



町ALT ガラン・ジャシント先生

5月10日 公民館講座  
『ジャシー先生と英語で話そう』

広 報

# みはま

## CONTENTS

- 地籍調査のお知らせ . . . . . 3
- 園・学校だより . . . . . 4～5
- 日本脳炎予防接種のお知らせ . . . . . 11
- サークル紹介コーナー . . . . . 22

## TOWN information

町の人口と世帯数  
総人口:7,998人(-15) 男:3,735人(-2) 女:4,263人(-13) 世帯数:3,199(-2)  
※平成24年5月1日(対前月比)



# 平成24年度 町区長会

各区の区長が決まりましたので、お知らせします。

(敬称略)

三尾	小藪 清信	和田 東	若野 博一	新 浜	田中 一民
和田西	玉置 延行	本の 脇	浦辺 良行	浜ノ 瀨	寄住 敏和
和田西中	田中慎太郎	入 山	林 航一郎	上 田 井	田端 正幸
和田東中	中前 英人	吉 原	平畑 芳樹	田 井 畑	松尾 茂紀

## 国民年金

# 電子版「ねんきん定期便」が開始されました

■電子版「ねんきん定期便」  
日本年金機構では、すべての年金加入者（約6,600万人）を対象に、毎年誕生日に「ねんきん定期便」を郵送しています。

この「ねんきん定期便」が、日本年金機構のインターネットサービスである「ねんきんネット」によって確認できるようになりました。

### ■電子版「ねんきん定期便」のメリット

年金記録は毎月更新されています。しかし、郵送による「ねんきん定期便」では、年一回のみの通知であるためこの毎月更新されている年金記録を確認することはできません。

電子版「ねんきん定期便」では、最新の年金記録を24時間いつでも確認することができます。

また、郵送による「ねんきん定期便」では、35歳、45歳、58歳の節目の年齢のときに送付されるもの以外は、直近1年分の年金記録しか記載されていません。

電子版「ねんきん定期便」では、すべての期間の年金記録が確認できます。

さらに、確認した内容を残しておきたい方は、いつでもダウンロードして手元に保存しておくことができます。

### ■電子版「ねんきん定期便」を利用するには

電子版「ねんきん定期便」を利用するためには、日本年金機構のホームページで「ねんきんネット」の利用登録をして専用のユーザIDを入力する必要があります。

ユーザIDの入手方法は次のとおりです。  
①はじめて利用申し込みをする場合（アクセスキーを持っていない場合）登録後、約5日程度でユーザIDが手元に郵送されます。

②「年金個人情報提供サービス」（平成23年2月まで）を利用していたことがある場合  
「年金個人情報提供サービス」は、平成23年3月からは「ねんきんネット」に統合されています。

「ねんきんネット」のログイン画面に「年金個人情報提供サービス」で使用していたユーザIDとお客様設定パスワードを入力すると、「ねんきんネット」用の新たなユーザIDが即座に発行されるので、すぐに利用開始できます。

③はじめて利用申し込みをする場合（アクセスキーを持っている場合）  
アクセスキーを使って申し込みとユーザIDをすぐに取得できますので、「ねんきんネット」をより早く利用開始できます。

アクセスキーは平成23年4月以降に送付された「ねんきん定期便」に記載されています。

### ■誕生日にお知らせが届きます

電子版「ねんきん定期便」を利用すると、誕生日に「ねんきん定期便」や「振込通知書」などのお知らせが、利用登録しているメールアドレスあてに配信されます。

■電子版「ねんきん定期便」の確認  
電子版「ねんきん定期便」には、50歳以上の入用、50歳未満の入用、そして年金受給者であり現役被保険者の入用の3種類があります。

電子版「ねんきん定期便」に加入記録の記載もれや記載内容の誤りがないかをよく確認します。

記載もれや記載内容の誤りがあった場合は、「年金加入記録 回答票」を印刷し、必要事項を記入して回答します。

記載もれや記載内容の誤りがない場合は、「回答票」で回答する必要はありません。

### ■「ねんきん定期便」の郵送希望登録

書面による「ねんきん定期便」の郵送に代えて、電子版の「ねんきん定期便」を利用することで、郵送費などのコスト削減や資源の節約につながります。

書面による「ねんきん定期便」の郵送を今後も希望するか否か、ログイン後の画面で希望を登録することができます。

なお、書面による「ねんきん定期便」の郵送を希望しても、後で変更することもできます。

また、郵送を「希望しない」と登録した場合でも、35歳、45歳、58歳の節目の年齢には、書面による「ねんきん定期便」は郵送されます。

### ●問い合わせ先

住民課 Tel 23-4904





# 地籍調査はみなさまの大切な土地をお守りします

平成24年度は、① 大字三尾の一部 174ヘクタール  
② 大字三尾の一部 20ヘクタール を調査します。

地籍調査は、貴重な財産である土地の正しい位置、境界、番地、地目、面積を明確化する極めて重要な調査です。本年度の調査計画区域は、以下のとおりです。

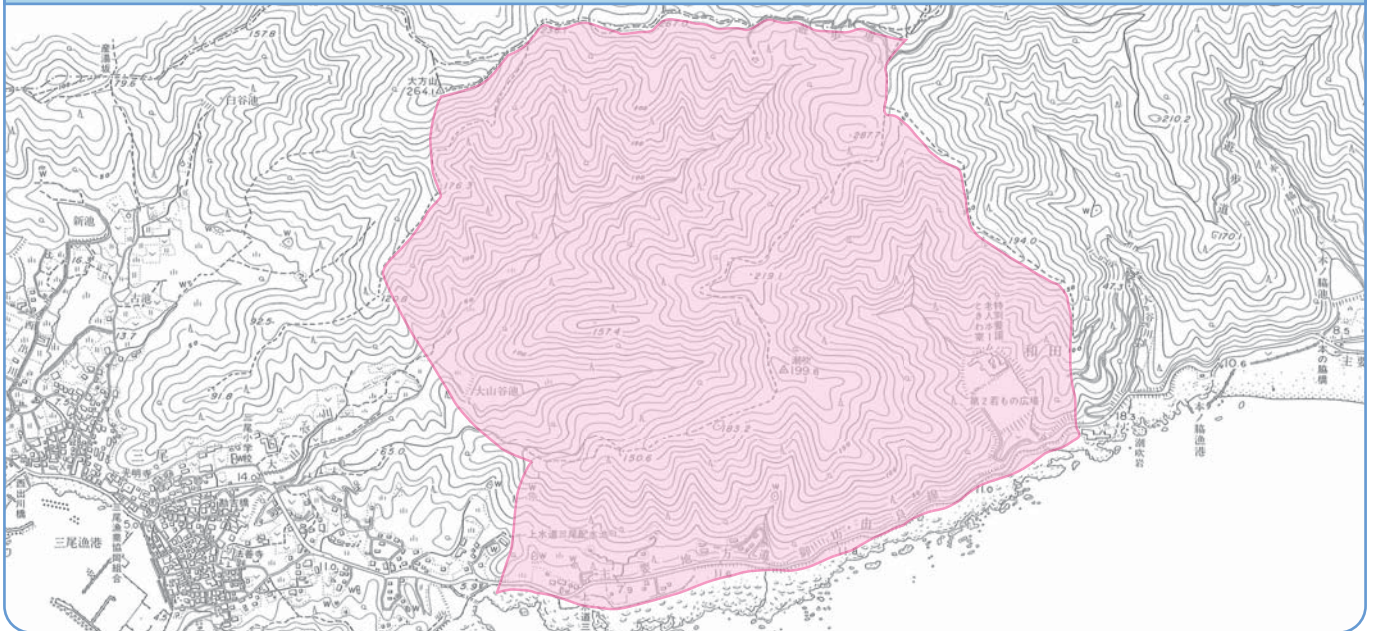
- ① 大字三尾字大山谷、磯辺、芋谷、能葉の174ヘクタール
- ② 大字三尾字堀ノ口、逢母、向井、松葉、前出、後出、浜出の20ヘクタール

