

## プール開き

台風一過の青空の下、阿田和小学校の子どもたちが初泳ぎを楽しみました。



広報

# みはま

2004  
No 423

7

平成16年7月1日発行

### 今月の主な内容

- ▶ 御浜トーク・合併通信 ..... ②～③
- ▶ 里親制度・イベント情報 ..... ④～⑤
- ▶ 税務署・年金・保健だより ..... ⑥～⑦
- ▶ お知らせ・新刊案内 ..... ⑧～⑨
- ▶ ファインダーの向こう側 ..... ⑩～⑪
- ▶ ふれあい交差点・栄養だより ..... ⑫～⑬

### ハウスみかん

ビニールハウスで育てた「温室育ち」のみかんです。  
みかんは、開花から収穫までの期間が決まっていますから、早く収穫するためには、花を早く咲かせなくてはなりません。  
最近は技術が進んで、早いものでは5月ごろから店頭で見かけることができます。高い技術と丹精をこめて育てられたハウスみかんの味は格別です。

年中みかんのとれる町

「まちづくり」のことで知りたいことはありませんか？  
町行政について責任者から直接聴きたいことはありませんか？  
あなたのもとへ、職員がご説明にうかがいます。

# 御浜トーク

町では、町民の皆さんとともに“まちづくり”をすすめるため、平成13年度から課長等が10人以上の集会へうかがい意見交換する「御浜トーク」を実施しています。区・自治会、企業、NPO、仲間同士など、どのような団体でもご利用いただけます。

実施日時は相談の上決定（夜間OK。ただし、土日祝日を除く）し、90分程度を基本とします。また、費用は無料ですが、会場準備などは依頼団体でお願いします。

申し込みは、本庁、支所、連絡所、町民サービスセンター備え付けの申込書を総務課調整室へ提出してください。又、支所、連絡所、町民サービスセンターへ提出していただいても結構です。

| 番号 | テーマ                  | 担当課   | 番号 | テーマ              | 担当課   |
|----|----------------------|-------|----|------------------|-------|
| 1  | 市町村合併                | 総務課   | 20 | 御浜町の水道水          | 生活環境課 |
| 2  | 行政改革の推進              | //    | 21 | 御浜町における農業農村整備事業  | 農林水産課 |
| 3  | 広報公聴制度について           | //    | 22 | 農業振興地域整備計画       | //    |
| 4  | 御浜町の財政               | //    | 23 | 三重南紀みかんの現状と将来像   | //    |
| 5  | 自主防災組織の育成            | //    | 24 | 野生鳥獣による農作物被害について | //    |
| 6  | 総合的なまちづくり            | 企画振興課 | 25 | 道路整備の内容          | 建設課   |
| 7  | 交通通信体系の整備            | //    | 26 | 地籍調査事業           | //    |
| 8  | 地場産業の育成と地域振興         | //    | 27 | これからの学校教育のあり方    | 教育委員会 |
| 9  | 税の概要について             | 税務住民課 | 28 | 尾呂志小・中学校の教育方針    | //    |
| 10 | 国民年金について             | //    | 29 | 御浜町奨学金制度         | //    |
| 11 | 国民健康保険について           | //    | 30 | 生涯学習の推進          | //    |
| 12 | いきいき広場事業（サテライトサービス）  | 福祉保健課 | 31 | 人づくりの推進          | //    |
| 13 | 糖尿病予防事業              | //    | 32 | 人権施策の推進          | //    |
| 14 | 介護保険と老人福祉対策          | //    | 33 | 青少年健全育成          | //    |
| 15 | 子育て支援                | //    | 34 | 文化財の推進           | //    |
| 16 | 身近な環境問題              | 生活環境課 | 35 | 文化の振興            | //    |
| 17 | 循環型社会の形成に向けて         | //    | 36 | 生涯スポーツの振興        | //    |
| 18 | 排水施設とトイレの水洗化         | //    | 37 | 議会の概要            | 議会事務局 |
| 19 | 阿田和クリーンセンターの働き（施設見学） | //    | 38 | 会計制度の概要          | 会計課   |

† 問い合わせ先 † 総務課調整室 ☎ 3-0505（担当 なかむら 中村）

| 月 日      | 時 間     | 場 所    |
|----------|---------|--------|
| 7月21日（水） | 午後7時～9時 | 神木公民館  |
| 7月22日（木） | 午後7時～9時 | 志原公民館  |
| 7月23日（金） | 午後7時～9時 | 尾呂志公民館 |
| 7月28日（水） | 午後7時～9時 | 下市木公民館 |
| 7月29日（木） | 午後7時～9時 | 阿田和公民館 |

町政の現況を直接町民の皆さんに説明させていただくとともに、疑問や意見、要望などを町政運営に反映させるため、次の日程で町政懇談会を開催します。皆さん多数お越しください。

**町政懇談会を開催します**



## 熊野・紀和との 法定協議会設置

6月1日、「熊野市・御浜町・紀和町合併協議会」が発足しました。

広報みはま6月号へ折り込みの「任意合併協議会だより」でお知らせさせていただきました、熊野市、紀和町との1市2町での「熊野市・御浜町・紀和町合併協議会」が設置され、第1回の協議会が、6月7日（月）に紀和町コミュニティセンターで開催されました。

協議会の内容等詳細につきましては、折り込みの「熊野市・御浜町・紀和町合併協議会だより」に掲載しておりますので、ぜひご覧ください。これから、新たなまちづくりに向けて取り組んでまいり

