

年中みかんのとれるまち

No. 573

広報

みかはま

白バイかっこい~!!



特集

町内各保育所(園)発表会 P4-5

年末の交通安全県民運動出発式

2017

1



年の初めに



御浜町長 大畑 覚

新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、輝かしい新春を健やかに迎えのことに、心からお慶び申し上げます。

また、皆様には、日頃から、町政全般にわたり格別のご理解と温かいご支援を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、日本選手の大活躍により、数々の感動が生まれたりオ・オリンピックや三重県の魅力を世界中にアピールすることが出来た伊勢志摩サミットなど、明るい話題が多かった一方で、熊本地震の発生により、南海トラフを震源域とする巨大地震に対する備えの大切さを、さらに強く実感した年でもありました。

また、日本経済の現状は、個人消費の低迷が続き、地方の景気回復までには至っておりませんが、本町の特産であります極早生温州が高単価で推移したことが明るい材料でありました。

さて、御浜町では町創立当時には1万3千人を誇った人口も、現在では、9千人を切るまでに減少しており、今後も少子高齢化が一層進展し、人口減少が続くものと見込まれております。

そうした中で、本年も引き続き、「御浜町まち・ひと・しごと創生総合戦略」により、持続可能な活力ある地域を創生するため、私の公約であります6策を本町の重要施策に掲げ、一体的に取り組んで参ります。



「高速道路の早期完成」では、近畿自動車道紀勢線熊野道路と紀宝新宮道路の早期着工及び熊野市久生屋から紀宝町神内までの未事業化区間の早期事業化の要望活動、「防災の強化」では、萩内海岸堤防の早期完成の要望活動及び自主防災組織の育成強化並びに津波避難タワーの設置、「若者定住対策」では、子育て支援及び農振農用地区域の見直し並びに神木地区の町営住宅の整備、「柑橘の振興」では、柑橘振興協議会の開催及びみかん栽培への支援、「教育の充実」では、先生の授業力向上及び読書の推進並びに阿田和獅子舞の継承支援、「高齢者の生きがい対策」では、福祉バスの試行及びシルバー人材センターの活動支援並びに地場産品直

売所の設置などを進めて参ります。

また、「オール御浜」で「みんなが輝く、希望と活力あるまちづくり」に取り組むために、地域に出向いて、地区別座談会を開催して参りますので、行政に対するより一層のご理解とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

結びに、新しい年が皆様にとりまして幸多い年となりますことを、心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたします。



町内保育所発表会

阿田和保育園



志原保育所



市木保育所



市木保育所



阿田和保育園



志原保育所





志原保育所



阿田和保育園



市木保育所



阿田和保育園



志原保育所



市木保育所



阿田和保育園



市木保育所



志原保育所

御浜町防災行政無線 デジタル戸別受信端末について

御浜町防災行政無線 テレビ受信端末 I P - B O X の無償貸与を開始します。

御浜町防災行政無線デジタル化により新たに導入したテレビを利用したデジタル戸別受信端末 I P - B O X (アイピーボックス) の無償貸与を開始します。

下記の日程で、町からの依頼を受けた通信事業者が設置希望世帯を戸別訪問し、機器の設置を行います。ご協力をよろしくお願いします。

【設置期間】平成29年1月10日(火)～2月28日(火)

【設置費用】無料(ただし、付属ケーブル(5m)を超えて延長配線する場合、延長部分は自己負担)

【設置業者】トギヤ電気(熊野市井戸町564-2)

【その他】・ご家庭の機器環境による I P - B O X が設定できない場合は、デジタル戸別受信機に変更となります。あらかじめご了承ください。

・ I P - B O X から、戸別受信機への変更を希望する場合は、役場 総務課防災係(☎3-0505)までご連絡ください。

事業所向け デジタル戸別受信機の無償貸与を開始します。

デジタル戸別受信機の設置手順は次のとおりです。

○現在、アナログ戸別受信機を設置している事業所

下記の手順によりデジタル戸別受信機を無償貸与します。

- ① 役場 総務課防災係から案内通知(申請書含む)を送付します。
- ② 無償貸与を希望する場合は、申請書を役場 総務課防災係へ提出してください。
- ③ 申請書をもとに、町で戸別受信機の受信地区の設定を行います。
- ④ 受信設定等、機器の配布準備が完了したら、再度、当該事業所へご案内します。
- ⑤ 既設のアナログ戸別受信機を取り外し、役場 総務課窓口へ返却してください。
- ⑥ 役場 総務課窓口にて、アナログ戸別受信機と交換でデジタル戸別受信機をお渡しします。

○新規でデジタル戸別受信機の設置を希望する場合

事業所については、下記の1～4に該当する場合にのみ無償貸与の対象となります。

- 1 津波浸水予測地域にある事業所で従業員が5名以上いる事業所。
- 2 浸水予測地域にある宿泊施設。
- 3 町内の病院などの医療機関や介護施設。
- 4 その他、町長が特別必要と認めた施設・事業所。

設置を希望する場合は、役場 総務課防災係(☎3-0505)までご連絡ください。

デジタル戸別受信機の不感世帯に個別訪問対応を行っています。

町では、デジタル戸別受信機の受信状態の良くない世帯に対し、通信事業者が戸別訪問により、機器調整及び屋外アンテナ設置を行っています。ご家庭に設置したデジタル戸別受信機で防災行政無線放送が受信できない場合は、設置箇所の移動または専用屋外アンテナを設置することで状態が改善する場合があります。

