

きみの



今月の主な内容

- 台風12号について……………2
- 瑞宝双光章 受章(岡 茂氏)……………ク
- 敬老会盛大に開催される……………3
- 高齢者インフルエンザ予防接種について……………4
- まちの話題……………5
- 健康・福祉ガイド……………6～7
- お知らせ・募集……………8～9
- ふれあいネット……………10～13
- 消防だより……………14
- 町民カレンダー・生き生きレシピ……………15
- 「秋のふれあいハイキング」参加者募集……………16

今月の表紙

9月11日、文化センターで開かれた敬老会(旧美里町地区)において、めでたく100歳を迎えられました長谷宮の瀧下花子さんに、寺本町長から特別表彰が贈られました。
【3面に関連記事】

2011
第70号

10

台風12号の豪雨により

多くの被害発生

この度の台風12号の豪雨により被害にあわれました皆様は、心よりお見舞い申し上げます。

今回の台風は、時速10〜15kmとゆっくりと北上したため、長時間にわたり強い雨が降り、最大24時間雨量が300ミリに達しました。特に9月3日夜から4日未明にかけて1時間最大43ミリといった豪雨

に見まれ、貴志川の水位は短時間で上昇しました。このため、町では、74世帯195人に避難勧告や避難指示を発令しました。

この洪水により、家屋（別荘）の流失、床上・床下浸水や

道路の損壊、田畑崩落、水田の冠水など広い範囲にわたり被害をもたらしました。なお、町では自然災害や火災などによる被災者の生活再建支援のための災害支援制度を設けていますので、詳しくは町



水位が一時橋げたまで達した吉見橋（下佐々地区）



山林崩壊（今西地区）

ホームページ又は、今月のかいらん「台風12号により被害にあわれた方へ」をご覧ください。

台風12号災害の義援金箱を設置しました

紀美野町では、県内の被災された方々への支援活動として、義援金箱を9月14日から設置しています。皆さまのご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。皆さまからの義援金は、日本赤十字社和歌山県支部を通じ、被災地の復興支援に役立てられます。

【設置場所】

役場本庁・役場美里支所・総合福祉センター・中央公民館・文化センター・ふれあい公園・役場出張所（小川、志賀野、国吉、長谷毛原、真国）

【問合せ先】 総務課

TEL 073-489-5912

瑞宝双光章 受章

おめでと〜うございます

岡 茂氏 88才

（福井）



昭和18年9月より教職に携わり、長年学校教育に熱心に取り組み、昭和58年3月に退職されました。退職後も区長や人権委員会委員長など歴任されました。このたび8月に88歳のお誕生日を迎えられ、瑞宝双光章を受章されました。心より、お慶び申し上げます。

町道福田松瀬線改良事業（町道福田中央線）完成!!

このほど町道福田松瀬線改良事業が完成し、8月29日に竣工式（福田地区主催）が行われました。

この事業は、町道福田松瀬



テープカット（写真左より北谷福田地区区長、寺本町長、中家建設委員長）



通り初め

線の一部改良と同線の福田・松瀬地区の境界付近から町道中央線（福田地区）までの道路新設で、平成21年6月から工事が進められていました。新設された道路は、町道福田中央線（延長380m、幅員5m）となります。式のあと、関係者約50人が通り初めを行い、道路の完成を祝いました。

ご長寿を祝う!! 敬老会が二会場で和やかに開催される



を通じていきいきと充実した生活が営めるように皆様と一緒に、我が紀美野町のために精一杯がんばっていくことをお約束します。」と挨拶。続いて模範老人(24人)、そして、この1年間に百歳の誕生日を迎えられた方(2人)が町長から表彰されました。続いて、来賓の方々より祝辞が述べられ、最後に西原貞夫さん(柴目)と仲垣内良一さん(桂瀬)より、敬老会参

平成23年度紀美野町敬老会が、9月10日(土)中央公民館と11日(日)文化センターで開かれ、75歳以上の招待者2,477人うち、2会場合わせて919人の方々が元気に出席されました。

式典では、寺本町長が「大勢の皆様方が、大変お元気で敬老会にご出席いただき、心からお祝い申し上げます。すべての人が生涯



参加者を代表して謝辞を述べる西原貞夫さん(写真、上)と仲垣内良一さん(写真、下)



歌謡ショーを楽しむお年寄り

加者を代表して、それぞれ謝辞が述べられました。

また、第二部の演芸では神野美伽さんと鏡 五郎さん、そして、地元の河村一樹さんの歌謡ショーが約2時間にわたって行われ、出席された皆さんは、楽しいひと時を過ごされました。

10月17日(土)23日は 行政相談週間です

「行政相談制度」は、総務省が推進している制度で、みなさまから役所や特殊法人などの仕事に関する苦情を受け、その解決を図ることで行政運営の改善に役立てようとするものです。

このため、総務省では、みなさまの身近な相談役として、公平・中立な立場にある民間の方を「行政相談員」に委嘱して、全国の市町村に配置しています。

当町を担当する行政相談委員は、中絵図美年代さん(紀美野町西野166番地)

定例相談	日時	10月19日(水)午後1時から午後3時まで
	場所	中央公民館2階会議室
	相談員	中絵図美年代行政相談委員
巡回相談	日時	10月20日(木)午後1時から午後3時まで
	場所	志賀野出張所
	相談員	中絵図美年代行政相談委員
巡回相談	日時	10月21日(金)午後1時から午後3時まで
	場所	小川出張所
	相談員	中絵図美年代行政相談委員

森谷美喜子さん(紀美野町神野市場377番地2)です。「行政相談週間」には上の表の日程で、行政相談委員が行政相談所を開設します。相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご利用ください。

東日本大震災に伴う 義援金ありがとうございました

3月11日に発生しました東日本大震災で被災された皆さまとその家族、関係者の方々に對しまして心からお見舞い申し上げます。一日も早い復旧復興をお祈り申し上げます。

紀美野町では3月14日から町内の11施設に義援金箱を設置したところ、個人をはじめ学校、会社、各種団体の皆さまから温かいご支援とご協力をいただき、ありがとうございます。義援金は日本赤十字社を通じて被災された方々へ、これまでに9回送金させていただきました。

◎義援金箱による募金額
3,690,760円

(3月14日～8月31日)

【義援金箱設置の延長】

役場本庁と美里支所の2施設では、引き続き義援金箱を設置してありますので、皆様の温かいご支援・ご協力をお願いします。

10月は臓器移植普及 推進月間

「いのちへの優しさとおもいやり」

臓器移植は、皆様からの善意の臓器提供があつて成り立つものです。あなたの意思で助かるいのちがあります。意思表示カード・シールにご自身の意思を表示して携帯することをお願いします。