ますので、町民の皆さんの積極的なご意見、ご協力をお願いいたします。

## 熊野市・御浜町・紀和町合併協議会の委員

会長 紀和町長 下川 勝三  
副会長 熊野市長 河上 敢二

御浜町長 北裏 公教

委員 熊野市議会代表

前田桂之助

山本 洋信

御浜町議会代表

山門 亮彦

皿家 照夫

紀和町議会代表



第1回熊野市・御浜町・紀和町合併協議会

**事務局** 熊野市有馬町1368番地の1  
(J A 三重南紀熊野支店内)  
☎0597-88-2277

岡本 寛三  
堀 力  
識見者(熊野市)

森岡 崑

和田悠里子

朝尾 高明

識見者(御浜町)

渡邊 芳遠

土井 作美

植村 令子

岡本 光広

浦坪 昇

田中 實男

識見者

松岡 直彦

(紀南県民局長)

# 7月11日(日)は、 参議院議員通常選挙の投票日です!

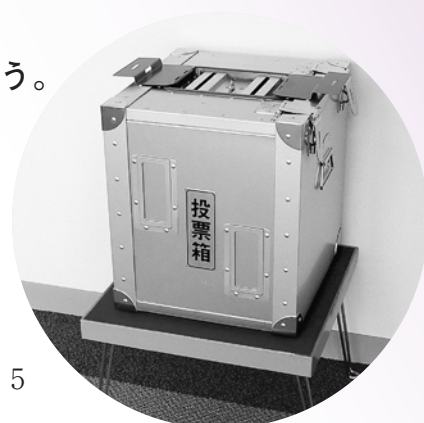
投票当日、投票に行けない方は、期日前投票をしましょう。

【期 間】 6月25日(金)～7月10日(土)

【時 間】 午前8時30分～午後8時

【場 所】 役場本庁1階 第1・2会議室  
(税務住民課隣)

↑問い合わせ先↑ 選挙管理委員会(総務課内) ☎3-0505



ご存知ですか？

# 里親制度



## 「里親」とは？

本来、子どもは、温かい家庭で愛され、大切に育てられることで、健やかに成長していきます。しかし、親の死亡や行方不明など、様々な原因によって親元で暮らせなくなった子ども達があります。そうした子どもを、家族の一員として温かく家庭に迎え入れ、愛情を持って育てていただく方々が「里親」です。

## 里親になつていただくには・・・

三重県では、131名の方が里親名簿に登録されています。

里親名簿には、次のような手続きをへて登録されます。

### ①相談・申し出

里親を希望される場合には、お近くの児童相談所にご相談ください。

### ②調査

児童相談所の職員がご家庭を訪問し、家庭状況や子どもの養育に対する考え方などをうかがいます。

### ③認定の可否

里親としてふさわしいかどうかを、三重県社会福祉審議会に諮り、知事が決定します。

### ④登録

認定を受けた里親の申請に基づき、里親名簿に登録します。

## 里親になつてください！

三重県では里親を募集しています。

ご登録いただいた里親を会員とする「財団法人全国里親会」や「三重県里親会」が結成されていて、研修会やレクリエーション事業などを通じて、養育技術の向上や里親制度の普及に努めています。

里親制度について、詳しくは、左記までお問い合わせください。

### お問い合わせ先

紀北県民局保健福祉部児童家庭室  
(紀州児童相談所)

☎ 0597-23-3435

## エコスタイルにご理解を！

町では、自らが事業者として率先して環境への負荷軽減に努める独自の環境保全活動を行っています。その一環として、燃料エネルギー使用量の節減を図るため、庁舎内の空調の適温化（夏季28℃）を推進しています。

この取り組みを徹底するため、夏季の職員の服装について暑さをしのぎやすい軽装（エコスタイル）としますので、ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