現在、「放送が入らない」「放送が聞き難い」などの状態にある方は、役場 総務課防災係(☎3-0505)までご連絡ください。

各地域での防災への取り組み

御浜町消防団が紀南高校にて消防団学校講座を実施しました。

11月2日（水）御浜町消防団（団長 松田耕一^{まつだ こういち}）が、紀南高校にて3年生を対象に消防団学校講座を実施しました。

講座は、消火栓の取り扱い、応急担架を使用した搬送法についての説明と体験が行われ、参加した生徒たちは真剣に取り組んでいました。

若者に消防団の役割を理解してもらい、消防団をより身近に感じてもらう、非常に良い機会となりました。



防災情報

各地で自主防災組織ブロック会議を開催しました。

御浜町自主防災組織連絡会議（会長 垣内美生^{かいとよしお}）が、11月21日（月）上市木地区、11月28日（月）阿田和地区にてブロック会議を開催しました。

会議では、防災行政無線デジタル化、各自主防災の取り組みについての説明、意見交換が行われました。

今後も各地区においてブロック会議を開催し、各地区で地域課題を情報共有しながら、自主防災活動の活性化に向けて取り組んでいきます。



下市木地区 御浜小学校避難所運営委員会がワークショップを開催しました。

11月22日（火）役場くろしおホールにて、下市木地区の7自主防災組織（浜組、裏組、花崎、市宿、井ノ地、浦地、下組）で構成された御浜小学校避難所運営委員会（会長 花崎自主防災組織 代表 浦狩貞男^{うらかりさだ お}）による避難所運営マニュアル策定のためのワークショップが開催されました。

今回のワークショップでは、三重大学 水木千春^{みずき ちはる} 特任助教授の指導のもと、御浜小学校体育館を避難所にした場合の応急期～安定期の運営について、シミュレーションを行いました。

参加者は、避難者に守ってもらいたい避難所内のルールなどについて話し合いました。

地域による避難所運営マニュアルを策定のため、今後もワークショップを実施していきます。



平成29年御浜町消防出初式を開催します。

新春恒例の御浜町消防出初式を行います。出初式は町内4分団の消防団員が集まり、日頃から訓練している小型ポンプ操法の展示や一斉放水等を行います。

新年に洗練された消防団員の動きを見ると、とても清々しい気持ちになります。ぜひご観覧ください。

【日時】平成29年1月5日（木）9：00～

【場所】阿田和小学校グラウンド

【内容】通常点検、小型ポンプ操法、一斉放水

※雨天時は中央公民館で式典のみを行います。



〒問い合わせ先〒 総務課防災係（担当 芝野雄一^{しばの ゆういち}） ☎3-0505

オール御浜でゴミ減らし隊通信

平成28年11月の燃料ごみの減量化率をお知らせします

町では、平成27年4月から資源プラスチック収集を開始する等の取り組みによる燃料ごみの減量化を進めており、平成29年度に「年間の減量化率30%」を目指しています。

取り組み前と今年11月のごみの量を比較すると、下記のとおりとなりました。

26年11月	28年11月	減量化率
142,190 kg	121,320 kg	14.7%

(参考：資源プラスチック収集量2,420kg、草・小枝収集量5,690kg)

26年4～11月	28年4～11月	減量化率
1,296,590 kg	917,890 kg	29.2%

(参考：資源プラスチック収集量累計35,650kg、家庭の草・小枝収集量累計54,450kg)

いつも燃料ごみの減量化にご協力いただき、本当にありがとうございます。

ごみの減量化率については、おかげさまで達成目標と同等の水準を維持しております。これもまた、みなさんが熱意をもって毎日のごみ減量化への取り組みを途切れることなく続けていただいている結果と考えております。

新年からもみなさんと一丸となり、さらなる減量化を進めていくことができますよう、よろしくご協力をお願いします。

小型家電製品が今年も適正にリサイクルされました

平成28年11月23日（水）に実施した「小型家電製品無料回収」では、今年も多くの方にご利用いただきました。

おかげさまで今年度も、パソコンを始めとした13品目の製品を、960kg回収することができました。

これらの製品に含まれる希少な金属類やプラスチックなどは、国の認定を受けたリサイクル事業者により適正に処理され、新しい資源としてみなさんの生活に再び役立つこととなります。

来年度の小型家電回収も、ご利用ください。ご協力ありがとうございました。



運搬車に積み込まれた小型家電製品

ご家庭に水銀式の体温計・血圧計・温度計は眠っていませんか？

人体に有害な水銀使用製品の回収を期間限定で実施します

平成 25 年 10 月に採択された国際条約「水銀に関する水俣条約」に基づき、現在、有害な水銀使用製品の撤廃に向けて世界各国で取り組みが進められています。

町におきましても三重県の呼びかけに応えるかたちで、期間限定で集中的に回収事業を実施することになりました。ご家庭に水銀式の体温計・血圧計・温度計がございましたら、ぜひこの機会に出していただきますようご協力をお願いします。

詳しい回収方法については、下記をご覧ください。

【回収対象となる水銀利用製品】



◇水銀式の体温計



◇血圧計



◇温度計

○家庭用に限ります。医療・福祉関係等、事業者からの持込みはできません。

○着色アルコール式、電子式は対象外です。

着色アルコール式…割れないように保護して「ビンの日」の埋立てごみへ。

電子式…電池を抜いて「金物の日」の埋立てごみへ。

【回収期間】 平成 29 年 1 月 4 日（火）～ 2 月 28 日（火）

【回収場所（回収日時）】

- ・役場 生活環境課窓口（祝日を除く月～金曜日 8：30～17：15）
- ・町民サービスセンター、尾呂志支所、神志山連絡所（祝日を除く月・水・金曜日 8：30～17：15）
- ・リサイクルセンターくるくるタウン（資源持込みのできる日時）

