



「いざ！」に備えての応急救命訓練

9月5日に開催された防災訓練では、たくさんの住民の方が、消防御浜分署員から応急救命訓練の指導を受けました。写真は、心肺蘇生法実演の様子です。

広報

みはま

2004
No 426 **10**

平成16年10月1日発行

今月の主な内容

- ▶ サルから田畑を守るマメ知識…………… ②～③
- ▶ 紀南ツアーデザインセンター…………… ④～⑤
- ▶ 地震への対応・イベント情報…………… ⑥～⑦
- ▶ インフルエンザ予防接種・平和月間… ⑧～⑨
- ▶ 税務署・年金・保健だより…………… ⑩～⑪
- ▶ お知らせ・新刊案内…………… ⑫～⑬
- ▶ ファインダーの向こう側…………… ⑭～⑮
- ▶ ふれあい交差点・クッキング…………… ⑯～⑰

マルチみかん（宮川早生）

みかんには、ガン抑制効果の高い色素や成人病を予防するポリフェノール類がたくさん含まれています。またみかんの袋には体脂肪を分解する成分、酸っぱさのもとになるクエン酸には疲労回復効果があります。

果物が糖尿病や肥満の原因になるというのもまちがいのようです。1日2個が目安です。「年中みかんを食べて健康な町」をめざしましょう。

年中みかんのとれる町

ミカンを捕られる。稲を倒され、収穫前の穂が食べられる。
サルによる農作物、農地への被害が多発しています。



サルから田畑を守る マメ知識



サルの餌付けになる行動は？

- ◆珍しい・可愛いのでミカンやサツマイモを与える。
- ◆サルにかじられた作物を畑のすみに置いておく。
- ◆台所で生じた生ゴミ（果物の皮、野菜クズ、卵殻など）を堆肥になるとの思いから圃場に捨てる。
- ◆墓にお供え物を置く。
- ◆自然落下・摘果・廃棄された果実を果樹園内に放置しておく。
- ◆稲の二番穂を放置しておく。

サルの餌付けは
町を最高の餌場と
認識させる
きっかけになるので
やめましょう！



サルに強い畑ってどんなの？

- ◆不要なモノを撤去した、見通しの良い畑
⇒サルは身を晒しながら行動するのが苦手な動物のため。
- ◆ウネを横切ることができる小さな道がある畑。
⇒追いかけるときに便利で、サルもなかなか振り切ることができずビックリします。
- ◆作物の取り残しがなく、雑草等も処理した畑。
⇒畑の近くに、収穫しない果物（柿、栗、ビワなど）がある場合は切ってしまうことも必要です。
- ◆狙われやすい作物を屋根や犬小屋の近く、あるいは山から見えない側等に配置を工夫した畑。



個人でできるサル対策は？

- ◆電気柵の設置（ワイヤー式、ネット編込み式など）
- ◆ネットの設置（支柱を弾力性のあるものにした「猿落くん」 ※左ページで紹介）
- ◆電気柵とネットを併用したもの。
- ◆追い払い ⇒「サルなんて追い払ってもすぐ餌食いに戻ってくるから追い払いなんて意味ない。」と言っていると、サル対策が前に進みません。人慣れが進み町全体の被害も大きくなります。サルを見かけた人はパチンコ等を使って山に追い払ってください。

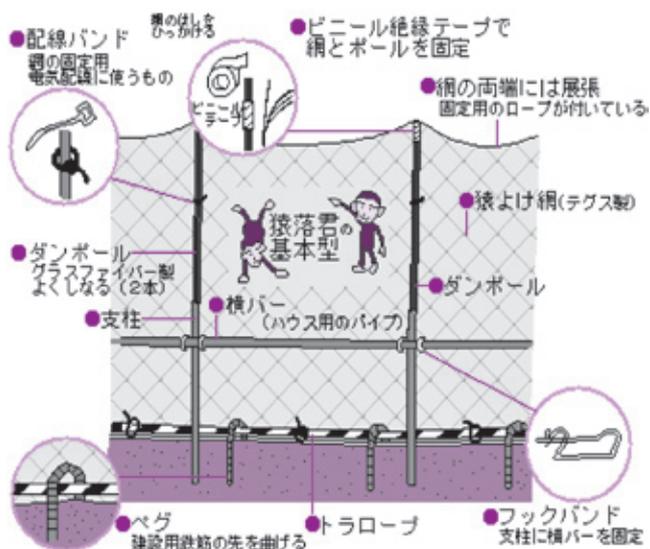


御浜町のサル対策は？

- ◆サルの位置を提供
現在、御浜町で生息している主な群の現在地を JA の有線放送・FAX 等で提供しております。
- ◆猟友会へ駆除を依頼
サルの被害が発生している場所で銃器等を使用し駆除してもらっています。しかし、猟友会の方々にも仕事がありますので、早急に駆けつけることはできません。また、この活動はボランティア的な面が強いので、有害鳥獣対策の補足的な役割程度であると思っておいて下さい。
- ◆助成金の交付
電気柵の設置等の有害鳥獣対策事業に対して助成金を交付しています。設置延長による上限がありますが、基本的には総資材費の半額程度を助成しています。なお、予算残額がなくなった時点で交付を打ち切らせて頂きますのでご希望の方はお早めに助成金の申請書を提出して下さい。

