

紀の川

ひととまちをつなぐ

広報

◎写真で見る・知る
春景色

◎暮らしに役立つ情報ワイド

市の財政状況
公民館講座の受講者を募集

◎表紙の写真

完成した那賀中学校格技場で行われた
柔道の実技実演
27ページに関連記事掲載

2014

5



春は、野山やまちに明るい風景がたくさん訪れます。春の楽しみといえば、お花見やハイキング、ピンクや黄色の花々、タケノコやイチゴなど春のたべもの、スポーツやウォーキングを始めるにもいい季節。入園、入学、就職など人生の新たな一歩を踏み出す人もいます。あちこちで春を楽しむ人々が、まちを活気づけてくれます。



写真で見る・知る

春景色

26年度 健康教室の日程

若さや健康を保つには、食事に気をつけることや運動がかかせません。自分に合う教室に参加してみませんか？

※申し込み方法は、各募集時期にお知らせします。
※「リフレッシュ講座」は、5月から受付を開始します。

【申し込み・問い合わせ】健康推進課 (Tel 77・0829 本庁南別館)

● すっきり!! お腹スリム教室 ～みんなで楽しく脱メタボ～

- 対象…25年・26年度に特定健診を受けた40～74歳の人で、特定保健指導対象者基準(※)に該当する人
- 内容…メタボの話、血管年齢測定、調理実習、口腔指導、運動の実践、健康バイキングなど
- 定員…各20人(前期・後期)

	前期	後期	ところ
第1回	7月29日(火)	27年1月22日(木)	本庁南別館
第2回	8月5日(火)	1月29日(木)	
第3回	8月26日(火)	2月5日(木)	
第4回	9月8日(月)	2月19日(木)	
第5回	9月26日(金)	3月5日(木)	青洲の里

◎第1・3・4回…9:45～12:00／第2・5回…9:45～13:00
■参加費…1,680円(調理実習の材料費、健康バイキング代)
(※)特定保健指導対象者基準…腹囲が男性85cm・女性90cm以上またはBMI値が25以上で、かつ脂質異常または高血圧または高血糖の1つ以上に該当すること

● 健康教室 ～ちょっと気になるシリーズ～

- 対象…各コースの検査値が気になる人(74歳まで)
- 定員…20人(原則2回参加できる人、血糖コースは3回)
- 参加費…300円(第1回の材料費)
- 内容…第1回(9:45～13:30)／各疾患の病態と食生活の話・ヘルシーな昼食の調理実習、第2回(9:45～12:00)／健康運動指導士による運動指導、第3回(9:45～12:00)／歯科衛生士による口腔指導(血糖コースのみ)
- ところ…本庁南別館

対象	とき
血圧が(※)気になる人のコース	5月29日(木)・6月9日(月)
血糖が気になる人のコース	11月12日(水)・26日(水)・12月3日(水)
血清脂質が気になる人のコース	27年2月10日(火)・25日(水)

(※)「血圧が気になる人のコース」は現在受付中です。5月9日(金)までに健康推進課に電話で申し込みください。

受付開始 ● 心とからだのリフレッシュ講座 ～あなたに贈るアンチエイジング～

- 対象…40～59歳までの女性
- 定員…20人(原則6回参加できる人)
- 参加費…300円(第2回の材料費)
- ところ…本庁南別館
- 申し込み…6月13日(金)までに、健康推進課へ電話で申し込み

とき	内容
第1回(6月25日(木))	講演会「更年期のころとからだの変化」
第2回(7月10日(木))	食生活の話と調理実習
第3回(7月31日(木))	リラクスカラーボトルセラピー
第4回(8月29日(金))	リンパエクササイズ
第5回(9月18日(木))	講話「正しい手入れで目指せ口元美人！」
第6回(10月2日(木))	リラクソハンドマッサージ

※時間はいずれも13:45～15:30(第2回のみ10:00～13:00)

献血日程

5/13 (火)	市役所 桃山支所	10:00～12:30
18 (日)	MEGAドン・キホーテ	10:00～12:00 13:00～16:30
21 (水)	市役所 本庁	10:00～12:00 13:00～16:30
22 (木)	(株)小川製作所	9:30～11:00
	(株)大輝製作所	12:30～14:00
	(株)丸和	15:00～16:30
24 (土)	(株)はまだ	9:00～12:00 13:00～16:00

献血について知ろう!

献血に協力していただいた場合、検査結果通知を希望することができます(結果は、献血後1か月以内に届きます)。

- (1)通知している検査項目
◎血液型検査・生化学検査 ◎血球計数検査
- (2)検査で異常を認めた場合に通知する項目
◎B型・C型肝炎ウイルス検査
◎梅毒検査 ◎HTLV-1検査

※エイズウイルス(HIV)検査結果は通知しません。
※エイズ検査を希望する場合は、最寄りの保健所に問い合わせください。保健所では、エイズ検査を匿名・無料で受けることができます。

休日歯科当番 (診療時間：午前10時～午後4時)

当番医が変更している場合があります。
問い合わせは、那賀消防組合(Tel 61・1791)へ。

5/3 (土)	岡本歯科医院	(Tel 75・2047)
4 (日)	井関歯科医院	(Tel 62・2223)
5 (月)	加山歯科医院	(Tel 77・5655)
6 (火)	西歯科医院	(Tel 63・5553)
11 (日)	矢田歯科クリニック	(Tel 64・6608)
18 (日)	はたなか歯科クリニック	(Tel 69・5511)
25 (日)	岡本歯科医院	(Tel 75・2047)
6/1 (日)	おち歯科医院	(Tel 61・7322)



4月11日 1歳児健康相談

7月の母子保健

※対象児には、個別通知します
※会場はすべて本庁南別館です

- 4か月児健康診査
平成26年2月生まれ対象
6月18日(水)・25日(水)の午後
受付は午後1時～1時30分
- 7か月児健康診査
平成25年11月生まれ対象
6月17日(火)・24日(火)の午後
受付は午後1時～1時30分
- 1歳児健康相談
平成25年6月生まれ対象
6月12日(木)・13日(金)の午前
受付は午前9時～9時30分
- 1歳8か月児健康診査
平成24年9月生まれ対象
6月20日(金)・27日(金)の午後
受付は午後1時～1時30分
- 2歳6か月児健康相談
平成23年11月生まれ対象
6月10日(火)・11日(水)の午前
受付は午前9時～9時30分
- 3歳8か月児健康診査
平成22年9月生まれ対象
6月19日(木)・26日(木)の午後
受付は午後1時～1時30分

【問い合わせ】
健康推進課 (Tel. 77・0829)



4月11日 1歳児健康相談

6月の赤ちゃん広場・子育て教室

◎赤ちゃん広場…子育ての悩みや育児の情報交換、友達づくりの交流の場です。赤ちゃんの月齢に合ったふれあい遊びの紹介や絵本の読み聞かせ、育児相談、保護者同士の交流などをします。

◎子育て教室…1歳児・2歳児の親子を対象にした遊びの教室です。親子のふれあい遊びやリズム遊び、製作、絵本の読み聞かせなどの楽しい活動を通し、子どもや保護者同士の交流をします。



申し込みは不要です。気軽に参加ください。

■赤ちゃん広場

- 0歳児 (25年4月2日以降生まれ)
6月4日(水) 打田地区 本庁南別館
6月13日(金) 貴志川・桃山地区 桃山保健福祉センター
6月16日(月) 粉河・那賀地区 那賀保健福祉センター
※時間は午前10時15分～11時30分です。(受付は10時～)
※名札、バスタオル、お茶、着替えを持参してください。

■子育て教室

- 1歳児 (24年4月2日～25年4月1日生まれ)
6月19日(木) 貴志川・桃山地区 貴志川保健福祉センター
6月26日(木) 打田・粉河・那賀地区 古和田会館
- 2歳児 (23年4月2日～24年4月1日生まれ)
6月20日(金) 貴志川・桃山地区 貴志川保健福祉センター
6月27日(金) 打田・粉河・那賀地区 古和田会館
※時間は午前9時30分～11時30分です。(受付は9時15分～)
※名札、タオル、お茶、着替え、帽子、製作セット(はさみ、のり、クレヨン、水性マジック、セロテープ)を持参してください。

※日程などの変更や中止の場合は、メール配信サービス(<http://kinokawa.mail-dpt.jp/>で登録)でお知らせします。

【問い合わせ】

那賀子育て支援センター (Tel. 75・2331 名手保育園内)
桃山子育て支援センター (Tel. 66・0404 安楽川保育園内)
子育て支援課 (Tel. 77・2511)

子育て 支援

子育て支援センターは、子育てに関する相談や情報交換、親子の遊び場、交流の場として、子育てを応援します。気軽に利用ください。

はっぴいママ(妊婦教室)を開催します

妊娠から出産までの大切な時期を、健康でこころ安らかに過ごせるように「妊婦教室」を開催します。申し込みは不要です。

- ◎ 5月8日(木)午後1時30分～3時30分(受付1時15分～)
助産師・栄養士の話や交流会／骨盤体操／絵本の読み聞かせ(読み聞かせグループ)
- ◎ 5月16日(木)午後1時30分～3時30分(受付1時15分～)
妊婦交流サロン／食事バランスチェック／歯科衛生士による歯の健康相談
- 場所…本庁南別館2階
- 持ち物…母子健康手帳
※骨盤体操に参加する人は、バスタオルを持参し、動きやすい服装で参加ください。
※母子保健推進員による一時保育もあります。



【問い合わせ】健康推進課 (Tel. 77・0829 本庁南別館)