❖ 期 間 6月1日から9月30日まで

### ❖ 職員の服装

公務職場における服装にふさわしい白を基調とした清潔感のある服装とし、具体的には

- (1) 原則として、執務時間中はノーネクタイ、ノー上着
- (2) カッターシャツ、開襟シャツ、ブラウス、ポロシャツなどの軽装
- (3) 名札の着用徹底

に努めてまいりますので、皆様のご理解をお願いいたします。

なお、Tシャツ、ジーンズ、短パンなどの遊び着的な服装は着用しないものとします。

## 夏休みファミリー映画会

# ファインディング・ニモ



ダイバーにさらわれた息子のニモを取り戻すため、父親のマーリンは大海原へ旅立ちました。旅の途中で出逢った陽気なドリーと共に、マーリンの奇跡の冒険がいま始まります。

「サカナたちの世界」を舞台に限りない愛に満ちた感動の冒険ファンタジー。

【上映日時】 8月27日（金）午後2時から

【上映場所】 中央公民館

【チケット料金（全自由席）】

高校生以上 500円 中学生以下 300円

【チケット発売日】

7月16日（金）午前9時から

【チケット発売場所】

中央公民館 ピネインフォメーション

【主催】 御浜町教育委員会

†問い合わせ先† 中央公民館 ☎2-3151

## 七里御浜

# クリーン 作戦



御浜町では、環境美化運動の一環として、七里御浜海岸の清掃を毎年実施しています。

今年度は次のとおり実施いたしますので、ご協力をお願いします。

【日時】

7月4日（日）午前6時30分から約1時間  
小雨決行

\*大雨の場合は、7月18日（日）に延期

【集合場所】

尾呂志地区……………ピネ前駐車場

阿田和地区……………ピネ前駐車場又は  
阿田和バス停

山 地 地 区……………山地バス停

市 木 地 区……………萩内クラブ、市木川川尻  
又は向井地バス停

神志山地区……………神志山駅前

\*軍手とごみ袋は集合場所にて配布します。

\*清掃終了後、粗品とジュースをお渡しします。

†問い合わせ先†

建設課 ☎3-0521（担当 <sup>にし</sup>西）

## 講演会

# 世界遺産熊野古道の魅力ともてなし

6月28日から7月7日にかけて、中国の蘇州において世界遺産委員会が開催され、「紀伊山地の霊場と参詣道」が世界遺産登録として登録されるかどうかが決まります。

この講演は、熊野古道の魅力は何なのか、熊野の自然、歴史、文学を語りながら、歩みや取り組みなども含んだお話になろうかと思います。皆さん、ぜひこの機会にご聴講ください。

【講師】 三石 学さん（熊野市観光交流課主幹）

【日時】 7月14日（水）午後7時30分～9時

【場所】 役場くろしおホール

【主催】 御浜町文化協会（会長 下 かすみ）

【後援】 御浜町教育委員会

†問い合わせ先† 中央公民館 ☎2-3151（担当 <sup>しみず</sup>清水）



# ● 税 務 署 だ よ り ●

## 所得税の予定納税（第1期分）

納期は7月1日(木)から8月2日(月)まで

### ◆ 予定納税とは？

前年分の所得金額や税額などを基に計算した金額（予定納税基準額）が15万円以上になる方について、税務署で前年の納税額を基に計算した予定納税額を通知し、それを7月（第1期分）と11月（第2期分）に納めていただく制度です。

### ◆ 減額申請とは？

廃業、休業、業績不振や、地震などの災害により、平成16年6月30日現在の状況で、平成16年分の年間所得や所得控除などを見積もって計算した税額が、税務署から通知されている予定納税基準額より少なくなると見込まれる場合には予定納税の減税を申請することができます。

## 保 険 と 税

### ◆ 保険料を支払ったとき

生命保険や個人年金保険の保険料を支払うと、「生命保険料控除」として、また、火災保険等の損害保険の保険料を支払うと「損害保険料控除」として、所得税や住民税を計算するときに所得金額から控除されます。

### ◆ 保険金を受け取ったとき

#### 生命保険

保険金を受け取る場合、その保険金が死亡に基づくものか、満期によるものか、また、保険料の負担者は誰なのかなどによって課税関係が異なります。

#### 損害保険

損害保険金を受け取る場合も、保険料の負担者や支払原因によって課税関係が異なってきますが、保険を掛けていた人が建物の焼失や身体の傷害・疾病を原因として受け取る保険金には、原則として課税されません。

〒問い合わせ先 〒 尾 鷲 税 務 署 ☎0597-22-2222

年金  
だより

## 平成16年度物価スライド改定にかかる 年金改定通知書の送付

国民年金や厚生年金保険などの公的年金は、年金額の実質的な価値を維持する目的で、前年の全国消費者物価指数の上昇・下落に応じて、その翌年度の年金額を改定することになっています。

これまで物価が上昇していた間は、その上昇率に応じて年金額が引き上げられてきました。

これに対して、平成11年から物価は下落し続けており、法律どおりの取扱いであれば、消費者物価の下落率に対応し、次年度以降の年金額をマイナス改定することになります。しかし、社会経済情勢等に鑑み、平成12年度から平成14年度まで3年連続で年金額を据え置く特例措置が講じられました。

また、昨年度には、現役世代の賃金の下落傾向が明らかになってきたことを受け、保険料を負担する現役世代との均衡と高齢者の生活への配慮を考慮し、特例として平成14年の物価下落分（△0.9%）のみの改定が行われました。

そして今回、平成15年における全国消費者物価指数は、対前年比マイナス0.3%となりました。法律どおりの取扱いであれば、平成16年度

の年金額等はこのマイナス0.3%に、平成12年度から平成14年度の特例措置を講じて据え置いたマイナス1.7%分を合わせた、マイナス2.0%の引下げとなります。

しかし、平成15年度と同様に、高齢者世代を支える現役世代の賃金が低下している中で、保険料を負担する現役世代との均衡の観点から高齢者等の生活に配慮しつつ、平成16年度の特例として、平成15年度の消費者物価の下落分（△0.3%）のみの改定を行なうこととなりました。

改定された新年金額による年金の支払いは、原則、平成16年6月支払期（4月・5月分）からとなります。年1回送付する「年金振込通知書」と合わせて、「年金改定通知書」が6月7日頃までに社会保険業務センターから年金受給権者あてに送付されていると思いますが、届いていない場合や、失くしてしまつた場合などには、尾鷲社会保険事務所にお問い合わせください。

〒問い合わせ先

税務住民課くらしと相談係  
☎ 3-0512（担当 林）

保健だより



No.283

「血圧」は今日の自分の体調を知るバロメーター

「血圧」とはなにか？

血液は、心臓の収縮・拡張のくりかえしによって送り出されます。

心臓が収縮した時は、心臓から体内に血液が送り出されるため、体内に流れる血液量が多くなり血管の壁に与える圧力も高くなります。

逆に、心臓が拡張した時には、体内の血液が心臓に戻るため、体内を流れる血液量が少なくなり血管の壁への圧力も低くなります。

このように、心臓の収縮・拡張によって血液が血管の壁に与える圧力を「血圧」といい、心臓の収縮時の血圧を「上の血圧」（正しくは最大血圧または収縮期血圧）、拡張時の血圧を「下の血圧」（同じく最小血圧または拡張期血圧）といいます。