自分で作れる猿害防止柵

えんらく 猿楽くん



● 資 材 ●

ネット保持および支柱強度保持用支柱

鉄パイプ（農業ハウス用直径 19mm を 140cm）

※間伐材でも OK

ダンポール（長さ 270cm）、フックバンド

ネット

猿よけテグス網（横 20m、縦 3m、目あい 4.5cm）

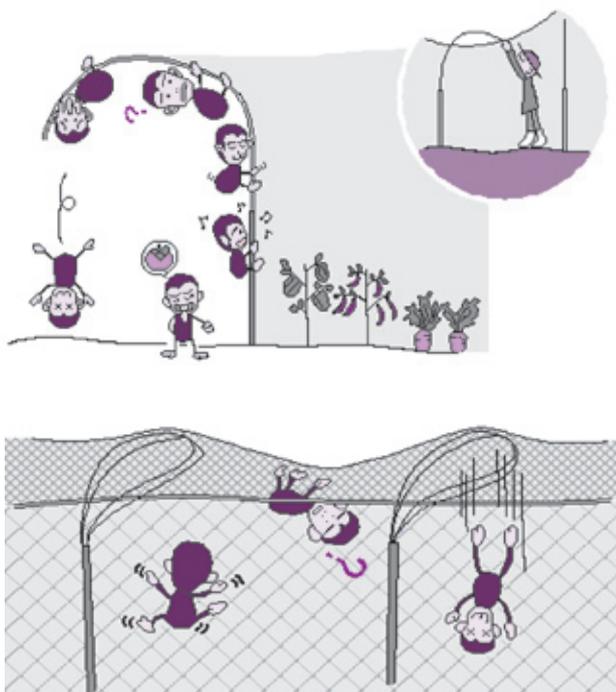
ネット固定用

トラロープ（直径 12mm）鉄筋ベグ（長さ 40cm）

ビニールテープ、配線バンド

● 作業手順 ●

- ① 圃場の周囲にトラロープを巡らせ、70～100cm 間隔で鉄筋ベグを打ち込んで地面に固定する。
- ② トラロープにそって 2m 間隔で支柱用鉄パイプを地下 30cm ほど打ち込み、パイプにダンポールを 2 本ずつさす。
- ③ フックバンドを用いて支柱用鉄パイプに地上 30cm の高さで横バーを固定する。
- ④ ダンポールの先端にビニールテープと配線バンドでテグス網を固定する。
注意 1：この時、ビニールテープはしっかり巻かないと外れる原因となります。
注意 2：支柱とダンポールの接続部分にもビニールテープでダンポールを保護した方がダンポールが折れにくくなります。
- ⑤ テグス網の下端を配線バンドでトラロープに固定する。出入り口をつくる。



- 柵は 2.7 m の高さですが、上部 1.6 m はしなるので、脚立なしで安全にネット張り作業ができます。
- 人慣れや畑荒らしなど、サル学習程度にあわせて支柱の構造を変えることができます。このため侵入されても新たに柵を作り替える必要がなく経済的。

※上記の内容は「奈良県農業技術センターの果樹振興センター」がインターネット上で掲載している内容を抜粋して紹介したものです。（<http://www.pref.nara.jp/snorin/nogyohukyu/04saru/saruaol.htm>）

〒問い合わせ先〒 農林水産課振興係 ☎ 3-0517 有線 3031 （担当 さきくぼ 崎久保）



地域の人々と観光客のための、
紀南の魅力案内所

紀南ツアー デザインセンター

熊野市木本町の一角に築120年の趣きある古家が建っています。

元々は林業で栄えた奥川吉三郎氏の私邸。そこが、今、紀南地域活性化の拠点「紀南ツアーデザインセンター」として地域の人々、観光客の集客交流の場に生まれ変わりました。

紀南地域活性化への取り組み

過疎化・高齢化が進む紀南地域は、地域産業の低迷、地域の活力の低下等、厳しい課題を抱えております。この状況を打開し、紀南地域が、生き生きと活気あふれる姿になるには、地域自立の観点から活性化に取り組むことが必要となります。これまで地域が持っていた人材、文化、自然、産業等の資源を有機的に活用しながら地域住民、団体、企業、市町村、県が一体となつて紀南地域の振興に取り組む計画、それが「紀南地域の振興策」です。

去る平成15年4月、この「紀南地域の振興策」を推進するため、紀南地域の5市町村と県が一体となった紀南地域振興協議会が設立されました。

紀南ツアーデザインセンター設立

紀南地域振興協議会では、紀南地域の振興策の取り組みの一つである集客交流の基盤を担う組織として「紀南ツアーデザインセンター」を今年6月に立ち上げました。設立



明治20年に建てられた古民家の室内は、まるでタイムスリップしたかのよう。日常の慌しさから解き放たれる空間です。趣きある部屋で、おいしい紀州番茶を飲めば、そこはもう癒しの世界。

にあたっては、伊勢おかげ横丁の建設、運営に携わってきた橋川史宏氏を紀南振興プロデューサーとして招き、これからの観光・集客交流事業のあるべき方向性を示しながら、地域(民間)に具体的な行動の機会を提供してまいります。

紀南ツアーデザインセンターの4つの機能

- ① **モデルツアーを企画・実施**
 - ▼ 地域の人と一緒に受け皿(訪れる人への受け入れ姿勢)を作る。
 - ▼ 熊野古道と周辺の資源を活用したルートの発掘・設定
 - ▼ 学習・体験・交流メニューの開発
- ② **紀南地域の旅の窓口**
 - ▼ 地域の資源情報の収集と発信
 - ▼ 個人の旅のための情報提供窓口
 - ▼ ホームページの開発とメールマガジンの発信等
 - ▼ 番茶の提供(食文化に親しむ)
- ③ **おもてなしの場**
 - ▼ 旅の方への休憩場
 - ▼ 語り部との待ち合わせ
 - ▼ 熊野の特産品・工芸作品の展示と販売
- ④ **地域づくりの拠点**
 - ▼ 語り部の活動拠点
 - ▼ 地域住民の情報交換の場(たまり場)
 - ▼ 本・ビデオ等資料の閲覧

紀南住民が紀南地域の 魅力を見つめ直す

「紀伊山地の霊場と参詣道」が世界遺産に登録され、熊野古道と紀南地域の豊かな自然が、今注目を集めています。この紀南地域の魅力を活かすためにも、熊野古道をはじめとした地域独自の自然・文化資源などを見つめ直し、最大限に活用する。つまり、中から湧き出てくる地域作りを進めることが、地域の人々の喜び、ひいては経済的なメリットにもつながります。

近年、自然の営みや人と自然の関わりを楽しみながら、その対象となる自然環境や文化の保全に責任を持つ、いわゆる「エコツーリズム」が見直されています。紀南地域は、環境省の指定する全国13地域のエコツーリズム推進モデル地区の一つに指定されました。エコツーリズム事業の実施にあたっては、紀南ツアーデザインセンターがその中核を担っています。

この夏には、モデルツアーとして「熊野川カヌー・スノーケリング講習会」や「とおきおきの熊野山村の暮らし体験講座」大井谷のホテルを守る人々」を開催しました。いずれも、「素晴らしい」「きれいな表面的な感動だけでなく、「素晴らしい自然を体験して楽しむ」「きれいなホテルを守る地元の人々の努力を知る」という、一歩奥に踏み込んだツアーです。これからも、紀南ツアーデザインセンターでは、紀南地域の魅力を再発見できるモデルツアーを提案していきます。