意思表示カード・シールは市町村役場、保健所等に備えています。

詳しくは県庁難病・感染症対策課（TEL073-441-2640）まで。

10月10日は 目の愛護デー

「考えてみよう、目の未来。」

目が疲れる、目がかすむ、ものがよく見えない、目が充血する、視野の一部が見えない、目の中に虫のようなものが見える等の症状はありませんか？

目の病気も早期発見、早期治療が重要です。

「目の愛護デー」を機会に目の大切さについて考えてみませんか？

また、視覚障害に悩む人が角膜移植を受けて視力が回復できるように「愛と健康の贈りもの」として死後の献眼登録をお願いします。

献眼登録についてのお問い合わせは、(財)和歌山県角膜・腎臓移植推進協会（TEL073-424-7130）まで。

子宮頸がん予防ワクチン 無料接種券の期限延長を希望される方へ

子宮頸がん予防ワクチン接種券の有効期限は左記のとおりです。

接種券の期限延長を希望される方は、期限の延長手続きが必要です。

接種券を保健福祉課にご持参ください。延長期限は平成24年3月31日までです。
有効期限

中学1年生～高校1年生

平成24年2月29日

高校2年生

平成24年1月31日

問い合わせ

紀美野町保健福祉課

TEL489-9960

高齢者インフルエンザ予防接種

10月から接種が開始されます。自己負担1,000円で受けられます。

●対象者…紀美野町に住民登録があり、接種日の年齢が①または②に該当する方。証明のため接種の際は健康保険証や運転免許証をご持参ください。

①満65歳以上の方

②満60歳から64歳で一定の心臓・腎臓・呼吸器の機能障害・ヒト免疫不全による免疫の機能障害を有する方。該当するかどうかは医師にご相談ください。

●接種期間…平成23年10月1日～平成24年1月31日

●接種回数…1回（2回目以降は全額自己負担になります。）

●自己負担金…1,000円

※生活保護受給中の方は無料券を発行しますので保健福祉課に申し込んでください。

※昨年度は使用ワクチンが新型インフルエンザに対応していたため、申請により非課税世帯の方にも自己負担分の助成を行いました。23年度からは従来の季節性に戻りましたので、非課税世帯の方の助成制度は終了しました。

（実施医療機関）県内協力医療機関

※海南海草郡内の医療機関は直接医療機関に予約してください。

※海南海草郡以外で接種される場合は紀美野町の予診票が必要ですので、保健福祉課までご連絡ください。

※一部実施していない医療機関があります。詳細は保健福祉課までお問い合わせ下さい。

紀美野町実施医療機関

岩橋医院		489-2150
きみのファミリークリニック		
小馬場医院	樋下 長谷宮	495-2012 499-0002
田伏医院		489-5500
谷田クリニック		489-6800
にしもと内科クリニック		489-8338
みぞばたクリニック		489-6100
国吉診療所		498-0002
長谷毛原診療所		499-0300
野上厚生総合病院	※予約不要	489-2178
小川診療所		489-2401
志賀野診療所		489-5112
真国診療所		497-0002
細野診療所		497-0241

【問い合わせ】保健福祉課 予防接種担当まで TEL489-9960

きみの定住を 支援する会だより

昨年11月から月1回のペースで行ってきた「小麦・野菜の栽培研修」。和歌山市内や大阪から移住を考えておられる方や農業に興味のある方と野菜や小麦を育ててきました。今回はその集大成として、種から育て、収穫した小麦を、粉に挽き、パンを作って食べました。農業の大変さ、食の大切さを通して田舎暮らしをより深く理解してもらえたのではないかと思っています。

この研修で実際に紀美野町に定住された方もいらっしゃいますし、農業を始められた方もいらっしゃいます。今後このような農業研修などを行っていき、町の気候や自然の恵みを知っていただく機会を増やしていきたいと思っております。



自分たちで育てた「小麦」でパンづくりをする参加者の皆さん

まちの話題

子どもたちが診療の疑似体験!!

長谷毛原診療所



白衣姿の子どもたち

8月18日、長谷毛原診療所で小学生を対象とした「キッズドクターになろう!」診療所でお仕事体験が開かれ、毛原小学校の児童10人が参加しました。これは、同診療所が子どもたちに診療所を、より身近に感じてもらうようと、

そして、夏休みの思い出づくりにと開きました。白衣を着た子どもたちは、「キッズカルテ」に従って、医師や看護師の指導のもと保護者らが患者役となり、脈拍や血圧を測ったり、聴診器で呼吸、心臓の音を聴いたり、往診に出かけたりと診療の疑似体験をしました。



採血デモ機を使って、採血に挑戦する子ども

きれいな川をいつまでも大切にしましょう

美里河川一斉清掃を実施

美里河川愛護会(竹内会長)の呼びかけにより、8月27日(土) 貴志川、真国川の一斉清掃が実施されました。中学生をはじめ各種団体、一般参加者など多くの方々のご参加をいただき、午前8時から下神野地区など7地区で河川敷や道路沿いに捨てられた空き

缶、その他のごみの清掃作業が行われました。



河川敷でごみを拾う参加者たち

紀州路クリーン大作戦'11 道路清掃を実施

8月27日(土)に紀州路グリーン大作戦2011が実施され、県下一斉に道路清掃が行われました。

町内では、多くの人々が訪れる県動物愛護センターとの



道路側溝に捨てられた空き缶などを拾い集める参加者たち

かみふれあい公園に通じる町道長谷国木原線をはじめ雨山サンリゾートラインなど5路線で、地元ボランティアや町職員ら約40名が参加して行われ、道路側溝などに捨てられた空き缶やゴミを拾い集めました。

交通安全高齢者教室 ゲートゴルフ大会 開かれる!

開かれる!

9月8日、農村総合センターで第6回紀美野町交通安全高齢者教室・ゲートゴルフ大会が開かれました。

高齢者94名(男性53名・女性41名)は、高齢者教室で海



高齢者教室

南警察署の森交通課長から秋の全国交通安全運動の重点についての講義を受けた後、ゲートゴルフを楽しみました。ゲートゴルフ大会(9ホール)の結果は次のとおりです。数字はスコアです。

男性		女性	
優勝	萩 圭弘 (安井)	45	
準優勝	堂 上 欽司 (奥佐々)	47	
3位	中 岡 豪 千 (毛原上)	51	
女性		男性	
優勝	福 岡 規 子 (毛原中)	49	
準優勝	西 川 ユ ミ (動木)	50	
3位	橋 本 陽 子 (毛原宮)	51	



上位入賞者の皆さん

保健センターだより

平成23年度衛生カレンダーをご覧ください。

子育て支援センターからのお知らせ

■保育所開放のご案内（お申込みは、各保育所まで）

- 野上第1保育所：10月24日（月） TEL.489-2144
 - 野上第2保育所：10月4日（火）・18日（火） TEL.489-4953
 - 毛原保育所：10月12日（水）・26日（水） TEL.499-0131
- ※神野保育所の開放は、耐震工事のため、しばらくの間休みます。

■遊びの教室のご案内（お申込みは、支援センター TEL.489-2144 まで）

- ※留守の場合は、野上第1保育所
 - コアラ 10月5日（水）9:30～11:30 子育て支援センター（親子で体操）
 - カンガルー 10月25日（火）9:30～11:00 子育て支援センター
- なお、いずれの行事も今年度に入り初めて参加される方は、申込みよろしくをお願いします。

■子育て支援センター・自然体験世代交流センター開放、育児相談のお知らせ

- 親子、友達との遊び場として、ご活用下さい。（対象）紀美野町在住の子どもと保護者
- 【子育て支援センター】 動木156（TEL.489-2144）
毎週月曜日（9:00～11:30・14:00～16:30）第1,3,5週の木曜日（9:00～11:30）
- 【自然体験世代交流センター】 鎌滝636（TEL.495-3127）毎月第2,4週の木曜日（9:30～11:30）
- 【育児相談】 センター開放日と同じ日・時で行います。（対象）紀美野町在住の子どもと保護者
※子育てに関する悩み等、個別に面接・電話・訪問相談を行います。
- 【栄養相談】 ・10月13日（木）9:30～11:30 自然体験世代交流センター
・10月24日（月）9:00～11:30 子育て支援センター（野上第1保育所）