【回収方法】

体温計…回収場所に設置してある回収ボックスへ入れてください。

血圧計・温度計…各回収場所の担当者にお声掛けください。



償却資産の申告をお忘れなく

農業や自営業などを営む個人や会社の方が、事業のために使用する機械などの資産をお持ちの場合は、固定資産税が課税され、課税対象となる資産のことを償却資産といいます。

Q：償却資産ってなに？

A：具体的には、次のようなものが償却資産となります。

農業用機械、建設機械、作業機械、冷蔵・冷凍設備、各種工具、パソコン、事務機器、接客用家具・備品、舗装路面、看板、太陽光発電施設等。

※耐用年数や取得金額、品目などによっては、課税の対象外となるものもあります。詳しくは税務課まで問い合わせください。

※リースで使用している資産については、原則リース会社に申告義務があるので申告の対象になりません。

Q：償却資産があるときはどうすればいいの？

A：1月1日現在に償却資産を所有されている方は、業種を問わず、地方税法で申告が義務づけられています。

Q：太陽光発電施設を設置したが？

A：太陽光パネル（ソーラーパネル）などの太陽光発電設備は固定資産税の課税対象となり、償却資産として町に申告が必要な場合があります。

※家屋の屋根材が太陽光パネルである場合は、家屋の一部として評価されるため、申告の必要はありません。

次の表の「課税対象」に該当する場合は、償却資産の申告が必要です。

設置者		個人 (住宅用)	個人 (事業用)	法人
設備の 発電規模	10kw以上 (余剰売電・ 全量売電)	経済産業省の認定を受け、売電目的の設置の場合は事業用資産となり、 <u>課税対象</u> となります。	事業用資産となるため、売電の有無にかかわらず、 <u>課税対象</u> となります。	
	10kw未満 (余剰売電)	事業用資産とならないため、 <u>課税対象外</u> となります。		

太陽光発電設備の軽減申請の添付資料が変わりました

平成28年度税制改正で、太陽光発電設備の取得時期によって、固定資産税軽減申請の添付資料が違いますのでご注意ください。

取得時期	平成24年5月29日～平成28年3月31日	平成28年4月1日～平成30年3月31日
添付資料	1. 経済産業省が発行する『10kw以上の太陽光発電設備に係る設備認定通知書』または『再生可能エネルギー発電設備の認定について(通知)』の写し 2. 電気事業者と締結している『特定契約書』または『電力受給契約に関するお知らせ』の写し	『再生可能エネルギー事業者支援事業費補助金交付決定通知書』の写し
軽減率	最初の3年度分、課税標準額が3分の2	

申告期限は、平成29年1月31日(火)です。申告用紙は、税務課に用意しています。仕事で使う機械や設備などを確認し、忘れずに償却資産の申告をしましょう。

† 問い合わせ先 † 税務課課税係 (担当 わだ やすたか 和田康高) ☎ 3-0510

新しい民生委員・児童委員のみなさんです！

民生委員・児童委員、主任児童委員の任期（3年）満了により一斉改選が行われ、平成28年12月1日からの新しい委員が厚生労働大臣から委嘱されました。

委員は、地域の身近な相談・支援者です。高齢化が進むこの地域の中で、幼児虐待の発見から高齢者の見守りまで幅広く活動し、地域福祉を支える重要な役割を担っていただいています。

○相談内容の秘密を守ります

民生委員・児童委員には守秘義務があります。地域のみなさんから受けた相談内容の秘密を守り、個人情報やプライバシーの保護に配慮した支援活動を行っています。

子育てに関すること、高齢者の介護に関すること、健康・医療に関することなど、生活の中で気になっていることがありましたら、お気軽にご相談ください。

（敬称略）

	氏名	担当地区
神木	にし 西 いつみ	上地、原地、東地、西地
	かわべ 河邊 いくこ 育子	檜山、柿原、杉山、中央、木和田
志原	たかもと 高本 よしかず 良和	古屋、上里、西里、東里、平、向山、新造
	いちのきやま 市ノ木山 みのも 実	東平見の一部、西平見、向地
	みなみ 南 けいぞう 慶造	東平見（駅前付近）
	やまもと 山本 みよ 美代	東平見（東平見団地付近）
阿田和	なか 仲 みよ 美代	平見
	はたの 畑野 まゆみ 眞由美	北畑上の一部、北畑下
	しもかわ 下川 すずよ 鈴代	北畑上
	こばやし 小林 かずみ 和美	貫ノ木、畑
	しもだ 下田 すず 鈴	奥地、堀口、畑団地
	えのもと 榎本 ようこ 葉子	端地、仲ノ町
	きのした 木下 ひさこ 壽子	芝地、下地
	まつもと 松本 れいこ 玲子	上地
	おぎ 尾崎 さだよし 貞義	山地
	やまもと 山本 なおみ 直美	引作
	しもだいら 下平 しげまさ 殖正	柿原

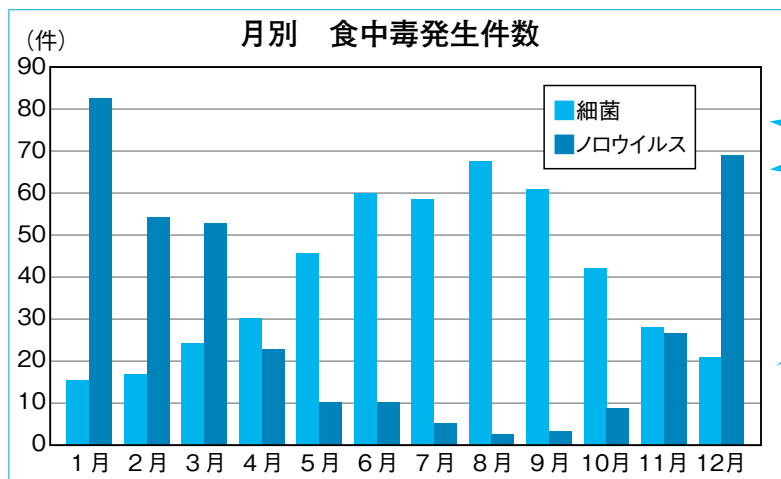
	氏名	担当地区
市木	じょうない 城内 としお 利夫	上市木
	いこま 生駒 まちこ 町子	花崎
	いしがき 石垣 しんご 愼吾	市宿、井ノ地、浦地
	さきくぼ 崎久保 みちこ 美智子	裏組
	さきくぼ 崎久保 けんいち 賢一	上組、下組
	わたなべ 渡邊 たきこ 多喜子	三間谷、浜組
	はまはた 濱畑 よしこ 善子	萩内
尾呂志	つばうち 坪内 さえこ 佐枝子	阪本
	やまだ 山田 むつこ 睦子	上野
	やまだ 山田 ゆういち 裕一	川瀬
	やまだ 山田 かずよ 和代	栗須（下地、舟木地、平野地を除く）
	にしうら 西浦 やすお 康雄	片川、栗須（下地、舟木地、平野地）
	たかもり 高森 なおみ 直美	中立、西原
	かじや 梶家 ようこ 洋子	尾呂志、阿田和地区
主任児童委員	ふじおか 藤岡 ふみこ 文子	市木、神志山地区