魅力豊かな地域には、人はずらに集まります。まずは皆さん自身が紀南ツアーデザインセンターに足を運び、紀南地域の魅力に触れてみてください。地元住民の皆さんの主体的な参加が、活発な集客交流、そして地域の活性化につながります。

紀南地域のおみやげや地元工芸家の作品が展示されています。もちろん、その場で購入することもできます。



ツアーデザインセンターで出している番茶は、鉄釜で沸かしています。この日訪れていた観光客も、橋川プロデューサーから説明を受け、懐かしげに鉄釜に触れていました。

紀南ツアーデザインセンター

熊野市木本町517-1
TEL 0597-85-2001
FAX 0597-89-3210
E-mail: kinan-tdc@nifty.com
営業時間：午前9時～午後5時
(年末年始まで休みなし)



地震への

適切な対応を

9月5日以降、近畿地方を中心に多くの地震が発生しました。役場では、昨年度から東南海・南海地震をはじめとする巨大地震の発生に備えて様々な地震対策を実施しております。

地震・津波情報 緊急衛星同報受信システム

衛星情報をもとに防災行政無線（個別受信機・屋外受信機）を通じて地震・津波情報の一斉放送を行います。放送内容に注意し、落ち着いて行動して下さい。



防災行政無線の個別受信機（屋外受信機）を通じて地震・津波情報の一斉放送を行います。

御浜町防災マップ

防災情報（防災の心得、避難の心得など）をはじめ、津波避難場所、避難場所、津波災害危険地域などが表示されています。

沿岸地域において、地震による津波発生時や津波発生のおそれがある時は、高台や指定の津波避難場所（下表）へ避難して下さい。

その後、地震や津波によって家に帰れなくなった方のた

めに、必要に応じて避難所を開設します。

なお、防災マップは、広報5月号折込みで全戸配布させていただきますので、お願いいたします。



避難所や津波避難場所を明確にするための防災マップの配布をお願いします。

その他

被災された方に配布させていただいたため、非常食や毛布など配給用物資を備蓄しておりますが、各自で非常持ち出し品を整理しておいて下さい。

また、地震や津波の発生当初においては、役場や消防など公的機関による支援や救助が受けられないことが予想されます。自主防災組織などの地域活動が中心となりますので、避難経路の確認や防災倉庫の資機材を確認しておきましょう。

津波避難場所

地区名	施設名	備考
1 神志山	御浜中学校グラウンド	津波から多くの方を守るため、屋外施設を避難場所に指定しています。（屋内施設は、津波避難場所として指定しておりませんので注意して下さい。）
2 市木	御浜小学校グラウンド	
3 阿田和	御浜町役場駐車場	
4 阿田和	紀南病院駐車場	
5 阿田和	山地コミュニティセンター駐車場	

お問い合わせ先
総務課行政係
☎ 3-0505

町政モニター通信

去る9月3日、第2回御浜町政モニター会議が開催されました。今回は教育課長から学校給食と文化事業の概要について説明を受けた後、積極的な意見交換が行われました。

学校給食について

◆共稼ぎの家庭が増えており、中学校の給食は必要である。給食のおかげで好き嫌いもなくなった。

◆弁当屋さんから配達してもらっている中学生もいるらしい。

◆中学生になったら親子で弁当をつくりたいという声もある。

文化事業について

◆中央公民館のイベントは前日から並んでチケットを取らなければならぬものもある。お年寄りには並べないので配慮してほしい。

◆元気塾まつりで手芸や編み物を教えていたが、毎週でなくてよいので土曜日に教えてあげてほしい。昔の遊びも人気があった。

その他

◆昔は山や川などすべてが遊び場であった。今は、誘拐や交通事故などで子供が安心して遊べる場所が少ない。家の中でしか遊ぶ場所がないので、ゲームに夢中になる子も多い。

◆放課後、学童保育のようなものではないか。子どもが小学校に入ると仕事を辞めなければならぬ母親もいる。

◆自治会活動が積極的に行われるよう努めるべきではないか。

■次回は、11月中旬に「農業施策」をテーマとして会議の開催を予定しています。

お問い合わせ先
総務課調整室
☎ 3-0505
(担当 中村)

御浜町文化振興事業

森 公美子 コンサート

4オクターブ半の声域を持つメゾソプラノ歌手としてのパワフルな歌と、愛くるしいキャラクターで親しまれている愉快なおしゃべりをお楽しみください。

【日 時】 11月27日(土)

午後7時開演・午後6時30分開場

【場 所】 中央公民館

【チケット】 全席指定3,500円(お一人様3枚まで)

[前売り] 10月24日(日)午前9時～

[発売場所] 中央公民館・ピネインフォメーション

†問い合わせ先† 中央公民館 ☎2-3151



第19回 御浜町福祉健康まつり

【日 時】 10月15日(金) 午後5時～8時30分

【場 所】 中央公民館

入場無料
先着200名様に
うがい薬・薬用石鹸
プレゼント!

●第1部●午後5時～

健康相談コーナー、骨髄バンクコーナー、介護相談コーナー、ボランティア関係コーナー、糖尿病予防食試食、防災関係コーナー、結核予防コーナー

●第2部●午後6時～



住田安弘先生 講演
「糖尿病をいかに防ぐか
—検診の重要性」



黒沢年雄 特別講演
「心と身体の健康を
求めて!!」



えんき
閻杰中国琵琶コンサート
「弦奏紀行」

†問い合わせ先† 福祉保健課 ☎3-0515 (担当 さきくぼ 崎久保)

インフルエンザ予防接種

高齢者等を対象としたインフルエンザ予防接種を次のとおり実施します。

接種を希望される方は、最寄りの医療機関で接種時間等をお問い合わせの上、健康保険証と健康手帳をお持ちになり、体調の良い日に接種してください。

対象者

- ① 接種時に65歳以上で、御浜町に住所を有する方
- ② 60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓等の機能に障害のある身体障害者手帳1級相当の方（身体障害者手帳をお持ちでない場合は医師の診断書が必要です）

