

# みはま

## CONTENTS

9月のゴミ収集日	2
園・学校だより	4~5
後期高齢者医療制度に加入されているみなさまへ	11
地域おこし協力隊活動報告	16



9

2019

No.405

7月31日 子育てつどいのへや プール遊び (これカラークラブ山口節子さん提供)

### TOWN information 町の人口と世帯数

総人口：7,160人 (-3) 男：3,334人 (+5) 女：3,826人 (-8) 世帯数：3,136 (+4)  
※令和1年8月1日 (対前月比)

## 忘れず納付！国保税

9月末日が納期限となる町税は、国民健康保険税 第4期分です。  
9月30日までに納めてください。



### ■ 期限内納付にご協力を

納税本来の姿は、定められた納期限までに自主納付していただくものです。

大多数の方は、納期限を守って納付いただいておりますが、町税を滞納すると納税の催告（督促状などの発送）の費用がかかり、納付していただいた町税を有効に活用することができなくなります。

町税の期限内納付に協力してください。

### ■ 税の公平性

納期限内に税を納付された方と納付されなかった方の不公平をなくし、税の公平性を保つため、また、行政サービスの財源を確保するために、町では法律に基づき滞納処分を行っています。

### ■ 滞納処分

期限内に納付されない方に対しては、督促状や催告書などにより自主納付を促しています。

しかし、文書による催告にもかかわらず納付がなく、納税相談にも応じないなどの滞納者に対しては、税の公平性を保つため、滞納処分として財産調査や勤務先などへの収入（給与）調査を行い差し押さえを執行します。

なお、差し押さえた財産は、換価して滞納金にあてることとなります。

問い合わせ先 税務課 TEL 23-4903

## 敬老会（プログラム） 訂正について

広報「みはま」8月号に掲載しました「美浜町敬老会」のプログラムを下記のとおり訂正いたします。

正：演芸の部  
・歌謡ショー 冠 二郎  
・ものまね 君島 遼

誤：演芸の部  
・美浜町文化協会芸能部  
・歌謡ショー 冠 二郎  
・ものまね 君島 遼

問い合わせ先 福祉保険課 TEL 23-4950

## 9月のゴミ収集日

分 別	収 集 日
燃えるゴミ	(毎週) 月・木曜日 入山・浜ノ瀬・吉原・田井畑 上田井
	(毎週) 火・金曜日 三尾・和田・本の脇・新浜
(小型)プラスチックゴミ	(毎月) 第2水曜日 11日
燃えない(複雑)ゴミ	(奇数月) 第3水曜日 18日
資源ゴミ	(毎月) 第4水曜日 25日

※燃えない(複雑)ゴミは不燃の指定袋に入れ、燃えるゴミと同じ場所に出してください。

集積場所への搬入は、大型ゴミのみです。

※今月は、大型ゴミの収集はありません。

※アルミ・スチール缶、ペットボトルは、最寄りの回収箱へ入れてください。

※古新聞・本・雑誌・段ボールなどの紙類・衣類(綿100%のもの)は、太陽作業所および子どもクラブが実施する資源ゴミの集団回収に協力してください。

※食品ロスをなくしましょう。

「買い過ぎず」「使い切る」「食べ切る」



「分別」と「リサイクル」 ゴミの減量にご協力を!

問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

## 男女共同参画ひとくちメモ 「テレワーク・デイズ2019」

テレワークとは、情報通信技術を活用した、場所や時間にとらわれない柔軟な働き方のことです。

総務省、厚生労働省、経済産業省、国土交通省、内閣官房、内閣府では、東京都および関係団体と連携し、2017年より、2020年東京オリンピックの開会式にあたる7月24日を「テレワーク・デイ」と位置づけ、働き方改革の国民運動を展開しています。

2019年は、2020年東京大会前の本番テストとして、7月22日(月)から9月6日(金)の約1ヵ月間をテレワーク・デイズ2019実施期間として、テレワークの一斉実施を呼びかけています。

※町ホームページに美浜町男女共同参画計画を掲載していますので、ぜひご覧ください。



問い合わせ先 総務政策課 TEL 23-4901

## 野焼き（野外焼却）の禁止

最近、「家の近くでゴミを燃やして臭いがする」との苦情が多く寄せられています。

野焼きをすることは、一部の例外を除いて「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されています。

十分な設備を持たない簡易焼却炉・ドラム缶・ブロック囲い等でゴミを焼却することも、野焼きとみなされます。

例外とされている、日常生活において通常行われている軽微な焼却であっても、周辺の方々に「悪臭がする」「目にしみる」「のどが痛い」「洗濯物が汚れる」「火の粉が飛んで危ない」などの被害をおよぼすことがありますので、むやみに焼却を行わないで、一人ひとりがゴミの分別・資源化・減量化に努め、決められた収集日に出してください。