子育てサークル補助金

地域で子育て中のお母さんと就園前の子どもが集まり、遊びや交流、情報交換をする子育てサークルの活動を支援します。

- 申請期間…5月1日(木)～15日(木)
平日の午前8時45分～午後5時30分
- 申請場所…子育て支援課(本庁2階)
- 交付要件…次の①～⑥すべてに該当する団体
- ① 10人以上(保護者と就園前の子どもが5組以上)在籍
- ② 会員の2/3以上が、紀の川市に住民登録をしている
- ③ 育児に関する情報交換や知識と技術の習得などの活動を行うため、市民を中心に組織されている
- ④ 申請時において6か月以上の活動実績がある
- ⑤ 市から他の補助金を交付されていない
- ⑥ サークル活動が宗教、政治活動、営利目的でない
- 補助金交付額…補助対象経費の1/2の額とし、予算の範囲内で交付(1サークルにつき年額20,000円を上限)
- 補助対象経費…消耗品購入費、会場使用料、傷害保険料、行事費(飲食費を除く)、研修費など運営や活動のための経費
- 申請の流れ…①補助金の申請(概要書・計画書の提出) → ②補助金の交付決定 → ③交付金の受け取り → ④活動状況報告書の提出

【問い合わせ】子育て支援課 (Tel. 77・2511 本庁2階)



4月10日 1歳児健康相談



4月11日 1歳児健康相談



4月11日 1歳児健康相談



4月10日 1歳児健康相談

聴覚障害者のFAX機 使用経費を助成

重度の聴覚障害のある人で、コミュニケーションや緊急連絡などの手段としてFAX機を使用している場合に、FAX使用経費の一部を助成します。

■対象者…次の①②に該当する人

①聴覚障害で身体障害者手帳1・2級の交付を受けていて、自宅にFAX機を設置している人

②26年4月1日現在で、1年以上紀の川市に住民登録のある人

■助成金額…年額6,000円

■受付期間…5月1日(木)～30日(金)

■受付場所…障害福祉課、各支所保険福祉係

■持参するもの…

- ①身体障害者手帳
- ②印鑑
- ③振り込みを希望する金融機関の通帳

※受付場所に設置している申請用紙に、必要事項を記入し、申請してください。

【問い合わせ】障害福祉課 (Tel 77・2511 本庁2階)

「基本チェックリスト」で介護予防を

介護認定を受けていない65歳以上の人に、5～6月頃、「基本チェックリスト」を送付します。

この「基本チェックリスト」は、日常生活に関する質問に答えることで、自身の生活に必要な「介護予防」を知るための質問票です。このチェックリストを元に、介護予防教室などの案内をしますので必ず返送ください。

■介護予防とは

運動や口腔ケア、認知症予防などを生活に取り入れて、介護が必要な状態になるのを防ぐこと。

「まだまだ元気だから、大丈夫！」と思っているうちから、「介護予防」に取り組むことが大事です。また、介護予防を実践し、より一層いきいきと元気に過ごすことが、介護保険料抑制にもつながります。

【問い合わせ】

高齢介護課介護予防係 (Tel 77・0980 本庁2階)



運動器機能向上教室の風景

介護予防教室 いきいき元気塾

65歳以上の人を対象に、運動器の機能向上・栄養改善・口腔ケア・閉じこもり予防などをテーマに、居宅介護支援センターに委託し、教室を開催しています。動きやすい服装で参加ください。

■とき…5月14日(水) 午後1時～3時

■ところ…那賀保健福祉センター 2階多目的ホール

■テーマ…『介護保険について』

※初めて参加する場合、介護認定を受けていない65歳以上の人を対象です。

【問い合わせ】栄寿苑居宅介護支援センター (Tel 75・6888)

高齢介護課介護予防係 (Tel 77・0980)

ピンシャン元気教室

運動器の機能向上を目指し、「わかやまシニアエクササイズ」に基づいたトレーニング(ストレッチ、ステップ台・イスを使用した運動、体力測定など)を実施します。週1回の教室でのトレーニングに加え、自宅でもトレーニングを行います。

■とき…5月20日(火)～8月5日(火)の毎週火曜日(全12回)

午後1時30分～3時30分(受付1時～)

■ところ…那賀総合センター1階 大会議室

■対象…紀の川市在住の介護認定を受けていない65歳以上の人

※かかりつけ医師に運動可否の確認をしてください。運動の可否確認をしていない場合や運動不可の場合は、参加できません。

■定員…先着50人(※原則全12回参加可能な人)

■申し込み…5月7日(水)から9日(金)までに、電話で申し込み

【申し込み・問い合わせ】

高齢介護課介護予防係 (Tel 77・0980)

親子でゆび編み教室

「家庭教育支援のびのびネットワークなが」がゆび編みを指導します。一緒にゆび編みをしませんか。

■とき…5月20日(火) 午前10時～11時30分(受付9時30分～)

■ところ…那賀総合センター 和室

■対象…市内在住の未就学児と保護者

■定員…先着15組

■参加費…1世帯100円(当日に支払い)

■申込期間…5月8日(木)～18日(日)

【申し込み・問い合わせ】紀の川市那賀総合センター (Tel 75・2221 月曜を除く午前9時～午後5時)

介護予防のススメ

「高齢者虐待を考える③」

今月のワンポイント…高齢者虐待とは

「高齢者に対する虐待」とは?!

高齢者虐待とは、①養護者と②養介護施設従事者等による高齢者への虐待をいいます(「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律(以下、「法」という)」の第2条第3項)。

①養護者…高齢者を世話する家族、親族、同居人など

②養介護施設従事者…法律で規定される養介護施設や養介護事業の業務に従事する職員

高齢者虐待は、①身体的虐待②介護・世話の放棄・放任(ネグレクト)③心理的虐待④性的虐待⑤経済的虐待の5つに分類されています(「法」第2条第4項・5項)。

今回は、この5つの虐待について詳しく説明します。

【相談窓口】高齢介護課 (Tel 77・0980)

地域包括支援センター「愛の手」(Tel 77・0350)



ピンシャン元気教室～イスを使って筋トレ～

●市の財政状況

平成25年度の
補正予算と財産・市債

平成25年度の財政状況を
お知らせします。
まず、一般会計の3月末
時点の予算額および補正額
は、下表のとおりです。
市の25年度会計は5月31
日まで続きますので、決算
報告はそれ以降になりま
す。

また、特別会計、公営企
業会計の予算状況と一般会
計の主な補正内容および市
の財産・地方債の25年度末
残高見込みは左ページのと
おりです。

※平成25年度の決算状況
と、26年度上半期の予算執
行状況、財産・地方債・一
時借入金の高見込みなどは、
11月号でお知らせする予定
です。

●おもな補正内容と
補正額(一般会計)

※新は新規事業です。

庁舎管理事業	300万円
基金積立事業	1億5,941万円
障害者総合支援給付等事業	5,484万円
障害児通所等給付事業	2,119万円
保育所施設管理事業	221万円
私立保育園運営事業	1,672万円
観光施設管理運営事業	254万円
運動公園管理運営事業	336万円
若者定住促進奨励事業	2,200万円
老人福祉施設入所事業	349万円
介護保険事業	1,158万円
臨時福祉給付金給付事業 新	242万円
紀の海広域施設組合事業	11億6,153万円
道路ストック総点検事業 新	1,000万円
社会資本整備道路改良事業	8,100万円
紀の海広域施設組合周辺対策事業	1億9,361万円
京奈和自動車道調整事業	170万円

●各会計の25年度予算額(3月末現在)

※表示金額は万円未満を端数処理しています。

会計名	昨年9月末の予算額	昨年10月以降の補正額	3月末現在の予算額
一般会計	330億771万円	9億5,931万円	339億6,702万円
特別会計			
住宅新築資金等貸付事業特別会計	3,589万円	392万円	3,981万円
土地取得事業特別会計	80万円	0円	80万円
国民健康保険事業勘定特別会計	84億5,453万円	△1億906万円	83億4,547万円
国民健康保険直営診療施設勘定特別会計	8,084万円	413万円	8,497万円
後期高齢者医療特別会計	13億9,544万円	7,112万円	14億6,656万円
介護保険事業勘定特別会計	58億4,375万円	1億9,771万円	60億4,146万円
公共下水道事業特別会計	16億4,608万円	△1億4,409万円	15億199万円
特定環境保全公共下水道事業特別会計	5,300万円	0円	5,300万円
農業集落排水事業特別会計	3,420万円	0円	3,420万円
簡易水道事業特別会計	6億2,058万円	2,700万円	6億4,758万円
池田財産区特別会計	940万円	0円	940万円
田中財産区特別会計	1,082万円	0円	1,082万円
長田竜門財産区特別会計	100万円	0円	100万円
竜門財産区特別会計	8万円	0円	8万円
南北志野財産区特別会計	33万円	0円	33万円
飯盛財産区特別会計	20万円	0円	20万円
静川財産区特別会計	90万円	0円	90万円
最上、神田、市場、元財産区特別会計	60万円	0円	60万円
調月財産区特別会計	50万円	0円	50万円
丸瀬財産区特別会計	81万円	0円	81万円
平池財産区特別会計	166万円	0円	166万円
特別会計合計	181億9,141万円	5,073万円	182億4,214万円

公営企業会計	事業名	収支		
		収益的収入	収益的支出	資本的収入
水道事業会計	収益的収入	13億4,999万円	△9,611万円	12億5,388万円
	収益的支出	13億1,046万円	△9,899万円	12億1,147万円
	資本的収入	7億4,309万円	△3,090万円	7億1,219万円
	資本的支出	12億1,209万円	△2,433万円	11億8,776万円
工業用水道事業会計	収益的収入	3,903万円	0円	3,903万円
	収益的支出	3,620万円	0円	3,620万円
	資本的収入	1万円	0円	1万円
	資本的支出	1,191万円	0円	1,191万円

●市の財産・市債の状況(25年度末残高見込み)

財産(一般会計)

