

紀の川

紀の川シティ情報

「これは、何の葉っぱですか？」 「はい、これはタバコの葉っぱです。」 (原寸の3/4)

【特集】
禁煙用「序曲」
..... 2

CONTENTS

- ◆健康ガイド 10
- ◆暮らしに役立つ情報ワイド 16
医療保険の制度改正／ごみのこと
図書館／子育てに関する催し
夏休み中の行事
- ◆まちの話題 20
- ◆暮らしに役立つ情報BOX 28
生活／福祉／募集／案内／相談／催し
- ◆このまちがすき 37

8

2006

野 円
外 広
ラ イ ブ
コ ン サ ー ト



市民まつり

好きやっしょ紀の川!!! ~夢花火~

みんなでやろらよ!

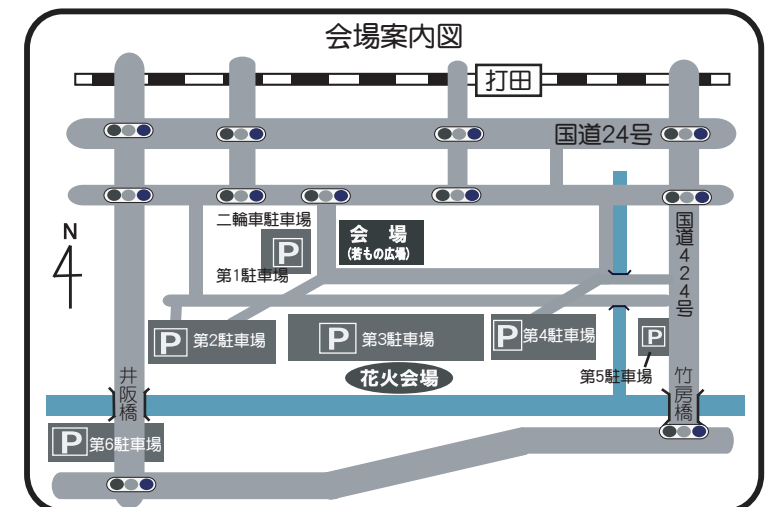
3,000発の花火大会

カブトと一緒に写真を
撮ろう!



と き... **8月20日(日)**
午後4時45分~
と ころ... **打田若もの広場**
※荒天のときは中止

プログラム
午後4時45分~ 粉河だんじりばやし
「車楽ラブ」による太鼓演奏
午後5時~ 開会セレモニー
午後5時20分~ ながやま保育園児による
和太鼓演奏
午後5時35分~ 紀の川音頭
午後5時45分~ 紀舞彩花による
よさこい踊り
午後6時~ 子どもキャラクターショー
午後6時30分~ 記念写真撮影会
午後7時~ 「飛んで飛んで」でおなじみの
円 広志ライブコンサート
午後8時30分~ 3,000発の打ち上げ花火
他にも、フリーマーケットやパラグライダー体験コーナーなど楽しいイベントがいっぱい!



※当日、会場周辺道路は午後4時から一方通行、通行止規制になります。車でお越しの際はご注意ください。

紀の川 シティ 情報

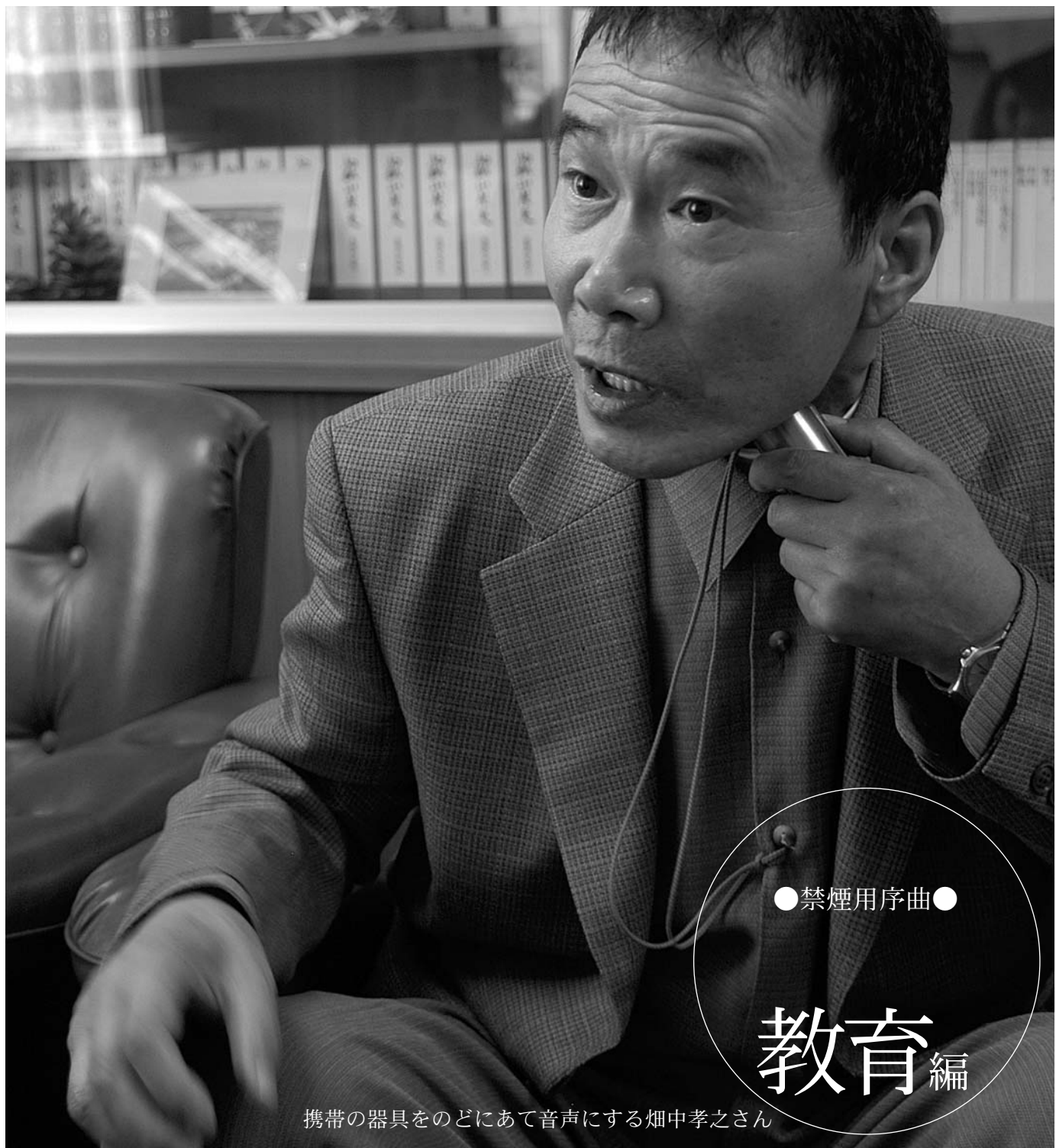
広報紀の川第10号
発行 平成18年8月1日
紀の川市市長公室広報広聴課
〒649-6492 紀の川市西大井338
Tel77・2511 Fax77・4910
E-mail k020100-001@city.kinokawa.lg.jp
URL <http://www.city.kinokawa.lg.jp>

※配布の不至際、配布漏れの連絡は、配布委託業者「株式会社ダイコク Tel.0120-01-3912(フリーダイヤル)」までお願いします。

ひとの動き

人口 70,108人 (-31)
男 33,558人
女 36,550人
世帯数 24,440世帯 (+41)
平成18年6月末現在()は前月比

禁煙用 「序曲」



●禁煙用序曲●

教育編

携帯の器具をのどにあて音声にする畑中孝之さん

喫煙者の7割の人が、『たばこはやめたいけれど、やめられない』そうです。たばこは、日本人のがん死1位である肺がんの原因になるだけでなく、様々な健康被害のもとになっています。また周囲にも悪影響を及ぼします。大切な家族や愛する人のために、たばこをめぐる問題を考えてみます。

まずは教育の現場での、たばこ問題に取り組む活動を紹介します。平成12年に実施された『未成年者の喫煙および飲酒行動に関する全国調査』では、中学1年生で喫煙経験のある生徒は、男子では22%、女子で16%という結果が出ています。そこで、小学生のうちから、禁煙教育や防煙教育を実施する学校も多くあります。

のどに穴があいた『教育者』

市立東貴志小学校（楠友美子校長／全校生徒198名）では、6年生を対象に禁煙教室が行われた。その教室に講師として招かれた「たばこ問題を考える会・和歌山」のメンバー、畑中孝之さん（61歳）は、熱心に

耳を傾ける児童たちに、熱く淡々と語りかける。畑中さんは、53歳の時に喫煙が原因で、声帯をガンにおかされ摘出した。今は口から声が出せず、携帯の器具をのどにあて音声にする。のど

に穴をあけているために、ホコリなどが入ると肺炎になるおそれがある。『当時、毎日50本前後は吸っていました。』と、器具から出る畑中さんの声は、少し機械的な音色だ。現在、畑中さんのような障害をもっている方は、全国で推定2万人弱いるといわれている。県内では120〜130名。そのうちほとんどが、喫煙者だったらしい。

『私はのどに穴が開いています。この穴で呼吸をしています。だからこの穴をふさぐと死んでしまいます。お風呂に入るときは一番気を使います。この穴に一滴でも水滴が入るととても苦しいからです』

匂いもわからず、大きな声でず熱いものが食べにくく、力が入りにくい……と、不都合なことをあげればきりがないと、聞き入る児童たちに訴える。『みんなには、たばこの誘惑に負けないでほしい。たばこを吸わない一番の方法は、最初から吸わないこと。やめる苦労を感じる必要がないから。それと、1本だけ吸ってみようというのもやめてほしい。1本目があるから2本目や3本目があるのだから』

『自分がこんな体になるとは思っていなかった』と、何度も何度も繰り返し、ボランティアとして県内の学校で、たばこの問題について子どもたちに向かつて真剣に説いている。

『吸ってみなよ。スカッとすぜ〜』なんて言われたらどうする？

上田晃子さん（上田内科クリニック）

■もし、『吸ってみなよ！スカッとすぜ〜。』なんて友達に言われたら、どういうふうに答えるかみんな今から考えておいてね。うまく断れなかったら、逃げたっ

■禁煙を応援してくれる病院や、薬局があるんだよ。たばこを吸う人にやさしく教えてあげてね。

■昔はたばこの害について、今みたいにこんなにはっきりとわかっていなかったんだ。たばこを吸うお父さんや、お母さん、おじいちゃんたちは、たばこの害を知らずに吸ってやめられなくなった人たちなんだよ。だから、みんな被害者なんだ。だから決して吸っている家族の人たちを悪者にしないでね。

『お父さんの体が心配やから、やめてね』と、やさしく言ってあげてね。

上田さんは、『たばこを吸うか吸わないかは、みんな自分で決められること。みんな命を大切にすぜ。』とメッセージを添えて、色々な資料や統計をもとに、やさしく子どもたちに語りかけます。

上田さんや畑中さんの話に、熱心に聞き入る、市立東貴志小学校の6年生。



やめられない

2つの理由

■**たばこは麻薬、ニコチン依存**
たばこをやめられない理由のひとつは、たばこに麻薬のような作用があるからです。これはたばこに含まれるニコチンが原因です。喫煙を繰り返すうちに、ニコチンが不足すると脳がうまく働かず、イライラするようになります。するとニコチン不足の不快感を避けるために、意思と関係なく、脳がニコチンを要求するようになってくるんです。これをニコチン依存症といいます。

最近、厚生労働省はこのニコチン依存症を初めて病気と認めました。つまり、たばこをやめられないのは、その人の意思の弱さとは無関係なんです。

■心理的依存

もうひとつの理由は、習慣や条件反射です。たばこを吸い続けていると、朝起きてから夜寝るまでの間の色々な生活行動と、喫煙行動とが結びつきやすくなってきます。

たとえば、食事の後の一服を例にとると、食べただけでは満足できず、食後に喫煙してやっと食事が完結したと感じる。こうして食後の一服が強固な習慣になる。これが心理的依存です。

これを克服するには、新しい習慣を自分で作っていくことが大切です。つまり食事の後にたばこを吸っていない

禁煙は気軽に挑戦するものです

日本赤十字社 和歌山医療センター
呼吸器科 池上達義 さん

たのを、食事の後はお茶を飲むことにするなどのように、自分で習慣を塗り替えていくのです。

禁煙の準備

■気軽に挑戦する気持ちを準備

過去に辛い禁煙経験があつて、初めから無理だと思つていたり、強い決意が必要と思ひ込んでいたりする人がいます。そうではなく、とにかく始めてみるのが大切なんです。禁煙に対する自信なんていうのは、最初から持っている人はほとんどいないと思ひます。強い決意や、自信なんかは不要なんです。

ニコチンパッチなどを利用すれば、相当なヘビースモーカーでも、案外とスムーズにスタートすることができま

す。つまり、禁煙ということは『やるべき方法を実行する』こと、まず行動ということ。以前より仮に失敗したとしても、

も悪くなるわけではありません。最悪でも前と同じですから。何回失敗しても気軽に挑戦してみてください。そんな気持ちが一番の準備だと思います。

■段取りの準備（禁煙はビジネス）

禁煙外来を訪れたある患者さんが言っていました。

『禁煙は、ビジネスと同じようなものですね』

つまり、仕事をするためには、なんらかの段取りをもつて始めるわけなんです。こういう順番で、こういう道具を用意して、こういう人を配置してなど、準備をしなければうまくいくわけです。家事の場合であれば、鍋で湯を沸かしている間に野菜を切る、といった具合です。禁煙も同じことなんです。

禁煙中に、車のなかで吸いたくなったらどういう対処をするかとか、職場で吸いたくなったらどうするかをあらかじめ用意しておくんです。そうすれば落ち着いて対応できます。このことは、大切ですね。

禁煙する方法

■ニコチンパッチ

ニコチンパッチは、ニコチンを含んだ製剤です。

禁煙した時のイライラなどは、ニコチンが不足したために起こる症状です。ニコチンパッチは皮膚からニコチンをゆっくり補充することで、禁煙当初の不快感を和らげられます。

また、たばこを吸うたびに、血中のニコチン濃度が大きく変動しますが、この変動パターンが、ニコチン依存を形成して、それを維持していきます。ニコチンパッチは、ニコチン濃度を一定に保つため、ニコチン依存のレベルがどんどん下がってきます。

つまりニコチンパッチはニコチン依存の治療薬でもあるのです。使用期間は、1〜8週間と、人によって様々ですが、平均すると1カ月程度です。

また、今年4月から禁煙外来の診察料が、6月からはニコチンパッチも保険適用されています。

ただしこれには、喫煙指数などが一定以上であることや、医療機関の敷地内が禁煙になっていることなどの条件が必要です。保険が使えるかどうかについては、事前に医療機関に問い合わせてください。

■ニコチンガム

基本的にはニコチンパッチと効能

は一緒ですが、作用時間が1時間と短く、本数の多い方には不向きかもしれません。また、かみ方にコツが必要で、5回ほど軽くかんだら、歯ぐきと頬（ほお）の間に挟んでおくのがポイントです（口の中のシブツ薬）。また、医師の処方せんが不要で、薬局で販売していますので、手軽に利用できることも特徴です。

ニコチンパッチやニコチンガムは、妊婦や、心筋梗塞など心臓に病気をもっている方などは、使用できない場合がありますので、医師や薬剤師と十分相談してください。

■行動療法

心理的依存には、ニコチンパッチなどの薬が効きにくいので、吸いたい気持ちをうまくかわしてやる方法を使います。これを『行動療法』といいます。ニコチンパッチと併用して行うことで効果を上げることができ

ます。

たとえば、禁煙中に自宅で吸いたくなつた場合は、冷たい水を飲んだり、シャワーを浴びたり、勤務先の場合は、背伸びをしたり深呼吸をしたりなどです。

禁煙をつづけるコツ

このようにニコチンパッチの登場で、禁煙のスタートを本当にスムーズにされるようになりました。ただ

問題は、再喫煙をしてしまうことです。

『1本が、依存のスイッチをオンにする。カチツと音がするように……』 たった1本を吸っただけで、そのあと、2本目、3本目が吸いたくなります。

このスイッチを入れないためには、その1本を吸わないことしかありません。これは薬を使つていてもおこりうることです。急にストレスがかかった時や、辛いとき、また逆にうれい時など、普段の些細なきっかけが再喫煙につながります。「1本

とにかく

禁煙は単に健康によいということ

だけなら」は命取りと心得ましょう。

自分のまわりに、家族や友人、同僚など、人間的な支援をしてくれる人をたくさん持つことも大切です。

『禁煙続けるの、えらいねえ』とその一言の声の掛け合いが、再喫煙を防いでくれることもあります。

だけに留まらず、たくさん「うれしいこと」をもたらしけると言います。禁煙された方は、誰でも例外なく喜んで下さいます。気軽に挑戦してみてください。

とりあえず一週間だけでも、薬の効果を確かめてみるみたいな軽い気持ちで、気負わずにやってみてください。それでだめだったらまた機会を見つけて挑戦すればよいわけですから。でも意外とできるものなんですよ（談）

日本赤十字社 和歌山医療センター
呼吸器科 池上達義 さん

1990年、京都大学医学部卒。同年胸部疾患研究所第1内科に入局。福井赤十字病院を経て、1996年から現職。2000年3月に禁煙外来を開設する。





禁煙を夢みるある男性が書いた

ちよつと恥ずかしい「禁煙日記」

※吸いたいと感じるレベルは、1〜5
(弱〜強の5段階で表示されています)

■4月17日(月) ◇レベル5
今日から禁煙開始。些細(小さい)なことへの願かけから始まった。やめたいと思う気持ちを頼りに、いつまでつづかわからないが、とりあえず薬局でニコチンガムを買ってスタートだ。

■4月18日(火) ◇レベル5
出勤途中、車の灰皿にあったシケモク(吸い殻)に火をつけてしまった。誰かに『それが一番いけないこと!』と、しかられたことを思い出しながら。禁煙ガムをかみながら!?!...