調査計画区域内に土地を所有されているみなさんには、後日、総務政策課より地元説明会、現地立会などへのご協力をお願いします。

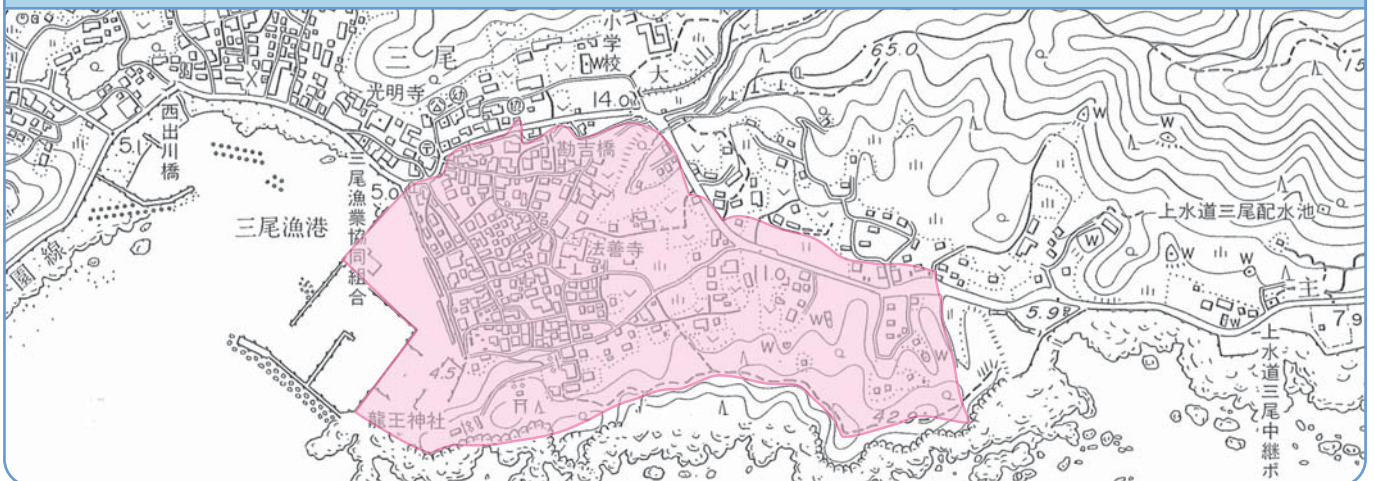
大切な財産を守るためにも、筆界の立会などにご協力をお願いします。

## 平成24年度 調査予定地区

### ① 大字三尾の一部 (大山谷、磯辺、芋谷、能葉)



### ② 大字三尾の一部 (堀ノ口、逢母、向井、松葉、前出、後出、浜出)



● 問い合わせ先 総務政策課 地籍調査班 Tel 23-4901





## ひまわりこども園

### ■ 新しいお友達が入園したよ！

桜の花、チューリップなど春の花が咲き乱れる中、入園式も無事に終わり、0歳児1名・1歳児6名・2歳児2名・3歳児31名・4歳児3名・5歳児2名の計45名の新入園児を迎え、新学期が始まりました。

徐々に園生活に慣れるように「ならし保育」をしたので、入園当初泣いていた子どもたちも今では園生活に慣れ、お友達や好きなおもちゃで遊べるようになってきました。

### ■ お花を飾ったよ！

今年度より感性を育てる新しい試みとして5歳児が生け花に取り組んでいます。

園外保育に行ったときに摘んだ草花や地域の方のご厚意でいただいた季節の花を牛乳パックなどに一人ひとりが思い思いに挿し、部屋のロッカーや職員室のテーブルに飾り、楽しんでいます。花の名前を覚え

ながら、喜んで取り組んでいます。



### ■ こいのぼりを揚げたよ！

4月19日に和田東ちびっこ広場で、地区長さんたちがこいのぼりを揚げるのをお手伝いしました。

開園当初より今年で5年目になり、恒例の行事として定着しつつあります。4歳児がこいのぼりの歌をうたって応援する中、5歳児が力を合わせて紐を引っ張り、10匹のこいのぼりが空たかく揚がると、子どもたちは歓声を上げていました。

年長さんの揚げたこいのぼりを今度は小さいお友達が散歩に出かけ、雄大に泳ぐ姿を見て楽しんでいます。



## 和田小学校

### ■ 校庭の宝もの

今年も、校庭のフジの花が咲き溢れ、優しく甘い香りに包まれています。本校では、若葉の季節の風物詩です。

この藤棚は、開校百周年を記念して、当時の昭和48年度卒業生が卒業記念に藤苗を植樹し、寄贈されたものです。沿革の紐を解くと、「3月22日、卒業生 卒業を記念して藤苗を寄贈（6万円）開校百年記念藤棚完工 巾10米、長さ34米」とあります。

校庭に咲く四季折々の草木は、子どもたちの心が和み、育つ豊かな環境となっています。理科や生活科などの学習教材となり、子どもたちが熱心に観察の様子を書き留めています。

また、なんと言っても我が校のシンボルは、クスノキの大樹です。この時期、木々の新緑がまぶしく鮮やかですが、校庭は落ち葉掃除で大変です。リヤカーが大活躍。掃除当番の低学年の子どもたちは「今日は、私たちだけでリヤカーを運んできたよ」「ぼくたちだけでもできるよ」と言いながら落ち葉をかき集めてくれます。何とも頼もしいものです。この落ち葉も、子どもたちを育てているのだと、ふと感じました。

