

あなたは毎朝、朝ごはんを食べていますか？朝ごはんを食べて、元気な1日を過ごしましょう。



◆【特集】朝ごはんのススメ 2

C O N T E N T S

- ◆健康ガイド 8
- ◆暮らしに役立つ情報ワイド 10
 - 子育て教室などの子育て支援情報
 - 保育所の入所を11月下旬に受付します
 - としょかん情報
 - スポーツを楽しもう
 - 介護保険 利用者負担などの減額制度
 - 後期高齢者医療制度が始まります
- ◆まちの話題 16
- ◆暮らしに役立つ情報BOX 22
 - 生活/税金/福祉/案内/募集/催し/相談
- ◆わたしのまちの文化財 27

10
 2007

～ようおこしなして～

青洲まつり

何望軽裘肥馬門

唯思起死回生術

風光自適臥寒村

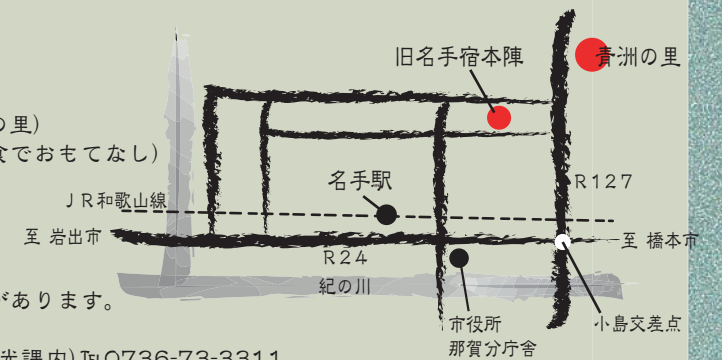
竹屋蕭然鳥雀喧



10月21日(日) 午前9時30分から

メイン会場：青洲の里 時代行列出発地点：旧名手宿本陣

地元団体等によるステージイベント
 演劇「葦岡青洲の妻」(劇団葦岡青洲)
 ※有吉佐和子原作・オリジナル脚本
 青洲時代行列(旧名手宿本陣～名手駅前～青洲の里)
 青洲うまいもん横丁(地元食材を利用した健康食でおもてなし)
 出店コーナー
 行政コーナー(乳がん検診など)
 キャラクターショー(時空機動隊カイセー)
 こども体験むら など
 ※都合によって時間・内容等が変更される場合があります。



青洲まつり実行委員会(紀の川市商工観光課内) Tel.0736-73-3311

紀の川
 シティ
 情報

広報紀の川第24号
 発行 平成19年10月1日
 紀の川市長公室広報広聴課
 〒649-6492 和歌山県紀の川市西大井338番地
 Tel.0736・77・2511 Fax.0736・77・4910
 E-mail k020100-001@city.kinokawa.lg.jp
 ホームページ http://www.city.kinokawa.lg.jp

ひとの動き

人口 69,901人 (-70)
 男 33,325人
 女 36,576人
 世帯数 24,887世帯 (+12)
 平成19年8月末現在()は前月比

※配布の不着、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。

朝ごはんのイイコト

朝食を抜いた体でお昼ごはんを食べると、体は栄養を余分に取り込んでしまい、太りやすい体になってしまいます。朝ごはんをとったエネルギーは消化されやすいので、少々食べても大丈夫。バランスよく朝ごは

●肥満撃退

朝食を抜いた体でお昼ごはんを食べると、体は栄養を余分に取り込んでしまい、太りやすい体になってしまいます。朝ごはんをとったエネルギーは消化されやすいので、少々食べても大丈夫。バランスよく朝ごは

コーンフレークやご飯などの炭水化物を食べると、消化されてブドウ糖になり、朝の集中力が上がります。また、バナナやリンゴなどの果物もおすすです。

子どもでも大人でも、空腹な状態していると、集中力が低下し、勉強や仕事がかどらない。ということがありませんか？

●集中力アップ

朝ごはんは、言わば目覚まし時計のような役割を持っています。朝ごはんを食べると、睡眠中に低下した体温や血糖値が上がります。これによって、眠っていた頭と体を目覚めさせることができます。

●頭と体の目覚まし時計

■朝ごはんってすごいんです



●朝ごはんで頭がよくなる!?

毎日朝食を食べる子どももほど、ペーパーテストの結果がいい傾向にあることを知っていますか？

「そんなの偶然！」かもしれないが、下のグラフを見れば、その効果はあなだれませんか。

朝ごはんのメリットが、いろいろな調査でもしっかりとあらわれています。

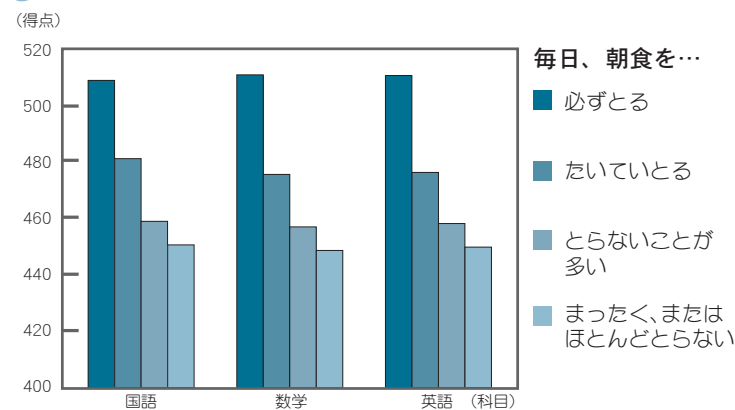
共働きの夫婦や子どもの塾通いなどで、一家そろって夕ごはんを食べることが難しい家庭もあります。そんな忙しい家庭にとって、たった5分でも一緒に朝ごはんを食べる時間があれば、1日のスタートを家族全員で迎えることができます。

●朝ごはんはコミュニケーション

子どもは大人を映す鏡です。朝ごはんをしっかりとる習慣を、子どもにも身につけさせるため、大人もすすんで食べるようにしましょう。たとえ食べる時間がバラバラでも、家族全員が食べているという安心感を与えることができます。

ともに食べるということは、ともに生きるという、大切な行為なのです。

毎日、朝食をとる子どもほど、得点が高くなる

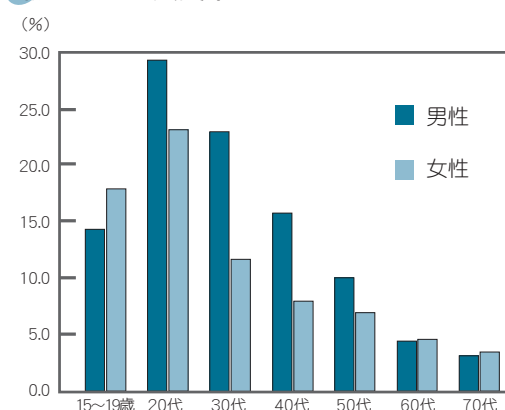


※出典: 国立教育政策研究所「平成15年度小・中学校教育課程実施状況調査」調査対象: 中学生約24万人

Check!
みんなでチェックしてみよう!

- 朝は早起して、余裕を持って支度している。
- 朝ごはんは、毎朝ちゃんと食べている。
- 朝ごはんは、家族の人と食べている。
- 寝る前に、間食や夜食を食べないようにしている。
- 早い時間に寝て、睡眠時間は十分とっている。

朝ごはんの欠食率



※出典: 厚生労働省「国民健康・栄養調査」(平成15年)

■朝ごはん食べていますか？
皆さんは毎日、朝ごはんを食べていますか？
「起きるのが遅くて、食べる時間がない」「朝は食欲がない」などの理由で、なかなか朝ごはんを食べられない方もいるのではないのでしょうか？
朝ごはんは、私たちの体と頭を目覚めさせ、1日を元気に過ごすため、また1日の始まりに欠かすことのできない食事です。しかし、朝ごはんを食べない人が増え、食生活はだんだんと変化してきています。
朝ごはんを食べない人が年々増加傾向にあり、特に20代の男女に多く見られます。ついで、30代の男性、15~19歳までの女性の順となっています。
ところで、みなさんはこの朝ごはんに、どんな効果があることを知っていますか？



ある日の2歳児対象の子育て教室で、お母さん方に話を伺いました。「朝ごはんは、家族全員食べていますか?」という質問には、ほとんどの方が「食べている」と答えてくれました。ですが、「食べているといっても、現実にはそんな優雅な朝ごはんなんかじゃないんですよ」と苦笑いするお母さんが多く、事情を聞くと、2歳児という小さい子どもを抱えている家庭では、家族の起床時間もバラバラなので、家族全員で朝ごはんを食べることは難しいようでした。また、小学生や中学生の子どもがいる家庭では、クラブの朝練習があったりと、出かけるのも早く、多いところでは、1日3回も朝ごはんを用意していますというお母さんもありました。

子どもたちが勉強や遊び、クラブ活動などを元気に過ごせるように、1日のスタートを元気に切れるよう

「朝ごはんの朝ごはん」と、それぞれの時間に合わせて朝ごはんを用意しているのです。そんな忙しい朝を過ごしているお母さんたちが必ずといっていいほど口にしていた言葉は、

「朝はとにかく戦争なんです」

朝、時間のない子どもたちに朝ごはんを食べさせ、学校に遅刻しないように送り出す。お母さんの奮闘ぶりがうかがえるひとことでした。それでも、家族全員がそろって休日には、一緒に朝ごはんを食べている家庭が多く、日ごろ顔を合わせていることのできない朝ごはんを、みんな食べているとのことでした。

ホテルや旅館のような豪華な朝ごはんじゃなくても、日ごろ一緒に食べられなくても、お母さんが作ってくれた朝ごはんは何よりのごちそうです。家族みんなの元気の源となります。

毎年10月は和歌山県食育推進月間です。



食べることは学ぶこと。考えようみんなと私の食の未来!

