

子育て世帯臨時特例給付金	2
園・学校だより	4~5
総合健診のお知らせ	12
サークル紹介コーナー	16



子育て世帯臨時特例給付金

平成26年4月からの消費税率の引き上げによる影響などを踏まえ、子育て世帯に対し臨時特例的な給付措置として実施します。

■ 支給対象者

平成27年6月分の児童手当（特例給付を除く）を受給される方

※公務員の方は平成27年5月31日時点で美浜町に住民票のある方

■ 対象児童

支給対象者の、平成27年6月分の児童手当（特例給付を除く）の対象となる児童

■ 支給額

対象児童1人につき3,000円

■ 申請期間

6月1日～10月1日

※公務員の方は勤務先での案内となりますので、詳しくは勤務先へお問い合わせください。



「子育て世帯臨時特例給付金」や「臨時福祉給付金」を装った“振り込め詐欺”や“個人情報の詐取”にご注意ください。

11ページに児童手当に関するお知らせを掲載していますので、合わせてご覧ください。



問い合わせ・申し込み先 住民課 TEL 23-4904

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金 (第十回特別弔慰金)

戦後70周年にあたり、今日の我が国の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔意の意を表するため、戦没者等のご遺族に特別弔慰金（記名国債）を支給することになりました。

■ 支給対象者

平成27年4月1日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方（戦没者等の妻や父母等）がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族の一人に支給。

戦没者等の死亡当時のご遺族で

1. 平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
2. 戦没者等の子
3. 戦没者等の ①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

4. 上記1～3以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪など）

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

■ 支給内容

額面25万円、5年償還の記名国債

■ 請求期間

平成30年4月2日まで

（請求期間を過ぎると第十回特別弔慰金を受けることができなくなりますので、ご注意ください。）



問い合わせ・申し込み先 住民課 TEL 23-4904



住宅用太陽光発電システム設置費補助金交付制度



町では、地球温暖化防止を促進するため、住宅用太陽光発電システム設置に要する費用の一部を助成します。

■ 対象者

町に住所を有し、かつ次の要件を全て満たす方。

1. 自ら居住するまたは自ら居住しようとする町内の住宅に発電システムを設置する者、または町内にある発電システム付住宅を購入し、居住しようとする者
2. 町税を滞納していないこと
3. 当該補助金の交付を受けていないこと

■ 補助金の額

1. 既築住宅に発電システムを設置する場合、発電システムの公称最大出力数1kwあたり3万円を乗じて得た額（千円未満は切り捨て）とし、15万円を限度とする。
2. 新築住宅その他に発電システムを設置する場合、発電システムの公称最大出力数1kwあたり2万円を乗じて得た額（千円未満は切り捨て）とし、10万円を限度とする。

※ただし、申請額の合計が予算の総額を超えたときは、公開の抽選を行う予定です。

■ 対象となる発電システムの設置期間

4月1日～平成28年1月31日

※すでに設置している方でも、設置日（電力会社との電力受給契約開始日）が平成27年4月1日以降であれば申請できます。

■ 受付期間

6月1日～8月31日（消印有効）

■ 申請に必要な書類

1. 美浜町住宅用太陽光発電システム設置費補助金交付申請書
2. 町税を滞納していないことを証する書類
3. 工事請負契約書の写しまたは建物売買契約書の写し
4. 発電システムの設置に係る費用とその内訳が明記された書類
5. 発電システムの設置場所の所在地がわかる地図
6. 発電システムの仕様が確認できるパンフレットなど
7. 設置同意書（発電システムを設置する住宅の所有者が交付申請者以外に存在する場合）

問い合わせ・申し込み先 住民課 TEL 23-4904

自衛官募集相談員のご紹介

自衛官募集相談員は、自衛官志願者と町・自衛官との架け橋となり、自衛隊に関する情報提供、相談、アドバイスなどを行っています。

自衛官を目指している方、興味のある方は、気軽に相談してください。

自衛官募集相談員

碓井 啓介

TEL 090-1914-0544



自衛官候補生（男子）採用試験

■ 応募資格 採用月に18歳以上27歳未満で日本国籍を有する男子

■ 試験日 6月14・24日（いずれか1日）

問い合わせ先

自衛隊御坊地域事務所 TEL 23-0020

平成27年度 区長会

各区の区長が決まりましたので、お知らせします。

（敬称略）

三 尾	小 藪	清 信
和 田 西	井 本	秀 之
和田西中	稲 葉	茂 幸
和田東中	原	和 雄
和 田 東	若 野	博 一
本 の 脇	竿 本	和 也
入 山	久 保	博 義
吉 原	平 畑	芳 樹
新 浜	田 中	一 民
浜 ノ 瀬	寄 住	敏 和
上 田 井	田 端	正 幸
田 井 畑	津 村	隆 信