人が環境をつくり、環境が人を育てます。先人、先輩方が築いてこられた有形、無形の財産を大切に守り、育てていきたいと思えます。



# 小 松原小学校

## ■ 入学式

4月10日に28名の新入児を迎え、平成24年度入学式を行いました。美浜町教育委員会告示、森下町長と田中共啓会会長の祝辞をいただき、元気いっぱい小学生のスタートを切りました。



## ■ レクリエーション

児童会と6年生は、1年生が早く学校に慣れるように2年生以上のみんなが仲良く楽しく学校生活が送れるようにと考え、レクリエーションを計画し運営しました。本当は、煙樹ヶ浜へ遠足に行きその場で行う予定でしたが、あいにくの雨のため場所（本校体育館）と内容を変更して行ったものです。

楽しい一時を過ごし、1年生はみんなの仲間入りをしました。

児童会と6年生は、お互いに協力し合い一生懸命取り組んでいました。

その姿に、これからもっともっと成長するだろうという期待と全校児童をより良くリードして欲しいという願いを持ちました。失敗を恐れずいろいろな実感をともなう体験を重ねて、成長することを願っています。



## ■ 初めての学校給食

4月26日から、1年生も学校給食が始まりました。注意をよく聞いて配膳し、おいしくいただきました。好き嫌いをなく食べ、どんどん大きく成長してください。

# 松洋中学校

## ■ 平成24年度、新学期が始まりました。

4月9日に新任式、始業式が行われました。今年度本校は、新たに瀬戸敬二先生、後藤和彦先生の2名が着任し、他にもALT（外国語指導助手）とスクールカウンセラーを合わせ総勢22名の教職員集団となりました。

また、10日の入学式では、74名の新入生を迎え全校生徒203名でスタートしました。日高地方では、4番目の規模です。本年度は昨年度以上に、学校一丸となって学習面や部活動について頑張りたいと思います。地域の皆様方のご支援、ご協力よろしくお願い致します。

新学期が始まって1ヶ月余りが過ぎましたが、昨年度と比べて落ち着いた雰囲気でおくれています。ただ、忘れ物をして取りに帰る1年生をちょくちょく見かけます。

## ■ 6月の行事予定

- 1日 避難訓練（地震・津波）
- 3日 少年メッセージ（みなべ町）
- 4日～22日 教育実習（2名）
- 6日・13日・20日  
スクールカウンセラー来校  
（午前11時～午後4時）
- 25日 期末テスト時間割発表
- 7月2日～4日 期末テスト

## ■ 松洋会役員がきまりました

- 会長 大石 正人
- 副会長 山本 晃弘 濱口 将充  
山本千賀子 川口ひとみ
- 1年間よろしくお祈いします

## ■ 「中体連春の大会結果」4月28日～29日

**陸上部 男子** 200m 4位 碓井優希 1500m 2位 松元大晟 4位 川合隼平 3000m 3位 松元大晟 4位 川合隼平  
走り高跳び 1位 碓井優希 走り幅跳び 4位 工野匡真 総合6位

**女子** 100m 1位 平野真由 3位 寒川萌々 200m 1位 平野真由 800m 1位 小松由佳  
1500m 1位 小松由佳 100mH 1位 桑原 翠  
砲丸投げ 4位 桑原 翠 4x100mR 1位 寒川・平野・中谷・桑原 総合1位（トラック全種目優勝）

**野球部** 1回戦敗退

**女子バレー部** 決勝トーナメント1回戦敗退

**テニス部** ベスト32で敗退

**卓球部** ダブルス5位花尻・津村組





# 第19回町民グラウンド・ゴルフ大会

参加者募集  
のお知らせ

町体育協会では、7月1日(日)第1若もの広場で行う、第19回グラウンド・ゴルフ大会の参加者を募集しています。

グラウンド・ゴルフは町内の地区やスポーツクラブ主催で大会なども行われている、誰もが楽しめるスポーツです。

多くの参加をお待ちしています。

申し込み締め切りは6月20日(水)までです。

● 問い合わせ先 中央公民館 Tel 22-7309



## 平成24年・25年度 スポーツ推進委員

町スポーツ推進委員会議(第1回)が4月19日(木)に中央公民館で行われ、出口教育長より委嘱状が渡されました。

4月1日~平成26年3月31日までの任期で、町のスポーツ推進委員として活動します。

今年度より平川雅之さんが新たにスポーツ推進委員に任命されました。

委員長	藪内 克彦			
副委員長	松永 健哉			
委員	西垣 哲雄	濱 正一		
	田端 良守	塩崎 公司		
	平川 雅之			



## 友遊クラブ

### 「俳句で遊ぼ」五・七・五

和田学童保育「友遊クラブ」では、4月から毎月1回、三尾の岡本炎弥子さんに俳句の作り方をご指導いただいています。

その中から楽しい俳句をご紹介します。

● れんげさんおひさまあたたつてきれいだね

3年 うすい せりな

● こうしえんいってみたいなほくのゆめ

3年 よねだ ゆう

● つばめきたわたしのいえにあそびにね

3年 くりもと めぐみ

● きれいだなとりのなきごえはるがきた

3年 たちはな あゆむ

● たんぼぼはつきにわたげになるんだよ

3年 いもと まなと

● かまきりのごどもつまれたうれしいよ

3年 たまき あおい



# 第28回町民ビーチボールバレー大会

兼

## 2015紀の国わかやま国体デモスポ開催決定記念大会

参加者募集!



今大会は国体デモスポ開催決定を記念し、県民を対象としてビーチボールバレーを開催します。

月 日 **6月17日(日)**

場 所 体育センター他

実施種目 男子の部・女子の部 (6人制)