■4月23日(日) ◇レベル5
禁煙を始めようとしてから、初めての連休。思い切って(シタバコを買った。久しぶりの心地よい箱の重みを感じながら、1日で一気に吸いきった。『ああ、無情』明日から、再出発と、決意を新たに。

■4月25日(火) ◇レベル5
小さな決意をした昨日が懐かしい。

■6月6日(火) ◇レベル4
2回目の禁煙外来を受診。一酸化炭素濃度の測定結果はレベル4。まずまずの結果。しかし考えてみれば、ニコチンパッチを使用してからも吸っていない日はまだない。そして先生が言う。『まずは、一本も吸わない日をごんばってつくってみてください!』...。当たり前の話だが、重みのある言葉をかみしめた。

■6月18日(日) ◇レベル5
禁煙順調。その矢先、久しぶりに我が家に来た弟に、2本もらってしまふ。今夜、サッカーワールドカップ日本代表は、天王山とも言えるクロアチア戦。気を取り直し、彼らとともにオイラも再びキックオフだ。

■6月20日(火) ◇レベル3
今朝通勤途中で気がついた。ニコチンパッチをはるのを忘れていた。



梅は、塩漬けのあとは天日で土用干し。このころになると酸っぱく、食べたと口がまるで「*」のようになる。酸っぱい経験は、禁煙とよく似ている?

気がつけば3000円を握り締め、自販機の前でニヤつく自分が情けない。

■5月12日(金) ◇レベル5
その後、毎日のように『明日から禁煙』と、得意の呪文を唱えていた。そんな時、吸い殻を入れた空き缶の臭いをかく機会にめぐまれた。とても強く強烈な異臭。吸いたい時は、この臭いをかいでみることにしよう。

■5月13日(土) ◇レベル5
最近息子が習い始めた少年サッカー。今日の試合で生まれて初めてゴールを決めた。うれしそうだった。あいつの夢は、サッカー選手になること。帰りの車の中でその彼がつぶやく。『おねえちゃんと言ったけど、スポーツ選手はタバコ吸ったらあかんねんて。それから吸っている人の近くにおるのもよくないんやて』

■5月14日(日) ◇レベル5
休日に出勤し、月曜日の仕事の段

パッチは、朝吸いたくなつた時には、就寝前にはがす。そうすればいつか不要になる日が訪れるらしい。吸いたくなかつたから忘れていたのだろう。出勤後、便所の鏡を見ながら独りでニヤリ。

■6月28日(水) ◇レベル2
出勤後から始業までの間に最も吸いたくなる僕のパターンは、今でも変わらない。でもその時を越えれば、翌朝まで大丈夫だ。

しかし未だに、『一本だけなら...』という悪魔が時々襲ってくる。油断大敵、大胆不敵、弱肉強食、焼肉定食!

■6月29日(木) ◇レベル2
禁煙外来を受診するために、上田内科クリニックを訪れた。体内の一酸化炭素濃度の数値はゼロ。綺麗な体に生まれ変わった喜びに浸り、禁煙成功をあらためて誓う。

■7月5日(水) ◇レベル1
早朝、北朝鮮がミサイルを発射した。『全くの想定外や!』と、その憤りとともに計測したためか、プラス1キロ。禁煙と同時にダイエツトも必要? そうだ! 今日から毎日腹筋運動を取り入れよう。

■7月7日(金) ◇レベル2
職場有志のプチ宴会に誘われて、金曜日の楽し

取り作業を行う。上司の机上におもむろに置いてある、封を切ったタバコの箱を横目で見ながら...。見るだけではもの足らず、つい2本。魔がさした...。未来のジーリーガールの息子よ、スマン。おぼかな親父を許しておくれ。

■5月31日(水) ◇レベル5
例の呪文を毎日唱えながら、時が過ぎ去っていた。6月からニコチンパッチが保険適用されることを知る決めた! このチャンスを生かして絶対に禁煙してみせるゾ。そう再び決意した。今日は、WHOが提唱する世界禁煙デー。

■6月2日(金) ◇レベル5
市内にある上田内科クリニックで禁煙外来を受診した。先生が、丁寧に禁煙プログラムを説明してくれる。『とにかく軽い気持ちで禁煙に挑戦することが大切』と、先生に勇気付けられ、いよいよ本格的に禁煙が始まった。ただし、開始は明日から。

いひと時を味わった。メンバーの中にはたばこをたしなむ殿方もおいでになり、久しぶりに受動喫煙? を楽しんだ。

■7月11日(火) ◇レベル1
雨二モマケズ、風にも負けず。酒の場やストレスに一網打尽に負ける柔軟な意思をもち、ただヘラヘラとにやけている。

1日にニコチンガム10個とニコチンパッチ1枚、それと大量の冷水と少しの涙を食べ、あらゆる失敗や怠惰観を、禁煙しているための精神不安定からくるものと決めつける。東に禁煙しているものがあると聞けば、行って『どう?』どのくらいやめてんの? イライラせえへんかあ?』と連呼し、相手を嫌がらせ、西に、禁煙に失敗したものがあれば『そうか、あかんかったんか。また今度ごんばつたらええわっしょ』などと、同情を装いながら、心のなかで嘲笑する。

南に、今にも卒煙できそうな人があると聞けば、『僕の禁煙はもうダメや。君はスゴいなあ。ええなあ、ええなあ。いつのころが一番つらかったあ』などと、しつこく自分の精神の垂れ流しを行ない、北に禁煙を始めようとするものあれば、行って辛い自分の禁煙体験を、さほど聞きたくもない相手の様相を無視して、一方的にせつせと説く。

みんなに『お前の禁煙は口ばっかりや。もう何回聞いたことか』などと罵声(ばせい)を浴びせられ、気に

今夜は最後の晩さんを、心ゆくまで味わうことにした。

ニコチンパッチを、腕にはりつけて『鬼に金棒』と、とてもうれしそう。



■6月3日(土) ◇レベル3
朝、起きぬけにニコチンパッチを肩部にはった。昨日上田先生に、大サイズのニコチンパッチを2週間分処方してもらった。その時測定した呼気に含まれる一酸化炭素濃度の測定結果はレベル36。これは、かなりのヘビースモーカーの値らしい。

午前中、知人にもらった小梅を漬けるために、一つ一つ丁寧に水洗いした。初夏の風物詩をながめながら満足した作業終了後、一服したい気持ちがいよいよ押し寄せてくる。

■6月4日(日) ◇レベル3
今日は息子のサッカー県大会。初戦の相手チームは、西牟婁代表の強豪。結果惜しくも敗退。この間、紀の川堤防で観戦しながら、口さみしさから、脇に生えてある雑草をほおばっていた。自分の前世は、ヘビースモーカーの主に飼われていた草食系動物だったのか?

もかけられず。そういう者に、わたしはなりたくない。

■7月16日(日) ◇レベル1
4月から禁煙に挑戦し始めて、失敗を繰り返して、3カ月経った。でも、6月からニコチンパッチの使用で、本当にスムーズに禁煙を始められたような気がする。(道草は多少ありましたが...)

上田先生が、よく言ってくれたことを思い出す。『気楽な気持ちで始めてください。禁煙中に仮に吸ってしまった場合でも、すぐリセットすることが大切です』

■7月21日(金) ◇レベル0
こうして、完全禁煙1カ月が経過した。よく言われている3日目と、3週間目のヤマ場を乗り越え、今度は3カ月のヤマに挑戦だ。今日の吸いたいレベルはゼロ。

「禁煙、なんくるないさあ」

■ 今回禁煙に取り組むために要した費用は、ニコチンガム(24粒入り)2箱で、4,200円、市販の徳用シユガーレス粒ガム3箱で、2,400円、禁煙外来診察料(ニコチンパッチ60枚含む)で11,810円。 ※禁煙外来は、4回分で、診療の途中です。 ■ そして、今回禁煙にチャレンジして得たものは、「たばこのない生活」で、もちろんプライストレス。

おわりに…

『和工』にタバコはいらない」を合言葉に、県立和歌山工業高校の教諭、奥田恭久さんは、生徒たちに禁煙を呼びかけるメッセージ「週刊 タバコの正体」に次のようなことを書いていますので紹介します。

時が流れ時代が変わると、知らず知らずのうちに身の回りの景色が変わってしまいます。10年前、学校には『ケータイ』はありませんでした。20年前、『インターネット』はありませんでした。30年前、『パソコン』なんて言葉もありませんでした。

逆に、30年前、『光化学スモッグ』という大気汚染がありました。10年前、学校には『焼却炉』がありました。5年前、職員室には『灰皿』がありました。

時代とともに便利なものが出現し、健康を害するものは姿を消しています。便利で新しいものを創り出す努力は、世の中から脚光をあび、いつも『表舞台』です。しかし、人々の健康を守るため、すでにあるものをなくす努力は、ややもすると世間の人からは忘れ去られがちな『縁の下の力持ち』です。

その時は『便利』で『快適』であっても、永遠にそうであるとはかぎりません。むしろ何十年か後に、そのことが人間や、地球に良くないことが分かることも少なくありません。そのとき、『やめとこ』とか『見直そか』という行動がとれる社会であってほしいと願っています。

幸い、現在はそんな『縁の下の力持ち』がいる世の中です。だから、光化学スモッグがなくなり、焼却炉から出るダイオキシンがなくなり、学校からタバコの副流煙がなくなりました。

10年後、いや20年後、ひよっとすると50年後かもしれませんが、人々の健康をむしろ『タバコ』はきつとなくなっていることでしょう。

そして、そのころには『禁煙』なんて言葉も消えていることでしょう。

奥田恭久



●禁煙用序曲●

挑戦編

■きっかけ

禁煙、禁煙と叫んでみてもなかなかきっかけがないと挑戦できないことも事実だ。

「やめようかなあと思うきっかけが必要ですよ。つまり、よいことがたくさんあることに気づくことが大切なんです。病気になるように予防できたり、周囲の人たちにも迷惑がかららないとか、お金が貯まるとか」と、那賀葉剤師会紀の川支部長の安藤千余子さんは言う。

禁煙をしたいのであれば、まず何のためにするのかなどの、具体的な目標や効果を見つけることが大切だ。

■依存度のチェック

禁煙を決意したらあとは行動。先にも記述したように、『たばこが吸いたくなる』のは、意志が弱いからではなく、これは、ニコチン依存症という病気だからだ。

ということ、あなたのニコチン依存度を自己診断してみよう。

下の表は、実際にニコチン依存症の治療をするために、病院などで使われている判定テストだ。『はい』が5つ以上だったら、あなたの脳は、ニコチンがないと、まともに働かなくなっている可能性が大きいということになる。

■どんな方法で禁煙？

さて、次のステップはどんな方法

くのたばこを吸っているかが分かる。そんなことを色々と考えて、禁煙方法を決める。

■開始後5日で楽になる

禁煙を始めて何日目に一番つらいと感じたかを調べた報告（出典「禁煙と健康に関する調査報告」林高春、1981年）を見ると、多くの人が2日目と3日目をあげている。そして5日を過ぎると、苦痛を訴える人はぐんと減少してくる。

こうしたことを知っておくと、自分が禁煙を開始したのち、つらさに見舞われても、5日経てばかなり楽になることがわかっていいるから、精神的に楽になる。

それでも長年、体や脳で覚えたたばこは、その後も幽霊のごとく現われ、時々誘惑の手を伸ばしてくる。せつかく頑張つて進めた禁煙も、『1本だけやったらええやろ』という気

■治療現場で使われている『ニコチン依存症テスト』 ～あなたのニコチン依存度を自己診断～

※『該当なし』は『いいえ』に含む 『はい』が5つ以上の人はニコチン依存症

1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまっていましたか？	はい	いいえ
2	禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか？	はい	いいえ
3	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくて、たまらなくなることがありましたか？	はい	いいえ
4	禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか？（イライラ・神経質・落ちつかない・集中しにくい・ゆううつ・頭痛・眠気・胃のむかつき・脈が遅い・手のふるえ・食欲又は体重増加）	はい	いいえ
5	そのような症状（問4でうかがった症状）を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか？	はい	いいえ
6	重い病気にかかったときに、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか？	はい	いいえ
7	タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっていても、吸うことがありましたか？	はい	いいえ
8	タバコのために自分に精神的問題が起きているとわかっていても、吸うことがありましたか？	はい	いいえ
9	自分はタバコに依存していると感じることがありましたか？	はい	いいえ
10	タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか？	はい	いいえ

で禁煙をするのかということだ。4ページで、池上先生が言っているように方法はいくつもある。

まず喫煙は、習慣になつていてわけたから、あまり意識せずに吸っていたはず。そこで自分の喫煙行動を注意深く観察してみよう。どんな時間帯に、どのような状況下でよくたばこを吸っているかなど、喫煙パタ

持ちから、すべてが崩れてしまうことがよくある。依存症というのはそういう病気だ。しかし恐れる事はない。その事を肝に銘じておけば対処できるからだ。

■気軽に奏でる禁煙序曲

先日、シンガーソングライターの忌野清志郎さん（55歳）が、喉頭（こうとう）がん治療のため入院した。喉頭がんは、肺がんと並んで喫煙歴と高い相関がある。日本では外国ほど多くないが、10年前と比較して徐々に増加してきているらしい。

忌野さんは自らのホームページ内で、「何事も人生経験と考え、治療に専念できればと思います」とのコメントを出し、「またいつか会いましょう。夢を忘れずに！」と復帰を誓っている。