- ・朝食で、いきいきした1日を始めましょう。
- ・家族の団らんや人との交流を大切に。また、食事作りに参加しましょう。



「たまごちようだい」大好きなスクランブルエッグを、香帆海ちゃんにもらった隼杜くん。



■朝ごはんを見せてください

みなさんの家庭ではどんな朝ごはんを食べているのかを実際に見せてもらおうと、毎日、みんな朝ごはんを食べているという、貴志川町神戸の仲さん宅にお邪魔させていただきました。

「え〜っ。写真撮りに来たのお?」と、恥ずかしそうに迎えてくれたのは、長男の透矢くん(6)、次男の隼杜くん(4)、末っ子で長女の香帆海ちゃん(2)の仲良し3兄弟です。

今日の朝ごはんは、パン、フルーツヨーグルト、ベーコン入りのスクランブルエッグ。子どもたちも大好きな、おいしそうな朝ごはんです。お母さんの祐子さん(35)が「はい、朝ごはん食べてね〜」と声をかけると、一番先に席について食べ始めたのは、香帆海ちゃんです。ヨーグルトをパクパク食べて、にっこり。

お兄ちゃんたちは、まだまだテレビやおもちゃに夢中ですが、でも、あまりぐずぐずしていると保育所に行

く時間が来てしまうので、お母さんに注意されながら、ようやくパンをひとくちパクリ。また少し遊んで、スクランブルエッグをパクリ。なんだかんだ言いながらも、ちゃんと食べています。

「お母さんの朝ごはん、おいしい?」とたずねると、大きな声で「おいしい!」と答えてくれました。

「たまに食欲のない日もあつて、全部は食べられない時もありますよ、ほとんど毎日、全部食べますよ」と教えてくれた祐子さん。

透矢くんが生まれてから、香帆海ちゃんまで、ずっと朝ごはんをかかしたことがないという仲さん一家。朝ごはんを食べるということが、毎日当たり前にあつて、お兄ちゃんをお手本に、弟や妹も自然と朝ごはんを食べるようになってきたのでしよう。

印象的だったのは、取材に行った日が、3連休が明けた日の早朝だったにもかかわらず、子どもたちが元気いっぱいだったこと。早く起きて、みんなで朝ごはんを食べるといって、規則正しい生活リズムが、しっかりと身についているんだなと感じました。

3人とも眠そうな素振りなどはまったくなく、いつまでも笑い声が絶えませんでした。



朝から元気いっばいの仲さんちの3兄弟。お兄ちゃんたちは、最初キヤーキヤーとはしゃいでいましたが、しばらくすると、先に食べていた香帆海ちゃんと一緒に3人そろって、「いただきます!」

最近、「早寝、早起き、朝ごはん」という呼びかけをよく耳にします。これは、子どもたちが健やかに成長してゆくためには「よく動き、ちゃんと食べ、しっかりと休む」ことが大切で、生活のリズムを向上させるという運動です。最近、小・中学生の寝る時間が遅くなり、それによって睡眠時間が、理想とされる8時間睡眠よりも短くなる傾向にあります。睡眠時間が短くなると、朝は1分1秒でも長く寝ていたという子どもが多くなり、結果、朝ごはんを食べずに、登校するという生活になってしまいがちです。

■朝ごはんを食べない人

また、子どもだけでなく、大人も朝ごはんを食べない人がいます。ついつい夜型の生活になりがちで、睡眠不足で朝が起きられない、食欲がない、食べている時間がない、などという理由で、朝ごはんを抜いてしまうようです。これでは、「遅寝、遅起き、ごはん抜き」という生活の悪循環におちいつてしまいます。

忙しい朝に、なかなかきちんと朝ごはんを食べる時間はとりにくいかもしれません。ですが、まずは身近にある果物や牛乳などの簡単なものを食べることから始めてみて、毎朝食欲がわくようになってきたら、少しずつメニューを増やしたり、変えてみたりすることも、朝の楽しみになりそうです。毎朝きちんと朝ごはんを食べることは、規則正しい生活を送るための大切な生活習慣のひとつです。食べることは、人間が生活するための基本的な行為で、朝ごはんはそのうちのほんの小さな行為です。しかし、この朝ごはんを食べるといふ小さな行為を大切にしていると、健康でゆとりのある1日の暮らしが始まりそうな気がしませんか？

食育との関係

■食育と朝ごはん

食事には、人が生きてゆくための栄養を体に取り入れるという目的があります。1食でも欠けると、必要な栄養が不足し、体調や活動にも支障が出てきてしまいます。何かと忙しく、1日3食の中で、欠かされがちな朝ごはん。

そこで、今一度朝ごはんの大切さを教えてもらうため、食育と朝ごはんの関係について、打田中学校の管理栄養士・高雄尚子さんに話を伺いました。

●食べることはいのちを育てること
「地産地消や食育という取り組みは、ここ数年で大きくクローズアップされるようになりました」

高雄さんが栄養士として働き始めたころより、食に対する社会の意識は大幅に変化しているといいます。しかし、食生活は、日々の生活での当たり前の営みで、また1日気をつけたからといって、すぐに体調などに現れるものではないので、なかなか意識が浸透しにくいのだそうです。

現在、打田中学校では、給食に出してくる献立のレシピを配ったり、生徒にどんなものが食べたいかのアンケートを取ったりして、生徒の食への意識を高める工夫をしています。以前、「食生活のアンケート」を実

■きちんと朝ごはん

英語では、朝ごはんのことを「Breakfast(＝断食を破る)」と言います。人間は夜ごはんを食べてから、眠りについて朝起きるまでの間は、断食をしている状態です。そのような低体温、空腹の状態に朝ごはんを食べることによって、頭と体にしっかりと栄養を送り込んでいくのです。ここで朝ごはんを食べなければ、お昼ごはんまで断食をしている状態になります。1日の約半分の時間を断食の状態で過ごせば、心にも体にも元気がわいてこないのではないのでしょうか。

施したところ、朝ごはんを食べる人は、91%で、食べない人は9%という結果でした。朝練のあるクラブ活動をしている生徒は、家を出る時間も早く、なかなか朝ごはんを食べられないと言っていたそうですが、練習をしつかりするために、体を動かせるために必要な朝ごはんを食べようという指導をしているそうです。

アンケートで、朝ごはんがパンだけという人もいたそうですが、そこに少しタンパク質やビタミンを取り入れるだけで、栄養バランスは随分と違ってくるそうです。便秘がちな人も、水分を多く含んだこれらのものを食べると、排便しやすくなります。毎日食べたものを、毎日体の外に出すことは、とても大切なことなんです。

紀の川市では新鮮な果物や野菜がすぐに手に入るの、時間のない人でもミカンやブドウなど、手間のかからないものを食べるようにすればいいと教えてくれました。

「でも、いくら食べましょう。と言っても、生活習慣になっっていることは、大人でもなかなか変えにくいものです。ですから、『筋肉をつけるには、どんなものを食べた方がいいのか』『背が伸びる食材は？』など、具体的な話をしたりして、興味があることからアプローチすることで、生徒たちの反応もよくなってきました」

最近では、廊下で「この飲み物、糖質ゼロって書いてあるけど、ほん

朝ごはんのおすすめメニュー

朝ごはんには眠っている間に使ったエネルギーを補給し、体を温める役割があります。そんな朝ごはんには、エネルギー補給のための「炭水化物」、体温を上昇させるための「タンパク質」、体の調子を整えるための「ビタミン・ミネラル」を含んだ料理がおすすめです。

■和食なら…

- ・ご飯+卵焼き+野菜入りのお味噌汁
- ・ご飯+焼き魚+野菜のおひたし
- ・ご飯+納豆+野菜の煮物

■洋食なら…

- ・パン+ゆで卵+フルーツヨーグルト
- ・パン+ハム・ソーセージ+サラダ
- ・サンドイッチ+野菜入りのスープ+果物

難しく考えず、『ごはんやパンなどの主食』『魚や卵・肉・大豆製品などの主菜』『野菜や果物の副菜』をまずは1品ずつ飲み物とともに食卓に並べてみてはいかがでしょうか？



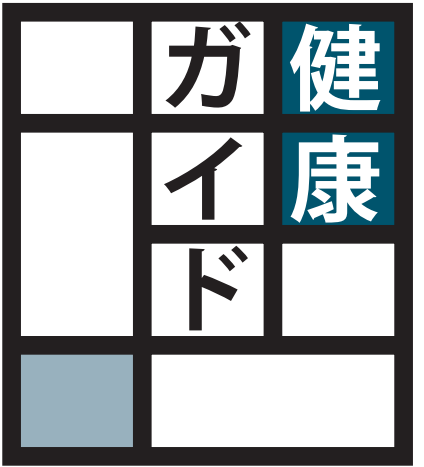
「生徒が気軽に食について質問してくれることがうれしいんです」と話す、管理栄養士の高雄尚子さん(44)

「生徒たちが食に興味を持ち、将来自分たちが料理をするようになった時に、今話していることを少しでも思い出してもらえればいいな」と笑っています。

「まに砂糖が入ってへんの？」などと聞いてきた生徒もいたそうです。「生徒たちが食に興味を持ち、将来自分たちが料理をするようになった時に、今話していることを少しでも思い出してもらえればいいな」と笑っています。

新聞やテレビなどのメディアやさまざまな企業の取り組みなど、あらゆる場面で取りざたされる食育。そんな動きが活発になってきたのも、食生活が乱れることにより、生活習慣病などが多くなってきたことにあります。それに伴って、次々と健康補助食品が出ていますが、これらはあくまでも補助としての役割を果たすだけ。やはり基本はバランスよく食べることです。

食べることは命を育むこと。体は3年で作り変えられるそうです。今すぐに効果が現れなくても、今の自分の食生活を大切にして、3年先に健康で元気な自分に会いたいものです。



メタボリックシンドローム あなたは大丈夫？

■メタボリックシンドロームとは？
内蔵のまわりにたっぶり脂肪を蓄えた人が、同時に高血糖、高血圧、脂質異常のどれか2つ以上を抱えている状態のことです。ひとつひとつが軽度でも、重なることで動脈硬化を急速に進行させ、心臓病や脳卒中などの命にかかわる病気を引き起こします。

■生活習慣改善のワンポイントアドバイス
①運動習慣を運動量を増やす生活を心がけていますか？
運動といっても本格的なものではなくても大丈夫。近くのスーパーや畑に行く時、また通勤時に歩いたり、家事を普段より念入りにすることで体を動かす機会をつくってください。また動作をキビキビとすることで運動量を増やすことができます。

②食生活習慣をいつもお腹一杯にするまで食べていませんか？
まず腹八分目を心がけ、よくかんで食べましょう。そのうえで、野菜を積極的に食べたり、揚げ物や晩酌の回数を減らしたりするなど、食べ方の工夫を。早食いや遅い時間の夕食、朝食抜きなどの食習慣も見直してください。

■メタボリックシンドロームを予防・解消するためには
まず質問です。「内臓脂肪は、たまってしまつと減らすのはかなり難しい？」答えは「いいえ」です。内臓脂肪は簡単に増えるけれども、簡単に減らすことができます。体重を1kg減らすことで、およそ腹囲が1cm、内臓脂肪が1kg減ります。つまり体重を減らすことが、メタボリックシンドロームの予防・解消につながるのです。

※急に激しい運動をする時は注意してください。
③食生活習慣をいつもお腹一杯にするまで食べていませんか？
まず腹八分目を心がけ、よくかんで食べましょう。そのうえで、野菜を積極的に食べたり、揚げ物や晩酌の回数を減らしたりするなど、食べ方の工夫を。早食いや遅い時間の夕食、朝食抜きなどの食習慣も見直してください。

ときには、適度な休息やストレス発散で気分転換をしてください。ちよつとした工夫で、これからの生活をより元気に充実して送ることができます。将来のために、自身の健康にも目を向けましょう。自身や家族の健診結果で気になることがある方は、各地区の巡回相談を利用したり、健康推進課に相談したりしてください。