ひまわりこども園

■ 第8回入園式・入園のつどい

4月10日、幼児組（3～5歳児）の入園式、乳児組（0～2歳児）の入園のつどいを行い、43名の新しいお友だちを迎えました。

嬉しさのあまり笑顔いっぱい席を立つ子や不安で泣き出す子がおり、にぎやかな新年度のスタートとなりました。



■ こいのぼりがあがったよ！！

和田東子ども広場で、毎年、5歳児がこいのぼりの初あげに参加しています。

今年は4月21日に、4・5歳児の手作りこいのぼりも一緒にあげさせてもらいました。



自分たちのこいのぼりがあがった瞬間、子どもたちの万歳と大歓声がおこりました。



■ 上手にむけたよ

4月24日、5歳児が一寸豆の皮むきのお手伝いをしました。

大きなさやの中から豆を取り出しながら「豆のお布団ってふかふかで気持ちいいな」などと話していました。

むいた豆は、給食でサラダや煮豆にいただきました。



■ 6月の予定

- 1日 衣替え
- 2日 健康教室との交流（5歳児）
- 4日 虫歯予防デーのつどい
- 8・15日 松洋中3年生との交流(5歳児)
- 17日 3歳児保育参観
- 30日 5歳児保育参観



和田小学校

■ 新1年生は元気いっぱい！

この春入学した1年生33名は、すっかり学校にも慣れ、上級生のお兄さんお姉さんたちに親切にしてもらいながら、楽しく学校生活を送っています。

休み時間になると、遊具やボールで遊ぶために、一目散に運動場へ。

一番人気は、コンビネーションAの遊具です。遊具王をめざして、綱や鉄棒をつかみながら、元気に上段まで上っています。

また、図書室へもよく本を借りに行っており、小さな体で毎日を力いっぱい過ごしているそのパワーには圧倒されてしまうほどです。

先日は、初めて給食がありました。行儀よく配膳をし、きちんと食べていました。

みんなかしく、仲良くして、心にきれいな花を咲かせていきましょう。



■ 地域ぐるみの交通安全

若葉がまぶしく輝く天候に恵まれた4月24日に、運動場で交通安全教室を実施しました。

学校生活が始まる新学期は、特に交通安全が大切です。

交通指導員や和田駐在の警察官、役場職員の方々のご協力、道路での安全な歩行の仕方や自転車の正しい乗り方などについて教えていただきました。

子どもたちは行儀良く、説明されることをきちんと聞いていました。

校区内の各所では、地域のボランティアの方々や育友会のさわやか運動などにより、交通安全の取り組みが進められています。

こうした取り組みについて、地域の方から「元気に学校へ通っている子供たちの様子を見ながら、とても清々しさを感じています。これからも続けていってください」と励ましの声が寄せられました。

本当にありがたく思います。

これからも、地域一体となった取り組みを進めていきたいと思っておりますので、ご協力よろしくお願い致します。



■ 6月の予定

- 3日 新体力テスト
- 4日 歯科検診
- 15日 耳鼻科検診
- 18・19日 臨海学校（5年生）



松原小学校

入学式

4月9日、5つの園・所から27名の子どもたちが本校に入学しました。

入学式では一人ひとり名前を呼ばれ、元気な声で返事をして仲間入りをしました。

上級生のお兄さんお姉さんは、新しいお友達の入学を心からお祝いしています。

毎日、大きなランドセルを背負い、自分の足で歩いて登校している新1年生のみなさん。

先輩方の言うことを聞いて、交通ルールを守り、安全で元気に登校してください。



身体測定

入学式の翌週に、全校児童の身体測定をしました。

高学年児童が準備の手伝いや書記、引率係を務め、先輩としての役割をきちんと果たしてくれました。

測定結果から、各自の成長の様子がとてもよく分かりました。

ただ、視力の低下が判明した児童が幾人かいましたので、これ以上低下しないように、回復するようにと願っています。

姿勢やテレビ視聴などには、十分注意してください。



初めての学校給食

4月21日、1年生が初めての学校給食をいただきました。

園などで給食には馴れていたと思いますが、まず、準備の仕方などを教えてもらい、自分たちで配膳を行いました。

好き嫌いもあったかと思いますが、みなさん一生懸命頑張って時間内に食べていました。

これからも、栄養のバランス良く、たくさん食べて強い体に成長してください。



6月の予定

25日 プール清掃

松洋中学校

きいちゃんダンス

1・2年生合同で体育の授業をし、2年生が1年生に昨年度練習した「きいちゃんダンス」を教えています。



平成27年度 松洋会新役員決まる

会長 兼平 明観
副会長 武内 嘉孝・塩崎 伸介
出口 真弓・滝口ひとみ

兼平会長は3年目、武内副会長は2年目、塩崎・出口・滝口副会長は今年度から新しく役員に就任しました。

今年度1年間よろしくお願いします。

6月の予定

4～24日 教育実習(理科・英語・保体)
5日 貯金日
9日 ドコモスマホ・ケータイ安全教室(5・6限目)
10日 眼科検診(全学年)
23日 期末テスト時間割発表(部活動停止23日～7月1日)
30日～ 期末テスト(7月2日まで)