〒問い合わせ先〒 健康福祉課福祉係（担当 仲村和彦） ☎ 3 - 0 5 1 5

この季節ノロウイルスの食中毒にご注意を!!

ノロウイルスによる食中毒は1年を通じて発生していますが、特に11月頃から発生件数が増え始め、3月頃まで多く発生する傾向にあります。ノロウイルスは感染力が強いため、一人が感染すると大規模な食中毒になりやすく、幼児や高齢者では重症化する場合があります。

食中毒を予防するために、3つの基本的な衛生習慣を守りましょう。



ノロウイルスは、寒さや乾燥に強いので、冬場に多く発生します。反対に細菌性のものは、気温が高く湿度の高い夏場に多く発生しやすい傾向にあります。

※平成22～26年の平均をもとにグラフを作成



参考：「過去の食中毒発生状況」（厚生労働省）

(http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/04.html)

ノロウイルスの特徴

【感染経路】感染者の手指を介した、食品、料理、飲料水を口にした場合

ノロウイルスに汚染されたカキなどの2枚貝を、加熱不十分で食べた場合

感染者のふん便や嘔吐物からの二次感染（接触の他、飛沫による空気感染も起こります。）

【感染から発症までの時間】24～48時間

【主な症状】吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続く

※感染しても症状が出ない場合や、軽い風邪のような症状の場合もあります。

※このような症状のある方は、食品を直接扱う作業をしないようにしましょう。



ノロウイルスによる食中毒予防のポイント

① につけない！

食品や手、調理器具はしっかり洗う

② 増やさない！

作った料理は早めに食べる、冷蔵庫に保存する

③ やっつける！

食品内部までの加熱（85℃で90秒以上）と消毒
（ノロウイルスには塩素消毒が有効）



もしかして食中毒かも・・・と思ったら、速やかに医療機関を受診しましょう！

平成28年分以降の確定申告にはマイナンバーの記載を！

社会保障・税・災害対策分野において、行政手続の効率性・透明性を高め、国民にとって利便性の高い公平・公正な社会を実現することを目的として、社会保障・税番号（マイナンバー）制度が導入されました。

これに伴い、平成28年分以降の所得税及び復興特別所得税や贈与税の申告書の提出の際には、

- マイナンバー（12桁）の記載が必要です！
- 本人確認書類の提示または写しの添付が必要です！



【本人確認（番号確認及び身元確認）を行うときに使用する書類の例】

例1 個人番号カード（番号確認と身元確認）

例2 通知カード（番号確認） + 運転免許証、健康保険の被保険者証など（身元確認）

（注）控除対象配偶者及び扶養親族の方の本人確認書類の提示または写しの提出は不要です。

詳しくは、国税庁ホームページ「社会保障・税番号制度＜マイナンバー＞」
(<http://www.nta.go.jp/mynumberinfo/index.htm>) をご覧ください。

〒問い合わせ先 〒 税務課課税係（担当 真砂寛子） ☎ 3 - 0 5 1 0

水道管の凍結にご注意ください

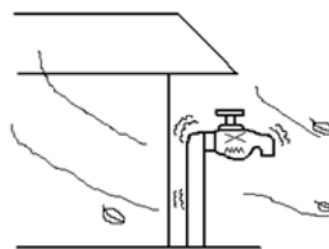
寒さが厳しくなってきました。屋外の水道管で次のような場合には凍結しやすいので注意しましょう。

- 水道管が露出している。
- 北側など日の当たらない場所にある。
- 風あたりの強い場所にある。

防寒対策

露出している管には、古い毛布、布切れなどを巻き付けビニールテープなどで保温材が濡れないようにして防寒対策しましょう。

特に冷え込みが厳しい夜には、蛇口から水を少し流し続ければ凍りにくくなります。



凍結してしまったときは

自然に解けるのを待つか、凍ってしまった部分にタオルなどを被せてゆっくりとぬるま湯をかけてください。

その際、熱湯をかけると破裂する恐れがあり危険ですので注意してください。



〒問い合わせ先 〒 生活環境課上下水道係（担当 濱地靖章） ☎ 3 - 0 5 1 3

情報コーナー

平成29年度 熊野市・御浜町・紀宝町内の 公立小中学校 講師等登録説明会を開催します

熊野市・御浜町・紀宝町内の公立小中学校講師等の登録を希望する方を対象に、講師等の任用・勤務条件等に関する説明会を開催します。

【日 時】平成29年1月22日（日）

受付開始8:30～ 開始時刻9:00～

【会 場】三重県熊野庁舎 5階 大会議室A B
(熊野市井戸町371 ☎0597-89-6100代)