忌野さんのファンには、中高年層の方もたくさんいる。『早く元気に

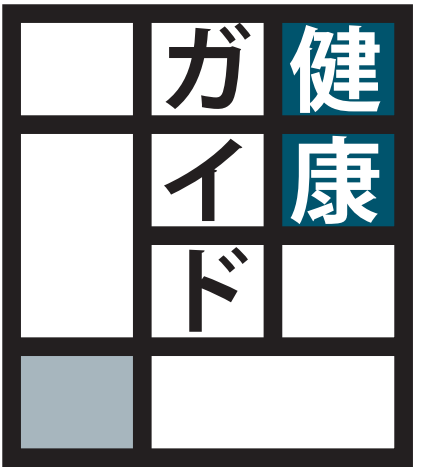
ンが分かり、禁煙を継続することにも大いに参考になる。たとえば、商談時、食後、お酒やコーヒーを飲んだ時などに、たばこをよく吸うなどのように。

また、1日に吸うたばこのうち、「本当においしいと感じるのは何本くらいあるのだろう？」と考える。すると、自分がいかに惰性で毎日多

なって、あのやさしいスローバラードを聞かせてほしい」と祈りを込め、禁煙を奏でるファンも、少なくないかもしれない。

今回、取材を通して最後に行き着いたこと…。たばこを吸いたいの病気があって、今はその治療方法があるということ。禁煙はそんなに高いハードルではないということだ。

「禁煙」、本当に挑戦してみたい。序曲の様な軽い気持ちで… ■



■9月の母子保健事業・予防接種の予定

※対象者には個別通知します。
 ※個別通知の日程で都合の悪い方は、個別通知に記載されている保健師ステーションにお問い合わせください。
 ※場所の記載がない健康行事は、各地域の保健(福祉)センターで開催します。

	打田	粉河	那賀	桃山	貴志川
内容	打田 保健福祉センター Tel.77・0896	粉河 保健センター Tel.73・8825	那賀 保健福祉センター Tel.75・3111	桃山 保健福祉センター Tel.66・3311	貴志川 保健福祉センター Tel.65・2525
4カ月児健康診査 H18年5月生	9月11日(月) 受付12:15~12:30	9月20日(水) 受付12:45~13:00	9月15日(金) 受付13:00~13:15	9月19日(火) 受付12:45~13:15	9月29日(金) 受付13:00~13:30
7カ月児健康診査 H18年2月生	9月11日(月) 受付12:00~12:20	9月20日(水) 受付13:00~13:15	9月15日(金) 受付12:45~13:00	9月19日(火) 受付12:45~13:15	9月27日(水) 受付13:00~13:30
10カ月児健康相談 H17年10月生	9月14日(木) 受付9:00~9:30	9月7日(木) 粉河保健センター 受付9:30~10:00		9月13日(水) 貴志川保健福祉センター 受付9:00~9:30	
1歳8カ月児健康診査 H16年12月生	9月7日(木) 受付13:00~13:30	9月28日(木) 那賀保健福祉センター 受付13:00~13:30		9月15日(金) 貴志川保健福祉センター 受付12:30~13:00	
2歳6カ月児健康相談 H16年2月生	9月7日(木) 受付9:00~9:30	9月21日(木) 那賀保健福祉センター 受付9:30~10:00		9月12日(火) 貴志川保健福祉センター 受付9:00~9:30	
3歳8カ月児健康診査 H14年12月生	9月14日(木) 受付13:00~13:30	9月7日(木) 粉河保健センター 受付13:00~13:30		9月21日(木) 貴志川保健福祉センター 受付12:30~13:00	
妊婦教室	9月11日(月) 粉河保健センター 受付13:30~13:45 対象(妊婦届出月)は、H18年5月~8月の方 ※詳しいことは11ページ参照			9月20日(水) 貴志川保健福祉センター 受付13:30~13:45 対象(妊婦届出月)はH18年5月~8月の方 ※詳しいことは11ページ参照	
予防接種	※ポリオ集団投与 9月21日(木) 受付13:00~13:45	9月27日(水) 受付13:00~13:30	那賀・桃山・貴志川エリアの方は 10月に、ポリオ集団投与があります		

※ポリオ集団投与の対象は、平成18年5月31日までに生まれ、7歳6か月未満でポリオを2回飲んでいない乳幼児

妊婦教室

妊娠から出産までの大切な時期を健康で過ごせるように過ごすべく、「妊婦教室」を開催します。同じ時期に出産する妊婦さんが集まり、友達を作るいい機会にもなりますので、ぜひご参加ください。

■妊婦教室の日程		
地区	打田・粉河・那賀	桃山・貴志川
対象(妊娠届出月)	平成18年5~8月	平成18年5~8月
1回目の開催日	9月11日(月)	9月20日(水)
2回目の開催日	10月24日(火)	10月18日(水)
実施場所	粉河保健センター 1階 会議室	貴志川保健福祉センター 1階 健診ルーム
受付時間	13時30分~45分	13時30分~45分

内容は、助産師からのお話「安心してむかえる妊娠・出産について」、母乳について」と「沐浴(もくよく)のさせ方について(実習)」を行います。2回目は、歯科衛生士からのお話「お母さんと赤ちゃんの歯について」と交流会(不安や疑問に感じていることをみんなで話し合いませんか)を行います。

※母子健康手帳を持参ください。事前申し込みは必要ありません。
 【問合せ】最寄りの保健師ステーションまで連絡ください。

プール熱(咽頭結膜熱)

■プール熱とは?

夏かぜの1つでアデノウイルスという微生物が、接触感染によって人

の体に寄生し、高熱やのどの痛み、また結膜炎といった症状を発します。夏にプールを介して感染し流行することが多いので「プール熱」と呼ばれます。感染から発症までの潜伏期間は、約5~6日といわれます。

■プール熱の症状は?

- ①高熱: 38~40度の高熱が4~7日間続きます。熱はなかなか下がらず、元気もなくなります。
- ②のどの痛み: のどが赤くはれ、4~5日間痛みます。せきが出て、扁桃腺炎(へんとうせんえん)を伴うことも多くなります。
- ③結膜炎: 目が赤く充血し、痛み、目やにが出て、目を開けているのがつらくなります。

このほかに頭痛、寒気、食欲不振、吐き気、下痢(げり)、鼻水などの一般的な風邪の症状がでることもあります。

■プール熱の治療法は?

特効薬はなく、症状をおさえる治療が中心です。熱やのどの痛みを抑える薬(解熱鎮痛剤)、目やにがひど

いときには目薬を使います。

■家庭で気をつけること

- ①涼しい部屋で寝かせ、氷枕などからだの熱を下げます。
- ②水分は十分に取らせるようにします。麦茶、イオン飲料など。

■プール熱の予防法は?

- ①流水と石けんによる手洗い、うがいをする。
- ②プールから上がった時は、シャワーを浴び、目をしっかりと洗い、うがいをする。
- ③タオル、食器、目薬など家族と共有しない。

■保育園や学校への登園登校について

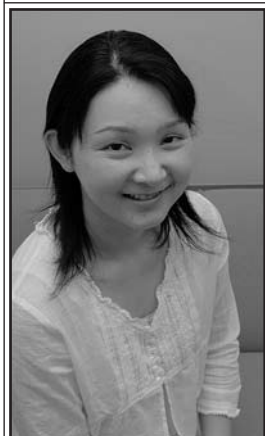
熱が下がり、のどの痛みもとれて食事も含めて普通の生活に戻ってからです。(学校伝染病に指定されていて「主な症状がなくなつてから2日間」過ぎたら、出席できることになっていきます。)

FOR HEALTHY LIFE

保健師からのお知らせです

■各保健(福祉)センターにある保健師ステーション
電話番号
 打田 Tel.77・0896
 粉河 Tel.73・8825
 那賀 Tel.75・3111
 桃山 Tel.66・3311
 貴志川 Tel.65・2525

◇さわやか保健師さん◇



木下有香さん(桃山)『地域のみなさんにとって、いつまでも身近な保健師でありたいです』

■各保健(福祉)センターにある保健師ステーション
.....電話番号

打田 Tel.77・0896
粉河 Tel.73・8825
那賀 Tel.75・3111
桃山 Tel.66・3311
貴志川 Tel.65・2525

◇旬の野菜◇
トマト

トマトはビタミンCを多く含みます。また、赤い色素のリコピンは1995年にがん予防の効果が指摘されて以来、注目を集めるようになりました。



■ 8月の歯科休日当番医

6日(日)	加山歯科	紀の川市西大井	Tel.77・5655	診療時間は午前10時～午後4時、受診の際は電話で確認ください。 電話が通じないときは、消防署(Tel.61・0119)へ。
13日(日)	はなはな歯科クリニック	岩出市清水	Tel.69・5511	
14日(月)	おち歯科	岩出市中島	Tel.61・7322	
15日(火)	井関歯科医院	岩出市清水	Tel.62・2223	
20日(日)	山本歯科矯正	紀の川市貴志川町北山	Tel.64・3014	
27日(日)	中西歯科医院	紀の川市打田	Tel.78・2233	

■ 7月～8月の献血日程

日程	場所	受付時間
8月14日(月)	打田保健福祉センター前	9:30～12:00/13:00～16:00
8月26日(土)	JA紀の里打田支所(JAふれあい祭り)	10:00～12:00/13:00～16:00
9月25日(月)	オー・エイ・ドラッグ打田店	9:30～12:00
9月25日(月)	オーストリート紀の川井阪店	13:30～16:00
8月19日(土)	JA紀の里粉河支所(JAふれあい祭り)	10:00～12:00/13:00～16:00
8月16日(水)	コメリホームセンター那賀店	10:00～12:00
8月16日(水)	那賀支所 玄関前	13:30～16:00
8月19日(土)	JA紀の里那賀支所撰果場(JAふれあい祭り)	10:00～12:00/13:00～16:00
9月14日(木)	桃山支所 玄関前	10:00～12:00/13:00～16:00
8月3日(木)	西貴志コミュニティセンター前	10:00～11:00
8月3日(木)	貴志川支所 玄関前	12:30～16:00
8月20日(日)	JA紀の里貴志川支所(JAふれあい祭り)	10:00～12:00/13:00～16:00

小学6年生の保護者の方へ
ジフテリア・破傷風二種混合予防接種はお済みですか？

5月下旬に通知しました上記予防接種の期限は、8月31日までとなっています。まだお済でない方は、予防接種協力医療機関に予約の上、母子健康手帳と送付しました予診票を持参し接種を受けてください。また転入された方等で予診票をお持ちでない方は、各保健(福祉)センターへご連絡ください。

■平成18年度各種検診予定表

※申込者には受診票を送付します。
※受診を希望される方で、受診票をお持ちでない方は、最寄りの保健師ステーションまでご連絡ください。
※今年度の集団検診は下記日程で終了となります。

問合せ先の保健師ステーション	打田	粉河	那賀	桃山	貴志川
検診内容	打田保健福祉センター Tel.77・0896	粉河保健センター Tel.73・8825	那賀保健福祉センター Tel.75・3111	桃山保健福祉センター Tel.66・3311	貴志川保健福祉センター Tel.65・2525
基本健康診査	■打田保健福祉センター	■粉河保健センター	■那賀保健福祉センター	■ふれあいコミュニティセンター	■丸栖コミュニティセンター
20歳以上	11月8日(水) 11月9日(木) 11月10日(金) 11月15日(水) 11月16日(木) 11月17日(金)	8月9日(水) 8月10日(木) 8月14日(月) 8月15日(火) 9月25日(月) 9月26日(火) 10月2日(月) 10月3日(火) 10月16日(月) 10月17日(火) 10月30日(月) 10月31日(火)	8月21日(月) 8月22日(火) 8月28日(月) 8月29日(火) 10月4日(水) 10月5日(木) 10月13日(金)	8月18日(金)	9月1日(金) 9月4日(月)
胃がん検診	40歳以上	【受付時間】 9:00～10:00	■那賀総合センター	■桃山保健福祉センター	■西貴志コミュニティセンター
胸部検診	40歳以上	【受付時間】 8:30～10:30	10月18日(水) 10月19日(木)	9月14日(木) 9月15日(金)	9月5日(火) 9月6日(水) 9月7日(木) 9月8日(金)
大腸がん検診	40歳以上	■打田保健福祉センター	■那賀保健福祉センター	■元区民会館	■貴志川保健福祉センター
乳がん検診	30歳以上の女性	9月19日(火) 9月20日(水) 10月20日(金) 10月23日(月) 10月24日(火) 【受付時間】 9:00～10:00 13:00～14:00	11月1日(水) 11月2日(木)	9月21日(木) 9月22日(金)	10月10日(火) 10月11日(水) 10月12日(木)
集団検診			【受付時間】 8:30～10:30	■桃山保健福祉センター	■東貴志コミュニティセンター
				9月27日(水) 9月28日(木) 9月29日(金)	10月26日(木) 10月27日(金)
				【受付時間】 8:00～11:00	【受付時間】 8:00～10:30

保健師ステーションからのお知らせ
9月の予定

粉河保健センター

●健康エクササイズ教室
9月22日(金) 9:30～11:30(9:15～受付) / 市実施の基本健康診査の結果で、運動が必要と指導された40～64歳までの方を対象に、健康運動指導士によるストレッチ運動やステップ運動を行います
※9月15日(金)までに、粉河保健センターへ申し込みください

●健康ウォーキング
9月5日(火) 9:30～9:45受付 / ウォーキングや体操を希望する方を対象に行います

●すくすく相談
9月6日(水) 10:00～11:00 / 0歳児の保護者を対象に、体重測定などを行います

那賀保健福祉センター

貴志川保健福祉センター

●健康相談
9月7日(木) 9:30～11:00 / 乳幼児の育児相談・計測や、成人の血圧測定など

●フリー開放デイ
9月8日(金)・26日(火) 9:30～16:30 / 乳幼児とその保護者を対象に、桃山保健福祉センター2階保健指導室を開放します

●赤ちゃん広場
9月7日(木) 10:00～11:00 / 0歳児とその保護者を対象に、乳幼児の健康相談、保護者同士の交流や親子のふれあい遊びの紹介をします

桃山保健福祉センター

麻しん・風しんの
予防接種の制度が変わりました

■おわび

第2期麻しん風しん混合(MR)ワクチン予防接種の対象者で、平成12年4月2日生まれから平成12年9月30日生まれまでの方への案内に同封しています、麻しん風しん混合(MR)ワクチン予防接種予診票(右上部分)には、『下の太線の枠内に記入し、予防接種無料券・母子健康手帳と一緒にご持参ください。』とありますが、予防接種無料券は、必要ありませんので訂正いたします。

■平成18年3月までに、麻しん、風しんの単独予防接種を受けた人も、第2期として、麻しん風しん混合(MR)ワクチンを接種できるようにしました。

■麻しん風しん混合(MR)ワクチン接種方法
対象者・回数：下欄の表のとおり
接種費用：無料
実施場所：紀の川市・岩出市個別予防接種協力医療機関(予約必要)
注意：1期対象者で、麻しん風しん混合(MR)ワクチンの予診票や無料接種券をお持ちでない方は、各保健師ステーションにお越しください。

