△22.0%	7億1,805万円	△21.7%
工業団地事業	2,051万円	△1.8%	2,051万円	5,351.6%

◆水道事業特別会計（企業会計）の決算状況◆

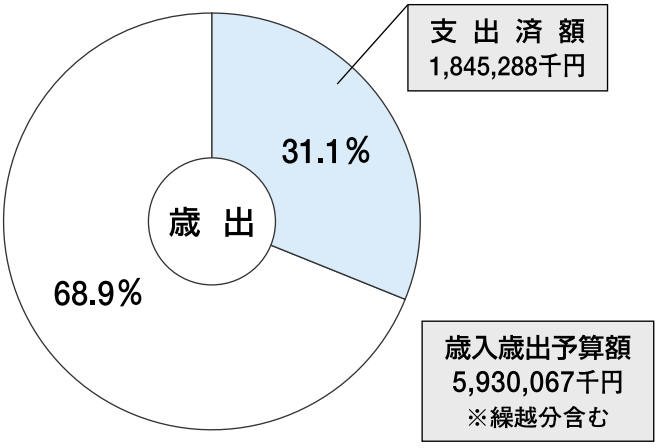
区　分	収入総額	対前年度比	支出総額	対前年度比	差引額
収益的収支	2億4,639万円	皆増	2億1,946万円	皆増	2,693万円
資本的収支	2億7,119万円	皆増	3億1,103万円	皆増	△3,984万円

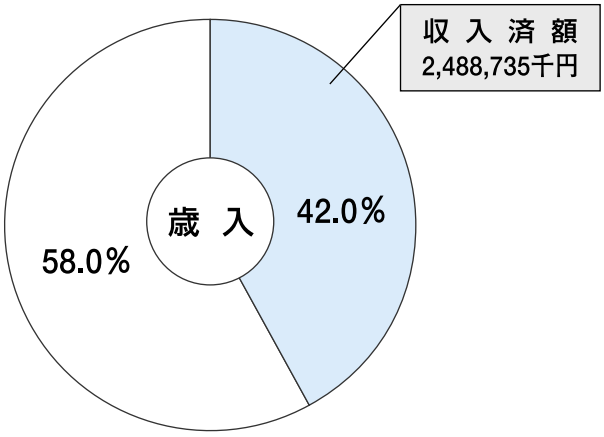
賃借対照表（平成14年3月31日現在）

資産の部		負債の部	
1固定資産	18億8,685万円	3固定負債	0万円
(1) 有形固定資産合計	18億8,649万円	4流動負債	899万円
(2) 無形固定資産合計	36万円	負債の部合計	899万円
2流動資産	1億5,987万円	資本の部	
(1) 現金預金	1億1,102万円	5資本金	18億9,572万円
(2) 未収金	2,221万円	(1) 自己資本金	2億6,105万円
(3) 貯蔵品	1,250万円	(2) 借入資本金	16億3,467万円
(4) その他流動資産	1,414万円	6剰余金	1億4,201万円
		(1) 資本剰余金	1億2,083万円
		(2) 利益譲与金	2,118万円
資産の部合計	20億4,672万円	資本の部合計	20億3,773万円

水道事業については、平成13年度より企業会計方式による経営を行っています。
主な事業内容は、安全で安定した給水を実現するために下市木志原浄水場の浄水施設を膜ろ過方式へ改良するための施設整備工事などを行いました。

平成14年度一般会計予算の執行状況（9月末現在）





平成13年度のおもな“まちづくり”

・環境に関する国際規格 ISO14001 認証取得…399 万円
・イベント開催（ふるさとフェスティバル、大海水プール、熊野古道イベント、道の駅フェスタ、七里御浜大海水プール、尾呂志米まつり他）…813 万円

・阿田和保育園大規模修繕…2,935 万円
・町内全保育所耐震診断…305 万円

・RDF 化施設（紀南清掃センター）建設負担金…1,581 万円 →
・リサイクルセンター施設整備…2,532 万円

・かんきつ振興事業（農業後継者育成、消費拡大、マルチ栽培推進に対する助成他）…1,891 万円
・県営ふるさと水と土保全事業負担金（山地地区農道等整備）…1,235 万円
・県営一般農道整備事業負担金（志原向山）…1,146 万円
・森林環境創造事業及び緑の雇用事業（公益的機能向上のための多様な森林づくり）…1,273 万円
・沿岸漁業構造改善事業補助金（築磯の設置による漁場拡大）…870 万円

・商工業振興対策事業及び中小企業活性化事業補助金（商工会への補助）…850 万円
・特産品振興対策補助金（特産品振興会への補助）…95 万円

・町道の改良
市木阿田和線（阿田和尾呂志街道踏切付近）→
…1 億 1,872 万円
奥地線（阿田和町営住宅付近）…992 万円
市木阿田和線（下市木稲荷橋）…942 万円
岩本萩内線（萩内団地付近）…982 万円
西平見 2 号線（志原西平見）…817 万円
木和田線（神木木和田）…766 万円
阪本川瀬線（阪本）…1,541 万円
栗須裏 6 号線（栗須）…746 万円

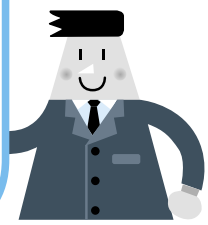
・消防常備化負担金（熊野市への消防・救急業務の委託分）…1 億 1,749 万円
・防火水槽設置工事･･･ 504 万円
・消防市木分団第 3 班消防車庫建替え他…745 万円
・消防ポンプ自動車購入（阿田和分団）…1,145 万円
・自主防災組織育成事業（町内 21 組織）…345 万円

・尾呂志小中学校の建築･･･ 3 億 8,096 万円 →
・小中学校トイレ改修
（バリアフリー対策）…550 万円

御浜町職員の給与はこのようになっています

地方公務員の給与は、民間との比較、国家公務員やほかの地方公共団体の職員とのバランスなどを考えて決められています。

町民のみなさんに、御浜町職員の給与を知っていただくため、そのあらましをお知らせします。



1．人件費の状況（普通会計決算）

区 分	住民基本台帳(年度末)	歳出額（A）	人件費（B）	人件費率（B／A）	12 年度人件費率（参考）
13 年度	平成 14 年 3 月 31 日 10,287 人	54 億 8,273 万 8 千円	10 億 8,537 万 3 千円	19.8%	23.2%

