

ひととまちをつなぐ

紀の川

広報

住いも 甘いも
紀の川市

●特集
健康と向き合う

●暮らしに役立つ情報ワイド

長期総合計画の基本施策を紹介①
粉河祭「交通規制」

●表紙の写真

6月14日、西の窪団地集会所で実施した
フレイルチェックでの「指輪っかテスト」。
果たして自分の筋肉量は…？
2～5ページに関連記事掲載

7

2018

健康と向き合う

Point フレイル予防の実践

Stop Frailty フレイル予防の大切なポイントです。自分の生活を振り返ってみて、いかがですか？

01. バランスのよい食事をとる

特に、筋肉の素となるたんぱく質が多く含まれる「肉・魚・大豆」と、骨を強くする「牛乳・乳製品」を多くとりましょう。

02. みんなで楽しく、食事をする

一人で食事をする「孤食」より、誰かと一緒に食事をする「共食」の機会をつくりましょう。

03. よく噛んで、しっかり食べる

柔らかいものばかり食べていると、噛む機能が低下して固いものが噛めなくなるという悪循環に陥ってしまいます。

04. 今より10分多く、体を動かす

日々の暮らしの中で、体を動かす意識を持ちましょう。てくてく体操などの実践も効果的です。

05. 自分に合った、活動を見つける

社会とのつながりを失うことがフレイルの最初の入り口です。自分の培った経験を生かせるものなどから活動してみましょう。

フレイルチェック × 健康

青シール …フレイルの兆候なし

赤シール …フレイルの兆候あり

フレイルという言葉をご存知でしょうか。聞き慣れない言葉ですが、「虚弱」を意味しています。人は年齢を重ねていくと、心や体が徐々に衰えていくものです。「健康」な状態から、心身の活力が低下した「フレイル」の段階を経て、「要介護」の状態に陥ると考えられています。外出の機会が以前より減ったり、おいしいものが食べられなくなったという人は、フレイルの危険信号が灯っていると考えられます。フレイルの兆候を発見するために効果的な方法が「フレイルチェック」です。東京大学高齢社会総合研究機

構が考案したチェックリストで、簡易と深掘の2段階に分かれています。まず始めの簡易チェックでは、「栄養」「口腔」「運動」「社会性・こころ」の4分野で自分の元気を測定し、赤と青のシールで色分けすることによりその結果は一目瞭然。特に、自分の足のふくらはぎの直径を測る「指輪つかテスト」では、手軽に自分の筋肉量を調べることができます。次の深掘チェックでは、「お口」「運動」「社会参加」の3分野で、滑舌や片足立ちなどの項目を、機器などを使ってよりくわしく測定していきます。



▲上野会館でのてくてく体操時にフレイルチェック。これまで59か所で1,245人がチェックを受けました（6月7日時点）。

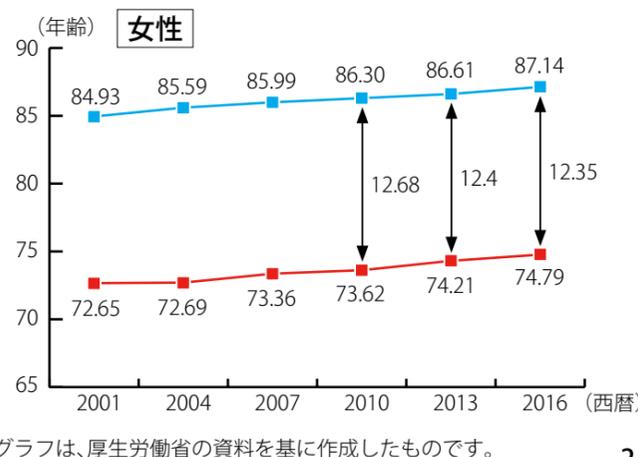
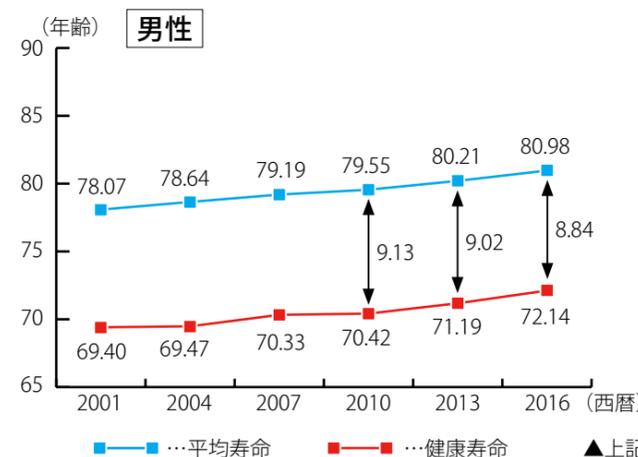
元気に自立して日常生活を送ることができる期間を示す「健康寿命」。2018年3月に厚生労働省が公表した結果によると、2016年の健康寿命は男性で72・14歳、女性で74・79歳と、前回調査時の2013年と比べて、男性で0・95歳、女性で0・58歳延びています。

このような健康寿命の延伸に伴い、平均寿命との差が縮小する傾向にあります。2016年の時点では、男性の平均寿命は80・98歳で、健康寿命との差は約9年、女性の平均寿命は87・14歳で、その差は約12年となりました。2010年の調査時から比較しても、男女ともに少しずつその差は縮小しており（下記グラフ参照）、生活習慣の改善や高齢者の

体力向上などが起因しているのではないかとされています。

一方で、2016年の和歌山県の男性の健康寿命は71・36歳で全国ワースト4位、女性は74・42歳で全国ワースト10位と、いずれも前述の健康寿命を下回っており、決して高いとはいえない状況です。私たちが暮らす紀の川市は、高齢化率が30%を超えています。市民のみなさんのおよそ3人に1人が65歳以上の人であるという現実には、真剣に向き合わなくてはなりません。

健康寿命を延ばし、いつまでも元気に自立して日常生活を送っていくためには、まず現在の自分の状態を知り、しっかりと向き合うことが大切です。自分と向き合い、健康と向き合う。そのためには――



▲上記グラフは、厚生労働省の資料を基に作成したものです。

構が考案したチェックリストで、簡易と深掘の2段階に分かれています。まず始めの簡易チェックでは、「栄養」「口腔」「運動」「社会性・こころ」の4分野で自分の元気を測定し、赤と青のシールで色分けすることによりその結果は一目瞭然。特に、自分の足のふくらはぎの直径を測る「指輪つかテスト」では、手軽に自分の筋肉量を調べることができます。次の深掘チェックでは、「お口」「運動」「社会参加」の3分野で、滑舌や片足立ちなどの項目を、機器などを使ってよりくわしく測定していきます。

フレイルチェックは、主に体操抛点や健康イベントで実施されています（写真右下）。初めて受けた人の中には、「自分の体のことは自分が一番良くわかっていて、思っていたとおりの結果だった」という人もいれば、「農作業をしているので握力があると思っていたけど、測定してみると意外に数値が低くて驚いた」

という人も。チェックの結果、フレイルの兆候を示す赤シールが増えていくと不安になるかもしれませんが、しかし、赤シールの項目は、今後の生活を変えていく「気付き」になります。次回のチェック時には、赤シールを青シールに変えられるよう、自分の生活の改善に取り組んでみてはいかがでしょうか。

健康長寿を目指すには、「しっかりと噛んで、しっかりと食べる」「運動をすること」「社会参加をすること」の3つの柱を、バランスよく実践することがとても大切です。まずは自分と向き合い、健康状態や生活習慣を知ることから始めましょう。



▲4月7日開催の「桃・桜お花見サイクリング」には35人の社員が参加。土地の高低差が少なく走行しやすい紀の川市で、春を感じる桃源郷や世界灌漑遺産の龍之渡井など、約30kmを颯爽とサイクリングしました。他にも、社員が家族と一緒に参加できる健康づくりイベントを定期的に開催しています。

サイクリング × 健康



運 動することが好きで、学生時代から自転車に乗って旅行などをしていたという坂口明さん(57)(写真上)。貴志川町丸栖の自宅から、勤務先の花王株式会社和歌山工場(和歌山市湊)まで、自転車で通勤していたことがあります。勤務先の健康づくり通勤制度を利用し、普段は車通勤のところを、春や秋などの季節のいい時期には自転車に乗り、片道約20kmを1時間ほどかけて通勤していました。「自転車通勤は、平日に体力づくりに取り組めるいい機会。運動する機会を分散することができます。効率がよかったです」と話します。

そんな坂口さんが勤務する花王株式会社では、「健康経営」に積極的に取り組んでいます。従業員の健康面に配慮することにより経営面の成果を目指し、2015年から4年連続で「健康経営銘柄」に選定されるなど、健康意識の高い社員を増やすことを目的としています。なかでも和歌山工場では、約1,900人いる社員の内で8割を超える人が運動不足を感じているという現状を受け、車通勤する人が6割を占めることに着目。運動のためだけに時間を割くのではなく、通勤時間を利用してながら効率的に運動を取り入れるため、車通勤の社員が希望日に自転車通勤を選択できる健康づくり通勤制度などを実践し、社員の健康づくりをサポートしています。

「ただ運動するというだけでは継続は難しい。日常生活の中で無理なく運動を取り入れていけるような工夫が大切です」と話してくれたのは、健康相談室所属で保健師の松田雅美さんと堀祐子さん。現在8%の社員が利用する健康づくり通勤制度を始め、社員やその家族全体の健康維持を目指して、様々な健康増進プログラムを提供しています。また、自転車通勤する人の中には、「自転車での通勤すると活精度が上がって、スッキリとした気持ちで仕事に取り組めるようになった」と話す人も。自然を感じながら颯爽と走ることにやり、「気持ちのオン・オフ」の切り替えにいい効果が表れています。

「自転車は、体にバランスよく負荷をかけながら心肺機能や筋力を高めることができる、高齢者にも優しい健康法なんです」と坂口さんは話します。年齢にかかわらず無理なく続けることができるので、みなさんの日常生活にぜひ取り入れてみてはいかがでしょうか。

.....