●メタボリックシンドロームかどうかチェックしてみましょう

内臓脂肪型肥満
腹囲(おへその高さ)が、

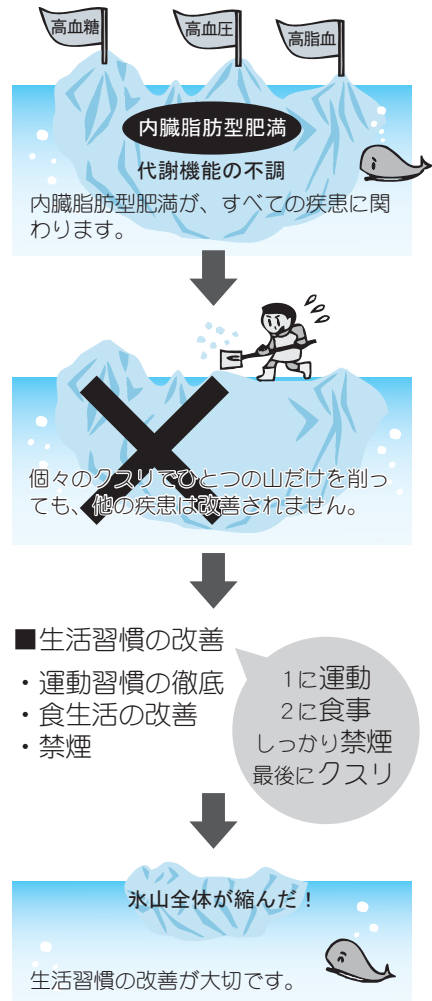
男性	女性
85 cm以上	90 cm以上

+

- ① 高血圧 ・最高血圧…130mmHg以上
・最低血圧… 85mmHg以上の両方またはいずれか
- ② 脂質異常 ・中性脂肪…150mg/dl以上
・HDLコレステロール値…40mg/dl未満の両方またはいずれか
- ③ 高血糖 ・空腹時血糖…110mg/dl以上

→ 内臓脂肪型肥満に加えて、①～③のうち2つ以上があれば、メタボリックシンドロームと診断されます。

今年健診を受けた方は、その結果をご覧ください。自分の生活習慣を見直してみてください。



■那賀休日急患診療所(Tel.77・6410)の開設時間

土曜日の午後8時～午後10時
日曜・祝日・年末年始の午前9時～午後4時30分、午後8時～午後10時

■10月の歯科休日急患当番医

10月	7日(日)	神野歯科医院	紀の川市粉河	Tel.73-2309
	8日(月)	清瀧歯科医院	紀の川市花野	Tel.77-6161
	14日(日)	中西歯科医院	紀の川市貴志川町長山	Tel.64-7234
	21日(日)	佐野歯科医院	紀の川市豊田	Tel.77-0170
	28日(日)	山本歯科	紀の川市粉河	Tel.73-6369
11月	3日(土)	たかぎ歯科医院	岩出市水栖	Tel.63-0416
	4日(日)	崎山歯科医院	紀の川市貴志川町丸栖	Tel.64-8727

■11月の母子保健事業・予防接種の予定

【実施場所・問合せ】打田保健福祉センター(Tel.77・0829/市役所南別館)
※対象児には個別通知します。
※個別通知の日程で都合の悪い方は、問合せください。

事業名/対象児	実施日	受付時間
4か月児健康診査/H19年7月生	11月20日(火) 11月27日(火)	午後0時45分～1時15分
7か月児健康診査/H19年4月生	11月21日(水) 11月28日(水)	午後0時45分～1時15分
10か月児健康相談/H18年12月生	11月9日(金) 11月30日(金)	午前9時00分～9時30分
1歳8か月児健康診査/H18年2月生	11月2日(金) 11月16日(金)	午後1時00分～1時30分
2歳6か月児健康相談/H17年4月生	11月8日(木) 11月29日(木)	午前9時00分～9時30分
3歳8か月児健康診査/H16年2月生	11月1日(木) 11月15日(木)	午後1時00分～1時30分
予防接種(ポリオ集団投与)※	11月6日(火) 11月7日(水) 11月13日(火)	午後1時00分～2時00分

※ポリオ集団投与の個別通知をする対象児は、平成18年7月1日から平成19年6月31日生まれます。平成18年6月30日までに生まれ、7歳6か月未満でポリオ投与を希望する場合は、健康推進課(Tel.77・0829)へ問合せください。

■10月・11月の献血日程

日程	場所	受付時間
打田地区 11月3日(土)	近畿大学生物理工学部(きのくに祭)	9:30～12:00/13:00～17:00
11月4日(日)	近畿大学生物理工学部(きのくに祭)	9:30～12:00/13:00～16:00
粉河地区 10月2日(火)	株式会社メイワ前	9:30～12:00
10月2日(火)	市役所粉河分庁舎 玄関前	13:30～16:30
那賀地区 10月21日(日)	青洲の里(青洲まつり会場)	10:00～12:00/13:00～16:00
10月28日(日)	県立高等看護学院(学院祭会場)	10:00～12:00/13:00～15:00
桃山地区 10月11日(木)	市役所桃山分庁舎 玄関前	10:00～12:00
10月11日(木)	和歌山県農協連合会桃山食品工場内	13:30～16:00



ビタミンCが豊富で、1本(200グラム)で、ほぼ1日に必要なビタミンCが摂取できます。冷蔵庫には入れず、新聞紙などにくるんで、常温保存します。



子育て支援センターを 利用ください。

妊娠・子育てに不安はつきものです。子育て支援センターは、お母さんたちが情報交換をしたり、子どもたちが安全に遊べたりする場として、気軽に利用できる場所です。子育てに奮闘中のお母さんたちのほっとできる場所としてお待ちしております。

桃山子育て支援センター
(Tel.66・0404 安楽川保育所2階)
那賀子育て支援センター
(Tel.75・2331 名手保育所南隣)
開所時間…午前9時～正午・午後1時～5時(土・日・祝日は休み)
子育て支援課の家庭児童相談
Tel.75・5307(月～金) / Tel.65・2536(水・金) 時間はいずれも、午前8時45分～午後5時30分

wide

暮らしに役立つ
情報ワイド

●子育て教室などの子育て支援情報

保育所に遊びに来ませんか？

紀の川市立貴志川地区保育所では、6月から子育て支援活動「おひさま」を開催しています。
在宅で子育てしているお母さん、お父さんたちの交流や育児相談、情報交換などの場を提供し支援します。

- 対象者…市内に在住する在宅乳幼児(0歳～5歳)とその保護者
- 申込日…実施月の1日～5日の間、電話で受付(午前9時～午後5時)(土・日・祝日は除く)
- 実施時間…午前10時～11時30分
- 実施場所…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。動きやすい服装でお越しください。

【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

■子育て支援活動「おひさま」の開催予定

日程	内容
10月24日(水)	園庭開放(雨天中止)
11月21日(水)	園庭開放(雨天中止)
12月19日(水)	親子で楽しくおどろろ
2月20日(水)	楽しく遊ぼう

みんな子育て、赤ちゃん広場へ

子育て支援センターでは毎月1回、0歳児をもつお母さんたちを対象に、子育ての悩みや情報交換、友達づくりの交流の場として、「赤ちゃん広場」を実施しています。保健師や保育士、家庭児童相談員が、子育てのサポートをします。申込みは不要です。当日は母子手帳を持ってきてください。

【問合せ】桃山子育て支援センター(Tel.66・0404) /

■0歳児対象 赤ちゃん広場 9月、10月の予定

日程	場所
10月1日(月)	桃山保健福祉センター
10月29日(月)	那賀子育て支援センター
11月5日(月)	桃山保健福祉センター
11月29日(木)	那賀子育て支援センター

※時間はいずれも午前10時～11時30分

75・2331) 那賀子育て支援センター(Tel



平成19年9月13日 いちご組

みんな集まれ！ 子育て教室

子育て支援課では、市内の各地域で子育て教室を開催しています。
親子でのふれあい遊びで楽しく過ごし、親子でたくさんの方と交流したり、子育ての情報交換をしたりする場にもなっています。保育士や保健師、地域の民生児童委員や母子保健推進員と一緒に取り組んでいます。気軽に参加ください。
参加は無料、申込みは不要です。親子とも動きやすい服装で参加ください。
※ジュースやイオン飲料、おやつやおもちゃは持ってきて来ないでください。

【問合せ】子育て支援課(Tel.75・3111) / 桃山子育て支援センター(Tel.66・0404) / 那賀子育て支援センター(Tel.75・2331)

■1歳児 11月の予定

対象地区	打田(にじ組)	粉河・那賀(ちゅーりっぶ組)	桃山(ひよこ組)	貴志川(いちご組)
開催日	11月13日(火)	11月7日(水)	11月15日(木)	11月8日(木)
場所	打田体育館	青洲の里(雨天時は那賀体育館)	那賀スポーツレクリエーションセンター(雨天時はセンター内和室)	
時間	午前9時30分～11時30分(受付は午前9時15分～30分)			
対象児	平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ			
内容	リズム遊び・散歩	遠足・散歩		
持ち物	お茶・タオル・着替え・帽子 ※ちゅーりっぶ組は、空ペットボトル(500ml)・ビニール袋			

■2歳児 11月の予定

対象地区	打田(そら組)	粉河・那賀(すみれ組)	桃山(うさぎ組)	貴志川(みかん組)
開催日	11月14日(水)	11月2日(金)	11月16日(金)	11月22日(木)
場所	打田体育館	青洲の里(雨天時は那賀体育館)	那賀スポーツレクリエーションセンター(雨天時はセンター内和室)	
時間	午前9時30分～11時30分(受付は午前9時15分～30分)			
対象児	平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ			
内容	リズム遊び・散歩	遠足・散歩		
持ち物	お茶・タオル・着替え・帽子 ※すみれ組は、空ペットボトル(500ml)・ビニール袋			

●保育所の入所を11月下旬に受付します

紀の川市内の保育所（園）では、平成20年度の入所申込みを次のとおり受付します。

■対象児
紀の川市内に在住し、家庭内において日々の保育に欠ける児童。

■入所申込手続き
新規入所を申込む方は、11月1日以降に入所希望の保育所（園）で申込書類をもらい、必要事項を記入のうえ、受付日に保育所（園）へ提出ください。（児童同伴）

また、在園児の方で引き続き来年度も入所を希望する方は、現在入所している保育所（園）から申込書類をお渡ししますので、必要事項を記入のうえ、11月30日までに保育所（園）へ提出ください。