各部中体連春の大会結果

野球の部

1回戦 松洋1-0御坊
2回戦 松洋0-1湯川・日高



バレーの部(女子)

予選リーグ 松洋2-0河南
決勝トーナメント 松洋0-2高城

ソフトテニスの部

女子 ベスト32 狩谷・濱西組
男子 ベスト32 若野・立野組 岡山・得津組
田中・玉置組

卓球の部(男子)

シングルス 2回戦敗退



陸上競技の部

男子	1500m	8位	東	賢伸
	走り高跳	2位	峯玉	弥拓
女子	200m	7位	阪口	智穂
	1500m	6位	濱口	楓菜
	100mH	5位	龍神	紀花
	走り高跳	5位	西田	葵
	走り幅跳	8位	中前	桃香



ご存知ですか？ おはなし出張講座

町では、町民のみなさんの「こんなことが知りたい」というご要望に応じて、講師となる町職員が直接みなさんの地域へ出向き、町の取り組みの説明や専門知識を生かした講座を開催しています。

■ 利用できる方

町内に在住している10人以上の方で構成された団体やグループ。

■ 申し込み方法

開設希望日の20日前までに、出張講座申込書（町ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し、中央公民館へ提出してください。

■ 開催時間

午前10時～午後9時の間。
（1講座30分～1時間程度）

■ 開催場所

町内に限ります。
また、この制度は町民のみなさんが自主的に開催される学習会などに職員を講師として派遣しますので、会場の手配や準備などは申し込みをされた主催者側でお願いします。

■ その他

講師となる職員の日程調整のため、希望日時の変更をお願いすることがあります。

出張講座は、町の取り組みや職員が持つ専門知識を生かして町民のみなさんの学習のお手伝いをすることが目的です。

要望、苦情などを承る機会ではありませんので、ご理解ください。



■ 講座メニュー

- ・町の財政事情
- ・町の防災対策
- ・選挙のしくみ
- ・わが家の耐震診断・耐震改修
- ・交通安全出前講座
- ・消防団活動について
- ・振り込む前にまず相談！！「和歌山県警・振り込み詐欺対策本部」
- ・地籍調査ってなーに？
- ・くらしと税金について
- ・洪水・土砂災害について
- ・観光について
- ・松葉を使って地域活性化
- ・松枯れの現状
- ・農業委員会の仕事
- ・戸籍と住民票について
- ・家庭ゴミの分別と減量について
- ・家庭での省エネ対策
- ・介護保険制度について
- ・長寿（後期高齢者）医療制度とは
- ・高齢者福祉について
- ・国保のしくみ
- ・特定健診・特定保健指導とは
- ・下水処理場です
- ・水道水がつくられる仕組み
- ・水道料金の仕組み
- ・議会の仕組みと役割
- ・町立図書館「友学の森」
- ・生涯学習について
- ・教育委員会のしごと
- ・学校給食について
- ・町の文化財めぐり



※詳しくは、折り込みで確認してください。

また、メニューにない講座も、担当課と打ち合わせをし、できる限り講座を開設できるようにしますので、ご要望がありましたら中央公民館へお願いします。

問い合わせ先 中央公民館 TEL 22-7309

町民ビーチボールバレー大会 参加者募集

開催日 **6月21日(日)**
開会式 **午前8時30分～**
場 所 **体育センター**

参加資格 町内に在住または
住民登録を有する
者。
生徒・学生(中学、
高校、大学、高専、
定時制)は参加不
可。

申込締切 6月12日(金)
午後5時15分まで



中央公民館・松原地区公民館に大会要綱を置いています。
参加希望者は申込用紙に必要事項を記入し、中央公民館
へ提出してください。

問い合わせ先 中央公民館 TEL 22-7309

町民グラウンド・ゴルフ大会 参加者募集

開催日 **6月28日(日)**
予備日・7月5日(日)
開会式 **午前8時30分～**
場 所 **第1若もの広場**

参加資格 町内に在住または
住民登録を有する
者。
児童・生徒は参加
不可。(大学・高
専は参加可)