野焼きは、ダイオキシンの発生源となって環境汚染の原因にもなりますので環境にやさしい住み良い町づくりにご協力をお願いします。

### ■ 焼却禁止の例外

- ・国または地方公共団体がその施設の管理を行うために必要な廃棄物の焼却

（例）河川管理者が管理を行うために伐採した草木等の焼却

- ・震災、風水害、火災、その他の災害の予防、応急対策または復旧のために必要な廃棄物の焼却

（例）災害時における木くず等の焼却

- ・風俗慣習上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却

（例）どんと焼き等の地域の行事における不要になった門松、しめ縄などの焼却

- ・農業、林業または漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却

（例）農業者が行う稲わら等の焼却、漁業者が行う魚網に付着した海産物の焼却

※廃プラスチック（肥料袋など）の焼却は含まれません。

- ・たき火その他日常生活を営む上で通常行われる廃棄物の焼却で軽微なもの

（例）小規模な落ち葉焚き、キャンプファイヤーなどを行う際の木くずなどの焼却

「煙」は人によって感じ方が違います。  
上記の焼却禁止の例外であっても、  
周囲への配慮（風向き・時間帯・量  
など）として最低限のマナーが必要です。



問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

## 防災ひとくちメモ 9月1日は防災の日

大正12年（1923年）9月1日に発生した関東大震災にちなみ昭和35年（1960年）「防災の日」が制定されました。

また、例年9月1日付近は台風の襲来が多いとされる時期でもあり、「災害への備えを怠らないように」との戒めも込められています。

この機会に、台風や地震、津波などの災害についての認識を深めましょう。

問い合わせ先 防災企画課 TEL 23-4902

## けんぴそう 健美操教室



健美操とは、ヨガや太極拳などの東洋医学の動きをとり入れた健康体操です。

呼吸・身体・精神を調和させることにより、新陳代謝や自然治癒力を高め健康維持に役立てることができます。

年齢は問いません。

申し込みは不要ですので、気軽に参加してください。

- 日時 9月17日（火）午後1時30分～午後3時
- 場所 地域福祉センター 3階
- 講師 メディカル&フィットネス アクオ インストラクター
- その他 運動できる服装、飲み物・タオル持参

問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905

## ゴールデンキッズ 発掘プロジェクトについて

運動に優れた素質を有する子供たちを早期に発掘し、将来、国際舞台で活躍できるアスリートを育成するため、ゴールデンキッズを選考する体力測定会を開催します。

- 対象 小学校3・4年生
- 日時 10月26日（土）午後1時15分～午後4時45分
- 場所 印南町体育センター（印南町印南2012）
- 申込期間 8月21日～9月24日必着
- 応募方法 ①参加申込専用サイトで申込をする  
②学校で配布された参加申込書を郵送する

※県ゴールデンキッズ発掘プロジェクトホームページ  
<https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/500400/gksp/ikusei/290603/d00154608.html>

問い合わせ先  
県教育庁生涯学習局スポーツ課内  
和歌山県ゴールデンキッズ発掘プロジェクト事務局  
TEL 073-441-3753



# ひまわりこども園

## ■ 乳児組の保育参観

0歳児は手形を使って親子の金魚を、1歳児は紙皿に絵を描いてでんでん太鼓を作りました。



2歳児は、段ボールの家に筆やローラー、スポンジを使ってお絵描きをしました。



その後、各学年、親子で体操やふれあい遊びを楽しみました。

## ■ 水遊びやプール遊び

絵の具でお絵描きやボディペインティング、色水からスライム作りなどして遊びました。



水遊びやどろんこ遊びで感触も楽しみました。



また、プールではビート板を使って上手にバタ足ができ、顔をつけら

れるようになったと喜び、夏ならではの遊びを十分に楽しみました。



## ■ 水難訓練 (3~5歳児)

各学年のプール遊びの際、ライフジャケットを着用し水に浮かぶ訓練をしました。

体の力を抜いて浮かぶのは難しいようでした。



## ■ 園訪問

7月12日、大学准教授や指導主事の先生方が来られ、0~5歳児の保育、教育の様子を見ていただきました。

その後、指導助言をいただきました。



## ■ 9月の予定

- 21日 運動会
- 24日 1号認定児振替休日
- 25日 誕生会

## ■ 保育教諭 若干名 随時募集中

詳しくは、ひまわりこども園 (TEL 22-3650) までお問い合わせしてください。



# 和田小学校

## ■ 臨海学校 ~7月8・9日~

5年生が日高町の堺市立日高少年自然の家に行きました。天候が心配されましたが2日も予定通りの活動を行うことができました。

1日目は、昼食の後、海での活動。カヌー、カヤック、海水浴を楽しみました。

カヌー・カヤックは初めての体験だったため戸惑うことも多かったようですが、グループごとに力を合わせてがんばることが出来ました。夜は多目的室でのキャンドルサービス。キャンドルに灯火し、各班の出し物を楽しむことが出来ました。

2日目は、1日目に引き続きカヌー・カヤック・海水浴。1日目の経験を生かし、ほとんどのグループは海の上をすいすい移動することができました。1日目の午後から2日目の午後にかけて24時間の課外活動となりました。

2日間における海での活動、宿泊体験を経て、5年生は体力的にも精神的にもよりたくましさを増したように感じます。今後の学校生活に活用していくことと思います。



## ■ 国際交流 ~7月10日~

中国のムシャク市から33名の児童が来訪しました。迎えたのは6年生。田中くん、深瀬さんの司会のもと有意義な交流会を行うことが出来ました。歓迎セレモニーでは森さん、和田さんの挨拶に続き、運動会でも演技したソーランを披露しました。中国側からは、合唱・リコーダー演奏・独唱・ピアノ演奏を見せて頂きました。

交流活動としては、6年生が企画したドッジビー・じゃんけん列車、昔の遊び体験を行いました。時間が経過するにつれて、とても打ち解けた様子になりました。最後に赤坂くんの挨拶で締めくくりました。