区分	残高見込み
土地	231万9,683㎡
建物(木造)	6,776㎡
建物(非木造)	27万7,919㎡
出資による権利	3億9,069万円
自動車	260台

基金

区分	残高見込み	市民1人あたり
一般会計	118億3,182万円	17万8,591円
特別会計	13億2,522万円	2万3円
合計	131億5,704万円	19万8,594円

地方債

区分	残高見込み	市民1人あたり
一般会計	356億9,285万円	53万8,752円
特別会計	103億7,658万円	15万6,625円
公営企業会計	54億8,477万円	8万2,788円
合計	515億5,420万円	77万8,165円

※市民1人あたりの金額は、3月末現在の住民基本台帳人口から算出した額です。

※26年3月末現在、一時借入金はありません。

●一般会計25年度の予算額(3月末現在の補正状況)

※表示金額は万円未満を端数処理しています。

歳入

区分	昨年9月末の予算額	昨年10月以降の補正額	3月末現在の予算額
自主財源			
市税	65億6,508万円	0円	65億6,508万円
市民税	27億8,330万円	0円	27億8,330万円
固定資産税	28億3,348万円	0円	28億3,348万円
軽自動車税	1億8,470万円	0円	1億8,470万円
たばこ税	4億1,300万円	0円	4億1,300万円
都市計画税	3億5,060万円	0円	3億5,060万円
市民1人あたり	9万8,483円	-	9万9,094円
分担金及び負担金	3億8,129万円	△408万円	3億7,721万円
使用料及び手数料	2億3,521万円	315万円	2億3,836万円
その他	38億4,538万円	△5億5,132万円	32億9,406万円
依存財源			
地方交付税	107億6,597万円	0円	107億6,597万円
地方譲与税	2億4,000万円	0円	2億4,000万円
交付金等	6億9,852万円	0円	6億9,852万円
国庫支出金	34億7,429万円	6億6,479万円	41億3,908万円
県支出金	17億4,657万円	△3,403万円	17億1,254万円
市債	50億5,540万円	8億8,080万円	59億3,620万円
歳入合計	330億771万円	9億5,931万円	339億6,702万円

※市民1人あたりの金額は、昨年9月末現在、3月末現在の住民基本台帳人口から算出した額です。

歳出

区分	昨年9月末の予算額	昨年10月以降の補正額	3月末現在の予算額	市民1人あたり
議会費	2億6,017万円	△240万円	2億5,777万円	3,891円
総務費	52億6,480万円	7,401万円	53億3,881万円	8万5,855円
民生費	87億2,713万円	1億931万円	88億3,644万円	13万3,378円
衛生費	35億2,033万円	11億3,088万円	46億5,121万円	7万2,066円
労働費	13万円	0円	13万円	2円
農林業費	7億1,503万円	△7,794万円	6億3,709万円	9,616円
商工費	1億5,833万円	216万円	1億6,049万円	2,423円
土木費	42億318万円	8,281万円	42億8,599万円	6万4,693円
消防費	9億7,878万円	△5万円	9億7,873万円	1万4,773円
教育費	38億1,985万円	△1億3,979万円	36億8,006万円	5万5,547円
災害復旧費	180万円	△79万円	101万円	15円
公債費	53億818万円	△2億1,889万円	50億8,929万円	7万6,818円
予備費	5,000万円	0円	5,000万円	755円
歳出合計	330億771万円	9億5,931万円	339億6,702万円	51万2,702円

※市民1人あたりの金額は、3月末現在の住民基本台帳人口から算出した額です。

【問い合わせ】財政課(TEL 77・2511 本庁3階)

公民館講座の 受講者を募集

学びを通じて、
新しい出会いを求めてみませんか。

だれでも気軽に学べる公民館講座の受講生を募集します。
市内に在住・通勤の人ならどの講座へも申し込みすることができます。
「今年もやるぞ!」「今年こそは!」という人など、多数の申し込みをお待ちしています。

■対象

市内在住・在勤の人(一部を除き、高校生(18歳)以下
の学生不可)

■申し込み期間

5月11日(日)~17日(土)

受付時間は、午前9時~午後5時

※地区公民館は、休館日(月曜)を除く。
※コミュニティセンターは、休館日(月・火曜)を除く。
※先着順に受付し、定員になり次第締め切ります。

■受講料

年額 1,000円 (開講時に集めます)
講座名の前に「※」が付いている講座は受講料以外に
受講者負担が別途必要です。

■申し込み方法

開催場所によって申し込み先が異なります。申し込み
先を一覧表で確認して、講座開催場所の各地区公
民館・コミュニティセンターへ、「紀の川市公民館講
座申込書」を直接提出してください。
電話・ファックス・郵送での申し込みは受け付けで
きません。

■その他

○通算3年受講した人は、同じ講座を受講すること
はできません。
○申込書は、各講座開催場所にも用意しています。
○文化協会加盟クラブ、公民館サークルに加入して
いる人は、同一内容の講座の受講はご遠慮ください。
○講師の都合で、日程を変更することがあります。
○小学生などが講座を受講する場合は、必ず保護者
が送迎してください。
○申し込みが少数の場合は、開講できない場合があ
ります。

◀◀◀申込用紙は次ページの上部に

打田地区公民館講座 開催場所・申し込み・問い合わせは、打田生涯学習センター(Tel.77・3140)

講座名	開催日・時間	開講日	定員
玄関などにさりげなく生けてみませんか。初心者向け実習です。花知識も学べます。(講師:未生流 馬場千津代) ※華道	第2火曜13:30~15:00	6月10日	20人
優雅な書道で心にゆとりと安らぎを。冠婚葬祭の表書きなどの実用的な書から本格的な書まで学べます。(講師:笠野崇法) 書道	第2・4水曜19:00~20:00	6月11日	25人
普段使わない筋肉をほぐすストレッチ体操で、日頃の運動不足を解消しましょう。(講師:森 泉) 健康ストレッチ体操	第2・4水曜13:30~15:00	6月11日	25人
個性に合わせて、油絵・水彩・色鉛筆・パステルなどの表現が基礎から学べます。(講師:松谷弘子) ※洋画	第1・3木曜13:30~15:30	6月5日	25人
子ども用ポンチョや大人用ショールや麻バッグなど、編みたいものを基本から学びます。(講師:芝田洋子) ※編み物	第1・3金曜13:30~15:30	6月6日	20人
日本伝統の着物を自分で着れるようになりたいと思いませんか。女性の初心者のための着付け教室です。(講師:山中 環) 着付け	第2・4水曜19:30~21:30	6月11日	20人
外国人講師のネイティブな英語を基礎から楽しく学べます。中学校程度の英会話から始めます。初心者優先です。 ※英会話(初級)	毎週木曜20:00~21:00	6月5日	25人
思い出をより鮮明に。専用の素材などで、お気に入りの写真を飾り付けし、アルバムを作りませんか。(講師:西納淳子/尾上玲子) ※スクラップブック	第3水曜10:00~12:00	6月18日	20人
背骨や骨盤まわりの筋肉(インナーマッスル)を鍛え、健康増進を図ります。(講師:田村 朋子) ピラティス	第1・3木曜13:30~15:00	6月5日	25人

粉河地区公民館講座 開催場所・申し込み・問い合わせは、粉河ふるさとセンター(Tel.73・3312)

講座名	開催日・時間	開講日	定員
季節の食材を使った「おうちごはん」を、みんなで楽しく作って楽しく食べましょう。(講師:西 美子) ※おうちごはん	第1水曜10:00~14:00	6月4日	24人
「おもてなし」や「手みやげ」に大活躍の手作りお菓子。みんなで楽しく作りましょう。(講師:覚道起佐子) ※お菓子づくり	第2日曜 9:30~12:00(連休の場合、第1または第3日曜)	6月8日	24人
基本を学び、季節の花や風景などを描き、楽しい時間を過ごしませんか。(講師:桂 淑) ※水墨画	第3水曜13:30~15:30	6月19日	20人
土を触ると、癒しはもちろん、童心に戻れると大好評。自分だけの作品を作る感動を味わってください。(講師:田中恵津子) ※陶芸	第1・3火曜13:00~16:00	6月3日	20人
まだまだ韓流ブーム。基本の会話から韓国文化まで楽しく学べます。(講師:李 庭花) 韓国語	第1・3木曜14:00~15:30	6月5日	25人
仕事からプライベートまで基本のマナーをしっかり身につけましょう。(講師:羽山京子) ※おとなのマナー	第3金曜10:00~12:00	6月20日	20人
仕事(自営業や会社)を少しでも楽に!エクセルを使って効率よく作業を!と思っている人にお勧めの講座です。(講師:井上之宏) ※パソコン「上級編」(前期)	毎週土曜(全10回)19:00~21:00	6月7日	20人
ワード2007初級編です。初歩から始めます。電源の入れ方・文字入力の仕方から勉強します。(講師:井上之宏) ※パソコン「初心者」(前期)	毎週土曜(全10回)9:30~11:30	6月7日	20人
紙1枚から広がる折り紙ワールド。折り紙で季節を先取りします。(講師:別所克世) ※おり紙	第4金曜13:30~15:30	6月27日	20人
ウクレレは優しく可愛らしい音色で、生活にうおいを与えてくれる癒しの楽器です。ウクレレの貸出あり。(講師:北中淳也) ※ウクレレ(初心者限定)	隔週土曜(全10回)19:00~20:30	6月7日	15人

11月に、パソコン(後期)を開講する予定です。パソコン講座は26年度で終了します。

那賀地区公民館講座 開催場所・申し込み・問い合わせは、那賀総合センター(Tel.75・2221)