申込締切 6月19日(金)
午後5時15分まで



中央公民館・松原地区公民館に大会要綱を置いています。
参加希望者は申込用紙に必要事項を記入し、中央公民館
へ提出してください。

問い合わせ先 中央公民館 TEL 22-7309

はまゆう短歌会詠草

吾にまだ残り火ありやチロチロと細く燃え継ぐ脳の一部
寒い日に「此処の景色は春ですね」道行く人が麦畑見て
衣奈若布とれとれもらひて早速を水に浸せば広がる香り
由良山も巨船も包む朝もやのうつすら寒き白色世界
引き潮の橘杭岩は四十余り春陽に照りて変貌を見ず
鶯の初音聞える我が里の変わる事なき永久を願うも
亡き父に逢いたき時は小引出し開けてゲートボールのメモ確かめる
春の野にたんぼぼ・れんげ・つくしんぼ摘みて喜び春持ち帰る
春の宵男孫突然帰り来てつもる話に語り尽きず
緑の中己を主張す山桜春立つ若きよ吾を失ふな
暮れそめし入日に映えて山桜遠近見えて白くかがやく
田辺にて郁夫画伯の小品展「熊野古道」は未完のままに
夜の窓桜を写す ああここに働く人と病む人のあり
四天王寺の極楽浄土の庭園に桜咲き誇る小雨に耐えて
立ち詰めめの車内にスーツの好青年「どうぞ」と席をゆずりくれたり
さ庭辺に諸々の苗植えおきてその花ひらく時をたのしむ
この土地に住みて一世を過ぎむとす庭の花々賑わい盛る
祝餅背おふ慶ちゃん拍手され一緒にパチパチみんな倅せ

高垣加代子
山本登美子
田端喜美子
坂本シメヨ
豊田安都子
中 昌代
酒井 絹永
林 智美
高垣 寿子
岩崎 晴代
浜田 俊子
浜田佳世子
石田由美子
味村 愛子
山岡 紀江
池端 恵美
花尻 京子
山本 範子



友学の森

平成26年度ベストリーダー ベスト10

一般書

- | | |
|---------------|-----------------|
| 👑1位 この人この歌 | 6位 東京江戸案内 巻の2 |
| 2位 夢幻花 | 7位 後妻業 |
| 3位 東京江戸案内 巻の5 | 8位 祈りの幕が下りる時 |
| 4位 虚ろな十字架 | 9位 永遠の0 |
| 5位 豆の上で眠る | 10位 童謡・唱歌・こころの歌 |



児童書

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 👑1位 月をみよう | 6位 たべものえほん |
| 2位 ウルトラマンみ〜つけた! | 7位 かぐや姫の物語 |
| 3位 風立ちぬ | 8位 アンパンマンとしょくぱんまん |
| 4位 おべんとどうぞ | 9位 うちにかえったガラゴ |
| 5位 どうぶつ | 10位 アンパンマンとバナナダンス |



DVD

- | | |
|------------------------------------|---------------------------|
| 👑1位 映画クレヨンしんちゃん
アクション仮面VSハイグレ魔王 | 6位 ちびまる子ちゃん |
| 2位 ドラえもん のび太と翼の勇者たち | 7位 ドラえもん |
| 3位 トムとジェリー | 8位 ハリーポッターと秘密の部屋 |
| 4位 ピカチュウのわんぱくアイランド | 9位 ONE PIECE STRONG WORLD |
| 5位 かいけつゾロリ | 10位 トムとジェリー 火星へ行く |



6月休館日のご案内

月	火	水	木	金	土	日
①	②	3	4	5	6	7
⑧	9	10	11	12	13	14
⑮	16	17	18	19	20	21
⑳	23	24	25	26	27	28
㉑	㉓					

○で囲んだ日が休館日です。
休館日は月曜日・祝日・月末などです。
開館時間は午前9時30分～午後6時です。

今月のおはなし会

- ☆6月13日(土)
- ☆午前10時～午前10時30分
- ☆中央公民館研修室
- ☆幼児・児童を対象とした「森のオアシス」による絵本・紙芝居の読み聞かせです。
- 毎月第2土曜日に開催しています。



…子育てつどいのへや…

ひまわりこども園



6月の予定

- 2日 (火) 栄養士さんのお話
- 9日 (火) 親子体操
- 16日 (火) お絵描き
- 23日 (火) 消防士さんのお話



4月はこんなことをしたよ



はじめまして

手遊びや“あっぷっぷ体操”をしました。
色紙でチューリップを折り、出席カードに貼りました。



お花や野菜の苗を植えよう (1・2歳児)

