

紀の川

ひととまちをつなぐ

広報

秋の夜長もいいけれど、早朝の澄んだ空気も気持ちいい。早寝早起き、始めませんか。

特集
朝が変われば1日が変わる!?
早起きのススメ

2009

10

市民健康フェスティバル

8月9日、公立那賀病院で行われた市民健康フェスティバル。気軽に健康チェックをしてもらい、病院と市民の距離を近づけようという初の試みでした。午前中は、骨密度や肝機能の検査のほか、病院食の試食や病院見学ツアーなど趣向を凝らした11のメニューが用意されました。

午後は、肝臓病やその治療に関する市民健康講座「肝臓のお話」も開かれました。「参加のみなさんには、熱心に見学してもらいました。来年は広報を早くから行い、より多くの参加を得たい」と那賀病院の近藤院長は話していました。



コラボレーション

公立那賀病院 × 患者 × 市民

那賀いきいきサロン

がん患者サロンの先進地、島根で講演を聴き、那賀病院でもやってみようとして今年1月、がん患者サロンが始まりました。和歌山県内では初の取り組みです。

「同じ目線の患者さんが不安や悩みを話すことで少しでも和らげば」こう話すのは、放射線科に勤務しサロンの事務局を担当する野上哲也さん。月に2回、院内の一室を利用して開かれるこのサロンは、医療従事者とがん患者の協働で運営されています。

参加しているのは入院中の人だけではありません。がんを患っている人たちにとっては、在宅中の不安のほうが大きいという人もいます。

お茶を飲みながら雑談するもよし、治療の悩みを相談するもよし。この日は、緩和ケア認定看護師も参加し、緩和ケアに関する説明も行いました。医療従事者の参加によって、治療に関する知識を増やす機会にもなっています。

「誰も来ない日があっても、第2第4の木曜日を続けていく」サロンの名づけ親、石井浩子さんの言葉は、このサロンが患者にとってどれだけ心の支えになるかを物語っています。



六果会

六果会は、糖尿病の患者会で、那賀病院院長の近藤 溪さんの呼びかけで今年4月に発足しました。地域の糖尿病患者だけでなく、その家族や医療従事者など広く会員を募っています。

9月13日に、第1回の座談会が行われました。近藤さんが進行役になり、会員はそれぞれ経験談などを話します。休憩時には、糖分を抑えたおやつを試食などもあり、和やかな雰囲気作りに一役買っていました。

参加していたある患者は、「最新の知識を得る機会にしたい」と話していました。

市民公開講座 事前申し込み不要

と き：10月17日（土）
午後1時30分～4時

ところ：市役所南別館 ホール田園

講演

がん診療連携拠点病院ってなに？
最新の肺がん手術のお話
早期胃がんの内視鏡治療のお話
がんにおける精神的ケアの重要性のお話
乳房再建のお話
前立腺がんの診断・治療のお話

質疑応答

インタビュー 公立那賀病院副院長 森 一成さん

今回の市民公開講座では、「部門を越えた総合的がん診療」というテーマで、6つの講演を行います。ご自身のための知識としてもらうだけでなく、家族ががんになったときの予備知識としても、病院のがん診療の現状を知っていただきたいと思います。

公立那賀病院は、地域のがん診療連携拠点病院の指定を受けています。受診の受付から治療までの一連の手続きを患者さんにとって分かりやすいものにするため、那賀病院がんセンターという仕組みを作りました。那賀病院がんセンターは、各診療科で行う専門的治療や外来化学療法室のほか、那賀いきいきサロン、がん相談支援センター、がん緩和ケア外来、がん緩和ケア外来、がん緩和ケア外来などを運営しています。今後さらに充実を図りたいと考えています。

那賀病院がんセンターの特色のひとつが、がんセンターの開催です。がんセンターとは、医師どうしのコミュニケーションはもとより、

コメディカル（薬剤師・リハビリ科・栄養科など）も一堂に会し専門的な知恵を出しあい、患者さんごとの治療法を検討する場です。

2000年ごろから多くの疾患について、治療ガイドラインという標準的な治療のめやすが作成され、私たちもそのガイドラインに沿って治療を行っています。しかし、ガイドラインは原則にすぎません。医師は限られた治療の選択肢だけでなく、患者さんにとって最善と思われる方法を創造することも必要です。大切なことは、患者さんが納得のいく治療の可能性を探っていくことで、そのためには『部門を超えた総合的がん診療』を進めているところです。

今回の市民公開講座では、そういったことも聞いていただけるよう、準備を進めています。多くの方の参加をお待ちしています。



朝が変われば1日が変わる!?

早起きのススメ

昔からよく言われる、「早起きは三文の徳」ということわざ。《早起きをする」と健康にもよく、またそのほか何かとよいことがある》という意味です。

本当によいことがあるかどうかは別として、早起きをして、朝日を浴びながら澄んだ朝一番の空気を吸い込むだけで、何か得したような気分になりませんか？

今月は、早起きをして活動している人たちに、早朝ならではの魅力を聞きました。

「幻想的な風景に思わず息をのむ」

午前5時過ぎ、夜明け前の平池緑地公園。すでに遊歩道を散歩したりジョギングをしたりしている人もいます。

遊歩道を歩いていると、三脚を立てて平池の日の出の写真を撮っている和歌山市在住の吉野菊夫さんに出会いました。

空が段々とオレンジ色に染まり、辺りが少しずつ明るくなり始めます。龍門山から顔を出した太陽の光の筋が、穏やかな平池の湖面に映り、思わず息をのむ光景が広がります。平池に朝日の写真を撮りに来たの

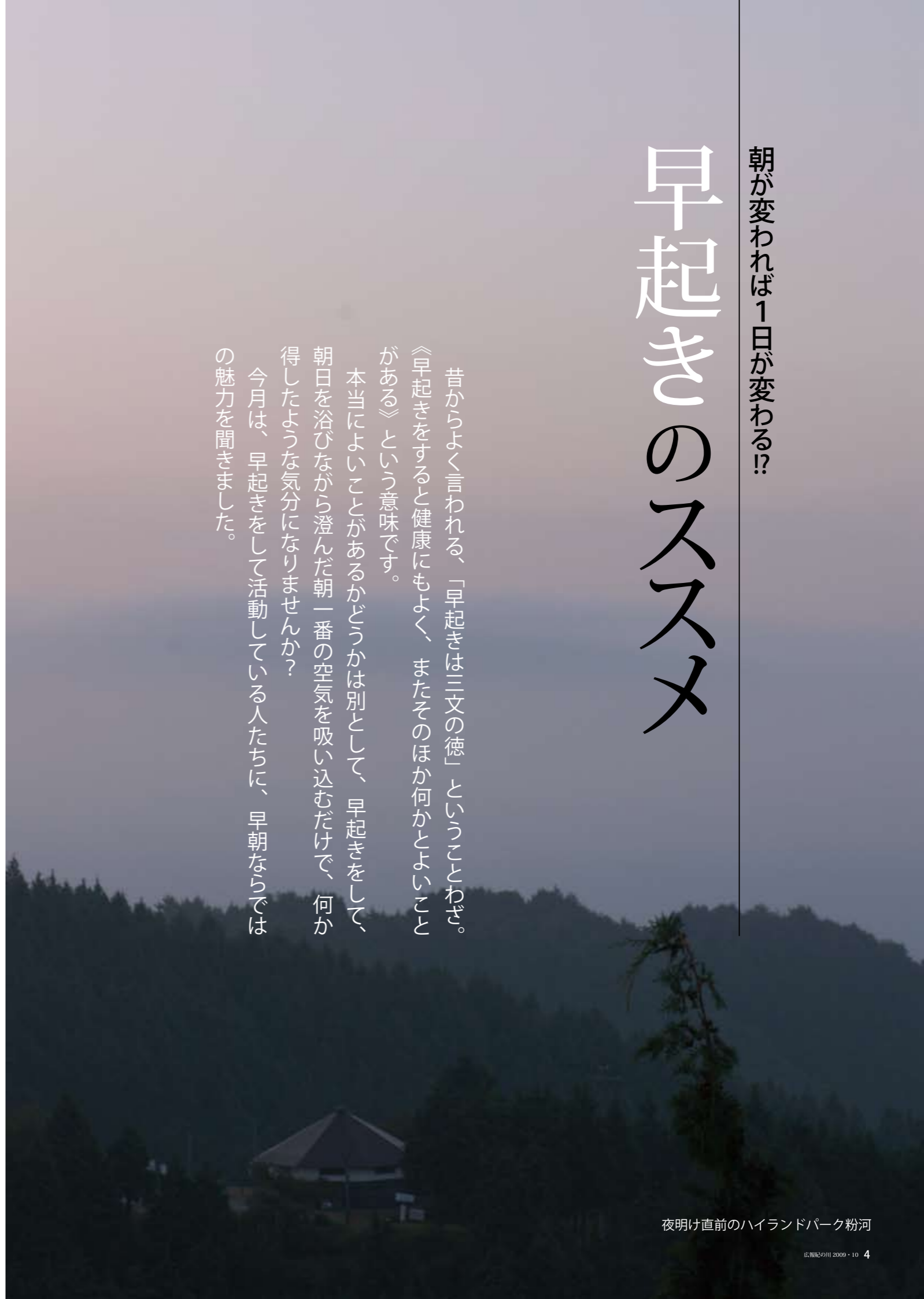
は今日で3回目という吉野さん。過去2回は天候の都合で思うような写真が撮れなかったそうですが、「今日は初めてきれいに撮れました」とほほ笑みます。早起きはあまり得意ではないそうですが、「朝は空気がきれいで気持ちがいい。また早起きして写真を撮りに来ようと思いません」と話してくれました。