健康・福祉 ガイド

海南保健所だより

事業名	対象・内容等	日時
健康相談	健康診断書の作成 一般健康相談	10月24日（月）14:00～16:00 ※第2月曜日は祝日によりお休みです。
エイズ検査	エイズの各種相談	10月24日（月）14:00～16:00 ※第2月曜日は祝日によりお休みです。
検便		10月24日（月）14:00～16:00 ※第2月曜日は祝日によりお休みです。
こころの健康相談	こころの健康に、不安をもつ方やその家族 ※精神科専門医師が相談に応じます。 ※他の日は、精神保健福祉相談員が相談に応じます。	10月12日（水）9:00～ 10月26日（水）13:30～ ※予約制です。
骨髄バンク登録検査	骨髄提供者（ドナー）の登録をするための 血液検査と登録手続きを行います。	10月24日（月）15:00～16:00 ※第2月曜日は祝日によりお休みです。 ※予約制です。
医療安全相談	医療に関する各種相談に応じます。	月曜日～金曜日 9:00～17:00
エイズ即日検査	検査結果は約1時間後（確認検査が必要と判断された場合は約2週間後）にお知らせします。	10月24日（月）17:00～19:00 ※予約制です。

問い合わせ、申し込みは、海南保健所まで

海南市大野中939（TEL.482-0600）

健康相談のお知らせ

■場所：総合福祉センター

■とき：毎週水曜日 5日、12日、19日、26日

■時間：午前9時～11時 ■対象者：住民すべての方

■内容：健康に関することすべて

- ・乳幼児の相談
- ・離乳食の相談
- ・健診結果の相談 等

各種健診結果を説明します。自分の健康状態を知り、今後のよりよい生活につなげましょう。
生活改善に関心のある方は、保健師、栄養士が相談に応じますので、お気軽にお問い合わせください。

- ★母子健康手帳・健康手帳・健康管理ファイルをお持ちの方は、必ず持ってきてください。
- ★ご希望により血圧測定・検尿・体脂肪測定・骨密度測定もおこないます。

問い合わせ：保健福祉課（TEL.489-9960）

大腸がん検診 無料クーポン券について

がん検診の受診を促進し、がんを早期発見することを目的として、対象者の方に10月初旬に「大腸がん検診無料クーポン券」と「がん検診手帳」を送付いたします。

お持ちの方は、クーポンをきっかけに、ぜひがん検診を受診しましょう。

●虐待予防に関する相談窓口 地域包括支援センター（保健福祉課）

〔連絡先〕 平日（8:30～17:15）TEL.489-9960（直通） 休日・夜間（17:15以降）TEL.489-2430

〔場所〕 紀美野町下佐々1408-4 紀美野町総合福祉センター内 [メール] houkatu@town.kimino.lg.jp

特定健康診査（国民健康保険）及びがん検診のご案内

～年に一度はあなたの大切な体の健康チェックをしましょう！！～

★今年度最終の集団健診です。まだ、お受けされていない方はこの機会にぜひお申し込み下さい！！

【集団健診日程】

お申し込みは保健福祉課（Tel 489-9960）まで！

日 程	場 所	申込締切	国保特定 健診	胃がん 検診	大腸がん 検診	肺がん 検診	乳がん 検診	子宮がん 検診	歯科検診
10月30日(日) 8時～受付	紀美野町総合福祉 センター	10月19日(水)	○	○	○	○	○	○	○

☆集団健診時に保育コーナーを設置します！子育て世代の方もぜひこの機会にお受けください！！

詳しくは、10月の回覧をご覧ください。

医療機関健診については、4月に各戸配布している『衛生カレンダー』をご覧ください。

■国保特定健診対象者：40-74歳の紀美野町国保加入者。健診費用は無料。

（※社会保険被保険者の方の特定健診受診方法については、それぞれの医療保険者にご確認ください。）

■各がん検診対象者：20歳以上の紀美野町民。検診費用は、がん検診1種類ごとに500円（40歳以上は無料）。

健康実践インタビュー（第17回 部家千代子さん）

平成23年9月7日



今回は、約1年間寝たきり状態であったのに、その後手押し車で歩けるまでに回復された部家千代子さんを紹介します。

部家さんは、花野原にお住まいの96歳の女性です。

「今まで特に大きな病気にかかりませんでした。10年前に転倒して背骨を圧迫骨折したり、3年前にも転倒し頭から大出血しました。それでもお蔭様で大事になりませんでした。」

「ところが、昨年8月頃、ちょっとした拍子に尻餅をついて、腰がひどく痛くて歩けなくなり、ほとんど寝たきり状態になりました。」それでも、オムツはせず、近くのデイサービスに通い各日に入浴もしていたそうです。

約1年経った今年の7月中頃から、「痛みが少し楽になってきたので、自己流で寝ながら手や足などあちこち動かしていました。デイサービスのスタッフの方からも指導を受け、這いながらも起き上がる、などじりじり動けるようになってきました。」

今でも両腕が痛くて運動が出来にくいといわれるもの

の、インタビューの時には手押し車から椅子に座り、笑顔でお話しをしてくれました。

部家さんは、現在高血圧の薬を飲み週1回の痛み止めの注射を受けながらも、デイサービスの午後のレクリエーションが楽しく通っています。

「若い頃は農作業のため大変でしたが、60歳以降はゲートゴルフや旅行などで色んなところに行きました。」

「若い頃から、体格は良かったのに少食でした。肉は何でも食べるし、野菜もたくさん食べますが、昔から魚が嫌いでした。珍しいと言われますが、大豆があまり好きではないので、豆腐も嫌いです。」ということでした。

1年間寝ていたにもかかわらず、このように動けるようになった秘訣をご本人は、「なんとしてでも、チョコチョコでも、歩けるようにならないと困ると思っています。自分は言いたいことを言う方ですが、みんなに親切にしてもらっています。特にデイサービスのスタッフは皆さんが心ひとつに手厚い世話をしてくれたので、皆さんのお蔭です。」と言われました。

ご家族からも「日頃から、少しでも歩けるようにやっぱり頑張っているよ。」と言われ、デイサービスの方からは、「ご本人の歩きたいという意志が強かったからでしょう。」と言われました。

これからも、ますますお元気で楽しく生活されますようにお祈りいたします。

障がい者巡回相談のお知らせ

海南市・紀美野町から委託をしている指定相談支援事業所による巡回相談を下記のとおり実施します。

「障害福祉に関する制度を知りたい」「サービスの利用の仕方がわからない」など、障がいのある人や保護者、介護者などからのさまざまな相談に応じ、必要な情報の提供や権利擁護のための必要な援助などを行います。

巡回相談は、原則予約となりますので、直接事業所に連絡してください。（家庭訪問も行います。）

なお、巡回相談日以外でも相談に応じていますので、下記事業所までご連絡ください。

対象者	月日・場所・時間	予 約 先
精神障がいの方・ 家族の方	10月4日(火) 総合福祉センター 美里支所 9時30分～正午 13時30分～16時	●野上厚生病院内相談支援事業所 Tel 489-2908 ●和歌山県福祉事業団海草圏域 障害児者相談支援事業所「らん」 Tel 494-3539
身体障がいや 知的障がいの方・ 家族の方	10月19日(水) 総合福祉センター 美里支所 9時30分～正午 13時30分～16時	●療育センター ^{あおい} Tel 483-0454 ●和歌山県福祉事業団海草圏域 障害児者相談支援事業所「らん」 Tel 494-3539

お知らせ・募集

10月から「子ども手当」 が変わります

申請をお忘れなく!!