【問合せ】子育て支援課（庁舎）
Tel 75・3111 那賀分

■各保育所（園）の概要と新規入所の受付日程

	保育所名	受入年齢 (生年月日)	受付日時 (受付場所は各保育所)	保育時間				住所・電話番号
				平日通常	平日延長	土曜通常	土曜延長	
打田	こばと保育所	生後3カ月～5歳児 (H14.4.2～H20.1.1生)	11月19日(月) 午前9時～午後3時					上野85 Tel77・2010
	なるき保育所	2歳児～5歳児 (H14.4.2～H18.4.1生)	11月19日(月) 午前9時～午後3時	8:00～16:00	7:00～19:00	8:00～12:00	7:00～13:00	南中367 Tel77・3022
	八王子保育所	2歳児～5歳児 (H14.4.2～H18.4.1生)	11月20日(火) 午前9時～正午					下井阪416 Tel77・5012
	(私立)れもん保育園	生後3カ月～5歳児 (H14.4.2～H20.1.1生)	11月20日(火) 午後1時～午後5時	8:00～18:30	7:30～20:00	7:30～18:30	7:30～18:30	古和田240 Tel78・1881
粉河	川原保育所	1歳児～5歳児 (H14.4.2～H19.4.1生)	11月20日(火) 午前9時～正午					野上113 Tel73・2800
	鞆淵保育所	1歳児～5歳児 (H14.4.2～H19.4.1生)	11月21日(水) 午前9時～正午					中鞆淵800 Tel79・0055
	長田保育所	1歳児～5歳児 (H14.4.2～H19.4.1生)	11月21日(水) 午前9時～正午	8:00～16:00	7:00～19:00	8:00～12:00	7:00～13:00	長田中550 Tel73・2139
	竜門保育所	1歳児～5歳児 (H14.4.2～H19.4.1生)	11月22日(木) 午前9時～正午					杉原16 Tel73・2582
	(私立)粉河保育園	1歳児～5歳児 (H14.4.2～H19.4.1生)	11月22日(木) 午前9時～正午					粉河2269 Tel73・2222
那賀	名手保育所	生後6カ月～5歳児 (H14.4.2～H19.10.1生)	11月26日(月) 午前9時～午後3時	8:00～16:00	7:00～19:00	8:00～12:00	7:00～13:00	名手市場736 Tel75・2046
桃山	安楽川保育所	生後6カ月～5歳児 (H14.4.2～H19.10.1生)	11月26日(月) 午前9時～午後3時	8:00～16:00	7:00～19:00	8:00～12:00	7:00～13:00	桃山町元386-1 Tel66・0531
	調月保育所	3歳児～5歳児 (H14.4.2～H17.4.1生)	11月27日(火) 午前9時～正午					桃山町調月347 Tel66・0588
貴志川	中貴志保育所	3歳児～5歳児 (H14.4.2～H17.4.1生)	11月28日(水) 午前9時～午後3時					貴志川町神戸338 Tel64・2843
	東貴志保育所	1歳児～5歳児 (H14.4.2～H19.4.1生)	11月28日(水) 午前9時～午後3時				7:00～13:00	貴志川町井ノ口183 Tel64・5007
	西貴志保育所	3歳児～5歳児 (H14.4.2～H17.4.1生)	11月29日(木) 午前9時～午後3時	8:00～16:00	7:00～19:00	8:00～12:00		貴志川町長原722 Tel64・6563
	丸栖保育所	1歳児～5歳児 (H14.4.2～H19.4.1生)	11月29日(木) 午前9時～午後3時					貴志川町丸栖275 Tel64・6198
	(私立)ながやま保育園	生後4カ月～5歳児 (H14.4.2～H19.12.1生)	11月27日(火) 午前10時～午後3時				7:00～14:00	貴志川町長山277-781 Tel64・6633



蔵書点検とは、図書館にあるすべての資料の点検です。破損・紛失などをひとつひとつ確認し、整理する作業になるので、2週間ほど休館させていただきます。ご迷惑をおかけしますが、協力をお願いします。

■よみ継ごう！絵本 ※図書名／著者名／出版社名／所蔵図書館名

今月は絵本特集です。すぐれた絵本に贈られるコールドコット賞や日本絵本賞を受賞した名作絵本を紹介します。

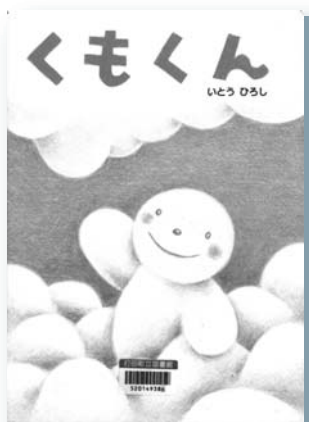
古くからよみ継がれてきたものや新しいものまで、この機会に一度手にとってみてはいかがですか？

- いろいろこねこ／マーガレット・ワイズ・ブラウン・文 アリス&マーティン・プロベンセン・絵 木原 悦子・訳／講談社／打田・桃山
- だめよ、デイビッド！／デイビッド・シャノン・作 小川仁央・訳／評論社／打田・貴志川・桃山
- かようびのよる／デヴィッド・ウィズナー・作・絵 当麻 ゆか・訳／徳間書店／打田・貴志川・桃山
- おばあちゃんがいるといいのにな／松田 素子・作 石倉 欣二・絵／ポプラ社／貴志川・粉河・那賀・桃山



■『ゴムあたまボンたろう』
長 新太・作／童心社／全館

頭がゴムでできている「ボンたろう」。山にボンとぶつかって、ボールのように空をとぶ。大男の角やトゲいっぱいパラ園など、頭をぶつけながら続くボンたろうの旅の行方は？日本絵本賞受賞。



■『くもくん』
いとうひろし／ポプラ社／打田・貴志川・桃山図書館

くもくんは、なんにだってなることができます。いつもいろんなものかたちをまねしているんです。すごいね、くもくん。でも、くもくんのほんとうのかたちってなんだろう…？日本絵本賞受賞。

貸し出しベスト5(1か月間)

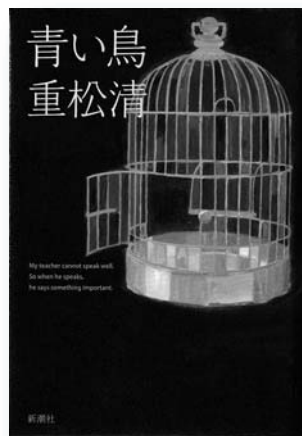
図書名 / 著者名	所蔵図書館
① おじいちゃんのごくらごくら／西本 鶏介	全館
② ほくのパパはおおとこ／カール・ノラック	全館
③ ゆりがごは口の中／桜井 淳史	全館
④ ピテウスの動物園／サバステア・スリバス	全館
⑤ りんごあげるね／さえぐさひろこ	全館

これ以外にもたくさん購入していますので、ぜひ図書館に来てくださいね！

■新しく入った本※図書名／著者名／出版社名／所蔵図書館名

【一般書】

- はじめて編む布ぞうり／蔭山 はるみ／主婦と生活社／粉河
- 吉原手引草／松井 今朝子／幻冬舎／貴志川・粉河・桃山
- 五代目坂東玉三郎／篠山 紀信・写真／講談社／貴志川
- 反転／田中 森一／幻冬舎／那賀



■『青い鳥』
重松 清／新潮社／打田・粉河・那賀図書館

先生はうまく話せない。だから“たいせつなこと”しか言わない。いじめ、自殺、虐待。吃音の教師を通して答のない問題に向き合い、伝えたい思いを描く感動作。



■『柴田理恵の“おわわ” (おばあちゃん)の知恵袋 暮らしにすぐ役立つ87のコツ』
柴田理恵・監修／三笠書房／打田図書館

野菜は冷蔵庫の野菜室にタテ置きする、日本酒で鉢植えも元気など、タレント柴田理恵がおばあちゃんから教わった簡単、便利で楽しい知恵を紹介。

としよかんからののお知らせ

●図書館リサイクル市を開催します

紀の川市文化祭の会場で、保管期限の過ぎた雑誌(平成17年4月～平成18年3月発行分)と雑誌の付録などを無料配布(一人につき5冊まで)します。

と き…11月3日(土)※開始・終了時間は会場によって異なります。

ところ…粉河ふるさとセンター・那賀総合センター・桃山会館・貴志川生涯学習センター

●蔵書点検に伴う休館のお知らせ

打田図書館…9月30日(日)～10月13日(土)
粉河・貴志川図書館…11月21日(水)～12月4日(火)

10月

の図書館カレンダー ●の日は休館です

開館時間は午前9時30分～午後5時30分まで(桃山図書館のみ午後6時まで)

■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

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
紀の川市粉河580
粉河ふるさとセンター内
TEL73・3312/FAX73・8353

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			

■那賀図書館
紀の川市名手市場146-4
那賀分庁舎北別館内
TEL75・3111/FAX75・3117

■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

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
紀の川市桃山町元376
IT親子ホール内
TEL66・9678/FAX66・9346

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

11月3日(祝)臨時開館のお知らせ
打田・粉河・貴志川図書館は臨時開館します。



■すべすべの机、気持ちい～

上名手小学校では、2学期から新しい机といすを使っています。これらは、紀州材のヒノキでできたもので、川原小学校でも同じ物を使っています。

3年生の桑 明宏くんは「いいにおいがする」と言っていました。4年生の和田哲弥くんは、「森の中にいるみたいで落ち着く」と話していました。木の机で、勉強もはかどる、かな？



■和菓子作りと抹茶の作法 9/8

メントルスクールの茶道・和菓子作り体験が桃山コミュニティセンターで開催されました。参加者たちは、やさしい色合いの和菓子を作ったり、挨拶の仕方や立ち振る舞い、お菓子・抹茶のいただき方などを学びました。

普段あまり経験しない和の作法は新鮮だった様子で、参加した方は「茶道のすばらしさがよくわかり、心が落ち着きました」と話していました。



■実りは順番に刈っていきます

実りの秋、稲刈りのシーズンです。貴志川町神戸にある松浦 浩さん(65歳)の田んぼでは、9月16日にキヌヒカリの稲刈りが行われました。写真の右側の稲はモチ米で、10月始めに収穫されます。モチ米の隣には、ヒノヒカリが植えてあり、こちらはモチ米の後の収穫です。

このような植え分けは、台風などの災害対策のために行うのだそうです。



■家族で考える防災 8/25

メントルスクールが打田生涯学習センターで開かれ、起震車による震度6強の体験や、いざというときに家族をどう守るかを話し合うワークショップも行われました。

豊田に住む木村好成さん(37歳)は家族4人で参加。「対策をシミュレーションしておくことで、もし地震が起こっても落ち着いて行動できると思います」と話していました。



■でっかく育ちました

西脇地域で行われたジャンボカボチャコンテスト。1999年から毎年、8月末ごろ、各家庭で育てたジャンボカボチャを持ち寄り行っています。世話人代表の石脇國男さんは「継続は力なり。むらおこしに少しでも役立てば」と話します。

今年のチャンピオンは、なんと111.9キログラムのカボチャを育て、これまでのコンテストの最高記録を打ちたたいた休場憲一さん(58歳)。会場の西脇農業会館までは5人がかりで運んだそうです。



ハイキング

初秋の貴志川線路線市民ハイキング大会

と き…10月20日(土)午前10時～受付/午前10時30分スタート

集合場所…市役所貴志川分庁舎

歩行コース…貴志川分庁舎(スタート) ⇒ きしべの里 ⇒ 平池緑地公園(昼食) ⇒ 大池遊園 ⇒ 伊太祁曽神社 ⇒ 貴志駅(伊太祁曽駅から貴志駅間は電車に乗って移動) ⇒ 貴志川分庁舎(ゴール) 約14キロ