対象となる接種期間

平成16年10月15日～

平成17年1月31日

自己負担金

● 医療機関窓口で1000円をご負担ください。

* 国民健康保険に加入されて

いる方は無料となります。詳しくは下記の「国保インフルエンザ保健事業」のお知らせをご覧ください。

● 生活保護世帯は自己負担無し（無料）です。

注意事項

- ① 接種を希望する医療機関に電話で予約してください。
- ② 予診票は医療機関の窓口で受け取り、説明書をよく読んでから記入してください。
- ③ 接種後は医療機関で健康手帳に接種日時などを記入してもらってください。
- ④ 熊野市・南牟婁郡以外の医療機関で接種を希望される場合は、事前に福祉健康センターまでご連絡ください。

◆ 問い合わせ先
福祉健康センター

☎ 2-3811

国保インフルエンザ保健事業

国民健康保険の保健事業の一環として、インフルエンザの予防接種を受けられた方に対して接種料金の一部を助成します。（*医療機関の窓口で国民健康保険証をご提示の上、接種を受けてください。）

助成対象者

御浜町国民健康保険加入者のうち、

- ① 65歳以上で、予防接種法に基づき接種を受けられた方（*60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓等の機能に障害のある身体障害者手帳1級相当の方を含みます。）
- ② 40歳以上65歳未満で任意に接種を受けられた方

助成対象となる接種期間

平成16年10月15日～
平成17年1月31日

助成額

- ① 65歳以上の方
予防接種にかかる自己負担金相当額（1000円）
- ② 40歳以上65歳未満の方
接種料金から1000円を控除した額

助成の方法

■ 御浜町内の医療機関で接種した場合

接種当日、医療機関窓口で助成額を精算いたします。

- ① 65歳以上の方

上記「インフルエンザ予防接種事業」による自己負担金相当額（1000円）を全額助成します。

- ② 40歳以上65歳未満の方

医療機関窓口で1000円をお支払いの上接種いただき、残額については国保保健事業で助成します。

■ 御浜町以外の医療機関で接種した場合

接種費用の領収書を役場へご提出いただいた後、口座振込により助成いたします。

- ① 65歳以上の方

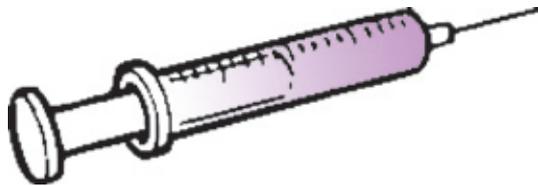
上記「インフルエンザ予防接種事業」による自己負担金相当額（1000円）を全額助成します。

- ② 40歳以上65歳未満の方

接種料金から1000円を控除した額を助成します。

◆ 問い合わせ先
税務住民課くらしと相談係

☎ 3-0512





原爆パネル展

中央公民館ロビーに原爆の悲惨さを写し出した写真が展示され、平和の尊さを訴えていました。



平和のごい2004

福祉健康センターで、ミニコンサートや健康体操が行われました。



平和月間をふりかえって

御浜町では、8月を平和月間として定めています。期間中、町内各地で「平和」をテーマにした様々な取り組みが行われました。



おはなしの会

絵本の読み聞かせや平和のお話に、訪れた子どもたちは熱心に耳を傾けました。



子ども平和ツアー



向井春羊さんから平和の話を聞いたり、町内の戦争史跡をめぐるツアーに、14人の子どもたちが参加しました。

広報文芸



みはま広報俳句十六年八月抄

田舎家やに 帰郷にぎ合う 盆夕べ 小野はるみ

夏空や 熊野古道の 人の列 石橋 寛朝

稲を干す 雀来たりし 三時かな 小野まあり

夕暮れて まだまだはしゃぐ 泳ぎの子 前 たき子

下駄蹴おこって 踊る男の 伊達姿 和田真沙恵

内緒ごと 妻に知られて 夕端居はし 川本 素秋

合併の 是非問ふ町の 蟬時雨 下川 幸子

唄うたにも ときめきのあり カンナ燃ゆ 長尾 あや

一すじの 髪かみに憂うれさます 暑さかな 久保 ひま

鮎あやを釣る ひかり釣るかに 熊野川 柳山 てい

鮎あやを焼く 故里の川 思いつつ 井奥富久子

過疎の里 ソーメン流し 賑わえり 須崎 行雄

紫蘇しそ畑 日を浴びつつも 暗く映え 杉目 黄溪

海見ゆる 木椅子きいすに二人 夏帽子 湊 貞

がんがんと 体幹たいかん揺する 大花火 谷口 希世

ハーブ摘む 掌て擦り抜ける 夏の風 西 敦子

鵜殿署



のが難しく、経済的にも負担
 になったりするケースがあり
 ます。

警察では、こうした苦しみ
 を誰にも相談できずに一人で
 悩みを抱えている方のため
 に、性犯罪、児童虐待、青少
 年の問題など内容に応じた相
 談窓口を設置して、必要な助
 言を行っています。

【相談窓口】

三重県警察本部被害者対策室
 ☎059-222-0110
 警察安全相談窓口
 ☎059-224-9110
 または#9110

平成16年
 全国地域安全運動

犯罪や事故などを未然に防
 止し、人々が安心して暮らせ
 る地域社会の実現のために全
 国地域安全運動が実施されま
 す。

【期間】

10月11日(月)～20日(水)

【メインスローガン】

みんなでつくりよう安心の街

お問い合わせ先

鵜殿警察署
 ☎0735-33-0110

犯罪被害者とそのご家族の方へ

犯罪被害は、犯罪によって
 負傷したり財産を失うなどの
 直接的な被害だけでなく、精
 神的なショックから立ち直る

● 税務署だより ●

高齢者と税

高齢者(65歳以上)の方に対しては税法上様々
 な特例が設けられています。

- 高齢者本人が受けられる特例
 - ・ 老年者控除
 - ・ 公的年金等控除
- 高齢者を扶養している方が受けられる特例
 - ・ 控除の対象となる親族が70歳以上の場合は通常より多い控除額が所得金額から差し引かれます。
 - ・ 配偶者控除
 - ・ 扶養控除

高齢者に対する非課税

高齢者を対象とした一定の預貯金の利子は、
 非課税となっています。

お気軽に税金相談

「パート収入はいくらまでなら税金がかからないの?」「消費税の課税事業者になるの?」「親から住宅資金を援助してもらったんだが」等々、税金に関してお分かりにならない点はありませんか?