(これまで子ども手当を受け取っていた方も含め、全ての方が申請が必要です。)

10月分からの支給額は以下のように変わります。

【手当の月額】(平成23年10月分～平成24年3月分)

・0歳～3歳未満…1万5千円(一律)

・3歳～小学校修了前…1万円(第3子以降は1万5千円)

・中学生…1万円(一律)

※10月分～1月分の手当は平成24年2月に、2月・3月分の手当は平成24年6月に支払われます。

平成24年3月末までに申請をすれば、10月分からの手当を受け取ることができます。対象の方には申請書を送りさせていただきます。

ただし、次の方は3月までに申請しても、さかのぼって受け取れませんのでご注意ください。

・10月以降に他の市町村へ転居した方

・10月以降にお子さんが生まれた方

10月以降に他の市町村へ転

査統計課
TEL 073-441-2388
FAX 073-441-2386

消費者問題の 相談について

消費生活に関わる問い合わせ・苦情相談について、消費生活相談員による問題解決のための助言・あっせん・情報提供を行っています。(毎月第2・3・4木曜日午後1時～4時)

消費生活相談とは、
例えば：
■身に覚えのない請求メールが送られてきた。
■突然家に来た業者から強引に勧誘されて、高額な契約をしてしまった。
■知らない業者から電話で儲け話を勧められ、約束をしてしまった。
■消費生活の情報などを知りたい。
■商品やサービスに関して疑問や相談がある。
など、一人で悩まないで一度相談してください。

社会生活基本調査実施の お知らせ

総務省統計局(和歌山県)では、10月20日現在で社会生活基本調査を実施します。

この調査は、わたしたちが日々どのくらいの時間を仕事や学業、家事に費やしているかや、過去一年間の自由時間にどのような行動を行ったかについて調査し、その結果は、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の推進、少子高齢化対策、男女共同参画社会の形成などの基礎資料となります。

10月上旬から中旬にかけて、調査員が調査世帯に伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、調査票にご記入ください。

【問い合わせ】

和歌山県企画部企画政策局調

～ 基礎年金の給付について NO. 2 ～

先月に続いて、『基礎年金の給付について』お知らせします!

【遺族基礎年金】

遺族基礎年金は、国民年金に加入中の方が亡くなったとき、または老齢基礎年金の受給資格期間のある方が年金を受給しないで亡くなったときに、その方によって生計を維持されていた「子のある妻」または「子」に支給されます。

「子」とは、18歳到達年度の末日までの子、もしくは20歳未満で1級・2級の障害の状態にある子をいいます。

【死亡一時金】

国民年金の第1号被保険者として保険料を納めた月数が36月以上ある被保険者が、老齢・障害基礎年金のいずれも受給しないまま死亡したとき、死亡者と生計を同一にしていた遺族に支給されます。

ただし、その方の死亡により遺族基礎年金を受けられる遺族がいる場合には支給されません。請求できる遺族の範囲・順位は、死亡者の配偶者・子・父母・孫・祖父

母・兄弟姉妹です。

死亡一時金の額は、保険料を納めた月数に応じて決まっています。(12万円～32万円)なお、付加保険料を納めた期間が36月以上ある場合は、8,500円の加算があります。

【寡婦年金】

国民年金の第1号被保険者として保険料を納めた期間(免除期間を含む)が25年以上ある夫が亡くなられた場合に、10年以上婚姻関係が継続して、夫によって生計を維持されていた妻に60歳から65歳までの間支給されます。年金額は、夫の第1号被保険者期間に基づいて計算された老齢基礎年金額の4分の3です。

ただし、死亡した夫が障害基礎年金や、老齢基礎年金を受けていたとき、また、妻自身が老齢基礎年金の繰上げ支給を受けている場合、寡婦年金は支給されません。

なお、寡婦年金と死亡一時金の両方を受けられる場合、どちらか一方を選択することになります。

【問い合わせ】 紀美野町役場・住民課 TEL 489-5903
美里支所・住民室 TEL 495-3464

若年求職者の就職活動 「パワーアップセミナー」開催のお知らせ

早期就職を目指す求職中の方、ブランクがあって再就職に不安のある方！

自己分析・企業研究・応募書類の書き方・面接対策・など就職内定のための対策セミナーです。

- 日 時 平成23年11月17日(木) 13:30～16:00
- 場 所 和歌山ビッグ愛 504会議室
- 定 員 30名(先着順 参加無料)
- 問い合わせ ジョブカフェわかやま
若年者トータルサポート事業
Tel. 073-421-8202
URL <http://jobcafe-w.com/>

職業訓練生の募集

就職に有利な専門的知識や技能を習得します。

- 募集訓練科 ビル管理科
- 訓練期間 平成23年12月1日(木)～24年5月31日(木)
- 募集期間 平成23年10月7日(金)～11月4日(金)
- 受講料 無料(但し、テキスト代等は自己負担)
- 問い合わせ (独法) 高齢・障害・求職者雇用支援機構
和歌山職業訓練支援センター
Tel. 073(461)1532

H23年度 国保野上厚生総合病院 附属看護専門学校学校祭

テーマ：明日への希望 ～今、私たちにできること～

- 主 催 国保野上厚生総合病院附属看護専門学校
学校祭実行委員会
- 開 催 日 平成23年10月29日(土)
- 開催時間 午前10時から午後3時
- 開催場所 国保野上厚生総合病院附属看護専門学校校内
- 主な内容 今年も学校祭の時期がやってきました。
本校は、地域の方々との交流を大切に、皆様に参加して頂ける催しを予定しています。
ぜひ、本校の学校祭にお越し下さい。
<内容>・健康チェックコーナー・模擬店
・バザー・お茶室コーナー・キッズコーナー
・舞台発表 などその他
- 問い合わせ 国保野上厚生総合病院附属看護専門学校
Tel. 073-489-8500
申し込みは不要です。



紀美野町まちづくり推進協議会 紀美野史発見部会からのお知らせ

紀美野史発見部会は和歌山県立博物館との共催で「みる・あるく・きみの」を開催します。和歌山県立博物館の学芸員の話聞きながら、紀美野町の寺社を巡ります。

- 日 時 10月29日(土)9時半紀美野町文化センター受付 10時出発 16時終了予定 雨天決行
- 行 先 十三神社→野上八幡宮→釜滝薬師→高野往来(2km程度歩きます。歩かない方は、バスで移動可)→真国丹生神社(いずれもバス移動)
- 持ち物 お弁当・飲み物・雨具等
送迎希望の方は、9時15分わかやま電鉄「貴志駅」発と9時JRきのくに線「海南駅」発文化センター行を運行します。終了後文化センター発「貴志駅」と「海南駅」行を運行します。(いずれも無料ですが、途中乗降不可)

参加希望の方は、下記要領でお申込下さい。

- 申込期間 10月3日(月)～10月14日(金)9時～17時
但し、土・日・祝日は除きます。
- 申込先 美里支所 産業・建設室
Tel. 495-3462 Fax 495-2410
- 定 員 80名(定員になり次第申込受付終了とさせていただきますので、ご了承下さい。)氏名、住所、生年月日、電話番号、送迎希望の有無を申込の際お伝え下さい。1日団体保険に入ります。(お聞きした個人情報により、当部会への参加を呼び掛けることはありますが、その他の目的で使用することはありません。)