みなさんにとって「健康」とは、いったいどういうものでしょうか。「好きな時に好きな場所へ自分で行けること」「家族や他人に負担をかけることなく生きていけること」「普通に生活できること」など、健康の捉え方は十人十色です。

現在の自分と正面から向き合うことは、少し不安な部分もあるかもしれませんが、「健康」は、他の誰かのことではなく、自分のことです。自分自身と向き合う一歩を踏み出してみませんか■

※健康経営銘柄…経済産業省と東京証券取引所が共同で、従業員などの健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践する健康経営を積極的に進めている企業を公表するもの。2015年から開始され、花王は化学業種で選定。



フレイルサポーター

× 健康

地 域へのフレイルチェックの普及に精力的に取り組んでいるのが、フレイルサポーター(以下「サポーター」)のみなさんです。昨年2月の第1回サポーター養成講座を8人が受講してスタートし、7月にサポーター連絡会を発足させ、10月から本格的にフレイルチェックのサポートに取り組みました。同じ年代の人がサポートする和やかな雰囲気でのチェックが好評で、地域の体操拠点などへ出向いて活動が続けるうちに口コミで広がり、連絡会の発足から約1年で80人以上のサポーター



紀の川市フレイルサポーター連絡会 会長 畠中 美文 さん(67)

が集まりました。定期開催する連絡会では活発に意見を交換し、チェックの精度向上のためにマニュアルを作成したり、わかりやすく説明するために紙芝居を手作りしたりと、地域の垣根を越えて熱気を帯びるボランティア活動への参加の輪がどんどん広がっています。

「フレイルチェックを通じて、サポートする自分たちも社会参加できます。健康意識の高い前向きなサポーターが増えることによって、健康寿命の人が1人でも多く増えていけば、このまちはもっと元気になる」と話すのは、会長を務める畠中さん。サポーターからは、フレイルチェックのサポートだけでなく、チェックに関連したアイデアがどんどん生まれてくるといいます。今年4月には、Tシャツ部会やウォーキング部会などの5つの専門部会を発足。自分が



▲写真左上…2週目のフレイルチェックに向けて、初回チェック時のデータを還元できるような紙芝居の作成を検討中です。
▲写真右上…Tシャツ部会でデザインから考案した特製ユニフォーム。黄緑色のTシャツがサポーターの目印です。
▲写真左・中央上…4月4日、30人以上のサポーターが参加した、春の粉河を巡るお花見ウォーキング。お弁当やフレイルチェックサポート後のランチも楽しみのひとつです。



8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30年4月生まれ対象
8月22日(水)・29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30年1月生まれ対象
8月21日(火)・28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29年8月生まれ対象
8月7日(火)・8日(水)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28年11月生まれ対象
8月24日(金)・31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28年1月生まれ対象
8月9日(木)・10日(金)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26年11月生まれ対象
8月23日(木)・30日(木)の午後
受付は午後1時～1時30分

【問い合わせ】
こども課 (Tel 77・2511)



6月19日 赤ちゃん広場

子育て世代包括支援センター

「はぐくみサポート紀の川」 子育てに関する相談窓口を開設

7月1日から、子育てに関する相談窓口として、市役所本庁2階こども課母子保健班内に、紀の川市子育て世代包括支援センター「はぐくみサポート紀の川」を開設します。

「はぐくみサポート紀の川」では、安心して妊娠・出産・子育てができるよう、妊娠届出書受理のほか、関係機関と連携しながら助産師・保健師が相談を受けます。「初めての妊娠・出産で不安」や「赤ちゃんの体重が増えているか心配」など、心配ごとがあれば、電話や面接での相談に応じますので気軽に相談ください。

■開設時間…月～金曜日 午前8時45分～午後5時30分

※祝日や年末年始は除く。

【問い合わせ】紀の川市子育て世代包括支援センター「はぐくみサポート紀の川」(Tel 79・3106)



夏休み手話教室を開催

「手話」は耳の聞こえない人が、手を使って会話をするコミュニケーション方法のひとつです。みんなで一緒に楽しく手話を学びませんか。

■とき…7月24日(火)／25日(水)／27日(金) 午前10時～正午

■ところ…打田生涯学習センター 視聴覚室

■対象…市内の小学5年生～高校生

■定員…25人(先着順)

■講師…和歌山県聴覚障害者協会会員、市職員

■申し込み…申込書は、ホームページ(<http://www.city.kinokawa.lg.jp/>)からダウンロードするか、障害福祉課、各支所に設置の申込用紙に必要事項を記入し、7月17日(火)までに申し込みください。

【問い合わせ】障害福祉課 (Tel 77・2511 / Fax 79・3926 本庁2階)

接種機会を逃した予防接種の申請

下記の予防接種を受ける機会を逃した場合で接種を希望する人は、健康推進課に問い合わせの上、申請してください。

■MR1期予防接種

2歳までにMR1期の予防接種を受けることができなかった場合、2歳から年中児を対象に、予防接種法に基づかない任意の予防接種を公費で受けることができます。

■子どもの定期予防接種

長期にわたり療養が必要で、定期予防接種の期間を過ぎてしまった場合、病気などの特別な事情がなくなった日から2年間は、接種を受けることができます。医師の診断書などが必要です。

【問い合わせ】健康推進課 (Tel 77・2511)

肝炎ウイルス検診を受けましょう



7月は肝臓週間・日本肝炎デーです。

日本では、慢性肝炎ウイルス感染者(B型肝炎・C型肝炎)は300～370万人いるといわれています。年間、約3万5千人が肝がんにより死亡していますが、原因の約80%はB型・C型のウイルス性肝炎といわれています。肝臓は「沈黙の臓器」といわれ、自覚症状がないまま病気が進行してしまいます。

肝炎ウイルスに感染しても、検査をできるだけ早く受けて感染を知り、適切な治療を受けることにより、肝硬変や肝がんといった深刻な症状への進行を予防することができます。

■肝炎ウイルス検診

集団検診にて、過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがない40歳以上の人を対象に、B型・C型肝炎ウイルス検査を実施しています。費用は無料です。今まで肝炎ウイルス検診を受けたことがない人は、一度検診を受けましょう。

【問い合わせ】健康推進課 (Tel 77・2511 本庁1階)

8月の赤ちゃん広場(0歳児) 子育て教室(1・2歳児)は、お休みです

※日程などの変更や中止の場合は、メール配信サービス(<https://mail.cous.jp/kinokawa/>)から登録)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)

レイモンド子育て支援センター (Tel 79・7228)

こども課 (Tel 77・2511 本庁2階)

休日歯科当番 (診療時間：午前10時～午後4時)

受診の際は、電話などで確認のうえ来院ください。
電話が通じないときは、那賀消防組合 (Tel 61・1791) へ確認ください。
年間当番表 (地図リンク) は市ホームページで確認できます。

7/1 (日) 岩崎歯科医院 (Tel 62・9888)

8 (日) 藤田歯科医院 (Tel 77・6060)

15 (日) 山本歯科矯正 (Tel 64・3014)

16 (月) はぎはら歯科 (Tel 64・8850)

22 (日) 磯野歯科医院 (Tel 75・2063)

29 (日) 辻本歯科医院 (Tel 77・4068)

8/5 (日) 崎山歯科医院 (Tel 64・8727)

健康 子育て

けんこう
こそだて

電話する時に、こちら↓の内容を伝えてください
住所・氏名・年齢・患者の症状・電話番号

緊急時の医療機関案内 (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
※火事・救急時はTel 119 和歌山広域消防指令センター

休日に受診できる医療機関

Tel 77・6410 那賀休日急患診療所
日曜・祝日・年末年始の午前9時～午後5時

夜間の小児医療電話相談

子どもが急病になり、朝まで様子を見ても大丈夫なのか判断に迷ったとき
Tel # 8000 またはTel 073・431・8000
平日は午後7時～翌午前9時
土・日・祝日は午前9時～翌午前9時

夜間・休日に受診できる小児科

Tel 073・425・8181 小児救急医療ネットワーク
平日夜間は午後8時～翌午前6時
土・日・祝日の夜間は午後7時～翌午前6時
休日昼間は午前10時～正午、午後1時～5時

県内の医療機関情報

わかやま医療情報ネット

検索

献血日程

7/13 (金) 紀の川市役所 那賀支所 14:30～16:30

30 (月) 紀の川市役所 南別館 10:00～12:00
13:00～16:30



6月19日 赤ちゃん広場

医療の被保険者証などの更新

①後期高齢者医療被保険者証

■有効期限…7月31日

対象者には7月中旬に新しい被保険者証を送りますので、更新手続きは不要です。新しい被保険者証は「うすいみず色」です。

※新しい被保険者証(うすいみず色)は、手元に届き次第、使用ください。

※新しい被保険者証が届いたら、古い被保険者証(うすい緑色)は細かく裁断するなどして処分するか、国保年金課または各支所に返却してください。

②後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証

後期高齢者医療制度の加入者で住民税非課税世帯の人の外来診療時や入院時の医療費・食事療養費を減額するための認定証です。

■有効期限…7月31日

■申請方法…現在認定証を持っている人で、引き続き対象となる場合は、7月中旬に認定証を送りますので、更新手続きは不要です。ただし、新たに交付を要する場合は、国保年金課または各支所で手続きをしてください。

■手続きに必要なもの…後期高齢者医療被保険者証・印鑑・マイナンバーを確認できるもの・本人確認書類(運転免許証など)

【問い合わせ】国保年金課 (Tel 77・2511)

