

# きみの



## 今月の主な内容

- 敬老会盛大に開催される…………… 2
- 美里中学校防災訓練（避難誘導訓練）行われる…………… 3
- まちの話題…………… 4
- 健康・福祉ガイド…………… 5～7
- お知らせ…………… 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

ススキが見頃となった生石高原。一面に広がる銀色のススキを一目見ようと、休日には多くのハイカーらでにぎわっています。

2012  
(平成24年)  
第82号

10

# ご長寿を祝う

## 935人が元気に出席!!

### 紀美野町敬老会開催



平成24年度紀美野町敬老会が、9月8日(土)中央公民館と9日(日)文化センターで開かれ、75歳以上の招待者2,462人うち、2会場合わせて935人の方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、心からお礼とお喜びを申し上げます。素晴らしい歌手の皆さんによる歌謡もあります。今日の敬老会を楽しい1日としてください。」と挨拶。続いて模範老人(26人)及



参加者を代表して謝辞を述べる池原秋子さん(写真、上)と東浦弘至さん(写真、下)

び敬老篤行者(1人)、そして、この1年間に百歳の誕生日を迎えられた方(4人)が町長から表彰されました。続いて、来賓の方々よりご祝辞が述べられ、最後に池原秋子さん(柴目)と東浦弘至さん(菅沢)より、参加者を代表して、それぞれ謝辞が述べられました。

そして、第二部の演奏では山本譲二さんと松原のぶえさん、地元の河村一樹さんの歌謡ショーが約2時間にわたり行われ、出席された皆さんは、楽しいひと時を過ごされました。



歌謡ショーを楽しむお年寄り

## 旭日双光章 受章

### おめでとついでいいます



岡野幸次氏 (88) (下佐々)

昭和50年4月野上町議会議員に初当選し、6期にわたり地方自治の発展に尽くされました。この間、平成

5年に副議長、平成9年と平成13年には議長に就任されました。また、町監査委員なども歴任されました。このたび8月に88歳のお誕生日を迎えられ、高齢者叙勲旭日双光章を受章されました。心より、お慶び申し上げます。

## 10月15日、21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す。

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付け、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》

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」には次の日程で、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。

#### 【定例相談】

■日時 10月17日(水)

午後1時から午後3時まで

■場所及び相談員 中央公民館2階会議室(中絵図美年代行政相談委員)

紀美野町役場美里支所2階

会議室(森谷美喜子行政相談委員)

#### 【巡回相談】

■日時 10月18日(木)

午後1時から午後3時まで

■場所及び相談員 志賀野出張所(中絵図美年代行政相談委員)

■日時 10月19日(金)

午後1時から午後3時まで

■場所及び相談員 小川出張所(中絵図美年代行政相談委員)

## 高齢者や園児を避難誘導

下神野、福田地区自主防災組織も参加

美里中学校防災訓練



9月3日、午前10時から美里中学校防災訓練（避難誘導訓練）が行われ、生徒や下神野、福田地区自主防災組織の方々、神野保育所園児ら約150人が参加しました。

これは、近年発生した災害時に避難誘導や避難先での被災者支援において、地元中学生が活躍し大きな役割を果たしていることから、同校が地域の方々の協力を得て実施したものです。

避難誘導訓練では、生徒全員（47名）が8班に分かれ、神野市場、野中地区の高齢者合わせて30人と神野保育所園児24人を避難所である中学校体育館まで誘導しました。その後、参加者は起震車による地震体験や自動体外除細動器（AED）を用いた心肺蘇生法訓練などに熱心に取り組んでいました。

避難誘導のため高齢者宅を訪れる中学生（写真右）と園児の手を引いて避難する中学生（写真左）

## 桂瀬地区でも開催

8月22日（水）午後1時30分から、桂瀬地区の防災訓練が行われました。

参加者約20人は、県の起震車「ごりよう君」による地震体験をはじめ、消火器使用訓練、地元消防団員の指導のもと消火栓使用訓練に熱心に取り組む、災害に対する心構えを新たにしていきました。



消火器使用訓練

◎防災訓練の訓練申込は、役場総務課特別対策室（TEL 489・5912）までご連絡下さい。

## 紀美野町消防団

# 新入団員訓練を実施!!

9月2日（日）、紀美野町消防団新入団員訓練が農村総合センターで行われ、41名が参加しました。

訓練は紀美野町消防本部・署の職員の指導のもと、礼式、機関操作及び普通救命講習と盛りだくさんの内容で行われ、新入団員の皆さんは、残暑さびしい中、熱心に受講されました。

団員の皆さんには、町民の生命と財産を守るため、訓練の成果を十二分に発揮され、



機関操作



礼式訓練



普通救命講習

地域の安全と安心の確保に尚一層のご活躍を期待しています。

# まちの話題



きれいな川をいつでも大切に!!

## 美里河川一斉清掃を実施

9月1日(土)、美里河川愛護会(竹内 隆会長)主催の美里河川一斉清掃が下神野地区など7地区で実施され、各種団体をはじめ一般の方々など約140人が参加されました。

午前8時から参加者はゴミ袋と火箸を持って、貴志川、真国川とその周辺道路で約2時間にわたり清掃作業を行いました。この日回収されたゴミ



ゴミを拾う参加者たち(十三神社下の川原で)

ミは、空き缶や金属類、ビニール類など約3トンになりました。参加していただきました皆様方には、お忙しいところご協力いただきました有り難うございました。

## 下佐々Cチーム 優勝!!

### 町老連ペタンク大会

9月13日、第13回町老連ペタンク大会が町営ゲートボール場で開かれました。

参加20チーム(60人)で予選を行い、勝ち残った6チームで決勝トーナメントが行われました。結果、下佐々Cチームが見事優勝を果たしました。

■結果は次のとおりです。

- 優勝 下佐々Cチーム
- 準優勝 小川Bチーム
- 3位 下佐々Bチーム
- 4位 小川Aチーム



上位入賞者の皆さん

## 「ロコモ」(膝痛・腰痛 予防)教室開催中

ロコモティブシンドロームとは、骨や関節、筋肉などの働きが衰え、運動器の障害のために、要介護になる危険の高い状態のことをいいます。

今回、和歌山県立医科大学附属病院整形外科の協力のもと、この「ロコモ」を予防するための、膝痛・腰痛予防体操教室を開催しています。すでに痛みや負担のある方、また、まだまだ元気ですが、今後のために体操をしようという方等、約70名の方が参加され、みんなで予防体操に取り組んでいます。