季節ごとに咲き始める花を見たり、遊歩道周辺の畑に植えられた果樹の匂いなどを感じたりしながら散歩する人も多い平池。日の出を見て、少し贅沢な気分になりました。



写真が好きで、おもしろいと思ったものはジャンルを問わず何でも撮るといふ吉野さん。普段はよく紀伊風土記の丘へ出かけて花など四季の移り変わりの様子を撮ったり、主に県内の祭りやイベントなどの写真を撮ったりしているそうです。

和歌山県朝日夕日百選に選ばれている平池緑地公園。朝日が辺り一面を優しく包み込み、とても幻想的な風景が広がります。市内では、ここと、右ページのハイランドパーク粉河の2か所が朝日の部で選ばれています。



「早起きして新鮮な野菜を収穫」

昨年3月、葛城山の頂上にほど近い、平野の中尾地区で、まちおこしとしてスタートした「天空の村」。地域の活性化のために何ができるかアイデアを出し合い、毎週日曜日に、地区で採れた農産物やこんにやくなどの特産物を販売しています。

直売所を切り盛りするのは、堂脇常子さん(写真右)と山本一美さんの2人。野菜は主に山本さん宅で栽培したものを早朝から収穫して直売所に並べます。

「天空の村」を始めてからは、長く収穫ができるように植える時期をず



オレンジ色のコスモスが咲く手作りの花壇。2人で1日かけて一輪車で石を運んで作りました。「エコの1つにでもなれば」と、買い物袋も包装紙などで手づくりしています。天空の村の営業時間は、晴れた日曜日の午前9時～午後3時頃(道が凍る冬季は除く)。



らすなどの工夫をしているという山本さん。今朝は6時過ぎから、トウモロコシ、ミョウガ、カボチャ、キュウリなどを収穫しました。

「形が不揃いな分、うちは量で勝負。今日も大盤振る舞いよ」

場所柄ほとんど交通量がなく、安くしなければ売れないという事情もあるそうです。

客は多いときで15組ほど。決して儲かっているとは言えませんが、「せっかく始めた事だし、週に一度、2人で気も使わんと言いたい事を言いながら過ごす時間も楽しいものですよ」と笑顔で話します。

お客さんと世間話をするのも楽しみのひとつです。漬物の漬け方を教えてもらったり、果実や山菜など食

べられるものを教えてもらったり。中には、「○○で、こんなものを売ってたよ。ここにも置いたらどう？」と商品の提案をしてくれる人も。

山地の心地よい風に吹かれながら、店の前に咲く鮮やかなオレンジ色のコスモスを眺めていると、車の前を通りがかった人が立ち寄って、「この前はおおきに。野菜おいしかったよ」と話しかけています。知らない人と友達になれることはまさにプライスレス。

早起きして朝日を浴びながら採った新鮮な野菜。いつも笑いの絶えない堂脇さんと山本さんにとって、「おいしかったよ」と言ってもらえるのが何よりの楽しみです。

「夜明け前、凜とした空気の中で」

午前6時前、紀の川の竹房橋周辺では、多くの釣り人たちがすでに鮎釣りをしています。

河川敷に降り、川の流れを見たり岩場を流れる水の音を聞いたりしていると、少し時間が早いだけで随分と印象が違うような気がします。

「鮎釣りは、夜明け前の30分がピク。今朝は5時頃から釣ってるんですよ。そう話すのは、九度山町在住の寺垣内勇さん(79)です。竹房橋周辺は川魚を食べる鵜などの野鳥が少ないため鮎が多くいるので、車でここまで釣

りに来たそうです。

もう50年以上、鮎釣りをしているそうですが、「夜明け前の凜とした空気の中、朝一番に川に入るときの気分は何ともいえないなあ」と目を細めます。

話を聞きながら、澄み切った空気を想像するだけでもすがすがしい気持ちになりました。

「早起きは三文の徳って言うけど、早起きのええところは、何より気持ちええし、仕事の段取りもええとこかな」と寺垣内さん。今日もすでに鮎を何匹も釣り上げていました。



退職後は柿などの果樹栽培や山の手入れをしながら、趣味の釣りを楽しんでいる寺垣内さん。釣りの醍醐味を尋ねると、「掛かった瞬間から、釣り上げるまでの間、魚が竿をゆする感触が忘れられない」



針を何個も並べた仕掛けを、岩の上で転がすように動かして鮎を引っ掛ける、段引き(コロガン)という方法で釣っているという寺垣内さん。初対面の釣り人同士が声をかけ合い、互いの釣果などを報告する。それもまた釣りの楽しみのひとつです。

夜の明かりと言えば月の光ぐらいいしかなかった時代、人々は日の出と共に起き、日の入りと共に寝る生活を送っていました。

そして現在、私たちは電気の明かりの下で、いつまでも活動できるようになり、快適で便利な生活ができるようになりました。

でもその反面、夜型の生活の人が増えてしまい、「朝起きるのがつらくて…」という人も多いのではないのでしょうか。

朝の光が体内時計を修正

人は、昼夜を全く区別できない状況で生活を続けると、約25時間周期で睡眠と覚醒のリズムを繰り返すということが実験で分かっています。

一方、地球の昼夜の周期は24時間。なぜずれがあるのか今のところ解明されていませんが、体内時計と現実の世界は、毎日1時間の時差を生んでいるということになります。

そのずれを修正するのに最も良い方法は、朝の光を浴びること。朝日を浴びることによって体内時計がリセットされ、私たちは無理なく生活をする事ができるのです。

体内時計がリセットされないと、ホルモンバランスが崩れ、心身に不調をきたします。昼夜の区別があいまいになっている現在、体内時計のずれを修正できない「概日リズム睡眠障害」という症状に悩む人が増えています。

朝が変われば1日が変わる!!

The early bird catches the worm.
(早起きの鳥は虫を捕まえる)という英語のことわざがあるように、早起きがいいことは世界共通の認識です。

早寝早起きのメリットはたくさんあります。朝の澄んだ空気を吸うだけですがすがしい気分になれますし、時間にゆとりができ、新聞やニュースをゆつくり見たり、散歩を楽しんだりすることも可能です。

また、睡眠の質も向上するので、学校や仕事が始まる頃には心身が十分に活動し、集中力や能率もアップします。

イヤイヤ飛び起きて慌ただしく過ぎていく余裕のない朝より、快適に目覚めて、家族と会話をしたり、自分の時間を過ごしたりする余裕のあ

る朝の方が良いのは明らかです。

早起きのススメ

例えば、育児や介護や家事に追われて自分の時間が持てないという人は、思い切って早起きをすると、早朝に自分の時間を持つことができます。

また、夜なら「急な予定でスケジュールが狂った」なんてこともありますが、朝なら寝坊しない限りそのような心配はまずありません。

生活の都合で、毎日早起きするのは無理という人もいるかもしれませんが、でも、できる時に思い切って一度早起きを試してみてください。一日

の始まりに、ゆったりとした時間を持つことで、生活にゆとりができること間違いなし。少なくとも寝坊するより損をすることはありません。

慣れないうちはつらいかもしれませんが、何度かしていると、そのうち朝の爽快感がやみつきになるかもしれませんよ。

■ ■ ■

早起きの一番簡単な方法は、早起きの楽しみを見つけること。楽しみが見つかれば早起きは苦ではありません。早起き生活、始めてみませんか？



夏休みの間、午前6時30分から東田中神社横の広場で行われた、子ども会のラジオ体操。ラジオから「あつた〜らしい朝が来た」というお馴染みのラジオ体操の歌が聞こえ出すと、児童たちはきれいに整列し、体操を始めます。眠たそうだった児童も、体操が終わる頃には目もぼつちり。朝からラジオ体操ってすごくいい運動になるんです。