ヒマワリやアサガオの種、トマト、ピーマン、ナスなどの苗を植えました。

名札も作ったよ。

水やりのお世話をして大きく育てようね。



問い合わせ先 ひまわりこども園 TEL 22-3650

お知らせ

忘れず納付！ 町県民税・国保税

6月末日が納期限となる町税は、町県民税 第1期分、国民健康保険税 第1期分です。

それぞれの納税通知書（納付書）の発送は、6月中旬を予定しています。

6月30日までに納めてください。

口座振替の手続きをされている方は、納期限日が口座引き落とし日となります。

納期限の前日までに、残高確認・通帳への入金をお願いします。



問い合わせ先 税務課 TEL 23-4903

紀州材で建てる 地域住宅支援事業

県内で生まれ育った「紀州材」で、家を新築・増築しませんか？

紀州材を使用して御坊市・日高郡内に住宅を建設する場合、補助金が受けられます。

補助金を受けるには、棟上または土中杭打設の3日前（休日の場合はその前日）までに、日高振興局 林務課へ申し込みが必要です。

■ 対象

申請者自ら居住する目的で建設する木造住宅、建築基準法の許可または届け出が必要な規模以上の増改築。

■ 受付時間

平成28年3月15日まで（先着順）

■ 留意事項

補助金交付の対象を同一とする他の国庫補助金または県の補助金の重複受給は原則できません。



問い合わせ先
日高振興局 林務課 TEL 24-2912

6月のゴミ収集日

分 別	収 集 日
燃えるゴミ	(毎週) 月・木曜日 浜ノ瀬・吉原・田井畑・入山上田井
	(毎週) 火・金曜日 三尾・和田・本の脇・新浜
燃える大型ゴミ	(偶数月) 第1水曜日 3日
(小型)プラスチックゴミ	(毎月) 第2水曜日 10日
燃えない大型ゴミ	(偶数月) 第3水曜日 17日
資源ゴミ	(毎月) 第4水曜日 24日

※今月は、燃えない（複雑）ゴミの収集はありません。

次回は、7月第3水曜日です。

※空き缶、ペットボトルは、最寄りの回収箱へお願いします。

※発砲スチロールは、細かく砕いて不燃の指定袋に入れ、(小型)プラスチックゴミの日に出してください。

※カセットボンベ・エアゾール缶（スプレー類）は、必ず中身のガスを使いきってから、穴を開けて出してください。中身が残っていると、ゴミ収集車の車両火災やゴミ処理施設で火災が発生する原因となります。

また、ガスが残っている状態で穴を開けると中身が噴出して目に入ったり、中のガスに引火したりする事故につながる恐れがあるので、必ず中身を使いきってから、火の気のない、風通しの良い屋外で穴を開けてください。

「分別」と「リサイクル」 ゴミの減量にご協力を！

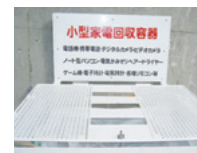


● 小型家電の回収について ●

平成25年4月に小型家電リサイクル法が施行され、本年度から御坊広域清掃センターに小型家電回収箱を設置しています。

投入口（縦10cm×横30cm）に入る大きさの各種リモコン、電話機、携帯電話、電気カミソリ、ヘアードライヤー、デジタルカメラ、ビデオカメラ、電卓、ゲーム機、電気時計などが回収対象です。

直接ゴミを搬入される方は、小型家電のリサイクルにご協力をお願いします。



問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

子ども人権110番 全国一斉強化週間

6月22～28日の7日間、いじめや虐待などの子どもに関する人権相談を受け付けます。

相談は無料で、秘密は厳守されます。

法務局職員または人権擁護委員が相談に応じますので、お気軽にご相談ください。

■ **電話番号** 0120-007-110 (全国共通・無料)

■ **受付時間** 月～金曜 午前 8時30分～午後7時
土・日曜 午前10時～午後5時

農業者のみなさんへ

米の生産調整関係、鳥獣害防止対策関係の事業についてお知らせします。

■ 優良農地保全対策事業

対象者および対象水田

町内に住所を有する農業者で、水田に水を張り、代掻きをし、常に水稻の生産可能な状態に管理された水田(調整水田)

交付単価

7,000円/10a

確認方法

基準日(7月1日)以降に対象者のみ事務局などで現地確認をします

■ 農作物鳥獣害防止対策事業

対象者

町内に住所を有する農業者で、耕作している農地に鳥獣害防止策を講じる方

対象事業

1. 電気柵 有害鳥獣に電気ショックを与え農地に近づけなくするもの
2. 防護柵 トタン・ネットにより農地に有害鳥獣を侵入させないもの

補助額

資材(1m当たり900円を上限金額とする)の2分の1以内

注意事項

条件がありますので、補助金の交付を希望する場合は、設置する前に問い合わせをしてください。

なお、この事業は予算の範囲内での先着順になっていますので、お早めにお願ひします。



問い合わせ先 産業建設課 TEL 23-4951

児童手当現況届の提出について

児童手当を受けている方は、毎年6月中に「児童手当現況届」を提出する必要があります。

この届は、受給者の6月1日における状況を記載し、手当を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。

対象の方には、現況届書を送付しますので、必ず期限までに住民課へ提出してください。

現況届の提出が遅れた場合、6月分以降の手当が受給できなくなる場合がありますので、ご注意ください。(添付書類の不足など書類不備の場合も同じです。)



問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

国民年金保険料は 納期限までに納めましょう

平成27年4月分から平成28年3月分までの国民年金保険料は、月額15,590円です。

保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができます。

また、クレジットカードによる納付やインターネットなどを利用しての納付、便利でお得な口座振替もあります。

日本年金機構では、国民年金保険料を納期限までに納めていただけない方に対して、電話、書面、面談により早期に納めていただくよう案内を行っています。

未納のまま放置されると、納付を督促する文書(督促状)を送付し、指定された期限までに納付が無い場合は、延滞金を課すだけでなく、納付義務のある方(※)の財産を差し押さえることがありますので、早めの納付をお願いします。