※次回は、12月3日(土)に和歌山県立博物館特別展「中世の村をあるくー紀美野町の歴史と文化ー」を見学予定です。

海南高校大成校舎からのお知らせ

申込み・お問い合わせは大成校舎まで
(Tel. 489-2069)

- みんなで防災学習
10月7日(金)午後1時～2時40分
高校生による防災絵本よみかたり(保育園児対象)
和歌山大学防災研究教育センター 今西先生のお話
新聞紙を使ったマイトイレ作り講習会
参加希望の方は、マイトイレ作りの準備のため事前にご連絡ください。
- 漢字検定受検者募集
実施日:11月5日(土) 募集メ切:10月4日(火)
- 今年もやります大成祭(大成校舎文化祭)
10月28日(金)～29日(土) 入場無料
28日:9時45分～10時45分
プリティッシュ アンド スカッシュ プラスバンド公演
プロのプラスバンドの迫力ある演奏をお楽しみください
29日:9時～11時 舞台発表
12時～14時 アトラクション、バザー、野菜市、
巨大ネット壁画(なでしこジャパン澤穂希)、クラブ作品展、野上第1保育園児作品展など。皆様のお越しをお待ちしています。

ふれあいネット

教育委員会
生涯学習課
TEL 489-5915
学事・生涯学習室
TEL 495-9055

文化センター
TEL 495-9055

中央公民館
TEL 489-5915

小川地区公民館
TEL 489-4511

志賀野地区公民館
TEL 489-5145

セミナーハウス未来塾
TEL 498-0521

自然体験世代交流センター
TEL 495-3127

みさと天文台
TEL 498-0305

スポーツ公園管理棟
TEL 489-5368

第6回 紀美野町文化祭開催!!

第6回紀美野町文化祭を11月3日(木・祝)～5日(土)まで中央公民館・文化センターで開催します。館内いっぱい展示物や子どもたちの発表会、芸能大会では、歌・舞踊・ダンス・合唱、茶席等たくさん催しがあります。みなさん芸術の秋・文化の秋を満喫しませんか? ぜひ御家族そろってお越しください。



	展示会		芸能大会	児童生徒発表会	茶 席		出張天文教室
会場	中央公民館	文化センター	文化センター	文化センター	中央公民館	文化センター	文化センター
11月3日(木・祝)	9:00～17:00		10:00～16:00	×	10:00～15:00	10:00～15:00	10:00～16:00
11月4日(金)	9:00～17:00		×	×	×	×	×
11月5日(土)	9:00～16:00		×	12:30～15:30	10:00～15:00	×	10:00～15:00

※ 展示会の作品 【中央公民館】一般(絵画・生け花・書・写真・手芸・木彫り等) 高校生作品
【文化センター】園児・児童・生徒の作品(11月6日まで展示)

第18回町民大学講座

「狂言」公演

狂言師 茂山宗彦氏・茂山逸平氏



狂言とは、室町時代に「能」とともに形成された滑稽な芝居です。「能」が悲劇的な歌舞劇なのに対し、「狂言」は喜劇的なセリフ劇です。古典芸能というだけで何となく難しい物だと誤解されがちですが、「狂言」は観て笑って楽しむものなので、難解なものではありません。観客に緊張を与える「能」の間で、まるでサーカスの道化師のような役割を担ってきた芸能なのです。

また「狂言」が笑いの題材として居るのは、生活の中の失敗談であったり、夫婦喧嘩を笑ってみたりと、現代でも変わらないものが笑いのテーマになっています。昔から伝わる普遍的な笑いの芸能が「狂言」なのです。

室町時代の「新喜劇」ともいわれている「狂言」です。今回は、初心者向けにトークショーを交えながら行いますので、喰わず嫌いではなく、気軽に一度「御賞味」ください。

■日時 11月11日(金)
午後7時～9時(開場30分前)
■場所 文化センター

■入場無料(整理券が必要です)
■配布場所 文化センター

中央公民館 文化センター
美里支所 総合福祉センター
小川・志賀野地区公民館 真国・国吉・長谷毛原出張所
※配布は各施設就業・開館時間内です。

■問い合わせ 生涯学習課

パークゴルフ大会 「秋」参加者募集!!

■日時 11月12日(土)
午前9時開会式

【予備日 11月14日(月)】

■場所 のかみふれあい公園
パークゴルフ場

■参加資格 中学生以上

■参加費 1,500円

■申込期間 10月3日(月)～11月4日(金)

■申し込み 中央公民館または文化センター

■問い合わせ 中央公民館

■その他 36ホールストロークプレアのペアで順位を決定します。詳しくはお問い合わせください。

「ふれあいルーム」

■中央公民館

- 5日 へんしんカード作り
 - 12日 お休み
 - 19日 カロリーング体験教室
 - 26日 オセロ・将棋で遊ぼう
- 文化センター
- 5日 おはなし会
 - 12日 ペン立て作り
 - 19日 ペン立て仕上げ
 - 26日 お休み

第6回きみのこどもまつり

- 日時 10月22日(土)
午前9時～11時30分
- 場所 文化センター(木のぬくもり広場)
- 内容 パンコーナー・もちつき・スーパボールすくいなど
- 持ち物 チケット・名札(学校で使用のもの)・水筒
- 主催 きみのこどもまつり実行委員会
- その他 当日は、送迎バスを運行します。ご利用の方は必ず申し込みをしてください。
- ボランティア募集 まつり当日、運営のお手伝いをしていただける方を募集しています。
- 問い合わせ 青少年センター (TEL 489・5909)

第6回 紀美野ふれあいマラソン大会

12月18日(日) ふれあい公園、動物愛護センター周辺
午前9時開会



ゲストランナー
元ワコール女子陸上競技部所属 湯田 友美氏

- クロスカントリー
《1500m》親子ペアの部、小学1年～3年男子・女子の部
《2000m》小学4年～6年男子・女子の部
《3000m》中学男子・女子の部、高校一般男子・女子の部、50歳以上男子・女子の部
- ロードレース
《クォーターマラソン 10.55km》
高校～29歳男子・女子の部、30歳～49歳男子・女子の部、50歳以上男子・女子の部
- ウォーキング
《8kmウォーキング》
- 参加費 小中高生1,000円(町内在住の小中学生500円)、一般・親子ペア2,500円、ウォーキング500円(年齢無関係)
- 申し込み締切 11月9日(水) 必着
- 主催 紀美野町・紀美野ふれあいマラソン大会実行委員会

出店募集!!

紀美野ふれあいマラソン大会実行委員会では、当日会場において、紀美野町をより一層PRし、大会を盛り上げていただける出店を募集しています。

- 出店条件 紀美野町内の社会福祉団体・社会教育団体(A)、地域グループ(B)
- 出店費用 (A) 無料 (B) 5,000円
- 申し込み締切 10月28日(金)
- その他 所定の用紙に必要事項を記入し申し込んでください。用紙は事務局に用意しています。
- 問い合わせ 生涯学習課内 紀美野ふれあいマラソン大会事務局

いつもありがとう

子どもたちの登校の安全を守るため、毎月最初の授業日に街頭指導していただいている皆さん、いつもありがとうございます。動木地区のみぞばたクリニック前交差点で、子どもたちに大きな声をかけてくださっている方々が、海南市・紀美野町在住の海南警察署少年補導員(会長西谷稔氏)の皆さんです。また、き

小川地区公民館作品展

■日時

- 11月19日(土) 午前9時30分～午後9時30分
 - 11月20日(日) 午前9時30分～午後4時
- 展示 パッチワーク・トルペイント・パソコン・生け花・手編み・ちぎり絵・絵手紙・リサイクルアート・陶芸・小学校生徒作品・一般作品

■サークル発表

- 11月19日(土)
 - ・茶席 午後0時30分～
 - ・女性料理 午前中
 - ・男性料理 午後1時～
 - ・ひまわりのたね 午後1時～
 - ・ナツメロ 午後7時～9時30分(飛び入り大歓迎!!)
- *一般作品募集します!

