

美



広報みはま



浜



No. 297



CONTENTS

- 敬老会のお知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
- 水道事業からのお知らせ・・・・・・・・・・・・・・ 3
- 胸部（結核・肺がん）検診を受けましょう・・・・・・ 13
- 美浜町消防団・自主防災会紹介・・・・・・・・・・・・・・ 18

TOWN information

町の人口と世帯数

総人口:8,168人(+2) 男:3,820人(-1) 女:4,348人(+3)

世帯数:3,224(-1)

※平成22年8月1日(対前月比)

7月17日

煙樹海岸多目的広場オープンフェスティバル
(これカラークラブ 堀口良三さん提供)



平成22年度 敬老会

日 時 10月2日(土)

開 場 午後0時30分～

敬老会式典 午後1時～午後1時30分

敬老会演芸の部 午後1時45分～午後3時25分

場 所 松洋中学校体育館

敬老会演芸の部 出演者

落 語 笑福亭 仁鶴

唄 成世 昌平

津軽三味線 三木 久美夫

司 会 佐田 なつ代



成世 昌平



笑福亭 仁鶴



三木 久美夫

● 問い合わせ先 健康福祉課

TEL 2314905



水道事業からのお知らせ

水道メータ取替について

平素は、水道事業にご理解、ご協力賜り誠にありがとうございます。
水道メータは、計量法の規定により、有効期限が8年間と定められています。
今年度中に満期になるご家庭を対象に、取替えを行います。
※取替えに係る費用は、無料です。

取替作業について

取替作業は、美浜町指定給水装置工事事業者が行います。
取替え時間は約10～20分で、作業中は一時的に水道が使えなくなり、
取替え後、最初に水道を使うときは、空気の混ざった水や濁った水が出る場合がありますので、
じゃ口をゆっくり開けてしばらく水を出してください。
※交換時、不在の場合は交換しお知らせを投函します。

取替期間について

- 各月対象地区
- 第1回 9月分検針終了後（9月16日頃～10月4日頃まで）
【入山・和田東・東中・和田西・西中・本の脇】
 - 第2回 10月分検針終了後（10月15日頃～11月5日頃まで）
【三尾一部】
 - 第3回 11月分検針終了後（11月18日頃～12月3日頃まで）
【三尾一部・新浜・吉原・田井・浜ノ瀬】

取替え対象者の確認方法

毎月水道使用量の検針後、各ご家庭に配布している水道ご使用量・料金等のお知らせのメータ番号で確認してください。

◆水道ご使用量・料金等のお知らせ◆
年 月 分

使用人名 様
給水場所
使用者番号 検針番号
用 途 口 係 **メータ番号**

検針日 年 月 日
使用期間 年 月 日～ 年 月 日
今月使用水量(A+B+C) m
前月使用水量 m
前年同月使用水量 m

本年度取替え対象番号は
14です

14A-0001
14A-9999

● 問い合わせ先
施工業者 松勝建設
上下水道課
TEL 2312642
TEL 2314954
ご協力よろしく申し上げます。

10月1日より国勢調査を実施します

国勢調査は、日本に住んでいるすべての人および世帯が対象です。
対象者には、調査票に記入して提出する義務（報告義務）が定められています。
今回は、我が国が本格的な人口減少社会となつて実施する最初の国勢調査で、日本の未来を考えるために欠くことのできない最新の人口・世帯の実態を明らかにする重要な調査です。
調査結果は、さまざまな法令で使われるほか、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備など、私たちの暮らしのために役立てられます。

・9月下旬から、調査員が世帯を訪問して調査票を配布します。
・記入いただいた調査票は、封筒に入れて封をして調査員に渡していただくか、町に郵送で提出していただきます。
（調査票は、外部にもれないように厳重に管理します。）



● 問い合わせ先
総務政策課
TEL 2314123

子ども手当の申請は必要ですか

平成22年4月1日から児童手当制度に替わり、子ども手当制度が始まりました。児童手当制度では小学校修了前（12歳になった後の最初の3月31日）の子どもの対象となり、親などに所得制限がありました。子ども手当では中学校修了（15歳になった後の最初の3月31日）前の子どものままで支給対象年齢が拡大し、所得制限もありません。