講座名	開催日・時間	開講日	定員
だれでも手軽にできる料理を作り、自分で作る楽しみを味わってみませんか。(講師:正司育子) ※男の料理教室	第2水曜10:00~12:30	6月11日	16人
ストレッチを中心とした無理のない動きの体操です。幅広い年代で健康増進を図りませんか。(講師:田村朋子) ピラティス	第1・3水曜19:30~21:00	6月4日	25人
オリジナル作品を作る喜びを感じてみませんか。手先を使うことで脳の活性化を促します。(講師:山岡邦子) ※刺繍教室	第1・3水曜13:30~16:00	6月4日	25人
様々なジャンルのダンステクニックを取り入れた創作ダンスを通じ、踊る楽しさを味わいませんか。(講師:木村真紗美) フリースタイルダンス(小学生対象)	第2・4火曜19:00~20:30	6月10日	25人

申し込み用紙は、切り取ってお使いください。▶▶▶

貴志川地区公民館講座 開催場所・申し込み・問い合わせは、貴志川生涯学習センター (Tel.64・2273)

講座名	開催日・時間	開講日	定員
入門編です。韓国映画ドラマをより楽しめます。(講師:平川優太)			
※韓国語	第1土曜 15:30~17:00	6月7日	30人
基本から学んでください。創造力を発揮して唯一無二の作品を作り出してください。(講師:田邊頼一)			
※陶芸	第1・3土曜 9:30~11:30	6月7日	25人
花のある暮らしの提案。安価で気軽に参加してもらえます。(講師:木津京子)			
※カジュアル・フラワーアレンジ	第4土曜 10:30~12:00	6月28日	20人
どのように生き、どのような最後を迎えたいか。ご自身の人生を考える良い機会となるでしょう。(講師:坂口健太郎/安川修 ほか)			
メッセージノート活用塾	第3火曜 13:30~15:00(初回のみ第3金曜)	6月20日	30人
小学生から高校生まで。合唱を通じて心豊かに成長することを目的としています。(講師:秦野 緑/本多智恵子)			
※きしがわ少年少女合唱団	毎週木曜 19:00~20:30	6月6日	-

中貴志コミュニティセンター講座 開催場所・申し込み・問い合わせは、中貴志コミュニティセンター (Tel.65・1155)

講座名	開催日・時間	開講日	定員
誰でもできます。日本古来の和歌かるたで楽しく遊んでみませんか。(講師:室川公宏)			
百人一首競技かるた	第3金曜 13:30~15:30	6月20日	25人
国内外でテーブルマジックやイリュージョンを披露するプロに本格的なマジックを習ってみませんか。(講師:ちょびつとみつる)			
※プロマジシャンに学ぶマジック講座	第3土曜 10:00~11:30	6月21日	25人
年齢的にピアノを習うのは難しいと諦めていませんか。楽譜が読めなくても簡単に弾けますよ。(講師:鈴木 英)			
※中高年から始めるらくらくピアノ(午前の部)	第2・4金曜 10:00~11:30	6月13日	10人
年齢的にピアノを習うのは難しいと諦めていませんか。楽譜が読めなくても簡単に弾けますよ。(講師:鈴木 英)			
※中高年から始めるらくらくピアノ(午後の部)	第2・4金曜 13:00~14:30	6月13日	10人

西貴志コミュニティセンター講座 開催場所・申し込み・問い合わせは、西貴志コミュニティセンター (Tel.65・2211)

講座名	開催日・時間	開講日	定員
肩凝り、腰・膝痛の体の不調をバランス体操で姿勢を改善して健康になりましょう。(講師:淡路芳久)			
健康向上体操	第3木曜 14:30~15:30	6月19日	35人
パン屋さんが教える本格的なパン作りを楽しみませんか。(講師:西 俊英)			
※本格的なパン作り!!	第2金曜 11:00~15:00	6月13日	24人
本来の箏の1/2サイズで、楽譜は数字譜なので初心者でも簡単に弾けます。箏は月500円でレンタルできます。(講師:田口眞澄)			
※かわいいお箏 文化箏	第1木曜 10:00~11:00	6月5日	20人
小学生以上の講座。茶道の基礎技術の素養、マナーや精神力集中力が鍛えられます。(講師:藤田弘子)			
※子ども茶道教室	第3土曜 10:00~12:00	6月21日	40人

東貴志コミュニティセンター講座 開催場所・申し込み・問い合わせは、東貴志コミュニティセンター (Tel.64・3877)

講座名	開催日・時間	開講日	定員
まず準備運動で身体をほぐし、準備OK。今まで知らなかった自分の声探しをしてみよう。(講師:河島賢代)			
※正しい発声講座	第2金曜 10:30~12:00	6月13日	35人
ストレッチ、ロープ体操、ヨガ、フラダンスを交えながら、日頃使っていない筋肉を楽しく伸ばします。(講師:木村眞智子)			
フレッシュ体操講座	第1土曜 10:00~11:30(初回のみ第2土曜)	6月14日	35人
フランス語を難しく考えていませんか。読み方、数の数え方、自己紹介など、初歩からのチャレンジをしてみよう。(講師:アメル)			
※はじめてのフランス語講座	第4日曜 10:30~12:00	6月22日	25人

丸栖コミュニティセンター講座 開催場所・申し込み・問い合わせは、丸栖コミュニティセンター (Tel.64・7270)

講座名	開催日・時間	開講日	定員
美しい色彩の糸を組み合わせ、インテリアとしても使えるひもなど、創意工夫で飾り結びが楽しめます。(講師:田中和美)			
※創作飾り結び	第2水曜 13:30~15:30	6月11日	20人
基本ストレッチで体をほぐし、盆踊りなどを取り入れ、リズムに合わせ楽しく良い汗をかきましょう。(講師:鳥居由喜子)			
リフレッシュ体操	第2木曜 13:30~15:00	6月12日	30人
野菜ソムリエが、果実・野菜をテーマに「楽しく・美味しく・ヘルシーに」手軽に作る料理のコツを教えます。(講師:垣淵浩子)			
※季節のお野菜料理	第4金曜 10:00~12:00	6月27日	20人

平成26年度紀の川市民館講座申込書

施設名				受付No.	※何も記入しないでください
講座名				受講年数	初めて 2年目・3年目
ふりがな 氏名		性別	男・女	年齢	歳
住所	〒			電話番号	
				携帯電話	
※紀の川市外にお住まいの人は、以下も記入してください。					
勤務先名称				勤務先 電話番号	
勤務先住所					

平成26年度紀の川市民館講座申込書

施設名				受付No.	※何も記入しないでください
講座名				受講年数	初めて 2年目・3年目
ふりがな 氏名		性別	男・女	年齢	歳
住所	〒			電話番号	
				携帯電話	
※紀の川市外にお住まいの人は、以下も記入してください。					
勤務先名称				勤務先 電話番号	
勤務先住所					

- 受講年数欄は、該当するものに○をつけてください
- 申込書は、1人1講座ごとに、省略せずにすべて記入してください。
- 通算3年受講した人は、同じ講座を受講できません。
- 申し込みの列ができている場合は、1人1枚ずつの申込受付とします。
複数の講座(代理分含む)を申し込む場合は、再度、後列へ並んでください。
- 申込書に記載の個人情報は、公民館講座運営の目的以外には使用しません。

桃山地区公民館講座 開催場所・申し込み・問い合わせは、桃山会館 (Tel.66・2288)

講座名	開催日・時間	開講日	定員
自分のペースで全身を動かして、体も心も整えていきます。(講師:渡名喜友子)			
すつきり健康ヨガ	第1・3火曜 19:30~20:30	6月3日	30人
ヨーロピアンスタイルを取り入れ、生花はもちろんシルクフラワーやプリザーブドフラワーを使ってアレンジします。(講師:森 ルミ)			
※ヨーロピアンフラワーデザイン	第3金曜 19:00~20:30	6月20日	25人
市の特産品(桃)の花や枝を使って、素材本来の色を活かしたコースターやスカーフを作ります。(講師:塩見とも子/坂ノ上道子)			
※草木染	第2木曜 13:30~15:30	9月11日	25人
覚えられるかどうか心配…。でも太鼓を叩きたいあなた!この講座で和太鼓に触れてみませんか。(講師:井寄忠明)			
和太鼓	第2金曜 19:30~21:00	6月13日	25人
2~3歳の子どもを持つ親子で、一緒に体を動かしましょう。Let'sわくわく体験。(講師:大橋弥生)			
親子のふれあい体操教室	第1・3金曜 10:00~11:00	6月6日	40人(20組)
うまく書く必要なんてありません。自分が感じたことを感じたままに思いを込めて書いてみませんか。(講師:東郷千恵)			
絵手紙	第3日曜 13:30~15:30	6月15日	25人

●案内

情報公開制度 個人情報保護制度

25年度の情報公開制度・個人情報保護制度の実施状況をお知らせします。

■情報公開制度：市が持っている公文書を見ることが出来ます。ただし、そのことにより個人のプライバシーや、法人、団体などの権利や利益を侵害したり、市の事務事業の適正な執行に支障が出たりするおそれがあるかと判断した場合は除きます。なお、公文書を見るには、開示請求をする必要があります。

■個人情報保護制度：市が持っている個人情報をも本人が確認したい場合、開示請求ができます。また、開示

された個人情報に誤りがあれば訂正を請求できます。

情報公開制度		個人情報保護制度
請求件数	17	4
決定状況		
全部開示	閲覧 1	0
	写しの交付 9	0
部分開示	閲覧 5	1
	写しの交付 1	3
非開示	0	0
却下	0	0
取り下げ	0	0
処理中	1	0

■情報公開開示請求・個人情報開示請求の決定に対する不服申立て：1件
※うち、決定状況は、一部認容1件（24年度分）
【問い合わせ】情報公開制度：総務課（Tel77・2511）
1 本庁3階）／個人情報保護制度：情報推進課（Tel