■麻しん、風しんの単独予防接種も定期の予防接種として受けることができるようになります。

注意：1期・2期ともに単独ワクチン接種となる方は、それぞれの予診票が必要になります。各保健師ステーションに、母子健康手帳を持参のうえお越しください。

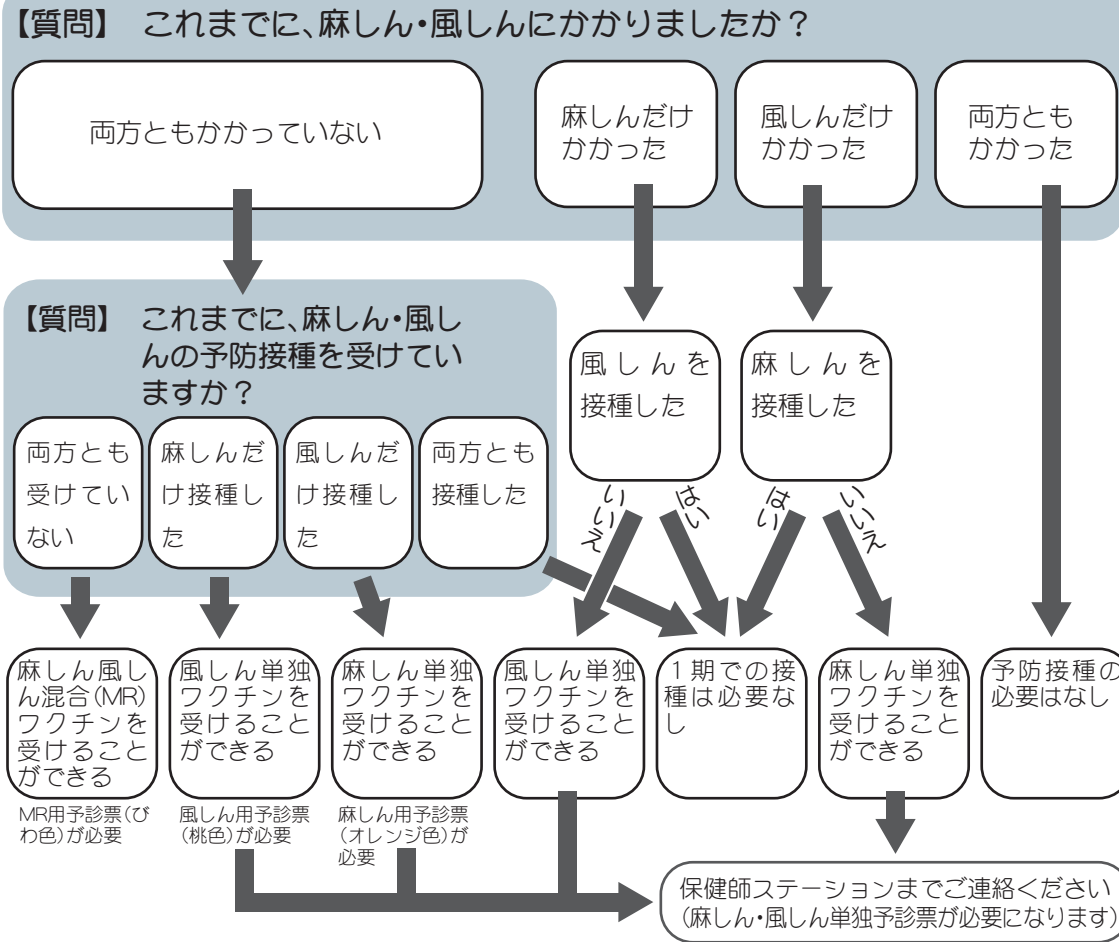
※法定外接種について
2歳から年中児相当までの幼児で、やむをえない理由で麻しん、風しんの予防接種が完了していない、なおかつ、麻しんや風しんにかかっている場合、予防接種法に基づかない予防接種となりますが公費での接種が受けられます。(申請が必要です)麻しん風しん混合(MR)ワクチン、麻しん・風しん単独ワクチンの接種を希望される方は、保健師ステーションに申請してください。接種期日は、平成19年3月下旬です。



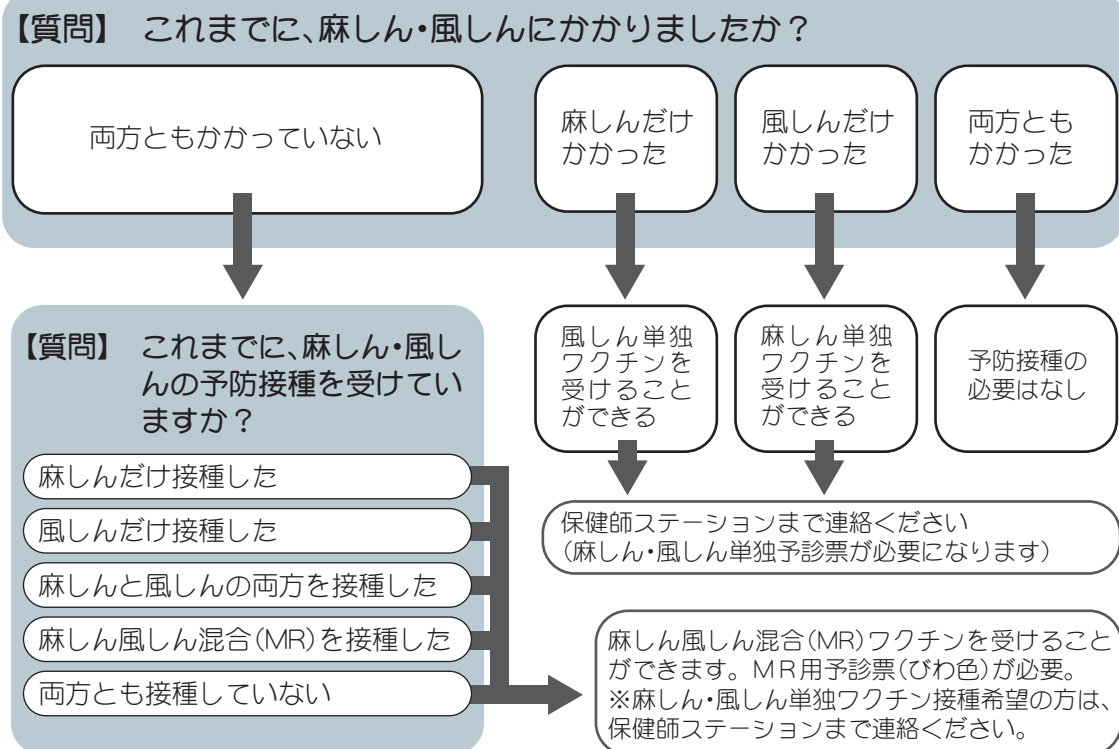
【問合せ】各保健師ステーション

■麻しん・風しん予防接種の受け方■

■第1期 1歳～2歳未満の人



■第2期 5歳～7歳未満で小学校に就学する前年度中(年長児に相当)



■麻しん風しん混合(MR)ワクチンの接種対象者と回数

	接種対象者	回数	備考
第1期	生後12カ月から24カ月未満	1回	麻しん、風しんのいずれか接種済み、もしくはいずれかにかかった方は他方の単独ワクチン接種となります。(麻しん、風しんともに接種済みの場合は、接種の必要はありません)いずれか一方接種済みの方には個別通知をしました。
第2期	5歳以上7歳未満で小学校に入学する前年度(年長児相当)	1回	対象者全員に次のように個別通知をします。 ・平成12年4月2日～9月30日生れの方は7月上旬 ・平成12年10月1日～13年4月1日生れの方は9月上旬 麻しん、風しんのいずれかにかかった方は、他方の単独ワクチン接種となります。

保健師からのお知らせです

各保健(福祉)センターにある保健師ステーション
……………電話番号
打田 Tel.77・0896
粉河 Tel.73・8825
那賀 Tel.75・3111
桃山 Tel.66・3311
貴志川 Tel.65・2525

旬の野菜 オクラ

刻んだ時にめめめした粘り気が出ます。この粘り気の正体は、ペクチン、アラビン、ガラクトンという食物繊維で、コレステロールを減らす効果があります。





フー、フー！

7月30日に行われる消防ポンプ操法大会に向けて、週3回の練習に励んでいました。

左：那賀消防団(全5団)の代表10人からなる選抜チームの練習風景
右：貴志川消防団第2分団・第4分団から選出された代表11名の練習風景

II 70歳以上の高齢者の自己負担限度額の見直し(平成18年10月～)

- 現役並み所得者(市民税の課税所得額が145万円以上の方)は、70歳未満の一般の方の自己負担限度額を適用しているため、その限度額の見直しに伴い引き上がります。
- 一般の方は、70歳未満の一般の方の多数該当の自己負担限度額を適用しており、その限度額の見直しに伴い引き上がります。外来は据え置きとなります。
- 低所得者の自己負担限度額については、据え置きとなります。

1カ月に何度も通院したり、入院して、自己負担した医療費が、ある一定の額を超えたとき、申請するとその超えた額を支給します。自己負担限度額とはその一定の額のことをいいます。

自己負担限度額

	【9月末まで】		【10月から】	
	外来	外来+入院	外来	外来+入院
現役並み所得者 (市民税の課税所得額 が145万円以上の方)	40,200円	72,300円 + [医療費 - 361,500円] × 1% *1	44,400円	80,100円 + [医療費 - 267,000円] × 1% *2
		(40,200円) ※		(44,400円) ※
一般	12,000円	40,200円	12,000円	44,400円
低所得者II	8,000円	24,600円	8,000円	24,600円
低所得者I	8,000円	15,000円	8,000円	15,000円

*1：医療費が361,500円を超えたとき下線部を適用
*2：医療費が267,000円を超えたとき下線部を適用
※：()内は多数該当＝過去12カ月間にその世帯で自己負担限度額を超えた支給が4回以上あった場合、4回目以降の限度額

III 70歳未満の自己負担限度額の見直し(平成18年10月～)

自己負担限度額

	【9月末まで】		【10月から】	
	課税所得額	課税所得額	課税所得額	課税所得額
上位所得者 *1	139,800円 + [医療費 - 466,000円] × 1% (77,700円) ※	150,000円 + [医療費 - 500,000円] × 1% (83,400円) ※	150,000円 + [医療費 - 500,000円] × 1% (83,400円) ※	150,000円 + [医療費 - 500,000円] × 1% (83,400円) ※
一般	72,300円 + [医療費 - 241,000円] × 1% (40,200円) ※	80,100円 + [医療費 - 267,000円] × 1% (44,400円) ※	80,100円 + [医療費 - 267,000円] × 1% (44,400円) ※	80,100円 + [医療費 - 267,000円] × 1% (44,400円) ※
低所得者 (住民税非課税)	35,400円 (24,600円) ※	35,400円 (24,600円) ※	35,400円 (24,600円) ※	35,400円 (24,600円) ※

*1：国民健康保険の場合、上位所得者の判定基準は9月末まで年間所得額670万円以上、10月から600万円以上
*2：医療費が466,000円を超えたとき下線部を適用
*3：医療費が500,000円を超えたとき下線部を適用
*4：医療費が241,000円を超えたとき下線部を適用
*5：医療費が267,000円を超えたとき下線部を適用
※：()内は多数該当＝過去12カ月間にその世帯で自己負担限度額を超えた支給が4回以上あった場合、4回目以降の限度額

【問合せ】国保年金課 (TEL 77・25
11 旧打田町役場)

今回の改正では、病院に行ったときに支払うお金の負担割合と、自己負担限度額が変わります。現在、医療保険を使って病院・医院に行った場合、70歳以上の高齢者の個人負担は1割ですが、現役並み所得者(市民税の課税所得額が145万円以上の方)は2割です。現役並み所得者は10月から3割負担することになります。負担割合が8月から変わる老人医療受給者の方には、7月中にお知らせしています。



●医療保険の制度改正

I 70歳以上の高齢者の負担割合の見直し(平成18年8月～)

	医療費の自己負担割合		自己負担限度額の 取り扱い(次ページ)
	【9月末まで】	【10月から】	
現役並み所得者 (市民税の課税所得額が145万円以上の方)	市民税の課税所得額213万円以上 複数世帯の場合は収入額621万円以上 単身世帯の場合は収入額484万円以上	2割	3割
	市民税の課税所得額213万円以上 複数世帯の場合は収入額520万円～621万円未満 単身世帯の場合は収入額383万円～484万円未満	2割	3割
	市民税の課税所得額145万円～213万円未満	2割	3割
市民税の課税所得額145万円以上 複数世帯の場合は収入額520万円未満 単身世帯の場合は収入額383万円未満	申請すると1割(一般)になります	申請すると1割(一般)になります	申請すると、「一般」と同じ扱いになります
一般(課税所得額145万円未満)	1割	1割	「一般」と同じ扱いになります
低所得者II(世帯主および世帯員全員が住民税非課税)	1割	1割	「一般」と同じ扱いになります
低所得者I(住民税が非課税の世帯で所得が0円の方＝年金受給額80万円以下)	1割	1割	「一般」と同じ扱いになります

複数世帯とは・・・70歳以上の高齢者が2人以上いる世帯をいい、この場合収入額は高齢者の収入を合計した額をいいます。
単身世帯とは・・・70歳以上の高齢者が1人の世帯で、この場合、収入額は本人の収入額をいいます。

10月から粗大ごみの戸別収集を開始します

戸別収集による粗大ごみの出し方 粗大ごみは直接市センターへ持ち込むこともできます。
(前ページ参照)

- 粗大ごみ収集依頼専用ダイヤルに電話で申し込みます。申込みは、収集希望日の1週間前までにお願いします。
紀の川市粗大ごみ戸別収集依頼専用ダイヤル Tel77・0857
- 受付時間
平日(月曜日～金曜日)の午前9時～午後4時
※ただし、12月29日から1月3日までは除く。
- 収集の予約をします。一度に依頼できるごみの量は5点までです。住所、氏名、電話番号、ごみの種類、個数、出す場所、収集希望日をおたずねします。
収集希望日は下の『戸別収集日程』をご覧の上、お決めください。
- 収集日、出す場所を決定し、受付番号をお伝えします。
- 粗大ごみシールを購入します。廃棄物対策課または各支所地域保険福祉課で販売しています。一枚300円(粗大ごみ収集運搬処理手数料)です。郵送でも受け付けています。(詳しい方法は問い合わせください)
- 粗大ごみシールに受付番号を記入します。必ず受付番号を記入してください。
- 粗大ごみシールを粗大ごみにはり付け、指定の収集日に、指定の粗大ごみを出します。時間は午前9時までにお出してください。収集時間のお約束はできません。また、立会いの必要はありません。

シールのない粗大ごみ、受付番号の記入のない粗大ごみ、申し込みのない粗大ごみについては収集できません。

出すことのできない粗大ごみ

- テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機の再生廃家電→家電リサイクル法対象
- ガスボンベ・消火器等の爆発性のあるもの→購入先または製造元
- 薬品・ペンキ・油類等の有毒性のあるもの→購入先または製造元
- 事業活動に伴う粗大ごみ→自己搬入で紀の川市一般廃棄物処理施設(市センター)
※ただし、産業廃棄物は搬入できません。
- 超大型のもの又は重量のあるもの(例えば、一辺の長さが2.5m以上のもの、重さが100kg以上のもの)

戸別収集日程 10月2日～6日は準備期間のため収集はありません。年末年始は、今回12月23日～1月7日の間収集はありません。

戸別収集は、収集の効率を図るため対象地区を指定して行います。対象地区外の収集はできませんので、ご了承ください。

収集可能日(平成18年)	対象地区	収集可能日(平成19年)	対象地区
10月9日～10月13日	打田地区	1月8日～1月12日	粉河地区
10月16日～10月20日	粉河地区	1月15日～1月19日	那賀地区
10月23日～10月27日	那賀地区	1月22日～1月26日	桃山地区
10月30日～11月3日	桃山地区	1月29日～2月2日	貴志川地区
11月6日～11月10日	貴志川地区	2月5日～2月9日	打田地区
11月13日～11月17日	打田地区	2月12日～2月16日	粉河地区
11月20日～11月24日	粉河地区	2月19日～2月23日	那賀地区
11月27日～12月1日	那賀地区	2月26日～3月2日	桃山地区
12月4日～12月8日	桃山地区	3月5日～3月9日	貴志川地区
12月11日～12月15日	貴志川地区	3月12日～3月16日	打田地区
12月18日～12月22日	打田地区	3月19日～3月23日	粉河地区
		3月26日～3月30日	那賀地区

【問合せ】廃棄物対策課(Tel77・2511 Fax77・0914 旧打田町役場 北別館)