人件費には、特別職（町長、収入役、教育長、議会議員等）に支給される給料、報酬などを含みます。

2．職員給与費の状況（普通会計予算）

区 分	職員数（A）	給与費				1 人当り人件費（B／A）
		給料	諸手当	期末・勤勉手当	計 (B)	
14 年度	125 人	5 億 0,611 万 3 千円	7,001 万 8 千円	2 億 2,074 万円	7 億 9,687 万 1 千円	637 万円

3．職員の平均年齢、平均給与額、平均給与月額状況（平成 14 年 4 月 1 日現在）

区 分	町		三重県	
	一般行政職員	現業職員	一般行政職員	現業職員
平均給料月額	344,720 円	299,942 円	359,193 円	352,444 円
平均給与月額	380,605 円	323,746 円	430,500 円	390,680 円
平均年齢	42.9 歳	45.9 歳	40.6 歳	44.6 歳

（注）給与は、基本給である給料に固定的な職員手当（扶養・通勤・住居・管理職）を含んだものです。

4．職員の初任給の状況（平成 14 年 4 月 1 日現在）

代表職種		町		三重県
		決定初任給	採用 2 年経過日給料額	決定初任給
行政職員	大学卒	174,400 円	188,900 円	181,400 円
	高校卒	141,900 円	151,800 円	146,500 円

5．職員の経験年数階層別・学歴別平均給料月額の状況（平成 14 年 4 月 1 日現在）

代表職種			経験年数		
			7～10 年	10～15 年	15～20 年
町	一般行政職員	大学卒	260,617 円	285,360 円	362,050 円
		高校卒	211,300 円	269,100 円	291,633 円
	現業職員	高校卒	—	232,200 円	253,833 円

（注）　は、該当職員がなし。

6．一般行政職の級別職員数の状況（平成 14 年 4 月 1 日現在）

給料表は、職務の内容や責任の程度によって、いくつかの級に区分されます。代表例として、 一般行政職について見ると、次のとおりです。

区 分	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	7 級	8 級	計
標準的な職務内容	主事補	主事	主任主事 主事	係長 主任主事	課長補佐 係長	課長 課長補佐	課長	課長	
職員数（人）	2	2	5	24	2	26	6	8	75
構成比（%）	2.7	2.7	6.6	32.0	2.7	34.7	8.0	10.6	100.0

（注）標準的な職務内容とは、代表的な職名を示しています。

7.扶養手当・住居手当・通勤手当・管理職手当の状況（平成 14 年 4 月 1 日現在）

区分	内容		国との同異
扶養手当	配偶者	16,000円	同
	配偶者以外の扶養親族2人まで	5,500円	
	ただし、配偶者のない場合の1人目	11,000円	
	扶養親族でない配偶者を有する場合の1人目	6,500円	
	その他の扶養親族	2,000円	
	満16歳以上22歳までの子について	5,000円加算	
住居手当	ア.借家、借間居住者		同
	支給対象額	家賃等の12,000円を超える額	
	最高支給額	27,000円	
	イ.自宅居住者	1,000円	
	〃 （新築後5年間）	2,500円	
通勤手当	片道2ｋｍ以上で、交通機関又は交通用具を使用する場合、支給		異
	全額支給限度額	45,000円	
	最高支給額	50,000円	
管理職手当	給料月額の10分の1（百円未満切捨て）		異

8.期末・勤勉手当、退職手当の状況（平成 14 年 4 月 1 日現在）

期末・勤勉手当	（14 年度支給割合）		
		期末	勤勉
	6 月期	1.45 月分	0.60 月分
	12 月期	1.55 月分	0.55 月分
	3 月期	0.55 月分	—
	計	3.55 月分	1.15 月分
	職制上の段階、職務の級等による加算措置 有		
退職手当	（13 年度支給率）		
		自己都合	定年・勧奨
	最高限度額	60.0 月分	62.7 月分
	勤続 20 年	21.0 月分	28.875 月分
	勤続 25 年	33.75 月分	44.55 月分
	勤続 35 年	47.5 月分	62.7 月分
	そのほかの加算措置	定年前早期退職特例措置（2%～20%加算）	
	退職時の特別昇給	1 号～3 号	

（注）期末・勤勉手当の支給割合及び退職手当の支給率は、国・県と同じです。

9.特殊勤務手当の状況（平成 14 年 4 月 1 日現在）

職員全体に占める手当支給職員の割合	13.5%
支給対象職員1人当たり平均支給月額	3,837円
主に支給されている代表的な手当	・町税業務 ・国保税業務 ・衛生業務（収集） ・国民年金徴収業務

10. 時間外勤務手当の状況（普通会計）

12年度	支給総額	27,030千円
	職員1人当たり支給年額	255千円
13年度	支給総額	38,552千円
	職員1人当たり支給年額	279千円

11.特別職の報酬等の状況の状況（平成 14 年 4 月 1 日現在）

	給料月額等	期末手当（14 年度支給割合）		
町長	750,000 円	6 月期	2.05 月分	職制上の段階、職務の級等による加算措置 有
助役	605,000 円	12 月期	2.10 月分	
収入役	585,000 円	3 月期	0.55 月分	
教育長	575,000 円	計	4.70 月分	
議長	285,000 円	6 月期	1.45 月分	
副議長	225,000 円	12 月期	1.55 月分	
議員	210,000 円	3 月期	0.55 月分	
		計	3.55 月分	

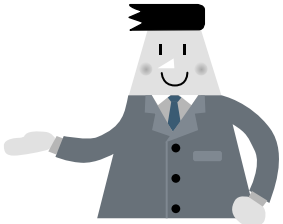
町長等の特別職の職員の報酬等については、公正を期すため、町内の各分野の有職者などで構成する「特別職報酬等審議会」の答申を受けて、条例で定められています。