【保健福祉課】



## 不思議、不思議

### 文化センターふれあいルーム

8月2日(木)、文化センターふれあいルームにおいて読み聞かせの会「ほたる」のみなさんがサマーフェスティバルと称し、森教二先生をお招きしてマジックショーを開催してくださいました。マジックの不思議に拍手喝采、コツを教えていただき楽しい夏休みのひと時を過ごしました。



「マジックの始まり～」



「コツを教えて!」

## きみの定住を支援する会 だより

きみの定住を支援する会では、夏に行なわれた都市農村交流ワークショップが無事終了しました。8月下旬には、箕六弁財天社散策、シユロの葉を使った工作、志賀野地区散策を行ないました。志賀野地区においては、釜滝薬師の住職にお話をいただきました。

また、交流会には大正生まれのおじいちゃんも参加していただき、貴重な昔の生活と産業についてお話を伺うことができました。参加者には、紀美野町の文化と地域のコミュニティ力を肌で感じて貰える機会を作れたと思います。



## 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、県民の皆様か  
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。  
意思表示カードは市町村役  
場、保健所等に備えています。

## 障がい者・子ども・女性・高齢者などすべての 虐待予防に関する相談は、保健福祉課 (地域包括支援センター：489-9960)へ

平成24年10月より『障害者虐待の防止、障害者の養護者に対する支援等に関する法律』（障害者虐待防止法）が施行されます。これまでは、国民に対し児童虐待・高齢者虐待を発見した場合の通報を義務づけていましたが、同法の施行により、障がい者虐待においても発見者の通報義務が課せられます。虐待の主な種類は次の下記の通りです。

### \*虐待の種類\*

- ①身体的虐待・・・暴力や体罰によって、身体に傷やあざ、痛みを与える行為。身体を縛りつけるなど、身体の動きを抑制する行為。
- ②性的虐待・・・性的な行為やその強要
- ③心理的虐待・・・脅し、侮辱などの言葉や態度、無視、嫌がらせなどによって精神的に苦痛を与えること
- ④ネグレクト（放棄・放任）・・・食事や排泄、入浴、洗濯など身の世話や介助をしない、必要な福祉サービスや医療を受けさせないなど、養護を著しく怠ること。
- ⑤経済的虐待・・・本人の同意なしに（あるいはだますなどして）財産や年金、賃金を使ったり勝手に運用し、本人が希望する金銭の使用を理由なく制限すること

※経済的虐待の定義は、児童虐待にはありません※

発見者が虐待であるかどうか判断する必要はなく、その判断は相談を受けた専門機関が行います。“通報”といえは重く感じますが、気軽に相談ください。通報が個人情報保護法に反するのでは？という不安があるかもしれませんが、個人情報保護法の例外規定として「人の生命・身体・財産の保護のために必要がある場合であって、本人の同意を得ることが困難であるとき」となっています。個人情報より大事なものを保護しなければならない場合、個人情報保護は考えなくてもいいと解釈されます。

「様子がおかしいな・・・」と思ったら、ためらわずご相談ください。相談を受けた職員にも守秘義務が課せられており、相談者は守られます。閉庁時間帯であっても紀美野町役場本庁に連絡いただければ、宿直より担当者に連絡が入ります。家族等からの養護に関する相談も上記窓口にて応じておりますので、ご活用ください。

地域の方で尊厳ある町・紀美野町にしましょう。

★閉庁時間帯の連絡先：紀美野町役場本庁 Tel 489-2430

## 10月10日は 目の愛護デー

「明るいビジョンは眼科健  
診から」

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

詳しくは、県庁業務課（Tel  
073-441-2663）  
まで。

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（Tel 073  
・424・7130）まで。

## 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)

紀美野町に住所を有し、接種日等の年齢が①または②に  
該当する方。確認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 24 年 10 月 1 日～平成 25 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。

(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		電 話
岩橋医院	きみのファミリークリニック	489-2150
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

# 保健センターだより

平成 24 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22日（月） Tel.489-2144
- 野上第2保育所：10月2日（火）・16日（火） Tel.489-4953
- 神野保育所：10月3日（水）・17日（水） Tel.495-2049
- 毛原保育所：10月10日（水）・24日（水） Tel.499-0131

### ■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10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23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、申込みよろしく申し上げます。

### ■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、ご利用下さい。（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～金曜日（10:00～12:00・13:00～16:00）  
10月22日（月）は栄養士による栄養相談
- 【自然体験世代交流センター】 鎌滝636（Tel.495-3127）  
10月11日・25日（第2・4木曜日）（9:30～11:30）  
11日は栄養士による栄養相談
- 【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。

**献血のお知らせ** 10月19日（金）10:00～12:30 やすらぎ園 14:30～16:30 野上厚生総合病院  
※その日の健康状態や服薬等により、献血できない場合があります。

## 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22日（月） 9:30～10:30 ※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22日（月） 9:30～10:30 ※第2月曜日は祝日によりお休みです。
検便		10月22日（月） 9:30～10:30 ※第2月曜日は祝日によりお休みです。
こころの健康相談	こころの健康上、不安をもつ方及び家族 ※精神科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10日（水） 9:00～ 10月24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22日（月） 10:30～11:30 ※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22日（月） 17:00～19:00 ※ 予約制です。

お問い合わせ、お申し込みは、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（10月の日程）

- 場 所：総合福祉センター
- と き：毎週水曜日 3日、10日、17日、24日、31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・健康ファイルをお持ちの方は、必ず持ってきて下さい。
  - ★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。
- お問い合わせ先：保健福祉課（Tel.489-9960）

- 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

### フッ素塗布・歯科健診のお知らせ

日時：10月28日（日）午前8時30分～10時30分  
場所：総合福祉センター 3階

- ※フッ素塗布の対象（対象の方には個別通知いたします）
- ・平成20年4月2日から平成22年10月31日生まれの子ども
- ・平成19年4月2日から平成20年4月1日生まれのフッ素洗口を行っていない子ども
- ・平成12年4月2日から平成19年4月1日生まれで町外に通園・通学している子ども