参加費…1人200円(電車移動の運賃も別途必要) 持ってくるもの…弁当、水筒、雨具(雨天の場合)

事前申込不要、当日受付

小学校3年生以下は保護の同伴が必要です。

【問合せ】森 正明(Tel.64・4169 午後6時～9時)

バドミントン

第2回 紀の川市民バドミントン大会

と き…10月21日(日)午前9時開会
ところ…貴志川体育館

資格…市内在住・在勤の方(16歳以上)か紀の川市バドミントン協会加盟クラブ員の方

種目…男子のみ、女子のみのダブルス※申込時に(A)上級者クラス、(B)中級者クラス、(C)初心者クラスを自己申告
参加費…1チーム2,000円(傷害保険料を含む) ※当日に支払い

持ってくるもの…体育館シューズ

【申込み・問合せ】10月12日(金)までに、生涯スポーツ課各館まで申込みください。(電話、ファックス可)

■生涯スポーツ課各館の連絡先
貴志川分庁舎内(Tel.64・9164 Fax64・6599)
打田生涯学習センター(Tel.77・3140 Fax77・2799)
粉河ふるさとセンター(Tel.73・3312 Fax73・8353)
那賀総合センター(Tel.75・2221 Fax75・2659)
桃山会館(Tel.66・2288 Fax66・2289)

ソフトテニス

第2回紀の川市長杯ソフトテニス選手権大会

と き…10月21日(日)午前8時30分～受付/午前9時開会
小雨決行※雨天延期時は11月11日(日)

ところ…打田スポーツ公園テニスコート

資格…紀の川市に在住・在勤の方(中学生以下は不可)または、紀の川市ソフトテニス協会加盟クラブ員の方

種目…ダブルス男子 A(一般男子)/ B(45歳以上)/ダブルス女子 A(一般女子)/ B(45歳以上)

参加料…1ペア1,500円(高校生は1ペア1,000円) ※当日に支払い

申込み…10月12日(金)までに、生涯スポーツ課各館まで申込みください。(電話・ファックス可)ファックスの場合は種目・住所・氏名・生年月日・連絡先を明記してください。

硬式テニス

初心者硬式テニス教室

と き…10月12日(金)～11月30日(金)まで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

資格…市内在住・在勤のテニス初心者
定員…20人(定員を超えた場合は抽選)
参加費…3,000円(受講料と保険料) ※受付時に支払い

申込み…10月5日(金)午後7時30分～8時の間、貴志川生涯学習センター内の学習室3・4で受付します。(代理の方でも申込みできます)

【問合せ】紀の川市硬式テニス連盟 永井栄一郎(Tel.64・3603)

カヌー

カヌー教室

カヌーに親しみ、基本的なパドリングを身につけるとともに、水上の安全に対する知識やマナーを学ぶ初心者講習です。

と き…10月13日・20日・27日(土)
午前10時～正午(午前9時30分集合)

ところ…那賀B&G海洋センター

対象…小学4年生以上でカヌーに興味のある方

定員…20人(先着順)

参加費…無料

水に濡れてもよい服(水着など)で参加してください。

【申込み・問合せ】10月9日までに那賀総合センター内生涯スポーツ課まで申込みください。(Tel.75・2221)

リズム体操

リズム体操教室

軽快なリズムに乗って、ストレス発散と健康増進を

と き…10月28日(日)午前10時～11時30分

ところ…粉河体育館

対象…市内在住・在勤で、健康づくりに興味のある方

定員…80人(先着順)

参加費…300円(傷害保険料含む)

※当日に支払い

持ってくるもの…タオル、体育館シューズ

【申込み・問合せ】10月22日(月)までに、生涯スポーツ課各館まで申込みください。(電話可)

バランスボール

バランスボール講座『いい姿勢を見つけよう』

筋力アップ、肩こり・腰痛の予防に

と き…10月20日(土)
午後1時30分～2時45分(初心者・初級者対象)
午後3時～4時15分(初級者・中級者対象)

※初級者…自己流などでも経験があり、ボールに座ることが出来る方

中級者…過去の本講座に参加したことがある方、または1年以上利用経験がある方

ところ…西貴志コミュニティセンター

対象…市内在住・在勤の方

定員…各コース30人

参加費…500円(傷害保険料含む)

※当日に支払い

バランスボールは各自持ってきてください。

【申込み・問合せ】西貴志コミュニティセンター(Tel.65・2211 月・火・祝日休館)まで事前に電話で申込みください。

ディスコン

ディスコン教室

と き…11月18日(日)午前9時～正午
ところ…打田体育館
対象…市内に在住・在勤の方
受講料…500円(傷害保険料含む) ※当日に支払い
持ってくるもの…体育館シューズ

【申込み・問合せ】11月2日(金)までに打田生涯学習センター内生涯スポーツ課(Tel.77・3140)へ申込みください。(電話可)

※ディスコンとは、赤と青の円盤(ディスク)6枚を、個人対個人またはチーム対チームに分かれて円盤をポイント(黄色の円盤)に投げ、どちらがそのポイントに近づいているかを競う簡単なスポーツで、年齢、性別を問わず小さなスペースでも楽しめます。

●平成20年4月から後期高齢者医療制度が始まります

■老人保健制度が廃止され、後期高齢者医療制度が始まります

老人医療費を中心に、国民医療費が増えています。医療保険制度を持続していくため、高齢化社会に対応した仕組みとして、平成20年4月から、後期高齢者医療制度の運営が始まります。後期高齢者医療制度は、高齢者世代と現役世代の負担を明確にした、公平でわかりやすい医療制度です。

●後期高齢者医療制度とは

これまで、75歳(一定の障害がある場合は65歳)以上の方は、国民健康保険や被用者保険(社会保険など)の医療保険制度に加入しながら、老人保健制度で医療を受けていました。平成20年4月からはそれらを脱退し、新しく創設される「後期高齢者医療制度」に加入することになります。対象者は老人保健制度と同じです。

この制度の運営は、都道府県ごとにすべての市町村が加入する「後期高齢者医療広域連合」が行います。和歌山県は「和歌山県後期高齢者医療広域連合」です。

●病院などでの自己負担

老人保健制度と同じです。医療を受けたときの自己負担は1割です。ただし、現役並みの所得がある方は3割負担となります。

●保険料の負担

個人ごとに算定された保険料を、被保険者一人ひとりが支払います。年額18万円以上の年金を受けている方は、年金から天引き(特別徴収)され、市に納められます。

※介護保険料とあわせた保険料額が、年金額の2分の1を超える場合は天引きの対象とならず、普通徴収になります。

※所得の低い方は、世帯の所得水準に応じて保険料が軽減されます。

また、今まで保険料を支払う必要がなかった被用者保険(社会保険など)の被扶養者も保険料を負担することになります。ただし、加入から2年間は、保険料が軽減される経過措置があります。

なお、保険料率および賦課限度額は、全国一律の算定基準にもとづき、和歌山県後期高齢者医療広域連合議会で保険料条例を制定し、決定することになっています。原則、県内均一の保険料率となります。

●受けられる給付

老人保健制度で受けているものと同様の給付に加え、1年間の医療や介護の自己負担額の合算が限度額を超えると、超えた分が支給される「高額医療・高額介護合算制度」が新たに創設される予定です。

●申請の手続きや保険料の相談

保険料の徴収や各種申請・届出の受付、保険証の引渡しなどの窓口業務は、市が行います。

●今後のお知らせします

今後、被保険証の交付、保険料額の決定、保険料の納期などが順次決定します。詳細が決まり次第、お知らせします。

【問合せ】国保年金課(Tel.77・2511 本庁)／和歌山県後期高齢者医療広域連合(Tel.073・428・6688) ホームページ <http://www.kouiki-wakayama.jp>

【問合せ】高齢介護課介護保険係(Tel.75・5328 那賀分庁舎)

■負担限度額制度

介護保険施設(特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護療養型医療施設)へ入所または短期入所をした時にかかる食費・部屋代を通常よりも減額する制度です。

●対象者の要件と費用額

利用者負担段階	1日あたりの部屋代					1日あたりの食費
	ユニット型個室	ユニット型準個室	従来型個室(老健)	従来型個室(特養)	多床室	
第1段階	820円	490円	490円	320円	0円	300円
第2段階	820円	490円	490円	420円	320円	390円
第3段階	1,640円	1,310円	1,310円	820円	320円	650円
基準段階	1,970円	1,640円	1,640円	1,150円	320円	1,380円

- ・第1段階…世帯全員が住民税非課税で老齢福祉年金を受給している方、または生活保護を受給している方
- ・第2段階…世帯全員が住民税非課税で、課税年金収入額と合計所得金額の合算額が年間80万円以下の方
- ・第3段階…世帯全員が住民税非課税で、第1段階と第2段階に該当しない方
- ・基準段階…上記のいずれにも該当しない方

※平成17年度税制改正(高齢者の非課税限度額の廃止)の影響で新たに住民税が課税された方は、基準段階に該当しますが、①税制改正がないとした場合、世帯全員が住民税非課税の方
②地方税法上、個人住民税に係る経過措置対象者、または個人住民税に係る経過措置対象者と同世帯の方の両方に該当する方は、平成19年度まで緩和措置を受けることができます。

●申請場所……………高齢介護課または各支所

●申請に必要なもの…負担限度額認定申請書、印鑑

■社会福祉法人等利用者負担軽減制度

利用者負担軽減の実施を紀の川市に申し出た社会福祉法人等が提供する下記のサービスについて、利用者負担割合を通常よりも軽減する制度です。

●対象者の要件と対象サービス

対象者	対象サービス	利用者負担割合
①～⑥のすべてに該当する方 ①世帯全員が住民税非課税。 ②年間収入が単身世帯で150万円、世帯員が1人増えるごとに50万円を加算した額以下。 ③預貯金等の額が単身世帯で350万円、世帯員が1人増えるごとに100万円を加算した額以下。 ④日常生活のために必要な資産以外に利用し得る資産を所有していない。 ⑤負担能力のある親族等に扶養されていない。 ⑥介護保険料を滞納していない。	①訪問介護 ②介護予防訪問介護 ③通所介護 ④介護予防通所介護 ⑤短期入所生活介護 ⑥介護予防短期入所生活介護 ⑦介護老人福祉施設サービス ⑧夜間対応型訪問介護 ⑨認知症対応型通所介護 ⑩介護予防認知症対応型通所介護 ⑪地域密着型介護老人福祉施設サービス ⑫小規模多機能型居宅介護 ⑬介護予防小規模多機能型居宅介護 ※⑩～⑬は、紀の川市に事業者がありません。	7.5% (老齢福祉年金受給者は5%) ※通常は10%