税金のことで困ったとき、分からないとき、知りたいときなど、お気軽に税務相談室をご利用ください。匿名でも相談に応じています。相談は無料です。

↑お問い合わせ先↑ 尾鷲税務署 ☎0597-22-2222

年金
 だより

国民年金の保険料免除制度

国民年金は20歳から加入し、60歳までの40年間、保険料の納付が必要ですが、所得の減少や失業等で経済的に保険料の納付が困難な場合には、本人の申請によって国民年金保険料の納付を免除する制度があります。

となり、その間の事故や病気で重い障害が残っても年金が支給されない場合があり、忘れず納付することが大切です。

申請免除の対象となる方

- ①前年の所得(収入)が少なく、保険料を納めることが困難な場合
- ②障害者または寡婦であつて、前年の所得が125万円以下の場合
- ③生活保護法による生活扶助以外の扶助を受けている場合
- ④申請のあつた日の属する年度または前年度において

■全額免除
 保険料の全額を免除するものです。免除された期間は、年金を受給するための受給資格期間には算入されませんが、年金額は保険料全額を納めたときと比べて3分の1として計算されます。

■半額免除

保険料の半額を免除し、残り半額を納付していただくものです。半額免除された期間は、年金を受給するための受給資格期間には算入されませんが、年金額は保険料全額を納めたときと比べて3分の2として計算されます。

- ・ 震災、風水害、火災その他これらに類する災害により、被害金額が財産のおおむね2分の1以上である損害を受けたとき
- ・ 失業等により保険料を納付することが困難であると認められるときなど

※なお、半額免除を受けた期間で、半額の保険料を納めない場合は、「未納期間」

↑お問い合わせ先↑
 税務住民課(はやし) ☎3-0512 (担当) 林

保健だより



No.286

2歳以下の子どもには
長時間テレビを見せないようにしましょう

子どものテレビ視聴が4時間を超えると、4時間未満の子どもに比べて、意味のある言語（有言語）の出現が遅れがみられることが、日本小児科学会の「乳幼児のテレビ・ビデオの視聴と発達への影響に関する調査」結果で明らかになりました。

小児科学会では、言語の発達で重要な時期にある乳幼児の長時間視聴の影響について、親と社会が認識し対処する必要があると指摘しています。後記の提言をまとめ、「乳幼児のテレビ・ビデオ長時間視聴は危険だ！」と呼びかけています。

調査結果によると、テレビ視聴が4時間以上の子ども（長時間視聴児）は4時間未満の子どもに比べて、有言語出現の遅れが2倍に達したそうです。

また、子どもの近くでテレビが8時間以上ついている家庭では、長時間視聴児の有言語遅延率は、4時間未満の家庭における子どもの2倍となっています。



一方、テレビ視聴時に親が内容を話す子どもでは、79%が視聴時に指をさして質問し、内容を話すことがほとんどない子どもの56%を大きく上回ったと言われています。

日常生活では、親が内容を話す子どもで97%が「テレビの歌を歌うと喜ぶ」、86%が「テレビでみた話の本に興味をもつ」のに対して、そうでない子どもでは、それぞれ84%、63%と下がった比率を示しています。テレビを見ながら親と一緒に歌ったり、内容について話す家庭の子どもは視聴時や日常の反応行動が活発な傾向がみられるという報告もあります。

小児科学会では少子・核家族化、携帯メール・インターネットの普及などによって、「家庭内で会話が少なくなり、言語発達に問題を持つ子どもが増加する」ことを予想しています。

調査は、東京都や岡山県などで、平成

15年度に1歳6か月健診を受診した子どもの親19,000名を対象に実施したものです。（回収率75・2%）

●日本小児科学会の提言

- ① 2歳以下の子どもには、テレビ・ビデオを長時間見せないようにしましょう。内容や見方によらず、長時間視聴児は言語発達が遅れる危険性が高まります。
- ② テレビをつけっぱなしにせず、見たら消しましょう。
- ③ 乳幼児にテレビ・ビデオを1人で見せないようにしましょう。見せるときは親も一緒に歌ったり、子どもの問いかけに答えることが大切です。
- ④ 授乳中や食事中はテレビをつけないうにしましょう。
- ⑤ 乳幼児にもテレビの適切な使い方を身につけさせましょう。見終わったら消すこと。ビデオは続けて反復視聴しないこと。
- ⑥ 子ども部屋にはテレビ・ビデオを置かないようにしましょう。



4年間の御浜町糖尿病予防検診 糖判定結果

受診年度	実施地区	正常型	境界型	糖尿病型	総計
H 12年	阿田和	208	34	13	255
H 13年	市木	170	34	12	216
H 14年	神志山	98	13	11	122
H 15年	尾呂志	41	9	6	56
総計		517	90	42	649

※実人員（年毎の重複受診を除いた受診者数）にて計上しています。

御浜町糖尿病について

御浜町では、40歳～60歳までの方（希望者のみ65歳まで）を対象に、「糖尿病予防検診」を4年間で全地区実施しました。今年も10月末ごろ～11月初めにかけて、阿田和地区を中心に、無料にて実施予定です。自分の健康管理のために受診されることをお勧めします。詳しくは、P.12「情報のコーナー」をご覧ください。

10月

季節
カレンダー



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	慢性肝炎・肝硬変・肝臓がん
火	近視と仮性近視
水	アトピー性皮膚炎
木	子どものおやつ
金	がんの告知

献血にご協力を

私たちの周りには、病気や交通事故等のために輸血を必要としている人たちがたくさんいます。そんな時、見知らぬ誰かが献血してくれた血液で尊い命が救われます。お互いの尊い命を守るために、「愛の献血」にご協力ください。