支給対象の拡大に伴い、中学2・3年生を養育されている方と、平成22年3月31日時点、児童手当を受給されていなかった方が子ども手当を受給するためには申請が必要となります。

法改定の経過措置として、前記の方は平成22年9月30日までの申請に限り、平成22年4月分から支給させていただきます。

期日を過ぎても申請の場合は、申請を行った月の翌月分からの支給となりますので、まだ申請をされていない方は早めの手続きをお願いします。

●手続き・請求は

住民課窓口（公務員の方は勤務先）で、認定請求などの手続きが必要となります。

- 【必要書類】**
- ・申請者の健康保険被保険者証（申請者が厚生年金加入者の場合）
 - ・印鑑・申請者の振込先など
 - ・その他必要な書類
- （子どもと別居されている方は、子どものいる世帯全員の住民票など）
- **問い合わせ先** 住民課・子ども手当係 Tel 23-4904

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間を実施します！

時期 9月6日（月）から12日（日）までの7日間
午前8時30分～午後7時まで
ただし、土・日曜日は、午前10時～午後5時まで

場所 和歌山地方方法務局内人権相談室

電話番号 073-422-5164

相談内容 相談は無料で、秘密は厳守されます。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。

● **問い合わせ先** 和歌山地方方法務局人権擁護課内
和歌山県人権擁護委員連合会
Tel 073-422-5131

社会保険庁ホームページ <http://www.sia.go.jp/>

国民年金

国民年金で免除された保険料の追納について

国民年金で保険料を免除された期間は、老齢・障害・遺族の各基礎年金では、年金を受けるための資格は、保険料を全額納めたときと同じ権利を得ることが出来ます。

ただし、老齢基礎年金の年金額では、保険料を全額納めたときの1に対して、全額免除期間は2分の1、4分の3免除期間は8分の5、半額免除期間は4分の3、4分の1免除期間は8分の7で計算されます（注）。

また、学生納付特例と若年者納付猶予によつて全額免除された期間は、老齢基礎年金の年金額には反映されないカラ期間になってしまいます。そこで、これらの免除期間について、後でゆとりができたときに、10年以内であれば保険料を追納して満額の老齢基礎年金に近づけることができます。

追納できる期間の順序は先に免除された期間からとされていますが、学生納付特例と若年者納付猶予の期間は、先に追納することも選択できます。

平成22年度に追納する21年度までに免除された追納保険料の額は、表のとおりです（平成19年度以前の追納額には一定の加算が行われています）。なお、保険料の追納には納付書が必要です。

納付書の発行は申し込みが必要ですので、住所地を管轄する年金事務所まで問い合わせしてください。

（注）平成21年3月以前に免除された期間は、全額免除で3分の1、4分の3免除で2分の1、半額免除で3分の2、4分の1免除で6分の5で計算されることになります。

追納保険料額

| 除された年度 | 全額免除 | 4分の3免除 | 半額免除 | 4分の1免除 |
|--------|---------|---------|--------|--------|
| 平成12年度 | 15,770円 | — | — | — |
| 平成13年度 | 15,180円 | — | — | — |
| 平成14年度 | 14,590円 | — | 7,300円 | — |
| 平成15年度 | 14,360円 | — | 7,180円 | — |
| 平成16年度 | 14,180円 | — | 7,090円 | — |
| 平成17年度 | 14,220円 | — | 7,110円 | — |
| 平成18年度 | 14,260円 | 10,690円 | 7,130円 | 3,560円 |
| 平成19年度 | 14,300円 | 10,720円 | 7,150円 | 3,570円 |
| 平成20年度 | 14,410円 | 10,810円 | 7,200円 | 3,600円 |
| 平成21年度 | 14,660円 | 10,990円 | 7,330円 | 3,660円 |