12.部門別職員数の状況と主な増減理由（平成 14 年 4 月 1 日現在）

区分 部門		職員数（人） 平成13年	平成14年	対前年増減数(人)	主な増減理由
一般行政	議会	2	2	0	
	総務	27	26	△1	業務の見直し
	税務	8	8	0	
	民生	45	46	1	一歳児保育開始
	衛生	13	14	1	県からの事務移管
	労働			0	
	農水	11	12	1	業務増
	商工			0	
	土木	8	9	1	〃
一般行政計		114	117	3	
行特政別	教育	13	13	0	
				0	
	小計	13	13	0	
公営企業等	水道	4	4	0	
	下水道	3	2	△1	事業の一部終了
	その他	6	6	0	
	小計	13	12	△1	
総合計		140	142	2	

（注）職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者、派遣職員などを含み、臨時又は非常勤職員を除いています。

†問い合わせ先†
総務課　職員係
☎３－０５０５



平成15年度入所
町内保育所園児募集

平成14年11月1日(金)～11月11日(月)

町では、次の要領で平成15年度の保育所園児を募集します。通園区域は設定しておりませんので、希望する保育所へ申し込みをしてください。

また、広域入所（熊野市～那智勝浦町管内）についても同時に受付しておりますので、同じ要領で福祉保健課へ申し込んでください。

【入所申請の資格】

入所できる幼児は、その家庭が次のいずれかの事情にある場合です。

▼幼児の親が家庭外で仕事をしている
▼幼児の親が家庭内で家事以外の仕事をしている
▼両親がいない
▼母親が出産や病気などで保育ができない
▼家族が病人や障害者の看護をしている
▼家庭が災害を受けた
▼その他特別な事情がある

【申し込み先】

町内各保育所（園）
▽神　木保育所☎(2)0163
▽志　原保育所☎(2)0058
▽市　木保育所☎(2)2348
▽阿田和保育園☎(2)2071
▽尾呂志保育所☎(4)1049
▽福祉保健課　☎(3)0515

【提出書類】

①入所申込書
②就労証明書
・会社等で働いている方
・自営業の方
・内職をしている方
・農業等の手伝いをしている方
③診断書（病気等の場合）

※①②の用紙は申し込み先に用意しています。

【保育料】

保育料は前年の所得を基本に決定しますが、平成15年度保育料については、まだ決定されていません。

参考までに、平成14年度の保育料（抜粋）は次のとおりです。

所得税等による区分	3歳未満児（円）	3歳以上児（円）
町民税非課税世帯	0～10,400	0～9,000
町民税課税世帯	17,500～19,500	15,500～17,000
所得税課税世帯	22,500～41,500	20,000～34,000

阿田和保育園及び市木保育所は、延長保育、1歳児保育（定員各5名）を実施します。

延長保育は、本年も阿田和保育園及び市木保育所で実施します。

延長保育を希望し対象者に該当する方は、希望する保育所に、「入所申込書」と合わせて「延長保育申請書」を提出してください。申請書は、各保育所及び福祉保健課に用意しています。

【延長保育対象者】

①要保育者が、家庭外で就労しており、午後4時以降も引き続き就労していることが証明でき、他に保育を依頼できる者がいない幼児
②要保育者が疾病等で、代わって保育を行う者が、午後4時以降も引き続き就労していることが証明できる幼児
③その他災害等の特別の事情により、特に必要と認められる幼児

【延長保育時間】

午後4時から午後5時30分までとし、午後6時までに園を降園すること

※土曜日は延長保育は行いません。

【延長保育料】

延長保育にかかる保育料は、別途月額2000円（2人目以降は半額）必要です。

【受付期間】

11月1日(金)～11月11日(月)

†問い合わせ先†

各保育所（園）又は、福祉保健課　福祉係

（担当　畑中）

阿田和・市木・志原保育所は朝7時45分から保育を開始します。

延長保育（市木保育所）

くろしおホールでの開票作業

御浜町長選挙結果

９月２９日、任期満了に伴う御浜町長選挙の投票・開票が行われました。
結果は次のとおりです。

当　北　裏　公　　教　　３，９８９票
　　古　川　ひろふみ　　３，１０１票

投票率　８７．７１％

●各投票区における投票結果●

投　票　区	当日有権者数	投票者数	投票率(%)
1(片川)	32	29	90.63
2(上野、川瀬、栗須)	536	443	82.65
3(阪本)	128	105	82.03
4(西原、中立)	179	165	92.18
5(柿原)	188	185	98.40
6(引作)	50	48	96.00
7(山地)	175	157	89.71
8(阿田和)	2,403	2,158	89.80
9(下市木)	2,023	1,774	87.69
10(上市木)	359	312	86.91
11(神木)	609	496	81.44
12(志原)	417	366	87.77
13(志原平見)	1,023	886	86.61
合　計	8,122	7,124	87.71

投票総数　7,124票　有効投票数　7,090票
無効投票数　34票

平成15年4月1日採用　町職員募集

●職種及び採用予定人員
　一般行政職(保育士)・・・1名

●試験実施日時
　・第1次試験(教養試験)
　　平成14年11月24日(日)午前9時～
　・第2次試験(作文・面接試験)
　　平成14年12月　8日(日)午前9時～

●願書受付期間
　平成14年11月8日(金)まで
　(土・日・祝日を除く役場執務時間。郵送の場合は速達書留とし、締切日消印有効)

◆詳しくは、総務課 職員係(☎3－0505)までお問い合せください。

わがら元気塾 自主講座(11月分)