【対 象】平成29年度に熊野市・御浜町・紀宝町内の公立小中学校への講師等の採用・任用に関して登録を希望する方

【募集職種】講師、養護助教諭、事務補助員、
学校栄養補助員

【勤務形態】常勤・非常勤

【資 格】小学校教諭普通免許状、中学校教諭普通免許状、養護教諭免許状、栄養士免許状のうち、いずれかを有する者（平成29年3月末取得見込みも可）

※事務補助員は上記の免許は不要

【必要書類等】

- ・平成29年1月10日（火）～1月20日（金）（ただし、土・日を除く。）の期間に、御浜町教育委員会（役場3階）にて登録関係書類一式を受け取り、必要事項を記入し、必要部数を揃えて講師等登録説明会にご持参ください。
- ・必要書類を郵送希望の方は、送り先の住所・名前を明記したA4用紙が入る封筒（角2）に205円切手を貼って、御浜町教育委員会学校教育係（〒519-5292 御浜町阿田和6120番地1）へお申込みください。

†問い合わせ先†

教育委員会学校教育係（担当 矢田哲也）

☎3-0526

介護保険認定者等における 税の障害者控除について

所得税・住民税の申告にあたり、介護保険の認定等を受けられている方の中で、「障害者手帳に準ずる障害」があると認められた場合は、障害者控除が受けられます。申請については、役場健康福祉課福祉係で受付していますので、ご相談ください。

なお、障害者手帳をお持ちの方は、手帳を元に障害者控除が受けられますので、申請する必要はありません。

†問い合わせ先†

健康福祉課福祉係（担当 野地本将永）

☎3-0515

振込詐欺等防止用の通話自動録音装置 を無償で貸出しします。

近年、振込詐欺等が巧妙化し被害が増加しています。消費者被害を防止するとともに被害防止の普及啓発を図ることを目的として、通話自動録音装置の貸出しを下記条件により行います。

通話自動録音装置は固定電話機と接続し、警告音声と通話の自動録音により、振込詐欺等を未然に防止しようとする装置です。

【貸出対象者】町に住所を有する65歳以上の者で構成された世帯。または日中に65歳以上の者のみとなる世帯。

【貸出台数】30台（先着順）

【貸出期間】1年間

【申込方法】通話自動録音装置利用申請書により役場住民課に申込みしてください。

利用申請書は役場住民課、町民サービスセンター、尾呂志支所、神志山連絡所にあります。また、町ホームページからもダウンロードできます。

†問い合わせ先†

住民課戸籍住民係（担当 崎本正和）

☎3-0512

国民年金基金のお知らせ ～今にゆとり、老後にゆとり～

自営業の方やフリーで働く方がサラリーマン並みの年金を受け取れるようにするための公的な個人年金制度です。

自分の予算に合わせて設計することができ、将来受け取る年金を確実に増やすことができます。掛金は、全額所得控除（社会保険料）の対象となり、所得税・住民税が軽減されます。掛金額は、60歳まで一定で、年金は一生受け取っていただけます。

年金額をもう少し増額したいとお考えの方は、ご予算に合わせて2口目以降にご加入していただけます。

また、60歳から年金受給できる型もご用意させていただきます。60歳以降国民年金に任意加入されてみえる方も加入していただけることになりました。

†問い合わせ先†

三重県国民年金基金

☎0120-291-284（フリーダイヤル）

■役場の開庁時間

役場の開庁時間は午前8時30分～午後5時15分です。
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。

糖尿病予防のための座談会 ～普段の生活での糖尿病予防について考えよう～

糖尿病になる要因は家族歴だけでなく、肥満、運動不足、高脂血症、過食など様々です。今や自分には関係ないとは言えないほど、糖尿病は身近な病気になっています。

糖尿病は予防できる病気なの？糖尿病予防は具体的にどんなことをしたらいいの？「境界型」ってどういうこと？などの疑問にお答えします！！

糖尿病予防に関心のある方、境界型との判定を受けたことがある方、またそのご家族、ぜひご参加ください。糖尿病に関する日頃のお悩みを、この機会に住田先生に聞いてみませんか？

日程については下記のとおりです。お気軽にご参加ください。

【日時】平成29年1月27日(金) 14:00～15:30

【場所】御浜町福祉健康センター

【講師】住田 安弘先生(四日市羽津医療センター院長 糖尿病専門医)

【参加費】無 料

【申込み】1月20日(金)までに下記問い合わせ先まで、申込みください。

同日に住田先生による個別相談会も実施し、日頃の糖尿病に関する心配事を直接医師に相談できます。

※要予約(人数に限りがあるため糖尿病境界型の方が優先となることがあります。)

※お気軽に問い合わせください。

〒問い合わせ先
健康福祉課健康づくり係(担当 室谷好美)
☎3-0511

三重県地球温暖化防止活動推進員を募集しています

三重県では、地球温暖化に対する理解を深めるため、県内各地や地元の学校・公民館で講座等をボランティアで行っていただく「三重県地球温暖化防止活動推進員」を募集しています。

【応募資格】県内在住の満年齢18歳以上
(平成29年4月1日現在)の方

【募集期間】平成29年1月13日(金)～2月10日(金)

【応募方法】応募用紙(三重県地球温暖化防止活動推進センターHPからダウンロード可能)に必要事項を記入のうえ、センターへ持参か郵送により提出してください。後日面接があります。(※その他詳しくは、センターまで問い合わせください。)

〒問い合わせ先
三重県地球温暖化防止活動推進センター
☎059-245-7517

糖尿病予防について ～食生活のヒント～

平成28年12月4日(日)糖尿病撃退フェスティバルで糖尿病予防講演会が開催されました。糖尿病撃退フェスティバルの内容は、2月号で紹介させていただきます。今回はその一コマをご紹介します。