フッ素には歯の質を強くする効果があります。  
※歯科健診は、町民の方ならどなたでも受けていただけます。  
皆さんぜひお越しください。



## 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、最後の集団健診です！！

### 【集団健診日程】

日 程	場 所	申し込み 締め切り	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28日(日) 8時～受付	紀美野町総合 福祉センター	10月17日(水)	○	○	○	○	○	○	○

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）。

毎年10月1日～10月31日はがん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間です。

### 「がん検診 愛する家族への贈り物」

10月28日（日）は今年度最後の集団健診です。

検診を受けて、病気の早期発見・早期治療に努めましょう。



## 『介護予防』⑤ 外に出かける楽しみを見つけましょう！

### ●「1週間外出していない」は閉じこもりです

閉じこもりは、家の外に出かけられる健康状態にあるにもかかわらず、日々の行動範囲が家の中か庭先ぐらいで、週に1回程度も外出しない状態をいいます。

閉じこもりの生活は、筋力が低下して転倒したり、消化機能を低下させ栄養状態になったりと、不活発な生活で起きる生活不活発病をまねきます。放っておけば、寝たきりや認知症へとつながりかねません。外へ出る楽しみや喜びを見つけ、閉じこもりを予防しましょう。

### ●こんな人は要注意です！

- ・からだの調子が悪く、一日中ベッドで寝て過ごすことが多い
- ・年をとるにしたがって、何事にも好奇心が薄れていると感じる人
- ・人付き合いがなく、気軽に話したり遊んだりする仲間がいない人

### ●実践！介護予防

- ・地域の活動や催しなどに参加しましょう
- ・地域社会に根差した仕事、経験や知識を生かしたボランティア活動をしよう
- ・趣味のグループ活動、同好会で人と交流しましょう。
- ・空いた時間に散歩しよう
- ・食品や消耗品の買い物にはこまめに出かけて顔なじみになりましょう

### ●思いきって“地域デビュー”を！

男性に多い傾向がありますが、地域とのつながりが少なかった人は、地域にどう参加すればいいか、戸惑うことが多いかもしれません。しかし、これまでの自分に捉われず、新人として地域の先輩に学び、自分から溶け込む姿勢が大切です。

### 【地域デビューできるかな？チェックリスト】

- (1) 公民館や町内活動に参加したことがない
- (2) 妻（夫）の外出先は必ず聞くことにしている
- (3) つい現役時代の話をしたくなる
- (4) 最近、周囲の思いやりを感じることはありません
- (5) ボランティアには関心がない
- (6) 近所に親しく付き合っている人はいない
- (7) なかなか聞き上手になれない
- (8) 家事は配偶者の仕事だから自分には関わらない
- (9) 自分は人見知りするほうだ



該当する項目が多い人程、“地域デビュー”へのハードルが高く感じているはずです。地域活動の先輩にあたる配偶者にアドバイスを仰いだりして、自分から勇気を持って一歩を踏みだしましょう。

## 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2日（火）	総合福祉センター 9時30分～正午 美里支所 13時30分～16時	●野上厚生病院内相談支援事業所 TEL489-2908 ●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」 TEL494-3539
身体障がいや 知的障がいの方・ 家族の方	10月17日（水）	総合福祉センター 9時30分～正午 美里支所 13時30分～16時	●療育センターAoi TEL483-0454 ●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」 TEL494-3539

# お知らせ・募集

## 国民健康保険からの

お知らせ

これまで在留期間が1年未満で国民健康保険に入ることができなかった外国人の方も、7月9日から住民基本台帳法の改正に伴い、国民健康保険の加入条件が次の①または②となりました。

- ①住民票に登録された方
  - ②住民票に登録されない方も、3ヶ月を超えて日本に滞在することがわかる書類（雇用契約書等）及び、居住している住所がわかるもの（賃貸契約書等）と、パスポートをお持ちいただくことで、加入することができます。
- ※居住されている、最寄の役所で加入手続きをして下さい。

【問合せ先】住民課 国保係  
TEL 489・5903 住民室  
国保係 TEL 495・2021



## 被害者支援無料相談の

実施

■日時 10月13日（土）  
10時～16時

■場所 橋本市教育文化会館3階（橋本市東家一丁目）

■内容 犯罪や交通事故などの被害者や家族等からの電話・面接による相談の実施。弁護士、臨床心理士、犯罪被害相談員がお答えします。（無料、秘密厳守）

■相談電話（専用）0736・39・7005

■面接相談 当日もお受けしますが、できるだけ前日までにご予約ください。

■お問い合わせ等 公益社団法人 紀の国被害者支援センター

TEL 073・427・1000

## 国保野上厚生総合病院眼科 よりお知らせ

このたび、当病院眼科に最新鋭の白内障手術装置が配備されました。

手術装置の改修により、より安全に短時間で手術が行え

るようになりました。もちろん個人差はありますが、実際に手術を受けられた方からも、『全然痛みを感じなかった。』『あっと言う間に手術が終わった。』等の感謝のお言葉を多数頂いております。

詳しいことは、当病院眼科医師又は看護師までお気軽にご相談下さい。

## 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・4木曜日午後1時～4時）10月の相談日

■10月11日・25日（木）

海南市海南保健福祉センター1階第1相談室

【問い合わせ】  
総務課 TEL 489・5912



## 後納制度（国民年金保険料の納付可能期間の延長）の納付開始及び受給資格期間の短縮のお知らせ

国民年金は、20歳から60歳までの40年の間、国民年金保険料を納めていただくことで、満額の老齢基礎年金を受給することができる制度です。

しかし、この間に、保険料を納められなかった場合や、被保険者としての届出を忘れたことにより国民年金の資格期間がない場合は、将来の年金受給額が少なくなったり、年金そのものが受給できなくなってしまうことがあり、このような事態を避けるために、平成24年10月1日から、国民年金保険料を納めることができる期間が過去2年から10年に延長となる後納制度が始まります。

具体的には、本年10月から、平成14年10月分以降の納められなかった期間の保険料を納めることができるようになります。（注）

ただし、既に老齢基礎年金を受給している方や、65歳以上で老齢基礎年金の受給資格をお持ちの方は、後納制度をご利用いただけませんので、ご注意願います。なお、後納保険料を納付するためには、事前にお申