	日　時	場　所	講　師	対　象	定員	持ち物
熊野古道ウォーキング教室	11月10日(日) 午前10時～午後2時	風伝峠への古道 (全行程3キロ程度) ※さぎり茶屋にて集合解散	渡邊　芳遠 勝田善二郎	小学生～一般 (小学生は、保護者同伴)	30名程度	昼食(各自持参)
しめ縄作り教室	11月22日(金) 午後7時～9時	下市木公民館	佐古口好通		30名程度	ペンチ・せんてばさみ ※材料はこちらで用意します。
パソコン(年賀状づくり)教室	11月26日(火)～ 28日(木)[3日間] 午後7時～9時	中央公民館	浦東　敦之	高齢者でパソコンを始めたい方 (または、初心者)	10名程度	ハガキ5～10枚程度 ※パソコンはこちらで用意します。

☆すべて参加料は無料で、町内在住・在勤の方ならどなたでも参加いただけます。
†申し込み・お問合せ先†　教育委員会　わがら元気塾事務局　☎3－0526

市町村合併研究会コーナー

南郡熊野市町村合併研究会では、現在、合併検討における事務事業実態調査、財政シミュレーション、住民アンケート調査等について四日市大学地域政策研究所のアドバイスを受けながら調査・研究を行っております。

今回はその内、住民アンケート調査の回収結果についてお知らせします。

●住民アンケート回収結果

9月中旬より南郡熊野市町村合併研究会では、住民の皆さんの合併についての関心度などを把握するために、南郡熊野5市町村にお住まいの方の中から総計2074人の方に、アンケート調査をお願いしました。その回収結果は次のとおりとなっています。

また、このアンケート調査の設問に対する集約・分析等は四日市大学地域政策研究所の協力を得ながら取りまとめを行っており、その集約結果の詳細については12月の広報紙に折り込まれます「南郡熊野市町村合併研究会だより第2号」にて掲載させていただきますのでご覧ください。

なお、今回アンケート調査にお答えいただいた方には、お忙しい中、ご協力いただきまして大変ありがとうございました。ご記入いただきましたご意見は合併検討における貴重な参考資料とさせていただきます。

調査表の配布・回収結果

	配布票数	回収票数	回収率(%)
熊野市	821	333	40.6 %
御浜町	443	222	50.1 %
紀宝町	379	218	57.5 %
紀和町	170	106	62.4 %
鵜殿村	261	133	51.0 %
合　計	2,074	1,012	48.8 %

市町村合併に関するQ&A—Part3

Q 合併すると地域の伝統や文化が失われていきませんか？

A 合併はそれまでの市町村を同じカラーで塗りつぶそうというものでなく、より大きな範囲で新しいまちづくりを考えようというものです。

合併後にも、それぞれの地域において育まれた歴史、文化、伝統などを尊重した地域づくりを行ったり、旧地名を残していく等の工夫をすることで各地域の個性を活かしたまちづくりを行っていけます。

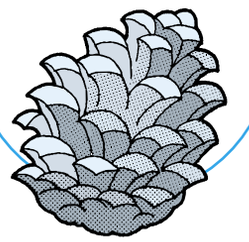
広報文芸

みはま広報俳句九月抄

病む友の　華麗な姿　曼珠沙華　山田　準
迷い犬　人恋う瞳　秋思あり　真砂　笑子
精霊の　渡り廊下や　海の虹　中村　幸子
耳鳴りに　混じる夜更けの　チチロかな　向井　春羊
鈴虫や　今年の声で　鳴きにけり　須崎　行雄
三度読む「坊ちゃん」連載　朝涼し　湊　貞
目薬の　一滴ぬるし　原爆忌　井奥冨久子
アロハシャツ　着せられ案山子　棚田守る　福井　清子
遠花火　咲く大輪に　音は無し　西　敦子
入道雲　戦争知らぬ児　黙祷す　谷口　希世
切り株が　苦労名残の　刈田かな　杉目　芳巳
秋燕や　通し土間ある　京の家　長尾　あや
薬草の　数々干して　秋彼岸　日浦とよの
門火焚く　ビルマに征きし　友の顔　堀　一秀
現し世の　不況きびしく　青みかん　川本　素秋
露天風呂　時移ろいぬ　虫時雨　東　かほる
叩くなと　柄に来て縋る　秋の蝿　和田　一潮
雲海に　沈む古里　芒の穂　中西　水交

転ばないからだをつくろう

保健だより



No.263

活動的な生活を送ることで転倒を防ぐことができます。

高齢者が寝たきりになる原因は、脳卒中の後遺症が一番目。二番目が転倒骨折です。

高齢になると脚と腰の筋肉が萎縮（いしゅく）し歩き方がすり足になるため、ちょっとした障害物につまずいても転倒し、骨折してしまうことがあります。骨折してしまうとある程度の期間治療しなければならないので、その間に脚の筋肉が弱くなってしまい寝たきりの原因になるのです。

転倒を防ぐために大切な、歩行能力や筋力、バランス能力などの身体機能は、身体をよく動かす活動的な生活を送ることで維持・改善できます。

下に紹介するいくつかの転倒予防体操を実施し、腰・脚の筋肉をつけて転倒を予防しましょう。

足の筋力をつける体操

- 各動作は５～ 12 回くり返します。
- 体操を始める前に必ず準備体操等を行ってください。

1. 片足体重かけ

①足を左右に開き、両手を腰にあてて、ひざを曲げ体重を両足にかけます。
②両足の裏を床につけたまま、片方の足に体重をかけ、約５秒止めます。
※伸ばした方の足のかかとをあげたり、足をあげたりすると太ももに強い負荷がかかります。
③このとき曲げたひざが足の親指より前に出ないようにします。
④重心の高さは変えずに体重を反対の足にゆっくりとかけ、約５秒止めます。
※ひざが痛い人は無理にやる必要はありません。

2. かかとあげ

①両足そろえて、背中を伸ばして自然に立ちます。
②爪先を軸にかかとをあげ約３～５秒止め、ゆっくりとさげます。
※なれたらかかとをあげたあと、さらにひざを曲げます。戻るときはひざを伸ばしたあとにかかとをさげます。