【日時】10月20日（水）

【場所・時間】

- 御浜町役場
午前9時～10時
- オークワ神志山店
午前11時～12時
- 紀南病院
午後2時～4時

■ 献血にご協力いただける方
【献血の基準】400ml

糖尿病負荷検査

＊献血できる年齢は、69歳までですが、60歳～64歳までに一度献血したことがある人に限ります。
＊献血センター
☎2-3811

【検査対象者】
・40歳代及び50歳代の阿田

和地区住民

・これまでの糖尿病検診で境界型の人（65歳までの方で希望者も受けられます）

【検査実施場所・日時】

- 阿田和公民館
10月24日（日）、27日（水）、31日（日）、
- 福祉健康センター
11月7日（日）、9日（火）

【受付時間】

- 午前8時～9時30分
- ＊終了まで約2時間10分かります。
- ＊検診希望日の5日前までに申し込みください。

☎2-3811
福祉健康センター

子宮がん個別検診

子宮がん（頸部）の個別検診を次のとおり実施します。

【期間】
10月1日～11月30日

【自己負担】

- 70歳以上 無料
- 69歳以下 1100円

【対象者】

町内在住の20歳以上の女性
【実施医療機関】

紀南病院（産婦人科）
大石産婦人科（熊野市有馬町）
＊問い合わせ先
福祉健康センター
☎2-3811

新宮高等技術専門校 平成17年度生徒募集

【科目及び募集人員】
溶接技術科 15名
建築科 20名

【応募資格】

○溶接技術科（30歳以下の者）
平成16年度高等学校卒業
予定者もしくは、同等以上の学力を有すると認められる者

○建築科

平成16年度高等学校卒業
予定者のみ

【願書受付】

10月1日（金）～12日（火）

【選考日時】10月29日（金）

【選考方法】筆記試験（国語、数学）及び面接

＊受験料、授業料は無料

＊願書提出・問い合わせ先
新宮高等技術専門校

☎0735-31-7329
又は、最寄のハローワークへ

秋の行政相談週間

(10月18日～24日)

「行政相談」とは、国・県・市町村やJR・NTTなどの特殊法人等の仕事について皆さんから意見や苦情・要望をお聞きし、改善を図るための制度です。

総務省では、この行政相談制度を皆さんにもっとよく知っていただき、利用していただくために、10月18日(月)から24日(日)までの一週間で「秋の行政相談週間」と定め、全国で様々な行事を行います。

この週間にちなんで、当町でも次のとおり「行政相談所」を開設します。

役場や国・県・特殊法人の仕事(年金・健康保険・税金・登記・道路・福祉など)について、わからないことや困ることがあればお気軽にご相談ください。

【日時】10月20日(水)
午前9時～正午まで

【場所】役場1階相談室
【相談担当者】

行政相談委員 上ミ地祥浩

*当日都合の悪い方は、直接、上ミ地さんに連絡していただいても結構です。

(上ミ地さんの連絡先: 志原1728番地2)

☎2-2938

*「行政相談委員」とは、総務大臣が委嘱している民間有権者で、皆さんの身近な相談相手です。また、ご相談は無料で、相談者の秘密は固く守られます。

十問い合わせ先
税務住民課くらしと相談係

☎3-0512 (担当 山本)

恩給欠格者、引揚者の皆様へ

旧軍人等で恩給等を受けていない恩給欠格者の方(該当する者の遺族の方を含む)、終戦に伴い本邦以外の地域から引き上げてこられた方に内閣総理大臣名の書状等を贈呈しています。

なお、引揚者の請求期限は平成17年3月31日となっております。

請求書類は、福祉保健課の窓口にあります。既に請求された方は、再度請求される必要はありません。

資格要件などのお問い合わせは、独立行政法人平和祈念事業特別基金(☎0120-234-933)まで

十問い合わせ先
福祉保健課

☎3-0515 (担当 山本)



町税納期限のお知らせ

10月は、町県民税第3期および国民健康保険税第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 11月1日(月)



中央公民館へ、次の方から図書のお贈りがありました。有効に活用させていただきます。

下市木 中村由有子さん

町図書館だより 新書のお知らせ

「おい、永瀬、その手に持っている五千円、どうしたんだよ」
「どこかのおばさんがくれたんだよ」
「ふざけんよ」陣内君が声を上げた。
「いいんだ。悪気はないんだよ」婦人を庇う口ぶりだった。
てっきりわたしも、陣内君は、「善意を押しつけてきた婦人」に怒っているのだと思



チルドレン

伊坂 幸太郎 著



った。ところがそうではなかった。陣内君は、「よくねえよ」とつづけてから、さらにこう言った。
「何で、おまえがもらえて、俺がもらえないんだよ」
「たぶん、僕が盲導犬を連れてあるから、じゃないかな。目も見えないし」
「は？」陣内君が啞然とした顔になった。とぼけているわけではないらしい。心底、訝

しそうだった。「そんなの関係ねえだろ」
「え」とわたしはもう一度間の抜けた声を出してしまった。
「関係ないつつうの。ずるいじゃないか」と喚いた。
私は、そのとき陣内君の発した、「関係ない」の響きが、とても心地よかったのを今でも憶えている。永瀬も顔をほころばせていた。

(本文より)

新刊案内 (中央公民館)

- 知的きもの入門 森田 空美 著
- インターネット英和辞典 阿部 一 著
- 紀伊熊野古道をあるく 村下 政人 著

ファイндターの
向こう側

9/5 御浜町総合防災訓練

東南海・南海地震を想定した総合防災訓練が、神志山地区を対象に御浜中学校グラウンドで開催されました。当日は、地元住民や消防団員等、455名が参加し、本番さながらの訓練を繰り広げました。



バケツリレーによる
初期消火訓練



防災ヘリコプターでの救助訓練



三角巾を使った応急手当訓練



西平見自主防災組織の消化班
による放水訓練

炊き出し訓練



各地区自主防災組織ごとの避難訓練

わがら元気塾 歴史講座

熊野古道を学ぼう

御浜町では、「横垣峠」「風伝峠」「浜街道」の3箇所の古道が世界遺産に登録されました。これを機会に、熊野古道の歴史を楽しく学んでみませんか？

【日 時】 10月13日(水)、27日(水)、11月10日(水)
午後7時～8時30分

* 11月最終講座では、実際に古道を歩いての講座を予定しています。

【場 所】 中央公民館 第3研修室

【講 師】 渡辺芳遠

【対 象】 町内在住・在勤の方(30名程度)

〒申し込み・問い合わせ先〒
教育委員会 わがら元気塾事務局 ☎3-0526

平成16年度御浜町文化協会

第6回文化芸能発表大会

歌や踊り、太鼓、大正琴、詩吟、コーラス、民謡、盆踊りなど、町内で活躍されている芸能団体の皆さんが一同に会し、日ごろの練習の成果を発表します。この機会に、一人でも多くの方のご参加をお願いします。

【日 時】 10月24日(日)
午後6時開演

【場 所】 中央公民館

〒問い合わせ先〒
中央公民館
☎3-3151 (担当 しみず 清水)