集団検診実施場所を変更

11月9日(月)10日(火)11日(水)の検診場所の変更

粉河保健センター → 粉河体育館



9月2日 なかよしサークル コアラちゃん

那賀休日急患診療所の開設時間

Tel 77・6410
日曜・祝日・年末年始の午前9時～午後5時

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

夜間の小児医療電話相談 (毎日実施)

Tel # 8000 または Tel 073・431・8000
とき…毎日午後7時～11時

子宮がん検診は子宮頸がんの検診

～あなたはもう検診を受けましたか～

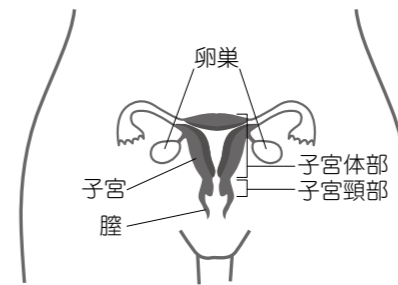
20才以上の女性市民は、誰でも無料で毎年、子宮がん検診を受診できます。毎年検診を受けることが、誰にでもできる最善の予防方法です。

今年度の受診期間は来年2月末までです。まだ受診券をお持ちでない人は、健康推進課に申し込んでください。

紀の川市の子宮がん検診は、子宮頸部の細胞の変化をチェックする細胞診です。(医師が必要と判断した人は体部の検査も行います)

■子宮頸がんとう子宮体がん

子宮頸がんは子宮の入り口(頸部)にできるがんです。子宮本体(体部)にできる子宮体がんとは、原因も、なりやすい年齢も全く違う病気です。子宮頸がんは20～30代の女性に増えています。



■子宮頸がんの原因は？

HPV(ヒトパピローマウイルス)というウイルスが原因で起こります。HPVは女性のほとんどが一度は感染するウイルスですが、感染を完璧に防ぐ方法はありません。

■子宮頸がんを予防するには？

定期的に検診を受けていれば、がんになる前の段階(異形成)で発見することが出来ます。程度の軽い異形成では経過観察を行い、程度の強い異形成では簡単な治療を行います。ほぼ100%治すことができます。

【検診の申し込み・問い合わせ】健康推進課 (Tel 77・0829)

休日歯科当番 (診療時間：午前10時～午後4時)

電話が繋がらない場合は、那賀消防組合 (Tel 61・0119) へ。

10/11 (日) 加山歯科 (Tel 77・5655)

12 (月) 西歯科医院 (Tel 63・5553)

18 (日) 矢田歯科クリニック (Tel 64・6608)

25 (日) はたなか歯科クリニック (Tel 69・5511)

11/1 (日) 岡本歯科医院 (Tel 75・2047)

3 (火) おち歯科医院 (Tel 61・7322)

メタボ改善・ダイエット・運動不足解消に



健康運動教室 / 運動ヨガ教室 / 栄養教室
どの教室も申し込み・問い合わせは健康推進課 (Tel 77・0829)

ぷるぷる運動ヨガ教室

■開催日 (すべて月曜日・全5回の教室です)

11月16日・12月14日・22年1月18日・2月15日・3月15日

■会場と開催時間

市役所本庁南別館 午後1時30分～3時(5回とも)

■定員 先着30人

※動きやすい服装(ベルト不可)で参加してください。飲み水かお茶・タオルを持ってきてください。

ぷるぷる栄養教室

気になる食事の注意点を管理栄養士から学びませんか

メタボ改善バランス食を学ぼう

■テーマ (全2回の教室です)

第1回 なぜメタボになるの? 食生活を振り返りましょう。

第2回 何をどれだけ食べたいの? バランス食を作って食べましょう。(エプロンと三角巾が必要)

■会場と開催日

桃山保健福祉センター 11月17日(火)・12月1日(火)

■開催時間 午前10時～正午(2回とも)

■定員 先着20人

脂質異常症予防教室

■テーマ

日々の食事で脂質異常症を予防していくためには

■会場と開催日

市役所本庁南別館調理実習室 11月24日(火)

■開催時間 午前10時～正午

■定員 先着20人

10月8日～11月1日の献血日程

10/8 (木) 尾高ゴム工業株式会社 10:00～12:00

公立那賀病院 13:30～16:00

12 (月) 青洲の里(青洲まつり) 9:30～12:00、13:00～16:00

25 (日) 県立高等看護学院 9:30～12:00、13:00～15:00

31 (土) 近畿大学生物理工学部 (きのくに祭) 10:00～12:00、13:00～17:00

11/1 (日) 近畿大学生物理工学部 (きのくに祭) 10:00～12:00、13:00～16:00

12/3 市役所南別館でも実施予定

スキムミルクやチーズを使って

料理教室

明るく健康的な毎日のために、紀の川市食生活改善推進協議会が開催します。

■とき 10月16日(金)午前10時～(受付9時30分～)

■ところ 桃山保健福祉センター

■定員 先着20人

■申し込み締め切り 10月13日(火)

【申し込み・問い合わせ】健康推進課 (Tel 77・0829)

9月2日 なかよしサークル コアラちゃん



11月の母子保健・予防接種

【問い合わせ】健康推進課（Tel 77・0829）

乳幼児健康診査・健康相談・予防接種

※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21年7月生まれ対象
11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21年4月生まれ対象
11月17日(火)・24日(火)の午後
受付は午後1時～1時30分

■10か月児健康相談

平成20年11月生まれ対象
11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20年2月生まれ対象
11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19年4月生まれ対象
11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18年2月生まれ対象
11月19日(木)・26日(木)の午後
受付は午後1時～1時30分

■ポリオ集団投与

平成21年2月～21年6月生まれ対象
11月5日(木)・6日(金)・9日(月)の午後
受付は午後1時～1時30分
平成20年6月30日以前生まれの7歳6か月未満で、ポリオ投与を希望する人は健康推進課へ問い合わせてください。

9月10日 子育て教室もも組



11月の赤ちゃん広場・子育て教室

申し込みは不要です。気軽に参加してください。ジュース・おやつ・おもちゃは持ってこないでください。

■赤ちゃん広場（とき 対象地区 ところ）

11月4日(水) 打田地区 本庁南別館2F
11月16日(月) 粉河・那賀地区 那賀子育て支援センター
11月19日(木) 貴志川・桃山地区 桃山保健福祉センター
※時間は午前10時～11時30分です。

※母子手帳を持ってきてください。

■子育て教室（とき 対象地区 クラス名 ところ）

□1歳児（平成19年4月2日～20年4月1日生まれ）
11月5日(木) 貴志川地区 いちご組
貴志川保健福祉センター
11月10日(火) 桃山地区 もも組 桃山保健福祉センター
11月13日(金) 打田地区 にじ組 古和田会館
11月18日(水) 粉河・那賀地区 ちゅうりっぷ組
青洲の里(雨天時那賀子育て支援センター)

※時間はすべて午前9時15分～11時30分です。

■子育て教室（とき 対象地区 クラス名 ところ）

□2歳児（平成18年4月2日～19年4月1日生まれ）
11月11日(水) 貴志川・桃山地区 りんご組
貴志川保健福祉センター
11月12日(木) 打田地区 そら組 古和田会館
11月20日(金) 粉河・那賀地区 すみれ組
青洲の里(雨天時那賀子育て支援センター)

※時間はすべて午前9時15分～11時30分です。

【問い合わせ】

子育て支援課（Tel 75・3111）
桃山子育て支援センター（安楽川保育所内 Tel 66・0404）
那賀子育て支援センター（名手保育所隣 Tel 75・2331）
※10月の赤ちゃん広場・子育て教室の日程は、紀の川市メール配信サービスまたはホームページで確認してください。

高齢者を対象にインフルエンザ予防接種の負担助成

（新型インフルエンザの予防接種ではありません）

高齢者のインフルエンザを予防するために予防接種の負担助成します。申し込みは不要で、対象者には、個別通知しています。接種希望者は、実施協力医療機関で接種してください。対象…

- ①紀の川市在住で接種時満65歳以上の接種希望者
 - ②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓又は呼吸器の機能に自己の日常生活が極度に制限される程度の障害がある人や、ヒト免疫不全ウイルスによって、免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害があり、接種を希望する人
- 接種費用…自己負担1,000円(生活保護を受けている人は無料)
【問い合わせ】健康推進課（Tel 77・0829 本庁南別館）