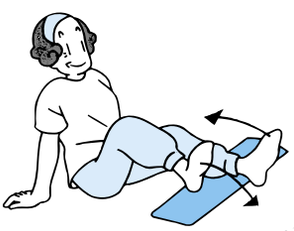
3. 足首の曲げ伸ばし

①両足そろえて、ひざを伸ばしてすわります。
②背中を伸ばし、両手を後ろに軽くついて上体をささえます。
③両足の指先を最大に内側にそらし約５秒止めます。
④指先を外側にしっかり伸ばし約５秒止めます。
※太ももを強く刺激するために、そらすときにかかとをもちあげようとする気持ちで行うと効果的です。

4. 片足あげ（左右）

①背中を伸ばし、両手を後ろに軽くついてすわります。
②ひざを曲げます。
③片方の足を伸ばしながらもちあげて約５秒止め、ゆっくりとおろします。
※足を伸ばすときに、かかとの前のおもりをかかとでおし出すような感じで力を入れながらゆっくりと伸ばします。伸ばした足は、立てたひざより高くならないように気をつけてください。

5. 足の前後交差



①タオルたたんで床におきます。
②タオルを境にして片方の足を前に反対の足は後ろにおきます。
③後ろななめに上体を伸ばして、腕でささえます。
④同時に両足をもちあげ、そのまま２～３秒止めます。
⑤停止後、足をゆっくりと前後に交差させます。

11月 季節カレンダー

疲れや食欲不振にビタミンB_1を

ビタミンB_1が不足すると肩こりや目の疲れ、消化管の運動が鈍って食欲が減退したりします。最近では、清涼飲料水や甘いお菓子、インスタント食品のとりすぎによる弊害も出ています。

ビタミンB_1を補うには、胚芽牛乳、緑黄色野菜、肝、獣鳥鯨肉、豆類等のビタミンB_1を多く含む食品を一品加えることで補えます。また、豚肉はビタミンB_1も多く、玉ねぎ、にんにく、にら、らっきょ、梅干などを組み合わせて食べることでより吸収率をよくします。是非、毎日の食事にとり入れていきましょう。

情報のコーナー

このコーナーは、
身近な情報を
皆さんにお伝えする
コーナーです

役場本庁での窓口証明業務（戸籍・住民票・印鑑証明のみ）は
午後６時15分まで受付しています。（月～金）

健康情報テレホンサービス

（津局）
059-223-1114
いいお医師

（フリーダイヤル）
0120-141154

県保険医協会

- 朝９時から翌朝９時まで24時間、同内容のテープが流れます。（祝日は前日のテープ）
- 毎月内容が変更されます。

10月のテーマ

月	インフルエンザについて（予防注射など）
火	老眼鏡のはなし
水	夜尿症
木	親知らずは悪玉か？？？
金土日	エイズについて

自衛隊生徒募集

防衛庁では、陸上・海上・航空各自衛隊の専門技術者を養成するため、自衛隊生徒を募集しています。

【受験資格】
中学卒業（見込含む）で17歳未満の男子

【受付期間】
平成14年11月5日～
平成15年1月7日

【試験日程】
●1次試験
平成15年1月11日
●2次試験
平成15年1月24日～27日（うち1日）
●最終合格発表
平成15年2月18日

【その他】
・採用時期は、平成15年4月上旬です。
・入隊後の教育期間は4年間で、3年修了時には高校卒業資格を取得できます。

†問い合わせ先†
自衛隊熊野募集事務所
☎0597８―5―2214
紀伊地区自衛官募集事務連絡協議会
☎0597８―9―4111（内線133）

地域防犯灯の維持管理について

町内各地区において防犯灯の整備調査等を行っており、調査が完了したものから、設置されている電柱等に記号番号を記したシール（例　防犯灯　み　阿001）を貼り、防犯灯の維持管理に努めています。

お近くの防犯灯で電球が切れているとか、故障しているものがありましたら、シールに記されている記号番号を税務住民課　くらしと相談係まで、連絡してください。

†問い合わせ先†
税務住民課　くらしと相談係
☎3―0512（有）3012

みはまアカペラ・ゴスペル ふれあいコンサート 参加者募集

【開催日】12月22日（日）

【場　所】中央公民館

【募集期間】12月6日（金）まで

【募集定員】20組程度
※応募多数の場合抽選させていただきます

【申し込み方法】
電話またはハガキで代表者氏名・住所・電話番号・曲名をご連絡をください。

†申し込み・問い合わせ先†
教育委員会☎3―0526（担当　崎久保）

※推薦していただいたグループには、運営委員会がお願いの連絡をさせていただきます。

女性相談のお知らせ

○夫婦、親子、親族間のこと
○結婚、離婚、異性関係のこと
○対人関係、金銭問題、健康等生活全般のこと
○夫や親しい関係にある男性からの暴力（ＤＶ）

誰に相談していいのかわからないとき、自分の力だけではどうにもならないときお気軽に相談してください。相談は無料です。

相談は婦人相談員がお受けし、相談内容、個人の秘密は固く守ります。

電話での相談も受け付けています。来所される場合は事前にお電話ください。

【相談日時】
月曜日～金曜日
午前9時30分～午後4時

【相談場所】
（木曜日を除く）
紀北県民局保健福祉部
児童家庭チーム
☎0597２―3―3429
（木曜日のみ）
紀南県民局保健福祉部
子育て支援グループ
☎0597８―4―4101

出産祝金支給制度を知ってますか？

この制度は、次代を担う児童の出産を奨励、祝福して出産祝金を支給し、人口増加により、活力ある町づくりを目指すことを目的としています。

受給資格は、御浜町住民基本台帳に原則1年以上登録されている方で、第3子以上を出産し養育する方、若しくはその配偶者です。

祝金の額は、

第3子の出産　10万円

第4子以上の出産　30万円

この制度に該当した場合は、出生後、30日以内に福祉保健課で申請の手続きをお願いします。

†問い合わせ先†

福祉保健課　福祉係

☎3―0515

和歌山県立なぎ看護学校 学生募集

【募集学科】看護学科（全日制、看護師3年課程）

【募集人員】40名（推薦入学の募集人員を含む。）

【修業年限】3年

【出願資格】

（1）高等学校を卒業した者

（2）平成15年3月高等学校卒業見込みの者

（3）学校教育法第56条に該当する者

【入学願書受付期間】

平成14年12月6日(金)から12月13日(金)まで必ず郵送（書留郵便）により提出すること（締切日消印有効）。

※試験科目・日時、出願手続き等その他お問合せは、左記連絡先まで

†問い合わせ先†

和歌山県立なぎ看護学校

☎0735―31―8797

みえ高齢者健康文化祭

【主催】三重県、（財）三重県老人クラブ連合会、（財）三重県長寿社会福祉センター

【趣旨】高齢者の経験・知識等を紹介し、世代間交流を図るため、記念講演、作品展、芸能大会などの催しを実施

【日時】

11月13日(水)～17日(日)