経済的な理由などで保険料の納付が困難な場合は、保険料の納付が免除される制度や猶予される制度がありますので、住民課まで相談してください。

※納付義務者は被保険者本人、連帯して納付する義務を負う配偶者および世帯主になります。



問い合わせ先
田辺年金事務所 TEL 0739-24-0432
住民課 TEL 23-4904

みんなで健診を受けよう！
目指そう！健康寿命の長い町

総合健診のお知らせ

実施日	場 所	当日受付時間	申し込み期間
7月5日(日)	体育センター	午前7時30分～午前9時	6月25日

健 診 名	内 容	対象年齢	健診料
国 保 特 定 健 診	身体計測・医師の診察・血圧測定・血液検査 心電図・尿検査	国民健康保険に加入 している40歳以上	600円
生活習慣病健診		39歳以下	600円
胃 がん 検 診 (バリウム検査)	レントゲン撮影・血液検査(ペプシノゲン検診) ※40・45・50歳の方は、ピロリ菌検査も実施	40歳以上	700円
肺 がん 検 診	レントゲン撮影・喀痰検査		無料
大 腸 がん 検 診	便潜血検査(2日分)		400円
前立腺がん検診	血液検査(PSA)	50歳以上の男性	300円
乳 がん 検 診	視診・触診 乳房レントゲン検査(マンモグラフィ)	40歳以上の女性	500円
肝炎ウイルス検診	血液検査 (C型肝炎ウイルス検査およびHBs抗原検査)	40歳以上で、今まで受診 したことがない方	無料

- ・国保特定健診以外は、医療保険の種類に関係なく受けることができます。
- ・70歳以上(平成28年3月31日時点)の方の検診費用は、すべて無料です。
- ・受診希望者は、健康推進課へ申し込みをしてください。



総合健診のお得な情報

- 40・45・50歳の方は無料でピロリ菌検査！
平成28年3月31日時点での年齢が40・45・50歳の方で、胃がん検診を受診される方にはピロリ菌検査を無料で実施します。
ピロリ菌の有無により、将来胃がんなどにかかりやすいかどうかを知ることができます。

- 若いときから健診習慣を！
40歳未満の方は、健康保険の種類に関わらず、国保特定健診と同様の健診を受けることができます。
また、生活習慣病健診の他にも、胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・乳がん検診を受けることができます。

問い合わせ・申し込み先 健康推進課 TEL 23-4905



妊婦教室に
参加しませんか

6月6日(土)