谷口くらさん（前列左から2番目）と家族の皆さん

9/13 100歳長寿者慰問

谷口 くらさん(志原)

満100歳になられた谷口さんに、町長から記念品が贈られました。谷口さんの元気の秘訣は「毎日3食食べること」だそうです。好き嫌いもまったく無いという谷口さん、これからも長生きしてくださいね。

9/14 松濤園敬老祝賀会

敬老の日を目前に、松濤園で敬老祝賀会が行われました。舞台では、カラオケや入園者たちの「虹の音楽隊」による合奏など、趣向を凝らした催しが繰り広げられていました。



健康で長生きできることを祈念して、乾杯！

架空請求に



最近、「利用した覚えのない有料情報の請求や債権回収等の文書が、突然、ハガキやメールで届く」という悪質な詐欺（架空請求）が急増しています。

もし、このような請求があった場合は、落ち着いて次のように対処してください。

強い意志を持って毅然と無視することが最善の対処法です。

❗こちらから連絡しない

文面に「至急連絡を」等と書かれていても、絶対に連絡しないでください。むやみに返信や問い合わせの電話をすることで、電話番号が知られてしまったり、やりとりの中でうっかり他の個人情報も漏らしてしまう恐れがあります。

❗架空請求のハガキやメールは証拠として保管しておく

❗万一、脅し等があった場合は警察に届ける

*なお、三重県県民サービスセンターでは、架空請求を初め、悪質商法や商品購入のトラブルなどについて電話による相談（消費生活相談）を受け付けていますので、困りごとや知りたいことがあればお気軽にご利用ください。

☎059-228-2212

※問い合わせ先

税務住民課くらしと相談係

☎3-0512（担当 山本）

冷静に「支払う必要のない請求には絶対に応じない」と

「冷たく」期待しているだけ

「払ってほしい人がいるかもしれない」と

「中」

「大量に送ってみて、」

「このような悪質業者は、な

「んらかの名簿に基いて不特定

「多数の人に根拠の無い請求書

「を大量に送ってみて、」

「このように悪質業者は、な

「んらかの名簿に基いて不特定

「多数の人に根拠の無い請求書

「を大量に送ってみて、」

「このように悪質業者は、な

「んらかの名簿に基いて不特定

「多数の人に根拠の無い請求書

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

第6回ろうきん杯争奪学童軟式野球県大会が、8月28日、29日に松阪球場で開催され、阿田和養真野球クラブが見事優勝を勝ち取りました。翌30日、メンバー一同が役場を訪れ、町長・教育長に優勝報告を行いました。町長のお祝いの言葉の後、選手たちは一人ずつ、優勝の喜びや、監督、保護者等への感謝の気持ちを語りました。

- 阿田和養真野球クラブのメンバーは次のとおり（敬称略）
- 上野喜常（主将）
 - 松下穂高
 - 藤井弘志
 - 湊航太
 - 長嶺颯大
 - 奥田拓朗
 - 上野亮太
 - 谷口良太
 - 上野亜弥里
 - 西田裕治
 - 岡鼻裕二
 - 山崎貞秀
 - 前田成貴
 - 上野裕貴
 - 鈴木大史
 - 岩田和嵩
 - 山風呂兆
 - 岩田直也
 - 上野和浩

阿田和養真野球クラブ
ろうきん杯争奪学童軟式野球県大会 優勝おめでとう



優勝の報告に訪れた阿田和養真野球クラブ

ボランティアの窓 14
ピュア



●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

「ピュア」は、七里御浜の海岸清掃等をおこなっているグループです。もともとは、昭和56年「赤とんぼ」という名前で発足し、現在は、純粋という意味の「ピュア」と名を変えて活動を続けています。

海岸清掃は、年3～4回、不定期に、市木～志原の海岸でおこなっています。また、他に防災ボランティア等もおこなっており、現在は防災マップ作りを勉強中だそうです。

このマップはリグと呼ばれるもので、地図の上にビニールを被せ、その上から地区ごとの避難経路や、足の悪い方や高齢者がいる家等を記し、災害時に避難するときの手立てにするものです。

前身の「赤とんぼ」時代を含めると、御浜町で最も古いグループになる「ピュア」。リーダーの三軒谷さんは、もう20年以上活動を続けているそうです。そのお話ぶりから、三軒谷さんのボランティアに対する熱い思いが伺えました。

はじめまして

(平成16年7月1日～31日届出分)



▶ 神志山 ◀



濱地 可蓮^{かれん}
丈弘^{けん}・朋子^{ともこ}

▶ 阿和 ◀



奥地 洋人^{ひろと}
孝弘^{けん}・弘美^{ひろみ}

(6月届出分)

▶ 尾呂志 ◀



古野 加奈^{かな}
喜也^{きや}・恵^{めぐみ}



西田 明日輝^{あすき}
優樹^{ゆうじ}・しのぶ^{しのぶ}

ふるさと就職相談会

【日時】 10月15日(金) 午後1時～3時
 【場所】 三重県熊野総合庁舎5階大会議室
 【主催】 紀南雇用開発会議、ハローワーク熊野
 †問い合わせ先†
 ハローワーク熊野 ☎0597-89-5351
 企画振興課 ☎3-0507 (担当 西田)

栄養だよ!



栄養バランスをとるための工夫

- ① 外食は単品料理より定食を!
めんや丼より、野菜もそろった定食がおすすめです。
- ② 炒め物は植物油で!
ラードやバターよりもオリーブ油などの植物油を使いましょう。
- ③ 食物繊維を積極的にとる!
野菜やきのこ、海藻類を積極的にとりましょう。
- ④ 甘いものはほどほどに!
甘いお菓子や清涼飲料水のとりすぎに注意しましょう。
- ⑤ 肉料理より魚料理を多く!
魚に含まれる不飽和脂肪酸は悪玉コレステロールを減らします。
- ⑥ 減塩を心がけましょう!
加工食品やインスタント食品は塩分が多く含まれるので注意しましょう。
- ⑦ 食品の余分な脂をとろう!
煮る・蒸す・網で焼くことで肉類の余分な脂肪を減らしましょう。

じゃがいも きんぴら



材 料 (2人分)

じゃがいも..... 100 g	砂糖..... 小さじ 2
人参..... 40 g	だし汁..... 100cc
ピーマン..... 20 g	サラダ油... 小さじ 2
しょうゆ..... 小さじ 2	いりごま..... 少々