国民年金保険料の免除・猶予申請

国民年金の30年度の保険料は、月額16,340円ですが、納付が困難な場合は申請手続きをすることにより、保険料を免除(猶予)する制度があります。30年7月～31年6月分の免除・猶予申請の受付が7月から始まりましたので、希望する人は申請手続きをしてください。以前から全額免除・納付猶予の継続申請をしている人は、新たな申請は不要です。

■免除(全額免除・一部納付)…本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定額以下の場合、全額免除または一部納付(半額納付・4分の1納付・4分の3納付)となります。

■納付猶予…50歳未満で、本人、配偶者の前年所得が一定額以下の場合、納付が猶予されます。

※28年6月までは30歳未満、28年7月以降は50歳未満の人が対象です。

■学生納付特例…学生で、本人の所得が一定額以下の場合、納付が猶予されます。学生証の写しまたは在学証明書(原本)が必要。

【免除や猶予となる所得の「めやす」】

前年所得が以下の計算式で計算した金額の範囲内であること

※A…社会保険料控除額等

●全額免除、納付猶予…(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円

●4分の1納付…78万円+扶養親族等控除額+A

●2分の1納付…118万円+扶養親族等控除額+A

●4分の3納付…158万円+扶養親族等控除額+A

●学生納付特例…118万円+扶養親族等の数×38万円+A

■注意事項

※各免除(猶予)とも、所得審査があります。

※退職(失業)の特例があります。本人・配偶者・世帯主で退職した人は、前年の所得が限度額以上であっても免除される場合があります。ただし、離職票などの添付が必要です。

※あくまでも「めやす」ですので、希望する人は、市役所や各支所の年金窓口にご相談してください。

※免除や猶予となった場合、全額納付した場合より、将来受け取る年金額が減額されます。

【問い合わせ】国保年金課 (Tel 77・2511)

後期高齢者医療の保険料

7月中に後期高齢者医療保険料額決定通知書を送ります。後期高齢者医療制度は、国民健康保険や社会保険と違い、被保険者全員が保険料を納めることになります。

保険料の計算方法

年間の保険料は、①均等割額と②所得割額の合計額です。

①被保険者全員が均等に負担する均等割額…45,812円

②所得に応じて負担する所得割額…(所得金額-33万円)×8.80%

保険料の軽減 ※30年度から軽減率などが変更

■均等割額の軽減

世帯内の被保険者全員と世帯主の所得金額の合計額に応じて均等割額を軽減します。

| | 世帯内の被保険者全員と世帯主の所得金額の合計額 | 軽減割合 |
|---|---------------------------------------|--------|
| ① | 「33万円+50万円×世帯に属する被保険者数」以下 | 2割軽減 |
| ② | 「33万円+27.5万円×世帯に属する被保険者数」以下 | 5割軽減 |
| ③ | 33万円以下 | 8.5割軽減 |
| ④ | 33万円以下で、被保険者全員の年金収入が80万円以下で、他に所得がない場合 | 9割軽減 |

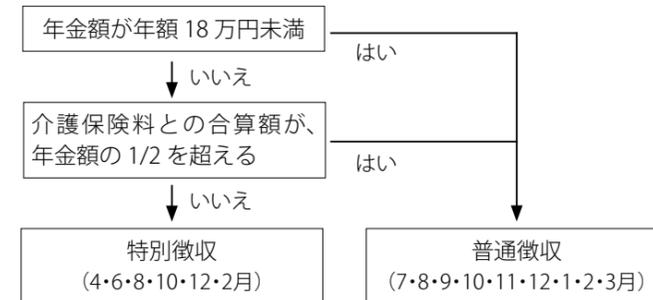
※①②は対象が拡大します。

■後期高齢者医療制度の加入日前日に会社の健康保険に加入するなど、被用者保険の被扶養者であった人の保険料を軽減します。

●均等割額 … 5割軽減 ※29年度7割 ●所得割額 … 負担なし

保険料の納付方法

受給している年金額などによって、特別徴収(年金から天引き)と普通徴収(納付書や口座振替)の2通りがあります。



※特別徴収対象者でも、年金天引きができない場合があります。

※特別徴収から普通徴収に変更する場合は、市役所と金融機関への届け出が必要です。

【問い合わせ】国保年金課 (Tel 77・2511 本庁1階)



6月19日 赤ちゃん広場



6月19日 赤ちゃん広場

和歌山県在宅育児支援事業給付金

多子世帯の0歳児を対象に、在宅育児支援のための費用を給付します。

■受給資格者…下記すべての要件を満たす人

①市内に住民登録をしている児童手当などの受給者（施設等受給資格者は除く）／②職場復帰を前提として育児休業給付金を受給していない／③生活保護法による保護を受けていない／④乳児が保育所などに入所していない／⑤暴力団関係者や公序良俗に反していない

■対象となる乳児…市内に住民登録をしている生後2か月から満1歳未満の乳児で、下記いずれかの要件を満たす人

①同一世帯内の第3子以降／②市町村民税所得割合算額が77,101円未満である同一世帯内の第2子

■支給額…対象となる乳児一人あたり15,000円（月額）

※くわしくは問い合わせください。

【問い合わせ】こども課（Tel 77・2511）

母子父子寡婦福祉資金の貸付

ひとり親家庭の人を対象に、子どもの進学や就職に必要な資金を貸し付けます。

■貸付の種類…修学資金、修業資金、就職支度資金、就学支度資金など

■利子…無利子（一部資金で有利子の場合あり）

■償還期間…最長20年（資金の種類により変動）

※貸付には各種条件がありますので、事前の相談が必要です。

【問い合わせ】こども課（Tel 77・2511）

ひとり親家庭自立支援給付金

ひとり親家庭の人を対象に、就職に必要なまたは有利になる資格の取得費用の一部を給付します。

■自立支援教育訓練給付金…ひとり親家庭の親が、介護ヘルパーや医療事務などの資格取得のための通信教育や講座受講に要した費用の6割（上限200,000円）を給付します。

■高等職業訓練促進給付金…ひとり親家庭の親が、看護師・保育士・介護福祉士などの資格取得のため、看護学校や専門学校などで修学する期間（上限3年）について、月額100,000円（課税世帯の場合は70,500円）を限度に給付します。

■高等学校卒業程度認定試験合格支援…ひとり親家庭の親または20歳未満の児童が、高卒認定試験の合格を目指す講座を受講する場合、受講修了時に受講費用の2割（上限100,000円）、合格時に受講費用の4割（受講修了時との合計が上限150,000円）を給付します。

※給付金の受給には審査があります。事前の相談や申請が必要。

【問い合わせ】こども課（Tel 77・2511）

ひとり親家庭医療費受給者証の更新

ひとり親家庭医療費受給者証は、毎年更新が必要です。

更新が認定された場合は、新しい受給者証を7月下旬に郵送します。

※所得制限を超過しているなど、受給要件に該当しない場合は、8月1日から1年間支給を停止します。

■更新手続…現在登録している人に申請用紙を送りますので、必要事項を記入し、7月11日※までに申請者本人が国保年金課または各支所の福祉医療担当に提出してください。

■手続きに必要なもの…申請用紙・資格者全員の健康保険証・申請者のマイナンバーを確認できるもの・申請者の本人確認書類（運転免許証など）・印鑑・30年1月2日以降に転入した人は同意書 など

◎ひとり親家庭医療費助成制度とは

18歳に達する日以降の最初の3月31日までの児童を扶養している配偶者のない父または母と、その児童の医療費を助成する制度です。父または母が一定の障害にある家庭も対象です。ただし、所得や障害の程度による制限があります。

【問い合わせ】国保年金課（Tel 77・2511）

心身障害児(者)の医療費助成

心身に障害のある人が、健康保険証を使い医療機関などを受診したときの費用の一部を助成する制度です。ただし、所得制限があります。

■助成できないもの…保険適用外の医療費、入院時の差額ベッド代、食事療養費、文書代、薬の容器代、検診、予防接種など

■対象となる人…市内に住民登録をしている医療保険加入者で、次のいずれかに当てはまる人（ただし18年8月以降、65歳以上で新たに該当した人は除きます）。

◎身体障害者手帳の障害等級が1級、2級、3級に該当

◎療育手帳の障害程度がA1、A2、B1、B2に該当

◎特別児童扶養手当の障害程度が1級、2級に該当

◎障害年金の障害程度が1級、2級に該当し、障害年金を現に受給している

【問い合わせ】国保年金課（Tel 77・2511）

視覚障害者社会適応訓練(個別指導)を実施

■内容…和歌山県内に居住している視覚障害者で、歩行訓練などを実施することで社会参加が見込まれる人を対象に、社会福祉法人日本ライトハウスの指導員が家庭を訪問し、歩行・コミュニケーション（点字・すみ字・パソコン）・身辺処理訓練を行います。

■費用…訓練に必要な教材などの経費は対象者の個人負担

■募集期間…随時

※応募方法など、くわしくは障害福祉課に問い合わせください。

※事前に指導員との面接があり、訓練の緊急度や必要性を考慮します。

【問い合わせ】障害福祉課（Tel 77・2511）



6月19日 赤ちゃん広場



6月19日 赤ちゃん広場

つどい場 ひなたぼっこ

- とき…7月12日(木)
午後1時30分～3時30分
- ところ…市役所南別館 集団トレーニング室
(内容) 認知症について知り、脳トレをしてみよう
- とき…7月26日(木)
午後1時30分～3時30分
- ところ…桃山支所3階
(内容) 競技カルタと歌声喫茶
- 【問い合わせ】高齡介護課 (Tel. 77・2511)



6月19日 赤ちゃん広場

要支援・要介護認定を受けた人に
介護保険負担割合証を発行

要支援・要介護認定を受けた人に介護保険負担割合証を発行しています。8月1日付以降に使用する負担割合証を7月下旬に送付します。現在使用している負担割合証(有効期限7月31日)は、細かく裁断するなどして処分するか、高齡介護課または各支所に返却してください。