*半額免除は平成14年4月に、4分の1免除と4分の3免除は平成18年7月に、それぞれ創設されました。

● 問い合わせ先

・田辺年金事務所 Tel 0739-24-0432

・住民課 Tel 23-4904



ひまわりこども園 子育てつどいのへやコーナー



9月の予定

| | | | |
|--------|--------------|--------|-----------|
| 8日(水) | ベビーマッサージ(0歳) | 17日(金) | 運動遊び(0歳児) |
| 15日(水) | 運動遊び(1・2歳児) | 22日(水) | 消防士さんのお話 |

～7月はこんなことをしたよ～

7月6日(火)『笹かざりづくり』

折り紙で織姫・彦星を作ったり、星にお願い事を書きました。



7月13日(火)『水遊び』

雨が降ったりやんだりのため中止となりました。

7月20日(火)『プール遊び』

水に浮かぶおもちゃや牛乳パックのシャワー、シャボン玉などをして遊びました。とても暑い日で『プール日和』でした。



● 問い合わせ先 ひまわりこども園 TEL 22-3650

第54回町長杯争奪野球大会の結果

第54回美浜町長杯争奪野球大会・8月8日(日)、第1若もの広場と松洋中学校グラウンドで開催しました。

8チームが参加し、熱戦を制したのは、去年、一昨年の覇者、紀州 Red Randysで見事3連覇を飾りました。

結果は、次のとおりです。



★優勝 紀州Red Randys

監督：片山拓弥

選手：松下祐希・山西正紘・中西清次
岡田圭太・高井友来・平井晃都
藤浦憂維・田端宏基・吉田一也
東 大輔・森澤卓磨・大江悠介
福田圭佑・高井 駿



★準優勝 チームときわ

監督：竿本和也

選手：工徳俊輔・入江恭年・芝 浩人
柳瀬雄太・松尾哲也・池浦大喜
中江秀之・前原 寛・下田英示
中村 桂・楠本征也・津村智司

★個人賞



MVP賞

紀州Red Randys
平井晃都



敢闘賞

チームときわ
柳瀬雄太



夏休みふれあい体験 親子釣り大会

入賞者の皆さん

7月19日(月)日高港湾で28名が参加し、釣りの腕を競いました。

結果は、次のとおりです。

キスの部 大きかったで賞
1位 佐々木健太(松原小1年) 16.1cm
2位 浜口 莉緒(松原小2年) 16cm

多かったで賞
1位 三原 陸豊(松原小4年) 8匹
2位 中村 みく(松原小6年) 7匹

他魚の部 大きかったで賞
1位 三原 陸豊(松原小4年) 78cm
2位 桑原 翠(松原小6年) 19.5cm
2位 鈴木 匠(和田小3年) 19.5cm

多かったで賞
1位 西田 翔(松原小5年) 35匹
2位 桑原 翠(松原小6年) 29匹



はまゆう短歌会詠草

梅雨晴れを蝉の声聞きうきうきと今日は二度目の洗濯物干す

月と星囁く位置にかがよひて青葉風吹くメルヘンの夜

西川の流れ横切る初夏の風は優しく茅を撫ずる

安らぎは吾が古里と誰しもが生家を恋ふる心はひとつ

半夏生の朝風に咲く大賀蓮泥に育ちし紅清か

広大な平城宮跡復原の朱雀門くぐり大極殿へ

西川の嵩上げ堤の工事済み水面に映えて景色明るむ

緩やかな光り集めし花の庭原っぱのやうに歌人の住処

吾が好む濃い紫のペチュニアの柔き花笑み五十と六個

手を腰に空見上げつつ老い吾は思い馳せいる過ぎし田植えを

もうすぐに夏休みには帰省する孫らの顔がちらつてくる

今年また季を違へず庭先に桔梗の紫つぼみ持ちたり

釣客の白き歯並みは大漁かさざ波光る糸谷の波止に

十日間たった一人で留守番たまには素敵命の洗濯

曾孫の歩み初めしも告げてをり埋み火のごとき想ひの亡夫に

梅雨となり濡れし紫陽花生き生きと色濃く増してくきやかに映ゆ

「あっちゃん」と名前をつけたおじぎ草いつしか親が世話係となる

梅雨に濡れ色とりどりに花咲かせその美を競うあじさいの花

病院の四角き庭にっとう人皆ひとたびは空を見上ぐる

天の川に逢へしや織女・牽牛の右岸左岸に佇てるまぼろし

味村 愛子

豊田安都子

高垣加代子

花尻 京子

山岡 紀江

小林千保子

浜田佳世子

山本 範子

酒井 絹永

田端八重子

高垣 寿子

池端 恵美

坂本シメヨ

杉森 候子

中村萬喜代

浜田 俊子

林 智美

中 昌代

石田由美子

田端喜美子



楽しかったね(^^)♪



友学の森



よみきかせオヤジの会・ぬいぐるみ人形劇「ピノキオ」