参加資格 県内に在住もしくは住民登録を有する者  
※学生・生徒(中学、高校、大学、高専、  
定時制)は参加できません

申込締切 6月1日(金)午後5時15分まで

● 問い合わせ先 中央公民館 Tel 22-7309

### はまゆう短歌会詠草

春雨にしずもり風ぎし河口湖煙る湖面は桜季待てり

眩きまで黄の色冴へし連翹は春の光を弾きて止まず

そよ風に菜の花畑黄にゆれて空に眠そな昼の三日月

いただきし寄せ植えの中可憐なるミニの四つ葉のクローバー見付く

月に添ひ金星・木星直線に輝る春の宵眺めも飽きず

「感動・勇気・そして笑顔」球児の誓ひ涙こぼれつ

日本初水陸両用バスに乗りザブーンと大川へスプラッシュする

四月に入り爆弾低気圧が吹き畑の豌豆渦描き倒る

摘みくれし河津桜の一輪を白磁器に載せさくら色愛づ

春の日の陽だまりの中ひっそりと日なたぼっこ水仙の花

忘れ潮ぬるむ磯辺に釣人や海猫賑わう白崎の海

夕方の明るさ嬉し帰り道愛娘と一緒に並んで歩く

満開の桜の下でうから等と海を真下に宴樂しむ

青白き肌<sup>みつき</sup>に埋もれる大小の骨の叫びや骨粗鬆症

三月ぶり<sup>みつき</sup>帰りし美浜は花盛りお帰りなさいとほほえむごとく

飾らない友と蓬を摘みし土手音信途絶へまた春巡る

上空も寒ゆるむらし西方の飛行機雲のあはあはとして

朝八時光る髪もつ少女らが葬式場の坂道下る

豊田安都子

高垣加代子

中村萬喜代

高垣 寿子

花尻 京子

浜田 俊子

味村 愛子

浜田佳世子

田端喜美子

中 昌代

坂本シメヨ

林 智美

池端 恵美

酒井 絹永

杉森 侯子

山岡 紀江

山本 範子

石田由美子





# 平成24年度 公民館講座

参加者募集

目指せマイナス5歳の健康体！！  
マイナス5歳肌！



## リンパエクササイズ教室

リンパエクササイズは、深層リンパの流れをうながすため、インナーマッスルを刺激し、意識してゆっくりと動かすエクササイズで、どなたでも無理なく行っていただけます。トレーニングを重ねると、自然呼吸で身体がポカポカ温まるのでリラックスには最適です。毎回リラクゼーションを行います。

講師

くわばら りみ

先生です

### 肌にハリがでてくる！

血液やリンパ液の流れがよくなることで新陳代謝が活性化されて、ホルモンバランスが整えられるため、肌トラブルの改善が期待できます。

### マイナス5歳の健康体へ！

リンパ液の流れが良くなると、肩や首のコリや頭痛、自律神経系などの不調の改善効果があります。また代謝がよくなることで自然と若返りやダイエットの効果も得られます。



### 老廃物が溜まりにくくなる！

筋肉が柔らかくなることで筋肉中の血液やリンパ液が流れやすくなり、セルライトや老廃物、むくみを取り除くことができます。

### 体脂肪燃焼効果が高くなる！

リンパ液の流れがスムーズになると代謝が良くなるので、脂肪の燃焼が高くなり、ダイエット効果が期待できます。

### 柔軟性が高くなる！

継続してリンパエクササイズを行うことで、体の柔軟性があがります。柔軟性が高くなると筋肉の可動域が広がるためケガをしにくくなります。

## 教室案内

日時 6/26 7/10・24 8/28 9/11・25 10/9・23 11/13・27 12/4・18  
1/8・22 2/12・26 いずれも火曜日  
午後7時30分～午後9時

場所 中央公民館 大会議室

定員 20名 (定員になり次第締め切らせていただきます)

持ち物 ヨガマット(お持ちの方) お持ちで無い方はマットを貸し出します  
水分補給用飲み物(各自必ず用意してください)

参加費 無料

その他 講座中の事故については、応急手当のみ行いますが事後の責任はとりません。

申し込み受付期間 6月4日(月)～6月15日(金)

● 問い合わせ先 中央公民館 Tel 22-7309







\*\*\* 新刊案内\*\*\*



おいで、一緒に行こう

福島原発20キロ圏内のペットレスキュー 森 絵都/著

福島原発の事故により、無人地帯となった原発20キロ圏内には、飼い主を失ったたくさんのペットたちが取り残されました。かねてより、動物保護活動の取材を続けてきた著者は、ある女性ボランティアの存在を知り、同行を申し出ます。現地の様子を知りたい一心で駆けつけたフクシマ。そこには、困難な救助の現実とともに、行政から存在を黙殺されながらも、たくましく活動を続ける女性たちの姿がありました。”生命”と”絆”の意味を問う、渾身のノンフィクションです。



かみさまはいる いない?

クレヨンハウス

かみさまがいる (らしい)  
どこにいるのかかみさまはみえないでもどこかで かみさまはみている (らしい)  
かみさまは無口だから、かわりに人間が語ります。  
かみさまが人間をつくったのか? 人間がかみさまをつくったのか?  
かみさまに世界をかまされて人間は困っています。  
谷川俊太郎の詩と清川あさみの美しい刺繍が出会い、幻想的な世界を織りなします。  
神秘的な気持ちでこの世界を想像してみる・・・ゆったりと「かみさま」を感じてみませんか。



きみの声がききたいよ!

文研出版

マーヴィンの一言で、魔法がかかったように口を閉ざしたケイシーと、話している証拠を見つけようとやっきになるマーヴィン。  
無言でらみ合う間も、マーヴィンの心の中でくり広げられる、ケイシーとの激しい口げんかが圧巻。  
ケイシーの言いたいことがわかるマーヴィンもすごいが、表情だけでマーヴィンを言い負かすケイシーはもっとすごい。マーヴィンは魔法をとくことができるのか?

6月 休館日のご案内

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

※○で囲んだ日が休館日です。  
※休館日は月曜日・祝日・月末等です。  
※開館時間は午前9時30分～午後6時です。

**今月のおはなし会**

☆6月9日(土)  
☆午前10時～午前10時30分  
☆中央公民館研修室  
☆幼児・児童を対象とした「森のオアシス」による絵本・紙芝居の読み聞かせです。  
毎月第2土曜日に開催しています。



# ひまわりこども園『子育てつどいのへや』

## 親子で遊ぼう 6月の予定



- 5日(火) 親子体操
- 12日(火) お絵かき(1・2歳児)
- 19日(火) 栄養士さんのお話
- 26日(火) ボールやタオルで遊ぼう



## 4月はこんなことをしたよ

4月24日(火)

『はじめまして!』

♪コロコロたまご♪や♪パンダ・ウサギ・コアラ♪のペープサートをみたり、手遊びをしました。

わらべうたをうたって、お母さんにこちょこちょとくすぐられたよ。

こんにちは(∩o∩)と自己紹介をしてお友だちをつくりました。



● 問い合わせ先 ひまわりこども園 Tel 22-3650



## 日本脳炎予防接種のお知らせ

日本脳炎予防接種は、ワクチン接種に伴って重い病気になった事例があったことをきっかけに、平成17年度から平成21年度まで積極的な勧奨を控えてきました。

その後、新たなワクチンが開発され、現在は、接種を通常通り受けられるようになっていました。

平成7～18年度に生まれた方は、日本脳炎の予防接種が不十分になっていることがあります。

特に平成14～18年度生まれ（「年長」相当～小学4年生）のお子さんは、1期接種が終わっていないことがあり、順次接種のご案内を行っています。

今年度は、通常の3歳・4歳（「年少」「年中」相当）のお子さんに加えて、5歳（「年長」相当）、小学2～5年生のお子さんにも、接種のご案内を行っています。

小学1年生のお子さんには、平成25年度以降にご案内を行います。

**\*ご案内の対象となっていない場合でも、平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれで、1期・2期の接種が終わっていないお子さんは、20歳未満までの間、接種を受けることができますので、希望する方は健康推進課まで問い合わせしてください。**