旧町のごみ袋を交換します

市民の方で、旧町の指定ごみ袋をお持ちの方は、冊単位で紀の川市指定ごみ袋と交換します。各支所地域保険福祉課又は、本庁廃棄物対策課までご持参ください。
なお、10月1日からは、ごみは紀の川市指定ごみ袋で出させていただきますようお願いいたします。

【問合せ】市各センターの電話番号

打田美化センター	Tel77・4804
粉河クリーンセンター	Tel73・5705
那賀アメニティセンター	Tel75・4001
貴志川クリーンセンター	Tel67・0022
貴志川クリーンセンター	不燃物処理場
	Tel64・6017

収集に出すことのできない大型ごみや、一時的に多量に発生したごみなどは、紀の川市一般廃棄物処理施設(市センター)へ持ち込むことができます。
(有料。市の指定袋に入っているものは無料)

ごみの持ち込みは、平日の午前9時から午後4時まで(休日は持ち込むことができません)
詳しくは市各センターまで問い合わせください。

ごみの処理施設への持ち込み

8月粗大ごみの収集日程は、下のとおりです。この収集は臨時的に行うもので、10月以降の粗大ごみの収集方法は次ページのようになります。
家電リサイクル法の対象品や産業廃棄物などは出すことはできません。広報紀の川7月号に記載の注意事項をよく読んでから、搬入してください。

8月の粗大ごみの収集

8月1日から全市統一したごみの分別・収集をスタートします。小冊子「ごみの出し方 ルールとマナー」も配布していますが、要請をして頂ければ町内会・各種団体等へ、ごみの分別方法などの説明に伺います。ごみの減量と分別に理解と協力をお願いします。

10月からごみの分別・収集方法を統一

8月の収集日程

地区	日程	場所
那賀地区対象	8月12日(土)	①紀の川市役所那賀支所南側駐車場 ②那賀総合センター駐車場(名手川横) ③JA紀の里名手下集荷場の駐車場 ④青洲の里駐車場(墓碑南側) ⑤JA紀の里麻生津集荷場
	8月19日(土)	⑥紀の川市役所那賀支所南側駐車場 ⑦那賀総合センター駐車場(名手川横) ⑧JA紀の里名手下集荷場の駐車場 ⑨青洲の里駐車場(墓碑南側) ⑩JA紀の里麻生津集荷場

持込可能時間はいずれも午前7時から午後2時までです。(時間厳守)

那賀地区以外にお住まいの市民の皆様へ

今月は那賀地区が対象になっていますが、お住まいの地区の収集日に、やむを得ず粗大ごみを出すことができない方やできなかった方は、搬入することができます。
※ごみの量によって、搬入場所の変更をお願いする場合があります。
※場所の詳細については、那賀支所地域保険福祉課(Tel75・3111)まで問い合わせください。
※打田地区、粉河地区、貴志川地区は、実施済みです。

桃山地区は9月9日(土)・9月16日(土)に実施します。



■生涯学習メンタル設立総会 7/1

「メンタル」とはフランス語で「すばらしい指導者」の意味です。市民の自主的な学習活動のリーダーとして、紀の川市生涯学習メンタルが設立されました。

今後、市民主導の生涯学習の要請に応え、生活に根ざした学習活動や地域づくりのため、「メンタルスクール」を企画・運営したり、ある時は指導者、またある時は学び手となって、研修や講演会に積極的に参加していきます。



■何を祈っているのかな？

市内切畑にあるお地蔵様です。隣には、一生懸命おがんでいる犬が！？地元切畑で一番の年長者山中義造さん(92歳)に尋ねてみました。

「あの地蔵さんは、私ガ子どものころからありました。そこには、かつて水車があって、みんなそこで米をついたんです。でも、その犬の置物のことは知りませんでした」そのお地蔵様は、大回りの地蔵といい、地域の守り神として、地元で大切にされています。



■和の音色にうっとり 7/9

琴貴美会が2年前から行っている演奏会「夕すげの調べ」。今年は、紀の川国際交流会のメンバーも参加し、和の音楽を楽しみました。

ジンベイというアフリカの太鼓や歌などを披露したSean Casey(シヨーン・ケイシー)さんは、「いつもは和歌山駅前などで演奏しています。室内でやるのは初めてで緊張しました。琴のサウンドは日本の伝統を体感でき大好きです。私も和太鼓や三味線の練習をしています」



■いちご電車、いよいよ！

和歌山電鐵(株)貴志川線の「いちご電車」は、出発に向けて着々と工事が進められています。内装の完成イメージはこんな感じ。トレードマークのいちご満載の「乗って楽しい」の登場はいよいよです。



■雨をふっとばせ！ 調月大歳神社祇園まつり 7/8

境内の特設ステージで行われたコンサート。トップバッターのROSEBUD(ローズバッド)は女性6人で編成するポップバンドです。メンバーの反保一美さん(16歳)と宗家成美さん(16歳)さんは、「元気な女の子バンドです。よろしく。」と意気込んでステージに向かいました。開始早々、どしゃ降りの雨が降ってきましたが、雨を吹き飛ばすほど、元気いっぱい演奏に会場は盛り上がり、コンサートの後半には本当に雨が上がりました。

ROSEBUDのあと、粉河高校吹奏楽部(通称KLB)のOBバンドや、東京で活躍するアーティストの川村幹典さん、古我地(こがち)さんが登場し、祭はますます盛り上がりしました。



FROM ONE SEED

一粒の種から、という意味で、今回の調月大歳神社祇園まつりのテーマです。

この祭を通して、若者や子どもたちに地域を大切にする気持ちを伝えたいと、祭実行委員会スタッフの山下廣晃さんは語ります。コンサートだけでなく、地域の人たちがたくさんの模擬店を出店し、祭を盛り立てました。

■戦争と平和に関する本※図書名/著者名/出版社名/蔵書図書館名

今から61年前、多くの人々が犠牲となった第二次世界大戦が、昭和20年8月15日に終わりました。8月には終戦記念日のほか、広島および長崎の原爆記念日があります。ここでは、戦争や平和に関する本を紹介します。

- 戦争しか知らない子どもたち/山本芳幸/幻冬舎/那賀・貴志川
- 平和の種をまく/大塚敦子/岩崎書店/貴志川
- はらっぱ/西村繁男/童心社/桃山・打田
- 絵で読む 広島原爆/那須正幹/福音館書店/打田・桃山・貴志川
- 戦火のなかの子どもたち/岩崎ひろ/岩崎書店/粉河・打田

■夏休みに関する本

学生のみならず、夏休みはいかがお過ごしですか？ 夏休みに関する様々なテーマの本を紹介します。夏休みは長いようで短いものです。大切にお過ごしください。

- おばけとしゃかん/デイヴィット・メリング/評論社/那賀・桃山
- 世界でたった一冊の絵本づくり こども編/高橋宏幸/日貿出版社/粉河・桃山
- 親子で楽しむ科学と手作りおもちゃ カッチャくんとおそぼ//パッチワーク通信社/貴志川
- 読むことは生きること 読書感想文の書き方 中学生向き/紺野順子/ポプラ社/桃山
- 日本列島花火紀行/冨木一馬/山と溪谷社/打田・桃山・貴志川



■『はらっぱ』
西村繁男・画 神戸光男・構成文
/童心社
(打田・桃山図書館)

町のかたすみにぼっかりあいた小さなはらっぱ。そこだけ、はるかむかしの土のにおいがする…。戦争、戦後、そして今、「はらっぱ」を通じて、ある町の60年間のうつりかわりを描く。京からやってくる孫たちに、自分が体験した遊びを体験させたいと心待ちにしているばあちゃんの様子が伝わってくる本。



■『日本列島花火紀行』
冨木一馬/山と溪谷社
(打田・桃山・貴志川図書館)

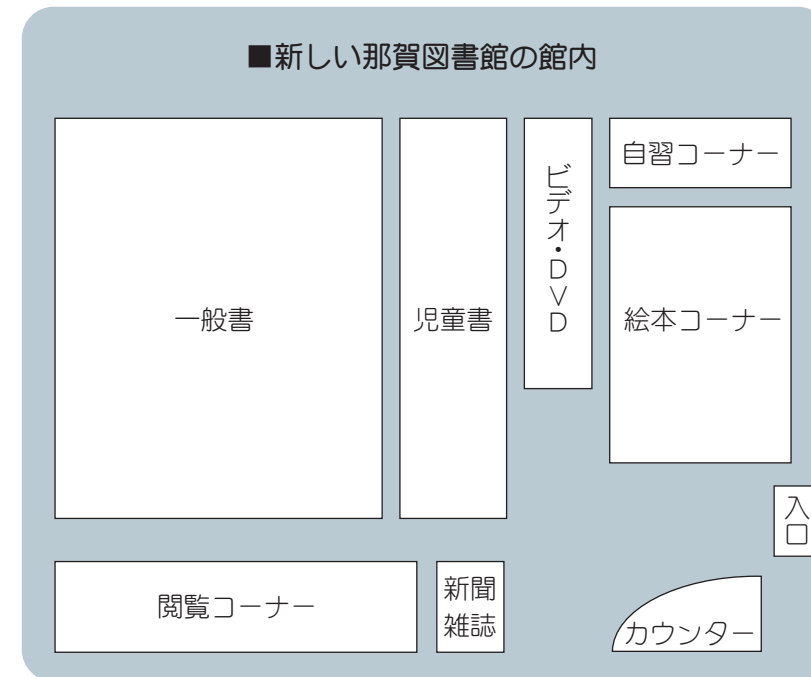
2001年4月のデータをもとに、日本全国で行われる花火大会をピックアップ。比較的大規模なものにはカラー写真や周辺地図など詳しい情報を記載、花火の歴史や特徴のある花火もいくつか紹介する。

○●○那賀図書館が新装オープン○●○

那賀図書館（那賀支所北別館内）が、8月上旬に再オープンします。

閉館時に8月2日再オープンと那賀図書館に掲示していましたが、図書の配架のためもう少しお待ち下さい。開館日程が決まり次第、那賀図書館に掲示させていただきます。

新しい図書館には、親子でゆっくりと絵本を読んでいただく絵本コーナーや、自由に読書を楽しんでいただく閲覧コーナーを設けています。また、本を探しやすいように書棚に作家名などの見出しもつけています。



市立図書館蔵書点検と図書館システム統合による 臨時休館のお知らせ

市立の各図書館の蔵書点検と、また一層便利にするための図書館システム統合作業のため、下記のとおり各図書館を順次休館させていただきます。

粉河図書館、那賀図書館、桃山図書館、貴志川図書館については、開館後、新しい利用券が必要となります。本人であることが確認できるもの(運転免許証、社員証、保険証など)をお持ち下さい。ご迷惑をおかけしますが、ご協力お願いします。

- 粉河図書館の休館日…… 9月 4日(月)～ 9月19日(火)
 - 打田図書館の休館日…… 9月25日(月)～10月10日(火)
 - 桃山図書館の休館日……10月16日(月)～10月31日(火)
 - 貴志川図書館の休館日……11月 6日(月)～11月21日(火)
 - 那賀図書館の休館日……11月20日(月)～12月 5日(火)
- *返却については、各図書館に掲示させていただきます。

■打田図書館
紀の川市西大井363
打田生涯学習センター内
Tel78・2010
Fax77・2799

■粉河図書館
紀の川市粉河580
粉河ふるさとセンター内
Tel73・3312
Fax73・8353

■那賀図書館
紀の川市名手市場146-4
那賀支所北別館内
Tel75・3111
Fax75・3117

■桃山図書館
紀の川市桃山町元376
IT親子ホール内
Tel66・9678
Fax66・9346

■貴志川図書館
紀の川市貴志川町長原447-1
貴志川生涯学習センター内
Tel64・4614
Fax64・9750

8月の図書館カレンダー

●の日は休館です

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

■粉河図書館

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

■桃山図書館

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

●としよかん情報

■貴志川図書館の『夕涼み図書館』
貴志川図書館では、夏休み期間中の毎週土曜日(8月5日・12日・19日・26日)を、午後7時30分まで延長して開館します。

8月の図書館行事予定

- 打田図書館
・おはなしのくに
8月13日(日)
AM10:30～
- 貴志川図書館
・おはなしのへや
8月6日(日)
AM10:00～
- 桃山図書館
・こどもみらい号
8月19日(土)
PM2:00～
- ・赤ちゃんみらい号
8月22日(火)
AM9:45～

都合で日時等が変更になる場合があります。

子育て

子育て支援センターも利用ください

月曜日から金曜日の午前9時30分から11時30分まで、午後1時30分から4時まで、子育て支援センターを開放しています。お母さんのおしゃべりの場として、子どもたちの遊び場として、紀の川市民どなたでも利用できます。子育て支援センターは、市役所桃山支所(旧桃山町役場)の東向かい、安楽川保育所内にあります。

- 機会を提供する場として第2回紀の川市「家庭教育セミナー」を開催します。
- とき：8月31日(木)午後1時30分～午後3時(終了後30分の質疑時間を設けます)
- ところ：那賀総合センター 大会議室
- 内容：『子どもの心は絵』



7月12日うさぎ組

家庭教育セミナー

家庭教育について考える機会を提供する場として第2回紀の川市「家庭教育セミナー」を開催します。

■ 対象：5歳ぐらまでの子をもつ親を対象とした内容ですが、興味のある方はどなたでも申込みできます。

■ 申込期間：8月10日(木)～25日(金) 午前9時～午後5時(土・日は除く)

■ 定員：50名(先着順、定員になり次第締め切ります)

■ 託児：託児サービス有り(定員があり先着順です)

■ 主催：紀の川市地域ふれあいネットワーク実行委員



第1回 紀の川市家庭教育セミナー



6月29日つくしんぼくらぶ

保育所で子育て支援活動おひさま

在宅で子育てされているお母さん、お父さん方の交流や育児相談、情報交換などの場を提供し、支援します。

■ 対象者：市内に在住する

- 【問合せ】各市立保育所
- 中貴志保育所 Tel 64・2843
- 西貴志保育所 Tel 64・6563
- 東貴志保育所 Tel 64・5007
- 丸栖保育所 Tel 64・6198

在宅乳幼児(0歳～5歳とその保護者)

■ 申込み日：9月1日～5日の間、電話で受付(午前9時～午後5時)(土・日は除く)

■ 実施日：9月27日(水) 午前10時～11時30分

■ 場所：各市立保育所(貴志川地区)

■ 持ち物：上靴、お茶など

■ 参加費：無料

■ その他：傷害保険は事務局側でお子さんのみ団体加入します。動きやすい服装で参加して下さい。

【申込み・問合せ】電話で貴志川支所庁舎内 生涯学習課(Tel.64・9163)へ申込みください。申し込みの際に参加者の氏名・住所・電話番号・託児を希望される場合は、希望される子どもの氏名・年齢・性別を伺います。

6月28日おひさま



みんなでワイワイ 育児教室

子育て支援課では、紀の川市内の各地域において育児教室を開催しています。

親子のふれあい遊びで楽しく過ごし、お母さんどうしのおしゃべりや情報交換をして、悩みや不安を解消しましょう。

保育士が教室のお手伝いをします。悩んでいることを

があれば一人で抱え込まないで気軽にスタッフに声をかけてください。

申し込みは不要です。当日会場へ直接お越しください。

【問合せ】子育て支援課(Tel.75・3111) / 各保健福祉センター(連絡先は9ページ参照) / 子育て支援センター(Tel.66・0404)

●子育てに関する、いろいろな催し

0歳児の9月の予定

打田地区は、社会福祉協議会の子育てサポート「ちゃお」を利用ください。「ちゃお」親子ルームは、毎月第2金曜日の午前9時30分～11時30分に開催。予約不要。問い合わせは、社会福祉協議会打田支所(Tel.77・0859)まで。