午前9時30分～午後4時30分

※17日のみ午後3時30分まで

【場所】

三重県総合文化センター

津市一身田上津部田1234

【その他】参加費無料

†問い合わせ先†

福祉保健課☎3―0515

（担当　崎久保）

身体障害者巡回相談

身体障害者手帳交付の要否判定、等級変更、補装具の要否判定等について、県の身体障害者更生相談所による巡回相談を行います。

【日時】12月5日（木）

午後1時～2時（受付）

午後2時～（診察）

【場所】紀南病院

【診察内容】整形外科・耳鼻科（聴覚に関するもの）

†問い合わせ先†

福祉保健課☎3―0515

※事前に福祉保健課まで予約してください。

町図書館だより　新書のお知らせ

一冊の本

浅井力也－障害に負けず描き続ける少年画家－

柳本　茂 著

脳性まひという重い障害を持って生まれた力也は、言葉を発して話すことも、手足を自由に使うこともできません。でも力也は、上手に使えない手に筆を握り、その上から包帯で筆を固定し描いていた日もありました。握れるものは何でも使い、一生懸命努力し一枚の絵を仕上げていきました。

そして、何かを成し遂げられるという喜びを知り、その大変な努力は幸せに変わったのです。できないからとあきらめずに努力することが大切なのだということ、生まれてから一度も怒ったこともなく、嘘をついたこともなく、いつも他人を深く思うやさしさ、それらを語りかけてくれる絵の一枚一枚が力也のマイ・ソールドです。

私は人の立場になって考え、互いに愛し合う力也のスピリットの大きな愛はきっと、神様から頂いたものだと思っています。そんな大きな愛をこれからもお友だちと分かち合うことができたらと願っています。　浅井　三和子

僕が一番大切にしているものは、たくさんあるけれど、神様から頂いた大きな愛と感謝の気持ち、そして大事な友だちです。　浅井　力也

新刊案内（中央公民館）

癒しの溶岩園芸　　佐藤　俊明　著

９月１１日の英雄たち　　ダニエル・ペイズナー他　著

熊野異界への旅　　山本　殖生　著

●税務署だより●

税を知る週間

１１月１１日から１１月１７日までは「税を知る週間」です。

税金は、国や地方公共団体が活動するための大切な財源です。

《身近な税の使いみち》

○公立学校の児童・生徒への教育費　○警察・消防費

○国民医療費　○町のゴミ処理費

所得税の予定納税（第２期分）

納税の期間は、１１月１日から１２月２日までです。

納税する額は、予定納税が必要な方に６月中旬に税務署から郵送されている「予定納税額の通知書」に記載されている第２期分の金額です。

なお、納税手続きの際には、「振替納税」をご利用下さい！

給与所得者の年末調整

給与所得者は、毎月の給料やボーナスから所得税が源泉徴収されていますが、その源泉徴収された所得税の合計額と、１年間の給与総額に対する所得税額とは必ずしも一致しません。

そこで、その年最後の給与等が支払われる際に、過不足額を精算する手続が必要となります。（※これを、「年末調整」といいます。）

個人事業者の消費税の各種届出書

消費税の課税事業者等が、消費税法に規定されている各種の届出の要件に該当する事実が発生した場合には、その旨を記載した届出書を税務署に提出する必要があります。

各種届出書については、税務署の窓口のほか「タックスアンサー・ホームページ」でも入手できます。

《タックスアンサー・ホームページアドレス》

ｈｔｔｐ：／／ｗｗｗ．ｔａｘａｎｓｅｒ．ｎｔａ．ｇｏ．ｊｐ

※お分かりにならない点は、税務署へご相談を！

†問い合わせ先†

尾鷲税務署　☎０５９７２－２－２２２２

税務住民課からのお知らせ

11月は、固定資産税第4期の納期となっております。

納期限までに忘れずに納めましょう。

納期限12月2日（月）

※納税は口座振替が便利です。

年金だより

第３号被保険者の届出方法が変わりました！

日本国内に住所のある20歳以上60歳未満の方は、国民年金に加入しなければなりません。このうち、厚生年金や共済組合に加入している配偶者に扶養される方（※サラリーマンの妻である専業主婦など）は、第３号被保険者となります。第３号被保険者の保険料は、その配偶者の加入している各被用者年金制度が、第３号被保険者の人数に応じて、公的年金制度として負担する仕組みになっていますので、第３号被保険者本人または配偶者である第２号被保険者が、別途負担する必要はありません。但し、第３号被保険者として認定されていないと、将来、年金がもらえなかったり少なくなってしまったりしますので、第３号被保険者に該当した時には、その届出が必要となります。

◆第３号被保険者の届出は…

これまで、役場の窓口で行われていましたが、今年の４月より、第２号被保険者である配偶者の勤め先や加入している共済組合を通じて行われるよう変更になりました。

例えば、退職して会社員である配偶者に扶養されるようになった場合には、健康保険の被扶養者の届出と一緒に年金手帳等の必要書類を添えて、配偶者の勤務する会社に提出して下さい。

◆加入する制度が変わったときは…

配偶者が転職などによって加入する年金制度が変わったとき、例えば、民間の会社に勤めていた方が公務員になった場合や、公務員の方が民間の会社に勤め厚生年金に加入した場合などには、第３号被保険者の種別確認の届出が必要になります。