### ■ 接種方法について

接種状況	接種スケジュール
1期を1回も接種していない方 (3回不足)	6日～28日の間隔をおいて2回 さらに、おおむね1年経過後に1回接種する
1期を1回だけ接種している方 (2回不足)	6日以上の間隔をおいて2回接種する
1期を2回接種している方 (1回不足)	1回接種する

※2期接種は、1期接種を終えた9歳以上の方が対象になります。

### ■ 日本脳炎とは

日本脳炎ウイルスの感染で起こります。

ヒトから直接ではなく、ブタなどの体内で増えたウイルスが蚊によって媒介され感染します。

7～10日の潜伏期間の後、高熱・頭痛・嘔吐・意識障害・けいれんなどの症状を示す急性脳炎になります。

ヒトからヒトへの感染はありません。

流行は西日本地域が中心ですが、ウイルスは北海道など一部を除く日本全体に分布しています。

飼育されているブタにおける日本脳炎の流行は毎年6月から10月まで続きますが、この間に、地域によっては約80%以上のブタが感染しています。

以前は小児・学童に発生していましたが、予防接種の普及などで減少し、最近では予防接種を受けていない高齢者を中心に患者が発生しています。

感染者のうち100～1,000人に1人が脳炎を発症します。

脳炎のほか髄膜炎や夏かぜのような症状で終わる人もいます。

脳炎にかかった時の死亡率は約20～40%ですが、神経の後遺症を残す人が多くいます。

● 問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905



## 献血にご協力お願いします

下記の日程で献血バスによる献血を行いますので、よろしくをお願いします。

献血実施日	実施場所	時間
6月26日(火)	美浜町役場前	午前9時30分～午前11時30分
	WAY美浜店	午後0時45分～午後2時
	国立和歌山病院	午後2時30分～午後4時

● 問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905



# 総合健康診査のお知らせ



## ■ 実施日および会場

実施日	場所	申し込み期間
6月24日（日）	美浜町体育センター	6月15日

受付時間：午前7時30分～午前9時まで（時間厳守）

※午前中にすべての健診を受診できます



## ■ 健診種目

健診種別・健診内容		対象者	健診料
国保 特定健康診査	問診、身体計測（身長・体重・腹囲） 内科医による診察、血圧測定、血液検査、尿検査	40歳～74歳の 国民健康保険加入者のみ	600円
胃がん検診 （バリウム検査）	問診、レントゲン撮影 血液検査（集団健診のみで実施。ペプシノーゲンなど、 胃粘膜の萎縮状態を調べる。） ※胃がん検診を申し込みされる方で、腎疾患の薬を 内服されている場合は申し出てください。	40歳以上	700円
肺がん検診	問診、レントゲン撮影、喀痰検査（必要な方のみです）		無料
大腸がん検診	問診、便潜血検査 ※便に血が混じっているかどうかを調べます。 申し込み者に採便容器をあらかじめ発送しますので、 2日分の便をとって、当日お持ちください。		400円
前立腺がん検診	問診、血液検査（PSA）	50歳以上 男性	300円
乳がん検診	問診、医師による視診・触診 乳房レントゲン検査（マンモグラフィー）	40歳以上 女性	500円
肝炎ウイルス検診	問診 血液検査（C型肝炎ウイルス検査およびHBs抗原検査）	・40歳 ・過去9年間の検診対象者 の内、受診していない方	無料
生活機能評価	基本チェックリスト、問診、身体計測	65歳以上 〔65歳をむかえた日から〕 対象になります	無料

※70歳以上の方は、各種がん検診・肝炎ウイルス検査・生活機能評価（介護予防健診）の健診料が無料です。

※集団健診（各種がん検診など）に申し込みいただくと、「受診決定通知書」ならびに「問診票」などを送付します。

## ■ 申し込み締め切り日 6月15日（金）

申し込みされていない方は受診できませんので、  
必ず申し込みをしてください。

◎医療機関個別健診の利用期間は 6月1日～平成25年3月31日 です。

（受診券および受診できる医療機関は、5月初旬に個人宛に送付しています）

受診の際は、希望される医療機関に電話予約をし、受診券を持参してください。

● 問い合わせ先 健康推進課 TEL 32-4905





# ヘルスポイントのご案内

## 受けないなんて、もったいない！

～特定健診・がん検診を受けて健康と賞品をGet！しよう！！～



御坊保健所と各市町（御坊市・美浜町・日高町・由良町・印南町・日高川町）では、住民のみなさんを楽しみを持っていただきながら健康づくりに取り組んでもらうことを目的に、平成23年度から『ヘルスポイント』を設けています。

特定健診や各種がん検診、また保健所や市町が実施する健康づくり事業に参加する毎にヘルスポイントがたまります。

一定ポイントを集めて応募すると、抽選で折りたたみ自転車やふるさと特産品・ギフトカードなどが当たります。

### ■ 参加対象

40歳～74歳の方

### ■ ポイント対象

- ① 特定健診 ② 胃がん検診 ③ 肺がん検診 ④ 大腸がん検診 ⑤ 子宮頸がん検診 ⑥ 乳がん検診
  - ⑦ 保健所・各市町が指定する健康に関するイベント
- ※①～⑥は各3ポイント ⑦は1ポイント

### ■ 賞品

- A賞 折りたたみ自転車 5名様
- B賞 ふるさと特産品 100名様
- C賞 ギフトカード 100名様

### ■ 方法

対象年齢の方にヘルスポイントカードを発行します。  
 ポイント対象①～⑦の受診・参加毎に健診機関および、市役所・町役場・保健センターの各窓口にてポイントカードに確認印を押し、ポイント加算をします。  
 男性で9ポイント以上、女性で12ポイント以上集めると応募できます。

### ■ 応募締め切り

平成25年1月31日（木）

### ■ 公開抽選

平成25年2月初旬に御坊保健所にて実施

### ■ 当選者への通知

公開抽選後に当選者本人に直接連絡します

### ■ 問い合わせ

御坊保健所保健福祉課 ヘルスポイント担当 Tel 24-0996  
 ※特定健診・がん検診の問い合わせは、役場 健康推進課までお願いします

1年に1回は  
健康チェック！

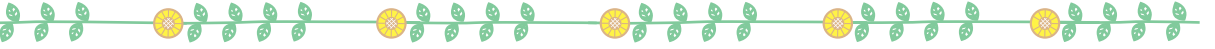


● 問い合わせ先 健康推進課 Tel 23-4905





# 「子ども手当」が「児童手当」に変わりました



4月1日から、子ども手当が児童手当に変わりました。

3月末まで子ども手当の受給者であった方は、新たな認定請求の必要はありませんが、6月に現況届の提出が必要となります。

## ■ 現況届について

現況届は、6月1日時点における状況を記載し、児童手当を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。