粉河・那賀地区は、11月21日(火)から合同で開催します。

桃山地区は、赤ちゃん広場を利用ください。(13ページ参照)

貴志川地区は、平成17年4月～9月生まれのお子さんの教室は8月で終了です。9月・10月の育児教室はありません。11月22日(水)から平成17年10月～平成18年3月生まれのお子さんを対象に開始します。

1歳児の9月の予定

対象地区	打田・粉河・那賀(つくしんぼくらぶ)	桃山(ひよこ組)
開催日	9月5日(火)	
時間	午前9時15分～11時30分(受付は午前9時15分～30分)	
場所	粉河多目的運動場 *雨天時粉河体育館	桃山保健福祉センター
対象児	平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ	
内容	散歩・虫取り	水遊び(プール) *雨天の場合は製作
持ち物	虫取り網・虫かご(持っている方)・着替え・帽子・お茶 (親子とも動きやすい服装)	子どもの水着・バスタオル・着替え・帽子・お茶 *雨天の場合は、ハサミ・ノリ・マーカー(8色水性)・セロテープ (親子とも動きやすい服装)

2歳児の9月の予定

対象地区	打田・粉河・那賀(たんぼくらぶ)	桃山(うさぎ組)
開催日	9月14日(木)	9月6日(水)
時間	午前9時15分～11時30分(受付は午前9時15分～30分)	
場所	粉河多目的運動場 *雨天時粉河体育館	桃山保健福祉センター
対象児	平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ	
内容	散歩・虫取り	水遊び(プール) *雨天の場合は製作
持ち物	虫取り網・虫かご(持っている方)・着替え・帽子・お茶 (親子とも動きやすい服装)	子どもの水着・バスタオル・着替え・帽子・お茶 *雨天の場合は、ハサミ・ノリ・マーカー(8色水性)・セロテープ (親子とも動きやすい服装)

貴志川地区の1歳児、2歳児の方は、貴志川の市立保育所で実施される子育て支援事業「おひさま」を利用ください。(25ページ参照)

●夏休み中の行事

紀伊国分寺歴史体験教室

古代のアークセサリー、勾玉(まがたま)を作る
 勾玉とは、今から1800年前の古墳時代に、王様たちが大事にしていた宝石の首かざりで、ふしぎな力を持っているとされます。今回の歴史体験教室では、滑石(かっせき)というやわらかい石を、けずったりみがいたりして、自分で作りながら、楽しく歴史の勉強を試してみよう。

- とき…8月23日(水) 午後1時30分～4時
- ところ…歴史民俗資料館(東国分671 Tel.77・0090 紀伊国分寺跡歴史公園の南となり)
- 対象…市内小学校3～6年生(保護者歓迎)
- 定員…30人※定員になり次第締切り
- 費用…300円(材料・資料代)当日受付にて集金
- 用意するもの…水筒・タオル

オル・筆記具、作業のできる服装
 ■申込み期間…8月7日(月)～8月16日(水)午前9時～午後5時(土・日は除く)
 【申込み・問合せ】貴志川支所庁舎内 生涯学習課(Tel.64・9163)

伝統文化 こども作法教室

財団法人伝統文化国民協会からの委託を受けて実施します。和洋室での立ち居振る舞いやあいさつの仕方、食事の作法といった日本のよい生活文化を実習しながら学びます。
 難しい作法ではなく、日常生活で使える知識がいっぱいで、楽しく続けられるよう一人ひとり親切にわかりやすく指導します。
 ■とき…8月から平成19年3月までの計10回
 第1部 午後1時30分～2時30分
 第2部 午後3時～4時
 ■ところ…西貴志コミュニティセンター

夏の夜空、天文台観望会

■とき…8月26日(土)
 ■ところ…西貴志コミュニティセンター
 →詳しくは、38ページへ

市民まつり 好きやっしょ紀の川～夢花火～

3,000発の花火大会ほか
 ■とき…8月20日(日)
 ■ところ…打田若もの広場
 →詳しくは、40ページへ

那賀消防の日曜消防講座

防災博士中級認定講座
 ■とき…8月6日(日)、8月20日(日) 午前9時～11時30分
 ■対象…小学生対象の初級認定講座修了者
 【申込み・問合せ】那賀防災センター(Tel.61・7259)

調月カップ PKバトルトーナメント

■とき…8月27日(日)
 ■ところ…桃源郷運動公園
 →詳しくは、36ページへ

夏休み中は、楽しい行事が多い反面、事故にあう危険も増します。

子どもたちが安全に楽しく過ごせるよう、交通事故への注意喚起、出かける時の「行き先」の確認など、コミュニケーションを十分にとってください。

夏休み どう過ごす？

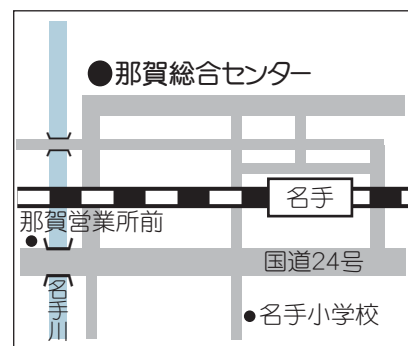
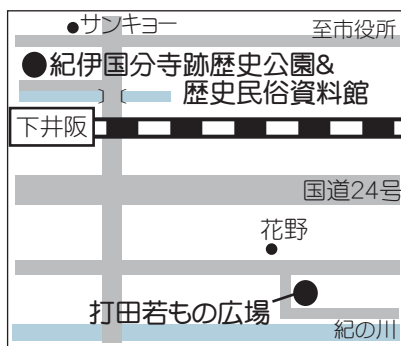
なつまつり「こども夢工房」

ころころアイス、ドライカレーの大なべ、ひこうき飛ばし、船・草で遊ぼう、万華鏡づくり ほか楽しいゲームがたくさん！

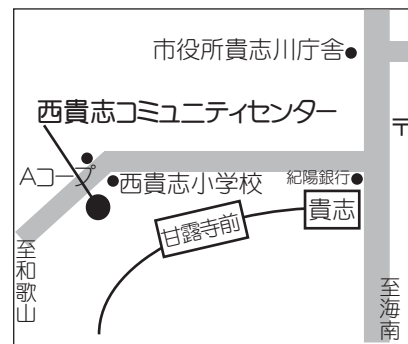
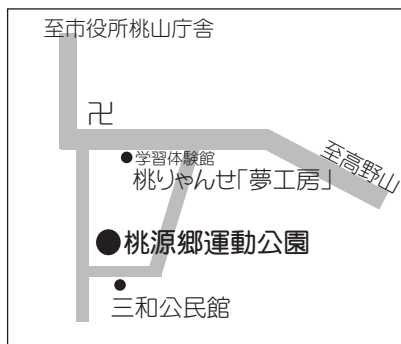
- とき…8月26日(土)午後2時～8時
- ところ…那賀総合センター
- 用意するもの…アルミカン・スチールカン・ペットボトル

★たそがれコンサート 午後7時～
 小西達也さんギターライブ「歌とギターをとおして家族とともに考えるそんなひとときになればいいな～」

【問合せ】那賀総合センター内 生涯学習課(Tel.75・2221)



各施設の周辺図



川原小学校3・4年生の35人にアンケート

■夏休みに何をする予定？

- 旅行…9人
- プール・水泳…5人
- バレーボールの大会…4人
- 野球の大会…3人

そのほか、キャンプ、ラジオ体操、つり、粉河まつりに行く、友達と防災センターへ、買い物
 ■何がしたい？

- プール・水泳をがんばる…9人
- 宿題を早く終わらせたい…8人
- そのほか、野球の大会で優勝したい、旅行がしたい、買い物、手伝い、自由研究、海に行く、友達と遊ぶ、粉河まつりで金魚すくい・スーパーボールすくいがしたい

歴史民俗資料館…下井阪駅から北方向へ徒歩5分、紀の川コミュニティバス「国分寺東」から西へ徒歩3分

打田若もの広場…打田駅から南西方向へ徒歩15分、和歌山バス「花野」から南へすぐ

桃源郷運動公園…市内巡回バスももちゃん号「三和公民館前」から徒歩5分

西貴志コミュニティセンター…紀の川コミュニティバス「西貴志コミュニティセンター」すぐ、貴志川線甘露寺駅から西へ徒歩5分

那賀総合センター…名手駅から北西へ徒歩5分、和歌山バス「那賀営業所」から北東へ徒歩10分

●生活

婚姻届受理証明を 発行します

結婚される方へ
婚姻届受理証明(上質紙)を窓口で発行しています。手数料は1,400円です。発行を希望する方は、婚姻届を提出されたときに申請してください。
代理人申請の場合は、本人からの委任状が必要です。

婚姻届受理証明のイメージ



紀の川市でもデジタル放送スタート

地上デジタルテレビ放送は、関東圏、中京圏、近畿圏を皮切りに順次放送エリアを拡大しています。紀の川市の一部でも、年内に放送が開始されます。地上デジタル放送が開始されても今までどおり、地上アナログテレビ放送を見ることが出来ますが、地上アナログテレビ放送は、2011年7月に終了します。

地上デジタルテレビ放送を視聴するには、
①地上デジタル放送対応のテレビに買い換える
②地上デジタルチューナーを買い足す
③地上デジタル放送対応済みのケーブルテレビで視聴する
といった方法があります。
【問合せ】受信相談は、総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター(Tel

0570・07・0101)、視聴エリアは、(社)地上デジタル放送推進協会ホームページで確認できます。
<http://www.dpa.org>

固定資産税の実地調査に協力を

市では、固定資産税の課税の適正化を図るため、固定資産(土地・家屋)の現況把握の方法として実地調査を行っています。
資産課税職員(職員証、固定資産評価補助員証を携帯しています)が調査に伺いましたら、協力をお願いします。

■調査期間：来年3月まで
■対象地域：市内全域
なお、毎年市内全域すべての固定資産について、綿密に調査することは不可能なため、現況調査申請書を提出していただくことによる見直しをさせていただきます。

また、特別児童扶養手当を受給している方は、8月1日から9月8日までの間に現況届を提出していただくことになっています。

この届は受給者の前年の所得状況などを確認するためのものです。この届を出さないと、引続いて手当の支給を受けることが出来なくなりしますので、必ず提出してください。

●福祉

高齢福祉年金の受給の更新

高齢福祉年金の受給者のみなさんへ

平成18年8月期の年金は、8月11日から指定の郵便局で受け取ることが出来ます。8月に高齢福祉年金を受け取った後、和歌山社会保険事務局へ「国民年金証書」を提出(送付)してください。毎月8月に「生存の確認」や「所得」などの審査を行い、平成18年8月から平成19年7月までの年金額を決定し

ます。国民年金証書の提出を忘れると、年金の受給が遅れたり受けられなくなりしますので、必ず提出してください。
また、高齢福祉年金以外に公的年金を受けることになった方は、必ず和歌山社会保険事務局に届出をしてください。
【問合せ】和歌山社会保険事務局(Tel 073・421・8600)

児童扶養手当・特別児童扶養手当の現況届

児童扶養手当を受給している方は、8月1日から31日までの間に現況届を提出していただくことになっています。

役所・水道・ゴミ 関係の電話番号

- 紀の川市役所(水道含む) Tel.77・2511
- 粉河支所 Tel.73・3311
- 那賀支所 Tel.75・3111
- 桃山支所(水道含む) Tel.66・1100
- 貴志川支所 Tel.64・2525
- 鞆淵出張所 Tel.79・0001
- 水道部粉河浄水場 Tel.73・2618
- 水道部穴伏浄水場 Tel.75・2658
- 水道部貴志川浄水場 Tel.64・5459
- 打田美化センター Tel.77・4804
- 粉河クリーンセンター Tel.73・5705
- 那賀アメニティセンター Tel.75・4001
- 貴志クリーンセンター Tel.67・0022
- 貴志クリーンセンター(不燃物処理場) Tel.64・6017

緊急時
災害用伝言ダイヤル 171

●募集

成人式の実行委員を募集

平成19年1月に開催する成人式は、新成人自身による式企画・運営を行う実行委員会形式を予定しています。
成人式を、思い出に残る素晴らしい式にするために実行委員を募集します。「やってみたい」と思っ方はぜひご連絡ください。

【問合せ】子育て支援課(Tel 75・3111) 旧那賀町役場

8月の納期限のお知らせ

- 市県民税 第2期 8月31日(木) 【問合せ】市民税課 Tel.77・2511
- 国民健康保険税 第3期 8月31日(木) 【問合せ】国保年金課 Tel.77・2511
- 介護保険料 第3期 8月31日(木) 【問合せ】介護保険課 Tel.73・3111

……忘れずに納めましょう……

固定資産税/第2期
国民健康保険税/第2期
介護保険料/第2期
これらは納期限が7月31日です。納付は、もうお済ですか? まだ、納めていない方は、今すぐ最寄りの金融機関でお納めください。

農業者年金受給説明会

農業者年金を受給するための手続きについて、説明会を開催します。
■とき：8月22日(火)午後1時30分
■ところ：粉河ふるさとセンター 視聴覚室

親子花植え教室、竜門保育所で 7/3



花といっしょに、思いやりの心を育ててください。

【問合せ】農業委員会事務局(Tel.73・3311) 旧粉河町役場

募集種目	受験資格	受付期間	試験日
2等陸・海・空士	18歳以上27歳未満	男子：年間を通じて 女子：8月1日～9月8日	9月20日(水)又は30日(土) 9月24日(日)
一般曹候補学生	18歳以上24歳未満	8月1日～9月8日	9月16日(土)
曹候補士	18歳以上27歳未満		9月23日(土)
航空学生	高卒(見込含)21歳未満		10月15日(日)
看護学生	高卒(見込含)24歳未満	9月8日～9月29日	11月4日(土)・5日(日)
防衛医科大学校学生	高卒(見込含)21歳未満		11月11日(土)・12日(日)

【願書請求・問合せ】自衛隊橋本募集事務所(Tel.0736・32・0744) 橋本市市脇1丁目3番2号 KK6ビル3階

道路一斉清掃の参加者を募集

8月の「道路ふれあい月間」に合わせ紀州路クリーン大作戦2006」を実施します。

道路は私たちの毎日の生活を支えるうえで、欠くことのできない財産です。みんなが道路と親しみ、ふれあい、美しく、安全に利用できるように、県内一斉に道路清掃を実施します。

紀の川市も道路ふれあい月間の取り組みの一環として「紀州路クリーン大作戦2006」と題し、道路のゴミや空き缶拾いなどの清掃活動を実施します。

- とき：8月26日(土)午前8時～10時(小雨決行)延期の場合は8月27日(日)
- 集合場所：三笠コカ・コラボトリング駐車場(午前8時までに集合)
- 実施場所：国道24号と周

交通安全の作文を募集

平成18年度交通安全ファミリー作文募集

みんなで考えよう交通安全

■応募期間：9月10日(日)まで(当日消印有効)

県外在住の「企業誘致サッチャー」を増員するため募集します。

「企業誘致サッチャー」とは、和歌山県の立地環境や誘致施策の情報発信をしたり、企業関係者を紹介するなど、和歌山県の企業誘致活動を手伝っていただける方です。

県外の家族や親せき、知人に案内していただき、応募していただけるよう、協力をお願いします。

■募集期間：8月31日(木)まで

■募集予定人数：10名以内(募集予定人数になり次第締切り)

【問合せ】和歌山県企業立地課 (Tel.073・441・2750)

初心者バドミントン教室

■とき：9月2日～11月18日の毎週土曜日の合計10回 午後8時～10時の2時間 ※ただし、9月9日(土)と10月7日(土)は休み

■ところ：打田体育館

■対象：①紀の川市に在住・在勤の方 ②バドミントンを始めて間もない方、これからバドミントンを始めたいと思っている方 ③練習会場の準備、後片付けができる方

■定員：10名程度※定員を超えたときは抽選

■参加費：2,500円 (傷害保険料を含む)