し込みいただき、審査を行う必要があります。審査の結果、後納制度による納付をご利用いただけない場合がありますのでご注意ください。

また、平成24年8月10日に「年金機能強化法」が成立し、平成27年10月からは、年金の受給資格期間が、これまでの25年（300月）から10年（120月）に短縮されることが予定されています。

これまで受給資格を満たさなかった方が年金を受給できる場合や、後納制度を利用することで受給できるようになる場合があります。

詳しくは国民年金保険料専用ダイヤル0570-011-050 またはお近くの年金事務所へお問い合わせください。

なお、後納制度をご利用いただく際のご自身の年金記録は、ねんきんネット（<http://www.nenkin.go.jp>）でもご確認いただけます。

注：後納保険料を納付できる期間は、平成24年10月1日から平成27年9月30日までの3年間です。

## 平成 24 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：心を一つに

～野上から広げよう元気の輪～

- 開催日 平成 24 年 10 月 27 日 (土)
- 開催時間 午前 10 時から午後 3 時まで
- 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

健康チェックコー  
ナー、模擬店、バザー  
お茶室コーナー、子供  
コーナー、舞台発表…  
など  
学生が心を一つに元気  
の輪を広げます。



どうぞ、お気軽にお越しください!!

#### ■お問い合わせ

国保野上厚生総合病院附属看護専門学校  
TEL 073 - 489 - 8500

## 『必ずチェック 最低賃金！ 使用者も 労働者も』

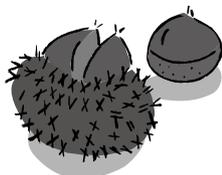
本年 10 月 1 日から和歌山県最低賃金は、時間額  
690 円となりました。

最低賃金制度とは、最低賃金法に基づき国が賃金の  
最低限度を定め、使用者は、その最低賃金額以上の賃  
金を労働者に支払わなければならないとする制度で  
す。

なお、最低賃金法違反については、罰則が設けられ  
ています。

- 注 1) 最低賃金は常用労働者のみでなく、臨時・パート  
タイマーなどにも適用されます。
- 注 2) 最低賃金額には、精皆勤手当・通勤手当・家族  
手当・時間外手当・ボーナスなどは含まれま  
せん。
- 注 3) 派遣労働者については、派遣先の地域（産業）  
の最低賃金が適用されます。
- 注 4) 「鉄鋼業」・「百貨店、総合スーパー」については、  
それぞれの産業別最低賃金が適用されます。

詳しいことは、和歌山労働局賃金室 (073 - 488  
- 1152) 又は最寄りの労働基準監督署へお問い合  
わせください。



## 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

紀美野史発見部会では、11 月 10 日 (土) に「み  
る・あるく・きみの」を開催します。今回は、奈良県  
吉野町の寺社を見学します。

- 出 発 本庁 8 時 30 分  
福祉センター 8 時 40 分  
美里支所 8 時 50 分

- 帰 着 17 時 30 分頃

- 持 ち 物 弁当・お茶（お食事処もありますが各自  
持っていかれる方がよいかと思います）  
雨具等

- 参 加 費 千円（特別拝観料・イベント保険料）  
バス代無料

#### ■見学場所

東南院…野上八幡宮から移された多宝塔の  
見学

金峯山寺 蔵王堂…秘仏金剛蔵王大権現特  
別開帳

※ 2km 程度徒歩移動します。

参加希望の方は、下記要領でお申込み下さい。

- 申込期間 10 月 2 日 (火) から 10 月 25 日 (木)  
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 F ax 495 - 2410

申込の際、住所・氏名・電話番号・乗車場所（本庁・  
福祉センター・美里支所）をご連絡下さい。

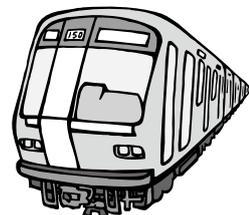
- 定 員 80 名 (先着順)

※イベント保険に加入しますので、住所・氏名・電話  
番号をお聞きますが、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。

## 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、特に、車を運転しない人にとってはなくてはなら  
ない、大切な交通手段です。

紀勢本線は、これまで多くの人に利用されてきまし  
たが、最近では、道路整備に伴う利便性の向上により  
自家用車での移動が増える中、乗降客数が年々減っ  
ています。利用者数が減少すると、運行便数も減るこ  
とになり、不便になるので利用する人がますます減っ  
てしまいます。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。



# 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

## 関西フィルハーモニー管弦楽団コンサート

12月2日(日)  
午後3時開演(30分前開場)  
会場 文化センター

■入場料(全席自由席)  
前売 2,500円  
当日 3,000円

※紀美野町内在住の小中学校の児童、生徒は鑑賞無料。ご希望の方は、10月10日(水)午後5時までに文化センターへ。町内の小中学校には、申し込みチラシを配布しています。

主催 紀美野町、紀美野町教育委員会  
問い合わせ 文化センター



■チケット発売日  
10月15日(月)

■チケット販売場所  
中央公民館、文化センター、  
役場美里支所、小川・志賀野・  
真国・国吉・長谷毛原出張所

※販売は各施設の開館時間中です。

※前売が完売の場合、当日券はありません。

※未就学児の入場はご遠慮ください。

## パークゴルフ大会

「秋」参加者募集!!