午前10時～

地域福祉センター3階

妊娠中のこと、出産のこと、育児のことについて、助産師・保健師がお話しします。

マタニティーヨガ(妊娠中のリラクゼーションや出産にむけた呼吸法、妊娠に伴う腰痛・肩こり等の予防など)や、一緒に参加いただいたご家族の妊婦体験も行います。

妊婦さん友達をつくる機会にもなっていますので、ぜひ参加してください。

生まれてくる赤ちゃんのパパやおじいちゃん・おばあちゃん、家族の方も一緒にどうぞ！



問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905

歯周疾患検診を受けよう！

～歯を支えている組織が蝕まれる歯周病～

歯周病は、口の中の細菌が原因で、歯を支えている組織が徐々に破壊されていく病気です。

進行すると歯肉が赤く大きく腫れ、歯がぐらついてくるなどの症状が起こり、最終的には歯が抜け落ちてしまいます。

また、動脈硬化や糖尿病などを悪化させる要因ともなっています。

さらに、口の中が汚れていると風邪やインフルエンザなどのウイルスに感染しやすくなります。

■ 対象者

40・50・60・70歳の方（平成28年3月31日時点）

40歳 昭和50年4月1日～昭和51年3月31日生

50歳 昭和40年4月1日～昭和41年3月31日生

60歳 昭和30年4月1日～昭和31年3月31日生

70歳 昭和20年4月1日～昭和21年3月31日生

■ 費用

無料

■ 検診場所

契約している医療機関

歯周病や虫歯などの再発・進行を防ぐために定期的に歯の検診を受け、お口の健康を守りましょう。

対象の方には、6月に受診券を送付します。
5年に1回のチャンスです。
ぜひ利用してください



骨粗鬆症検診を受けよう！

～さまざまな危険因子が重なって起こります～

骨量は20～30代をピークに、その後加齢とともに減少します。

骨粗鬆症は、閉経・加齢・やせているなどの身体的要因、カルシウム摂取不足や運動不足・日照不足による生活習慣病に関する要因、病気や薬剤に関する要因が考えられます。

■ 対象者

40・45・50・55・60・65・70歳の女性の方
（平成28年3月31日時点）

40歳 昭和50年4月1日～昭和51年3月31日生

45歳 昭和45年4月1日～昭和46年3月31日生

50歳 昭和40年4月1日～昭和41年3月31日生

55歳 昭和35年4月1日～昭和36年3月31日生

60歳 昭和30年4月1日～昭和31年3月31日生

65歳 昭和25年4月1日～昭和26年3月31日生

70歳 昭和20年4月1日～昭和21年3月31日生

■ 費用

1,000円（70歳の方の無料）

■ 検診場所

契約している医療機関

この機会に受診し、自分の骨量を知り、自分に合った予防方法を身につけましょう。

対象の方には、6月に受診券を送付します。
5年に1回のチャンスです。
ぜひ利用してください



風しん予防接種費用の助成

妊婦とその子どもを風しんから守るため、風しんワクチンの接種費の助成を行ないます。
助成の対象となる方は、無料で風しんワクチンをうつことができます。

■ 対象者

- ・妊娠を予定または希望している19歳以上50歳未満の女性（昭和40年4月2日生まれ～平成9年4月1日生まれ）
- ・妊娠している女性の配偶者

■ 助成期間

平成28年3月31日まで

接種を希望される方は、印鑑、妊婦の夫の場合は母子健康手帳またはコピーを持って、健康推進課までお越しください。

■ 注意

妊娠中の女性は受けられません。
接種後2ヶ月間は妊娠を避けてください。

風しんとは

発熱、発疹、リンパ節腫脹を特徴とするウイルス性の病気です。

妊娠初期の妊婦さんが風しんに感染すると、白内障・心疾患・聴力障害などの障害をもつ赤ちゃんが生まれる可能性があります。

問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905

わっはっは笑いの大学の受講生を募集します!

わっはっは笑いの大学は、講義や調理実習などを通して、「食」や「運動」を中心とした生活習慣の改善について学びます。

右の条件を満たす方ならどなたでも参加できますので、ぜひ、この機会に笑いの大学を受講し、食生活改善推進員・健康推進員として一緒に活動してみませんか?

参加いただくには申し込みが必要です。

6月12日までに健康推進課へ申し込みをしてください。

■ 参加条件

- ①御坊保健所管内に居住する方
- ②5回の講座を原則すべて受講できる方
- ③大学終了後、地域・職域などで健康づくりを推進する食推さん・健康推進員さんとして地域活動に参加する意志を有する方（現在、食推などで活躍されている方も参加できます）

■ 受講場所

御坊保健所

■ 受講時間

午後1時30分～午後4時

■ 受講日・講座内容

	月 日	項 目	講 座 内 容
1	6月26日	開講式	オリエンテーション
		健康日高21（第2次）	・健康日高21（第2次） 講師：御坊保健所保健師
		笑い与健康	・「ラフターヨガ(笑いヨガ)で若返ろう」～笑顔美人・美男になりましょう～ 講師：ラフターヨガ講師
2	7月31日	管内の健康状況と生活習慣予防について	・管内の健康状況と生活習慣予防について 講師：御坊保健所長
		管内の各種健診	・管内各市町健康状態と各種健診 講師：管内各市町健診担当
		食品衛生と健全な生活環境	・食中毒予防と食品添加物の知識 講師：御坊保健所衛生環境課担当
3	8月21日	健康と栄養・食生活	・栄養の基礎知識 食事バランスガイド 講師：御坊保健所管理栄養士
		身体活動・運動	・「ロコモチェックをしてみよう」～今日からやろうロコモトレーニング～ 講師：運動インストラクター
4	9月11日	生活習慣病予防につながる食事	・バランスを考えた献立の立て方 講師：御坊保健所管理栄養士 ・調理実習（バランス食） 講師：在宅栄養士会
5	11月13日	地区組織活動	・食生活改善推進員(ヘルスマイト)の活動事例紹介 講師：各市町食生活改善推進員
		修了式	・地域の健康づくりを考えよう（グループワーク） 修了証書授与



問い合わせ・申し込み先 健康推進課 TEL 23-4905

健美操教室 ～今から始める、簡単・快適・健康生活!～

健美操は、呼吸・精神・身体の3つの調和を基本とし、身体のバランスを整え全身の血液の流れを良くするので、気分も爽快になります!

呼吸を大切に、ツボなどを取り入れるので足腰に負担をかけず新陳代謝を高め、体力や免疫力をアップさせる体にやさしい体操です。

毎月第3水曜日に無料で実施していますので、どなたでも気軽に参加してください。

■ 月日

6月17日（水）

■ 時間

午後1時30分～午後3時

■ 場所

地域福祉センター 3階

■ 持ち物など

運動できる服装、お茶・水、タオルなど。



※実施日は健康カレンダーにも掲載しています。

問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905



こんにちは

美浜町地域包括支援センターです！



そろそろ熱中症に気をつけていきましょう

まだ夏じゃないから…と油断は禁物！
気温が上がる6月は、体が暑さに慣れていないため熱中症の危険性もアップします。
外出時だけでなく、室内でも十分に対策をしていきましょう。