■問い合わせ 小川地区公民館

みの夏祭りの補導活動や深夜補導などにも尽力いただいています。これからもよろしくお願ひします。



図書室だより

たくさん読んでよ

【百冊】

- 穂谷 早輝(第2保)
- 今出 唯月(野小2年)
- 鷲岡 愛加(野小3年)
- 国本 斗和(下小4年)

■新刊紹介

【中央公民館】

- 「キャベツ炒めに捧ぐ」 井上荒野・著
- 「峠うどん物語」重松清・著
- 「子育てハッピーアドバイス」 明橋大二・著
- 「家族の命をつなぐ安心! 保存食マニュアル」 黒田民子・著
- 「やなせたかしのメルヘン絵本」 やなせたかし・著
- 「まじよねこピ」シリーズ 中島和子／著・秋里信子／絵
- 「子ザルのみわちゃんとうり坊」 深山さくら・著

【文化センター】

- 「異境」 堂場瞬一・著
- 「ハタラクオトメ」 桂望実・著
- 「水だけ洗顔で、一生美肌!」 平田雅子・著
- 「手づくりでナチュラルに暮らす基本」 岩尾明子・著
- 「からだにやさしいヘルシースイーツ」 宮沢うらら・著
- 「事件だよ! 全員集合」 杉山亮・著
- 「おばあちゃんのこもりうた」 西本鶏介・著

天文教室「天王星・海王星特別観望会」

■日時 10月23日(日)
午後7時30分～(1時間)
■場所 みさと天文台
■参加 無料・事前申込不要
■案内 矢動丸泰(天文台長)
■概要 望遠鏡で発見されたこれらを眺めるだけでなく、特徴や発見の経緯などを紹介します。
■その他 通常の観望会とは中止・雨天決行

またまたやったぞ！ 美里スポーツ少年団☆

先月号で美里スポーツ少年団A級が県大会で優勝したことを報告したのも記憶に新しいですが、今月は同チームのB級(小学5年生以下)が8月27日・28日に行われたマクドナルドカップ第29回B級和歌山県学童軟式野球大会において準優勝しました。これからも美里スポーツ少年団の活躍を期待しています!!



県地域子供集団親睦交流スポーツ大会結果!!

8月20日(土)に白浜町立総合体育館で行われた本大会(ドッジボール)で野上小学校の「紀美野もりもりチーム」が、県下16チーム参加の中予選2勝1敗で決勝に進出し、見事ベスト8に入賞しました。



オリオンクラブ県大会優勝!! ママさんもがんばったよ!

8月28日に行われた第33回近畿選抜ママさんバレーボール優勝大会(校区の部)和歌山県予選大会において、3戦すべてストレート勝ちで見事優勝を果たしました。
11月19日(土)に行われる近畿優勝大会に出場します。
*部員募集中!! 体力づくりバリバリしませんか?

和歌山県立博物館 特別展 中世の村をあるく

— 紀美野町の歴史と文化 —

平安時代から室町時代の紀美野町には、東に神野・真国荘(こうのまくにのしよう)、西に野上荘(のかみのしよう)という2つの大きな荘園がありました。神野・真国荘については、神護寺と高野山に平安時代・鎌倉時代の村の様子を描いた2枚の絵図が残ることで、非常に希有な地域です。また、野上荘は京都の石清水八幡宮と深いかわりがある荘園で、神野・真国荘を描いた絵図のなかにも描かれています。

この特別展では、2枚の絵図を手がかりにして、荘園の領主である神護寺・高野山・石清水八幡宮と、現地である神野・真国・野上地区を中心とした紀美野町の文化財を紹介し、中世(おもに平安時代(室町時代)の農村の世界へと誘います。棚田をはじめとした豊かな自然の源流と、村や寺社に残るさまざまな生活・信仰にまつわる遺品を展覧し、現在まで育まれてきた紀美野町の歴史と文化を紹介させていただきます。さらに本展覧会が、紀美野町を散策するための道案内となればと考えています。

わが町サークル(みさと新体操クラブ)

みさと新体操クラブは今年で創設8年目を迎えます。新体操は、ボール・ロープ・リボン・フープといった種を持って演技する競技です。「知らない競技だな」「難しいかも」と思う人もいると思いますが、みさと新体操クラブは身体の基本作りから始めるので心配いりません! もちろん種具を使う競技もします。部員は年中児から小学校6年生までの20人、皆で仲良く練習しています。活動は文化祭の舞台発表などが主で、衣装を考えたり、子どもにメイクをします。親も一緒に楽しんで



■活動日時: 毎週日曜日 午前9時30分～11時30分
■場所: 農村総合センター体育室

■会期 10月22日(土)～12月4日(日)

■会場 和歌山県立博物館

■開館時間 午前9時30分～午後5時(入館は4時30分まで)

■入館料 一般800円(650円)、大学生500円(400円)、高校生以下: 高齢者(65歳以上)・障害者手帳をお持ちのかた、県内に在学中の外国人留学生(外国人就学生を含む)は無料

* () は20人以上の団体料金
* 11月19日・20日は関西文化の日のため入館料無料

■休館日 月曜日(月曜が祝日の場合はその翌日)
■問い合わせ 和歌山県立博物館
(TEL 436・8670)

■主催 和歌山県立博物館、文化庁
■後援 紀美野町、紀美野町教育委員会



阿弥陀如来坐像(大日寺藏)ほか100点程度出陣予定

天文台だより

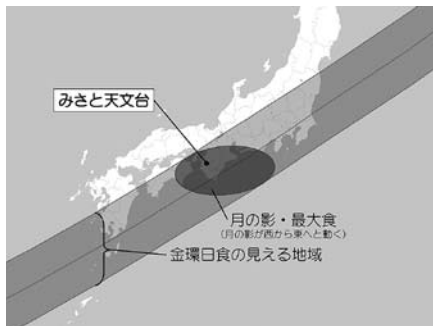
11月の天文教室「文化祭・金環日食準備」

小澤 友彦（研究員）

2012年5月21日（月）の朝、金環日食（きんかんにっしょく）が起こります。この非常にまれな現象が起こる限られた地域にみさと天文台や紀美野町が入っています。シミュレーターソフトによれば、この付近では過去280年ほど起こっておらず、これから先も80年ほど起こらない現象です。

金環日食の観察には専用のメガネが必要です。太陽は直接眺めると目を傷つけてしまいます。一昨年の夏、2009年7月22日の部分日食（国内の一部で皆既日食）でも天文台ではたくさんのメガネをご提供しました。それでも手に入れられず、見るために大変な思いをされた方も多いでしょう。

そこでこの珍しい現象に備え、早めにご準備頂ければと思います、今回の文化祭では太陽観察用メガネ工作と金環日食についてご紹介したいと思います。（詳細は文化祭チラシ参照）



金環日食がみられる地域(詳しくは文化祭で!)