■日時 11月10日(土)  
午前9時開会式

【予備日 11月12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15日(月)～11月2日(金)

■申し込み先 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 開会式は南北コースです。36ホールストロークプレー、ハンデなし。詳しくはお問い合わせください。

## 「第23回町民大学講座」 「人権研修講座」 歌う尼さんコンサート

「シンガーソングライターやなせなな」  
11月9日(金) 午後6時30分(開場30分前)  
会場 文化センター

30歳で子宮体ガンを克服した経験と、尼僧という視点から、いのちを題材とした歌を数多く制作。やわらかくも芯のある歌声が持ち味で全国各地で音楽活動を行っています。

奈良県出身、シングル「帰ろう」でデビュー。DJやエッセイストとしても活躍。浄土真宗本願寺派・教恩寺第六世住職。



## 「第24回町民大学講座」

津軽三味線コンサート「奏者 木之下真市」

11月18日(日) 午後6時30分(開場30分前)  
会場 文化センター



正調津軽三味線のダイナミックかつ繊細な奏法に定評がある百年に一度の天才津軽三味線奏者。伝統芸能である津軽三味線に現代的音楽をとり入れ津軽三味線の可能性を追求し続けています。

～プロフィール～  
和歌山県出身。  
1986・87年 津軽三味線全国大会二年連続優勝。  
2000年 津軽三味線全国大会歴代A級チャンピオン山田千里杯争奪戦初代グラウンドチャンピオン。  
2010年 上海万博に出演。  
2011年 国立劇場開場45周年記念「津軽三味線を聴く 時代を超えた音色」コンサートを行い、津軽三味線の曲弾き・唄付けや洋楽とのセッション等、多彩なプログラムで観客を魅了しています。

## 「23・24回町民大学入場について」

■入場無料(整理券が必要です)

■整理券配布場所  
中央公民館、文化センター、役場美里支所、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10月10日(水)より各施設の開館時間中です。  
■問い合わせ 生涯学習課

## 第7回紀美野町文化祭開催

11月3日(土・祝)～5日(月)は、中央公民館、文化センターで第7回紀美野町文化祭を開催します。館内いっぱい展示物や子どもたちの発表会。芸能大会は、歌・舞踊・ダンス・合唱、茶席などがあります。



昨年の展示の様子

## ふれあいルーム

■中央公民館（17日お休み）

3日 「きいちゃん」を作ろう  
10日 地図パズルで遊ぼう  
24日 こけ玉作り

31日 おもしろ実験

■文化センター（17日お休み）

3日 おはなし会  
10日 紙ひこうき大会  
24日 秋さがし

31日 ハロウィンであそぼう

## ★地域サロンと

交流ふれあいルーム★

「こけ玉作り体験」

■日時 10月24日（水）

午後3時～4時30分

■場所 中央公民館工芸美術室

■対象 小学生以上（要予約・先着15人まで）

■申し込み 中央公民館

## 第7回 きみのこどもまつり

■日時 10月20日（土）午前9時～11時30分

■場所 文化センター（木の温もり広場）

■内容 パンコーナー・もちつき・スパーボールすくいなど  
■持ち物 チケット・名札（学校で使用のもの）・すいとう

■主催 きみのこどもまつり実行委員会

※当日は送迎バス運行（要予約）。「ボランティア募集！」

当日に運営のお手伝いをしていただける方を募集中です。

■問い合わせ 青少年センター（TEL489・5909）

## 第7回 紀美野ふれあいマラソン 12月16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》ユティック陸上部所属の双子ランナー 大南敬美さん（左）大南博美さん（右）

### ■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  
《クオーターマラソン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  
《10km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（一律）

### ■申し込み締切

11月9日（金）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26日（金）

■その他 所定の用紙（事務局にあります）に記入し、お申し込みください。

■問い合わせ 紀美野ふれあい生涯学習課内 紀美野ふれあいマラソン大会事務局

## 小川地区公民館作品展

■日時 11月17日（土）午前9時30分～午後9時30分

11月18日（日）午前9時30分～午後4時

■展示 パッチワーク、トールペイント、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、小川小学校生徒作品、地区サロンの作品、一般作品

### ■サークル発表（17日）

《女性料理》午前中（試食あり）  
《茶席》午後0時30分～  
《男性料理》午後1時～（お持ち帰りあり）  
《ひまわりのたね》午後1時～

（人形劇など、子ども達におみやげあるよ!）  
《ナツメロ》午後6時30分～9時30分（飛び入り大歓迎です。当日お越しください。）  
■問い合わせ 小川地区公民館  
※一般出品作品募集しています!

## 中国楽器演奏会と読み きかせ!

「二胡（ニコ）」という中国楽器の重奏によるミニ演奏会（二胡来堂さん）、アンサンブル琴和会による大正琴演奏、お話しボンのみなさんの楽しい絵本の読みきかせを行います。誰にでも分かりやすい悠久の音楽と、聴き応えのある読みきかせにお越しください。

■日時 10月20日（土）午後1時30分～（1時間程度）

■場所 中央公民館一階ロビー

■内容 ・二胡演奏「蘇州夜曲」、「ふるさと」他・大正琴演奏・読みきかせ「おおきなおおきな木」他

■主催 共育コミュニティ図書館  
ボランティア「ほんの森」

## たんぽぽふれあい学級 日程変更のお知らせ

9月号でお知らせしました「笑顔がひきだす子どもたちのチカラ」早起き朝ごはん、講師 星野恭子「講演日は10月25日（木）に変更しました。時間・場所は変更ありません。」

■申し込み締切 10月19日（金）  
■申し込み 中央公民館

## 図書室「だより」新刊紹介

### 【中央公民館】

「月と雷」 角田光代・著  
「ラストコード」堂場瞬一・著  
「パパッと作れる韓国料理のレシピとコツ」 ナムリ・著  
「オニじゃないよおにぎりだよ」 シゲタサヤカ・著

### 【文化センター】

「最果てアーケード」 小川洋子・著  
「猫背の虎 動乱始末」 真保裕一・著  
「転校生は忍びのつかい」 可部鈴子・著  
「夏カレ冬カレ」 脇雅世・著

「たくさん読んだよ」（敬称略）  
【百冊】 柳瀬唯衣（野小3年）  
穂谷知範（第二保）

【二百冊】 和久谷瑠風（野小5年）  
和久谷莉生（野小4年）  
藤井聖矢（野小2年）  
折口世菜（下小1年）

【三百冊】 折口心音（下小4年）  
岡本幸大（第一保）  
【九百冊】 松尾知晃（中学2年）  
【千三百冊】 東 響樹（野小6年）

### 【訂正】

9月号の「たくさん読んだよ」で、誤りがありました。お詫びして訂正します。正しくは、【九百冊】中原葵（野小5年）、【千冊】中原龍一郎（第二保）です。

## 10月の天文教室「秋から始まる第一の地球探し」

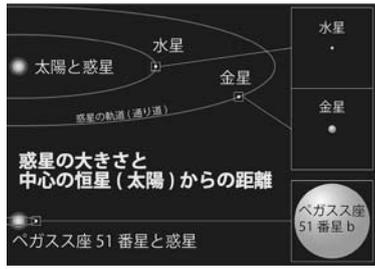
■日時 10月14日(日)  
午後2時～(約1時間30分)