約2時間の短い交流でしたが子供達にとっては貴重な体験となりました。最後は別れを惜しむ光景も見受けられました。今後ともお互いの国を理解し合う中で、仲良くすること、お互いの考え方を尊重し平和的に共存していくことを目指していってほしいと思います。



## ■ 9月の予定

- 19日 社会見学 (5年)
- 25日~26日 修学旅行 (6年)





# 松原小学校

## ■ プール水泳始まりました

6月20日、プール内の汚れ取り（高学年）、プールサイドの松葉集め（低学年）などプール清掃を全校児童で行いました。

7月3日からは、子どもたちが待ちに待ったプール開きを各学年で行いました。4年生以上は、25℃以上泳げるように練習します。夏休み中のプール水泳を含め9月初めまで、プール水泳を実施します。ルールを守り、安全に気をつけながら、みんなで楽しくプール水泳を行っていきたくて願っています。



## ■ 県特産物梅、桃をいただきました

「和歌山県の特産物を学習活動などで利用することにより、子どもたちに食に対する感謝の気持ちや郷土愛を育てる」ということを目的に、県農林水産部からいただいた梅と桃をみんなでいただきました。



1年生が、砂糖漬けにしてつくった梅ジュースをい

つもお世話になっている6年生を招待してウメジュースパーティーを行いました。また、3・4年生では、桃を調理してみんなでおいしくいただきました。



## ■ 通学路安全点検

7月25日、令和元年度通学路安全推進協議会の方々との協力を得、校区通学路の安全点検を行いました。

危険箇所（9カ所）を出席者全員で巡視し、見通し、交通量など状況を確認対策を相談していただきました。本年度は、町道田井和田中央線（尾上橋～斎川大橋間）300m間にグリーンベルトを設置していただきました。学校での安全指導を重ね、子どもたちの安全を守っていきたくて願っています。ご協力のほどよろしくお願い致します。なお、当日の点検結果は、美浜町のHPで見ることができます。（美浜町 通学路交通安全プログラム）



## ■ 9月の予定

- 3・4日 夏休み作品展
- 18日 避難訓練（不審者対策）
- 25・26日 6年修学旅行



# 松洋中学校

## ■ 夏の中体連日高地方大会の結果（7/6～14）

### ・剣道部（7/6）美浜町勤労者体育センター

- 男子団体優勝（前田 健心・中野 翔・岡本 真季 重村 有哉・山田 秀星）
- 個人優勝 前田 健心
- 準優勝 重村 有哉
- ベスト4 山田 秀星・三好 大也
- ベスト8 中野 翔・岡本 真季・中村 純真 山本 伊織

- 女子団体優勝（川端 有杏・今枝 琴・高垣 麗恋）
- 個人優勝 今枝 琴
- 準優勝 高垣 麗恋
- ベスト4 川端 有杏

### ・柔道部（7/13）御坊市立武道館

- 男子 50kg 優勝 小藪 奏大
- 60kg 優勝 西 虹羽
- 準優勝 山田 武聖
- 団体 優勝（西 虹羽・小藪 奏大・山田 武聖 鈴木 涼世・山下 幸誠・芝 元基 小藪 真大）
- 女子 44kg 優勝 白水 愛咲
- 57kg 優勝 北田 理侑
- 団体 優勝（北田 理侑・白水 愛咲）



### ・バドミントン部（7/13）由良中学校体育館

- 男子ダブルス 1位 木村 歩夢・松永 凧斗 2位 村本 峻馬・津村 凷
- 男子シングルス 1位 中村 伊吹 2位 早野 慶太

- 3位 羽山 結平
- 女子シングルス 2位 浦出 珠希



### ・陸上競技部（7/13）南山陸上競技場

- 1年男子 1500m 2位 北裏 武志
- 2年男子 100m 2位 寺田 悠人 100m 3位 栗本 和弥 800m 1位 1500m 3位 石原 大暉 低学年4×100mR 1位（知原・出口・上杉・寺田）
- 3年男子 100m 2位 200m 2位 前田 和希 1500m 2位 3000m 1位 中西 悠史 走幅跳 2位 津村 唯斗 共通4×100mR 1位（栗本・森口・津村・前田）
- 1年女子 100m 2位 中西 晶萌
- 2年女子 低学年4×100mR 2位（田端・中村・中西・岡本）
- 3年女子 100m 3位 中本 ゆつき 800m 2位 1500m 1位 中西 陽菜
- ・ソフトテニス部（7/14）かわべテニス公園 男子個人 5位 平野 悠呂・山本 祐輔ペア

## ■ 9月の予定

- 14日 吹奏楽定期演奏会（午後6時～）
- 19日 思春期体験学習（3年1組）
- 21日・22日 中体連新人大会
- 30日 ライン講演会（5・6限）

## 夏休み子ども教室

今年もたくさんの申し込みがあり、抽選になった講座もありました。参加した子どもたちは、一生懸命取り組み、楽しんでいました。



### こども手づくり パン教室



### 小学生のための 食育教室



※英会話教室・一緒に絵を描こう！は次号で掲載予定





# サマールーム



県の補助金を活用した子どもの居場所作り事業で、美浜町では夏休み中の15日間、中央公民館、松原地区公民館を活用して、サマールームを開催しました。

参加した子ども達は宿題や、プリント自習をして過ごしました。



## はまゆう短歌会詠草

葉桜のそよぐ岸辺のみどり濃く西川堤防に夏風渡る

花尻 京子

道端の草刈り取られ広々し車の対向易々出来る

浜田佳世子

夕焼けは水田すべてに映り込む西方浄土をふと思いおり

石田由美子

日傘さし見上げる空は夏模様片手に水筒笑顔の媪

都築 良

茶畑に蔓の巻き付き草深し寂しい限り過疎進む村(那智勝浦町色川)