～食生活のヒント～

※何をどのように食べたらよいか

①朝食は必ず食べて、夜食はしない。②ゆっくり食べる、20回噛む③食べる順番は野菜から主食(ご飯、パン、麺など)＋主菜(魚、肉、卵、豆等)＋副菜(野菜、海藻、きのこ、芋類)がそろった食事に＋乳製品、果物

季節的に果物が豊富です。ビタミン、ミネラルを取るため1日200g程度の果物をとりましょう。(みかんなら1日3個、柿なら1日1個、りんごなら1日1個を目安に)

〒問い合わせ先
健康福祉課健康づくり係(担当 宮澤佳永)
☎3-0511



紀宝警察署メールボックス

1月10日は「110番の日」

事件事故 緊急通報110番

- ・110番は、緊急通報専用電話です。
- ・110番の目的に沿った正しい利用をお願いします。

ご存じですか？警察相談#9110

緊急の事件・事故以外の相談は紀宝警察署または警察安全相談電話「#9110」をご利用ください。

110番利用時の留意点

自動車や自転車を運転しながら、携帯電話を手にしての使用は禁止されています。

〒問い合わせ先
紀宝警察署 ☎0735-33-0110

紀南医師会応急診療所

【診療日】1月1日(祝日)、2日(月)、3日(火)、8日(日)、9日(祝日)、15日(日)、22日(日)、29日(日)

【診療時間】9:00～12:00、13:00～17:00

【場所】

熊野市社会福祉センター(ふれあいセンター)
井戸町750-1(津地方裁判所熊野支部の横)

【診療科目】内科

【電話】0597-88-1001

「税を考える週間」習字・作文が表彰されました

国税庁では毎年11月11日～17日を「税を考える週間」とし、税の大切さやしくみ、税行政への理解を深めていただく期間として定めており、全国で様々な催しが行われています。

その一環として応募された小・中学生の習字と作文について、町内では次の児童・生徒が表彰されました。

習字の部（小学生）

- 紀州地区納税貯蓄組合連合会長賞 しば めい 芝 芽衣（尾呂志学園小学校5年生）
- 佳作 つばうち さやか 坪内 沙弥佳（神志山小学校5年生）
- にし こうたろう 西 洸太郎（御浜小学校6年生）
- とじ ゆうは 木戸地 優覇（御浜小学校6年生）
- いわおと は 岩田 音葉（阿田和小学校6年生）

作文の部（中学生）

- 三重県教育委員会賞 はまだ あゆみ 濱田 歩未（御浜中学校3年生）
- 尾鷲税務署長賞 さかくち みき 阪口 未季（御浜中学校3年生）
- 紀州税務推進協議会長賞 こばやし あやか 小林 綾花（御浜中学校3年生）

「税を考える週間」をきっかけに「税」に更に関心を持っていただき、時には親子で税の重要性や必要性について話し合ってみてください。

〒問い合わせ先〒 税務課課税係（担当 まなごひろこ 真砂寛子） ☎ 3 - 0 5 1 0

一般用医薬品の医療費控除制度が始まりました

平成29年1月から、医療費控除の特例として「セルフメディケーション税制」が施行されました。これは健康診断や予防接種等を受けている方で、特定の成分を含んだ一般用医薬品の年間購入額が「合計1万2,000円」を超えた場合に控除の対象になります。

この制度は平成29年1月以降購入分からの適用となりますので、一般用医薬品を購入した場合のレシート（領収書）はこまめに保管しておきましょう。対象商品についてはお買い求め先でご確認ください。

注1) レシートについては、対象医薬品名が記載されていること。

注2) この制度は、従来の医療費控除制度との併用はできません。

なお、制度の概要や対象品目などは、厚生労働省ホームページでも確認できます。

セルフメディケーション税制（医療費控除の特例）について

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000124853.html>

レシートや領収書は
保管しておきましょう



〒問い合わせ先〒 税務課課税係（担当 まなごひろこ 真砂寛子） ☎ 3 - 0 5 1 0

がんは身近な病気、がん検診を受けましょう！

がん検診の最大のメリットは、がんの早期発見・早期治療による救命です。無症状のうちに発見し、治療することにより、身体的・経済的負担を少なくすることが出来ます。

町では、医療機関と集団検診にて早期発見に適したがん検診を行いますので、ご自身の健康管理に活用してください。

【実施日】平成29年1月27日（金）

【場 所】役場 健康づくり係

【予 約】1月20日（金）までに申込みください。

検 診 名	時 間	対 象	料 金
大腸がん検診 （検便提出）	8：30～12：00	検診当日満40歳以上の方	600円

【実施日】平成29年2月11日（土）

【場 所】御浜町中央公民館

【予 約】2月3日（金）までに申込みください。※定員になり次第締め切ります。

検 診 名	時 間	対 象	料 金
胃がん検診	8：00～10：00	検診当日満40歳以上の方	1,400円
大腸がん検診 （検便提出）	8：00～11：00 13：00～14：00	検診当日満40歳以上の方	600円
乳がん検診 （マンモグラフィ）	9：00～11：00 13：00～14：00	検診当日満30歳以上の方	1,800円
子宮頸がん検診	13：00～14：00	検診当日満20歳以上の方	1,300円

○70歳以上及び生活保護受給者の方は無料です。

ただし、大腸がん検診を受診する場合に限り採便容器代（200円）が必要となります。

※大腸がん検診は、今回以降に3月17日（金）にも実施します。

※定員になり次第締め切ります。

〒申込み・問い合わせ先〒 健康福祉課健康づくり係（担当 しんたにのりこ 新谷典子） ☎3-0511



「平成28年分 公的年金等の源泉徴収票」が送付されます ～国民年金・厚生年金の老齢年金を受給されているみなさんへ～

国民年金や厚生年金の老齢年金は、税法上「雑所得」とみなされ町県民税・所得税の課税対象となっています。

そのため日本年金機構は年金を支払う際に所得税および復興特別所得税の源泉徴収を行い、老齢年金を受給されている方に「公的年金等の源泉徴収票」を作成して支給年の翌年1月中旬から下旬にかけて送付します。