血圧は、一定ではありません。何らかの理由で心臓が送り出す血液の量が増えたり、血液の流れる量が同じでも、血管が縮んで血液が流れにくくなったりすると、血圧は上がります。

十血圧変化の要因

血圧を上げる要因としては、イライラなどの精神の緊張、内臓の病気、動脈の硬化（例えば、コレステロールが血管に溜まり、血管の弾力性が無くなってしまうなど）、激しい運動などがあります。このほか、遺伝や環境、肥満、塩分の取りすぎなどによって、高血圧になる場合もあります。

また、1日のうちでは、昼間または起きて活動している時には血圧は高めで、夜間や睡眠時には低くなります。

特に、日ごろと比べ血圧が高い場合は、体のどこかに異常がある恐れがあります。ですから、早めの受診をお勧めします。また、高血圧が長期に続くと、心臓や血管への負担を大きくするため、これらの臓器に障害を引き起こす危険が高くなります。

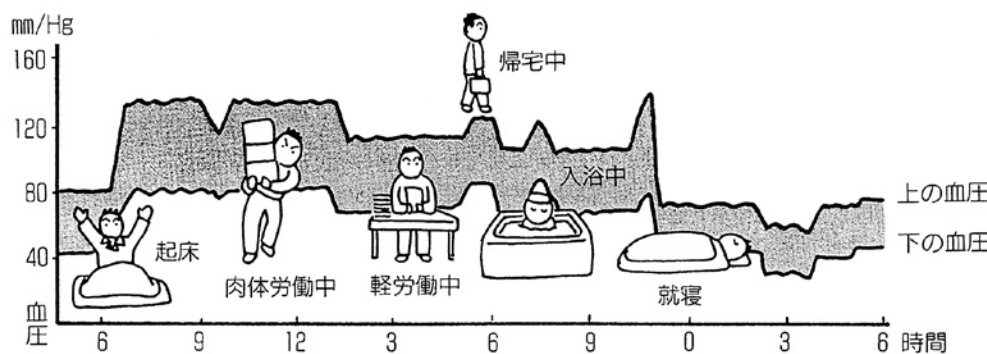
一方、低血圧は、立ちくらみ、手足の冷感、冷や汗、頭痛、疲労などをともない、出血、ショック、貧血、栄養障害などの原因で起こります。はつきりとした原因がなければ、それほど心配する必要はないといわれていますが、低血圧も同

様、原因をはつきりさせておくことが大切です。

「血圧」は、今日の自分の体調を知るバロメーター（めじるし）にもなります。日ごろより、自分の血圧に関心をもちましょう。

各地区の『健康相談』では、無料で血圧測定、尿検査を行っていますので、気軽にお来ください。

血圧の日中変化（成年男子の場合）



たばこは毒のカンヅメ

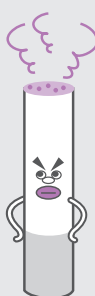
たばこの煙の中には、約4000種類の化学物質が含まれており、その中には、約200種類の発ガン性物質や発ガン促進物質が含まれています。

例えば・・・

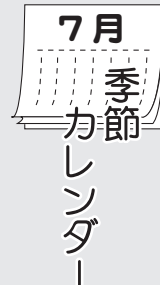
一酸化炭素・・・不完全燃焼中毒死の原因。体内の酸素運搬を妨害。

タール・・・発ガン性物質。

ニコチン・・・ゴキブリ殺虫剤に含まれる成分。



1993年アメリカ国立防癌センター M・エリクセン博士の計算データによると、タバコ1本が7分寿命を縮めているといわれています。よって、1箱（20本）で2時間20分、約10箱で1日の寿命を縮めていることになります。



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 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。

| 7月のテーマ |            |
|--------|------------|
| 月      | 夏風邪と電気蚊取り器 |
| 火      | むち打ち症      |
| 水      | 皮膚病と入浴     |
| 木      | 禁 煙        |
| 金土日    | いびきの大きな方へ  |

### 脳ドック受診希望者募集 （費用の一部を助成します）

- 【期間】平成16年7月～17年3月
- 【対象者】御浜町国民健康保険加入者で、35歳以上の方（納期限到来までの国民健康保険税完納者となります）
- 【募集人員】50人
- 【助成金額】3万円を限度として助成（検診費用から定額5千円を控除した額）
- 【申込受付期間】平成16年7月～募集人員に達するまで
- \*受診の方法、医療機関等詳しくはお問い合わせください。
- 〒申し込み・問い合わせ先 事務住民課 くらしと相談係  
☎3-0512（担当 南）

### 下水道排水設備工事 責任技術者試験

- 【講習日時】10月13日（水）午前9時～午後4時
- 【試験日時】11月10日（水）午後1時～
- 【講習・試験会場】メッセウイングみえ（津市）
- 【受験資格】平成16年11月10日で満年齢20歳以上で、排水設備工事または排水設備以外の下水道工事あるいは水道工事の設計または施工に関し、受験申し込み現在で2年以上の実務経験を有する者
- 【申込期間】6月28日～7月9日（当日消印有効）
- 〒申し込み・問い合わせ先 生活環境課 下水道係  
☎3-0513（担当 西）