山本登美子

梅雨晴れの中山・吉田の蓮見事お世話下さる苦労報はれ

岩崎 晴代

ランタナと紫陽花咲ける道沿いをはつ夏の風音なく抜ける

豊田安都子

壁に貼る川の流れに泳ぎおり海老・蟹・鮎は皆の折り紙

浜田 俊子

たちまちに霧湧きたてる霧ヶ峰人も車も白く覆はれ

田端喜美子

梅ジュース瓶に真澄みて仕上りぬ老の一夏をさはやかにする

坂本シメヨ

せせらぎの向かうの藪の螢の宿点りて消えて声なき光

山本 範子

大風に吹かれ折れたる樹の幹の新たな芽吹き生きる強さよ

林 智美

道沿いを彩る紫陽花とどりに梅雨入り近くやゝに汗ばむ

中 昌代

夏日射す妙心寺塔頭深閑とみどり刈り込む庭師の動く

山岡 紀江



# 友学の森

## 新刊案内

### 氷獄

海堂 尊 (著)



新人弁護士・日高正義が初めて担当する事件は、手術室での連続殺人「バチスタ・スキャンダル」だった…。

「チーム・バチスタの栄光」のその後を描いた表題作を含む全4篇を収録。

『小説野生時代』掲載を単行本化。

### 烈風ただなか

あさの あつこ (著)



石久藩の藩学で学友たちが斬殺され自殺した事件から2年経った。

謎が全て詳らかにならぬまま、新吾は元服を迎え親友等もそれぞれの道に進もうとしていた。

しかし、再び不穏な風が…。

『小説野生時代』連載を加筆し単行本化。

### 夏とおとうと

ふくだ いわお (著)



ある夏の日。

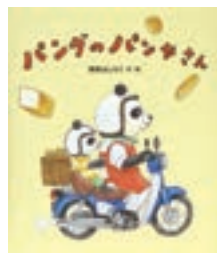
虫取りに出かけようとする、お母さんが弟のしゅんも連れて行けと言った。

公園の遊具で遊びたがったり、虫取りのじゃまをしたり。

ぼくはしゅんに「離れてついて来い」って言って先に行ったけど…。

### パンダのパンやさん

岡本 よしろう (著)



ふっくらパンのいいにおい！

パンダのパンやさんは、朝からお客さんで大にぎわいです。

お店が一段落したら、ぱんだぱぱはバイクののって、パンの配達にでかけます。

今日はこぱんだも一緒に…。

おいしいパンを届けにこよう！

### 今月の展示

9月のテーマは「芥川賞・直木賞」です。

今年も7月に第161回の芥川賞・直木賞が発表されました。

芥川賞は今村夏子さんの「むらさきのスカートの女」、直木賞は大島真寿美さんの「渦」に決まりました。

今月は今までの芥川賞・直木賞の受賞作品を展示しています。

絵本のテーマは「おじいちゃん・おばあちゃん」です。

9月16日の敬老の日に合わせて「おじいちゃん・おばあちゃん」の絵本を集めましたのでぜひ手に取ってみてください。

## 9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
⑬	17	18	19	20	21	22
⑳	24	25	26	27	28	29

※○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

☆9月14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



## 9月の予定

- 3日 (火) 夏祭りごっこ
- 10日 (火) 子育てトーク
- 25日 (水) 栄養士さんのお話 & お誕生会



## 7月はこんなことをしたよ

### プール遊び



プール遊びの前は、みんなで体操をします。



子ども達は少しずつ水に慣れていき、気持ち良さそうにプール遊びを楽しんでいました。

プール遊びには、町の母子推進委員の方がお手伝いに来てくださいました。



## 毎月勤労統計調査特別調査のお知らせ

県では、厚生労働省所管のもと、毎月勤労統計調査特別調査を実施します。

この調査は、常用労働者を1～4人雇用している事業所を対象に、小規模事業所における賃金・労働時間・雇用の実態について明らかにすることを目的に年1回実施され、小規模事業所の実態を示す資料として最低賃金の改訂審議等に使用されています。

調査対象となる事業所には、8月～9月にかけて統計調査員が訪問し、調査票を作成します。ご協力よろしくお願いします。

※調査票に書かれた内容は、「統計法」により厳しく秘密が守られます。  
また、統計以外の目的に用いられることも固く禁じられています。



### 問い合わせ先

和歌山県企画部企画政策局 調査統計課 生活調査班  
TEL 073-441-2388

## 和歌山県人会世界大会への参加を募集します

県民が移民の歴史を共有し理解を深め将来への活力を増す機会とするとともに、国内外の県人会の皆さんが故郷への誇りと自信を新たにし更なる活躍につなげる機会を目的に、和歌山県では、「和歌山県人会世界大会」を開催します。