高額医療・高額介護合算制度

介護保険と医療保険の利用者負担の年間合計額が高額になった場合、定められた限度額を超えた分が支給される「高額医療・高額介護合算制度」があります。該当すると思われる場合は、手続きの方法など、問い合わせください。

限度額は以下のとおり（介護保険と医療保険の限度額をそれぞれ適用した後、年間の自己負担額を合算）

■限度額 [年額：8月～翌年7月※]

所得区分	70歳未満の人
一般	67万円(89万円)
上位所得者	126万円(168万円)
住民税非課税世帯	34万円(45万円)

所得区分	70～74歳の人・後期高齢者医療制度
一般	56万円(75万円)
現役並み所得者	67万円(89万円)
低所得者Ⅱ	31万円(41万円)
低所得者Ⅰ	19万円(25万円)

※20年4月から7月の間に対象となる負担がある場合、20年8月から21年7月までの分を合算して（ ）内の限度額を適用する場合があります。
※低所得者Ⅰで介護保険の受給者が複数いる世帯の場合は、限度額の適用方法が異なります。

【問い合わせ】国保年金課（Tel 77・2511 本庁）
高齢介護課介護保険係（Tel 75・5328）

健康 子育て 介護

予防
保険

けんこう
こそだて
かいごよぼう
かいごほけん

介護予防教室

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。

■いきいき元気塾

と き：10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：『リフレッシュ体操』について

事前申し込みが必要です。前日までに栄寿苑居宅介護支援センターに申し込みください。
【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 75・5314）

後期高齢者医療(長寿医療)被保険者のみなさんへ 健康診査自己負担金を助成します

和歌山県後期高齢者医療広域連合が実施する健康診査を受診したときの、自己負担金600円を助成します。
健診を受診した人に、受診の約2カ月後に、市から申請書を送ります。詳しくは問い合わせください。
また、検診の受診希望は、広域連合(073・428・6688)で受け付けています。
【問い合わせ】国保年金課（Tel 77・2511）

保育所の入所案内（22年度の入所申し込みの受け付け）

【問い合わせ】子育て支援課（Tel 75・3111）

■新規入所を申し込む人

11月2日以降に、入所希望の保育所（園）で申込書類をもらう ⇒ 必要事項を記入 ⇒ 受付日に各保育所へ提出（児童同伴）

■在園児で引き続き入所を申し込む人

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 ⇒ 必要事項を記入 ⇒ 11月30日までに保育所（園）に提出

保育所（園）名 住所／電話番号	受け入れ年齢	受付日と時間	平日の保育時間 （延長保育）	土曜の保育時間 （延長保育）
こぼと保育所 上野85／Tel77・2010	生後3カ月～5歳児 （H16.4.2～H22.1.1生）	11月16日（月） 9:00～15:00		
なるき保育所 南中367／Tel77・3022	2歳児～5歳児 （H16.4.2～H20.4.1生）	11月16日（月） 9:00～15:00	8:00～16:00 （7:00～19:00）	8:00～12:00 （7:00～13:00）
八王子保育所 下井阪416／Tel77・5012	2歳児～5歳児 （H16.4.2～H20.4.1生）	11月24日（火） 9:00～12:00		
（私立）れもん保育園 古和田240／Tel78・1881	生後8週～5歳児（注） （H16.4.2～H22.2.1生）	11月17日（火） 9:00～12:00	8:00～18:30 （7:30～20:00）	7:30～18:30 （7:30～18:30）
川原保育所 野上113／Tel73・2800	1歳児～5歳児 （H16.4.2～H21.4.1生）	11月17日（火） 9:00～12:00		
鞆淵保育所 中鞆淵800／Tel79・0055	1歳児～5歳児 （H16.4.2～H21.4.1生）	11月18日（水） 10:00～11:00		8:00～12:00 （7:00～13:00）
長田保育所 長田中550／Tel73・2139	1歳児～5歳児 （H16.4.2～H21.4.1生）	11月18日（水） 9:00～12:00	8:00～16:00 （7:00～19:00）	
竜門保育所 杉原16／Tel73・2582	1歳児～5歳児 （H16.4.2～H21.4.1生）	11月19日（木） 9:00～12:00		
（私立）粉河保育園 粉河2269／Tel73・2222	1歳児～5歳児 （H16.4.2～H21.4.1生）	11月19日（木） 9:00～12:00		8:00～12:00 （7:00～19:00）
名手保育所 名手市場736／Tel75・2046	生後6カ月～5歳児 （H16.4.2～H21.10.1生）	11月20日（金） 9:00～15:00	8:00～16:00 （7:00～19:00）	8:00～12:00 （7:00～13:00）
安楽川保育所 元386-1／Tel66・0531	生後6カ月～5歳児 （H16.4.2～H21.10.1生）	11月20日（金） 9:00～15:00	8:00～16:00 （7:00～19:00）	8:00～12:00 （7:00～13:00）
調月保育所 調月347／Tel66・0588	3歳児～5歳児 （H16.4.2～H19.4.1生）	11月24日（火） 9:00～12:00		
（私立）ながやま保育園 長山277-781／Tel64・6633	生後4カ月～5歳児 （H16.4.2～H21.12.1生）	11月24日（火） 9:30～12:30		8:00～12:00 （7:00～14:00）
中貴志保育所 神戸338／Tel64・2843	3歳児～5歳児 （H16.4.2～H19.4.1生）	11月25日（水） 9:00～13:00		
東貴志保育所 井ノ口183／Tel64・5007	1歳児～5歳児 （H16.4.2～H21.4.1生）	11月25日（水） 9:00～13:00	8:00～16:00 （7:00～19:00）	8:00～12:00 （7:00～13:00）
西貴志保育所 長原722／Tel64・6563	3歳児～5歳児 （H16.4.2～H19.4.1生）	11月26日（木） 9:00～12:00		
丸栖保育所 丸栖275／Tel64・6198	1歳児～5歳児 （H16.4.2～H21.4.1生）	11月26日（木） 9:00～12:00		

※入所の対象となるのは、市内に在住し、家庭内において日々の保育に欠ける児童です。
（注）れもん保育園は、定員に余裕が無いため、低年齢児を優先します。

子育て応援特別手当（21年度版）の予定

平成15年4月2日～18年4月1日生まれの子どもがいる世帯の世帯主（21年10月1日基準日）に、対象児1人につき3万6千円を支給します。対象となる世帯には、12月以降に申請案内を送付する予定です。

DV被害者は10月中に事前申請を

いろいろな事情で、支給対象となる子どもといっしょに、住民登録と違う場所に住んでいるDV被害者の人は、「事前申請」として、支給対象者が世帯主からDV被害者に変更され、子育て応援特別手当を受給することができます。

■申請方法…まず子育て支援課に連絡ください。該当する場合は、今住んでいる市区町村に、「事前申請書」を提出していただきます。

■申請に必要なもの

○DV被害者であることが確認できる書類（ア～ウのうちいずれかひとつ）

- ア. 配偶者暴力相談支援センターの発行する証明書
 - イ. 婦人相談所の発行する証明書
 - ウ. 保護命令決定書の謄本又は正本
- ※対象児についても記載されていることなどが必要です
- 振込口座の通帳の写し

■事前申請の受付期間…10月30日（金）まで

【問い合わせ】子育て支援課（Tel 75・3111）

9月10日 子育て教室もも組



出産育児一時金の改正

政府の緊急少子化対策

10月から出産育児一時金の取り扱いが変わります。

ポイント① 支給金額の引き上げ

38万円⇒42万円

※産科医療補償制度加入医療機関以外での分娩の場合は35万円⇒39万円

ポイント② 医療機関等への直接支払

紀の川市国保から

これまで、事前申請すれば病院、診療所、助産所（以下医療機関等）へ出産育児一時金を直接支払い、出産費用の窓口負担を軽減する取扱いを実施していました。制度改正によって、直接支払いが原則化されるので、事前申請は廃止となります。

なお、医療機関等への直接支払いを希望しない場合や海外出産の場合等は、出産後に直接被保険者に支払う現行制度が利用できます。また、医療機関等への直接支払を利用した場合でも、出産費用が出産育児一時金の額に満たない場合は、出産後に差額を紀の川市国保へ請求してください。

【問い合わせ】国保年金課（Tel 77・2511）

●●生活

事業系一般廃棄物 処理方法の届出を

事業活動に伴って出たごみには「一般廃棄物」と「産業廃棄物」があります。事業系の一般廃棄物処理をどのように行うか、個人商店・法人を問わず、すべての事業者は事業系一般廃棄物処理方法届出書によって、届け出る必要があります。未提出の場合は、速やかに届け出て下さい。