### ワイプロをマスター しよう in 紀南高校 ～平成16年度アカデミア みえ「学校開放講座」～

- 【学習テーマ】文字入力以外の機能を使ってみよう
- 【講座の内容】デジカメ写真を利用して、名刺作成・はがき作成・宛名ラベル作成・垂れ幕の作成など
- 【募集生徒】地域在住・在勤・在学の15歳以上（中学生を除く）
- 【講座開設日】7月26日・28日・30日、8月2日・4日の5日間（午後7時～9時）
- 【募集期間】7月6日（火）～7月14日（水）
- 【定員】35名（オーバーした場合は抽選となります。）
- 〒問い合わせ先 県立紀南高等学校  
☎2-11351

### みえ長寿社会大学 第14期生募集

三重県長寿社会推進センターでは、高齢者の方々が仲間づくりの輪を広げながら新し

い知識を身につけ、生きがいをもって積極的に社会参加をしていただく「みえ長寿社会大学」を開校しております。

【受講期間】平成16年10月～平成17年9月（年間40日100時間程度）

【受講会場及び定員】尾鷲教室（三重県尾鷲庁舎）50名

\*他に、四日市・津・松阪教室もあります。

【入学資格】県内在住の60歳以上で健康で学習意欲があり、地域活動へ積極的に参加しようと考えている人

【募集期間】7月1日（木）～7月30日（金）

【入学金】1万円

【授業料】無料（ただし、教材費、交通費等は自己負担）

〒問い合わせ先 福祉保健課 福祉係  
☎3-0515（担当 崎久保）

### 税務住民課からの お知らせ

7月は、固定資産税第2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。

納税は便利で確実な口座振替をどうぞご利用ください。

納期限 8月2日（月）

## 浄化槽を設置されて いるご家庭へ

浄化槽管理者には、浄化槽法で①保守点検②清掃③法定検査の実施が義務付けられています。

この内、今回は③の法定検査を、三重県知事の指定を受けた(社)三重県水質保全協会が7月から10月にかけて実施します。

検査の実施日などの詳しいことは、同協会から各家庭に葉書にて通知いたします。ぜひ、この時期に検査をお受けください。

\*使用廃止されました浄化槽

について、検査の通知が届いた場合は水質保全協会までご連絡ください。

\*浄化槽を廃止される場合は、紀南県民局へ浄化槽廃止届の提出が必要です。

お問い合わせ先

(社)三重県水質保全協会

☎059-226-0010

生活環境課 環境係

☎3-0526 (担当 岡本)

## 放送大学学生募集

### 【学生の種類】

- ▼全科履修生 (大学卒業目的)
- ▼選科履修生 (1年間在学)
- ▼科目履修生 (半年間在学)

【入学資格】入学試験はありません。全科履修生は18歳以上。他は15歳以上。

【学習方法】自宅のテレビ(CSデジタル放送又はケーブルテレビ放送)で放送授業を視聴するか、放送大学三重学習センターのビデオテープ等を利用して学習します。

【応募期間】6月15日(火)～8月31日(火)

お問い合わせ先

放送大学三重学習センター

☎059-233-1170

## 自衛官募集

防衛庁では、平成17年春採用の陸上・海上・航空自衛

官(18歳以上27歳未満男子・女子)を募集しています。

### 【募集種目】

○2等陸・海・空士

○曹候補士

○一般曹候補学生

○航空学生

\*募集種目によって、受験資格、受付期間、試験期日等が異なります。詳しくは、左記までお問い合わせください。

お問い合わせ先

自衛隊三重地方連絡部

☎0597-85-2214

熊野募集事務所

紀伊地区自衛官募集事務等

連絡協議会

☎0597-89-4111

未来を語れたにすぎない」

「そうか・・・許氏は、戯談をおこなったのではないのか。だが、三人の王とは、解せぬし、信じられぬ」

「あなたはふたりの兄を護る星のようなものだ。が、あなたを護る星もいる。目をあげるとつだけ明るく美しい星がみえた。

田横は星をかぞえた。六つしかみえなかった。

「六、だな」

「七つみつけないければ、事は成就せぬ。のこりのひとつは、雲のむこうにある。七星を捜しあてなさい。」

許氏は腰をあげた。そのけはいを感じつつ、田横はふたたび天空をみた。こんどはひとつだけ明るく美しい星がみえた。

(本文より)

## 新刊案内 (中央公民館)

食べる女 筒井 ともみ 著

アンパンマンとめいけんチーズ  
やなせ たかし 著

13歳のハローワーク  
村上 龍 著

## 海難ゼロへの願い

### 東海地方海難防止強調運動

●「気象の確認」と「見張りの励行」  
7月1日(木)～15日(木)までの15日間

### 全国海難防止強調運動

●「一人乗り船舶の安全対策の推進」～ライフジャケットの着用推進～  
7月16日(金)～31日(土)までの16日間

### 自己救命策確保3つの基本 (自分で守って海を楽しもう)

- 救命胴衣の常時着用
- 携帯電話の携行(防水パック使用)
- 海のもしものは118番(海上保安庁への緊急通報)

尾鷲海上  
保安部



ここにこ班と子どもボランティアによる合奏

## 5/16 ふれあい広場

御浜町社会福祉協議会と御浜町ボランティア連絡協議会主催の「第4回ふれあい広場」が、福祉健康センターで開催されました。あいにくの空模様にも関わらず、約800の方が来場し、福祉やボランティアの体験を通して人と人とのふれあいの大切さを学びました。