移民の御家族や御親戚等関係者の方々には、優先的に御観覧席を確保しますので、氏名、住所、電話番号を9月24日までに、申し込みしてください。

後日チケットを送付します。



- 日時 11月24日 午後4時～午後5時30分
- 会場 和歌山県人会世界大会
- 内容 移民の歴史映像の上映、大会宣言発表、県人会代表者挨拶、記念コンサート（宮沢和史さん「THE BOOM」）等を予定

※関係者以外の方々の参加については、和歌山県が後日一般公募を行う予定です。

問い合わせ・申し込み先 中央公民館 TEL 22-7309

## 日高看護専門学校 令和2年度の学生募集

- 学科 看護学科（全日制）
- 修学年限 3年
- 定員 40名（男女共学）
- 入学資格 高等学校を卒業した者等
- 願書受付 地域枠・社会人…11月 6～13日  
一般……………12月16～23日



その他、詳しい学生募集要項などは、直接問い合わせしてください。

### 問い合わせ先

日高看護専門学校 TEL 22-1277

## 準要保護就学援助制度

経済的な理由によって、就学が困難と認められる児童・生徒の保護者に対して、義務教育を円滑に実施することができるよう、学用品費や修学旅行費など一定の援助を行う支援制度です。

この制度を利用したい場合は、お子さんが通学する学校に相談してください。



## 10月1日から年金生活者 支援給付金制度がはじまります

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。

ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。



### 対象となる方

◇老齢基礎年金を受給している方

以下の方の要件をすべて満たしている必要があります

- ・65歳以上である
- ・世帯員全員が市町村民税非課税となっている
- ・年金収入額とその他所得額の合計が約88万以下である

◇障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の方の要件をすべて満たしている必要があります

- ・前年の所得額が約462万円以下である

### 請求手続き

- ① 平成31年4月1日以前から年金を受給している方  
対象となる方には、日本年金機構から請求手続きの案内が9月上旬から順次届きます。  
同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し提出してください。
- ② 平成31年4月2日以降に年金を受給しはじめた方  
年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

■ 日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内に注意してください。

★日本年金機構や厚生労働省から、口座番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

### 給付金のお問い合わせは「給付金専用ダイヤル」へ！

給付金専用ダイヤル：0570-05-4092（ナビダイヤル）

050から始まる電話でおかけになる場合は

（東京）03-5539-2216

〈受付時間〉 月曜日 午前8時30分～午後7時  
火～金曜日 午前8時30分～午後5時15分  
第2土曜日 午前9時30分～午後4時

※月曜日が祝日の場合は、翌開所日に午後7時まで。

※祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日は利用できません。

### 年金給付金

○問い合わせの際は、はがき（年金生活者支援給付金請求書）を用意してください。

（注）間違い電話が発生しておりますので、おかけ間違いのないよう注意してください。



# 後期高齢者医療制度に加入されているみなさまへ

8月下旬から9月上旬にかけて

ジェネリック医薬品使用促進のお知らせを送付しています。



患者負担の軽減や医療保険財政の改善には、ジェネリック医薬品の普及が重要です。

この機会に、ジェネリック医薬品の使用をご検討ください。

このお知らせは、現在処方を受けているお薬をジェネリック医薬品に切り替えると、お薬代がどれくらい軽減できるのかをお伝えするもので、ジェネリック医薬品への切り替えを強制するものではありません。

切り替えの参考としてご活用ください。

**対象の方** ※すべての方にお送りしているものではありません。

1ヵ月に14日以上のお薬を処方されていて、ジェネリック医薬品に切り替えた場合1ヵ月の自己負担額が200円以上軽減される可能性がある方。

**ジェネリック医薬品とは**

先発医薬品（新薬）の特許が終了したあとに発売される、先発医薬品と同等の品質・有効性・安全性を持つと国から認められた医薬品です。

開発費が抑えられるため、先発医薬品より低価格で提供され経済的です。

お薬によっては、ジェネリック医薬品への切り替えができない場合もあります。

ジェネリック医薬品への切り替えを希望される方は、かかりつけの医師または薬剤師にご相談ください。



問い合わせ先

後発医薬品利用差額通知コールセンター

TEL 0120-53-0006（通話無料）

和歌山県後期高齢者医療広域連合

TEL 073-428-6688

## 令和元年度自衛官等募集案内

募集種目	応募資格	受付期間	試験日	場所
自衛官候補生	18歳以上33歳未満	試験日の前日まで	9月27日（金）	田辺市民総合センター
一般曹候補生			7月1日～9月6日まで	9月28日（土）
		1次 9月20日（金）		田辺市民総合センター
		1次 9月21日（土）		新橋ビル（和歌山駅前）
航空学生	18歳以上23歳未満（高卒者または高専3年次修了者（見込含））	7月1日～9月6日まで	1次 9月22日（日）	和歌山県民文化会館
	18歳以上21歳未満（高卒者または高専3年次修了者（見込含））		1次 9月16日（月）	和歌山県民文化会館

※32歳の方は、条件があります。詳しくは、問い合わせしてください。

問い合わせ先 自衛隊御坊地域事務所 TEL 23-0020

## 住民基本台帳閲覧状況【平成30年8月1日～令和元年7月31日】

閲覧者 (受託者)	名 称 代表者氏名	委 託 者	閲 覧 目 的	閲 覧 日	閲覧 対象	年 齢 地 域
自衛隊和歌山 地方協力本部			陸上自衛隊高等工科学学校の生徒に関する募集事務に利用するため	平成31年 4月24日	平成16年4月2日～平成17年4月1日の間に生まれた男子 全地区	
(社)中央調査社 大室 真生		内閣府大臣官房政府広報室	「環境問題に関する世論調査（附帯調査：薬が効かない（薬剤耐性）感染症）」実施のための対象者抽出のため	令和元年 7月26日	18歳以上 田井地区	

# 巡回バスによる胸部(結核・肺がん)検診・大腸がん検診を実施します

内容を確認し、ぜひこの機会に最寄りの場所で受診してください。  
 ※町の検診は年に一度のみの受診になりますので、重複受診をしないようにお願いします。

## 胸部(結核・肺がん)検診

肺がん死の2人に1人は、タバコが原因とはいえません。  
 タバコを吸わない方も検診を受けましょう。



- ・検査所要時間5分!
- ※受診者数により多少時間がかかる場合があります。
- ・無料で受診!