77・2511 本庁4階）

●紀の川市 メール配信サービス

「防災情報」カテゴリを登録すると、J-ALERTシステム（全国瞬時警報システム）と連携した『緊急地震速報（震度4以上）』『紀の川市への各種気象警報』などの情報が、瞬時にメールで配信されます。

災害から身を守る手段の一つとして、ぜひメール配信サービスの登録を！

- 防犯・不審者情報・交通安全情報
- 防災情報
- 工事情報・通行規制情報
- 行政情報
- 観光・イベント情報
- 生活と健康の情報



登録は1か2のいずれかで。

- 1 <http://kinokawa.mail-dpt.jp/> にアクセス
- 2 kinokawa@entry.mail-dpt.jp に空メール

※登録がうまくできない場合

迷惑メール防止などの対策を講じている人は、次のドメインを許可してください。

city.kinokawa.lg.jp

メールアドレス指定が必要な人は、次のアドレスを許可してください。

mail-haishin@city.kinokawa.lg.jp

【問い合わせ】
情報推進課（Tel 77・2511 本庁4階）

日本型直接支払制度が始まります

農地・水保全管理支払交付金（共同活動支援交付金）が次の2本立てに変更になります。実施を希望する保全会（団体など）は問い合わせください。

■農地維持支払：集落などの活動組織が、農用地や農業用施設を保全管

理するために行う地域活動への支援で、農地法面の草刈りや水路の泥上げなどが該当します。

■資源向上支払：

施設の長寿命化のための活動や地域資源の質的向上を図る共同活動への支援で、水路・農道・ため池などの軽微な補修や景観形成などが該当します。

【問い合わせ】農地課（Tel 77・2511 本庁4階）

地籍調査の登記完了地域

次の地域の地籍調査の成果に基づき登記事務が完了しました。

完了した地域の字名

■桃山町神田の一部：鷹巣尾の一部（3月5日完了）

【問い合わせ】地籍調査課（Tel 77・2511 本庁5階）

災害への備え、果樹共済・水稲共済

近年は地球温暖化の影響などにより、気象の変化が激しく、いつ災害に見舞われるかわかりません。果樹・水稲共済は、風水害、干害、凍霜害、地震などの自然災害や病害虫などによって受けた損失を補てんする公的保険制度です。

■水稲共済：水稲を20ア以上耕作している人は、法律で加入が義務付けられています。
■果樹共済：加入できる樹種は、温州みかん、はっさく、ネーブル、不知火、桃、柿、梅、すもも、キウイフルーツです。
※見積もりは無料です。
【問い合わせ】NOSAI和歌山北部（Tel 0120・73・6788）

●税金

個人住民税の均等割税率の引き上げ

「東日本大震災からの復興に関し、地方公共団体が実施する防災のための施策に必要な財源の確保に係る地方税の臨時特例に関する法律」が制定されたことに伴い、個人住民税の均等割の税率を引き上げることに

なりました。

■特例の内容：個人住民税の均等割の標準税率が年額1,000円引上げられ、年額5,500円となります（現行は年額4,500円）。

●県民税の均等割 5000円の引き上げにより、年額2,000円（現行は1,500円で、内5000円は「紀の国森づくり税」）
●市民税の均等割 5000円の引き上げによ

税のお知らせ

ためないで！
ゴミ・ストレス・税金
税金は納期内に納めましょう

●夜間の納税・相談窓口

木曜の夜間（午後8時まで、祝日のぞく）に、納付・納税相談窓口（収税課・市民税課・国保年金課）を開設しています。

※夜間は、本庁舎北側通用口を利用ください。

●納期限のお知らせ 6月2日月

- ◎市県民税・普徴 随2期（収税課・市民税課）
- ◎軽自動車税 全期（収税課・市民税課）
- ◎固定資産税 1期（収税課・市民税課）
- ◎国民健康保険税 随2期（国保年金課）
- ◎後期高齢者医療保険料 随2期（国保年金課）
- ◎収税課・市民税課・国保年金課（Tel 77・2511）

納め忘れはありませんか

市県民税・普徴（随1期）／国民健康保険税（随1期・13期）／後期高齢者医療保険料（随1期）の納期限は**4月30日**です。まだ納めていない人は、最寄りの金融機関か市役所窓口へお急ぎください。

和歌山地方税回収機構・紀の川市

不動産合同公売開催のお知らせ

- 公売実施日…5月20日
- 公売開催場所…和歌山県自治会館3階304号（和歌山市茶屋ノ丁2番1）
- 公売実施日スケジュール
 - ①受付／午後1時から
 - ②公売保証金納付期限／午後1時30分～2時10分
 - ③入札時間／午後2時～2時20分
 - ④開札時刻／午後2時20分
- 売却決定日時・場所…5月27日 午前10時30分 紀の川市役所 総務部収税課
- 代金納付期限…5月27日 午前11時30分
- 公売の方法…期日入札
※不動産公売とは、市税滞納処分で差押えた不動産を売却し、その売却代金を滞納市税に充当する手続きです。
- ◎収税課（Tel 77・2511 本庁1階）

有料広告 くわしくは、広告主に問い合わせください。

広告主を募集しています

あなたのお店を広報紀の川でPRしませんか（有料）

ラジオ番組
紀の川市
とっておき情報

毎週 曜
午後1時30分頃

wbs和歌山放送で
放送中です。
(1431KHz)

り、年額3,500円（現行は3,000円）
■特例の期間：26年度から35年度までの10年間
【問い合わせ】市民税課（Tel 77・2511 本庁1階）

●●募集

プール監視員を募集します

紀の川市那賀B&G海洋センターのプール監視員を募集します。

■勤務期間：6月12日(木)～9月17日(水)

※プール開館予定期間は、6月15日(日)～9月14日(日)

■勤務時間：午前9時30分～午後5時15分・午後1時30分～午後9時15分の2交代

■募集人員：男女各4人程度(18歳以上で、泳ぎに自信のある健康な人。原則、高校生は除く)

■申込期間：5月7日(水)～16日(金)

【申し込み・問い合わせ】紀の川市那賀総合センター

犯罪被害者支援活動員養成講座

犯罪や事故の被害者、その家族を支援する活動員を養成します。

■とき：6月13日、20日、27日、7月4日(全4回、すべて金曜) 午後1時～4時

■ところ：和歌山市中心コミュニティセンター(和歌山市三沢町1丁目2番地)

■対象：25～65歳で、全日程受講可能な人

■定員：30人

■受講料：5,000円

■申込期間：6月11日(水)までに所定の用紙で申し込み

【申し込み・問い合わせ】公益社団法人 紀の国被害者支援センター (Tel 073・427・2100)

統計調査員を募集

各種統計調査に従事する登録統計調査員を随時募集しています。

■仕事内容：国などが実施する各種統計調査における調査対象世帯や事業所への調査票の配布・回収、調査票の点検・整理など

■応募資格(次の①～④の条件を全て満たす人)

①市内在住または在勤で満20歳以上の人 ②責任を持って調査員の仕事をこなせる人 ③調査時に知りえた秘密を守る人 ④税務・警察・選挙に直接関係のない人

■登録申請：政策調整課に事前に連絡してください。

■簡単な面接を実施します。

※調査実施の1～2か月前に、調査の種類・期間・調査地域などの連絡をします。

※1回の調査の従事期間は、1～2か月程度です。

調査の実施数や規模は年によって異なるため、すべての調査に従事できるわけでは

長寿学園・女性学級の受講生募集(打田地区)

はありませぬ。

■その他

○調査期間中は、非常勤の公務員となります。

○調査活動に従事した対価として報酬を支払います。

○調査活動中の事故などに対して補償があります。

【問い合わせ】政策調整課 (Tel 77・2511 本庁3階)

●長寿学園

■対象：打田地区の60歳以上の人

■定員：30人

■内容：仲間づくり、健康体操や講座、社会見学など

●女性学級

■対象：打田地区の女性

■定員：30人

■内容：食生活に関すること、社会見学、健康体操や講座など

※それぞれ年5回程度開催

■申込期間：5月7日(水)～28日(水)

【申し込み・問い合わせ】

住宅の耐震診断と耐震改修補助

地震に強いまちづくりを目的に実施します。26年度から「非木造住宅」「建替え」も対象となりますが、木造住宅とは条件が異なりますので、くわしくは問い合わせください。

受付開始…5月7日(水) 午前9時～ ※受付時間は、平日午前9時～午後5時

木造住宅耐震診断士を派遣(無料)

- 定数…30件(先着順)
- 申し込み条件(①～⑤を満たすこと)
 - ①市内の個人所有の住宅
 - ②昭和56年5月31日以前に着工された専用住宅・併用住宅・長屋または共同住宅(併用住宅については、延べ床面積の半分以上が居住用スペースであること)
 - ③木造軸組工法の住宅(枠組壁工法(2×4工法)、プレハブ工法、丸太組工法、鉄筋コンクリート造・鉄骨造等の混構造は不可)
 - ④2階建て以下で、延べ床面積が200㎡以下
 - ⑤申込者が市税を完納している
 ※住宅の所有者・同居者以外が申し込む場合は、所有者の同意が必要です。また、長屋・共同住宅の場合、全ての入居者の同意が必要です。

木造住宅の耐震改修工事費の一部を補助

- 定数…6件
- 補助金額(専用住宅・併用住宅の場合)
 - ・耐震設計費の2/3(上限13.2万円)
 - ・耐震工事費の2/3(上限60万円) + 耐震工事費の11.5%(上限41.1万円) + 15.4万円
 ※千円未満は切り捨て
 ※長屋・共同住宅については補助額が異なるため、問い合わせください。
- 申し込み条件(①～③を満たすこと)
 - ①左記①～⑤の条件に当てはまること
 - ②木造住宅耐震診断で、評点が1.0未満
 - ③設計業者・施工業者と契約していないこと
- 初回×切…5月15日(木)
 - ※応募多数の場合は抽選