■その他：①ラケットは用意しますが、数に限りがあります。持っている方は用意ください。②運動ができる服装で ③体育館シューズ必要

【申込み】8月25日(金)までに参加費を添えて打田生涯学習センター内 生涯スポーツ課 (Tel.77・3140) 又は、貴志川支所庁舎内 生涯スポーツ課 (Tel.64・9164) で申込みください。

【問合せ】紀の川市バドミントン協会 (代表 榎葉 久) (Tel.090・2702・7426)

初心者硬式テニス教室

■とき：8月25日～10月13日の毎週金曜日の合計8回 午後7時30分～9時30分の2時間

■ところ：貴志川スポーツ公園 テニスコート

■対象：紀の川市に在住・在勤の一般の方(学生は除く)

■定員：20名※定員を超えたときは抽選

■参加費：3,000円 (受講料：1,500円、保険料：1,500円)

※受付時にお支払いください。

【申込み】8月18日(金)午後7時30分～8時に貴志川生涯学習センター内の講義室2で受付します。

(受付は、代理の方でもできます)

【問合せ】紀の川市硬式テニス連盟 (代表 永井栄一郎) (Tel.64・3603)

全額免除制度

保険料の全額(13,860円)が免除

★全額免除となる所得の「めやす」★

前年所得が以下の計算式で計算した金額の範囲内であること

(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円

※申請者本人のほか、配偶者・世帯主の方も所得基準の範囲内である必要があります。

若年者納付猶予制度

保険料の全額(13,860円)が猶予

★猶予となる所得の「めやす」★

前年所得が以下の計算式で計算した金額の範囲内であること

(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円

※申請者本人のほか、配偶者・世帯主の方も所得基準の範囲内である必要があります。

「国民年金保険料免除・猶予となる所得のめやす」

国民年金保険料の免除制度の記事中、全額免除制度の免除になる所得のめやすと、若年者納付猶予制度の猶予になる所得のめやすの計算式が間違っていました。正しくは、左表のとおりです。国民年金保険料の免除や納付猶予を希望する方は、再確認してください。

講座教室

中高年にやさしい健康法

トランポピクス教室では、専用のトランポリンを使って、ウォーキングやストレッチを行います。個々の年齢にあつた無理のない運動です。

- とき：9月5日(火)・12日(火)・25日(月)・10月17日(火)・24日(火)・31日(火)
- 第1部 午後7時30分～8時30分
- 第2部 午後8時45分～9時45分
- ところ：打田体育館
- 対象：紀の川市に在住・在勤の方
- 定員：20名(各部10名)
- ※定員になり次第締切り
- 受講料：2,000円 (保険料、器具使用料として)
- 申込み受付：8月21日(月)午前8時45分～

【申込み・問合せ】貴志川支所庁舎内 生涯スポーツ課 (Tel.64・9164)

初心者バドミントン教室

■とき：9月2日～11月18日の毎週土曜日の合計10回 午後8時～10時の2時間 ※ただし、9月9日(土)と10月7日(土)は休み

■ところ：打田体育館

■対象：①紀の川市に在住・在勤の方 ②バドミントンを始めて間もない方、これからバドミントンを始めたいと思っている方 ③練習会場の準備、後片付けができる方

■定員：10名程度※定員を超えたときは抽選

■参加費：2,500円 (傷害保険料を含む)

■その他：①ラケットは用意しますが、数に限りがあります。持っている方は用意ください。②運動ができる服装で ③体育館シューズ必要

【申込み】8月25日(金)までに参加費を添えて打田生涯学習センター内 生涯スポーツ課 (Tel.77・3140) 又は、貴志川支所庁舎内 生涯スポーツ課 (Tel.64・9164) で申込みください。

【問合せ】紀の川市バドミントン協会 (代表 榎葉 久) (Tel.090・2702・7426)

【申込み】8月25日(金)までに参加費を添えて打田生涯学習センター内 生涯スポーツ課 (Tel.77・3140) 又は、貴志川支所庁舎内 生涯スポーツ課 (Tel.64・9164) で申込みください。

【問合せ】紀の川市バドミントン協会 (代表 榎葉 久) (Tel.090・2702・7426)

パソコン講座=打田地区公民館パソコン講座&那賀地区公民館パソコン教室=

市内に在住又は在勤の方(高校生以下除く)を対象に、パソコン講座を開催します。パソコンがはじめてという方もお気軽に申し込みください。受講料は無料ですが、テキスト代1,000円が必要です。申込みは開催場所へ直接申し込んでください。電話での受付はできません。各コース(講座)は、定員20名です。受講希望者が10名に満たない場合は、開講できない場合もあります。

開催場所と問合せ・申込み	打田生涯学習センター (Tel.77・3140)				那賀総合センター (Tel.75・2221)			
	Aコース	Bコース	Cコース	Dコース	IT基礎講座	ワープロ基礎講座(ワード)	表計算基礎講座(エクセル)	
開催期間	9月26日(火)～9月29日(金)				9月30日(土)～10月1日(日)	9月4日(月)～9月7日(木)	9月11日(月)～9月14日(木)	9月25日(月)～9月28日(木)
時間	午前9時～正午	午後1時30分～午後4時30分	午後6時～午後9時	午前9時～午後4時(昼1時間休憩)	午後1時～午後4時			
内容・対象者	初級：ワープロソフトの基本操作、電子メールの送受信など/パソコンをはじめて操作する方を対象				中級：ワープロソフト、表計算ソフトの操作、電子メールの送受信など/文字入力ができる方を対象	IT講習を受講したことがない方、再度挑戦したい方を対象	文字入力練習、ビジネス文書の作成/IT基礎講座の受講終了者又は、パソコンを使用したことがある方を対象	データ入力、表作成、関数の入力/IT基礎講座の受講終了者又は、パソコンを使用したことがある方を対象
申込期間	8月7日(月)～8月31日(木)の午前9時～午後5時(土・日除く)				8月14日(月)～8月28日(月)の午前9時～午後5時(土・日除く)			
注意事項	定員を超えたときは抽選 託児サービスがあります		定員を超えたときは抽選		定員になり次第締切り			

金山寺味噌伝承塾

桃源郷運動公園学習体験館「桃りゃんせ夢工房」のみなさんと一緒に「我が家の味噌」を作りませんか？

■とき：9月8日(金)～10日(日)

■ところ：桃源郷運動公園学習体験館「桃りゃんせ夢工房」桃山町神田526番地2 地図27ページ参照

■日程：9月8日(金)午後0時30分～4時(米麹作りなど)9月9日(土)午前8時30分～正午(大豆、麦を蒸す・野菜準備)9月10日(日)午前8時30分～正午(仕上げ)

■参加費：1人3,500円(材料費として)
※自分が仕込んだ味噌3kgをお持ち帰りいただきます。
■募集人員：20名
※ただし、3日間通して参加できる方を優先します。
■持参する物：エプロン、

マスク、三角巾、筆記用具

■申込締切：8月20日(日)
■申込み・問合せ：桃源郷運動公園学習体験館「桃りゃんせ夢工房」(TEL66・3454)へ、電話かFAXで申し込んでください。受付時間は午前9時30分～午後4時(月曜日休館)

日曜消防講座

消防組合では、平日に参加できない住民のみなさんを対象に、毎月第1・3日曜日、那賀消防本部防災センター(右出市中迫)で日曜消防講座を開催し、防災体験学習を楽しく受講していただきます。受講料は無料です。各講座には定員がありますので事前申込みが必要で。

■8月から12月の予定
防災博士中級認定講座
■とき：8月6日、8月20日 午前9時～11時30分

■対象：小学生対象の初級認定講座修了者
■内容：防災博士初級認定講座修了者を対象にステツプアップした防火・防災・応急手当を学びます。

■普通救命講習会
■とき：第3日曜日(9月17日、10月15日、11月19日、12月17日)午前9時～正午
■対象：中学生以上
■内容：救命に必要な技術をマスターします。(受講者には修了証・ミニ救急セット進呈)

■上級救命講習会
■とき：9月3日 午前9時～午後5時
■対象：中学生以上
■内容：心肺蘇生法(AED)、止血法・搬送法などをマスターします。(受講者には修了証・ミニ救急セット進呈)

■幼児の応急手当講座
■とき：10月1日、11月5日 午前9時30分～11時30分

案内

「市民意識調査」に協力を
紀の川市長期総合計画を策定するために、みなさんがどのような生活・暮らしを期待しているかを調査し、政策目標・施策目標の立案に役立てるため、「市民意識

分
■対象：一般
■内容：幼児の病気や怪我について応急手当を学びます。

■おこのみ講座
■とき：毎月第1・3日曜日の午後
■内容：受講者の要望に応じて、各種の防災体験学習を行います。

■申込み・問合せ：那賀防災センター(TEL61・7259)

調査」を実施します。

市民の中から無作為に、6,000人を抽出して調査対象者を決定し、調査票を8月上旬に郵送します。対象者となった方々には、市民意識調査へのご協力を願います。

■調査対象者：住民基本台帳に登録されている18歳以上の市民

■調査期間：8月10日(発送)～8月25日(回収締切)
■その他：対象者本人が記入困難な場合、家族の方が記入ください。

■問合せ：企画課(TEL77・2511 旧打田町役場)

2社の工場進出が決定
アイコム(株)が北勢田ハイテクパークに、(株)NTN紀南製作所が桃山第2工業団地にそれぞれ進出することが決定しました。

▶写真は7月3日、アイコム(株)との調印式で



人権啓発ビデオを貸出します

8月1日から、市民と市内に所在する団体・企業などを対象に人権啓発ビデオの貸出を始めます。貸出を希望する方は、次の貸出場所へ貸出申請書に記入し、借りてください。

人権啓発推進課 (TEL77・2511)	月曜日～金曜日 午前8時45分～午後5時30分 (祝日・年末年始を除く)
粉河ふるさとセンター (TEL73・3312)	火曜日～金曜日 午前9時～午後5時30分 (祝日・年末年始を除く)
那賀総合センター (TEL75・2221)	火曜日～金曜日 午前9時～午後5時30分 (祝日・年末年始を除く)
貴志川生涯学習センター (TEL64・2273)	火曜日～金曜日 午前9時～午後5時30分 (祝日・年末年始を除く)

■貸出本数：原則として1回につき3作品以内
■利用期間：原則として10日以内
■利用料金：無料
貸出ビデオリストは、貸出し場所に設置してあります。また、紀の川市ホームページ「人権啓発推進課」内「お問い合わせ」(www.city.kokawag.jp/jiken/index.html)に掲載しています。

【問合せ】人権啓発推進課(TEL77・2511 旧打田町役場 北別館)

集落の資源・環境を守る活動に補助金

平成19年度から、国の農林水産省の新規事業として

農地・水・環境保全の向上対策として、これまで行なわれてきた保全活動に加え、農村の自然や景観などを守る地域共同活動を促すことを目的とした、支援が始まります。

支援を受けるためには、①20ha以上の農業振興地域内の農用地 ②農業者・それ以外(非農家)の構成員が参加する活動組織を作る ③活動組織の規約・活動計画を作る ④活動組織は規約・活動計画に基づき紀の川市と協定を結び ⑤活動計画に基づいて活動を行う 以上のことが実行されま

すと、助成金が活動組織に交付されます。

■助成金の金額は
■田：4,400円/10a
■畑(樹園地)：2,800円

「毎月勤労統計調査」特別調査に協力を

和歌山県では、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人雇用する事業所を対象に、わが国の雇用労働者の賃金、労働時間、雇用の変動を明らかにするために1回実施し、景気判断や経済情勢の諸政策に幅広く利用されています。

調査対象となる事業所に

和歌山県では、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人雇用する事業所を対象に、わが国の雇用労働者の賃金、労働時間、雇用の変動を明らかにするために1回実施し、景気判断や経済情勢の諸政策に幅広く利用されています。

調査対象となる事業所に

紀の川市組織機構

- 本庁舎(打田庁舎) TEL77・2511
 - 議会事務局 議会総務課・議事調査課
 - 市長公室 広報広聴課・秘書課
 - 企画部 企画課・情報システム課・交通政策課・地籍調査課
 - 総務部 総務課・職員課・管財課・財政課・消防防災課・市民税課・資産税課・収税課
 - 市民部 市民課・国保年金課・人権啓発推進課・環境衛生課・廃棄物対策課
 - 水道部 水道総務課・工務課
 - 地域振興部 地域振興課
 - 出納室/□土地開発公社
 - 打田分室
- 粉河庁舎 TEL73・3311
 - 農林商工部 農業振興課・農地課・林務課・商工観光課・京奈和事務所(建設部)
- 粉河支所/□農業委員会事務局
- 那賀庁舎 TEL75・3111
 - 保健福祉部 社会福祉課・高齢福祉課・障害福祉課・子育て支援課・介護保険課・健康推進課
- 那賀支所
- 桃山庁舎 TEL66・1100
 - 建設部 建設課・管理課・都市計画課・下水道課
- 桃山支所
- 貴志川庁舎 TEL64・2525
 - 教育部 教育総務課・学校教育課・生涯学習課・生涯スポーツ課
- 貴志川支所



健康ウォーキング(7/4) いっしょに健康づくりませんか?

緊急時 災害用伝言ダイヤル 171

■行政相談
総務大臣から委嘱された相談員が行政全般についての相談に応じます。

○打田会場
とき…8月17日(木)午後1時～3時
ところ…紀の川市役所南別館2階
○粉河会場
とき…8月9日(水)午後1時～4時
ところ…粉河支所3階E会議室
○那賀会場
とき…8月22日(火)午後1時～4時
ところ…那賀総合センター
○貴志川会場
とき…8月8日(火)午後1時～3時
ところ…貴志川支所1階相談室
○桃山会場
とき…8月9日(水)午後1時～3時30分
ところ…桃山ふれあいコミュニティセンター

■紀の川市弁護士相談
Tel77・2511(市民課)
とき…9月6日(水)午後1時30分～
ところ…粉河支所3階E会議室
(電話予約必要 先着5名)
予約受付開始…8月23日(水)午前9時～

■紀の川市社会福祉協議会での相談
以下の相談事業は午後1時から3時まで行っています。
○専門相談(弁護士相談)
Tel73・3311
社会福祉協議会粉河支所
とき…10月25日(水)
ところ…粉河支所東別館
※弁護士が相談に応じます。電話予約必要。
○専門相談(教育・子ども・学生相談)
Tel66・1211
社会福祉協議会本所
とき…8月11日(金)
ところ…桃山保健福祉センター
※教育経験者が相談に応じます。電話予約必要。
○心配ごと相談
8月8日(貴志川)・8月15日(打田)・8月22日(粉河)・8月29日(那賀)・9月5日(桃山)
※毎週火曜日民生委員・児童委員などが相談に応じます。

■県民相談
Tel073・441・2356
○弁護士相談
とき…8月8日(火)(8/1～)・8月25日(金)(8/9～)・9月5日(火)(8/29～)

・9月15日(金)(9/6～)
ところ…県庁本館2階県民相談室
電話予約必要()は予約開始日
○常設相談
とき…月～金曜日(面接相談・電話相談)
ところ…県庁本館2階県民相談室

■消費者問題の相談
Tel073・433・1551
県消費生活センター
とき…月～金曜日

■高齢者相談
Tel073・435・5212
県高齢者総合相談センター(和歌山ビック愛7階)
○一般相談
とき…月～金曜日
○専門相談(医療・年金・税金・食生活・栄養・健康・保健など。日時は問い合わせください。)
○弁護士による法律相談
とき…毎月第2・第4金曜日(電話予約必要)

■交通事故相談
Tel073・441・2359
県庁本館2階交通事故相談所
○常設相談
とき…月～金曜日(面接相談・電話相談)
○弁護士による相談
とき…8月16日(水)(電話予約必要)