**対象年齢** 40歳以上  
**受診費用** 無料  
**検査項目** 胸部レントゲン撮影(二重読影)  
 喀痰検査(50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方が対象)  
**申し込み** 不要(都合の良い場所へ直接お越しください)  
**その他** ボタンや刺繍(ししゅう)のついていない無地のTシャツや肌着で撮影します。  
 シャツや下着のボタン、カギホック、アクセサリ類はさけて受診してください。

月 日	地 区	時 間	実施場所
9月24日(火)	三 尾	午後1時30分～午後2時20分	三尾風速荘前
		午後2時30分～午後3時00分	松永渡船駐車場
	本の脇	午後3時15分～午後3時45分	本の脇集会場前
	和 田	午後3時55分～午後4時15分	大浜団地(煙樹・しおさい前)
9月27日(金)	和 田	午後1時30分～午後2時00分	畜産センター前
		午後2時10分～午後2時50分	東中集会場前
		午後3時00分～午後3時30分	東集会場前
		午後3時40分～午後4時10分	中央公民館前(図書館下駐車場)
10月 1日(火)	吉 原	午後1時30分～午後2時10分	西吉原バス停付近
		午後2時20分～午後3時00分	松原地区公民館前
	新 浜	午後3時10分～午後3時30分	郷土資料館(「旧」新浜公民館)前
		午後3時40分～午後4時10分	新浜共同炊事場前
10月 8日(火)	田井畑	午後1時30分～午後2時00分	よってって美浜店 駐車場
		午後2時10分～午後2時30分	田井畑コミュニティセンター前
	浜ノ瀬	午後2時40分～午後3時20分	川瀬林業駐車場
		午後3時30分～午後4時00分	浜ノ瀬住民会館前
10月10日(木)	入 山	午後1時30分～午後2時00分	例古橋付近
		午後2時10分～午後2時50分	入山公民館前
	上田井	午後3時00分～午後4時00分	上田井集会場前

## 大腸がん検診

大腸がんは、「早く見つけて、早く治す」ことが大切です。  
 早期のうちに治療すれば、95%以上が治癒します。



自宅で採った便を  
 提出するだけの検診!

事前に採った便を各胸部検診場所へ提出するだけなので、家族など代理の方に提出をしていただくことも可能です。(受診票は本人が記入してください)



**対象年齢** 40歳以上  
**受診費用** 400円(70歳以上の方、令和2年3月31日時点で41・46・51・56・61歳の方は無料)  
**検査項目** 便潜血検査(2日分)  
**申し込み** 必要(提出日により、申し込み期日が異なります)  
**その他** 申し込み受付後に、受診票と採便容器を送付します。

提出日・場所	申込締切日
9月24日、三尾・本の脇・和田地区で提出	9月13日
9月27日、和田地区で提出	9月19日
10月 1日、吉原・新浜地区で提出	9月24日
10月 8日、田井畑・浜ノ瀬地区で提出	9月30日
10月10日、入山・上田井地区で提出	10月 2日

問い合わせ・申し込み先 健康推進課 TEL 23-4905



# 9月10日(火)は世界自殺予防デー 9月10(火)～16日(月)自殺予防週間

9月10日の「世界自殺予防デー」から1週間は、自殺予防に関する理解を深めていただくための「自殺予防週間」とされています。(自殺総合対策大綱より)

日本の自殺者数は、平成10年以降3万人前後の状態が続いていましたが、平成22年以降は減少が続いています。しかしながら、いまだ、毎年2万人を超える状況であり、交通事故による死者数の約5倍以上の人が自殺によって命を落としています。

平成30年における全国の自殺者数は20,032人(人口10万人対16.1)、和歌山県では197人(人口10万人対21.2)でした。(厚生労働省人口動態統計(概数)による)

自殺の要因はひとつではなく、社会構造・経済的要因等、複雑な問題が関係した心理的に追い込まれた末の死であるといわれています。

一人でも多くの自殺者をなくすため、自分や悩んでいる人の心の健康やいのちの大切さについて考える機会とします。

～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～

## ゲートキーパー の役割

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話しを聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことを『ゲートキーパー』と呼びます。