【申し込み・問い合わせ】都市計画課(Tel 77・2511 本庁5階)

「紀の川」河川愛護モニターを募集

打田生涯学習センター(Tel 77・3140) 月曜を除く午前9時～午後5時30分

■モニター期間：7月1日～平成27年6月30日(1年)

■応募資格：市内在住で、紀の川付近(紀の川からおおむね5km以内)に住む20歳以上の人

■募集人員：県内で若干名(応募者多数の場合は選考)

■謝礼：月額4,000円程度

■応募方法：官製はがきまたは電子メールで①氏名②年齢③生年月日④性別⑤住所⑥電話番号⑦職業⑧活動範囲の希望⑨応募理由⑩河川愛護モニターになった場合の活動内容⑪河川愛護モニター経験の有無を記載し、6月6日(金)までに、和歌山河川国道事務所に(〒640-8227 和歌山市西汀16番地 ※電子メールアドレスはページ上部に記載)へ応募してください。

あぐりキッズスクール第4期生募集

JA紀の里は食農教育の一環として、JA紀の里管内(紀の川市・岩出市)の小学校3～6年生を対象にあぐりキッズスクールを開校しています。これは単発的な農作業体験ではなく、継続的な体験を通じて、次世代を担う子供たちに、食・農の大切さを伝えることが目的で、5月から年間7回のカリキュラムで行います。

田植えや稲刈り、野菜や果物の収穫など食とそれを育む農業や自然に親しんでもらえる多くのカリキュラムを用意しています。参加を希望する場合は、問い合わせください。

【申し込み・問い合わせ】JA紀の里生活部(Tel 77・7808)

広告主を募集しています

あなたのお店を広報紀の川でPRしませんか(有料)

有料広告 くわしくは、広告主に問い合わせください。

●●催し

第39回プロムナー
ドコンサート

和歌山大学交響楽団によるコンサート
 ■とき：5月11日(日)開場午後1時/開演1時30分
 ■ところ：粉河ふるさとセンター大ホール
 ■入場料：500円(全席自由席) 小学生未満は無料
 ■演奏曲：「オットー・ニコライ ウィンザーの陽気な女房たち」/「ピゼーアルルの女 第2組曲 ファランドール」/「ヨハン・シュトラウス2世 皇帝円舞曲」/「Kino 花は咲く、ベストフレンド」(粉河高校合唱部との共演) など
 ■入場券販売場所：粉河ふ

第25回那賀地区市
民公開講座

公立那賀病院が「実際に
行っているがん診療」につ
いて、市民向けの公開講座
を開催します。参加は無料
で、予約は不要です。
 ■とき：5月24日(土)午後1
時30分～3時30分
 ■ところ：若田市市民総合
体育館
 ■内容：
 講演①「乳がん検診を始め
あなたとあなたの家族の
ために」講師：乳腺外科
科長・内藤古真
 講演②「ペロリ菌を除菌し
たら胃がんが予防できる
の？」講師：内科医長・豊
田和之

東貴志「コミセン」
「ほたるまつり」

講演③「がんと食生活」講
師：栄養科科長・真珠文子
 【問い合わせ】公立那賀病
院医事課 がん診療連携拠
点病院運営事務局 (Tel 77
2019)

■とき：6月7日(土)、8日
(日)両日午前10時～
 ■ところ：東貴志「コミニ
ティセンター」屋外
 ■内容：1日目 キヤンド
ルの作成と点灯、花火大会
/2日目 そうめん流し、
ビンゴゲーム/模擬店、ホ
タル観賞
 【問い合わせ】東貴志「コ
ミュニティセンター」(Tel 64
3877) 月・火・祝日を
除く午前9時～午後5時

キャンプ参加者募集
～in韓国～

世界10か国の子どもたち6,000人が
参加するキャンプ事業です。Kポッ
プコンサートや韓国観光もあります。
 ●とき：7月28日(日)～8月1日(金)
 ●行先：韓国ソウル市・全羅北道
 ●対象：小学校4年生～高校3年生
 ●定員：20人
 ●経費：60,000円(予定)
 ●申込期限：5月31日(土)
 【申し込み・問い合わせ】
海友会那賀ブロック (Tel・Fax 77-7005)
E-mail: g1522629@hotmail.com

市民の掲示板

鞆淵がんと農家の黒豆作業体験

紀の川市の南端、標高約400mに位置する山あいの集落「ともぶち」
で黒豆の植え付け作業から収穫までの体験をしてみませんか。

- 第1回目…6月14日(土)
黒豆の植え付け作業、竹細工作成、夕食を予定しています。
夜にはホテル観賞も行います。
- 第2回目…10月18日(土) / ●第3回目…12月6日(土)
※開催日は作物の生育状況により変更する場合があります。
2回・3回目には収穫と試食、サツマイモ掘り体験やしめ縄
づくり、チヂミホウレン草の植え付け、収穫も計画しています。

※参加費用や申し込み方法など、くわしくはJ A紀の里か
農業振興課に問い合わせください。
 【申し込み・問い合わせ】
J A紀の里体験農業部会生活相談課 (Tel 77-7808)
農業振興課 (Tel 79-3902 本庁4階)

市民まつり2014の
出演者を募集します

市民まつりのステージ「夢舞台」で、あなたのパフォーマンスを披露しませんか。
音楽・ダンス・カラオケもOK! みなさんの力で「まつり」を盛り上げましょう。

- とき・ところ…8月17日(日) in 打田若もの広場
- 募集定員…若干組
※応募多数の場合は、審査します。
- 当日の持ち時間…1組最大15分
- 応募受付期間
5月1日(土)～6月2日(日) 午後5時まで(郵送可)
- 応募条件
必要な楽器などの機材を用意できる人
※マイク、いすは実行委員会が用意します。
※無償出演です。

●応募要領…市民まつり実行委員会事務局に設置の応募用紙(市ホームページからもダウンロード可)に必要な事項を記入し、出演内容が分かるDVDや音源・写真などを添付し、同事務局に提出してください。応募いただいた資料は返却しませんのでご了承ください。
 【募集受付・問い合わせ】
市民まつり実行委員会事務局 (Tel 0736-77-2511 / 平日の午前9時～午後5時)
商工観光課内(本庁4階) / 〒649-6492 紀の川市西大井338番地

劇団東少ミュージカル ～宝くじ文化公演～

アヒプスの少女ハイジ



■とき…26年7月13日(日)

開場午後1時30分/開演2時

- ところ…粉河ふるさとセンター 大ホール
- 入場料…前売券 大人1,000円/高校生以下500円
当日券 大人1,300円/高校生以下700円
※全席自由。3歳以上有料。
※入場料は、宝くじの助成により特別料金です。
※前売りにて完売した場合、当日券はありません。
- 入場券販売…5月10日(土)から販売開始
粉河ふるさとセンター(月曜・祝日以外) / 貴志川生涯
学習センター(月曜・祝日以外) / 和歌山県民文化会館
- 入場券販売時間…午前9時～午後5時



■内 容…どんな環境におかれても対応できる素直さ、純真で明るく自由奔放に生きる「ハイジ」。子どもたちに、「愛と友情の大切さ」「生きるってすばらしい」を感じてもらえる作品です。

【問い合わせ】粉河ふるさとセンター (Tel 73・3312)

困ったときの相談

県民相談・交通事故相談などは「県民の友」
を見てください。また、社会福祉協議会
が行う心配ごと相談などは「福祉きのか
わ」を見てください。

↓市役所の電話番号案内 (8:45~17:30)

■市役所本庁 Tel 77・2511
税金、住民票、戸籍、印鑑登録、国民健康
保険、国民年金、水道、浄化槽、飼い犬、
ごみに関すること、健康診断、母子手帳、
保育所、子育て教室、介護保険、介護予防、
障害者手帳、地域巡回バス、統計調査、入
札、災害に関すること、農業、林業、観光、
商業、小・中学校、成人式、文化財、青少
年健全育成、生涯スポーツ、市営住宅、道路、
河川、開発、下水道、地籍調査など

■粉河支所 Tel 73・3311
各種申請手続きなど

■鞆渕出張所 Tel 79・0001
各種申請手続きなど

■那賀支所 Tel 75・3111
各種申請手続きなど
那賀地区のし尿収集など

■桃山支所 Tel 66・1100
各種申請手続きなど

■貴志川支所 Tel 64・2525
各種申請手続きなど

ごみ（廃棄物対策課Tel 77・2511）
■粗大ごみの収集依頼 Tel 77・0828
■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
■貴桃クリーンセンター Tel 67・0022

生涯学習・生涯スポーツ
■生涯学習課 Tel 77・2511
■生涯スポーツ課 Tel 77・2511
■打田生涯学習センター Tel 77・3140
■粉河ふるさとセンター Tel 73・3312
■那賀総合センター Tel 75・2221
■桃山会館 Tel 66・2288
■貴志川生涯学習センター Tel 64・2273
■青少年センター Tel 64・9888

弁護士相談

■紀の川市弁護士相談
Tel 77・2511（市民課）
6月4日(水)午後1時30分～
紀の川市役所本庁1階相談室4
（電話予約が必要 先着5人）
予約受付開始：5月21日(水)午前
9時～

行政相談

■紀の川市行政相談
Tel 77・2511（市民課）
総務大臣から委嘱された行政
相談員が行政全般についての相
談に応じます。相談はどの会場
でも受けられます。
○5月13日(火)午後1時～3時
貴志川保健福祉センター2階

人権相談

■紀の川市人権相談
Tel 77・2511（人権啓発推進
課）
法務大臣から委嘱された人権
擁護委員が人権全般についての
相談に応じます。相談はどの会
場でも受けられます。
○5月14日(水)午後1時～3時
貴志川保健福祉センター2階
相談室
○6月11日(水)午後1時～3時
桃山保健福祉センター1階相