●申請場所……………高齢介護課

●申請に必要なもの…社会福祉法人等利用者負担軽減対象確認申請書、収入等申告書、世帯全員の預貯金通帳、印鑑

※資産などの確認が必要なため、申請受付の後日、担当職員が自宅を訪問します。

●介護保険のこと
利用者負担などの減額制度

●●生活

公共下水道事業認可区域が拡大

公共下水道の整備を遂げられることなく行うため、認可区域を142ヘクタール追加し、325ヘクタールに拡大しました。追加した箇所は、藤崎、王子、名手市場、上田井、嶋、松井、粉河、桃山町市場・元・最上・調月、貴志川町前田(各地区の一部)などです。

【問合せ】下水道課(Tel.66・1100 桃山分庁舎)

鞆・奥安楽川・細野・高野の情報通信整備

市では、鞆・奥安楽川・細野・高野地区で紀の川地域情報通信基盤整備事業を実施しています。当該

地区でケーブルテレビ放送とインターネットブロードバンドが来年4月から利用可能になります。利用は有料で、申込が必要です。市役所で10月31日(水)まで事前申込みを受けています。

【申込み・問合せ】情報推進課(Tel.77・2511 本庁南別館)

離婚後300日以内に生まれた子の出生届

離婚後300日以内に生まれた子は、前婚の夫を父とする出生届出となりますが、「懐胎時期に関する証明書(※)」で離婚後に懐胎(妊娠)したことが証明される場合に限って、嫡出でない子または後婚の夫を父とする出生届出をすることができます。(平成19年5月21日以降)

※懐胎時期に関する証明書：出生した子とその母を特定する事項のほか、推定される懐胎の時期とその時期

浄化槽設置整備事業補助金の交付

生活排水による公共用水域の水質汚濁を防止するため、浄化槽(合併処理浄化槽)を設置する方に、予算の範囲内で補助金を交付します。

※下水道区域内(平成19年度中の追加認可区域も含む)

■補助金額	
5人槽	342,000円 (※114,000円)
6~7人槽	414,000円 (※138,000円)
8~50人槽	537,000円 (※179,000円)
カッコ内は下水道区域内の補助金額	

を算出した根拠を医師が記載した書面をいいます。証明書用紙は市民課または各支所市民生活係にあります。

【問合せ】市民課(Tel.77・2511 本庁)

の補助金は3分の1になります。

■募集期間：11月1日(木)~12月28日(金) 先着順で受け、予算額に達した時点で終了します。

■申請書類配付・申込場所：環境衛生課および各支所

■応募条件：次の2つの条件を満たす方

①浄化槽を設置後速やか(平成20年3月31日まで)に設置場所に住民登録ができる方

②4月1日から平成20年3月31日までの間に住宅および店舗付住宅に浄化槽を設置し、完了報告のできる方

ただし、次のいずれかに当てはまる場合は応募できません。

マナーを守って

「芝生のきれいな紀伊国分寺跡歴史公園に子どもを連れて行ったんです。子どもが土遊びをしていると思ったら、犬のウンチでした」

犬のフンは、飼い主が始末するのがルールです。このままでは、歴史公園内の犬の散歩を禁止せざるを得ません。犬のフンやごみは持ち帰り、公共の場所で犬を放さないなどのルールを守ってください。

○建築確認の申請、浄化槽設置の届出を行わない

○店舗付住宅などの、住宅部分の延床面積が2分の1未満

○販売または賃貸の目的で住宅を建築する(居住を目的にその住宅を購入する方は申請できません)

○住宅を借りている方で、賃貸人の承諾が得られない

○市町村税を滞納している

※浄化槽の埋設時には、市職員の立会いが必要です。事前に環境衛生課または各支所に連絡ください。

【問合せ】環境衛生課(Tel.77・2511 本庁北別館)または各支所

メール配信サービスの配信情報拡充

紀の川市メール配信サービスでは、これまでの情報に加えて、水道に関する情報と有害鳥獣に関する情報を配信します。水道工事による給水停止の案内や、災害時の給水案内、有害鳥獣の目撃情報や駆除期間を一生活と健康「の力」で配信します。

■登録方法：次の①②どちらかの方法で登録手続きをしてください。

①ウェブサイトにアクセス(アドレスはページ左上①)

②アドレスに空メールを送信(アドレスはページ左上②)

※このサービスは無料で利用

用できますが、メール受信のための通信費が必要です。

【問合せ】情報推進課(Tel.77・2511 本庁南別館)

●●税金

固定資産税、建物を取り壊したとき

建物(住宅、車庫、物置など)の一部や全部を取り壊した場合は、資産税課、又は各支所窓口へ連絡ください。

固定資産税は毎年1月1日(賦課期日)に存在する家屋に課税されるため、取り壊した年度は課税対象になりませんが、翌年度から

納期限のお知らせ

- 市県民税 第3期 10月31日(水) 【問合せ】市民税課 Tel.77・2511
- 国民健康保険料 第5期・随7期 10月31日(水) 【問合せ】国保年金課 Tel.77・2511
- 介護保険料 第5期 10月31日(水) 【問合せ】高齢介護課 Tel.75・3111

は課税されません。しかし、届出をしないと、取り壊したにもかかわらず、翌年度も課税されてしまいます。

忘れずに「家屋滅失届」を提出してください。なお、取り壊しをした家屋が登記されている場合は和歌山法務局岩出出張所(Tel.62・23

バリアフリー改修と所得税減税

自宅のバリアフリーの改修するに、住宅ローンを借りた場合、所得税の控除が通常の住宅ローン控除よりも多く受けられる場合が

あります。

■控除額：年末の改修費(ワン残高)上限1,000万円からバリアフリー改修工事の費用を除いた額の1%にバリアフリー部分の改修費(上限200万円)の2%を上限とした額(最高12万円、5年間)

この控除を受けるには、平成19年・20年に工事完了し住居を開始するなど、いくつかの条件がありますので、詳しくは粉河税務署に問合せください。

また、この控除を受けるために、平成20年2月18日~3月17日の間に税務署で確定申告をしてください。

【問合せ】粉河税務署(Tel.73・3301)

記事中のホームページ・メールのアドレス
①http://kinokawa.mail-dpt.jp/
②kinokawa@entry.mail-dpt.jp (QRコード→)



シリーズ『防災知識を高めよう』⑦ 河川やため池の異常、土砂災害の前兆現象などを発見したときは、すぐに市役所へ連絡を

○土砂災害は、土石流やがけ崩れ、地すべりによる災害をいいます。○地すべりは、地下水などが原因で、地中に「すべり面」が形成され、地塊が不安定化することにより発生する現象です。○土石流の前兆現象として、川が急に濁ったり、水位が急に下がったりする場合があります。○がけ崩れや地すべりの前兆現象として、斜面に割れ目があったり、急に湧き水が出たりする場合があります。

出典) 特定非営利活動法人 日本防災士機構 編集発行「防災士教本」

※土砂災害対策について、くわしくは、7月に各戸配布しました、「紀の川市ハザードマップ 洪水・土砂災害・地震」の4ページを参照ください。ハザードマップがない方には、危機管理消防課または各支所で配布しています。

【問合せ】危機管理消防課 (Tel.77・2511 本庁南別館)

第25回近畿ブロックスポーツ少年団バレーボール交流大会(8/4・5 大阪府立臨海スポーツセンター) Aブロック準優勝 麻生津少女バレースポーツ少年団

第2回紀の川市長旗争奪少年野球大会(7/29・8/4 粉河運動場) 優勝 名手野球スポーツ少年団 準優勝 田中野球スポーツ少年団

第7回調月カップジュニアユースサッカー大会(8/25・8/26 桃源郷運動公園) 第3位 粉河中学校

第4回調月カップPKバトルトーナメント(8/26 桃源郷運動公園) 【ジュニアの部】

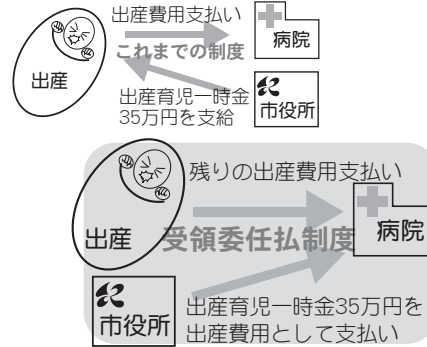
- 優勝 FCシャイン
- 準優勝 調月グリーンズ
- 【ファミリーの部】
- 優勝 宮村ファミリー
- 準優勝 体育王国1
- 【レディースの部】
- 優勝 竜門レディース
- 準優勝 RingRing2
- 【フリーの部】
- 優勝 FC調月おやじーズ普通の子
- 準優勝 竜門ファーズA



●●福祉

出産を予定している 国保加入者の方へ

出産費用の負担を軽減するために、国民健康保険出産育児一時金の受領委任払制度を実施します。被保険者(世帯主)の申請により、出産に要した費用を、35万円を限度として、国保から医療機関などに直接支払います。世帯主は、35万円を



超えた金額のみを医療機関などへ支払うことになりました。出産に要した費用が35万円に満たない場合は、差額を世帯主に支払うこととなります。国保税を滞納している方は、委任払制度を利用できません。
【問合せ】国保年金課(TEL77・2511 本庁)

介護予防教室「いきいき元氣塾」

市内在住のおおね65歳以上の方を対象に、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、毎月1回居宅介護支援センターに委託し、教室を開催しています。
■とき：10月10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：腰痛について
※事前申込が必要です。前日までに栄寿苑居宅介護支援センターに申込みください。

国民年金保険料の納付を忘れずに

国民年金は、20歳から60歳まで40年間保険料を納付して、満額の「老齢基礎年金」を受け取ることが出来ます。また、病気や事故で障害の状態になったときは「障害基礎年金」が、一定の要件を満たす遺族には「遺族基礎年金」が支給されます。これらの年金給付を受けるためには、一定の保険料について未納がないことが条件になります。保険料は遅れずに納付してください。
納付を口座振替にすると、保険料を納める手間が省け、納め忘れもなくなります。

当月末振替の場合は、月々50円の割引もあります。社会保険事務所または金融機関で手続きしてください。納付が困難なときは、免除や猶予制度がありますので、未納のままにせず、国保年金課または各支所へ申請してください。ただし、所得審査があるため、申請しても承認されない場合があります。
【問合せ】国保年金課(TEL77・2511 本庁)

インターネットで年金記録照会

社会保険庁のホームページ(アドレスは左ページ上)で年金個人情報提供サービスの申請をすると、約2週間後、ユーザーIDとパスワードが発行されます。これによって、いつでも年金加入記録が確認できます。記録は、毎月1回更新されます。また、将来受給する年金

表彰

おめでとございます(敬称略)
■平成19年度全国民生委員児童委員連合会会長表彰受賞
岡田 邦夫(王子)
上中 利幸(中鞆)
永井 美千代(桃山町市場)
森脇 道子(桃山町神田)

見込額の照会もできます。50歳以上の方を対象に、老齢年金の年金見込額試算を行い、郵送でお知らせします。(申込み必要)
※それぞれの申込みには、基礎年金番号が必要です。※すでに老齢年金を受給している方や、共済組合期間のみの方は、利用できません。
【問合せ】ねんきんダイヤル(TEL0570・05・1165、IP電話・PHSからは03・6700・1165)