- 3割負担…①合計所得金額(年額)が220万円以上の人
②同一世帯にいる65歳以上の人の年金収入とその他の合計所得金額の合計が、単身世帯で340万円以上、2人以上の世帯で463万円以上の人
 - 2割負担…3割負担の対象とならない人で下記に該当する人
①合計所得金額(年額)が160万円以上の人
②同一世帯にいる65歳以上の人の年金収入とその他の合計所得金額の合計が、単身世帯で280万円以上、2人以上の世帯で346万円以上の人
 - 1割負担…上記以外の人
- ※第2号被保険者(40～64歳の人)や市民税非課税者、生活保護受給者は、上記にかかわらず1割負担となります。
※くわしくは、高齡介護課介護保険班または担当ケアマネージャーに問い合わせください。

【問い合わせ】高齡介護課 (Tel. 77・2511 本庁2階)

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 なが・こかわ

- とき…7月11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…『栄養改善について(食中毒・脱水予防)』
- 【問い合わせ】栄寿苑 (Tel. 75・6888) / 高齡介護課 (Tel. 77・2511)

- とき…7月18日(水) 午後2時～4時
- ところ…粉河ふるさとセンター 小ホール
- テーマ…『栄養改善について(食中毒・脱水予防)』
- 【問い合わせ】白水園 (Tel. 73・2210) / 高齡介護課 (Tel. 77・2511)

◎はつらつくらぶ

- とき…7月19日(木) 午後1時～3時
- ところ…本庁5階 501会議室
- テーマ…『投げてすつきり撃って爽快～射的ゲーム～』
- 【問い合わせ】皆楽園 (Tel. 77・1881) / 高齡介護課 (Tel. 77・2511)



◀申し込みはこちら

講演会

発達障害のある人が
社会に出るまでに学ぶべきこと
～家庭・学校での具体的な取り組みについて～



- とき…7月29日(日)
午後1時～4時30分(受付は午後0時20分～)
- ところ…和歌山県勤労福祉会館プラザホープ
- 資料代…500円
- 定員…350人(先着順)
- 講師…品川裕香氏(教育ジャーナリスト・編集者)
- 申し込み…①住所②氏名③所属④連絡先⑤手話通訳・一時保育の希望の有無を記載し、和歌山県発達障害者支援センターポラリスへFAXまたはメール(アドレスは上記)で申し込み。
- 【問い合わせ】和歌山県発達障害者支援センターポラリス (Tel. 073・413・3200 / Fax 073・413・3020)

介護保険 各種認定証の更新が必要です

介護保険負担限度額認定証

介護保険利用者負担額減額・免除等認定証

社会福祉法人等利用者負担軽減確認証

これらの認定証(確認証)の有効期限は7月31日です。
8月1日以降も引き続き減額の認定が必要な人は、8月中に更新の手続きをしてください。更新の手続きがない場合は、利用者負担額の軽減などができなくなります。

- 申請方法…申請書に必要事項を記入し、高齡介護課または各支所に提出してください。
- 手続きに必要なもの…申請者の本人確認書類・印鑑(認印)・預金通帳などの写し(口座名義人が本人または配偶者となっている全ての通帳の写し)・非課税年金収入額がわかるもの・30年1月2日以降に転入した人は30年1月1日に住所があった市町村の所得証明書(金額の記載があるもの)
- 負担軽減の対象外…次のいずれかに該当する場合、軽減などの対象外となります。
①世帯の人および配偶者(世帯が同じかどうかは問いません)が市町村民税を課税されているかどうかを確認し、課税されている場合には負担軽減の対象外となります。
②預貯金などの金額を確認し、配偶者がいる人は合計2,000万円を、配偶者がいない人は1,000万円を超える場合には負担軽減の対象外となります。預金通帳・定期預金証書・有価証券などの写しが必要です。
- 注意事項…新規でこれらの軽減などの適用を希望する人も、同様の書類が必要です。また、要件は認定証の種類により異なります。
くわしくは、高齡介護課介護保険班または担当のケアマネージャーに問い合わせください。

【問い合わせ】高齡介護課 (Tel. 77・2511)



6月19日 赤ちゃん広場



6月19日 赤ちゃん広場

第2次紀の川市 長期総合計画の基本施策を紹介①

市の長期的展望を示す「第2次紀の川市長期総合計画」に基づくまちづくりがスタートしました。基本構想で定めた将来像「人が行き交い 自然の恵みあふれる 住みよいまち」の実現に向け、市民のみなさんとの「約束事」として計画を策定。広報紀の川5月号で紹介した計画の概要に続き、各分野の具体的な取り組みをシリーズで紹介していきます。

企画経営課 (Tel 77・2511 本庁3階)

1-1-1 地域防災力の向上

自助・共助・公助の役割が機能し、市民や地域、行政が一体となった災害に強いまちを目指します。
■主な取り組み…防災意識の啓発、普及／防災施設などの計画的な整備／行政の防災対応力の強化

1-1-2 効率的で効果的な消防体制の整備

安全・速やかに活動できる消防体制を構築するとともに、市民のみなさんが安心して暮らせるまちを目指します。
■主な取り組み…消防・救急・救助体制の充実／火災予防対策の推進／消防施設・装備の計画的な整備



1-1-3 災害に強いまちの形成

大規模自然災害に備えた対策を進め、安全・安心な居住地が確保されているまちを目指します。
■主な取り組み…治水対策の推進／土砂災害防止対策の推進／農地・農業用施設の災害対策の推進／住宅耐震化の促進

1-1-4 防犯・交通安全対策の推進

交通安全や防犯に対する意識を高めるとともに、安全な交通環境の整備や防犯対策を行い、交通事故や犯罪の起きにくいまちを目指します。
■主な取り組み…交通安全意識の向上推進／交通安全施設の整備／放置自転車対策の推進／地域防犯対策の推進／消費者の安全対策の推進

1-2-1 健康づくりと疾病予防

健康な生活習慣や心の健康に理解を深め、自分に合った効果的な健康づくりに楽しく取り組めるまちを目指します。
■主な取り組み…正しい生活習慣の定着を図る取組の充実／疾病予防、重症化予防対策の充実／特定健診・特定保健指導の充実

1-2-2 地域医療体制・医療サービスの充実

必要な時に安心して質の高い医療サービスを受けることができるまちを目指します。
■主な取り組み…地域医療体制の充実／救急医療体制の充実／福祉医療費助成の実施／舘津診療所の安定的運営

1-2-3 医療保険制度の安定的運営

国民健康保険制度と後期高齢者医療制度を安定的に運営することで、誰もが安心して医療を受けることができるまちを目指します。
■主な取り組み…国民健康保険制度の安定的運営／後期高齢者医療制度の安定的運営



1 安全・安心 安心して健やかに暮らせるまち

1 防災・防犯

2 健康・医療

～ともに支え合おう～

●粉河祭 「交通規制」と「子どもだんじり参加者募集」

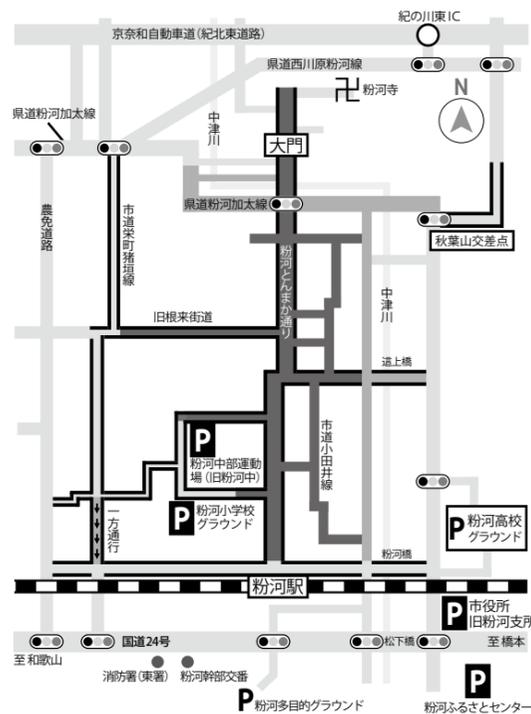
【問い合わせ】観光振興課
(Tel 77・2511 本庁4階)

粉河祭

粉河祭は紀州三大祭の一つとして知られ、お囃子にあわせて「だんじり」が運行される活気あふれる祭りです。今年は2年に一度の渡御式が行われます。

宵祭は7月28日(土)、本祭は7月29日(日)に開催します。

●粉河祭開催に伴う交通規制 7/27(金)～29(日)



- P** 常設の駐車場 **P** 臨時駐車場
- 車両通行止等の規制 (7/27・28は午後7時～11時、7/29午後2時～7時)
※粉河とんまか通りは、28日(土)午後6時から規制がかかります。
 - 車両通行止等の規制 (7月28日午後7時～11時)
 - 駐車禁止区域。区域以外でも、道幅の狭い道路へは駐車できません。

地域巡回バスのう回運行

次のバス停(時間)には止まりません。

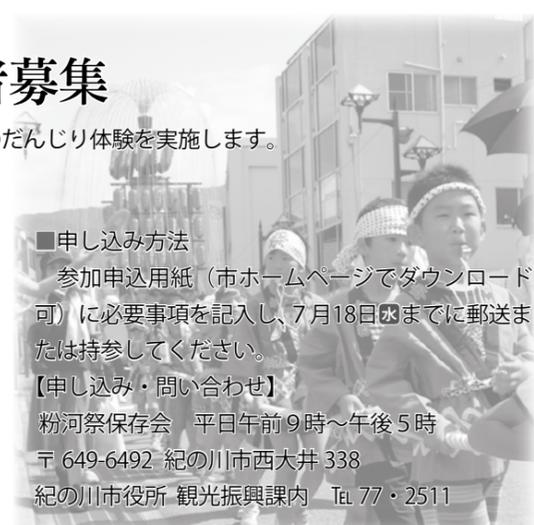
- 7/27(金)
 - 川原竜門コース
粉河駅19:00 → 天北19:01 → 這上19:02
- 7/28(土)～29(日)
 - 上名手打田コース
粉河駅14:56 → 天北14:57 → 這上14:58
這上16:10 → 天北16:11 → 粉河駅16:12
 - 川原竜門コース
這上14:55 → 天北14:56 → 粉河駅14:57
粉河駅13:00 → 天北13:01 → 這上13:02
粉河駅16:20 → 天北16:21 → 這上16:22
粉河駅19:00 → 天北19:01 → 這上19:02