こうした種別確認届のほか、資格喪失届などの第３号被保険者の各種届出も、配偶者の勤め先や共済組合を経由して行われます。

尚、配偶者が退職した場合や、離婚した場合など、第３号被保険者に該当しなくなった時には、第１号被保険者の資格取得の届出を、本人が役場の窓口で行う必要がありますので、注意して下さい。

†問い合わせ先†

税務住民課　くらしと相談係

☎３―０５１２（担当　林）

神木保育所へGO！ ～御浜中学校職場体験学習～

10月2日（水）、神木保育所を訪れると、園児たちの元気いっぱいの声。ちょうどその日は御浜中学校2年生2名（南尚克（たかよし）さん、畦由美佳（あぜ）さん）による職場体験学習が行われていました。

▶【遊戯室にて】運動会でやった「パパとデート」。どっちもがんばれ！

◀お兄ちゃん、お姉ちゃん、ちょっと照れての自己紹介。「仲良くしてね！」

◀【遊戯室にて】お姉ちゃんと仲良くブロック遊び

◀【園庭にて】お兄ちゃん、かけっこ手加減してあげてね。

▶【昼食】お姉ちゃんは食事の準備のお手伝い。今日は一緒にご飯たべようね。

神木保育所は園児16人と少人数ですが、少ないゆえにみんな一緒に行動し、年長の子は下の面倒を見る等、異年齢の共同生活が自然に身に付いていました。また、豊かな自然が近くにあり、子どもたちはのびのびと楽しく生活していました。

職場体験にきていた中学生のお兄さん、お姉さんに対しても、最初こそ緊張しておとなしくしていましたが、すぐに仲良くなって一緒に遊んでもらっていましたね。

「お兄さん、お姉さん、2日間ありがとう。」

皆さんにインタビュー

所長そして保育士の声

「疲れることもありますが、子どもたちの笑顔を見ると元気になります。園児の数は少ないですが、家庭的で素朴なところがいいところです。これからも、子どもたちの成長が楽しみです。」

園児の声

「お友達もいっぱいいるし、先生も優しいのですごく楽しいです。給食もおいしいよ。」

職場体験に来た中学生の声

「子どもが好きなので、この職場を選ばせていただきました。ここは、みんな仲がいいので、とてもなごんで楽しいです。この体験をさせていただき、本当によかったです。」

この『広報みはま』にも御浜中学校の生徒2名が職場体験に来てくれました（関係記事→18ページ）。今回の神木保育所の取材にもずっと同行してもらい、写真からインタビューまで、一通り体験してもらいました。このページもほとんど彼らにつくってもらったものです。

2人とも、お疲れさま！

◆次号は尾呂志保育所です。

ファインダーの向こう側

笑った!? 運動会

その帽子、もらったぁ～！

（10/13　市木保育所）

バルーンダンス
♪さかな、さかな、さかな～♪

（9/22　尾呂志保育所）

やったぜ！！一等賞！

阿田和保育所）

アンカー、あとはたのんだぞ！

（10/6　阿田和小学校）

ひっぱれ～　ひっぱれ～

（9/29　神志山小学校）

ママとおそろい ペンギンさん

（10/13　志原保育所）

とれそうで とれな～いっ

（10/13

（9/29　御浜小学校）

デカいの釣れた！

（9/22　尾呂志小学校）

パパとデート♥

（9/29　神木保育所）

職場体験で ジュニア広報マン 大活躍！

塩崎　芳樹（よしき）君
（御浜中２年）

亀山　航（わたる）君
（御浜中２年）

この職場体験は、紀南管内の中学校で総合的学習の一環として、数年前より取り組まれているもので、御浜中学校では、10月2日・3日の2日間、2年生を対象とした、職場での体験学習が、それぞれの職場で行われました。

今回、亀山 航（わたる）君（2年）と塩崎 芳樹（よしき）君（2年）の両名が町行政における広報の現場を体験！

初日は、神木保育所での1日をカメラ片手に取材、その後、住民の方に音声として広報を行っている防災行政無線のシステムなど。

2日目は、初日の取材内容についての原稿作り、自分達が撮った写真の選定、レイアウトまでを体験。

彼らにとって、すべてが初めてのこと、最初は、笑顔も口数も少なく不安な表情が感じられましたが、次第に原稿のレイアウトが決まってくると表情も和らぎ、充実感さえ感じられるようになっていました。

取材中の2人（きまってるね！）

2人が手掛けた取材の内容は、本編15ページ（話題紹介コーナー）で取り上げていますので、ご覧下さい。

2日間、広報の職場を体験された2人からは、率直な感想も聞けました。

◆職場体験に来て、色々な事を知りました。

・動く被写体を撮る難しさ。

・写真を１００枚撮っても、数枚しか使われないと聞いた時は、驚きがあった。

・取材した事を、記事として書く難しさを知った。

・自由に写真撮影をさせてもらって、失敗も多くしたけど、楽しく撮れた。

・自分達で記事を作ることができた事は、貴重な経験となった。

・「広報みはま」を作ることが、こんなに疲れるとは、そして、この様な事が、毎月行われていることの大変さがわかった。など…

すべてを終え、役場をあとにする時、「ありがとうございました！」と、深々と頭を下げたその2人の姿には、最初の不安そうな顔から一変し、安堵な表情と、一つの事を成し遂げた達成感の様なものが感じられました。

この体験が、彼らの心の中で「自信」として育まれることを願うところです。

何事にも、チャレンジの精神でガンバレ！

あなたのページ

ふれあい交差点

総務課

身近な話題をお寄せください

行政係

メールボックス

鵜殿署

「ストーカー規制法」や「DV法」について知ってますか？

◆ストーカー規制法とは…

・恋愛感情等が満たされなかったことで、特定の人やその配偶者等に対して、つきまとい等（待ち伏せ、面会の強要、乱暴な言動、連続した電話）を繰り返し行うことを「ストーカー行為」と言います。

これらを規制するため、『ストーカー規制法』があり、違反者には「懲役又は罰金」を定めております。

※警察では、これらに関する被害者からの相談受付と捜査を行っています。

◆DV法とは…

・配偶者（内縁関係を含む）からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律として『DV法』があります。