児童手当を受給中の方には届書を送付します。

現況届の提出がない場合、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、必ず提出してください。（添付書類不備の場合も同じです）

## ■ 4月からの児童手当について

### ・支給対象者

中学校修了前（15歳になった後の最初の3月31日）までの児童を養育している方。

※児童養護施設などに入所中の児童の手当は施設設置者などへの支給となります

※公務員の方は勤務先へ申請してください

### ・支給額（一人当たり月額）

区 分		月 額
0歳～3歳未満（一律）		15,000円
3歳～小学校修了前	第1子、第2子	10,000円
	第3子以降	15,000円
中学生（一律）		10,000円
所得制限を超える場合（一律）【平成24年6月分以降】		5,000円

※養育する児童（18歳になった後の最初の3月31日までの児童）のうち、年長者から第1子、第2子…と数えます

※本年6月分から所得制限が導入されます

### ・支給月

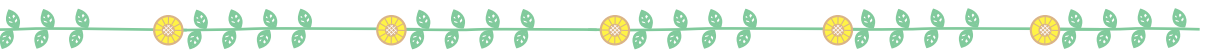
原則として6月（2～5月分）・10月（6～9月分）・2月（10～1月分）の年3回です。

※本年6月支給は、子ども手当（2・3月分）と児童手当（4・5月分）が支給されます

● 問い合わせ先 住民課 児童手当係 TEL 23-4904



# 全国一斉「子どもの人権110番」強化週間



いじめや家庭内における虐待などの子どもをめぐる各種の人権相談を受け付けます。

相談は無料で、秘密は厳守されます。

法務局職員または人権擁護委員が相談に応じますので、お気軽に相談してください。

期 間	6月25日（月）～7月1日（日）の7日間
時 間	月～金曜日 午前8時30分～午後7時 土・日曜日 午前10時～午後5時
場 所	和歌山地方法務局内人権相談室
電話番号	0120-007-110（全国共通・無料）



# 妊婦教室のお知らせ

妊娠中のこと、出産のこと、育児のことについて、助産師・保健師がお話しします。

また、**マタニティーヨガ**（妊娠中のリラクゼーションや出産にむけた呼吸法、妊娠に伴う腰痛・肩こり等の予防など）や、一緒に参加いただいたご家族の妊婦体験も行います。

妊婦さん友達をつくる機会にもなっていますので、ぜひ参加してください。



マタニティーヨガ体験

- **とき** 6月9日（土）午前10時～
- **場所** 地域福祉センター 3階

生まれてくる赤ちゃんのパパやおじいちゃん・おばあちゃん、ご家族の方も、ぜひ、一緒に参加してください♪



● **問い合わせ先** 健康推進課 Tel 23-4905



# 運動教室のご案内 ～エクササイズ～

効果的な運動方法を学んで メタボリックを予防・改善しませんか？

楽しく運動をしたい方は、どなたでも参加していただけます。

日高町のみなさんと交流しストレッチ、初級エアロビクス(30分程度の有酸素運動)、ウォーキングフォーム、筋力トレーニングなどのメニューで予定しています。

※ ① ② 同じ内容で行いますので、都合のよい時間に申し込みしてください。

美浜町・日高町どちらでもご利用できます。

※ 医療機関にかかっておられる方は、運動制限について必ず主治医に相談してください。

## ■ 日時・場所

	① 午前10時～午前11時30分	② 午後2時～午後3時30分
6月13日（水）	日高町農村環境改善センター	<b>美浜町体育センター</b>
7月25日（水）	<b>美浜町地域福祉センター</b>	日高町農村環境改善センター
9月26日（水）	日高町農村環境改善センター	<b>美浜町地域福祉センター</b>
10月16日（火）	<b>美浜町体育センター</b>	日高町農村環境改善センター

- ・美浜町体育センター → 松洋中学校 隣
- ・美浜町地域福祉センター → 美浜町役場 隣
- ・日高町農村環境改善センター → 日高町役場 裏

## ■ 持ち物など

- ・動きやすい服装
- ・運動シューズ
- ・バスタオルと汗拭きタオル
- ・飲み物（お茶など）



● **問い合わせ・申し込み先** 健康推進課 Tel 23-4905





# 歯磨きは しょうぶなからだの 第一歩

6月4日は「むし歯予防デー」です！  
この日を機会に歯の健康について考えてみましょう。

## ご存じですか？ 歯周病が命をねらっていることを！！



日本の全年齢層において75%が歯周病に罹患していると言われています。  
歯周病は自覚症状がなく進行していき、成人が歯を失う最大の原因になっています。  
また、**心臓病、脳卒中、誤嚥性肺炎**などの病気の原因の一つであり、**糖尿病、早産、低体重児出産**とも深い関係があることもわかっています。  
最近では、一部の**がん**（すい臓がん、血液がんなど）とも関係があると疑われるようになってきました。

ご自分でブラッシングするだけでは歯周病をコントロールできません。  
歯周病は初期のうちに適切にコントロールし、重症化させないことが大切です！！  
できれば「未病」のうちに予防に取り組むのが最善です。



早めに歯科医院を受診して、しっかりと歯周病の診査・治療を受けましょう。  
そして、お口の健康を守るメンテナンス治療、または歯周病の再発・進行を防ぐための定期的歯周治療を続けましょう。

## 歯周疾患検診を受けましょう

町では歯周疾患予防のため、医療機関での歯周疾患検診を無料で実施しています。

**対象者**  
40・50・60・70歳の節目となる年齢の方  
(対象者の生年月日は下記のとおりです)

- ・ 40歳 昭和47年4月2日～昭和48年4月1日生まれ
- ・ 50歳 昭和37年4月2日～昭和38年4月1日生まれ
- ・ 60歳 昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生まれ
- ・ 70歳 昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生まれ

対象の方には、**6月に「歯周疾患検診 受診券」**を交付します。  
ぜひ利用してください。

**歯周疾患検診 受診券**


平成24年6月1日交付

受診者の氏名 ●● ●● 様  
住所 美浜町大字△△番地の△  
性別 ●  
生年月日 昭和 ××年 ×月 ×日

**検診料 無料**  
**有効期限 平成25年3月31日**

40・50・60・70歳の節目となる年齢の方を対象に、歯周疾患検診を無料で実施しています。  
検診を希望される方は、別紙「歯周疾患検診実施医療機関」へ電話等で予約の上、受診してください。

歯周病は、成人の80%以上の人がかかっています。歯の健康は、心臓病・糖尿病・肺炎・認知症や体のバランスなどに影響することがわかっています。歯周病が気づかぬうちに進行してしまう前に、検診を受けお口の状態を知りましょう。