●子どもだんじり 参加者募集

粉河祭本祭イベントのひとつとして、子どもたちのだんじり体験を実施します。一緒に、だんじりを引いてみませんか。

- とき…7月29日(日)
午後2時30分～3時30分(予定)
- ところ…粉河とんまか通り
(粉河駅前～粉河寺大門前)
- 募集人数…50人(先着順)
- 対象…年長(5歳児)～小学6年生
※小学2年生以下は保護者の同伴が必要

- 申し込み方法
参加申込用紙(市ホームページでダウンロード可)に必要事項を記入し、7月18日(土)までに郵送または持参してください。
- 【申し込み・問い合わせ】
粉河祭保存会 平日午前9時～午後5時
〒649-6492 紀の川市西大井 338
紀の川市役所 観光振興課内 Tel 77・2511



※イベント内容などによって、規制区域や時間などを変更する場合があります。



●案内

結婚新生活を支援

経済的な理由で結婚に踏み出せない人に、予算の範囲内で、結婚に伴う新生活の経費を支援します。

■対象：30年4月1日～31年3月31日の間に結婚した夫婦／夫婦ともに紀の川市に住民登録し、市内在住／婚姻の届出時に夫婦ともに34歳以下／夫婦ともに紀の川市税の滞納がないなど
■対象経費：住居費・引越し費用など、30年1月1日以降に要した費用（上限12万円）※婚姻日の前後6か月以内に転入した人で、経費が上限額を超えている場合は加算されます。
■申請期間：7月2日(月)か

もやすごみのごみ質改善に協力を

もやすごみを効率よく安全に収集・焼却できるように、ごみの質の改善に協力をお願いします。

- 水切りをしっかりとする
ごみの重さの約50%が水分です。水が多いと悪臭が発生したり、収集時に汚水がこぼれて周囲が汚れたりします。また、収集や焼却の効率が下がってしまいます。
- ごみ袋の口をしっかりと結ぶ
ごみ袋の口が開いていると、袋が倒れてごみが散乱したり、雨水が入ってごみ質が悪くなります。
- 収集日当日の朝8時までに出す
カラスや動物に荒らされたり、悪臭が広がって周囲に迷惑がかからないよう、ルールを守って出してください。
- 燃えないごみを混ぜない
燃えないごみが混入すると、焼却施設の破損や故障

ら31年3月末まで
※所得制限やその他要件があります。くわしくはホームページ(アドレスは上記)を確認ください。

6次産業化支援事業に補助金を交付

市内の農業者、農産物直売所経営者などが6次産業化のための事業を実施する場合、その対象経費について、予算の範囲内で補助金を交付します。くわしくは問い合わせください。

- 補助対象／補助率
- 商品開発／2分の1(上限50万円)
- 販路開拓／10分の10(上限50万円) ※物産展などの出展負担金のみ
- アドバイザー派遣／2

農地は適正に管理してください

農地を耕作しないでいると、雑草が繁茂し、花粉が飛び散ったり、病害虫の発生源になったりします。

また、不法投棄や有害獣が住みついたりして、周りの農地や住環境に悪影響を及ぼすこととなりますので、耕起や草刈りをするなど、適正な管理をしてください。

なお、農業委員会では、耕作状況を確認するため、8月から10月頃にかけて農地パトロールを行います。その際、農地に農業委員などが立ち入ることがありますので、協力ください。

【問い合わせ】農業委員会事務局 (Tel 77・2511 本庁4階)

分の1(1回につき上限6万円/5回まで)
■申し込み：随時
※年度内に事業を完了できるものに限りです。

【問い合わせ】農林振興課 (Tel 77・2511 本庁4階)

ポイ捨てはやめましょう！

「つい何となく」「たいしたことでないから」「ごみ箱が近くにないから」などの理由でたばこの吸い殻、空き缶、紙くずなどを投げ捨てていませんか。

ポイ捨てのごみは、まちの美観を損ね、周辺住民の迷惑になります。また、火のついたタバコをそのまま捨てることにより火災の原因にもなります。きちんとごみ箱や灰皿に捨てるようにしましょう。

●税金

延滞金も滞納処分の対象です

市税は納期限を過ぎると、本税に対して年率8.9%（納期限の翌日から1か月を経過する日までは2.6%）の延滞金がかかります。延滞金も滞納処分の対象になりますので、納期内の納付を心がけてください。

【問い合わせ】収納対策課 (Tel 77・2511 本庁1階)

個人住民税の特別徴収を徹底します

個人住民税の特別徴収とは、事業者（給与支払者）が、所得税の源泉徴収と同様に、住民税の納税義務者である給与所得者に代わって、毎月従業員（給与所得者）に支払う給与から住民税（市町村住民税+県民税）を徴収（天引き）し、納入

●証明書コンビニ交付サービスが始まります

コンビニにあるマルチコピー機で、住民票の写し、戸籍全部・個人事項証明書、戸籍附票の写し、印鑑登録証明書を取得できるサービスを31年3月から開始予定です。サービスの利用には、マイナンバーカードが必要です。

※マイナンバーカード…プラスチック製のICチップ付きカードで、券面に氏名・住所・生年月日・性別・マイナンバー（個人番号）・本人の顔写真などが表示されます。本人確認書類として利用できるほか、自治体サービスやe-Taxなどの様々なサービスに利用できます。

●マイナンバーカードを取得するには？

申請方法…郵便・パソコン・スマートフォン・証明用写真機から申請できます。※くわしくは、マイナンバーカード総合サイト(アドレスは上記)で確認ください。
受取方法…申請から約1か月で交付通知書が届くので、通知書に記載された必要なものを持参し、本人が来庁ください。

■市民課 (Tel 77・2511 本庁1階)

【問い合わせ】生活環境課 (Tel 77・2511 本庁南別館1階)

浄化槽は適正に管理しましょう

浄化槽は、定期的に維持管理をしないと本来の機能を十分に発揮できず、放流水質の悪化や悪臭発生など原因になります。浄化槽の維持管理(保守点検、清掃、法定検査の3つ)は、

浄化槽法により義務付けられていますので、必ず実施してください。

【問い合わせ】生活環境課 (Tel 77・2511)

●表彰 (敬称略)

おめでとうございます
【高齢者叙勲】 旭日単光章 (地方自治功労) 高橋 亨
【和歌山県知事表彰】 (地方自治功労) 上野 健

紀の川市・岩出市合同企画「紀の川コミュニティバスに乗ろう！」

紀の川市・岩出市は、平成14年から共同で紀の川コミュニティバス(コミバス)の運行をしています。そこで、コミバスの魅力を再発見していただくために、紀の川市・岩出市・和歌山バス那賀で合同の利用啓発を行うことになりました。
この記事の裏面に、平成30年7月22日～平成30年7月31日限定で利用できる無料乗車券(1回分)を印刷していますので、この記事を切り取ってご利用ください。
※無料乗車券は上記期間のみ有効です。
※ご利用は1枚につき1回です。複数人・複数回のご利用はできません。

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。

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。

税金

固定資産税の各種届け出

■家屋の滅失
住宅・店舗・倉庫など、建物を取り壊したときは税務課に「家屋滅失届」を提出してください。登記済みの建物は、法務局岩出出張所（TEL62・2318）で滅失登記を行ってください。

■未登記家屋の所有者変更
売買や相続などで登記のない建物の所有者に変更があった場合は、届け出がないと納税義務者の変更ができませんので、「未登記家屋に係る納税義務者変更届」を提出してください。

■納税通知書の送付先変更
転居により送付先の住所を変更する場合、「住所変更

更等による市税に関する通知書の送付先変更依頼書」を提出してください。

■固定資産税の代表相続人
固定資産税の所有者（納税義務者）が亡くなったときは通常、法務局で所有権移転登記の手続きをします。何らかの事情で固定資産税の賦課期日（1月1日）までに相続登記をしていない場合は、「代表相続人指定（変更）届」を提出してください。※この書類は、相続登記や相続税とは関係ありません。

■土地現況調査
固定資産（土地）の課税状況について疑問に思うことがあれば「現況調査申請書」を提出してください。※添付書類などが必要な場合がありますので、事前に問い合わせください。

【問い合わせ】税務課（TEL77・2511）

募集

広報紀の川に広告を掲載しませんか

「広報紀の川」では、有料広告を募集しています。広告は事業所や商店などが対象です。有効な広告手段としてぜひ利用ください。

■掲載寸法：1スペース（縦45ミリ×横89ミリ）／2スペース（縦45ミリ×横182ミリまたは縦97ミリ×横89ミリ）／4スペース（縦97ミリ×横182ミリ）

■広告掲載料：1～2スペース（1スペース20,000円／月）、3～5スペース（1スペース16,000円／月）、6か月以上（1スペース14,000円／月）

■申し込み：掲載を希望する月の2か月前の25日までに、秘書広報課に直接申し込みください。申し込み用紙は、市ホームページ（アドレスは上記）からもダウンロードできます。

※広報紀の川（毎月1日発行）は、市内の世帯や公共施設などへ約26,500部を配布しています。

※市ホームページのバナー広告も募集しています。

【申し込み・問い合わせ】秘書広報課（TEL77・2511） 本庁3階

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、祝日除く）に、納付・納税相談窓口（収納対策課・税務課・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 7月31日（火）