8月7日(土)図書館主催事業として、まだ全国では数少ない男の読み聞かせ「オヤジの会」による読み聞かせと、劇団バクによるぬいぐるみ人形劇「ピノキオ」の上演がありました。読み聞かせでは、美浜町にちなんだクヌッセンのお話「やさしさをありがとう」や「はらぺこあおむし」「おおきなカブ」、エプロンシアターなどをしていただきました。ぬいぐるみ人形劇では、バクさんによる手歌遊びから始まり「ピノキオ」の物語と最後はキャスト全員出て来てお別れの歌をみんなで歌い、親子連れ169名が夏のひと時を楽しみました。



9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・月末などです。
 ※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



☆9月11日(土)
 ☆午前10時～午前10時30分
 ☆中央公民館大会議室
 ☆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。



ブックリサイクル開催
 7月18日(日)中央公民館研修室において、ブックリサイクルを行いました。3連休の真ん中ということもあって、来場者数は少なかったものの開催前から並んでいる方もたくさんおられました。





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・保健師がお話します。

また、マタニティヨガ（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）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。

と き 9月11日（土）午前10時～

場 所 美浜町地域福祉センター3階

生まれてくる赤ちゃんのババヤ
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ください♪



● 問い合わせ先 健康福祉課 Tel 23-4950

和歌山県にお住まいのみなさんへ 近畿圏交通実態調査にご協力をお願いします

10月～11月に近畿2府4県（滋賀県・京都府・大阪府・兵庫県・奈良県・和歌山県）にお住まいのみなさんを対象とした近畿圏交通実態調査を実施します。

この調査は、みなさんが日頃の生活の中で、どのような交通手段・目的で移動しているかなど、人の動きの実態をお聞きするものです。

調査結果は、今後の都市・地域の交通計画、まちづくり計画、防災計画などさまざまな計画を策定するための貴重な資料となります。

この調査は無作為に抽出したご家庭へ、郵送により調査票を配布します。

調査票がお手元に届きましたら上記の目的を理解のうえ、調査に協力いただきますようお願いいたします。

- 調査主体 京阪神都市圏交通計画協議会（国土交通省・滋賀県・京都府・大阪府・兵庫県・奈良県・和歌山県・京都市・大阪市・堺市・神戸市）
- 問い合わせ先 和歌山県県土整備部道路局道路政策課 Tel 073-441-3116

なお、郵送調査の対象者以外の方もインターネットでの回答が可能です。ご協力してください。京阪神都市圏交通計画協議会のトップページより『調査回答ページ』をクリックしてください。

<https://kinki-pt.jp/>

近畿PT

検索

平成22年度自衛官等募集案内

| 募集種目 | 応募資格 | 受付期間 | 試験期日(場所) | 採用期間 |
|--------------------|--------------------|----------------|-------------------------|------------------|
| 自衛官候補生 (任期制自衛官) | 18歳以上 27歳未満の男子 | 9月24日まで | 9月25・29日 (和歌山市・田辺市) | 23年3月下旬 ～4月上旬 |
| 看護学生 | 高卒(見込含) 24歳未満の者 | 9月6日～ 10月1日 | 1次:10月24日 (和歌山市・田辺市) | 23年3月下旬 ～4月上旬 |
| 防衛医科大学校学生 | 高卒(見込含) 21歳未満の者 | 9月6日～ 10月1日 | 1次:10月30日・31日 (和歌山市) | 23年4月上旬 |
| 防衛大学校学生 | 高卒(見込含) 21歳未満の者 | 9月6日～ 10月1日 | 1次:11月6・7日 (和歌山市) | 23年4月上旬 |