作 り 方

- (1) じゃがいも、人参、ピーマンは5cm長さの棒状に切る。
- (2) サラダ油を熱した鍋にじゃがいもと人参を入れて炒め、だし汁、しょうゆ、砂糖を加えて煮る。
- (3) ピーマンも加えて、全体がやわらかくなったらごまをふって火を止める。

メニュー提供：御浜町食生活改善推進協議会

9月1日現在の人の動き

人口 10,217 人 (+34人)
 男 4,763 人 (+8人)
 女 5,454 人 (+26人)
 世帯数 4,314 戸 (+8戸)

災害大国ニッポン。今年ほどそれを思い知らされた年はありません▼早い時期からの台風の上陸。幸いこの地方の直撃は免れましたが、今年日本に上陸した台風の数は、過去最高を記録したとか。そして地震。体幹に響く震度4の揺れに、長引く余震等、不安な日々が続きました▼台風や豪雨なら、事前にある程度の情報をつかむことができますが、地震はそうはいきません。防災用品の準備や避難場所の確認等も、現実味がなると積極的に取り組みにくいものです▼今回の地震は、そういった意味でも、東南海・南海地震への警戒を呼び起こさせてくれたのかもしれない。今度こそ、十分な備えを!

あ
と
が
き



10月のこよみ

1 金	水中運動教室 3 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター カラダの中と外から元気になる講座③ 13:30 ~ 15:00 福祉健康センター 太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館 エアロビクス教室 19:30 ~ 20:30 御浜小学校	17 日	グラウンドゴルフ教室 9:00 ~ 11:00 寺谷総合公園
2 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 卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校	18 月	健康・栄養相談 受付 9:30 ~ 10:30 引作集会所 受付 13:30 ~ 15:00 福祉健康センター こどもの広場(自主活動)9:30 ~ 11:30 福祉健康センター バレーボール教室 17:45 ~ 19:00 体育センター
3 日	グラウンドゴルフ教室 9:00 ~ 11:00 寺谷総合公園	19 火	ビン類資源・プラスチック資源・ビン類ごみ収集日 (阿田和・尾呂志地区)
4 月	健康・栄養相談 受付 9:30 ~ 10:30 神木老人いこいの家 受付 13:30 ~ 14:30 阿田和公民館 こどもの広場(自主活動)9:30 ~ 11:30 福祉健康センター バレーボール教室 17:45 ~ 19:00 体育センター	20 水	行政・人権・心配ごと相談 9:00 ~ 12:00 役場 1 階会議室 男性料理教室 (予約制) 9:30 ~ 12:30 福祉健康センター 水中運動教室 1 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター 献血 9:00 ~ 10:00 御浜町役場 11:00 ~ 12:00 オークワ神志山店 14:00 ~ 16:00 紀南病院 ゴルフ教室 19:00 ~ 21:00 L (エル)
5 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) うんどう教室(自主活動)10:00 ~ 11:30 福祉健康センター	21 木	子育て相談 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター こどもの広場(自主活動)9:30 ~ 11:30 福祉健康センター ソフトテニス教室 19:00 ~ 21:00 阿田和小学校
6 水	水中運動教室 1 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター ゴルフ教室 19:00 ~ 21:00 L (エル)	22 金	水中運動教室 3 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター 太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館
7 木	資源紙・衣類等収集日 (阿田和・尾呂志地区) こどもの広場(自主活動)9:30 ~ 11:30 福祉健康センター ソフトテニス教室 19:00 ~ 21:00 阿田和小学校	23 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 ソフトボール教室 14:00 ~ 16:00 御浜小学校 卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校
8 金	生命の貯蓄体操 13:30 ~ 15:00 福祉健康センター 水中運動教室 2 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター 太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館	24 日	森公美子コンサート チケット発売 9:00 ~ 中央公民館・ピネインフォメーション 文化芸能発表大会 18:00 ~ 中央公民館 糖尿病予防検診 (予約制) 受付 8:00 ~ 9:30 阿田和公民館
9 土	紀南教職員美術展 中央公民館 くまの木て海て市場 「道の駅」パーク七里御浜 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 卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校 バスケットボール教室 14:00 ~ 16:00 体育センター	25 月	こどもの広場(自主活動)9:30 ~ 11:30 福祉健康センター バレーボール教室 17:45 ~ 19:00 体育センター
10 日	紀南教職員美術展 中央公民館	26 火	ビン類資源・プラスチック資源・ビン類ごみ収集日 (市木・神志山地区) 乳児健診 受付 13:30 ~ 14:00 紀南病院小児科外来
11 月	●体育の日● バレーボール教室 17:45 ~ 19:00 体育センター	27 水	生命の貯蓄体操 13:30 ~ 15:00 福祉健康センター 糖尿病予防検診 (予約制) 受付 8:00 ~ 9:30 阿田和公民館 ゴルフ教室 19:00 ~ 21:00 ミハマ G G
12 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) グラウンドゴルフ教室 9:00 ~ 11:00 清掃センター	28 木	3 歳児健診 受付 13:30 ~ 14:30 紀南病院すこやかルーム こどもの広場(自主活動)9:30 ~ 11:30 福祉健康センター ソフトテニス教室 19:00 ~ 21:00 阿田和小学校
13 水	年金相談 10:00 ~ 14:00 役場 1 階会議室 ありんこ広場 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター ゴルフ教室 19:00 ~ 21:00 ミハマ G G	29 金	水中運動教室 2 班 (予約制) 12:30 集合 福祉健康センター 太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館
14 木	資源紙・衣類等収集日 (市木・神志山地区) こどもの広場 9:30 ~ 11:30 福祉健康センター ソフトテニス教室 19:00 ~ 21:00 阿田和小学校	30 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 卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校
15 金	御浜町福祉健康まつり 17:00 ~ 中央公民館 太極拳教室 19:00 ~ 20:30 志原公民館 エアロビクス教室 19:30 ~ 20:30 御浜小学校	31 日	糖尿病予防検診 (予約制) 受付 8:00 ~ 9:30 阿田和公民館
16 土	カラオケ発表会 中央公民館 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 サッカー教室 14:00 ~ 16:00 御浜小学校 卓球教室 14:00 ~ 16:00 阿田和中学校		

※みはまスポーツクラブの中の、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 ☎ 3-0526 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