- ◎市県民税・普徴 随4期（国収納対策課・税務課）
- ◎固定資産税 2期（国収納対策課・税務課）
- ◎国民健康保険税 2期・随4期（国国保年金課）
- ◎後期高齢者医療保険料 1期・随4期（国国保年金課）
- ◎介護保険料 2期（国高齢介護課）（TEL77・2511）

納め忘れはありませんか

市県民税・普徴（1期・随3期）／国民健康保険税（1期・随3期）／後期高齢者医療保険料（随3期）／介護保険料（1期）の納期限は**7月2日（火）**です。まだ納めていない人は、最寄りの金融機関が市役所窓口へお急ぎください。

紀の川コミュニティバス無料乗車券

（大人、小児、障害者割引適用の方共通）



利用可能期間：平成30年7月22日～平成30年7月31日

- ※無料乗車券は上記期間のみ有効です。
- ※ご利用は1枚につき1回です。複数人・複数回のご利用はできません。
- ※他の路線（紀の川市地域巡回バス、岩出市巡回バスなど）でのご利用はできません。
- ※現金及び回数券への交換はできません。

市職員採用試験

■試験区分（採用予定人員／受験資格／対象年齢）

◎事務職A（9人程度／学歴不問／平成元年4月2日～平成12年4月1日生まれの人）

◎事務職B（2人程度／高校新卒者／平成11年4月2日～平成13年4月1日生まれの人）

◎事務職C※文化・スポーツ枠（2人程度／高校在学时以降に、文化芸術・学術、スポーツにおいて優秀な実績がある人／平成元年4月2日～平成13年4月1日生まれの人）

■申込受付期間：7月23日（月）～8月3日（金）

※午前8時45分～午後5時30分

■試験申込用紙の交付：7月2日（月）～8月3日（金）まで

で、人事課（本庁3階）と各支所で配布（開庁時を除く）。

※郵便でも請求できます。くわしくは市ホームページ（アドレスは上記）を確認ください。

■試験日／試験場所

◎第1次試験：9月16日（日）／粉河中学校

◎第2次試験：10月中旬／市役所本庁（予定）

◎第3次試験：12月上旬／市役所本庁（予定）

■試験内容

◎第1次試験：（事務職A・B・C）教養試験、適性検査（性格）／（土木職）教養試験、適性検査（性格）、専門試験

◎第2次試験：（事務職A・B・C）作文試験、口述試験（集団面接）、口述試験（土木職）作文試験、口述試験（集団面接）

◎第3次試験：（事務職A・B・C・土木職）口述試験（個人面接）

【問い合わせ】人事課（TEL77・2511） 本庁3階

7月・8月の天文台観望会



■とき：①7月21日（土）／②8月4日（土）いずれも午後8時～9時

※天候不良の場合は中止

■ところ：西貴志コミュニティセンター

■テーマ：①最接近まじかの火星を見てみよう／②4個の惑星と夏の空を見てみよう

■定員：20人

※中学生以下は保護者の同伴が必要。

■参加費：一般200円／高校生以下100円

【申し込み・問い合わせ】西貴志コミュニティセンター（TEL65・2211）月・火・祝日を除く午前9時～午後5時

那賀消防組合消防職員を募集

■採用予定人数：消防職員1人、救急救命士1人

■受験資格

◎消防職員：平成5年4月2日以降生まれの大学生の／平成7年4月2日以降生まれの高専卒・短大卒の人／平成9年4月2日以降生まれの高卒の人

◎救急救命士：高卒以上で救急救命士法による救急救命士の免許を有する平成5年4月2日以降生まれの人（31年3月末までに免許取得見込みの人を含む）

※身長：体重・視力・色覚・聴覚の身体的要件もありません。

■申込受付期間：8月6日（月）～17日（金）（土日を除く）

午前8時30分～午後5時15分

■試験日

◎第1次試験（筆記）：9月16日（日）

◎第2次試験（面接・体力測定など）：10月中旬予定

※くわしくは問い合わせるか那賀消防組合ホームページ（アドレスは上部記載）を確認ください。

【問い合わせ】那賀消防組合消防本部総務課（TEL61・1792）

日曜消防講座

■子ども防災博士応急手当講座：応急手当の知識や技術を学びます。

◎とき：8月5日※午前9時～11時

◎対象：小学4年生以上

■普通救命講座：救命に必要な技術などをマスター

◎とき：9月2日・10月7日※午前9時～正午

◎対象：中学生以上

■おこのみ講座：受講者の要望に応じて、防災体験学習などを行います。

◎とき：毎月第1日曜日の午後

【開催場所・問い合わせ】那賀消防組合防災センター（TEL61・7259）

●●募集

夏休み スイミング教室

泳ぎの苦手な子どもは泳げるように、泳げる子どもは上達を目指しましょう。

■とき…①8月7日(火)～10日(金)午前10時30分～11時45分
②8月21日(火)～24日(金)正午～午後1時15分

■ところ…①那賀B&G海洋センター／②那賀スポーツレクリエーションセンター

■対象…市内在住の小学生(小学3年生以下は保護者の同伴が必要。保護者の入場料は不要。)

■定員…各30人(先着)

■受講料…2,000円(入場料と保険料含む)

■申し込み…7月7日(土)～

15日(日)までに、桃山会館設置の申込書に受講料を添え、直接申し込みください。

※印鑑を持参ください。

【申し込み・問い合わせ】
桃山会館 (Tel.66・22888) 月曜を除く午前9時～午後5時

公民館へ行こうフェア
食品サンプルを作ろう

本物そっくりなフルーツパフェを作ろう。

■とき…8月4日(土)午後2時～3時30分

■ところ…貴志川生涯学習センター

■定員…15人(先着順)

■対象…小学生4年生以上

■参加費…1人500円

■申し込み…7月21日(土)～28日(土)までに、申し込みください。

【申し込み・問い合わせ】
貴志川生涯学習センター

●●催し

目からウロコのじ んけん学習講座

身近なテーマで「じんけん」について学びませんか。

(とき／ところ／内容)

■第1回
7月12日(木)午後1時30分～
貴志川生涯学習センター
清水展人氏「多様な個性が輝く社会へ」

■第2回
9月30日(日)午後1時30分～
打田生涯学習センター
鎌田 敏氏「地域の絆、みんなの笑顔」

■第3回
10月18日(木)午後1時30分～
粉河ふるさとセンター

(Tel.64・2273) 月曜を除く午前9時～午後5時

中貴志コミセン

盆おどり大会

夏の思い出を作りませんか。

■とき…8月4日(土)
午後6時30分～9時
※雨天時は5日(日)に順延

■ところ…中貴志コミュニティセンター駐車場
■内容…楽しいおどり(恋するフォーチュンクッキー、黒潮河内音頭、貴志川音頭など)・模擬店

■中貴志コミュニティセンター (Tel.65・1155)
月・火・祝日を除く午前9時～午後5時

西貴志コミセン

夏祭り 「盆おどり大会」

夏の一夜を盆おどりや花火で、
楽しみませんか。

■とき…7月28日(土)
午後4時30分～9時
※雨天時は29日(日)に順延

■ところ…西貴志小学校運動場
■内容…盆おどり、打ち上げ花火、模擬店

■西貴志コミュニティセンター (Tel.65・2211)
月・火・祝日を除く午前9時～午後5時

紀の川市人権映画会 「彼らが本気で編むときは、」

脚本・監督：荻上直子
出演：生田斗真／桐谷健太／柿原りんか ほか

■とき…7月21日(土)
開場午後0時30分／上演午後1時30分

■ところ…市役所南別館 ホール田園

■定員…400人(先着順)

※一時保育を希望の人は、事前に申し込みが必要です。(満1歳～小学2年生まで)

■内容…優しさに満ちたトランスジェンダーの女性リンコ(生田斗真)と彼女の心の美しさに惹かれ、すべてを受け入れる恋人のマキオ(桐谷健太)。そんなカップルの前に現れた、愛を知らない孤独な少女トモ(柿原りんか)。桜の季節に出会った3人が、それぞれの幸せを見つけるまでの心温まる60日。

※トランスジェンダー…生まれた時の性別と自分で認識している性別が異なる人のこと。

■人権施策推進課 (Tel.77・2511 本庁4階)

粉河ふるさとセンター自主事業

川中美幸コンサート2018

■とき…12月2日(日) 2回公演

昼の部…午後0時30分開場／1時開演
夜の部…午後4時30分開場／5時開演

■ところ…粉河ふるさとセンター 大ホール

■入場料…前売券4,000円(当日券4,500円) ※全席指定

■入場券発売日…8月19日(日) 午前10時～ ※混雑時は1人4枚まで
粉河ふるさとセンター(月曜・祝日以外)／県民文化会館／
貴志川生涯学習センター(月曜・祝日以外)／ローソンチケット／
ミュージックショップフクイ(橋本市)

■販売時間…午前9時～午後5時

■電話による入場券販売受付…8月21日(火) 午前9時～ ※②③…郵送対応なし

①粉河ふるさとセンター (Tel.73・3312) ②貴志川生涯学習センター (Tel.64・2273)
③ミュージックショップフクイ (Tel.0736・32・2548)

■粉河ふるさとセンター (Tel.73・3312)



■第4回
12月8日(土)午後1時30分～
桃山会館／石川智子氏
「資生堂笑顔講座」

■第5回
31年1月23日(水)午後1時30分～

分／那賀総合センター／
中野 勝氏「部落差別解消法について」

※5回連続受講が原則ですが、部分受講もできます。

【問い合わせ】生涯学習課
(Tel.77・2511 本庁4階)

紀の川市民まつりの協賛金に 協力をお願いします！

～紀の川市民まつりの花火は、協賛金によって打ち上げられています～

「好きやっしょ紀の川！～夢花火～
紀の川市民まつり2018」を、
8月19日(日)に開催します。

観光振興課(本庁4階)や各支所窓
口で協賛金を受け付けています。
みなさんの協力をお願いします。

【問い合わせ】
紀の川市民まつり実行委員会事務局
(観光振興課内 Tel.77・2511)