[注] 1. 応募資格欄中の年齢は、平成23年4月1日現在の年齢を示します。

2. その他、詳細は、それぞれの募集要項または自衛隊御坊地域事務所を確認してください。

自衛官等募集説明会のお知らせ

期 日 9月5日（日）

場 所 御坊地域事務所〔御坊市湯川町小松原410-1・丸仁第1ビル1階（JR御坊駅前）〕

時 間 午前10時～午後5時

● 問い合わせ先

● 自衛隊御坊地域事務所 Tel 23-0020

● 自衛隊和歌山地方協力本部ホームページ <http://www.mod.go.jp/pco/wakayama/>



生ごみの堆肥化 ~発酵促進剤(ボカシ)の作り方について~

①用意する物

- ・発砲スチロールの箱またはバケツ
- ・米ぬか

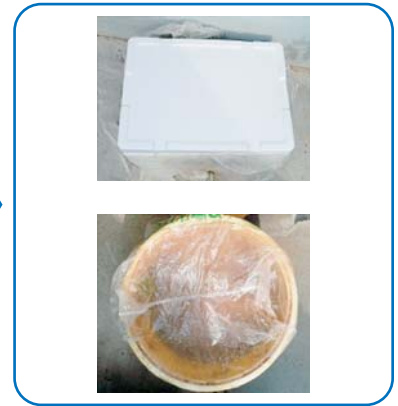


②米糠と種菌をよく混ぜ合わせる



- ・水分の量は、握って固まる程度。
※目安として、米ぬか3kgに対して水800ml~900ml。
- ・冬場は、ぬるま湯を使い、種菌を5倍程度多くする。

③発酵中(発酵して温かくなる) 1日に1回混ぜる (夏場は1日に2~3回混ぜる)



完了の目安

- 発熱がなくなる。
- むかの臭いがなくなる。または、乳酸菌の臭いがする。
- 色が黒ずむ。

④乾燥させる(雑菌の繁殖防止)

※乾燥が不十分だとカビが発生することがあります。



⑤完成

一次発酵に使用、または、種菌として保管



生ごみ堆肥化に取り組まれているみなさん

○中西さん(和田)

以前から自宅に隣接する畑にコンポストを置き、家庭で出た生ごみを直接コンポストに入れていましたが、虫がわき困っていました。

昨年、ふるさと倶楽部の指導を受け、コンポストの中に生ごみと乾いた土、枯れ葉、草木、灰などを入れ、混ぜました。それ以来、コンポストの中はいつも乾いた状態になり、虫もわかなくなりました。

3ヶ月ほどで真っ黒な土になり、畑に戻しています。

バケツを使用せず、また、カラスや小動物に掘り起こされることもなく、簡単な方法だと思います。

現在、ゴミは、月に1回程度しか出していないです。

○假谷さん(和田)

畑の畝に生ごみを直接埋めていましたが、臭いが出るのと、カラスに掘り起こされ困っていました。

ふるさと倶楽部の指導を受け、バケツに生ごみとボカシを入れ、バケツがいっぱいになったらコンポストに入れて土などを混ぜ熟成させています。

今は、牛糞、鶏糞、生ごみ堆肥だけで、化学肥料は全く使用していませんが、立派な野菜が出来ています。

ごみ出しは、月に1度程度です。

○OTさん(田井)