■場所 みさと天文台

■参加 無料、事前申込不要

■お話し 矢動丸泰(天文台長)

広い宇宙のどこかに、地球に似た星があるのだろうか？この問いに答える研究が太陽系外惑星探査です。秋の夜空に輝くペガサス座51番星など、惑星が見つかった天体を紹介するとともに惑星探査の歴史などをひも解きます。



## 紀美野町スポーツ公園体育館耐震補強工事のお知らせ

スポーツ公園体育館は、平成24年11月15日から平成25年2月28日(完成予定)までの約4か月間、耐震補強工事のため利用できません。  
大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

## 夏休み！料理レシピコンテスト結果報告！入賞おめでとう！

「自分で作れる・簡単・おいしい朝ごはん！」

夏休みを利用して、朝ごはんのレシピを募集しました！町内小中学生92名の応募があり、応募レシピを厳正に審査したところ、左記の皆さまが入賞されました。おめでとうございます。入賞者の皆さまには、10月のじどうかん料理教室で表彰いたします。また、表彰式後に、入賞レシピを使用した料理教室を行います。



- 入賞者(敬称略)
- 小学生の部
- 「朝ごはん大賞」：小川小学校5年 日裏貴詞
  - 「準朝ごはん大賞」：小川小学校6年 林口弘樹
  - 「元気はつらつ賞」：野上小学校4年 河本陸
- 中学生の部
- 「朝ごはん大賞」：美里中学校1年 尾崎元
  - 「準朝ごはん大賞」：野上中学校2年 山田遥香
  - 「とってもおいしいそうで賞」：美里中学校1年 本和佳
  - 「朝からもりもり賞」：野上中学校2年 舟底範行
  - 「ファンタジー賞」：美里中学校3年 宇城美月

## じどうかん料理教室 料理する力を身につけよう！

「入賞レシピを使って、朝ごはんにチャレンジ！」

■日時 10月27日(土)  
午後1時30分～4時

■場所 総合福祉センター2階調理室

■参加費 200円

■持ち物 上ぐつ・エプロン・三角巾・タオル・水筒

■対象 小中学生及び保護者の方。先着20名様。

■申し込み 10月19日(金)までに青少年センターへ

## 通学合宿ボランティア募集

10月17日～19日、中央公民館と世代交流センターで通学合宿を実施します。

通学合宿では、小学生が公施設に泊まりながら通学し

## わが町サークル 「長谷毛原スポーツ少年団」

小・中学生を中心にバドミントンを中心者しています。3～4年続けている子から初心者までレベルは様々ですが、お互いに教え合っています。近所の高校生や大人が参加してくれたり、バドミントン以外にもドッジボールやソフトバレー



■活動場所 長谷毛原中学校体育館  
■日時 毎週金曜日 19時30分～21時  
■連絡先 吉田 (TEL 499-0401)

## 紀美野町の歴史と文化 その七十五

中田と梅本という大字名の由来 ※「紀伊統風土記」から引用して若干の解説をしています。



「中田」 奈迦多  
「梅本・新莊二村の中間に

狭まる、中田の名はより起るか、新莊村の頃に、当村、古梅本村と一村なり、後分れて別村となる。新莊の名はより起れるならん」

中田は梅本村と新莊村の中間にはさまれた地であるから「中田」の地名がつけられたといえます。中田村と新莊村が合併したのは、明治八年(一八七五)です。合併後は「中田村」と称えました。

「梅本」 宇逸毛登

「村の東、土橋あり、宝形塔橋といふ、是を新莊梅本二村の界とす、橋の西数歩に大師寺屋敷跡といふ田地あり、傍に梅樹あり、古、此地大木の梅あり、梅本の名はより起る、今の樹は其子生なり、今二村分れて大師寺は梅本村へ引移せとも、梅本の地は却って当村(新莊村)に入れり」

「紀伊国郷帳」によると新莊(庄)村も中田村も「古者梅本村之内」とあって、中田も新莊も梅本村から分村したものともみべきです。(中田村と新莊村の合併の項参照)

その梅本の名前の起りには、宝形塔橋の西数歩の所に大師寺屋敷跡の田地に梅の大木がありました。故に梅本の名はこれから起こったといえます。その梅の木があった地は現在のの中田(合併前の新莊村)にあります。したがって現在の梅本は、名義の起原に関係なく、開発当初の地名を継承しているのです。

## 天文台だより

### 「3D Mitaka 復活！」

研究員 小澤友彦

平成19年7月より上映していたMitaka (ミタカ) は、昨年9月プロジェクターの故障により長期休止となっていました。それがこの夏、装いも新たに復活しましたので、この場をお借りしてご紹介します。

Mitakaは、国立天文台(4D2U)が開発しインターネット上で無料公開しているソフトウェアです。最新の観測データをもとにコンピュータが描く宇宙空間を縦横無尽に飛び回り、宇宙の果てまで眺めるものです。

今回の改修では、新たに114インチの大型スクリーンを自作し、大迫力の3D映像を映せるようにしました。お客様には研究員の解説を聞きながら、3Dメガネで神秘的な宇宙の姿をご覧頂きます。上映は土日祝の午後3時より約30分、予約なしでご参加頂けます(イベント時など中止の場合あり)。

研究員とともに地球を飛び出し、宇宙を飛び回りながら、太陽系、銀河系そして宇宙の果てまで、一緒に旅してみませんか☆



実習生による上映と製作中の様子(右上)

## 学校だより

### 「ぼくらの巣をつくろう」

紀美野町立小川小学校

「もっといっぱいくつつけたいな。」休憩時間になっても、子ども達は目を輝かせて造形遊びに夢中です。多摩美術大学校友会が全国の小学校に希望者を募り、社会の第一線で活躍するアーティストを派遣してくれる授業、「出前アート大学」が8月9日に本校で実施され、直径5.5メートル、高さ2.3メートルの大きな作品づくりに全校児童で取り組みました。