【問い合わせ】廃棄物対策課 (Tel 77・2511 本庁北別館)

増えています。 ノーレジ袋協力店

1月23日にスタートした

レジ袋の無料配布中止の取り組みが、10月1日から、新たに次の事業者で実施されます。

県が実施した調査では、7月のマイバッグ持参率は90・5%でした。

■新たに参加する事業者：宇治田(株)「スーパージュタ」、(株)ゴトウ本店、ママシヨップ(株)、(株)キリン堂(株)ジップドラッグ

【問い合わせ】廃棄物対策課 (Tel 77・2511 本庁北別館)



9月20日粉河とうろう祭

●●案内

地籍調査の登記完了地域

古和田の一部地域、畑野上地域、貴志川町西山の一部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。

完了した地域の小字名

■古和田(打田地区)：落合、中通り、千檀ノ木、下田、西田、上田、舞

台、古城跡、大師前、竿留(21年6月30日完了)

■畑野上(打田地区)：全域(21年6月30日完了)

■貴志川町西山：口北、菖蒲池、丹生脇、岩ノ谷、西ノ坪(21年7月16日完了)

【問い合わせ】地籍調査課 (Tel 66・1100 桃山分庁舎)

農地を所有しているみなさんへ

現在、市内の農地の多くは、『農業振興地域の整備

に関する法律』に基づいて定められた農用地区域内農地になっていきます。この農地を農用地以外の用途に転用するためには、農用地区域内からの除外手続きが必要で

除外手続きをせずに(または除外手続き中に)法で認められている営農活動以外の造成工事などを行った場合、法によって罰せられることがあります。

【問い合わせ】農業振興課・農業委員会 (Tel 73・3311 粉河分庁舎)

●●募集

デイスコン大会

■とき：11月21日(土)午後1時30分

■ところ：打田体育館

■対象：市内在住・在勤の人

■定員：先着24組(1組1〜3人)

■参加料：500円(保険代含む)

■持ってくるもの：体育館シューズ

【申し込み・問い合わせ】10月19日(月)〜11月6日(金)の間、打田生涯学習センター内生涯スポーツ課 (Tel 77・3140) へ申し込みください。(電話可 受付は平日のみ)

※デイスコンとは、円盤6枚を、個人対個人またはチーム対チームに分かれてポイントに向かって投げ、どちらがそのポイントに近いのかが競います。

●税金

納期限のお知らせ 11月2日(月)

- 市県民税 第3期
【問い合わせ】市民税課 Tel 77・2511
- 国民健康保険税 第5期
【問い合わせ】国保年金課 Tel 77・2511
- 後期高齢者医療保険料 第4期
【問い合わせ】国保年金課 Tel 77・2511
- 介護保険料 第5期
【問い合わせ】高齢介護課 Tel 75・5328

夜間・休日の納付、納税相談窓口

平日の昼間に来庁できない人のための、税金の納付・納税相談窓口を、毎週木曜の夜と第2日曜日(10月は11日)に設けています。ご利用ください。

対象となる税は、国保税、固定資産税・都市計画税、市県民税、軽自動車税です。

■ところ…収税課・市民税課・国保年金課
■開設時間…木曜日は午後8時まで
第2日曜日は午前9時〜午後0時30分

ごみの分別と排出抑制に協力を (20年度のごみ処理量と費用を報告)

20年度に排出されたごみの量は下表のとおりで、処理にかかった費用は右のとおりです。

市は、循環型社会形成に向け、リサイクルにも取り組んでいて、資源ごみは、細かく分別した後、再利用しています。ごみの減量化促進のため、家庭用生ごみ処理機器の購入時に補助金を交付する制度もあります。

みなさん一人一人の日ごろの心がけで地球にやさしいエコ活動が推進できます。ごみの排出抑制と分別収集について、今後とも協力をお願いします。

ごみの処理実績(単位:トン)	20年度	19年度
燃やすごみ	15,927	15,912
古紙	544	605
カン類	407	425
ビン類	715	738
プラスチック製容器包装類(ペットボトル・白色トレイ・マークのついているもの)	558	575
乾電池・セトモノなど	154	149
粗大ごみ	813	727
高分子系ごみ(バケツ・収納ケースなどのプラスチック系ごみ)	109	126
土砂・ガレキなどの埋立ごみ	172	290

※9月号では、資源ごみの売却収入をお知らせしました。上の表の処理実績には、売却した資源ごみも含まれています。処理費用は、売却収入を加味せず市の支出額のみを掲載しています。

処理費用 約7億7千万円
内訳
収集 約3億2千万円
焼却 約3億3千万円
分別 約1億円
最終処分約2千万円

1袋あたりに換算すると…

燃やすごみ
ごみ袋は10円/大1袋
処理費用の内訳
収集に86円
焼却に127円
最終処分に8円
(埋め立て処分)
処理費用 221円

資源ごみ
ごみ袋は15円/大1袋
処理費用の内訳
収集に85円
中間処理(再分別)に125円
処理費用 210円

セトモノ・乾電池・電球など
ごみ袋は10円/1袋
処理費用の内訳
収集に140円
最終処分に47円
処理費用 187円

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)

●●募集

市民インディアカ フェスティバル

■とき：10月11日(日)
受付午前9時30分〜/大会
午前10時〜正午
■ところ：田中小学校体育館

■参加資格・種目：
◎男女混合の部(市内在住・在勤・在学の中学生以上で、男子1人以上女子2人以上の男女混合チーム)
◎女子の部(市内在住・在勤・在学の女子で4人以上のチーム)
参加費：1チーム500円
【申し込み・問い合わせ】
10月5日(月)までに生涯スポーツ課各館へ(各館の電話・ファックス番号はペーシ右下に)

歩いて 体験して リア満喫プラン

■Aコース10月22日(木)
『海神社・福琳寺ウォークとさつま芋掘り体験、めっけもん広場自由散策』昼食は地元のお米で作ったおにぎりど地元野菜のみそ汁(定員30人・打田駅集合解散)
参加費：1,500円
■Bコース11月11日(水)
『大和街道・紀伊国分寺ウォークとけい玉作り体験』昼食は地元のお米と古代米の行楽弁当(定員30人・打田駅集合解散)
参加費：3,000円
■Cコース11月25日(水)
『粉河寺・長田観音ウォークと蜜蝋のキャンドル作り体験』昼食は手打ち十割そば(定員20人・粉河駅集合)
参加費：3,000円
※いずれも午前9時45分集

合、午後3時30分解散。
申し込み方法：往復ハガキで申し込み。締め切りはAコース10月12日、Bコース11月1日、Cコース11月15日、必着。
記入事項は、希望コース、参加希望者全員の氏名、年齢、代表者の氏名・年齢・住所・電話番号
あて先は、〒649-1622 3 岩出市高塚209 那賀振興局 企画産業課
【問い合わせ】那賀振興局 企画産業課 (Tel 61・0014)

押し寿司(柿の葉 寿司)の体験

押し寿司の具は卵、サバ、シイタケ、かまぼこ等の色とりどりのお寿司です。秋祭りや、運動会などにも

クラシノジョウホウ

生涯スポーツ課各館の連絡先

■生涯スポーツ課
Tel 64・9164
Fax 64・6599

■打田生涯学習センター
Tel 77・3140
Fax 77・2799

■粉河ふるさとセンター
Tel 73・3312
Fax 73・8353

■那賀総合センター
Tel 75・2221
Fax 75・2659

■桃山会館
Tel 66・2288
Fax 66・2289

大活躍の「押し寿司」をみんなで作りませんか!
■とき：10月18日(日)午前10時〜
■ところ：桃源郷運動公園学習体験館『桃りやんせ夢工房』
■費用：1,000円
■持ってくるもの：エプロン・三角巾
■定員：20人
【申し込み・問い合わせ】
桃りやんせ夢工房 (Tel・Fax 66・3454 午前10時〜午後4時 月曜休館)

■パソコン教室の日程

Aコース	Bコース
11月6日(金)〜毎週金曜日(全10回)	11月7日(土)〜毎週土曜日(全10回)
午後7時〜9時	午前9時30分〜11時30分
文字入力ができる人向け、エクセル2007初級	初心者向け、エクセル2007の初歩から

パソコン教室

粉河地区公民館講座
■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(高校生以下不可)で、ワード経験者で文字入力ができる人。

■申し込み期間：10月18日(日)〜24日(土)(午前9時〜午後5時) 所定の申込用紙(粉河ふるさとセンター)にあり(電話・ファックス・郵送での申し込みは受け付けません)
■定員：それぞれ先着20人
■受講料：1,000円(テキスト代が別途必要)
【問い合わせ】粉河ふるさとセンター (Tel 73・3312)