平成20年9月ふるさと倶楽部の指導で、近所数軒に声かけし、自宅に隣接する畑に2個のコンポストを置き、堆肥作りを開始。

各家庭にバケツを置いてもらい、生ごみとボカシを入れ、たまったらコンポストに入れていたが、数軒の生ごみを一緒に入れるので管理がしにくく、虫がわき、また臭いがでるので、早朝からカラスがコンポストをつつきその音がうるさくて、家族から寝られないと苦情が出たため、今は中止している。

資料提供：ふるさと倶楽部





子どもたちの未来のために美しい水環境を



(社)和歌山県水質保全センターからのお知らせ

浄化槽等の調査にご協力ください

調査結果は、公共水域の水質保全のために生かします

(社)和歌山県水質保全センターでは、生活排水による河川の汚濁を防止するため、浄化槽の設置状況等の調査を行うことになりました。

これは、生活排水処理状況を把握し、浄化槽等の適正な維持管理を推進することにより、公共水域の水質保全を図ることを目的として実施するものです。

この調査では、住居や事業所などを対象として、家庭や工場などの浄化槽や汲み取り便所の設置状況・維持管理状況の確認調査を行いますので、ご協力をお願いします。

この調査は、(社)和歌山県水質保全センターが実施します

この調査は、和歌山県が浄化槽法第57条第1項に基づく知事指定検査機関である(社)和歌山県水質保全センターに要請し、実施されます。

(社)和歌山県水質保全センターの職員がうかがいます

(社)和歌山県水質保全センターの職員がみなさんのお宅を訪問し、浄化槽や汲み取り便所に関する簡単な聞き取り調査と、設置状況の確認をさせていただきます。

職員は、身分証明書を常に携帯しています。

調査の概要

| | |
|----------|---------------------------------|
| 調査の期間 | 9月1日から12月15日の間 |
| 調査を実施する者 | (社)和歌山県水質保全センター 和歌山市南大工町26番地 |
| 調査の内容 | 浄化槽・汲取の別、管理者、住所、設置場所、処理方式など |
| 調査の方法 | 聞き取りおよび目視による調査 |
| 所要時間 | 約15分 |

※調査啓発活動以外は行いません。

※浄化槽法による法定検査ではありません。

※調査は無料です。物品の販売や修理、勧誘などはいっさい行いません。

※浄化槽および(社)和歌山県水質保全センターに関する詳細は、インターネットで紹介しています。

<http://www.wakayama-suiho.or.jp/>

● 問い合わせ先 (社)和歌山県水質保全センター TEL 073-432-6433
役場 上下水道課 TEL 23-4954

平成22年度

和歌山県下水道排水設備工事責任技術者資格認定試験の開催

1. 主 催：日本下水道協会和歌山県支部
2. 試 験 日：11月21日(日)
3. 試 験 会 場：和歌山県地域地場産業振興センター(和歌山市紀三井寺856)
(11月7日(日)同会場にて希望者に受験講習を実施)
4. 申込書配布期間：9月6日(月)～9月17日(金)まで
5. 申込書受付期間：9月13日(月)～9月17日(金)まで
6. 申込書配布・受付・問い合わせ先：試験に参加する市町村の下水道担当窓口
役場 上下水道課
TEL 23-4954
または、日本下水道協会和歌山県支部
TEL 073-435-1093

※申込書配布は県庁下水道課、県下水道公社および各振興局でも実施しています。



9月は防災月間です！！

今月は、防災月間でもありますので、少し地震について勉強してみましょう。

近い将来起こるといわれている南海地震。(潮岬沖～足摺岬沖)

今年1月1日現在、最新の発生確率では、今後30年以内に、約60%の確率で起こると公表されています。(地震調査研究推進本部調べ)

約60%の高確率であるため、特に大事なものは、地震が来る前にできる地震への備えです！！

地震は、台風や大雨とは違い、予期できるものではありません。

今、この記事を読まれている間に、発生してもおかしくありません。

そのため、今のうちにできる簡単な備えをご紹介します。

① 家族で話し合ってみよう！

話し合いの内容は、最初は照れくさいかもしれないので、雑談からでも結構です。

その後、地震発生時の家族の役割、家族が離れ離れになってしまった際の第1避難場所の確認、非常時の緊急持出袋に入れておくべきものの確認など、1度、話し合っていたいただければと思います。