ただし、源泉徴収の対象となるのは65歳未満でその年の年金の支払額が108万円以上の方や、65歳以上で158万円以上の方です。

また、障害年金や遺族年金については課税対象になりませんので源泉徴収票は送付されません。2つ以上の年金を受けている人や年金の他に給与所得等がある人、または提出された扶養親族等申告書の内容から変更がある人は確定申告の際にこの源泉徴収票の添付が必要となりますので、大切に保管してください。

〒問い合わせ先〒

住民課保険年金係（担当 いまにしちひろ 今西千妃路）

☎3-0512

尾鷲年金事務所

☎0597-22-2340



平成28年10月1日～31日届出分

● 阿部和 ●



おぎ 尾崎 尊天くん
としのぶ 俊信さん・せつこ 世都子さん

「まちかどエクササイズ集中講座」の参加者募集

町では早期からの認知症予防の取り組みとして、体操に音楽をつけたリズム運動をヤマハ音楽振興会の講師をお招きして実施しております。

楽しく認知症予防をしながら運動習慣をつけたい方、ちょっとした筋力アップがしたい方等にはおすすめです。この機会にぜひご参加ください。

【対象者】町内在住の65歳以上で運動が可能な方

【日 時】平成29年1月16日～3月27日（計9回）

※毎週月曜日13：30～14：30

【場 所】下市木公民館 2階

【定 員】先着10名

【準備物】動きやすい服装、上履き、水分（お茶等）

【参加費】無料

【締切り】1月12日（木）

† 申込み・問い合わせ先 †

健康福祉課 地域包括支援係（担当 時田智子）

☎ 3 - 0 5 1 4

広報文芸

秋季俳句大会

平成二十九年一月号

御浜町俳句会



釣人の うしろはすでに 秋夕べ

湊 貞

生きつづく 社の森の 月夜茸

浦 正枝

行く行くも 人影あらず 秋の暮

西 敦子

日の匂ひ 溜まりし庭の 秋の蝶

須崎 行雄

菊盃に 爺の面影 偲び酒

中納 米子

ほどほどの 暮しをよしと 虫の夜

上野山 明子

無月かと 宙につぶやき 家に入る

七海 笑涙

鳴く虫の 居場所は何処ぞ 闇迫る

大平 昭

老う母の まどろみて居し 夜ながかな

立嶋 どうしん丸

12月1日現在の人の動き

人 口 8,991人 （－6人）

男 4,201人 （－2人）

女 4,790人 （－4人）

世帯数 4,283戸 （－3戸）



あとかき

新年あけましておめでとうございます。本年も「広報みはま」をよろしく願ひ致します。

今月号から紙面の色を青色に変えさせていただきました。1年間この色で発行させていただきます。

今回の特集としまして、4・5ページに町内の各保育所（園）の発表会を掲載していますので、ぜひご覧ください。町内各保

育所（園）を撮影でまわり発表会を見させていただきましたが、緊張しながらも元気いっぱい園児たちの歌や踊りに元気をもらいました。また、園児たちは可愛い衣装や笑いを取り入れる演劇等で、保護者等の観る人をととても楽しませていました。

紙面の都合上、全てのクラスを載せることができないことをお詫び申し上げます。

平成29年が始まりましたが、みなさんにとって今年1年良い年でありますようにお祈りいたします。

（総務課 総務係 久保貴翔）

■…ごみ関係（生活環境課 ☎3-0513）
 ■…健康づくり係関係（健康福祉課 ☎3-0511）
 ■…みはまスポーツクラブ関係（事務局 ☎090-2060-3151）