一人ひとりがそれぞれの立場で『ゲートキーパー』の役割を担うことが自殺の予防として期待されています。

気づき	傾聴	つなぎ	見守り
<p>家族や仲間の変化に気づいて、声をかける</p> <p>家族や仲間の人の様子が“いつもと違う”とき…</p> <p><b>サイン</b> 眠れない, 食欲がない, 口数が少なくなったなど</p> <p>まずは『声かけ』が重要ですよ</p>	<p>本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける</p> <p>悩みを話してくれたらまずはしっかりと悩みに耳を傾けましょう。</p> <p>本人の気持ちを尊重し、『そうだったんだ』と共感した上で、相手を大切に思う自分の気持ちを伝えましょう。</p>	<p>早めに専門家に相談するよう促す</p> <p>こころの病気や社会的な問題を抱えているようであれば、専門家への相談につなぎ、本人の気持ちを理解してくれる人と連絡を取りましょう。</p>	<p>温かく寄り添いながら、じっくりと見守る</p> <p>身体やこころの健康状態について自然な雰囲気の中で声をかけて優しく寄り添いながら見守り、必要があれば、専門家に相談しましょう。</p>

## 精神保健福祉センターの相談窓口

<p><b>わかちあいの会 「うめの花」</b></p> <p><b>対象</b> 大切な人を自死で失った方 <b>場所</b> 和歌山県精神保健福祉センター(初参加の方は要申込)</p> <p>◆参加費 200円 ◆一時保育あり(要事前申込)</p>	<p><b>自死遺族相談 (個別相談)</b></p> <p><b>対象</b> 大切な人を自死で失った方 <b>場所</b> 和歌山県精神保健福祉センター</p> <p>◆詳細については問い合わせしてください ◆相談無料(要予約)</p>	<p><b>薬物依存当事者と 家族の個別相談</b></p> <p><b>対象</b> 薬物依存症、覚せい剤、危険ドラッグ、処方薬などにお悩みの方やその家族 <b>場所</b> 和歌山県精神保健福祉センター</p> <p>◆事前に申込が必要です ◆相談無料</p>
<p><b>はあとライン電話相談</b></p> <p><b>対象</b> 生きづらさを感じられている方、大切なひとを自死で失った方、依存症・嗜癖など <b>電話</b> 073-424-1700</p> <p>◆24時間(365日対応)</p>	<p><b>ギャンブル問題 相談</b></p> <p><b>対象</b> ギャンブルに関する問題にお悩みの方やその家族 <b>場所</b> 和歌山県精神保健福祉センター</p> <p>◆事前に申込が必要です ◆相談無料</p>	



和歌山県自殺対策推進センター

検索

### 問い合わせ・申し込み先

和歌山県自殺対策推進センター

はあとライン ☎ 073-424-1700 午前9時～午後5時45分(平日のみ)

和歌山市手平2丁目1-2 県民交流プラザ和歌山ビッグ愛2階 和歌山県精神保健福祉センター内



# 美浜町食生活改善推進協議会です



7月30日（火）に、夏休み子ども講座『小学生のおよこ食育教室』を開催しました。

子どもと保護者9組21人が参加しました。

この教室は食農・食育の普及を図るため、JA紀州と美浜町食生活改善推進員が連携し、野菜ができるプロセスを知り、農家さんが大事に育てた野菜を美味しく頂くことを体験を通して学んでもらう事業です。

子どもたちはまず和田の狩谷実男さんのご厚意により、真っ赤に実ったミニトマトの収穫体験をさせて頂きました。

保護者は、栄養士より朝食の必要性や栄養バランスについての説明を受けました。

その後、みんなでJA紀州の職員から町内で栽培されている野菜についての説明を受け、食生活改善推進員の指導のもと“およこクッキング”にも取り組みました。

収穫したミニトマトや身体に良い食材を使って、サバのドライカレー・豚スライスのロールキャベツ・レタスとベーコンのスープ・牛乳ココアプリンを作りました。

子どもたちは、サポートしてもらいながら、野菜を包丁で切ったり・具材を巻いたり・炒めたり等楽しく調理できました。できあがった料理をみんなで頂き、地域の皆さんの協力のもと楽しい時間を過ごすことができました。



## 感想

### 子ども

- 美浜町で作られている野菜が分かった。
- きゅうりが一番多く作られていることが分かった。
- ミニトマトは簡単にプッチと採れることが分かった。上手に採れたし、楽しかった。
- 包丁を使ったことがなかったので、来て良かった。
- 難しかったけど、上手にできた。
- 収穫したトマトは、すごく美味しかった。甘かった。
- 自分で作るのもいいなあ~と思った。



### 保護者

- 朝ご飯の重要性がわかり、勉強になりました。
- “子どもに食べる物を選ばせる力をつける” やってみたいと思いました。
- 美浜町で採れた野菜を使っていきたい。
- JAさんが美浜町で収穫できる野菜を子どもたちに伝えてくれたので、良かった。美浜町で採れると知って野菜を身近に感じてくれたらいいな~と思った。
- 普段なかなか時間がなくゆっくり子どもに料理をさせることがなかったので、子どもも楽しそうに包丁を使っていて、よい機会になりました。
- 子どもたちが積極的に楽しそうに包丁を使っていたので、家でももっとお料理をさせてあげようと思いました。