●●案内

家族のふれあい優待制度

地域社会全体で子育て家庭を応援するため、協賛店舗の協力を受け、「家庭の日」(毎月第3日曜日)や「育児の日」(毎月19日)に、料金割引や各種特典などのサービスを提供しています。
■市内のサービス提供事業所：都庵(打田)、レストラノオーク(打田)
市外のサービス提供事業所は、ホームページ(ページ左上②)で確認いただくか、問合せください。
【問合せ】和歌山県子ども未

差別をしない、許さない

今年の6月、紀の川市と泉南市境のハイキングコースに、人の心を傷つける差別落書きが見つかりました。このことについて、紀の川市では「人権を大切に」という市民の願いとは逆行する、卑劣で許しがたい事であるととらえ、関係機関と協議しているところです。
また、市民一人一人が「差別をしない、許さない」という人権意識高揚を図るため、さらなる人権啓発活動の充実に努めます。
人の心を傷つける差別落書きを見つけた時は、人権啓発推進課まで連絡ください。
【問合せ】人権啓発推進課(TEL77・2511 本庁北別館)

市民スキー教室

来課(TEL073・441・2492)
平成20年1月4日(夜発)～7日(夜着)の日程で長野県斑尾高原スキー場で開催します。参加募集については、広報紀の川11月号でお知らせします。

バス回数券発売

紀の川市地域巡回バスと紀の川コミュニティバスの回数券を、各バスの車内で販売しています。
■地域巡回バス11枚つづり：1,000円(各コース

公共交通機関の利便性を

鉄道は、人と地球環境にやさしい乗り物として、注目を集めています。鉄道は乗用車に比べ、ひとひとり運ぶのに発生する二酸化炭素の量は約9分の1です。
通勤、通学や旅行などのレジャーで鉄道を利用することは、私たちが身近にできる地球温暖化防止の取組みです。
【問合せ】交通政策課(TEL77・2511 本庁)

移動じいぶるチャレンジカフェin那賀

りいぶるチャレンジカフェとは、女性のチャレンジ支援・男女共同参画についての情報交換の場です。10月18日(木)午後1時～4

■鎌垣財産区議会議員一般選挙(選挙区は、粉河地区の一部地域のみ)
告示日……10月23日(火)
投開票日…10月28日(日)
■立候補予定者説明会
と き…10月9日(火)午後2時から
と ころ…市役所粉河分庁舎東別館3階
【問合せ】紀の川市選挙管理委員会(TEL77・2511 内線244・245)

オータムジャンボ宝くじ発売

オータムジャンボ宝くじが10月1日(月)から10月19日(金)まで販売されます。賞金は、1等・前後賞合わせて2億円です。この宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など、地域住民の福祉向上のために使われます。

広告スペース↓

岩出の JTB 株式会社 **フリーダム** JTB総合提携店
ツアープラザ
岩出市野上野98-3 (岩出中央ショッピングセンター内)
TEL:0736-69-3000 FAX:0736-69-3100
営業時間10:00~19:30 年中無休(除く12/30-1/4)

編集後記
家族で環境問題について話す機会があり、まずは自分たちができる身近なことから始めようと、ごみ減量に向けて、エコバックでレジ袋を減らし、マイ水筒でペットボトルを減らすことにしました。
そして私は、今年最大の課題であるメタバリックシンドロームの予防(解消?)に向けて、体重を減らすことを指摘されました。
暑さが徐々にやわらぎ、運動をするのにいい季節になりました。スポーツの秋、そして食欲の秋。食欲が増す季節だからこそ、バランスのよい食事を心がけたいと思います。(by)(c)

●募集

長期総合計画基本計画(案)の意見募集

市では、新しいまちづくりを総合的かつ計画的に行うために、市の最上位計画「紀の川市長期総合計画」の策定を進めています。

現在、市民・団体の代表者や市議会議員などで構成する紀の川市長期総合計画審議会で審議していますが、計画策定にあたっては、市民と行政がともにつくりあげていくことが重要ですので、基本構想(案)の作成の際と同様に意見を募集します。

基本計画(案)に対する意見・感想をお聞かせください。

■募集期間：10月10日(水)～22日(月)まで

■基本計画(案)の入手・閲覧方法

閲覧方法：①ホームページで(政策調整課のページから閲覧・ダウンロードできます)

②市役所で閲覧(政策調整課(本庁2階)または各支所で閲覧・入手できます)

③市役所から郵送(住所・氏名を明記し、返信用封筒を同封し、政策調整課まで郵送で申込みください)

■意見の提出方法：「意見提出用紙」に氏名・住所・電話番号・意見を記入し、郵送、ファックス、電子メールのいずれかで提出してください。※口頭、電話、匿名での受付は行いません。

①郵送 〒649-1649 2(住所記載不要)紀の川市役所政策調整課(10月22日必着)

②ファックス(7・4910)

③電子メール(アドレスは左上の①)

※表題には「基本計画(案)に対する意見」と記入してください。

■意見の取扱い：いただいた意見に対して直接個別に

回答することはしません。意見をとりまとめ、長期総合計画審議会基本計画にどう反映するかを検討し、最終案を決定します。

【問合せ】政策調整課(TEL77・0815)

粉河地区公民館講座 パソコン教室

■内容：エクセル2007の初歩から

■とき：Aコース11月9日(金)～毎週金曜日(全10回)午後7時～9時

Bコース11月10日(土)～毎週土曜日(全10回)午前9時30分～11時30分

■ところ：粉河ふるさとセンター2階コンピュータ室

■対象：市内在住・在学・在勤の方(高校生以下不可)で文字入力ができる方

■申込期間：10月14日(日)～10月20日(土)午前9時～午後5時30分(粉河ふるさとセンターへ直接申込みください)(電話・郵送での受付は

花いっぱい運動

市が実施する「花いっぱい運動」に協力いただけるグループや自治会、団体に補助金を交付します。

■対象：自治会、子ども会、老人会、または5名以上で組織するグループで、年2回以上植替えできる団体。

■設置場所：多数の人が観賞できる場所、公園など。

■補助内容：①花壇に植え場合は、1㎡あたり11ポット(660円)を年2回。肥料代として、50㎡まで500円、100㎡まで1,000円、100㎡以上1,500円を加算(年額)

職業訓練生募集

就職に有利な専門的知識や技能を修得します。

■募集訓練科：情報システムサービスク、電気設備科、CAD製図科

■訓練期間：11月1日(木)～平成20年4月28日(月)※CAD製図科は11月1日～平成20年1月29日(火)

■募集締切：10月19日(金)

※受講は無料ですが、テキスト代が必要で、

【問合せ】独立行政法人雇用・能力開発機構和歌山センター訓練第1課(TEL073・461・5649)

今回、モデルになっていただいたのは、鞆の憩の家「鞆八幡」を中心に活動している俳句の会「山灯」のみなさんと文化財広報編集委員の増田博さん(写真最上段)です。「山灯」は地元鞆の人だけでなく、遠方から参加する方もいます。老若男女を問わず、俳句と会員相互の交流を楽しんでいます。写真は国指定重要文化財になっている大日堂の前で。文化財だけでなく、これから色づくモミジやイチョウも見もの。写真中の俳句は、「山灯」代表の久礼みやこさんの作。



秋天にお神輿映えて 八幡宮

鞆八幡神社の神輿は、沃懸地螺鈿金銅装神輿と名付けられ、国宝に指定されています。

鎌倉時代の安貞2年(1228)に領主の石清水八幡宮(京都府)から贈られてきたもので「送進状」もつけられています。もともと、石清水八幡のものでしたが、新しい神輿が寄付されたので、古い神輿が鞆へ下げ与えられたのです。

平安時代に作られたもので、金銅製の吊り金具や組みひもで飾られた豪華げんな神輿で、美術

工芸品として当時の最高技術を駆使した傑作です。現存する神輿の最古のもので、地元の人々で今まで大切に保存されてきました。

神輿は10月15日の秋祭りの日に公開されるので見ることができま

す。

このほか、鞆八幡神社本殿と大日堂は、国の重要文化財、神像3体、椅子は県指定に、撰社若宮社・高原社、それに神社の杉が市の指定文化財になっています。

鞆八幡神社と国宝の神輿

わたしのまちの文化財



「鞆八幡神社と神輿」

鞆には、神輿は鶴姫さんがもたらってきたと古くから伝えられています。

昔、鞆出身の鶴姫という絶世の美女が京都で朝廷に仕え、後堀河天皇の寵愛を受けていました。うわさを耳にした兄の千楠丸が苦勞して上京し、兄と妹が涙の再会を果たします。

話を聞いた天皇は兄妹が力を合わせて鞆の庄を治めるようにと帰郷を許し、石清水八幡に命じて道中安全と荘園の守り神にと神輿を与えたといわれています。

長い日数を経て行列は紀伊国にたどり着き、鞆八幡に着きます。神路原、神路谷、風呂の森などの地名は、神輿とともに、その当時から受け継がれたものと思われ

●募集

26ページの続きです

自分らしい若い支度 (メントルスクール)

全2回講座
 ■とき：第1回10月13日(土) 第2回10月27日(土)
 いずれも午後1時30分～午後3時30分
 ■ところ：貴志川生涯学習センター
 ■定員：20人(先着順)
 ■申込み：10月5日(金)午前9時から受付可。貴志川生涯学習センターに電話で申込みください。
 【問合せ】貴志川生涯学習センター (Tel.64・2273)

男性のための料理教室

日ごろ、なかなか台所に立つことが少ない男性のみ

ハイランドパーク粉河の秋のイベント

■とき：10月14日(日)午前11時30分～
 ■ところ：ハイランドパーク粉河
 【問合せ】林務課 (Tel.73・3311 粉河分庁舎)

百合山であそぼう 自然観察と楽しい工作

■とき：10月21日(日)午前9時～午後3時※雨天中止
 ■集合場所：竹房橋南詰の西へ150メートル 弘法大師像前

11月3日・4日 第2回紀の川市文化祭

～文化を通じ心のふれ合う紀の川市～
(第40回和歌山県民文化祭参加)

とき 11月3日(土)～4日(日)

ところ 紀の川市内5会場
 打田会場(打田生涯学習センターほか)
 粉河会場(粉河ふるさとセンター)
 那賀会場(那賀総合センター)
 桃山会場(桃山会館ほか)
 貴志川会場(貴志川生涯学習センター)

内容 芸能発表会、作品展示ほか

出品作品募集
 一般作品を募集しています(1人1作品)
 出品を希望する方は、10月19日(金)までに希望する会場へ直接申込みください。なお、展示スペースの関係上、ご希望に添えない場合があります。

【問合せ】文化協会各支部
 打田 打田生涯学習センター (Tel.77-3140)
 粉河 粉河ふるさとセンター (Tel.73-3312)
 那賀 那賀総合センター (Tel.75-2221)
 桃山 桃山会館 (Tel.66-2288)
 貴志川 貴志川生涯学習センター (Tel.64-2273)