学校だより

「新たな友だちと共に取り組む

4校所合同運動会」

紀美野町立毛原小学校

当長谷毛原地区では、32年前から運動会を毛原保育所・毛原小学校・長谷毛原中学校・海南高等学校美里分校の4校所が集まり合同で開催しています。児童・生徒数の減少とともに、プログラムの内容も変化しており、毛原小学校のプログラム、「組体操」や「ダンス」は1年生から6年生の男女全員で実施しています。このような種目は、人数の多い学校では学年ごと、または低・中・高学年などに分かれて実施することが多いので、全員で実施するというのは小規模校ならではの特色です。「組体操」では、役割分担で配慮されるとはいえ、1・2年生にとってはかなりハードな内容が盛り込まれています。「ダンス」でも1年生も高学年の子どもたちと同じような動きを求められますので、最初はついていくのも大変です。でも毎日毎日練習を積み重ねていくにつれ、違和感なくこなせるようになっていく姿を見ると、子どもたちの持つ順応性や可能性の素晴らしさを感じずにはいられません。毛原小学校は4月に1名、9月に4名の転入生を迎え、全校児童16名となりました。秋晴れの9月18日、保護者・地域のみなさんの温かい声援を受けながら、今年の運動会も無事終えることができました。



歌の小道

秋簾もう燃すほかはなき崩れかな
 瘦せ猫のとぼとぼと行く秋暑し
 いつになくへりの飛び交ふ震災忌
 花野にも闇の訪れありにけり
 球場に背を向け氷菓子を売る
 競艇のやうに並びて水馬みづうま
 見つめれば滲み出してくる天の川
 夕涼や風呂に玩具のシュノーケル
 わしわしわしと熊蟬の鳴き出せり
 物多き部屋に通され秋暑し
 おほてらのいらかのうへなるひとも
 とのかへであぎやぐいりひそむれば
 木を削る部屋に楠の香にほひたち
 小さき地蔵の形成りゆく
 蛙鳴き眠れぬと嘆く夫の声
 あれはカヂカと聞き惚れている
 夕映えの陽をうけきらめく加太の海
 病みある兄に見せたまきものを
 姉逝きて空き家の庭にひっそりと
 むなしく咲きて一輪の花
 事ごとの己一人に耐えよと
 露路のうら道ねこの月
 息深く調べて吹く草苗の
 高き音色を野に遊ばせる
 里人の心をいやす大花火
 紀美野の空に歓声昂し
 猛暑にもめげずすすくすくゴーヤ瓜
 栄養豊富みどりのカーテン
 愛らしきバアちゃんになる家猫の
 まあるい背中に曾祖母が来る

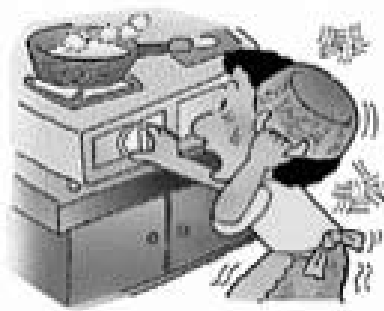
手拭てる代
 口井重信
 岡哲夫
 今野昭子
 浦貴子
 前廣
 鈴木惇子
 馬谷富貴子
 田代哲郎
 池上幸子
 吉村邦彦
 角谷としみ
 黒西葉子
 河野昭子
 福嶋喜代
 笹田美代子
 上中前澄子
 滝垣内嘉代子
 中道としみ
 梶谷知子

消防だより

火災・救急・救助は119番
「消したはず 決めつけしないで もう一度」

《ガス機器の取り扱いについて》

1. ガス機器の取り付け
 - ガス漏れを防ぐため、ゴムホースなどは機器との接続部分をホースバンドなどで確実に締め付けるとともに、正確な長さで取り付け、ひび割れなどの劣化がないか点検してください。
 - ガスこんろを壁や柱の近くに取り付けると、表面を熱に強い材料で覆っていても、長年に渡る使用で内部の木材が炭化して、発火に至ることがあります。壁や柱からは間隔を取り、防熱板を設置した場所に取り付けてください。
2. ガス機器の取り扱い
 - ガス機器を点検した時は、必ず火がついたことを確認してください。
 - ガスこんろを使用し、揚げ物などをする場合は、絶対にその場を離れないようにし、どうしても離れる際には短時間であっても、必ずガスこんろの火を消してください。
 - 煮物などをする際にも、いったんガスこんろに鍋をかけたら目を離さないようにし、煮こぼれなどによる炎の立ち消えや、加熱による空焚きなどがないよう注意してください。
3. 十分な換気
 - ガスが燃焼するためには、多量の新鮮な空気を必要とします。空気が不足すると不完全燃焼を起こし、有毒な一酸化炭素が発生するので大変危険です。換気扇を回す、窓を開けるなど換気に心掛けましょう。
 - ガス風呂釜や大型湯沸器などの排気筒がはずれていたり、物が詰まったりすると、排気が不十分となり不完全燃焼を起こすことがあります。排気筒が正しく取り付けられているか点検してください。
4. ガス漏れに気付いた時の注意点
 - ガス漏れなどの異常に気付いた時は、ガスの元栓を閉め、窓を開放し空気を入れ換えをしてください。その際、換気扇、電灯などのスイッチやコンセントプラグには、決して触れないでください。わずかな火花でも爆発を起こす危険があります。
5. 地震が発生した時は：
 - ガス機器を使用中に地震が発生した時は、慌てずに火を消し、ガスの元栓を閉めてください。使用中のガス機器に近づけないよう、揺れの大きな地震の場合は、まず身の安全を図り、揺れがおさまった後で対処するようにしてください。
 - プロパンガスボンベは、必ず屋外の風通しのよい日陰に設置し、地震で転倒しないよう、鎖などで固定してください。



次回の普通救命講習・再講習は11月6日(日)です

尊い命を救うためには、バイスタンダー(傷病者のそばに居合わせた人)による応急手当が極めて重要です。もし

もの時の為に、あなたも受講してみませんか？
尚、現在修了証をお持ちの方で前回受講してから今年中に2年を迎える方は、再講習を受講して下さい。

講習内容

- (1) 心肺蘇生法の習得
- (2) 大出血時の止血法の習得
- (3) その他応急手当に関すること

講習時間

午前9時から正午までの3時間講習です。

講習場所

紀美野町消防本部 受講料 無料

申し込み期限

受講しようとする月の前月の20日まで

申し込み(問い合わせ)先

紀美野町消防本部 警防課まで

(Tel 48916302)

8月の消防の動き

●火災発生件数…3件(建物2、その他1)
【事故種別搬送人員】

	管内	管外	合計
急病	34 (3)	()	34 (3)
一般負傷	8 ()	()	8 ()
交通事故	8 ()	()	8 ()
その他	4 ()	()	4 ()
合計	54 (3)	()	54 (3)

※ () 内については、ドクターヘリ搬送

活き生きレシピコーナー(第16回)

朝夕はめっきり秋らしくなり、過ごしやすい季節になってきましたが、夏の疲れが出てきたのか、朝起きた時、体が重く、朝食を取りたくない体調となっています。我が家の食生活を振り返ってみると、こんな体調の時には何故か「酢」を使った料理を作っているように思います。「酢」は体に良いと言われていますが、皆さんの家庭では普段酢を利用する機会はどうでしょうか？