熱中症予防のキーワード



水分補給 …… のどが渇いたと感じる前に、こまめに水分をとりましょう。



服装 …… 吸湿性と通気性が良い服を選びましょう（綿など）。
外出時は日傘や帽子で対策を。



温度 …… 温湿度計を確認、必要性を感じなくてもエアコンは適度に活用しましょう。



日光 …… すだれやカーテンで直射日光を遮りましょう。



寝る前 …… コップ1杯の水分補給をして就寝を。
就寝中の温度・湿度も忘れず調整しましょう。



冷却 …… 保冷剤・冷たいタオルなどを上手に活用して体を冷却。



換気 …… 部屋に熱がこもらないようにしましょう。



6月の教室の日程は、以下のとおりです。

元気はつらつ教室

今月の教室のテーマは「楽しく体を動かそう！」です。

日 程	場 所	時 間	内 容
8日(月)	地域福祉センター	午後1時30分～	ボールエクササイズ
22日(月)			

*参加費無料 申し込み等の必要はありませんので、気軽に参加してください。

*概ね65歳以上の方が対象です。運動しやすい服装でお越しください。

問い合わせ先 美浜町地域包括支援センター TEL 23-4905

地域巡回いきいきサロン

地域での交流を目的に各地区でサロンを行っています。
身近な場所で行いますので、みなさんお誘い合わせお越しください。

日 程	場 所	時 間	内 容
5日(金)	入山公民館	午後1時30分～	血圧測定 大正琴 ちちろこ会演芸部
24日(水)	新浜さざなみ荘		
26日(金)	和田東中会場		
29日(月)	三尾風速荘		

*参加費無料 申し込み等の必要はありませんので、気軽に参加してください。

問い合わせ先 美浜町社会福祉協議会 TEL 23-5393

美浜サークル紹介コーナー



卓球サークル 美浜クラブ

代表 松本 邦裕



概要

経験者が中心となって練習を行い、ジュニアの育成にも力を入れています。

また、毎年夏に開催される、日高地方卓球競技大会での上位入賞を目指し、練習に励んでいます。



主な活動

練習は毎週土曜日、午後7時30分～午後9時30分まで、松原小学校か松洋中学校の体育館で行っています。

毎年開かれる町民卓球大会のお手伝いをはじめ、町の行事にもメンバーで参加し、『ピンポン大会』ならぬ『ピンポン町内交流』にも力を入れています。

年に数回懇親会を開催し、試合や練習を振り返って、メンバーの労をねぎらっています。



将来に向けて

日本の卓球人口はなんと1千万人、競技人口でも25万人とされているスポーツです。

卓球は、誰でも楽しめるところが特徴です。

何かスポーツを始めたい！子どもにやらせてみたい！昔やっていたんだけど…と考えている方、一緒にやってみませんか？

興味のある方は、ぜひ、土曜の夜に体育館へ足を運んでみてください。



町長通信

みなさん、ゴールデンウィークはいかがでしたか？

5月4日は雨でしたが、この日以外はお天気に恵まれました。

日頃は忙しくてなかなか出来ないことをしたり、家族とゆっくり話す機会をつくったり、また、行楽地へ出かけたりし有意義に過ごされたことでしょう。

休みが長かったので、お疲れモードになった方もいらっしゃるのかも…

さて、ゴールデンウィーク前になりますが、4月25日に、カナダB.C.州和歌山県人会創立50周年と工野儀兵衛渡加127年記念祝賀会がカナダリッチモンド市で開催され、出席してきました。

厳かな中にも、温かい心のこもった祝賀会であり、バンクーバー日本領事館・岡田総領事や仁坂和歌山県知事、和歌山県議会の方々、美浜町議会議長、リッチモンド市長など多

くの来賓が出席されていました。

B.C.州では、和歌山県人会は活発に活動されている組織とのことで、会員数は往時と比べると減少していますが、それでもこうした会としては多い方とお聞きました。

4月号でも工野儀兵衛翁のことを少し述べましたが、明治21年にカナダへ渡り、郷里への手紙に『フレザー川に鮭が湧く』という情景を記し、それを読んだ多くの村人がバンクーバーやリッチモンドを中心にカナダへと渡りました。

また、先の第2次世界大戦では自分の住む国と自分のルーツである日本が戦うという状況下で、多くの方が想像を絶する苦勞をされたという歴史もあります。

日系センターで往時の収容所の写真などを見ながら、改めて当時の苦勞をしのび、思いを馳せました。

今後もB.C.州和歌山県人会と美浜町が堅い絆で結びつきを深めながら、交流が続くことに努力したいと思います。

広報みはま 発行／美浜町役場

和歌山県日高郡美浜町和田1138-278 TEL 0738-22-4123

広報はホームページでもご覧いただけます。http://www.town.mihama.wakayama.jp/

この広報誌は再生紙を使用しています。