市町村所在地 日高郡美浜町和田1138-278  
市町村電話番号 0738-23-4905  
市町村名称 美浜町役場

(↑) 黄色の「歯周疾患検診 受診券」です



歯周病が気づかぬうちに進行してしまう前に、  
検診を受けお口の状態を知りましょう！

● 問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905





## 農業者のみなさんへ

平成24年度事業 米の生産調整関係、鳥獣害防止対策関係についてお知らせします。

### ■ 優良農地保全対策事業

- ・対象者および対象水田  
町内に住所を有する農業者で、水田に水を張り、代掻きをし、常に水稻の生産可能な状態に管理された水田（調整水田）
- ・交付単価  
7,000円／10a
- ・確認方法  
水稻の植え付けが完了した後、7月1日基準日で対象者のみ事務局などで現地確認をする

### ■ 農作物鳥獣害防止対策事業

- ・対象者  
町内に住所を有する農業者で、耕作している農地に鳥獣害防止策を講じる者
- ・対象事業
  - ① 電気柵 有害鳥獣に電気ショックを与え農地に近づけなくするもの
  - ② 防護柵 トタン・ネットにより農地に有害鳥獣を侵入させないもの
- ・補助額  
予算の範囲以内において資材（1m当たり900円を上限金額とする）の2分の1以内を限度額とする
- ・その他  
この事業で補助を受けた農地については、補助を受けた翌年度から起算して5年間適正な管理をしなければならない



● 問い合わせ先 産業建設課 Tel 23-4951



## 自衛官募集相談員委嘱式

4月16日、役場町長室において自衛官募集相談員の委嘱式が行われました。

自衛隊和歌山地方協力本部長（三上繁1等陸佐）と美浜町長の連名により、田井在住の碓井啓介さんに委嘱状が交付されました。

募集相談員は、自衛官の募集広報などをサポートするほか、自衛官志願者に関する情報提供などを行います。



● 連絡先 Tel 23-0924 碓井

### 家庭で今から取り組む

# 節電7

### ～夏に向けての準備編～

1. 緑のカーテンを準備しよう
2. “よしず”・“すだれ”を準備しよう
3. 断熱フィルムを窓に貼ろう
4. 遮熱カーテンをいれてみよう
5. エアコンのフィルターを掃除しよう
6. 室外機のまわりを整理整頓し、直射日光を避ける日よけを作ろう
7. エアコンの買い換えは省エネ性能の高い機種にしよう

● 全国地球温暖化防止活動推進センター URL <http://www.jccca.org/>





こんにちは

# 美浜町地域包括支援センターです！

## 教室のご案内

鍛えれば、脳は **若く** なる！！

### 募集！ 認知症予防教室

認知症ってどんな病気？予防するにはどうすればいいの？みなさん関心があるところではないでしょうか。この事業は、県と県立医科大学病院脳神経外科が協働で開発した「認知症予防プログラム」に基づくものです。脳トレーニングで今の脳をさらに活性化させ、脳を若返らせる楽しい教室に参加しませんか？

日 時		日 時	日 時
7月	12日 19日 26日	いずれも、木曜日 午後1時30分～ 午後3時30分	認知機能検査 医師による講演 個別面談 個人およびグループ活動 など
8月	9日 23日 30日		
9月	13日 27日		

※できるだけ全日程に参加してください

- 場 所 地域福祉センター または 役場
- 対 象 者 概ね65才以上の方（要介護認定を受けていない方）
- 定 員 20名程度（定員になり次第締め切ります）
- 申込受付期間 6月4日（月）～6月29日（金）

### 教室期間中、自宅でできる 簡単脳トレドリルを配布します

3ヶ月間、右図のような脳トレドリルを実施します。

日常生活で日頃使わない部分の脳を意識的に使うことで、脳がイキイキとなり、若返りが図れます！！

10週 第1日目 月 日 ( )

計算しましょう。

7 + 9 =	8 + 6 =
36 + 6 =	58 + 48 =
67 + 85 =	7 - 4 =
8 - 5 =	38 - 9 =
68 - 59 =	79 - 27 =
5 × 7 =	8 × 7 =
65 × 5 =	58 × 7 =
75 × 9 =	50 ÷ 2 =
52 ÷ 4 =	63 ÷ 3 =
81 ÷ 9 =	84 ÷ 7 =

かかった時間 □分 □秒

しりとりをしてください。

スタートは「つりや」. ゴールは「わたがし」です。 挑戦:かかった時間 分 秒

昨年の教室の様子



● 問い合わせ先 地域包括支援センター TEL 23-4905

## 6月の教室の日程は、以下のとおりです。

### 元気はつらつ教室

今月の教室のテーマは「フラフープを使ってストレッチをしよう!!」です。

日 程	場 所	時 間	内 容
11日(月)	地域福祉センター	午後1時30分～	フープエクササイズ①
25日(月)			フープエクササイズ②

\*参加費無料 申し込み等の必要はありませんので、気軽に参加してください。

\*概ね65歳以上の方が対象です。運動しやすい服装でお越しください。

● 問い合わせ先 美浜町地域包括支援センター TEL 23-4905

### 巡回いきいきサロン

地域での交流を目的に各地区でサロンを行っています。身近な場所で行いますので、みなさんお誘い合わせお越しください。

日 程	場 所	時 間	内 容
6日(水)	東 中 会 場	午後1時30分～	血圧測定 大正琴 ちちろこ会 演芸部
13日(水)	さ ざ な み 荘		
21日(木)	三 尾 風 速 荘		
27日(水)	入 山 公 民 館		
20日(水)	西 中 会 場		内容は企画中

\*参加費無料 申し込み等の必要はありませんので、気軽に参加してください。

● 問い合わせ先 美浜町社会福祉協議会 TEL 23-5393



## 美浜町食推です

5月2日、中央公民館にて、ジュニア野菜ソムリエ・山本友理先生を講師として招き、町特産のひじき・きゅうりを用いて「野菜を使ったヘルシー簡単料理」を作りました。

今回、教室で習った料理のうち1品を紹介します♪



### まきまき豚しゃぶ (梅ツナソース)

1人分/148kcal

#### ■ 材料 (4人分)

豚ローススライス 200g (16枚)  
 乾燥ひじき 5g  
 紀ノ川漬け 60g  
 きゅうり 2本



#### <梅ツナソース>

ノンオイルツナ 40g  
 梅肉 小さじ1  
 しょうゆ 小さじ1  
 低脂肪乳 50cc  
 マヨネーズ 小さじ1  
 レモン汁 小さじ1  
 塩コショウ 少々

#### ■ 作り方

1. 乾燥ひじきは水で戻し、熱湯をかけて冷まし、水気をきっておきます。
2. 紀ノ川漬けは、細切りにします。
3. 鍋に湯を沸かし、塩コショウ、白ワインまたは日本酒を入れ、豚肉を1枚ずつ広げて茹でます。茹であがったら、氷水にとり、冷めたら水気をペーパータオルで拭き取ります。
4. 3の豚肉でひじきと紀ノ川漬けを巻きます。  
 水菜やきゅうりを添えて、梅ツナソースをかけてお召し上がりください。