就職

■巡回職業相談 5月20日(火)
相談員が就職相談に応じます。
井阪文化会館（午前10時30分～
11時30分）／那賀総合センター
（午後1時～2時）／古和田会
館（午後2時30分～3時30分）
Tel 77・2511 商工観光課

■障害者の就職相談
Tel 61・6300（岩出紀の川障
害者就業・生活支援センター
フロンティア）要予約
毎月第1・3火曜日の午後
本庁2階相談室で相談・支援を
行います。

■職業相談 紀の川ワークサロ
ン（ハローワーク和歌山）
Tel 65・3435
豊富な経験を持つ職業相談員が
相談に応じます。

■若者サポートステーションき
のかわ（サポステきのかわ）
Tel 0736・33・2900（橋
本市市脇1-1-6 JA橋本支
店ビル2階）
平日の午前8時30分～午後5時
相談に応じます。

消費生活

■紀の川くらしのネットワーク
架空請求やクーリングオフ（契
約の解消）の相談に応じます。
Tel 79・3919（本庁南別館2
階相談室 ぐらしの窓口 商
工観光課）
毎週水曜日の午後1時～3時

■消費生活相談員による、消費
者問題の相談
Tel 79・3919（本庁南別館2
階相談室 商工観光課）
第2・4水曜日の午後1時～4時
Tel 62・2141（岩出市役所2階
第2・4火曜日の午後1時～4時

こころ・からだ

■障害者の相談
Tel 073・445・7314（県子
ども・女性・障害者相談センター）
身体や知的障害のある人に関
する相談に応じます。

■このとり相談（面接相談）
Tel 61・0049（岩出保健所）
産婦人科医師が不妊相談に応
じます（要予約）。

■身体・知的・精神障害・不登
校・ひきこもりに関する相談
Tel 78・2808（麦の郷 紀の
川・岩出生活支援センター）
平日の午前9時～午後5時

■難病に関する相談
Tel 77・5161（難病連家族会き
ほく）平日の午前10時～午後4時

高齢者

■紀の川市地域包括支援セン
ター「愛の手」
Tel 77・0350 平日の午前8
時45分～午後5時30分
地域包括支援センターは、高
齢者の健康の維持、向上や安心
できる生活のための支援をしま

■このころの健康相談
Tel 61・0021（岩出保健所）
精神科医と精神保健福祉相
員などが相談に応じます。

子ども・青少年

■市役所子育て支援課の家庭児
童相談
Tel 77・2511（子育て支援課）
平日の午前8時45分～午後5時
30分
子どもに関することや、児童
虐待などの相談に応じます。

■子育て支援センターの子育て
に関する相談
Tel 66・0404（桃山子育て支
援センター）
Tel 75・2331（那賀子育て支
援センター）
いずれも、平日の午前9時～正
午、午後1時～5時

子育ての悩みや不安などの相
談に応じます。直接来所や電話
で相談ください。

■子ども（18歳未満）に関する
あらゆる相談
Tel 073・445・5312（県子
ども・女性・障害者相談センター）

■発達障害に関する相談
Tel 073・413・3200（和
歌山県発達障害者支援センター
ポラリス）水曜を除く平日の午
前10時～正午・午後1時～4
時、水曜は午後のみ

■小児成育医療支援室
Tel 073・441・0826（県立
医科大学小児成育医療支援室）
平日の午前9時～午後5時

子どもの発育・発達、子育て
の悩み、学校での問題などの相
談に応じます。

女性

■青少年のいじめや非行問題に
関する相談
Tel 0736・64・9888（紀の
川市青少年センター）
平日の午前9時～午後5時
気軽に相談ください。

■女性相談
Tel 073・435・5246
（県男女共同参画センター）
○面接相談は、火～土曜日午前
9時～午後5時30分（要予約）
○電話相談は午後8時30分まで

■女性に対する暴力の相談
Tel 073・445・0793（県子

●京奈和自動車道（紀北かつらぎIC～紀の川IC）が開通

3月30日、京奈和自動車道紀北東道路の
紀北かつらぎIC～紀の川ICが開通しま
した。供用開始となる午後3時、市内
のICでは新しい道路の開通を心待ちに
していた多くの車が列を作り、開通し
たばかりの道路を走りました。移動の
速達性の向上や国道24号の交通渋滞の
緩和などが期待されます。



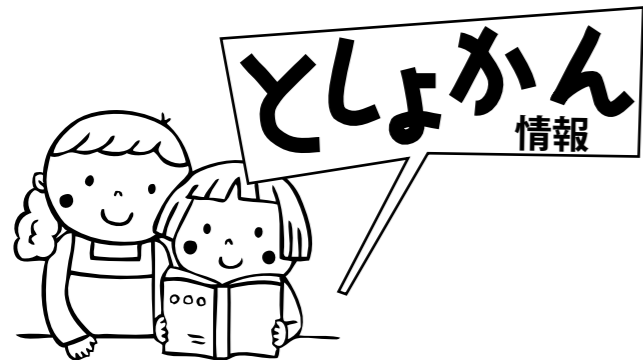
※相談のページの「平日」と
は、祝日を除く月曜日～金
曜日のことです。

ども・女性・障害者相談センター）
○電話相談は、毎日午前9時～
午後9時30分
○面接相談は、平日の午前9時
～午後5時45分（電話予約必
要）

病院・警察・消防署の電話番号

■公立那賀病院	Tel 77・2019
■那賀休日急患診療所	Tel 77・6410
■鞆渕診療所	Tel 79・0009
■岩出警察署	Tel 63・0110
■〃打田交番	Tel 63・0110
■〃南中警察官駐在所	Tel 77・3041
■〃粉河幹部交番	Tel 63・0110
■〃長田警察官駐在所	Tel 63・0110
■〃龍門警察官駐在所	Tel 63・0110
■〃鞆渕警察官駐在所	Tel 79・0017
■〃那賀交番	Tel 63・0110
■〃安楽川警察官駐在所	Tel 66・0012
■〃調月警察官駐在所	Tel 66・0629
■〃貴志川交番	Tel 63・0110
■那賀消防組合本部	Tel 61・0119
■岩出保健所	Tel 63・0100

■〃調月警察官駐在所	Tel 66・0629
■〃貴志川交番	Tel 63・0110
■那賀消防組合本部	Tel 61・0119
■岩出保健所	Tel 63・0100



開館時間…打田・桃山図書館は午前9時30分～午後6時まで
粉河・那賀・貴志川図書館は午前9時30分～午後5時30分まで

蔵書点検による休館のお知らせ

- 打田図書館 5/7～5/20
- 那賀図書館 5/22～5/31
- 桃山図書館 6/1～6/10
- 粉河図書館 6/9～6/18
- 那賀図書館 6/15～6/28

文化財

わたしのまちの文化財



5月	打田図書館 (Tel. 78・2010)	粉河図書館 (Tel. 73・3312)	那賀図書館 (Tel. 75・4500)	桃山図書館 (Tel. 66・9678)	貴志川図書館 (Tel. 64・4614)
5月	☺	☹	☹	☹	☹
6日	☺	☹	☹	☹	☹
7日	☹	☺	☺	☺	☺
8日	☹	☺	☺	☺	☺
9日	☹	☺	☺	☺	☺
10日	☹	☺	☺	☺	☺
11日	☹	☺	☺	☺	☺
12日	☹	☹	☹	☹	☹
13日	☹	☹	☹	☹	☹
14日	☹	☺	☺	☺	☺
15日	☹	☺	☺	☺	☺
16日	☹	☺	☺	☺	☺
17日	☹	☺	☺	☺	☺
18日	☹	☺	☺	☺	☺
19日	☹	☹	☹	☹	☹
20日	☹	☹	☹	☹	☹
21日	☺	☺	☺	☺	☺
22日	☺	☹	☹	☺	☹
23日	☺	☺	☺	☺	☺
24日	☺	☺	☺	☺	☺
25日	☺	☺	☺	☺	☺
26日	☹	☹	☹	☹	☹
27日	☺	☹	☹	☹	☹
28日	☺	☺	☺	☺	☺
29日	☺	☺	☺	☺	☺
30日	☺	☺	☺	☺	☺
31日	☺	☺	☺	☺	☺
6月					
1日	☺	☺	☺	☹	☺
2日	☹	☹	☹	☹	☹
3日	☺	☹	☹	☹	☹
4日	☺	☺	☺	☺	☺

今月のテーマ「お弁当」
著者名/出版社名/所蔵図書館名

- ①常備菜と買いおき食材ですぐにおいしい飛田さんちのお弁当
飛田和緒/家の光協会/打田
- ② stillさんのお弁当につめるだけ! シリコンカップおかず
still/宝島社/打田
- ③スープジャーでほめられべんとう
星野奈々子/榎出版社/打田
- ④朝15分でできる丼弁当
きじまりゆうた/家の光協会/打田
- ⑤季節のキャラ&デコ弁当教室
高田ゆみこ/旭屋出版/打田

- 新しく入った本 図書名/著者名/出版社名/所蔵図書館名
- 花かがり/今井絵美子/角川春樹事務所/粉河
 - 春夏ニット'14 きれいな美しい編み地/実業之日本社/那賀
 - はじめてのからだえほん/山田 真ほか/パイインターナショナル/桃山
 - わかる Windows 8.1 /コスモメディアほか/学研パブリッシング/貴志川
 - 葉っぱで見わけ五感で楽しむ樹木図鑑/林将之/ナツメ社/打田