## 教室の様子



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！

10年以上の活動歴！  
頑張ってます！！

## ～気功サークル～

平成15年に町の介護予防事業に参加し、気功を学んだメンバーの「続けないともったいない」との思いより、自主サークルを結成し、活動を開始しました。

現在は、和田・松原・三尾地区の3サークルに分かれて活動しています。

毎週火曜日午後1時30分から気功を中心とした体操を1時間程度行なっています。

気功はマッサージやストレッチから始まり、ゆっくりと全身の筋肉を動かし、無理のない範囲で気軽に始められる運動です。

今回、みんなで和気あいあいと楽しく取り組んでいる3サークルの活動を紹介します。

### 和田気功サークル

中央公民館2階で活動しています。

現在25名の登録があり、毎回15名程度が参加しています。

体操は古田リーダーのかけ声に合わせて行なわれています。

体操の合間には、脳トレも取り入れてくれており、みんなで協力し合いながら楽しく活動を行っています。



### 松原気功サークル

松原地区公民館1階で活動しています。

現在12名の登録があり、毎回7名程度が参加しています。

当番制で協力し合いながら活動をしています。

週1回集まりみんなとおしゃべりすることで情報交換の場にもなっています。



### わっはっは気功サークル(三尾)

三尾風速荘1階で活動しています。

現在20名の登録があり、毎回14名程度が参加しています。

当番制で協力し合いながら活動しています。

当初は5名で始めたサークルでしたが、口コミによりメンバーの輪が広がっています。



### ～気功サークルの参加者の声～

- ・気功の運動は、無理なく続けられ、家でも取り入れられる。
- ・気功を続けて姿勢がよくなった。体操の後は、体が軽く感じられる。
- ・気功を続けて普段の生活が楽になり、体調を維持することができている。
- ・週1回集まり、みんなと会うと元気がもらえ、前向きになれる。

など



「継続」を目標に  
みんなで楽しく  
活動をしています！

## 9月の教室の日程は、以下のとおりです。

### 元気はっらっ教室

今月の教室のテーマは「眠っている筋肉を起こそう！」です。

日 程	場 所	時 間	内 容
9日(月)	地域福祉センター	午後1時30分～	骨盤・股関節体操
30日(月)	中央公民館		

\*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。飲み物・タオルを持って、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 23-4950

### 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
4日(水)	新浜さざなみ荘	午後1時30分～	消費生活啓発出前講座 合唱 等
18日(水)	田井畑コミュニティセンター		消費生活啓発出前講座 脳トレDVD
24日(火)	本の脇集会場		ゲーム

\*全ての地区で保健師が血圧測定を実施します。

\*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



## 美浜町地域おこし協力隊 活動報告

(白濱 亜聖)

こんにちは。白濱です。  
いきなりですが、皆さんは『SDGs』という言葉をご存知でしょうか？

### SDGs (エス・ディー・ジーズ) とは

「Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標)」の略称です。  
2015年9月の国連サミットで採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」にて記載された2016年から2030年までの国際目標です。持続可能な世界を実現するための17のゴール・169のターゲットから構成され、地球上の誰一人として取り残さないことを誓っています。SDGsは発展途上国のみならず、先進国自身が取り組むユニバーサル(普遍的)なものであり、日本としても積極的に取り組んでいます。(外務省ホームページより引用)

そんなSDGsを使って町おこしを考えようという取り組みが様々な地域で行われており、7月1日には和歌山市がSDGs未来都市に選定されました。

そこで今回は、那智勝浦町の太田の郷で行われた「SDGs de 地方創生ゲーム」に参加してきました。

前月に行われた第1回では、ラスト5分全員ができることがなく席についてうなだれるという結果になってしまったらしく、リベンジに来られた方が多かったです。

最初に説明があったのですが、よくわからないままゲームスタート。

簡単に言うと「住民役と行政職員役に分かれて、人口・

経済・環境・暮らしメーターを増やし、持続可能な町を作ろう！」という感じで、住民6チーム、行政4チームで各メーター最初は5からスタートし、1クォーター(3年)12分で、4クォーターまで行い12年後の地域はどうなっているか？というシュミレーションカードゲームです。

私は行政職員役でミッションは『ゲーム終了時に経済メーターが8以上』です。

前回参加されていた方々に引っ張ってもらいながら、「地方議員カードここにありませう」「経済メーターを上げると環境が下がる可能性が…」など、いろいろ考えながら話し合って事業を行った結果、…12年後の地域は『人口7・経済11・環境10・暮らし10』と今後も発展していける地域という良い結果になりました。

このゲームで大事なことは『対話』であり、自分のミッション達成だけを考えると地域がどんどん衰退していってしまいます。

このゲームを町で考えると住民6チームは町内の地区であり、行政4チームは役場の担当課。

町目標を達成するために、地区の目標を町全体で共有し、みんなで話し合いながら全地区の目標を達成していく。

このゲームの面白いところは、参加者が変わると結果も変わること。

この面白さは参加してみないとわからないと思いましたが、ぜひ機会があれば参加してみてください。



## やぶうちのつぶやき

夏休み中、図書館職員が、松原クラブと友遊クラブの両学童の読み聞かせに行くということで、スケジュールがたまたま空いていたことから私も参加させていただきました。

当日は、図書館の職員2名と私と3名で、最初に職員が、図書館のPRをなぞなぞ形式で紹介した後、3名がそれぞれの思いで選んだ絵本を読みました。

私は、好きな絵本の一つ「びっくりまつぼくり」を披露しました。

幼児向けの絵本ですが、美浜町で育った子ども達に、是非知っておいてほしいと思い選書しました。

公民館長だった頃、読み聞かせに挑戦して以来だったので、子どもたちが楽しんでくれるか心配していましたが、読み手に集中し、静かに聴いてくれて、素敵な時間を過ごすことができました。

短い時間でしたが、私と子どもたちの距離が縮まった楽しい時間でした。