市民の 掲示板

ファミリー電波教室

電波適正利用推進員から「電波」について学んだり、トランジスタラジオを組み立てます。

と き：11月22日(日) 午後1時〜4時
ところ：中貴志コミュニティセンター
対象：小学5・6年生(保護者同伴)
定員：先着20人
申し込みは10月13日(火)〜11月13日(金)和歌山県電波適正利用推進員協議会事務局 (Tel 06・6941・5188 Fax 06・6941・5293) まで
【問い合わせ】島村 猛 (Tel 64・5560)

写真展 第15回貴志川写友会展

会員14人が、風景や花など、光の使い方と自然との対話を大切に、56作品に表現しています。

と き：10月8日(木)〜11日(日)
午前10時〜午後6時(最終日は4時まで)
ところ：貴志川生涯学習センター2階
【問い合わせ】貴志川写友会 岡野 (Tel 64・2400)

百合山であそぼう 自然観察と楽しい工作

自然観察会、木工工作、パン焼き
と き：10月11日(日) 午前9時〜午後3時
ところ：百合山イベント広場
対象：小学生以上
定員：先着40人
申し込みは、10月5日までに所定の用紙で打田生涯学習センターへ
【問い合わせ】大井一成 (Tel 77・3891)

「市民の掲示板」コーナー利用の手続き

申込書に必要事項を記入し、掲載希望月の2カ月前の25日までに提出してください。申込書は広報広聴課にあります。ホームページからもダウンロードできます。まずは問い合わせください。
【問い合わせ】広報広聴課 (Tel 77・0813 本庁)

笑って元気! 患者さんを笑わしたろ

桂枝曾丸さんの落語とラフターヨガで大いに笑ってください。
一般参加も大歓迎。申し込みは要りません。
なお、この事業は「民間団体への人権啓発活動委託事業」の指定を受けています。

と き：10月17日(土) 午後1時〜4時
ところ：打田生涯学習センター
【問い合わせ】NPO法人難病患者障害者相談支援センター NSC 森田 (Tel 75・4413)

上映会 ゆずり葉 -君もまた次のきみへ-

人情あふれる東京の下町を舞台に“もうひとつの美しい言葉、手話”で織り成す、いくつもの世代をつなぐハートフル・ストーリー

と き：11月3日(火) 午後1時〜
ところ：かつらぎ総合文化会館(かつらぎ町丁の町)
入場料：一般/小学4年〜高校生
前売り 1,200円/800円
当日 1,500円/1,000円
【問い合わせ】紀北ブロック上映会実行委員会
Fax 0736・42・0521 田中 清
Tel 0736・22・2595 松岡夕紀

アルゼンチン民族舞踊公演と ホームステイ受け入れ募集

アルゼンチン学生の民族舞踊と交流会を開催します。
と き：11月15日(日) 午後6時開演
ところ：粉河ふるさとセンター小ホール
定員：先着200人
参加費：1,000円

同時募集 アルゼンチン学生をホームステイして下さる家庭を募集します。
ホームステイの日程：11月15日夕方〜17日朝(申し込み締め切りは10月25日)

【申し込み・問い合わせ】紀の川国際交流会 岩田 (Tel 090・2359・5471) 粉河ふるさとセンター内喫茶ポポ (Tel 73・7099)

今月の
BU・RA・YO・RI

クラシックコンサート

■出演…音のしらべ

■とき…10月10日(土)午後3時

■ところ…貴志川生涯学習センターエントランスホール
【問い合わせ】貴志川生涯学習センター (Tel 64・2273)

中貴志コミュニティ

■とき…10月18日(日)午前10時～午後4時

■ところ…中貴志コミュニティセンター

■内容…作品展示会、芸能大会、わんぱく広場、模擬店、抽選会など

【問い合わせ】中貴志コミュニティセンター (Tel 65・1155) 月・火・祝日休館

華岡青洲生誕250年イベント

華岡青洲は、紀の川市の生んだ偉人です。麻酔薬を発明し、世界初の全身麻酔による乳がん摘出手術を行いました。来年が華岡青洲生誕250年になるので、そのイベントとして医聖華岡青洲顕彰会が企画展を行います。
(イベントとは前夜祭など本番を向かえる前に行う催しをいいます)

企画展 青洲時代の手術器具と現在の手術器具

～春林軒跡の発掘調査と春林軒の移築・復原～

開催時期 10月12日(月)～11月3日(火)

開催場所 青洲の里多目的ホール

期間中は小中学生の展示室・春林軒入館料が無料になります。

同時開催 紀の川市の小学生による華岡青洲に関する絵の展示

講演会 華岡青洲とその生涯 池田 章氏(元那賀町教育長)

とき 10月25日(日)午前11時～ ※事前申し込み必要

ところ 春林軒主屋 参加料無料(講演会参加者は入館料無料)

定員 先着60人

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

申し込み締め切り 10月19日(月)

【申し込み・問い合わせ】医聖華岡青洲顕彰会事務局(Tel64・9163 生涯学習課内)



島羽一郎特別公演 演歌宅配便

粉河ふるさとセンター開館15周年記念

平成22年10月31日(日)

昼の部 開場午後7時 開演7時30分
夜の部 開場午後4時30分 開演5時

MUSIC 粉河ふるさとセンター 大ホール

※未就学児は入場できません

出演 島羽一郎 ゲスト 石原詢子 アコースティックバンド

入場券 前売券3,000円/当日券3,500円
全席指定 昼夜完全入替制

入場券の販売 10月17日(土)～
午前10時～午後5時

入場券販売場所 粉河ふるさとセンター
貴志川生涯学習センター(月・祝休館)でも一部座席のみ販売します。

電話予約の受付 10月24日(土)～
午前10時～午後5時
粉河ふるさとセンター

【問い合わせ】粉河ふるさとセンター(Tel73・3312)



～ようちこしなして～ 青洲まつり2009

とき 10月12日(月)午前9時30分～
ところ 青洲の里、旧名手本陣

内容 ステージイベント
青洲時代行列
劇団華岡青洲による演劇
青洲うまいもん横丁
子ども体験村
出店コーナー
行政コーナーなど

まつり当日の風景を撮影したフォトコンテストも実施します。詳しくは紀の川市ホームページにて

【問い合わせ】青洲まつり実行委員会事務局
(Tel73・3311 商工観光課内)

催し



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、健康診断、母子手帳、環境、
地域巡回バス、国勢調査、入札、上水道な
ど

■粉河分庁舎 Tel. 73・3311
農業、林業、観光、商業など

■鞆淵出張所 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など

■桃山分庁舎 Tel. 66・1100
道路、河川、開発、市営住宅、下水道、地
籍調査など

■貴志川分庁舎 Tel. 64・2525
小・中学校、幼稚園などの教育関係、成人式、
文化財、青少年健全育成、生涯スポーツなど

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

生涯学習・生涯スポーツ
■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

弁護士相談

■紀の川市弁護士相談
Tel. 77・2511（市民課）
11月4日(水)午後1時30分～
桃山IT親子ホール2階会議室
（電話予約が必要 先着5人）
予約受付開始：10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。どの会場でも相
談を受けることができます。
○10月14日(水)午後1時～3時
粉河分庁舎3階E会議室

○10月21日(水)午後1時～3時
本庁南別館2階相談室

○10月27日(火)午後1時～3時
貴志川分庁舎1階相談室

「行政相談週間」の特別相談

○10月19日(月)午後1時～3時
那賀保健福祉センター2階委
員会室

○10月19日(月)午後1時～3時
桃山IT親子ホール2階会議
室

○10月19日(月)午後1時～3時
市内一斉相談日（市内5か所
で開催）

人権相談

■紀の川市人権相談
Tel. 77・0855（人権啓発推進
課直通）
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。事前申込不要

高齢者

■紀の川市地域包括支援セン
ター
Tel. 78・3314 打田
Tel. 73・6060 粉河
Tel. 75・3601 那賀
Tel. 66・3013 桃山

子ども

■市役所子育て支援課の家庭児
童相談
Tel. 75・5307（那賀分庁舎内）
平日の午前8時45分～午後5時
30分
■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）

■発達障害に関する相談

Tel. 073・4133・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

自閉症、アスペルガー症候群
その他の広汎性発達障害、LD、
ADHDに関する相談支援を行
います。

■子どもと家庭の電話相談
Tel. 073・447・1152

平日の午前9時～午後8時／
土、日、祝日午前9時～午後4
時30分

消費生活

■架空請求やクーリングオフ
（契約の解消）の相談（紀の川
くらしのネットワーク相談）
Tel. 77・1770
毎週水・金曜の午後1時～3時
本庁北別館1階くらしの窓口