今回は「酢」について色々利用法などを調べてみましたので簡単にご紹介します。

【酢の効能について】

- ・疲労回復・血圧を下げる
- ・体の酸性化を防ぐ・殺菌、防腐作用
- ・食欲増進・食品を柔らかくする

【酢の活用法】

(1) 料理での活用法

- ・米を炊くとき、酢を入れると柔らかく炊けて、傷みにくくなる。
- ・魚を丸ごと煮るとき、酢を加えて煮ると骨まで柔らかくなる。
- ・炒りたまごを作るとき、かき混ぜるときに少量の酢を

入れるとフライパンにくっつかず、ふんわりと仕上がる。

- ・ごぼうやレンコンのあく抜きは、酢水に浸ける。
- (2) その他の活用法
 - ・山芋など調理をして手が痒くなったときや、魚の生臭い匂いが手についたとき、酢で洗う。
 - ・乗り物酔いには、大さじ1杯の酢を水で割って飲む。
 - ・生け花の切り口に酢をつけると水あげがよくなり長持ちする。
 - ・水虫予防には、大さじ一杯半の酢を洗面器の水に入れ、しばらく足をつけておく。
 - ・たこ・いぼ・魚の目には、重曹と酢を混ぜて患部に塗り、これを毎日繰り返す。
 - ・冷蔵庫の臭いには、酢水にふきんを浸し絞ったもので拭く。
(殺菌・防腐・防カビ効果もあるようです。)
 - ・魔法瓶についた臭いには、水を半カップに酢を大さじ3~4杯入れてよく振り、その後よく水洗いをする。
 - ・ガラスの手入れは、水で薄めた酢で拭くとピカピカになります。

*酢の利用法は食用に利用すること以外、色んなことに利用できるようですが、効果があるか一度試してみたいかが産業課より

紀勢本線の利用促進について

電車は、子どもから高齢の方まで誰もが利用しやすく、がますます減ってしまいます。この悪循環を断ち切り、私たち地域の鉄道を守るためにも、旅行などお出かけの際には、◇渋滞なしで時間に正確 ◇安全性が高い ◇地球環境への影響が少ないといった利点の多い電車を、ぜひご利用ください。

紀勢本線は、これまで多くの人に愛され、利用されてきましたが、最近では、移動に自家用車を使う人が増える中、乗降客数が年々減り続けています。利用する人が少なくなると、電車の本数も減ってしまい、不便になるので利用する人

(紀勢本線活性化促進協議会)

町民カレンダー

10月

日時	イベント名	開催場所	問い合わせ (073)
5日(水) 11:00 ~ 6日(木)	犬ねこの譲渡講習会【9日(日)・23日(日)】 移動町長室【26日(水)】	県動物愛護センター 美里支所	県動物愛護センター 総務課 住民室 489-6500 489-5912 495-3471
8日(土) 9:30 ~	たんぼぼふれあい学級	子育て支援センター	中央公民館 489-5915
10日(月祝) 9:00 ~	スポーツ・レクリエーション大会	スポーツ公園・農村総合センター	生涯学習課 489-5915
16日(日) 8:30 ~	町民一斉清掃	町内	青少年センター 489-5909
19日(水) 13:00 ~	行政相談【~15:00】	中央公民館 美里支所	総務課 489-5912 495-3471
20日(木) 13:00	行政相談【~15:00】	志賀野出張所	総務課 489-5912
21日(金) 13:00 ~	行政相談【~15:00】	小川出張所	総務課 489-5912
22日(土) 9:00 ~	きみのこどもまつり	文化センター	青少年センター 489-5909
23日(日) 15:00 ~	りら演劇祭	りら創造芸術高等専修学校	りら創造芸術高等専修学校 497-9111
// 19:00 ~	天文教室「天王星・海王星特別観望会」	みさと天文台	みさと天文台 498-0305
30日(日) 7:00 ~	ふれあいハイキング		青少年センター 489-5909

編集後記

この度の台風12号により被害にあわれました皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

10月、朝夕めっきり涼しく、秋の気配を感じるようになりました。そして、スポーツに行楽にと絶好の季節を迎えました。また、生石高原のススキも見ごろとなり、休日には多くの人出でにぎわっています。あなたは、どんな秋を楽しみますか。

紀美野町の人口

総人口…………… 10,621人
男 …………… 4,940人
女 …………… 5,681人
世帯数…………… 4,623世帯
(平成23年8月末現在)

紀美野町面積128.31km²

第29回「人権の花運動」の最優秀賞に毛原小学校が選ばれました!!

人権啓発活動の一環として、和歌山地方事務局と和歌山県人権擁護委員連合会が毎年県内の小学校を対象に実施されているもので、今年には県下109校の応募があり、紀美野町では毛原小学校が見事、最優秀賞を受賞されました。おめでとうございます。

○ 最優秀賞 毛原小学校



○ 優秀賞 野上小学校、小川小学校

○ 奨励賞 下神野小学校

野上中学校吹奏楽部「金賞」おめでとう!!

8月5日(金)和歌山市民会館で行われた和歌山県吹奏楽コンクールで、野上中学校吹奏楽部が「中学校小編成部門」で2年連続金賞を受賞しました。毎日の努力が素晴らしい結果につながったのだと思います。これからもがんばってください。



生きる底力 シリーズ第2弾 りら演劇祭

■日時 10月23日(日)

■開演 午後3時(30分前開場)

■会場 りら創造芸術高等専修学校

■入場無料

平成23年3月11日、東北地方で発生した未曾有の大震災。このような時期に、私たちはどのように手を携え合っていけばよいのでしょうか? この課題に直面した今「りら」は「いのち」を今年度の教育活動の中心に据えていくことにしました。今回、本校が示す方向性に共感してくださったアーティストの皆さんに協力していただき、より多くの

方々に「いのちの大切さ」を考えるための「つながりや結びつき」を深めていただきましたと思います。

■内容

『舞台の世界で生きるには』

講演会

○午後3時

ゲスト 俳優 沢木順さん

(劇団四季で「オペラ座の怪人」の怪人役、「美女と野獣」の野獣役など、数々の舞台で主役を演じた舞台俳優

『シロとミニと家族』 演劇

○午後4時30分

『アウトロー・ワールド』

アクションストーリー

○午後5時30分

■無料送迎バスあり(要予約)

■ご予約・問い合わせ

りら創造芸術高等専修学校

(TEL 497-9111)

「秋のふれあいハイキング」 参加者募集!

～太陽の光輝く一面に広がるススキの群落の中をハイキング～

- 日時 平成23年10月30日(日) 雨天中止
- コース 三重県津市美杉町～奈良県宇陀郡曾爾村 曾爾高原 歩行距離 約6.5km(高低差400m)
- 集合 紀美野町中央公民館前 午前7時～7時20分 受付
- 持ち物 弁当・飲み物・雨具・防寒具などハイキングに必要なもの
- 申込み 10月11日(火)より10月20日(木)までに紀美野町青少年センターに電話等でお申し込み下さい。なお、バス輸送の関係上、先着100名までとさせていただきます。(町内の方を優先します。)



- 参加費 1,500円 (町内中学生以下無料、町外の方2,000円)(当日、徴収します。)
- 主催 紀美野町青少年育成町民会議・青少年育成委員会
- その他
 - ・小学3年生以下は保護者同伴をお願いします。
 - ・中止の場合、午前6時30分に防災無線でお知らせします。
 - ・お問い合わせ等は、紀美野町青少年センターまで。
- 事務局 紀美野町青少年センター(教育委員会総務学事課内)
- 住所 紀美野町動木287 紀美野町役場2F TEL 489-5909