被害者本人から、裁判所への申し立てが認められれば、裁判官から相手方に「6ヶ月間被害者への接近禁止」又は「2週間住居からの退去」の保護命令が出されます。

この命令に違反した場合は、「懲役又は罰金」を定めています。

なお、裁判所への申し立てにあたっては、警察との事前の相談が必要となりますので、注意してください。

†問い合わせ先†
鵜殿警察署（生活安全課）
☎０７３５―３３―０１１０

はじめまして

（平成14年８月１日～31日届出分）

◗ 阿田和 ◖

堀　翔太（しょうた）くん
良博さん・千恵子さん

◗ 市　木 ◖

川上　かおるちゃん
英明さん・裕美子さん

大向井　零之（れの）くん
弘樹さん・香澄さん

平山　歩夢（あゆむ）くん
稔さん・あすかさん

中井　萌（もえ）ちゃん
崇さん・綾美さん

大江　怜弥（れみ）ちゃん
明凡さん・美紀さん

白樫　未来（みく）ちゃん
純さん・ちづるさん

（7月に届出のあった方）

◗ 阿田和 ◖

栗原　誠哉（せいや）くん
智也さん・晃子さん

垣内　晋（しん）くん
清明さん・磨美さん

PLAY BACK TOPICS

9月のできごと

ミニバスケット教室

９月２１日（土）、勤労者体育センターにおいてミニバスケット教室が開催されました。町内の小学生５３人の申し込みがあり、プレーする子の楽しそうな笑顔から子どもたちのバスケット人気がうかがえました。毎月一回行っているこの教室、毎回とても好評で、回を重ねるたびに参加数も増えているということです。

この教室は、教育委員会生涯学習係が主催する総合スポーツ教室の一環として行われているもので、その他、１０月から１２月までは毎月一回サッカー教室が、また今後はバレー教室やスキー教室も開催される予定です。

申し込みは随時受け付けていますので、教育委員会までお気軽にご連絡ください。

◆今後の予定◆

ミニバスケット教室
１１月　２日（土）
１２月　７日（土）
１月１８日（土）
２月　８日（土）
３月　１日（土）

サッカー教室
１１月１６日（土）
１２月１４日（土）

バレー教室
１月２５日（土）
２月１５日（土）

スキー教室
２月２２日～２３日（岐阜県）

†問い合わせ先†
教育委員会　生涯学習係　☎３－０５２６

「差別をなくす強調月間」
11月11日(月)～12月10日(火)

「人権と共生の世紀」といわれる２１世紀。「人権」ってかたくるしくって苦手・・・と思っている方も多いかもしれません。

でも「人権」はみんなにとって一番身近で一番大事なことですね。私たち一人一人がそれぞれの違いを認め合い、お互いを思いやって共に仲良く生きていけるまちづくりをめざしましょう。

表紙のことば

お買い物は

ぜひ町内のお店を

ご利用下さいネ。

笑顔で一着ゴール！ まちの風物詩

曇り空の中行われた尾呂志運動会。一般競技「ベストペア」の一コマです。

来年からは、尾呂志小・中学校が新校舎に移転になるため、このグラウンドで運動会を行うのも今年で最後。場所は変わっても、ここの思い出だけは記憶の中にずっと残しておきたいですね。

Photo　尾呂志中学校にて

秋季全国火災予防運動

11月9日（土）～15日（金）まで「秋の全国火災予防運動」が実施されます。

～住宅防火 命を守る 3つの習慣～

○寝たばこは、絶対やめる。
○ストーブは、燃えやすい物から離れた位置で使用。
○ガスコンロ等のそばを離れる時は、必ず火を消す。

◆秋から冬にかけて、火気を使う機会が増えます。一人ひとりが火災予防の知識を持ち、これらの実践に心がけましょう！

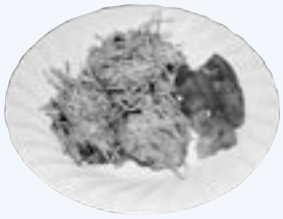
良い食生活をするための料理教室

れんこんと鶏ひき肉の菊花揚げ

材　料（4人分）

れんこん	120ｇ
ごぼう	40ｇ
ねぎ	40ｇ
片栗粉	大さじ2
鶏ひき肉	200ｇ
たまねぎ	100ｇ
Ⓐ 酒	大さじ1／2
Ⓐ こしょう	少々
Ⓐ 塩	小さじ1／5
Ⓐ 卵	小1／2個
Ⓐ スキムミルク	40ｇ
春雨	40ｇ
揚げ油	適量

（1）れんこんとごぼうは皮をむき、5mm位のあらみじん切りにし、ごぼうは下茹でする。ねぎは薄い輪切りにする。たまねぎはみじん切りにし、これらの野菜に片栗粉をまぶす。
（2）鶏ひき肉とⒶの調味料を合わせ、ねばりがでるまで良く混ぜ、（1）を入れてさらに混ぜ合わせ、12等分する。
（3）春雨を3cm長さに切り、（2）にまぶす。その後、低めの油でからっと揚げ、油を切って器に盛る。



御浜町
食生活改善
推進協議会

あとがき

11月、この時期になると、身のまわりの自然が大きく変化する季節です。木の葉の紅葉や落葉、空や雲の変化など、見過ごしがちな自然を楽しむことで、心のリフレッシュはどうですか？

▼例年9月初旬に実施しておりました「総合防災訓練」が今月17日（日）に御浜小グラウンドを会場として実施されます。ご承知のとおり、マスコミ等の報道でも、過去起きた東海・東南海・南海地震といった大規模地震の発生が危惧される状況にあります。

そのためにも、日頃の備え、そして「訓練」が、いざという時、我が身を守るのでは…

住民の皆さんの、積極的な参加をお願いします。

この広報紙は再生紙を使用しています

年中 のとれる町

10月1日現在　人口 10,298人（十17人）　男4,803人　女5,495人　世帯数4,261戸