② 緊急持出袋に入れておくべきものの確認！

家庭によって様々ですが、必要になってくると考えられるものをご紹介しますので、参考にしてください。

・**備蓄食料** (5年保存など保存期間の長いものを！)

・**飲料水** (1日約3リットル必要とされています。5年保存の水もあります)

・**救急セット** (ばんそうこう・消毒液・シップ・三角巾など)

・**ラジオ・懐中電灯** (情報源の収集、夜間発生時の対応のため)

・**ヘルメット・軍手** (頭上からの危険物の回避、避難時、避難後における危険物の撤去)

ヘルメットが無ければ座布団などクッション性のある厚めの布などを頭に当ててください。

・**現金** (小銭は多めに。10円玉は公衆電話用、他の小銭は、自動販売機が動いていれば購入用に！！)

・その他 (ビニール袋・タオル・ウェットティッシュ・常備薬・ライター・ロウソクなど)



しかし、入れすぎには注意してください。重すぎると、迅速な避難の妨げになる事が考えられます。

③ 夜間の地震発生に備えて、寝る前に次の日の服装は準備しておく！

夜の地震が、大変危険を伴います。灯りの確保と共に、すぐに対処できるように、寝る前には服の準備をかかさないようにしてください。

最後に、簡単な緊急持出袋のチェックリストを付けておきます。

家の片隅にでも置いていただき、あればチェックしてください。

| 食料・水 | 医薬品 | 生活品 |
|---|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 非常水 | <input type="checkbox"/> 常備薬 | <input type="checkbox"/> 軍手 (手袋) |
| <input type="checkbox"/> 食料 (なるべく保存期間が長いもの) | <input type="checkbox"/> ばんそうこう | <input type="checkbox"/> タオル |
| | <input type="checkbox"/> 包帯・ガーゼ・消毒液 | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー |
| | <input type="checkbox"/> シップ | <input type="checkbox"/> ウェットティッシュ |
| | <input type="checkbox"/> 三角巾 | <input type="checkbox"/> ヘルメット |
| 避難道具 | | その他 |
| <input type="checkbox"/> ラジオ | | <input type="checkbox"/> 現金 (小銭を多めに) |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | | <input type="checkbox"/> 印鑑・通帳などの貴重品 |
| <input type="checkbox"/> ライター・ロウソク | | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 乾電池 | | |

次に、地震が起きたときの対応です。

大地震が起きると、どうしても慌ててしまいます。

しかし、慌てず落ち着いて行動しましょう。

① まずは、我が身の安全の確保！

そうでないと、助かる命も助けることができません。特に頭上からの落下物には注意してください。

火を使用している場合は、火の元を消し、ガス栓を閉め、2次被害を防ぎましょう。

② そして、家族の安否確認！

自助ができれば、次は共助です。身の危険に注意して、助けられる命は助けましょう。

③ 家の外への逃げ道を確保！

南海地震では、津波が心配されます。特に沿岸地区は、危険です。逃げ道を確保しましょう。

避難の際に、一番安全な出入口から家の外へ脱出しましょう。

④ 避難場所へ逃げる！

避難場所へは、なるべく徒歩で避難しましょう。北海道で発生した奥尻島沖地震では、車で避難した方より徒歩で避難した方がよく助かっています。

また、避難の際には、隣近所に大きな声で「地震だ！！逃げろ！！」と発しながら逃げましょう。

⑤ できれば、大勢で逃げる！

大勢で逃げることは、避難経路に障害物があるときなどに迅速に撤去できるなど、大変効果的です。

最後に、『大地震は、必ず来る』とってください。

大地震に負けない防災対策をみなさんで考えていきましょう。

そして、その知恵を活かして被害をできるだけ少なくできるように、みなさんの一人ひとりの力が必要です！！



** 胸部（結核・肺がん）検診を受けましょう **

健康福祉課

胸部（結核・肺がん）検診についてご案内します。

肺がんは、近年急増しています。

ごく初期には無症状のことが多く、進行すると咳、痰などの症状がみられます。

また、**結核**という昔の病気のように思われがちですが、今でも年間4万人の患者が発生している最大の感染症です。和歌山県においても、毎年約300人の方が発病し、罹患率は全国平均よりも高くなっています。