## 5/22 女性連絡協議会 防災訓練

御浜町女性連絡協議会が、阿田和小学校で防災訓練を行いました。参加した会員約70名は、御浜分署員から初期消火訓練や簡単な救急法等の指導を受けたり、地震体験車で大きな揺れを体験したりなど、本番さながらに真剣に取り組んでいました。



応急救命訓練

模擬消火栓を使用  
しての消火訓練



### 鵜殿署



メールボックス

### 夏の交通安全県民運動

◆期間 7月12日(月)～21日(水)

◆重点目標

◇高齢者・子どもの交通事故防止

◇自転車の安全利用

◇飲酒運転の追放

◆交通事故防止に向けて

三重県内では高齢者の死亡事故が激増し、南牟婁郡管内でも高齢者が当事者となる交通事故が年々増加しています。家庭、地域や職場などでの運動の重点目標を中心とした呼びかけを行い、住民の皆さんの手で交通事故をなくしていきましょう。

### 被害者相談窓口

三重県警では、7月中、被害者相談窓口等に関する広報活動を推進しています。

●警察総合相談電話 ☎059-224-9110

(全国共通 #9110)

●いじめ110番 ☎0120-417867

●女性被害相談電話 ☎0120-728740

●暴力相談電話 ☎059-228-8704

●交通事故相談電話 ☎059-223-1331

〒問い合わせ先〒

鵜殿警察署

☎0735-33-0110



炎天下の中、花を植える会員

## 5/28 浜街道おもう会 花の植栽作業

国道 42 号の環境美化・環境保全活動を行っている「浜街道おもう会」が、リス公園横の植栽帯にサルビアと日日草の花を植えました。色とりどりのきれいな花が、国道を走るドライバーの目を癒しています。

## 5/30 南郡スポーツ フェスティバル

南牟婁郡内のスポーツの祭典です。郡内で9つの競技が行われ、各会場で熱戦が繰り広げられました。御浜町内で開催された種目は、バドミントン、卓球、軟式野球の3種目。選手たちは、爽やかな汗を流しながら初夏のスポーツを楽しんでいました。



御浜町体育センターで行われたバドミントン

阿田和中学校で行われた軟式野球



## 広報文芸



平成十六年度 御浜町春季俳句大会作品集

老農の 夕陽を浴びつ 畦を塗る 石橋 寛朝

葉桜や まわりの木々も 緑増す 後呂 智子

お陽様に 頭下げてる 初蔵 浦 正枝

雛遊び ふざけてばかり 女の子 榎本 弧星

小さき刺 指先をさす 蕨採り 榎本 宣子

木流れを 堰に残して 春出水 大平 昭

花屑や 風の遊びに 右往左往 小野はるみ

ワラビ採り 袋いっぱい 笑みいっぱい 中一 小野まあり

明け方の 雲を見つめて 甘藷を挿す 川本 素秋

藤咲いて ひざ痛忘る ウオーキング 杉目 黄溪

新樹光 藤村偲ぶ 冠木門 須崎久美子

あの山は 登った山よ 春霞 須崎 行雄

咲き満ちし 間合の空の 蒼さかな 長尾 あや

蓬餅 指折り母の 齢数う 椰山 てい

石舞台 落花の舞で 幕閉じる 中村 幸子

庭の花 選んで切る 春彼岸 七海 笑涙

紅の バラの新芽に 雨つづく 仁井田御浜児

つくつくし もう動かない 水車小屋 日浦とよの

春しぐれ 竹林深き 地蔵尊 湊 貞

幾世紀 田と田を継ぐ 田植水 向井 春羊

農継ぐ子 初の仕事は 春田鋤き 山本 要子



黄・緑・茶色の優しい色合いに染められたストール・スカーフ・コースター

染物は、絹のスカーフやストール、ハンカチ、コースター等。染めるために使うみかんは、摘果などで捨てられるセミノールやだいたいです。ただ、実や皮では薄い色しか出ないので、より濃い色を

出すためには、葉と枝を煮立たせます。そして媒染液を使い、黄・緑・茶色の爽やかな色合いを出します。

「媒染液によって、色が変わります。どんな色になるのか、その色が出る時がいちばんドキドキして楽しいです。」とメンバー。これからは、11月の御浜フェスティバルへの出展や体験教室なども開催していきたいと意欲を見せていました。

# みかん染め

## 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

### いきいきネット御浜が御浜町特産のみかんをお洒落にPR

町内のみかん農家の女性グループ「いきいきネット御浜」が今、みかん染めに取り組んでいます。メンバーの一人、大江照子さんが旅行先でみかん染めのハンカチを見かけた際、「年中みかんのとれる町」をPRするために自分たちもやってみようと思い立ちました。インターネットや草木染の本で研究し、試行錯誤を重ね、今年4月から本格的に始めています。



染色作業をするいきいきネット御浜の会員

## ボランティアの窓♡アルーダ



●ボランティアに関するお問い合わせは、御浜町ボランティアセンター（福祉健康センター内）

☎ 2-3813 Fax 2-3812

「道端にポイ捨てされた缶があるの・・・」それが訛って「アルーダ」。阿田和に在住の一家族が、何か家族でもできるボランティア活動がないかと話し合い、手短かにできる缶拾いから始めてみようというきっかけで発足しました。今年4月にできたばかりの、まだ新しい美化活動ボランティアグループです。