■読み聞かせの予定 ※5月の【うちた(こども向け)】は第1日曜日、【きしがわ】は第2日曜日に変更します。

打田図書館	5月4日(日)	AM 10:30～	おはなしのくに (こども向け)
粉河図書館	5月17日(土)	AM 10:00～	よみきかせのかい
那賀図書館	5月14日(水)	AM 10:00～	おはなしれっしや
桃山図書館	5月14日(水)	PM 2:00～	赤ちゃんみらい号
	5月17日(土)	PM 1:30～	こどもみらい号
貴志川図書館	5月11日(日)	AM 10:00～	おはなしのへや



林ヶ峯観音寺菩薩形坐像



曼荼羅に描かれた菩薩像

観音寺の密教彫像

わたしのまちの文化財その⑧ 林ヶ峯観音寺の菩薩形坐像

目と小さな唇をあらわして、やや厳しい、内省的な表情を見せています。こうした表情と、胸を張って胴を引き締めた充実した体型、膝を左右に張り出した安定した姿勢、その膝にくつきりと刻まれた衣の皺などの特徴は、9世紀半ば(西暦850年前後)頃の密教彫像に典型的に見られる表現です。

弘法大師空海が唐で学び、その体系を伝えた密教では、仏の姿を具体的にイメージするために、数多くの仏の姿とその世界観を表した曼荼羅が描かれ、修法などに用いられます。そうした曼荼羅に描かれた仏の姿と、この菩薩形坐像を比べてみましょう。

注目されるのは、頭上に結び上げた髪(髻)の根元に取り付けられた銅製の飾りです。こうした銅製の飾りを付けた仏像は、日本中でこれまで一つも見つかっていませんでしたが、曼荼羅図像を見ると、同じ場所と同様の飾りが描かれていることが分かります。他にも、冠に取り付けたリボン(冠緒)が背面に垂れている表現も見られ、これも9世紀の密教彫像として唯一確認できるものであり、そして曼荼羅図像にも典型的に見られるものです。

空海による、正式な密教(純密)の伝播の直後、9世紀半ば頃までに造られた密教彫像は、和歌山県では高野山・壇上伽藍の金堂にかつて安置されていました。昭和元年に焼失していますが、すなわち、和歌山県最古の密教彫像である林ヶ峯観音寺の菩薩形坐像は、こうした数少ない初期密教彫像の貴重な新資料であるとともに、密教彫像と曼荼羅図像との密接な関係を具体的に証明している、とても重要な文化財であるといえるでしょう。

【問い合わせ】紀の川市文化財保護委員会(TEL 79・3907 生涯学習課内)



■放課後が楽しくなる！

老朽化と利用児童の増加のために建て替えていた貴志川町上野山の「学童保育こどもくらぶ」が完成しました。平成11年、当時は5人の児童から始まったこどもくらぶ。今では62人の利用申請があります。広くなった教室で多くの児童たちがのびのびと、元気いっぱい放課後を過ごし、保護者も安心して預けられる施設になりました。児童たちは、「新しくなっとうれしい」「広くてきれい」と新しい教室に目を輝かせていました。



■待望のバス停が完成 4/1

切畑の葛谷に地域巡回バスの停留所ができました。新コースでの運行が始まったこの日、地区を代表して子どもたちが運転手さんに感謝の気持ちを込めた花束を贈呈しました。この地区では昭和48年にバスの巡回がなくなり、不便な状況が続いていたため、設置を待ち望んでいた住民たちは足早にバスに乗り込みました。切畑区長の本村浩平さんは「市への要望が実現し、バスの巡回が始まって大変うれしい。どんどん活用したい」と話してくれました。



■新しい格技場で 4/12

那賀中学校の格技場が完成し、生徒や関係者などに披露されました。記念事業として、市出身で柔道家の薪谷翠さんが講演を実施。自分が培ってきた経験を元に「感謝の心・目標・忍耐力を持つことが大事。夢・目標に向かってチャレンジを」と生徒たちにエールを送りました。その後、薪谷さんは技のかけ方を実演したり、中学生を相手に組み合せて練習したりしました。見学していた生徒たちはプロの技とその迫力に見入っていました。



■あったかいごはんだ〜 4/8

鞆刈へき地保育所で、創立以来初めての給食がスタートしました。鞆門保育所で調理されたものを粉河給食センターの配送車で運んできます。食缶には栄養のバランスがとれた、ほっかほかのおかずやごはんが入っていて、児童たちも今日のメニューは何か？と興味津々です。年長の榎本沙菜ちゃんは、「お母さんのお弁当もおいしいけど、給食もあったかくておいしい！」と、にこにこ笑顔で話してくれました。



■第9回紀の川市桃源郷ハーフマラソン大会 4/6

今年も、785人のランナーが挑戦しました。冷たい春雨が降りしきる中、元気いっぱいのランナーたちが桃源郷を駆け抜けました。大会結果は次のとおりです(各部門の1位〜6位まで、敬称略)。

3km マラソン

●小学生女子
鹿嶋仁渚
(和歌山市 記録11:44)
上畑真由(日高町)
山本裕香(田辺市)
山田祐衣(岩出市)
池本さくら子(岩出市)
森田帆南(和歌山市)

●中学生女子
南條朱音
(海南市 記録11:43)
木村優花(田辺市)
伊藤美空(高野町)
福永ひかり(紀の川市)
山岸 隼(紀の川市)
前中佑りこ(紀の川市)

●一般女子
橋爪 幸
(奈良 記録12:56)
徳井栄子(田辺市)
米納幸子(大阪)
福岡伸子(岩出市)
松山ヒロミ(紀の川市)
妹背宏美(紀の川市)

●小学生男子
樋瀬翔希
(和歌山市 記録11:08)
木村翔太(紀の川市)
富谷泰成(紀の川市)
嶋竜之介(岩出市)
上畑 陸(日高町)
小久保楽(紀の川市)

●中学生男子
前久保雄貴
(紀美野町 記録9:55)
樋瀬光希(紀美野町)
山根昂希(紀の川市)
水越 陸(紀美野町)
坂口博基(紀の川市)
西川稜晟(岩出市)

●一般男子
酒井浩之
(有田市 記録9:59)
前田賢二(日高町)
磯部 健(大阪)
中西智光(和歌山市)
土居正幸(大阪)
森田敏弘(和歌山市)

ハーフマラソン

●39歳以下女子
鹿嶋菜名
(和歌山市 記録1:22:44)
川口紗永(紀の川市)
田中裕理(和歌山市)
南 沙知(和歌山市)
岩崎佳蓉(岩出市)
阪部一文(橋本市)

●40〜49歳女子
岡田寿美
(大阪 記録1:36:07)
小川千恵子(大阪)
森田裕子(大阪)
佐藤奈緒美(海南市)
田中美代(田辺市)
西川栄子(大阪)

●50歳以上女子
小出裕子
(田辺市 記録1:32:50)
松村茂里(御坊市)
今村久美(和歌山市)
鷹井裕子(田辺市)
村上初美(田辺市)
高橋千鶴(橋本市)

●39歳以下男子
石井和樹
(大阪 記録1:13:02)
橋爪隆典(奈良)
柯 友希(和歌山市)
城本尚斗(和歌山市)
塩崎徳雄(美浜町)
中島 涼(紀の川市)

●40〜49歳男子
平井克尚
(和歌山市 記録1:18:06)
山田和信(大阪)
玉置慶輔(大阪)
所谷 純(大阪)
近道良行(大阪)
池田政隆(紀の川市)

●50歳以上男子
中平久永
(田辺市 記録1:23:58)
長井英樹(串本町)
吉川浩幸(和歌山市)
榎本義伸(奈良)
井岡 隆(海南市)
蛸原和弘(奈良)



みんな元気に!

ハッピーごはん

4

★管理栄養士によるレシピ紹介を連載します!

～オープンオムレツ～

気候もよくなるこの時期は無気力になりやすく、体調も崩しやすいです。そこで疲れや免疫力を上げる効果がある、新じゃがいもやアスパラ、えんどう豆などを使った春らしいオムレツを紹介します。

- 1 新じゃがいもはひとくち大に切り、固めに茹でる。
- 2 新たまねぎは薄くスライスする。
- 3 えんどう豆、大豆(水煮)はさっと茹でる。
- 4 プロセスチーズは1cm角に切る。
- 5 アスパラは斜めにスライスしてさっと茹でる。
- 6 卵を溶きほぐし、①～④と塩を入れ混ぜる。
- 7 フライパンに油を引き、⑥を流し入れる。
- 8 軽く焼けてきたら最後に⑤を飾る。

問 健康推進課 (Tel 77・0829)

野菜たっぷりのヘルシーなオープンオムレツです。少し溶けたチーズがアクセントになります!



1人分
147kcal

材料(4人分)

卵	4個	アスパラ	20g
新じゃがいも	50g	塩	少々
新たまねぎ	30g	サラダ油	小さじ2
えんどう豆	20g		
大豆(水煮)	30g		
プロセスチーズ	30g		



きいちゃん

2015

紀の国わかやま国体
 紀の国わかやま大会
 運動と教育をそえて絆

紀の国わかやま国体 開催まであと513日 (5/1現在)

ボランティア大募集!!

問 国体対策課 (Tel 77・0894)

今年開催される国体リハーサル大会と27年に開催される国体・本大会の競技会運営などに従事していただくボランティアを募集しています。

募集期間:26年1月6日(月)～5月31日(土)

参加登録条件:紀の川市に在住・在勤・在学の高校生以上の個人または団体
(※ただし、18歳未満の人は保護者の同意が必要)

■ボランティア内容

- 受付・会場案内係…来場者受付・会場案内・資料配付 など
- 会場整理係…交通整理・来場者の誘導 など
- 会場美化係…清掃美化・会場装飾・プリンター管理 など
- 休憩所・弁当引換係…ドリンクサービス・弁当引換 など
- その他…競技運営に関する活動(写真撮影など)



※申し込み方法など、くわしくは国体対策課へ問い合わせください。