■自動車保険請求相談
Tel073・431・6290
自動車保険請求相談センター
○常設相談
とき…月～金曜日
○弁護士による相談
とき…毎週木曜日午後1時～4時(電話予約必要)

■子どもの相談
○市役所子育て支援課の家庭児童相談
Tel75・5307(内線240)那賀支所内
とき…月～金曜日午前8時45分～午後5時30分
Tel65・2525(内線605)貴志川支所内
とき…月・水・金曜日午前8時45分～午後5時30分
○子ども・障害者相談センター
Tel073・445・5312
子ども(18歳未満)についてあらゆる相談に応じます。

○子どもと家庭の電話相談
Tel073・447・1152
とき…月～金曜日午前9時～午後8時/土、日、祝日午前9時～午後4時30分

■子どもの人権110番
Tel073・425・2704
和歌山地方法務局人権擁護委員室
いじめや登校拒否、子どもの虐待など、子どもの人権にかかわるすべての問題について電話相談に応じます。
とき…月～金曜日
○全国一斉キャンペーン
8月28日(月)～9月3日(日)
相談時間を延長(午前8時30分～午後6時30分)土日も相談に応じます(午前10時～午後5時)

■障害者の相談
Tel073・445・7314
子ども・障害者相談センター
身体や知的障害のある方に関する相談に応じます。

■難病患者や長期療養児等の相談
Tel073・445・0520
県難病・子ども保健相談支援センター(県立医大内)
難病患者や長期療養児の療養等に関する様々な相談や情報提供。
とき…月～金曜日(午前9時～午後5時30分)

■女性相談
Tel073・435・5246
県男女共生社会推進センター
○総合相談(電話相談)
とき…月～土曜日午前9時～午後8時30分
○総合相談(面接相談)
とき…月～土曜日午前9時～午後5時30分(電話予約必要)
○女性カウンセラーの相談(女性対象の面接相談・電話相談)
とき…毎月第1～第3金曜日午後1時～5時(電話予約必要)
○女性弁護士による相談(女性対象の面接相談・電話相談)
とき…8月8日(火)・8月24日(木)・8月31日(木)・9月7日(木)午後1時～4時(電話予約必要)
○女性に対する暴力の相談
Tel073・445・0793
県女性相談所
○電話相談
とき…毎日午前9時～午後9時30分
○面接相談
とき…月～金曜日午前9時～午後5時45分(電話予約必要)

●●相談

■都市計画の変更する土地の区域：紀の川市粉河字須川、矢倉、薬師谷、別所谷、西大道路
■都市計画の案の縦覧場所：和歌山県土整備部都市住宅局都市政策課(県庁)紀の川市建設部都市計画課(桃山支所)
■縦覧期間：8月4日(金)～8月18日(金)午前8時45分から午後5時30分まで

■都市計画の種類と名称：粉河都市計画道路(3・5・13号猪垣中ノ歳線)
和歌山県では粉河都市計画道路の都市計画を変更する予定です。そこで、この計画案を縦覧し、意見のある方は、縦覧期間満了の日(8月18日)まで、和歌山県に意見書を提出することができます。

都市計画の変更案の縦覧

～健康で楽しく豊かに生きるために～
貴志川地区「60のつどい」を開催します
■とき：8月26日(土)午後1時30分～
■ところ：貴志川生涯学習センター
■対象：昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれの方
※対象者には、案内状を郵送しています。
※貴志川以外の地区は12月以降に開催します。
【問合せ】貴志川支所庁舎内 生涯学習課(Tel64・9163)

■移行のメリット
国からの掛金増額助成が
適格退職年金制度から中退共制度へ移行ができます。適格年金資産の全額を移換できるのが中小企業退職金制度がいま注目です！

中小企業退職金共済制度

表彰おめでとうございます(敬称略)
■平成18年度全国市町村教育委員会連合会功労者表彰
高井一治(東川原)、井関保(荒見)、茶木原健一(桃山町調月)、東辰彦(桃山町調月)、今城善治(桃山町善田)、西前昂(桃山町大原)、加山邦雄(桃山町段新田)、西正巳(桃山町市場)、松岡襄介(藤崎)、石井康雄(横谷)

受けられます。
中退共では移行時と加入後の事務手数料は不要です。掛金は全額非課税です。
【問合せ】独立行政法人勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部(中退共)
1 Tel03・3436・015

●●相談

■年金の相談
Tel073・475・6511 年金相談センター
Tel073・474・1800 和歌山東社会保険事務所
とき…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8時30分～午後4時)
○出張相談(紀の川市内)
Tel073・474・1800 和歌山東社会保険事務所
とき…9月20日(水)午前10時～午後3時
ところ…那賀支所1階相談室(電話予約必要)
予約受付開始…8月10日(木)
○電話相談-ねんきんダイヤル
Tel0570・05・1165(年金請求などの相談)
Tel0570・07・1165(年金受給者の相談)
とき…月～金曜日午前8時30分～午後5時
電話するときは、年金手帳か年金証書を手元に用意ください

■教育相談
市立小・中学校に通学している児童・生徒のみなさんやその保護者の方々と、学習・生活・友だちのことなどで、心配で悩んでいることがありましたら気軽に相談ください。次の場所に教育相談員が待機しています。
打田中学校 Tel77・2533
粉河中学校 Tel73・2218
那賀中学校 Tel75・2078
桃山会館 Tel66・2288
貴志川中学校 Tel64・2521
教育委員会学校教育課 Tel64・9162

■こころの健康相談
Tel61・0047 岩出保健所
精神科医と精神保健福祉相談員などが相談に応じます。
とき…第1・第2火曜日、第4月曜日(電話予約必要)

●催し

調月カップPKバ トルトーナメント

PKバトルとは、サッカーのペナルティキック(PK)合戦のことで、両チームで5人ずつがシュートし、何本成功させるかを競います。なお、全種目とも、ゴールは少年用のゴールを使用します。

■とき：8月27日(日)午前9時キックオフ

■ところ：桃源郷運動公園

■競技種目：フリーの部、ジュニアの部、小学生のみ、レディースの部、女性のみ、ファミリーの部、1組以上の親子含む(全種目1チーム5名で、1名はゴールキーパー)

■試合方法：トーナメント方法

■申込方法：8月16日(水)まで

で、申込用紙(桃山会館)に記入し参加料を添えて申し込んでください。

■参加料：1チーム500円(傷害保険料を含む)

■その他：競技規則などは申込時に用紙を渡します。

【申込先】桃山会館内 生涯スポーツ課 (Tel.66・2288)

【問合せ】貴志川支所庁舎内 生涯スポーツ課 (Tel.64・9164)

市民体育祭を10月 に開催

■とき：10月8日(日)午前8時30分～ ※予備日10月9日(祝)

■ところ：打田若もの広場

☆自由参加種目・もちまき・お楽しみ抽選会など楽しいイベントもいっぱい!

【問合せ】貴志川支所庁舎内 生涯スポーツ課 (Tel.64・9164)

大会結果 みんながんばりました

- 第1回紀の川市民ソフトテニス大会
6月25日、打田スポーツ公園テニスコート、26チーム(ペア)参加
- 【男子A級】
優勝 福岡・松浦 (紀ノ川ク)
準優勝 山田・濱ノ上 (紀ノ川ク・貴志川ク)
第3位 北畑・村井 (打田ク・粉河ク)
第3位 北村・安井 (市役所ク・粉河高)
- 【男子B級】
優勝 筒井・児玉 (仙溪学園)
準優勝 横山・宮城 (紀ノ川ク)
第3位 豊田・釘貴 (長山ク)
第3位 中野・森田 (紀ノ川ク)
- 【女子A級】
優勝 藤田・音無 (粉河レインボーク)
準優勝 呉井・長田 (粉河ク)
第3位 妹背・小川 (紀ノ川ク・一般参加)
第3位 釘貴・岩淵 (長山ク・紀ノ川ク)
- 【女子B級】
優勝 堂本・岡本 (粉河レインボーク)
準優勝 山中・蜂木 (紀ノ川ク)
第3位 吉川・今林 (粉河レインボーク)

- 第37回和歌山県スポーツ少年団総合競技大会
(7月2日・3日 和歌山市内)
優勝…粉河少年バレーボールスポーツ少年団(近畿大会出場)
入賞…粉河少女バレーボールスポーツ少年団(近畿大会出場)
- 紀の川市ソフトバレーボール協会交流大会(那賀地区)
6月11日、那賀体育館、12チーム(60名)参加
優勝…WINS B
準優勝…しゅらんずA
第3位…NOC A
- 紀の川市ソフトバレーボール協会交流大会(粉河地区)
6月25日、粉河小・中学校体育館、16チーム(98名)参加
優勝…CAMP
準優勝…青蛙HOT
第3位…U&A

ひとやすみ
クイズ広報紀の川

市内窪にあるこの銅像は、市内竹房出身で小倉百人一首や山家集などで知られる歌人モチーフに似ています。この歌人とはいったい誰でしょうか？

ヒント：紀の川コミュニティバスの時刻表を見てください。「東田中神社西」と「百合山」の間にヒントが。

ハガキか、Eメールで答えを送ってください。正解者の中から抽選で図書カード(5000円分)を差し上げます。

※応募の際は、氏名、住所、連絡先とクイズの答え、広報紀の川への意見などあれば書いてください。締切は8月31日必着。

送り先 〒649-6492 紀の川市役所広報広聴課まで
Eメールは、k020100-001@city.kinokawa.lg.jpへ

貴志川町神戸在住の栗山さん夫妻。健康づくりのため、毎夕平池の遊歩道を1周しています。ちなみに、私(市役所広報係)が歩いたところ、1周歩くのに、20分かかりました。



完成間近の

平池緑地公園を

ウォーキング。

「このまちが好き」のコーナーに出てみませんか？市内在住か市内に勤務する人2人以上で応募してください。家族や、カップル、友達どうし、サークル、どんなグループでもかまいません。まずは、広報広聴課(Tel.77・2511)まで問い合わせください。

平池緑地公園は貴志川町の中央部に位置し、県下最大規模(面積約1.3ha)の農業用水のため池(水面積約1.1ha)です。めずらしい水生植物が生育し、数多くの野鳥や渡り鳥が飛来する県下有数の野鳥の生息地です。水生植物とは、葉や茎を水上に出す抽水植物、根をはずらずに水面に浮かんでいる浮標植物などをいい、これらは水質の浄化に役立ち、緑ゆたかな水辺環境をつくっています。

また、ここは、『紀州の飛鳥』とも呼ばれ、古墳群を内包し、歴史文化の一面も持っています。

平成15年から施設整備工事がはじまり、オニバス広場南駐車場の完成を予定のみで、今年度中に完成予定です。

平池周囲の園道は約1.5kmあり、ウォーキングや散策などで利用する人々が増えています。

この貴重な資源と自然を大切に守りましょう。ゴミなどをしないよう、マナー、モラルの向上を意識し、「みんなで協力して美しい自然を守りませんか！」



平池では、多くの野鳥の生活を見ることができ、写真は、黒い体にくちばしと額の赤が印象的なパンの親子です。パンは、警戒心が強く、大きな音でおどかすと、サーッと茂みの中にかくれていきます。

「目配り、気配り、思いやり」小さな心がけが鳥たちに平穏な生活をもたらします。

▲沿道にはたくさんのお花が植えられています。その花の解説もついていて、勉強になります。

「ワールド・ミュージック・フェスタ」では、4カ国の音楽が登場します。民俗音楽を通して国際理解と国際交流を深める有意義なイベントです。

- と き…9月3日(日)
午後6時開場/午後6時30分開演
- ところ…粉河ふるさとセンター 大ホール
- 入場料…無料(全席自由席)入場券が必要
入場券は、粉河ふるさとセンター、又はふるさと喫茶「歩歩」で配付中
(第4日曜と祝日を除く午前9時～午後5時30分)
- 出演者…和歌山 琴美会(日本)、エミリオ・モラレス(メキシコ)、マハバル・サウガゲレル(モンゴル)、タイ・ピン(モンゴル)、韓国伝統舞踏団「柳会・ポドルフェ」(韓国)
- 【問合せ】粉河ふるさとセンター(Tel.73・3312)



ワールド・ミュージック・フェスタ

名古屋大学交響楽団サマーコンサート



- と き…8月24日(木)
開場 午後1時30分/開演 午後2時
- ところ…貴志川生涯学習センターかがやきホール
- 入場料…無料(全席自由席504席)
入場整理券は発行しません。満席により入場できない場合があります。
- 【問合せ】貴志川生涯学習センター (Tel.64・2273)
月曜・祝日は休館

市民卓球大会の参加者を募集

市民の卓球愛好家の親睦を図るとともに、個々の技術向上と健康増進を図るために開催します。

- とき…8月27日(日) 開会式午前8時30分、試合開始午前9時
- ところ…貴志川中学校体育館
- 参加資格…紀の川市在住・在勤の方(学生除く)
- 種目…男子シングルス・女子シングルス・男子ダブルス・女子ダブルスの4種目
- 競技方法…予選はリーグ戦、決勝はトーナメント方式
- 参加費…1人300円
シングルス・ダブルス両方エントリーしても同額
- ※大会当日にお支払いください(おつりのいらぬようにご協力ください)
- その他…①ラケットは用意いたしません、数に限り

8月の天文台観望会

西貴志コミュニティセンター屋上に設置されている口径40cm望遠鏡で星の世界を探検します。

- とき…8月26日(土)午後8時～9時30分 ※天候不順の場合中止
- 定員…30名
- 参加費…一般200円

があります。持っている方は用意ください。②運動のできる服装で、③体育館シューズが必要、④審判は、選手の相互審判、⑤大会当日の負傷等については、主催者は応急処置のみを行います。その他の責任は一切負いません

■主催…紀の川市卓球協会
【申込み・問合せ】8月21日(月)まで、貴志川支所庁舎内生涯スポーツ課(Tel.64・9164、FAX64・6599)で、申込みを受け付けます。

平和と慰霊の祈り「万燈会」

世界平和の祈念と水難事故犠牲者の霊を悼むため、紀の川河川敷に700本のローソクで「安」という文字を点灯させます。

- とき…8月15日(火)午後7時30分
- ところ…紀の川竹房橋下河川敷
- ◎点火しませんか
ペットボトルを用いて、ローソクで「安」という文字を700個で点灯させる。
文字を書く人…日本書芸院評議員 笠野崇法さん
鎮魂の曲吹奏…都山流尺八

高校生以下100円
■申込み…事前の申込みは不要です、当日直接会場にお越しください。
【問合せ】西貴志コミュニティセンター(Tel.65・2221)
1 休館日は月・火・祝祭日

- 平成18年7月1日付人事異動
(新職名、氏名、旧職名の順)
保健福祉部次長(障害福祉課長兼務)
松本年起 保健福祉部次長(介護保険担当)
- 平成18年6月30日付退職
榎谷安子 保健福祉部障害福祉課長



▲昨年の万燈会

楽会・竹琳軒大師範 斉藤 積山さん
【問合せ】百合山の自然と遺跡を生かす会 大井一成会
長 Tel.77・3891

日曜日に各種証明書を発行します

仕事などの都合で、役所の執務時間内に、証明書の交付を受けられない方は、「日曜予約サービス」を利用して、交付を受けることができます。

■証明書の予約方法
本人からの電話予約によって受け付けます。
(月曜日～金曜日の午前9時から午後5時まで、祝日除く)

■電話予約先
市民課/市民税課/資産税課 Tel.77・2511
または、各支所地域総務課(電話番号は29ページを参照ください)

■予約できる証明書
印鑑登録証明書、住民票、課税証明書、納税証明書、評価証明書、公課証明書、非課税証明書、所得証明書
※電話予約以外の証明書は一切発行できません。
交付の際には、免許証などの本人確認できるものが必要で、電話予約の際に確認ください。