活動は、毎月第1土曜日の午前7時30分から約1時間、道端にポイ捨てされた缶を拾い集めています。毎回1時間の活動で、1人につきごみ袋約1袋分の缶が集まります。集まったアルミ缶は金属商に引き取っていただき、その収益金を福祉施設へ寄付するそうです。

「缶拾いをしていると、普段は気づかないような道端の花などにも気付くうれしくなります。ただ、缶拾いに夢中になりすぎてドライバーに迷惑をかけないように心がけています。しかし、道の景観を守るためにも、空き缶のポイ捨てはしないでほしい」と、通行人へのマナーの遵守も呼びかけていました。

(平成16年4月1日～30日届出分)

## はじめまして



### ◆ 神志山 ◆



まりこ  
本田真理子ちゃん  
満さん・庸子さん



ちやん  
古芝あずみちゃん  
耕治さん・美香さん

### ◆ 尾呂志 ◆



たかひろ  
西 崇裕くん  
輝男さん・真知子さん



しょうえい  
山本 翔瑛くん  
智永さん・由加さん

### ◆ 阿田和 ◆



ちやん  
小西ともえちゃん  
統さん・てるみさん

## 御浜町 I T サポートセンター

パソコンに関する様々な相談を承ります。  
ご利用は無料です。お気軽にご利用ください。

【場 所】 中央公民館 1 階  
【開設日】 毎週火～土曜日  
【時 間】 午前 9 時～午後 5 時  
(土曜日のみ午後 4 時まで)  
【電 話】 ☎ 2 - 0485

## 栄養だより



日本人は大豆をよく口にしますが、若い世代では摂取量が少ないようです。

大豆には良質のたんぱく質やカルシウム、鉄などの栄養素が多く含まれている他、よくかまないにつぶれないためあごの発達にもよい影響を与えます。

納豆、豆腐、油揚げ、厚揚げ、おから、がんもどき、豆乳などの大豆製品にも同じような栄養素が含まれているので積極的にとりましょう。ただし、豆乳は牛乳に比べてカルシウムの量が少ないため、牛乳の代わりにはなりません。不足なくカルシウムをとるためには 1 日 1 本の牛乳をとることも大切です。

今月は、手軽なゆで大豆を使った 1 品を紹介します。バターのコレステロールが気になる方は、オリーブ油で代用してください。

## ポークビーンズ



### 材 料 (2 人分)

|                |                |
|----------------|----------------|
| ゆで大豆……………50 g  | 豚こま肉……………20 g  |
| バター……………少々     | トマト水煮……………50 g |
| 玉ねぎ……………60 g   | コンソメ……………少々    |
| にんじん……………20 g  | 水……………ひたひた程度   |
| じゃがいも……………60 g | 塩こしょう……………少々   |

### 作 り 方

- (1) 玉ねぎ、にんじん、じゃがいもは食べやすく切る。
- (2) バターで(1)の野菜と豚肉を炒め、軽く火が通ったら、水とコンソメを加える。
- (3) 野菜がやわらかくなったら、大豆とトマトの水煮を加え、塩とこしょうで味を整える。

御浜町食生活改善推進協議会

## 6 月 1 日現在の人の動き

人 口 10,177 人 (－11 人)  
男 4,750 人 (－5 人)  
女 5,427 人 (－6 人)  
世帯数 4,300 戸 (－2 戸)

みかん染めの取材に赴いた際、枝や葉を使って染めるとお聞きし、染色家志村ふくみさんの話を思い出しました。桜のごつごつした幹から、なんとも言えない美しいピンク色が出るのだと、私たちは先入観で、ピンク色は桜の花びらと思い込んでしまっています。表面の美しさではなく、見えない部分に目を向けることで、より美しいものに気付く。▼今月取材したボランティアアグループ「アルダー」さんは、「空き缶を拾うことで、道端の小さな花にも気付くようになった」とおっしゃっていました。意識して視点を変えてみるのが、本質を見抜く手立てになるのかもしれません。