泉南市岡田浦漁港 地引き網体験の参加者募集

地引き網を体験しませんか。獲った魚はみんなで海辺でBBQ! 地産地消を体験し、泉南の自然を再発見しましょう。

○とき…7月29日(日) 午前10時30分～
○対象…小中学生とその家族
○ところ…泉南市岡田浦漁港
○定員…50人

○参加費…大人4,000円／中学生4,000円
／小学生2,000円／3～5歳1,000円

○申し込み…7月13日(日)まで
【申し込み・問い合わせ】
根来街道グリーンツーリズム振興協議会
事務局 (Tel.0736・63・5840)

市民の掲示板

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

■鞆刈出張所 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 (生活環境課 Tel 77・2511)
■粗大ごみの収集依頼 Tel 77・0828
■収集事務所 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)
○8月1日(水)午後1時30分～
市役所本庁1階相談室4
(電話予約が必要 先着5人)
○電話予約開始：7月18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
相談委員が国の行政全般につい
ての相談に応じます。
○7月11日(水)午後1時～3時
市役所本庁1階相談室4

女性

■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
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)

人権相談

■紀の川市人権相談

Tel 77・2511 (人権施策推進
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。

○7月11日(水)午後1時～3時
貴志川保健福祉センター2階
相談室

○8月8日(水)午後1時～3時
桃山保健福祉センター1階相
談室(きらめき)
○9月12日(水)午後1時～3時
古和田会館2階学習室

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
す。

就職

■巡回職業相談 7月17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 商工労働課

■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

障害のある人の就職相談・支
援を行います。

■職業相談 紀の川市ふるさと
ハローワーク(ワークサロン貴
志川)
Tel 65・3435

豊富な経験を持つ職業相談員が
相談に応じます。
平日の午前9時30分～午後5時

職場のハラスメント相談

Tel 073・488・1170(和歌
山労働局雇用環境均等室)
平日の午前8時30分～午後5時
15分
妊娠・出産、育児休暇などに
関するハラスメントを受けて、
お悩みの人は一人で悩まずに気
軽に相談ください。

子ども・青少年

■市役所子ども課の家庭児童相
談
Tel 79・3104 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)

Tel 79・7228 (レイモンド子
育て支援センター)
いずれも、平日の午前9時～11
時30分、午後1時～4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。

■紀の川市子育て世代包括支援
センター「はぐくみサポート紀
の川」
Tel 79・3106 平日の午前8
時45分～午後5時30分
助産師や保健師が、妊娠届出
書受理のほか、妊娠・出産・子
育てに関する相談に応じます。

■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

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 |
| ■鞆刈診療所 | 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 |
| ■〃鞆刈警察官駐在所 | 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 |

■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・精神障害に関す
る相談
Tel 78・2808 (麦の郷 紀の
川生活支援センター)
平日の午前9時～午後5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 画商工労働課)
第2・4水曜日の午後1時～4時
Tel 62・2141(岩出市役所2階)
第1・3火曜日の午後1時～4時
■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

●自衛官などを募集 募集種目は以下の表のとおりです。*受験資格の学歴は、来春の卒業予定者も含まれます。
【問い合わせ】自衛隊橋本地域事務所 (Tel0736・32・0744)

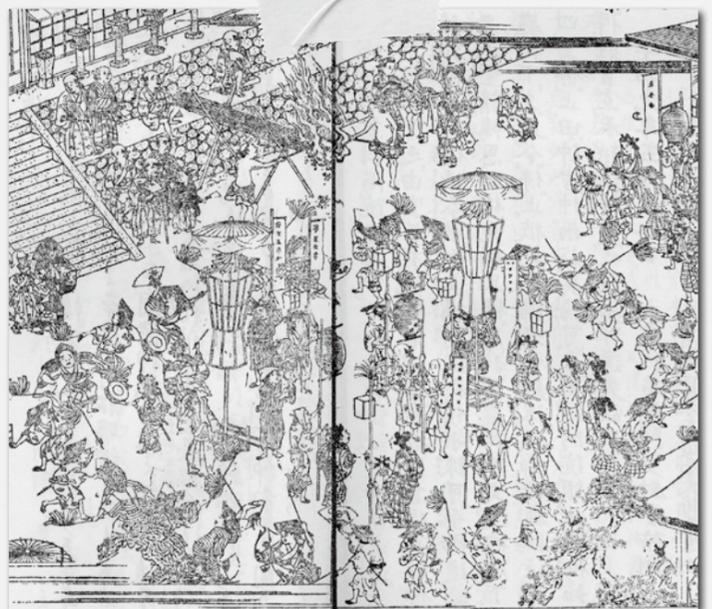
| 募集種目 | 試験期日 | 受験資格 | 受付期間 |
|----------------|-----------------------------|----------------|------------|
| 自衛官候補生(男子) | 受付時にお知らせ | 18歳以上 27歳未満 | 随時 |
| 自衛官候補生(女子) | 受付時にお知らせ | | |
| 一般曹候補生 | 9月21日～23日の指定する1日(1次) | 高卒、21歳未満 | 7月1日～9月7日 |
| 航空学生 | 9月17日(1次) | 高卒、21歳未満 | 9月5日～9月7日 |
| 防衛大学校学生(推薦・総合) | (推薦)9月22日・23日/(総合)9月22日(1次) | | |
| 防衛大学校学生(一般) | 11月3日・4日(1次) | | |
| 防衛医科大学校医学科学生 | 10月27日・28日(1次) | | |
| 防衛医科大学校看護学科学生 | 10月20日(1次) | | 9月5日～9月28日 |

わたしのまちの文化財

vol.130

神舞 三船踊り

紀の川市文化財保護委員会 (Tel.77・2511 生涯学習課内)



紀伊国名所図会

紀の川市桃山町神田地区には古くから伝わる踊りがあります。国の重要文化財に指定されている三船神社の神前で奉納されるその踊りは、江戸時代の紀伊国名所図会に「七月十六日に、神舞とて、氏子中神前に集りて、四ヶ村次第々々に踊ることあり。甚古風にて、唱歌もいやしからず。近郷より観者群集す。」と記されているように、古くは毎年7月16日に三船神社の境内で4ヶ村(神田・市場・最上・元)の氏子が集まり踊られていました。その華やかな様子は、近郷近在にも知られていたことが紹介されています。

踊子は、浴衣に角帯の揃い姿で編笠をかぶり、手には日の丸の扇と幣とを持ちます。太鼓打の2人が、友禅の襦袢に化粧禪の出で立ちで踊子の先頭に立ち、丸い踊りの輪を作ります。輪の真ん中には灯笼、角行灯

を置き、そのぐるりに立並べた沢山の灯笼、提灯の明かりが境内を浮きぼりにし、大変賑やかな踊りであつたことが分かります。

三船踊りは、一番「イレハ」、二番「シンボチの口上」、三番「踊り三種」の順番で行われます。「イレハ」とは、踊り三種の陣容を整えるために謡う文句のことで、太鼓打の2人が太鼓を叩きながら円陣を作っていきます。続く「シンボチの口上」では、1人が中央六角燈の台の上に立ち上がり、「トウザイ、トウザイ」に出たるシンボチは、一つ物語をいたしまししょう」「サー皆よろこんで、踊れ、踊れ」など、三船踊りの主旨を物語にのせて非常に賑やかに説明します。その後、踊子たちにより3種類の踊りが披露されます。

4ヶ村がそれぞれ順番に代わって踊ります。その歌

詞、曲節、舞踊の手振り、太鼓の打ち方などそれぞれ特色があつたそうです。また、古文書「寛政二年、相談議定之覚」には、踊りの順番など、事前に細かい打ち合わせをしていたことが記録されています。

江戸時代から踊られてきた三船踊りは、明治時代に一旦廃れてしまします。しかし、昭和3年の昭和天皇即位の御大典の時に、奉祝の意を表そうと、古老の記憶をたよりに復活を果たし、中断したりしながらも現在まで続いています。現在、紀の川市無形民俗文化財「三船踊り」として保存会により継承され、10月の第3日曜日の三船祭りに奉納されています。

| 河北図書館 (Tel.78・2010) | | | | | | | |
|---|----|----|----|-----|----|----|----|
| 開館時間:平日の午前9時30分~午後7時 :土日祝の午前9時30分~午後6時 休館日:月曜・第4火曜日 | | | | | | | |
| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7月 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 8月 | 29 | 30 | 31 | 8/1 | 2 | 3 | 4 |

| 河南図書館 (Tel.64・4614) | | | | | | | |
|--|----|----|----|-----|----|----|----|
| 開館時間:平日の午前10時~午後7時30分 :土日祝の午前10時~午後6時 休館日:木曜・第3火曜日 | | | | | | | |
| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7月 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 8月 | 29 | 30 | 31 | 8/1 | 2 | 3 | 4 |

Library information

と じ ゃ か ん
じ ゃ う ほ う
Hikoboshi & Orihime

今月のイベント情報



将棋入門

将棋の初歩から教えます!

- とき...7月29日(日) 午前10時~
- ところ...打田生涯学習センター 学習室
- 定員...10人(先着)

※7月7日(日)から申し込み開始。
●河北図書館 (Tel.78・2010)

石で作る

ちょこっとインテリアグリーン

- とき...7月22日(日)
- ①午前10時30分~11時30分
- ②午後2時~3時
- ところ...河南図書館
- 定員...各10人(先着順)

※7月1日(日)午前9時30分~申し込み開始。
●河南図書館 (Tel.64・4614)

みんなでコビトをかいてみよう!