天井からつるしたゴムひもで6カ所に柱をつくり、円形に配置して“巣”に見立てたものに、子どもたちはピンクや黄、青など15色のフェルトをリボンや人型に切り抜いたりしてボタンに取り付け、ハシゴに乗って高いところに取り付けたり、寝転がって全体をチェックしたりなど、のびのび取り組みました。また、地域の皆様にご提供いただいた「シュロの皮」に、ポスターカラーで自由に色を塗ったものも取り入れ、紀美野町にふさわしい「ぼくらの巣」が出来上がりました。自分の目で見て、自分



の手で触れ、自分の心で感じたことを表現して思いっきり楽しむ事、創作活動を通して、友だちとの関わりや、自分発見を学ぶきっかけにもなりました。

訂正 9月号の学校だよりの中で、学校名「紀美野町立野上小学校」は、「紀美野町立野上中学校」の誤りでした。お詫びして訂正します。

## 歌の小道

水族館涼し子河豚のおちよぼ口

先生の日焼け一番登校日

いっとなく赤子ばんざい枕蚊帳

かなかなや持ち帰れぬ波の色

海峡を寺に見下ろし秋澄めり

ひぐらしや川に釣竿忘れられ

何事もなく時の過ぎ蟻地獄

新涼や親に抱かれてパンダの子

鬼門にも盛り塩置きて厄日かな

秋茄子を漬けて炒めて老二人

風鈴の音も重たげな午後にして

岩を滑る銀鱗いくども煌めきて

水面に沈む蝉しぐれかな

底べにの木槿の花の咲きつぎて

今朝吹く風はすこし涼しき

緑濃く山路に聞ける鳥の声

天気良ければ畑は遊び場

忘れたき思いの多し闇に寝ね

このままで生かされていいのかと

眠れぬままにみつむ星空

待望の雨つれくれし先祖様

快適な盆仏間に座る

猛暑日も夜は背戸より涼風の

入りに安らかな老の枕辺

幾つかの堆肥を合わせ畑を打つ

ふくらむ土によるこび交わし

手持てる代

湯上ひとみ

口井トシ子

馬谷富貴子

浦 貴子

前 廣

今野昭子

口井重信

松山愛子

田代哲郎

笹田美代子

吉村邦彦

角谷としみ

黒西葉子

河野昭子

横出圭子

中道としみ

滝垣内嘉代子

西佐古祐子

# 消防だより

火災・救急・救助は119番  
「消すまでは 出ない行かない 離れない」

## ガス機器による火災及びガス事故の防止!

都市ガスやプロパンガスは、便利で私たちの生活になくてはならないものですが、取り扱いを誤ると火災や爆発などの大きな事故につながります。また、不完全燃焼によって発生する一酸化炭素中毒事故も恐ろしいものです。そこで、ガスを使うときは次の点に注意し、ガスによる火災や事故を防ぎましょう。

### ガス機器の正しい取り付け

- ガス機器は地域に適合する機器を使用しましょう。
- ガスコンロやガストーブを柱や壁に近づけて取り付けると、壁面等を熱に強い材料で覆っていても内部の木材が炭化して、発火することがあります。柱や壁などから間隔を取り、防熱板を設置した場所に取り付けてください。
- ガス漏れを防ぐため、ゴムホース等は器具との接合部をホースバンド等で締め付

けてください。また、ひび割れ等の劣化がないか時々点検してください。

### ガス機器の正しい取り扱い

- ガス機器を点火したときは、必ず火がついたかどうか確かめてください。
- ガスコンロを使用し、揚げ物等をしている際の火災が多く発生しています。揚げ物等をする際には絶対にその場を離れず、またどうしても離れる場合は短時間であってもコンロの火を必ず消してください。
- 煮炊き等する際も、一旦コンロの火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のしすぎによる空焚き等がないよう注意してください。



### 十分な換気

○ガスが燃焼するためには、多量の新鮮な空気が必要と

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大変危険です。換気扇を回す、窓を開けるなど換気に心がけましょう。

### ガス漏れに気づいた時の注意点

- ガス漏れなどの異常に気づいた時は、ガスの元栓を閉め、窓や戸を開けてください。また、その際、換気扇、電灯等のスイッチやコンセントプラグには触れないでください。火花が発生し、爆発を起す危険があります。

### グラツときた時の注意点

- ガス機器を使用中に地震が発生した場合には、あわてずに火を消し、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な揺れの大きな地震の際には、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を使用

している場合は、プロパンガスボンベは必ず屋外の風通のよい日陰に設置し、地震等で転倒しないよう鎖な

どで固定してください。  
※災害時の防災無線について  
町内には長谷・永谷・釜滝・鎌滝と同じ呼び名の地区があります。災害時の防災無線については、野上・長谷（ノカミ・ナガタニ）・美里・永谷（ミサト・ナガタニ）、野上釜滝（ノカミ・カマタキ）・美里・鎌滝（ミサト・カマタキ）と放送しますので、お聞き間違いのないように注意してください。

### ※火災発生状況案内について

紀美野町内での火災発生状況についてのお問い合わせは、TEL489・6677にお掛けください。自動対応システムにて状況案内をさせていただきます。（火災状況が録音されています。）

**次回の普通救命講習・再講習は11月4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、再講習を受講してください。

### 講習内容

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

### 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

紀美野消防本部 警防課まで  
(TEL489・6302)

### その他

・受講者数により、日を改めて実施することもあります。

・職場、学校、自治会等団体での申し込みは、随時受け付けています。

## 8月の消防の動き

●火災発生数…0件

【事故種別搬送人員】

	管内	管外	合計
急病	26 (1)		26 (1)
一般負傷	9 ( )		9 ( )
交通事故	2 ( )		2 ( )
その他	7 ( )		7 ( )
合計	44 (1)		44 (1)

※ ( ) 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28回)

10月は各地域毎に秋祭りの行事が行われ、秋祭りと言えば、真っ先に獅子舞、笛の音が浮かんできます。祭りの頃にはアセで巻いた鯖寿司や鮎寿司を母が作ってくれて、今はその味がしっかりと自分の記憶に残っており、料理が出来なくなってしまった年老いた親に、私が作ったお寿司を食べてもらおうようになりました。