あ  
と  
が  
き

# 7月のこよみ



|      |                                                                                                                                                                                |      |                                                                                                                                           |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 木  | 資源紙・衣類等収集日 (阿田和・尾呂志地区)<br>こどもの広場 (自主活動) 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>ママのスピードクッキング 10:30 ~ 11:00 福祉健康センター<br>水中運動教室 2 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター<br>ソフトテニス教室 19:00 ~ 21:00 阿田和小学校    | 14 水 | 年金相談 10:00 ~ 14:00 役場 1 階会議室<br>ゴルフ教室 19:00 ~ 21:00 ミハマ G G                                                                               |
| 2 金  | 太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館                                                                                                                                                      | 15 木 | こどもの広場 (自主活動) 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>子育て相談 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>水中運動教室 3 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター<br>ソフトテニス教室 19:00 ~ 21:00 阿田和小学校 |
| 3 土  | 図書貸出 13:00 ~ 16:00 神木・志原・上市木・下市木・尾呂志各公民館<br>バレーボール教室 14:00 ~ 16:00 体育センター<br>卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校                                                                         | 16 金 | 映画「ファインディング・ニモ」チケット発売<br>9:00 ~ 中央公民館・ピネインフォメーション<br>太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館                                                            |
| 4 日  | 夏季御浜町体育大会 (インディアカ)                                                                                                                                                             | 17 土 | 図書貸出 13:00 ~ 16:00 神木・志原・上市木・下市木・尾呂志各公民館<br>卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校                                                                     |
| 5 月  | こどもの広場 (自主活動) 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>健康相談 受付 9:30 ~ 10:30 神木いこいの家<br>受付 13:30 ~ 14:30 阿田和公民館<br>バレーボール教室 17:45 ~ 19:00 体育センター                                                | 18 日 | グラウンドゴルフ教室 9:00 ~ 11:00 寺谷総合公園                                                                                                            |
| 6 火  | 金物資源及び金物・プラスチックごみ収集日 (阿田和・尾呂志地区)<br>健康相談 受付 9:30 ~ 11:00 上市木公民館<br>受付 13:30 ~ 14:30 中立コミュニティセンター<br>うんどう教室 (自主活動) 10:00 ~ 11:30 福祉健康センター<br>水中運動教室 1 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター | 19 月 | ●海の日●                                                                                                                                     |
| 7 水  | ありんこ広場 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>水中運動教室 3 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター<br>ゴルフ教室 19:00 ~ 21:00 L (エル)                                                                               | 20 火 | ビン類資源・プラスチック資源・ビン類ごみ収集日<br>(阿田和・尾呂志地区)<br>健康相談 受付 9:30 ~ 10:30 片川公民館<br>受付 11:00 ~ 12:00 下地集会所<br>受付 13:30 ~ 14:30 西原集会所                  |
| 8 木  | 資源紙・衣類等収集日 (市木・神志山地区)<br>こどもの広場 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>水中運動教室 2 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター<br>ソフトテニス教室 19:00 ~ 21:00 阿田和小学校                                                   | 21 水 | 行政・人権・心配ごと相談 9:00 ~ 12:00 役場 1 階会議室<br>男性料理教室 (予約制) 9:30 ~ 12:30 福祉健康センター<br>ゴルフ教室 19:00 ~ 21:00 L (エル)                                   |
| 9 金  | 「京・狂・響」(茂山千之丞と京都フィルハーモニー室内合奏団)<br>19:00 開演 中央公民館<br>生命の貯蓄体操 13:30 ~ 15:00 福祉健康センター<br>太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館<br>エアロビクス教室 19:30 ~ 20:30 御浜中学校体育館                             | 22 木 | 3 歳児健診 受付 13:00 ~ 13:30 紀南病院すこやかルーム<br>こどもの広場 (自主活動) 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>ソフトテニス教室 19:00 ~ 21:00 阿田和小学校                               |
| 10 土 | くまの木て海て市場 「道の駅」パーク七里御浜<br>図書貸出 13:00 ~ 16:00 神木・志原・上市木・下市木・尾呂志各公民館<br>卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校<br>バスケットボール教室 14:00 ~ 16:00 体育センター                                             | 23 金 | 太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館                                                                                                                 |
| 11 日 |                                                                                                                                                                                | 24 土 | 図書貸出 13:00 ~ 16:00 神木・志原・上市木・下市木・尾呂志各公民館<br>ソフトボール教室 14:00 ~ 16:00 御浜小学校<br>卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校                                     |
| 12 月 | 健康相談 受付 9:30 ~ 10:30 志原公民館<br>受付 13:30 ~ 14:30 山地コミュニティセンター<br>こどもの広場 (自主活動) 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>水中運動教室 1 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター<br>バレーボール教室 17:45 ~ 19:00 体育センター      | 25 日 |                                                                                                                                           |
| 13 火 | 金物資源及び金物・プラスチックごみ収集日 (市木・神志山地区)<br>健康相談 受付 9:30 ~ 10:30 阪本コミュニティセンター<br>受付 11:00 ~ 12:00 尾呂志公民館<br>受付 13:30 ~ 14:30 柿原公民館<br>グラウンドゴルフ教室 9:00 ~ 11:00 紀南清掃センター                  | 26 月 | 胃がん検診 (予約制) 尾呂志公民館<br>胃がん・乳がん・子宮がん・骨密度検診 (予約制) 神木公民館<br>こどもの広場 (自主活動) 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>バレーボール教室 17:45 ~ 19:00 体育センター              |
|      |                                                                                                                                                                                | 27 火 | ビン類資源・プラスチック資源・ビン類ごみ収集日<br>(市木・神志山地区)<br>乳児健診 受付 13:30 ~ 14:00 紀南病院 (小児科外来)                                                               |
|      |                                                                                                                                                                                | 28 水 | 生命の貯蓄体操 13:30 ~ 15:00 福祉健康センター<br>ゴルフ教室 19:00 ~ 21:00 ミハマ G G                                                                             |
|      |                                                                                                                                                                                | 29 木 | こどもの広場 (自主活動) 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター<br>ソフトテニス教室 19:00 ~ 21:00 阿田和小学校                                                                      |
|      |                                                                                                                                                                                | 30 金 | 太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館                                                                                                                 |
|      |                                                                                                                                                                                | 31 土 | 図書貸出 13:00 ~ 16:00 神木・志原・上市木・下市木・尾呂志各公民館<br>卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校                                                                     |

※ゴルフ教室以外の屋外種目は、雨天時中止 (不明な場合は、教育委員会 ☎ 3 - 0 5 2 6 まで)

赤字…ごみ関係 青字…福祉健康センター関係 緑字…みはまスポーツクラブ関係