# 住宅用太陽光発電システム設置費補助金交付制度

町では平成24年度より、地球温暖化防止を促進するため、「美浜町住宅用太陽光発電システム設置費補助金交付要綱」に基づき、住宅用太陽光発電システム設置に要する費用の一部を助成します。

## ■ 対象者

補助金の対象となる者は、町に住所を有し、かつ次の要件を全て満たす者とする。

1. 自ら居住するまたは自ら居住しようとする町内の住宅に発電システムを設置する者、または町内にある発電システム付住宅を購入し、居住しようとする者
2. 町税を滞納していないこと
3. 当該補助金の交付を受けていないこと

## ■ 補助金の額

1. 既築住宅に発電システムを設置する場合、発電システムの公称最大出力数1kwあたり3万円を乗じて得た額（千円未満の端数があるときは、これを切り捨てた額）とし、15万円を限度とする
  2. 新築住宅その他に発電システムを設置する場合、発電システムの公称最大出力数1kwあたり2万円を乗じて得た額（千円未満の端数があるときは、これを切り捨てた額）とし、10万円を限度とする
- ※ただし、申請額の合計が予算の総額を超えたときは、公開の抽選を行います

## ■ 対象となる発電システムの設置期間

平成24年4月1日（日）～平成25年1月31日（木）

※すでに設置している方でも、設置日が平成24年4月1日以降であれば申請できます

## ■ 受付期間

平成24年6月1日（金）～平成24年8月31日（金）

## ■ 申請に必要な書類

1. 美浜町住宅用太陽光発電システム設置費補助金交付申請書
2. 同意書  
※町税の収納状況を確認することに対する同意書です
3. 工事請負契約書の写しまたは建物売買契約書の写し
4. 発電システムの設置に係る費用とその内訳が明記された書類
5. 発電システムの設置場所の所在地がわかる地図
6. 発電システムの仕様が確認できるパンフレットなど
7. 設置同意書

※発電システムを設置する住宅の所有者が交付申請者以外に存在する場合

申請から交付までの流れや上記の詳細その他については、下記まで問い合わせしてください。



● 問い合わせ先 住民課 Tel 23-4904



# 煙樹のマツの贈りもの

vol.1.3

※このページは、横に向きを変えてご覧ください

## ～煙樹ヶ浜のこれから～

### 松林再生の 基本方針

- 煙樹ヶ浜のマツの恩恵を協働で後世に引き継ぎ、地域の活性化につなげるため、3つの基本方針を定めました。
- “住民総参加・住民主体”の保全活用
- 潮害防備・保健保安林機能の維持
- 松くい虫被害の軽減・微害化

### 目標林型

海岸の厳しい環境下では、塩分に対する耐性が強いマツの海岸林が造成されてきました。しかし、マツ林は自然の植生遷移の過程で、徐々に広葉樹林に置き換わるとされています。つまり、マツ純林を維持することは、自然の植生遷移を止める・逆らうことでもありません。かつて、燃料として松葉を採取する生活が、広葉樹の排除と美しいマツ純林に貢献していたように、マツ純林の維持には、人の手による継続した管理が欠かせないのです。

また、現在猛威を振るっている松枯れ被害を根絶することは不可能であるため、マツ純林は、松枯れにより密度が低下し、防風・防潮、保健休養といった大事な機能が損なわれるというリスクを常に抱えています。マツ枯れの被害からの林の復元には、数十年の月日を要し、その間、人々の生活に支障を与えることとなります。

以上をふまえ、現在の植生をもとに、煙樹ヶ浜の将来の目標林型を定めました。



マツ純林の部分は、徹底して広葉樹の侵入を阻止する。マツが健全に生育するよう、本数調整伐を実施する。



牽連した広葉樹との混交林部分は、保安林機能低下のリスク・広葉樹の排除リスクを考慮し、マツと広葉樹が共生する森林とする。部分的にマツ純林の復元に取り組み。



広葉樹林の部分は、自然遷移に任せ、広葉樹主体の海岸林を目指す。



ちちろご会 会長  
井洞 勝子さま



# 美浜

## さーくる

紹介コーナー

サークル名

「ちちろご会」

概要

本会は、ボランティア精神の基に、町内における福祉事業にたずさわり会員相互の親睦を図ることを目的として、31年前に結成されました。「ちちろご」とは、当地方で古くから使われていた方言で、「松ぼっくり」のことです。煙樹ヶ浜の松林にちなんで命名しました。



主な活動

- ・町社会福祉協議会 通所介護（デイサービス）のお手伝い
  - ・太陽作業所 通所者の仕事のお手伝い
  - ・太陽作業所 バザーのお手伝い（2年に1回）
  - ・和田・松原小学校 校庭草取り
  - ・町巡回いきいきサロンへの参加出演（今年度初参加）
- 今まではとても地道なボランティアばかりでしたが、いきいきサロンではじめての演芸にチャレンジしています。



特色PR

本会は女性ばかりのボランティアグループです。少しでも他人のお世話をさせていただき、自分も他人との輪を広げ教えられることや楽しむことができ喜びを感じられるようなボランティア活動をしていきたいと思っています。共感していただける方の入会をお待ちしています。



将来に向けて

無理せず誰でも気軽に参加できるボランティア活動を継続して行きたいと思っています。

### 町長通信

毎年、梅雨の時期の6月末か7月初めに、三尾の大賀池で観蓮会が開催されています。みなさんはご存知でしょうか？

大賀池は日岬の中腹にあり、植えられている大賀ハスは、「古代ハス」「2千年ハス」と言われています。

大賀ハスは、大賀一郎理学博士が、千葉市・検見川の東京大学厚生農場の地下約5メートルから、多くの人々の支援を受け苦心の末ハスの実3個を発掘し、昭和27年7月に千葉市で開花したものです。

当地には昭和37年、大賀博士に移植・栽培の指導を受け、大賀池に分根されました。約50年経った今なお、6月中旬から7月中旬まで花を咲かせてくれます。

早朝に咲くハスの花は、生命の神秘を深く感じさせます。私は聞いたことはありませんが、つぼみから花が開くとき「パーン」と音がするそうです。

観蓮会では、大賀博士、阪本裕二先生の石碑に献花のあと、太極拳や大正琴、詩吟などが披露され、またハスを使ってお酒などを飲む象鼻杯やハス飯などが好評です。

一度、訪れてみてはいかがでしょうか。

さて、みなさんは、梅雨（つゆ）の語源を知っていますか？  
インターネットで調べてみると、「この時期は、梅の実が熟す頃であることから」という説や、「この時期は『梅』日のように雨が降るので『梅』とつゆ字が当つられた」という説など、いくつもあるようです。