こころ・からだ

■労働者の健康相談
Tel. 0736・42・2502（伊
都・那賀地域産業保健センター）
毎月第2日曜日の午後1時30
分～4時30分まで、那賀休日急
患診療所で、産業医が健康相談
や健康指導を行います。

■身体・知的・精神障害に関す
る相談と不登校・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

■高次脳機能障害に関する相談
Tel. 073・441・7070（和
歌山県子ども・女性・障害者相
談センター）月・水曜の午前10
時～午後4時、金曜の午前10時
～午後6時

頭部外傷や脳血管障害などが
原因で、言語や記憶など日常生
活にさまざまな困難が生じてい
る人の相談に応じます。

■難病に関する相談

Tel. 77・5161（難病連家族会
きぼく）
平日の午前10時～午後4時

■こころの健康相談
Tel. 61・0021（岩出保健所）

で、どの会場でも相談は受けら
れます。

○10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

○11月11日(水)午後1時～3時
桃山保健福祉センター1階相
談室

○12月4日(金)午後1時～4時
市内一斉相談日（市内5か所
で開催）

精神科医と精神保健福祉相談
員などが相談に応じます。

■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）
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。

平日の午前9時～午後5時30分

就職

■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。
とき：平日の午前9時～午後5
時

■巡回職業相談 10月20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。

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

【問い合わせ】商工観光課（Tel.
73・3311）

女性

■女性相談
Tel. 073・435・5246
（県男女共生社会推進センター）
○面接相談は、月～土曜日午前
9時～午後5時30分（電話予約
必要）
○電話相談は午後8時30分まで

その他

■薬物に関する相談
Tel. 073・423・4951
（ドラッグリカバリーライン）
とき：第2・第4金曜日の午後
7時30分～11時

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
■鞆淵診療所	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. 73・2054
■〃長田警察官駐在所	Tel. 63・0110
■〃龍門警察官駐在所	Tel. 63・0110
■〃鞆淵警察官駐在所	Tel. 79・0017
■〃那賀交番	Tel. 75・2066
■〃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

編集後記

今回の取材では、早朝から様々な活
動をしている人たちに話を伺いまし
た。取材のため、普段より早く起きる
機会が多かったのですが、やはり早朝
には早朝ならではの雰囲気がありま
す。空気が澄んでいて、同じ景色でも
いつもと違って見えますし、植物にも
勢いがあるような気がしました。

私は、どちらかという、夜更かし
大好き、朝は苦手な夜型人間です。学
生の頃は、日々ギリギリまで布団にし
がみつく努力をして、起床してから家
を飛びだすまでが15分弱。もちろん
朝食もそこそこに、着替えも大慌て。
自転車をどれだけ必死でこいだかは、
あえて語るまでもありません。

しかし、朝の使い方は様々な節目で
変わるもので、今は余裕を持って起き
るようにしています。でも、休日は、
油断すると寝坊してしまうこともしば
しば。寝る前に、「明日は早く起きてア
レとコレをして…」などと考えていた
のに、寝坊してすべて台無しになった
時の情けなさと言ったらありません。
『寝過ごして 分かる朝の ありがたさ』
(by てつ)

※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。



紀の川市市民まつり

8月23日(日)
好きやっしょ紀の川! ~夢花火~
~夢舞台~

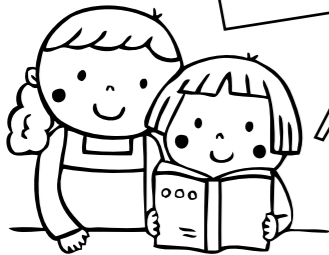


油断は
禁毛川

8月30日(日)
第2回紀の川市防災総合訓練



としょかん情報



★読書週間イベント 絵本作家いとうひろし氏講演会★

◆11月8日(日)午後2時～ 打田生涯学習センター
詳しくは打田図書館まで

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

開館状況	打田図書館 (Tel. 78・2010)	粉河図書館 (Tel. 73・3312)	那賀図書館 (Tel. 75・3111)	桃山図書館 (Tel. 66・9678)	貴志川図書館 (Tel. 64・4614)
10月					
5(月)	◎	◎	◎	◎	◎
6(火)	◎	◎	◎	◎	◎
7(水)	◎	◎	◎	◎	◎
8(木)	◎	◎	◎	◎	◎
9(金)	◎	◎	◎	◎	◎
10(土)	◎	◎	◎	◎	◎
11(日)	◎	◎	◎	◎	◎
12(月)	◎	◎	◎	◎	◎
13(火)	◎	◎	◎	◎	◎
14(水)	◎	◎	◎	◎	◎
15(木)	◎	◎	◎	◎	◎
16(金)	◎	◎	◎	◎	◎
17(土)	◎	◎	◎	◎	◎
18(日)	◎	◎	◎	◎	◎
19(月)	◎	◎	◎	◎	◎
20(火)	◎	◎	◎	◎	◎
21(水)	◎	◎	◎	◎	◎
22(木)	◎	◎	◎	◎	◎
23(金)	◎	◎	◎	◎	◎
24(土)	◎	◎	◎	◎	◎
25(日)	◎	◎	◎	◎	◎
26(月)	◎	◎	◎	◎	◎
27(火)	◎	◎	◎	◎	◎
28(水)	◎	◎	◎	◎	◎
29(木)	◎	◎	◎	◎	◎
30(金)	◎	◎	◎	◎	◎
31(土)	◎	◎	◎	◎	◎
11月					
1(日)	◎	◎	◎	◎	◎
2(月)	◎	◎	◎	◎	◎
3(火)	◎	◎	◎	◎	◎
4(水)	◎	◎	◎	◎	◎



すていぞプリンちゃん あっちこっちでへびさがしのまき

いとうひろし/理論社/打田図書館
元気いっぱいプリンちゃんとゆかいな仲間たちの5つの日曜日のお話。



クゲノタカラバコ

いとうひろし/偕成社/打田・粉河・那賀・貴志川図書館

不思議な博物館「クゲノタカラバコ」に展示されているお宝と、それにまつわる冒険のお話。

- 新しくいった本 図書名/著者名/出版社名/所蔵図書館名
- 終の住処/磯崎憲一郎/新潮社/打田
 - 脳は0.1秒で恋をする/茂木健一郎/PHP研究所/那賀
 - やさいおやつやさいごはん/植松良枝/ポプラ社/打田
 - かいけつゾロリきょうふのちょうとつきゅう/原ゆたか/ポプラ社/全図書館

■読み聞かせの予定

打田図書館	10月11日(日) AM 10:30～	おはなしのくに (こども向け)
	10月16日(金) AM 9:45～	おはなしのくに (赤ちゃん向け)
	10月25日(日) PM 2:00～	おはなしはらっぱ (こども向け)
	11月1日(日) PM 3:00～	おはなしのくに (秋のおはなし会)
粉河図書館	10月17日(土) PM 1:30～	よみかかせのかい (こども向け)
那賀図書館	10月24日(土) AM 10:00～	おはなしれっしゃ
桃山図書館	10月16日(金) PM 3:30～	こどもみらい号
	10月21日(水) PM 2:00～	赤ちゃんみらい号
貴志川図書館	11月1日(日) AM 10:00～	おはなしのへや

◎=開館 ○=休館

文化財



わたしのまちの文化財



遭難女学生の碑

わたしのまちの文化財その⑤ 鉄橋 竹房橋建設への悲願

この間14年の歳月と建設費は、総額8万5千円(地元負担半額)安楽川村2万円、田中村2万円、龍門村5千円、奥安楽川村5百円(他県費負担)を費やしました。羽端鹿助の頌徳碑が新四国1番のお堂の脇に建てられています。

紀の川では北島橋について2番目の鉄橋である竹房橋の竣工の後、世界恐慌に突入していきまふ。

(現在の竹房橋は二代目)

多くの犠牲の中に今の安全がある
今から94年前、大正4年9月8日の朝、安楽川村や奥安楽川村、田中村高野の粉河中学校生徒13人、粉河高等女学校生9人、田中中学校児童3人が竹房の渡し舟に乗っていました。やや治まったとはいえ、なお濁った急流に船頭が船を出しました。