こびとと研究者・こびとづかん作者のなばたとしたか先生がやってくる!先生と一緒に好きなコビトを書いてみませんか。

- とき...8月26日(日) 午前9時30分~
- ところ...打田生涯学習センター
- 定員...50人(先着順)
- 対象...5歳以上 ※小学2年生以下は保護者同伴。
- 申し込み...7月15日(日)午前9時30分から8月10日(日)までに直接または電話で申し込み。※7月15日は、直接申し込みのみ。

●サイン会
なばた先生が好きなコビトの絵を本に1体描いてくれます。サインを希望する人は、河北図書館に設置の申込用紙で申し込み。
■定員...20人(抽選/1家族1冊)
※当日は必ず、なばた先生の本を持参ください。
●河北図書館 (Tel.78・2010)

図書館にいるコビトを探そう♪
7月21日(日)から河北・河南図書館でコビト探しを開催!



新刊情報

- 新しく入った本 図書名/著者名/出版社名
- 京阪神から行くもっとおいしいドライブ/京阪神エルマガジン社
- 生きて死ぬ力/石上智康/中央公論新社
- 爆身/大沢在昌/徳間書店
- 風神雷神 風の章・雷の章/柳広司/講談社
- かいけつゾロリの王子さまになるほうほう/原ゆたか/ポプラ社

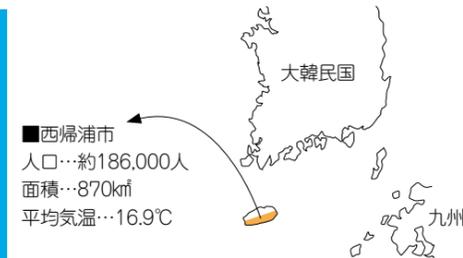
読み聞かせの予定

- 河北図書館 7月8日(日) AM 10:30~ おはなしのくに (こども向け)
- (ひこぼし) 7月20日(金) AM 10:00~ おはなしのくに (赤ちゃん向け)
- 7月21日(土) AM 10:30~ よみきかせのかい
- 7月28日(土) AM 10:30~ 夏のおはなしはらっぱ
- 河南図書館 8月1日(水) AM 10:30~ おはなしとわらべうたの会 (赤ちゃん向け)
- (おりひめ) 8月5日(日) AM 10:30~ おはなしのへや

今月の本棚



- ①宇宙用語図鑑
二間瀬敏史/マガジンハウス
- ②宇宙の生命 青い星の秘密
ルシー&スティーブ・ホネギ/岩崎書店
- ③世界で一番美しい深宇宙図鑑
村アト・スリガ/創元社



姉妹都市である大韓民国西帰浦市へ、国際交流員として4月から派遣されている井辺将文です。西帰浦市で紀の川市の魅力を伝えるとともに、派遣中に「分かった！」西帰浦市の魅力を、市民のみなさんにアラスダ通信でお伝えしていきます！（알아수다...済州島の方言で「分かりました」の意味）

TOPICS



アラスダ 알아수다通信 vol.1

朝鮮半島の南に浮かぶ韓国最大の島「済州島」。東洋のハワイとも言われるこの島の南半分に、西帰浦市があります。温暖な気候のためみかんの栽培が盛んで、11月～翌1月の収穫時期には食堂でみかんがふるまわれるほど、みかんが身近にあるまちです。このみかんがきっかけとなり、両市の姉妹都市提携が結ばれ、職員の相互派遣、中学生同士の学校訪問やホームステイなど、国境を越えた交流が続いています。



自然栽培農業を学ぶ 5/27

自然栽培を体験する農業塾が東大井の農園で開催され、43人が参加しました。自然栽培を実践するのくに自然の郷では、光合成細菌などの菌の働きを活用し、時間をかけて自然に近い状態の土を作り上げ、元気な作物の育成に取り組んでいます。菌を活用した土作りの説明を受けた参加者たちは、活発に意見を交わして畝きりやマルチ張りなどを体験。会長の森光司さんは「元気に育った作物を食べて、健康で幸せになってほしい」と話してくれました。



早朝時間を使い方改革！

粉河地区に登校や出勤前の時間を活用した早朝塾がオープンしました。早朝塾は好みの科目の勉強ができる自主学習スペースで、男女8人が利用しています。「朝の時間を有効活用することで、帰宅後の時間を家族とゆっくり過ごしてもらえたら」と話してくれたのは、元教師で早朝塾開設者の小倉優一郎さん。学生から社会人まで様々な年代の人が目標を持って勉強をすることで、互いに良い刺激が受けられる場所にしたいと意気込みを語ってくれました。



中畑地区で森林保全活動 6/17

企業の森事業を活用し、日本ルナ株式会社が中畑地区の日本ルナの森（面積1.99㏊）において、森林保全活動に取り組んでいます。第1回目の活動として、参加者たちは和海紀森林組合の組合員から間伐の方法について指導を受けながら、杉の間伐を体験しました。切り倒した幹を手にとり「瑞々しい」「いい匂いがする」と話す参加者も。10年間の森林保全活動を予定しており、今後は年に1回の間伐や間伐材のオフィスでの利用などを検討しています。

※企業の森...県が実施する事業で、企業などが環境貢献活動などの一環として県内の森林環境保全に様々な形で取り組むもの。

◎忘れてはならないもの

貴志川中2年 上野夏穂さん

最優秀賞



伝統。辞典には「前代までの当事者がして来た事を後継者が自覚と責任をもって受け継ぐところのもの」とあります。私は昨年秋頃、友達から「巫女をしてみない。」と誘いを受けました。その時はまだ、ピンとこなくて、なんとなく引き受けましたが、それは私を変える大きな「キッカケ」となるのです。

巫女の舞は簡単に見えて、とても複雑です。衣装に着替える途中、裾についていた小さなシミを見てふと思いました。「この衣装は一体どれだけの人が着たのだろう」と。その時、外にある旗が目飛び込んできました。千二百年祭。何回も見ているはずなのに、その重みが今更に伝わってきたのです。

「あけの雲わけうらうらと豊栄のぼる朝日子を神の御蔭とおちがめばその日その日の尊しや」これは豊栄舞の一番の歌です。舞の動作だけではなく、歌詞にも意味があるのです。歌詞を意識することで、情感を込めつつ、自分らしく舞うことができたのです。

伝統とは形だけでなく心も受け継がれるもの。舞は「形」として、歌は「心」として。人の心が動かされるのは、今も昔も変わらないものがあるからかもしれません。これは日本だけではなく、海外でも言えることだと思います。地域は違っても、様々なものに感謝する人の気持ちこそ、この世界の共通点であり、人の原点ではないでしょうか。

巫女の経験は私に「感謝。忘れがちな大切な心」を気付かせる大きな「キッカケ」を与えてくれました。昔の人は様々なものに神を見ました。そして敬い信仰しました。そこにある、真っ直ぐで純真な心。この素晴らしい心こそ、私達が継承していく意味があり、大事なのではないのでしょうか。

(※要約して掲載しています)

6月3日、市役所南別館赤い丸田園で開催された「紀の川市少年メッセージ2018」。1,403人の応募の中から選ばれた市内の中学生9人が、日常生活を通して得た考えや想い、将来の夢などを、堂々と主張しました。最優秀賞を受賞した貴志川中学校2年、上野夏穂さんのメッセージを要約して紹介します。

少年メッセージ2018

伝えたい、この思い



那賀中2年 石井博章さん
おじいちゃんはタイムトラベラー



鞆淵中2年 谷野歩果さん
地球の未来を見据えて



優秀賞

打田中3年 脇谷紫さん
生きる



優秀賞

那賀中2年 北田葉琉さん
言葉の力



荒川中1年 堀拓翔さん
平凡なぼく



貴志川中3年 木村日咲さん
本当の愛情



粉河中3年 楠本紗代さん
ともに生きよう



那賀中3年 北林未朱さん
What do you like?
～夢を叶えるために～

みんな元気に！

ハッピーごはん

54

★管理栄養士によるレシピ紹介を連載します！

～ 茄子のミンチはさみ焼き～

茄子は水分が多いため、体を冷やしてくれる夏野菜のひとつです。油との相性がよく、油を使った料理は特においしいです。ただし、野菜は油を多く吸収するので、食べ過ぎには気をつけましょう。

- ① 茄子は1cm位の厚さで輪切りにする。
- ② 人参はみじん切りにし、豚ミンチと混ぜる。
- ③ 茄子に②をはさみ、小麦粉をつけて焼く。
- ④ Aを混ぜ、軽く火にかける。
- ⑤ オクラは茹で、小口切りにする。
- ⑥ ④と⑤を混ぜる。
- ⑦ 皿に大葉をひき、③をのせて⑥をかける。

問 健康推進課 (Tel 77・2511)

暑い季節にぴったりの、ヘルシーで食べごたえが抜群の一品に仕上がっています。



1人分
208kcal

材料(4人分)

| | | | |
|-----------|------|----------|--------|
| 茄子…………… | 3～4本 | 小麦粉…………… | 大さじ1.5 |
| 豚ミンチ…………… | 100g | 油…………… | 大さじ2 |
| 人参…………… | 50g | A味噌…………… | 大さじ2 |
| オクラ…………… | 4本 | みりん…………… | 大さじ1.5 |
| 大葉…………… | 4枚 | 砂糖…………… | 大さじ1 |

実は知らない
紀の川市役所

庁舎のひみつ

vol.7
情報コーナー／大型テレビ



▲情報コーナー
▲大型テレビ

Q 本庁1階にある情報コーナーと大型テレビって？

A 本庁1階西側に情報コーナーを設けており、市のイベントに関するパンフレットの提供やポスターの掲示、市が発行する広報紙や議会だよりなどを閲覧することができます。どなたでも自由に利用できますので、市民のみなさんの情報収集の場として活用してください。また、本庁1階東側ロビーには大型テレビを設置しています。この大型テレビにて、市役所各課からイベントに関する情報や各種啓発などを動画で提供したり、議会の様子を公開したりしています。来庁時の待ち時間などに利用ください。

問 公共施設マネジメント課 (Tel 77・2511 本庁南別館3階)