「美味しいなあ」と嬉しそうに食べてくれる親を見ながら、「伝承」というものは、人と人を温かい気持ちで繋げてくれるものでもあるんだと感じています。身体は食べた物で作られていきます、親から子へ、そして孫へと、「食育」の大切さを伝承したいものですね。

今回は鯖を焼いて作るお寿司をご紹介します。

### 焼き鯖寿司の作り方

(材料) 1本分 (2人分)

米 1合 塩 適量  
 鯖(生鯖) 1/2尾 生姜 20g  
 ☆すし酢(酢 大さじ2・砂糖 大さじ2・塩 小さじ1/2)

(作り方)

1. 米をといで、少し少なめの水で硬めに炊く。
2. 鯖に塩を適量ふり、冷蔵庫で30分寝かしてから

キッチンペーパーで水気を取り、皮にこんがりとし、焦げ目がつくくらいに焼き、骨を取り、冷ましておく。

3. 生姜をみじん切りにし、すし酢と合わせて火にかけ、沸騰したら弱火で1~2分加熱し、そのまま冷ましておく。
4. ご飯が炊けたら(3)を加え、ご飯につやが出るまでうちわであおいで冷ましながらか切るように混ぜる。
5. ラップを広げ、真ん中に焼いた鯖を皮が下になるように置き、その上に(4)の寿司飯をのせ、ラップで包み形を整え、鯖を上にしてそのまましばらく置いておく。
6. ラップのまま食べやすい大きさに切り、ラップをはずして皿に盛りつける。

\*生姜の甘酢漬けがある場合は、ご飯とすし酢を合わせて寿司飯を作り、焼き鯖と寿司飯の間に生姜の甘酢漬けを置きます。

産業課より

### 美味しくて簡単!! 小麦粉を使った料理講習会

- 日 時: 11月8日(木) 午後1時~3時
- 場 所: 総合福祉センター調理実習室
- 参加費: 無料
- 申し込み・問い合わせ: 産業課 (Tel 489-5901)

# 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)
3日(水) 13:00~	犬ねこの飼い方講習会【14日(日)・28日(日)】	県動物愛護センター	県動物愛護センター 489-6500
6日(土) 10:00~	WAW フェスタ in 動物愛護週間【~8日(月・祝)】	県動物愛護センター	県動物愛護センター 489-6500
8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
11日(木)	移動町長室【26日(金)】	美里支所	総務課 489-5912 住民室 495-3471
14日(日) 14:00~	天文教室「秋から始まる第二の地球探し」	みさと天文台	みさと天文台 498-0305
17日(水) 13:00~	行政相談【~15:00】	中央公民館 美里支所	総務課 489-5912 住民室 495-3471
18日(木) 13:00~	行政相談【~15:00】	志賀野出張所	総務課 489-5912
19日(金) 13:00~	行政相談【~15:00】	小川出張所	総務課 489-5912
20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
21日(日) 8:30~	町内一斉清掃	町内	青少年センター 489-5909
25日(木) 13:30~	たんぼぼふれあい学級	中央公民館	中央公民館 489-5915
27日(土) 13:30~	じどうかん料理教室	総合福祉センター	青少年センター 489-5909
28日(日) 8:00~	ふれあいハイキング	高野山・町石道	青少年センター 489-5909

## 編集後記

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。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。

スポーツ、味覚、行楽の秋。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……………10,416人  
 男……………4,838人  
 女……………5,578人  
 世帯数……………4,590世帯  
 (平成24年8月末現在)

紀美野町面積 128.31km<sup>2</sup>

# 「秋のふれあいハイキング」 参加者募集！

～天野・丹生都比売神社から町石道を高野山へハイキング～

- 日時 平成24年10月28日(日) 午前8時発 雨天中止
- コース かつらぎ町天野の里・丹生都比売神社～二ツ鳥居～矢立～大門～金剛峯寺 歩行距離 約15km(高低差450m)
- 集合 紀美野町中央公民館前 午前7時30分～7時50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17日(水)(消印有効)までに青少年センターへ



往復はがき(電話等不可)でお申し込み下さい。なお、バス輸送の関係上、先着80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 1,000円(町内中学生以下無料、町外の方1,500円)(当日、徴収します。)
- 主催 紀美野町青少年育成町民会・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)担当 森
- 住所 紀美野町動木287 紀美野町役場2F TEL 489-5909

往信 〒640-1192  秋のふれあいハイキング 係 紀美野町役場 青少年センター 紀美野町動木287	※返信面は空白のままです	返信 〒(郵便番号)  お名前 ご住所	①お名前 ②ご住所 ③お電話番号 ④年齢  (複数名でお申し込みの場合、全員のお名前・ご住所・お電話番号・年齢をお書き下さい)
--	--------------	---------------------------------	--



蛇岩さんは、蛇の神様です。卵に願い事を書いてお供えすると、その願いが叶うと言われていいます。

## あなたの健康づくりを応援します 歴史を学ぶ リフレッシュ 健康☆ウォーキング

参加者募集 無料

大角地区のKOIBITOひろば駐車場から、上ヶ井地区の蛇岩さん(蛇岩大明神)までを歩くウォーキングです♪ 今回のコースは、アップダウンがあり、いつもよりもやや長い距離を歩きます。ウォーキングが初めての方も、大歓迎です！ 大自然の中を、マイナスイオンを浴びながら、一緒に歩きましょう！！

**集合日時：平成24年10月13日(土) 午前9時**  
**集合場所：KOIBITOひろば駐車場(大角地区)**

**スケジュール：**9時……………KOIBITOひろば駐車場 集合  
 ウォーキング  
 11時30分……………蛇岩大明神 到着・参拝・昼食(お世話役さんが対応してくれます♪)  
 12時30分……………蛇岩大明神 出発  
 ウォーキング  
 14時30分……………KOIBITOひろば駐車場 到着・解散



- 参加対象者：町内在住の方  
※1日保険に加入します。
- 服装：運動できる服装と靴
- 持ち物：お弁当、飲み物、雨具等
- 申し込みメ切り：10月10日(水)

**【ウォーキングのコース】 約11.6km(約17000歩)**  
 KOIBITOひろば駐車場→蛇岩大明神→KOIBITOひろば駐車場

☆申し込み・問い合わせ先☆  
 紀美野町役場 保健福祉課 TEL 489-9960