※ゴルフ教室以外の屋外種目は、雨天時中止（不明な場合は、お問い合わせください。）」

くらしのカレンダー ①

1 日	元旦	18 水	行政・人権・心配ごと相談 9:00～12:00 役場3階第5会議室 ビン類資源・ペットボトル・トレイ資源、ビン類ごみ収集日 (阿田和・尾呂志地区)
2 月	御浜町成人式 13:00～ 御浜町中央公民館		ミニバスケットボール教室 18:00～19:30 御浜小体育館 ゴルフ教室 19:00～21:00 みはまGG
3 火		19 木	庭の草・小枝収集日 3歳児健診(個別通知) 御浜町福祉健康センター 卓球教室 19:00～21:00 阿田和中学校 ストレッチ・エクササイズサークル 10:00～11:10 中央公民館
4 水	金物資源、金物・プラスチックごみ収集日 (阿田和・尾呂志地区)	20 金	子どもの広場(自主活動) 9:30～11:30 御浜町福祉健康センター
5 木	資源プラスチック収集日 ストレッチ・エクササイズサークル 10:00～11:10 中央公民館	21 土	ミニバスケットボール教室 13:30～15:30 御浜小体育館 ゴルフ教室 9:30～12:00 清掃センター
6 金		22 日	資源持込日 8:00～12:00 役場
7 土	ゴルフ教室 9:30～12:00 清掃センター	23 月	紙、衣類等資源収集日(阿田和・尾呂志地区) バレーボール教室 17:30～19:00 御浜中体育館 サッカー教室 19:00～20:30 御浜中グラウンド
8 日	資源持込日 8:00～12:00 くるくるタウン	24 火	卓球教室 19:00～21:00 阿田和中学校
9 月	成人の日	25 水	ビン類資源・ペットボトル・トレイ資源、ビン類ごみ収集日 (市木・神志山地区)
10 火	卓球教室 19:00～21:00 阿田和中学校	26 木	ミニバスケットボール教室 18:00～19:30 御浜小体育館 ゴルフ教室 19:00～21:00 ダイヤモンドヒル
11 水	年金相談 10:00～14:00 役場3階第5会議室 金物資源、金物・プラスチックごみ収集日 (市木・神志山地区)	27 金	資源プラスチック収集日 4か月児・10か月児健診(個別通知) 熊野市保健福祉センター 卓球教室 19:00～21:00 阿田和中学校 ストレッチ・エクササイズサークル 10:00～11:10 中央公民館
12 木	弁護士相談(要予約) 13:30～15:30 役場3階第5会議室 資源プラスチック収集日 卓球教室 19:00～21:00 阿田和中学校 ストレッチ・エクササイズサークル 10:00～11:10 中央公民館	28 土	大腸がん検診(要予約) 8:30～12:00 役場健康づくり係 子どもの広場(自主活動) 9:30～11:30 御浜町福祉健康センター 太極拳教室 19:00～20:30 志原公民館
13 金	粗大ごみ収集日(持込) ちょっと気になる子ども相談(要予約) 役場3階和室 子育て相談 9:30～11:30 御浜町福祉健康センター 子どもの広場(自主活動) 9:30～11:30 御浜町福祉健康センター 太極拳教室 19:00～20:30 志原公民館	29 日	資源持込日 8:00～12:00 くるくるタウン
14 土	ミニバスケットボール教室 13:30～15:30 御浜小体育館 ゴルフ教室 9:30～12:00 清掃センター	30 月	紙、衣類等資源収集日(市木・神志山地区) バレーボール教室 17:30～19:00 御浜中体育館 サッカー教室 19:00～20:30 御浜中グラウンド
15 日	資源持込日 8:00～12:00 くるくるタウン	31 火	卓球教室 19:00～21:00 阿田和中学校
16 月	紙、衣類等資源収集日(市木・神志山地区) うんどう教室(自主活動) 10:00～11:30 御浜町福祉健康センター バレーボール教室 17:30～19:00 御浜中体育館 サッカー教室 19:00～20:30 御浜中グラウンド	1月の納税期限 ● 国民健康保険税 第7期 ● 後期高齢者医療保険料 第7期 納期限 1月31日(火) ※納税は便利で確実な口座振替をどうぞご利用ください。	
17 火	多重債務者相談(要予約) 10:00～12:00 役場3階第5会議室 卓球教室 19:00～21:00 阿田和中学校		

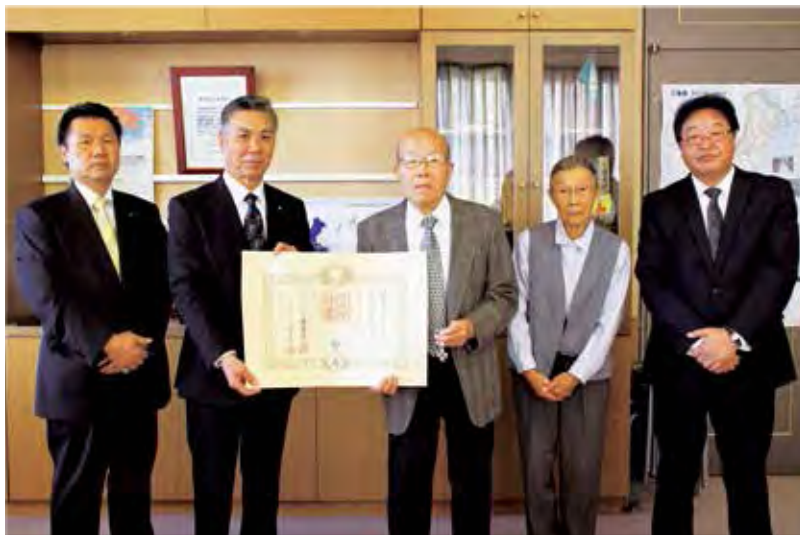
みて見てみはま



11／22(火)^{ずいほうそうこうしょう}瑞宝双光章の叙勲伝達式が行われました

多年にわたる教育功労が高く評価され、10月1日付けで瑞宝双光章（高齢者叙勲）を受章した元御浜小学校長の榎本定吉さんへの叙勲伝達式が行われました。

榎本さんは「大変恐れ多いが、嬉しく思っています。昔は子どもが多く、毎日毎日、地味に楽しく活動を続けてきました。みなさんに助けられて何とかやってこれた結果です。また、教え子が自宅に遊びにきてくれることが一番の喜びです。」と笑顔で喜びを述べていました。



瑞宝双光章を受章した榎本定吉さん（中央）



スポーツ少年団交歓競技大会に参加した選手たち

11／20(日)スポーツ少年団地域交歓競技大会

第40回南牟婁郡・熊野市スポーツ少年団地域交歓競技大会の開会式が寺谷総合公園多目的グラウンドで行われました。

11競技のスポーツ少年団35団体から557人の選手が集結しました。

この大会は、スポーツの底辺拡大とスポーツ少年団員が一致協力して、スポーツ及び諸活動を行うことにより、心身を鍛錬し体力の向上と相互の親睦を深め、健全な育成を図ることが目的です。

開会式では、各競技の前年度優勝チームがトロフィーを返還後、来賓あいさつ、サッカーFC御浜ルーツの下嗣^{しもつぐじ}くんが宣誓を行いました。



ヒット曲等を演奏する吉田正記念オーケストラ

12／4(日)吉田正記念オーケストラコンサート

吉田正記念オーケストラによる「いつでも元気が出るコンサート」が御浜町中央公民館アメニティーホールで開催されました。

昭和を代表する作曲家、故 吉田正さんの名曲や世界の映画音楽などを、指揮者である大沢さんのユーモアに富んだ話を交えながら演奏する「日本初のムードオーケストラ」の御浜公演でした。

笑いあり涙ありの指揮者による愉快的トークと思わず口ずさんでしまうヒット曲が満載で、観客は盛んに拍手を送って楽しんでいました。