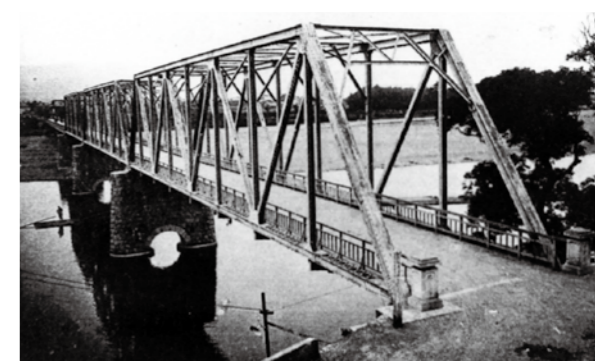
平底の木造船で、満員と濁水で平衡を失い転覆、全員が濁流に呑み込まれるという大事件になりました。

「船頭を恨む人、泣き入る人、川を舟が下るくたる。親兄弟は狂気のごとくあり」と安楽川村報が伝えていました。

犠牲者捜索と慰霊祭が相次ぎ、最後に確認されたのは10月21日でした。犠牲者の名は、今も竹房の川畔の慰霊碑に刻まれています。

この多数の尊い若い命を失った悲しみが竹房に鉄橋を架ける運動として高まりました。

田中村長・橋本清三郎氏が架橋の発議、しかし資金問題で頓挫。県議千田徹も議会で奔走したが県と村との負担割合で合意できなかったが大正14年には県議羽端鹿助も関係者と奔走し予算が成立しました。昭和2、3年を経て、昭和4年1月ついに悲願の鉄橋竹



下校時の見守りを呼びかける放送を録音中。(池田小6年西 留璃さん) ご協力をお願いします!



■大正琴、意外に簡単でした

紀の川国際交流会の Harmony 交流パーティーでのひとコマ。パーティーでは15人の外国人を含む約70人が、和太鼓と大正琴の演奏、居合道の演舞、クイズなどを楽しみました。この会の事務局岩田裕子さんは「会員が増え、地域がもっと国際的になれば」と話します。写真の大正琴を教わっていた那賀高の留学生 Emilyさんは「ピアノと少し似ているので意外に簡単でした」と話していました。



■地域インターンシッププログラム

和歌山大観光学部の学生5人が就業体験のため青洲の里・めっけもん広場などを訪れ、紀の川市の産業・農業の視察、こんにゃく作り、米粉パン販売、農家民泊などを体験しました。3日間の日程の中には、農家の熱い思いをどうビジネスにつなげるか、若者が農業に就業するための問題点などをJA 紀の里農業部会の人たちと意見交換する場面もあり、地域資源の掘り起こしや活性化について熱心に勉強していました。



■はじめまして姜昌龍ガン チャンヨンです

9月1日韓国西帰浦市から政策調整課に派遣されましたガン チャンヨンと申します。これから1年間お世話になります。私は今回の派遣を通して日本語・日本の街づくり・地理情報システムの勉強などを頑張りたいと思っています。また紀の川市と西帰浦市の交流の活性化にも努めたいと考えていますので応援よろしくお願いします。(9月18日安楽川保育所に行ってきました)



■緊張したー、レコーディング

「めっけもん広場」の歌のレコーディングを行った、地元農家の子どもで結成した「めっけもんキッズのぞむところ隊」。「何にでも立ち向かう気持ちを隊の名前につけました」と榎本嘉菜さん(竜門小6年)。元気よく歌っていた高橋勇稀くん(上名手小3年)は妹の未夢さんと参加。「ものすごく緊張した」とホッとした表情を見せていました。曲はめっけもん広場のイベント時などに流れるそうです。



■あらかわ防災ステーションの2年目

校内放送を利用して防災に関する知識を広める取り組み「あらかわ防災ステーション」。2年目の今年は、夏休みを利用して神戸市で被災者の取材を行いました。震災で両親を亡くし、妹も重症を負ったという野原久美子さんから体験談を聞いた生徒たちと3人の防災ボランティア。「実家のある地域の4割の住民が亡くなった」「妹が住んでいた文化住宅は1階が押しつぶされ15cmほどになってしまった」など聞き、荒川中3年の左海太暉くんは「野原さんの体験談を聞いて、改めて地震の怖さを実感した」また、同じく3年の大浦時歩さんは「災害に対する1人1人の心構えと日ごろからの近所付き合いが大切と思った」と話していました。防災ボランティアの3人は、「大災害への備えは、物よりも心の備えのほうが必要だと感じた。日ごろから支えあえる絆を作っておくことが大切」と話していました。取材した内容は、9月上旬、荒川中・安楽川小・調月小の校内放送で流れました。



野原さんは野原神川しんせんの名で活躍する書家で、作歌や防災紙芝居の制作も手がけています。「1人では生きていけない、人に助けられて生きることができた。震災でそのことに気づかされた」と話してくれました。感謝の心を送り伝えるための活動を行っています。

「紀の川に釣りに行くか」「ちよつと白浜へ遊びに行くか」 ベルリンやパリに行くのはそれと同じこと。別に特別なことじゃない。

嶋田さんに初めて会ったのは、8月15日の夜、万燈会の取材をしていたときのこと。竹房橋の上から花火の写真を撮影していた嶋田さんは、ちよつかいを出す友人の子どもにも笑いながら「こらー何すんねん」などとツッコミを入れていた。それは、まるでお盆に帰省してきた甥や姪と遊んでいるかのように、楽しさと懐かしさが入り混じったような雰囲気をかもし出していました。

その子どもたちの母は、嶋田さんと保育所・小中学校・高校が一緒だったという幼なじみ。いわく「偏屈なことを言うけど、すごい人」だそうです。

嶋田さんは、主に時計や宝石を撮影しているプロの写真家。1年の約

半分を国外で過ごします。嶋田さんにとつて、国外で仕事をするのはなんら特別なことではないといいます。そこに仕事があるから行くだけだ。

国外からも仕事の依頼が来るようになるまでに、いろんな苦労や努力をしてきたのでは？と問いかけると意外な答えが帰ってきました。

「努力しなきゃならないようではダメ。楽しめない」と

自分が楽しんでなければ、仕事相手に魅力を伝えられない。どれだけ努力したかではなく、結果がすべて。この言葉の意味を後々私はかみしめることになりました。

この道を志したのは高校生のとき

「女性にモテると思ったから」だそうです。大学の4年間で写真に関することをみっちり学びました。

国外からも仕事の依頼が来る嶋田さんですが、そのほとんどが口コミによるものです。

仕事を得るためには、人脈が大切。学園という言葉もあるように、大学時代に築く人脈は仕事をするうえでとても役立つといいます。

「だからみんな『いい大学に行け』という。でもそのことは学校で教えない」

いい写真とは、どういう写真をいうのか、聞いてみようと思っっていました。

「3枚の写真があるとす。写真の使い道によって、いい写真は違っ

くる。じゃんけんのグーチョキパーと同じ」

…写真の使用目的がはっきりしていれば、いい写真が撮れる。いい写真が撮れないというのは、目的がわかっていないということなんじゃないかな。

自分のしたいこと、何がしたいかはっきりしているなら、できるまで続けられるようになる。自分で限界を決めてしまうから、達成できない。「できない」と言わず続けろ、

やりたいことをやれ、やりたいものになれ…

ストリートに語ってくれた言葉は、時間が経つほど、「なるほど」と思えてきます。プロカメラマン嶋田敦之さんの視点はやはり鋭い。



嶋田敦之さん(41) 池田新在住。ひげを伸ばしているのは「そののが面倒だから」。今やたまにひげをそると「誰か分からん」と言われるそうです。齒に衣着せぬ語りにも、どこことなく愛嬌を感じさせるユーモアがある。

わが家の味



ご近所も絶賛、藤田さんの料理

「近所の人がいってなかったら楽しみないわ」というくらい、ご近所と親しい藤田初美さん(52)。

5年前、閑静な寺長(粉河地区)に引っ越してきました。それ以前よりもずっと静かな雰囲気なので、最初はさびしかったようですが、近所の人たちと仲良くなったことで引っ越してきてよかったですと感ずるようになりました。

おかずのおすそ分けはもちろんのこと、花見や祭りのときなど、親しい人を自宅に招き、ごちそうします。

「料理も好き、食べてもらうのも好き」
今日もこの撮影のために、藤田さんがご近所さんに声をかけてくれました。

藤田さんの両親から孫までの4世代とご近所さんが集まって、楽しいランチタイムが始まりました。



「私はいから料理だけ入れといて」と藤田さん夫妻は写っていません。(写真上)

今日の献立は、チキンのマヨネーズ焼き、揚げナス、チキンのたたき、中華サラダ、ゴーヤのつくだ煮です。

旬のナスは、素揚げして熱いうちにダシに入れるのがポイントだそうです。

孫の湧大君も「おいしい」とニコリ。