なさん、楽しく料理をしてみませんか。
 ■とき：11月10日(土)午前10時～午後1時
 ■ところ：粉河ふるさとセンター

■募集人数：25人
 ■対象：市内在住の男性
 ■参加費：3000円
 ■持ち物：三角巾・エプロン
 ■申込み：11月2日(金)までに健康推進課へ電話で申込み
 ※今回は12月に桃山保健福祉センターで開催予定
 【問合せ】健康推進課 (Tel.77・0829 本庁南別館)

和歌山県農業大学校の学生募集

■募集人員：40人
 ■受験資格：おおむね30歳以下で、高等学校を卒業(見込み含む)した方
 ■推薦入学
 ■願書受付：11月8日(木)～22日(木)

中貴志コミュニティセンターまつり

■定員：先着50人
 持ち物：軽装・手袋・お茶・弁当・筆記用具など
 ■申込み：10月15日(月)までに、直接打田生涯学習センターに申込みください。
 【問合せ】百合山の自然と遺跡を生かす会 大井一成 (Tel.77・3891)

東貴志コミュニティセンター祭

【問合せ】中貴志コミュニティセンター (Tel.65・1155 月・火・祝日休館)
 10月27日(土)模擬店・バザー
 午前10時～、華岡青洲の妻上演午後7時～
 10月28日(日)模擬店、バザー
 午前9時～、もち投げ午後3時～
 雨天決行
 ■ところ：東貴志コミュニティセンター
 【問合せ】東貴志コミュニティセンター (Tel.64・3877 月・火・祝日休館)

DV被害を考える 講座

11月10日(土) 女性の性と人権を考えるー自分らしい生き方
 12月1日(土) ドメスティックバイオレンスー健康被害と世帯間連鎖
 12月8日(土) 女性の為の法律
 平成20年1月26日(土) DVが女性と子どもに及ぼす影響ーシエルトーの現場から平成20年2月2日(土) 防災と女性ー防災における女性の視点
 ■ところ：岩出市総合保健福祉センター (i-センター)

■試験日：11月30日(金)
 一般入学
 ■願書受付：12月14日(金)～26日(水)
 ■試験日：平成20年1月10日(木)
 【問合せ】専修学校和歌山県農業大学校 (Tel.0736・22203)

●催し

第20回和歌山矯正展

■とき：10月13日(土)午前10時～午後4時・14日(日)午前10時～午後3時

県展第1回紀の川展

県内最大の美術展「第61回和歌山県美術展覧会」県展の巡回展として第1回紀の川展を開催します。
 ■とき：11月7日(水)から11日(日)までの5日間 午前10時～午後5時
 ■ところ：貴志川体育館
 【問合せ】和歌山県美術展覧会実行委員会 (Tel.073・4337124 月・火・水)

かがやきホール映画会『東京タワー』

■とき：11月4日(日)午前9時30分開場/午前10時上映
 ■ところ：貴志川生涯学習センター かがやきホール
 ■入場料：600円(全席自由席・3歳以上入場券必要)
 ■入場券：10月6日(土)午前9時～販売開始
 ■入場券販売場所：貴志川生涯学習センター(月曜休館) 粉河ふるさとセンター(第4日・祝日休館)
 【問合せ】貴志川生涯学習センター (Tel.64・2273)

平成20年成人式は、1月13日午前10時30分から粉河ふるさとセンターで開催します。

西貴志コミュニティセンターまつり

イベント、模擬店など
 ■とき：10月14日(日)午前10時～午後4時
 ■ところ：西貴志コミュニティセンター
 ■前夜祭で天文台公開：10月13日(土)午後7時～9時
 アンドロメダ星雲を眺めよう
 申込み不要の無料観望会です
 【問合せ】西貴志コミュニティセンター (Tel.65・2211 月・火・祝日休館)

コンパクトな間取りで、充実装備の自由設計
 毎週土・日は無料設計相談会開催中。
 耐震・ローン説明・土地情報 聞いて下さい。
 (リフォーム工事も行っています)

A(エー)ホーム (株)前川組
 TEL 0736-77-4545
 URL <http://www.15.ocn.ne.jp/~a-home/>
 E-mail maekawa1@ninus.ocn.ne.jp
 紀の川市久留壁180 (旧打田町)

1LDK 17.8坪
980万円 (建築本体価格)

困ったときの相談のページ

■紀の川市弁護士相談
Tel.77・2511(市民課)
とき…11月7日(水)午後1時30分～
ところ…IT親子ホール2階会議室(電話予約必要 先着5人)
予約受付開始…10月24日(水)午前9時～

■紀の川市行政相談
Tel.77・2511(市民課)
10月15日～21日は行政相談週間
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。
○貴志川会場
とき…10月9日(火)午後1時～3時
ところ…貴志川分庁舎1階相談室
○粉河会場
とき…10月10日(水)午後1時～4時
ところ…粉河分庁舎3階E会議室
○打田会場
とき…10月17日(水)午後1時～3時
ところ…本庁南別館2階相談室

■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。
○粉河会場
とき…10月10日(水)午後1時～4時
ところ…粉河分庁舎3階E会議室
○那賀会場
とき…10月16日(火)午後1時～4時
ところ…那賀総合センター2階会議室

■紀の川市社会福祉協議会での相談
Tel.66・1200 社会福祉協議会桃山支所
○弁護士相談(午後1時～3時)
とき…10月24日(水)(電話予約必要)
ところ…桃山保健福祉センター
Tel.66・1211 社会福祉協議会本所

○専門相談(教育・子ども・学生相談)(午前9時～11時)
とき…10月12日(金)(電話予約必要)
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。
○心配ごと相談(午後1時～3時)
10月2日(桃山)・10月9日(貴志川)・10月16日(打田)・10月23日(粉河)・10月30日(那賀)
※毎週火曜日民生委員・児童委員などが相談に応じます。

■移動県民相談
Tel.61・0006
とき…11月8日(木)
ところ…那賀振興局
弁護士・県民相談員による法律相談や一般相談
電話予約必要(予約受付は10月26日～、先着10人)

■県民相談
Tel.073・441・2356
○弁護士相談
とき…10月12日(金)(9/26～)・10月23日(火)(10/16～)・11月6日(火)(10/24～)
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
Tel.073・433・1551
県消費生活センター
とき…月～金曜日

■高齢者相談
Tel.073・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
Tel.073・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…10月17日(水)(電話予約必要)

■自動車保険請求相談
Tel.073・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)

■障害者の相談
Tel.073・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の相談
Tel.073・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など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)

■こころの健康相談
Tel.61・0047 岩出保健所
精神科医と精神保健福祉相談員など

■夜間・休日の病院案内(24時間)
Tel.073・426・1199
県救急医療情報センター
Tel.61・1791
那賀消防組合

■休日の小児医療電話相談
Tel.#8000
またはTel.073・431・8000
とき…日曜・祝日の午後7時～11時

■子どもの相談
○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
○市役所子育て支援課の家庭児童相談
Tel.75・5307(内線242)那賀分庁舎内
とき…月～金曜日午前8時45分～午後5時30分
Tel.65・2536貴志川分庁舎内
とき…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
Tel.073・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
Tel.073・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
Tel.073・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、虐待など、子どもの人権にかかわる問題について電話相談に応じます。
とき…月～金曜日

■女性の人権ホットライン
Tel.073・425・2706
和歌山地方法務局人権擁護委員室
パートナーからの暴力、セクシャルハラスメント、ストーカー行為などの相談に応じます
○常設相談(電話相談)
とき…月～金曜日午前8時30分～午後5時15分

■女性相談
Tel.073・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…10月16日(火)・10月25日(木)・11月6日(火)午後1時～4時(電話予約必要)
○女性に対する暴力の相談
Tel.073・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)

■女性の再就職・起業・地域活動支援
再就職や起業、地域活動をしたい女性の相談
Tel.61・0006 那賀振興局総務室
移動りいぶるチャレンジカフェ
女性のためのチャレンジ・キャリア・コンサルティングin那賀
とき…10月18日(木)午後2時～4時
ところ…那賀振興局2階中会議室(事前予約必要 定員4人)

■労働災害による医療・補償の相談
Tel.0120・044・650
またはTel.073・425・4666
財団法人 労災保険情報センター
和歌山事務所
電話相談 月曜～金曜午前9時～正午、午後1時～5時

■巡回職業相談 10月9日(火)
ハローワークから派遣された相談員が、就職についての相談に応じます。
那賀総合センター/午前9時40分～10時
古和台会館/午前10時20分～10時40分
井阪文化会館/午前10時50分～11時10分
【問合せ】商工観光課(Tel.73・3311)

■教育相談
小・中学生とその保護者を対象に、学校生活に関する相談に教育相談員が応じます。
Tel.77・2533打田中学校(月・水・金)
Tel.73・2218粉河中学校(月・水・金)
Tel.75・2078那賀中学校(月・木)
Tel.66・2288桃山会館(月・火・水・金の午前、木の午前・午後)
Tel.64・2521貴志川中学校(月・水・金)
Tel.64・9162教育委員会学校教育課(月・水・木)

■年金相談
Tel.073・474・1865 和歌山東社会保険事務所年金相談室
○面接相談
とき…月曜日の午前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土曜日の午前8時30分～午後4時(電話予約必要)※月曜日が祝日の場合は、翌日の相談時間を午後7時まで延長

Tel.073・475・6511 年金相談センター
○面接相談
とき…月～金曜日午前8時30分～午後5時15分(電話予約必要)

市役所 などの電話番号

■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、健康診断、母子手帳、環境、人権、地域巡回バス、国勢調査、入札などの問合せは市役所本庁へ

■粉河分庁舎 Tel.73・3311
農業、林業、観光、商業などに関する問合せは粉河分庁舎へ

■鞆出出張所 Tel.79・0001

■那賀分庁舎 Tel.75・3111
保育所、子育て教室、介護保険、介護予防、障害者手帳、那賀地区のし尿収集に関する問合せは那賀分庁舎へ

■桃山分庁舎 Tel.66・1100
道路、河川、開発、市営住宅、下水道、地籍調査に関する問合せは桃山分庁舎へ

■貴志川分庁舎 Tel.64・2525
小・中学校、幼稚園、その他教育に関する問合せ、成人式に関する問合せは貴志川分庁舎へ

水道(水道部Tel.77・2511)
■水道部河北事務所 Tel.73・2618
■水道部河南事務所 Tel.64・5459

ごみ(廃棄物対策課Tel.77・2511)
■粗大ごみの収集依頼 Tel.77・0857
■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
■貴桃クリーンセンター(不燃物処理場) Tel.64・6017

生涯学習・スポーツ
■生涯学習課 Tel.64・9163
■生涯スポーツ課 Tel.64・9164
■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

緊急時

災害用伝言ダイヤル 171

市役所は、午前8時45分始業、午後5時30分終業です。