肺がん、結核ともに早期発見、早期治療のために検診は大切です。

下記日程にて胸部レントゲンバスが巡回します。

この機会にぜひ最寄りの検診場所で受診されますようお願いいたします。

| 月 日 | 地 区 | 時 間 | 実 施 場 所 |
|----------|-----|-----------------|------------------|
| 9月7日（火） | 三 尾 | 午後1時30分～午後2時10分 | 三尾風速荘前 |
| | | 午後2時20分～午後2時50分 | うみねこ島バス停横（船揚げ場） |
| | 和 田 | 午後3時05分～午後3時45分 | 本ノ脇集会場 |
| | | 午後3時55分～午後4時25分 | 大浜団地（煙樹前） |
| 9月14日（火） | 和 田 | 午後1時30分～午後1時50分 | 畜産センター前 |
| | | 午後2時00分～午後2時30分 | 東中地区会場前 |
| | | 午後2時40分～午後3時10分 | 美浜町役場前 |
| | | 午後3時20分～午後4時00分 | 中央公民館前 |
| 9月17日（金） | 吉 原 | 午後2時00分～午後2時30分 | 西吉原バス停付近 |
| | | 午後2時40分～午後3時20分 | 松原地区公民館 |
| | 新 浜 | 午後3時30分～午後4時10分 | 新浜共同炊事場前 |
| | | 午後4時20分～午後4時50分 | 「旧」新浜公民館前（郷土資料館） |
| 9月24日（金） | 浜ノ瀬 | 午後1時30分～午後2時00分 | 浜ノ瀬住民会館前 |
| | | 午後2時10分～午後2時40分 | えびす公園前 |
| | 田井畑 | 午後2時50分～午後3時20分 | 田井畑コミュニティセンター前 |
| | | 午後3時30分～午後4時00分 | 美浜1番街北駐車場 |
| 9月28日（火） | 入 山 | 午後1時30分～午後2時00分 | 例古橋付近 |
| | | 午後2時10分～午後2時25分 | 北裏典孝様宅付近 |
| | | 午後2時35分～午後2時55分 | 久保隆夫様宅前 |
| | | 午後3時05分～午後3時35分 | 入山公民館前 |
| | 上田井 | 午後3時50分～午後4時20分 | 上田井集会場前 |

☆ **対象年齢**：肺がん検診は40歳以上の方

結核検診は、結核予防法改正により65歳以上の方を対象に受診勧奨を行っています。

※高齢の方は、かつて自然感染により免疫を獲得している場合が多いのですが、加齢とともに抵抗力が弱まると冬眠状態になっていた結核菌が活動し始める例があります。

☆ **検査項目**：胸部レントゲン撮影、喀痰検査（血痰、喫煙指数600以上の方にお勧めします。）

☆ **受診料は無料です。**

（注）着衣でのX線撮影ですので検診の精度管理上、シャツや下着のボタン・カギホック
また、アクセサリはさけて受診してください。

国民健康保険による **特定健診** および **特定保健指導** 町役場による **胃検診・大腸がん検診・肝炎ウイルス検診・** **乳房検診・前立腺がん検診** について お知らせします

御坊市外三ヶ町国保事務組合
健康福祉課

● → 国保 特定健診 について

平成20年4月から法改正により町が実施していた基本健診は、医療保険者が実施する特定健診・特定保健指導に変わりました。

国保 特定健診は、40～74 歳の国民健康保険加入者を対象としています。

社会保険などに加入されている40～74歳の方の特定健診は、加入されている医療保険者に問い合わせしてください。

75歳以上の方は、後期高齢者健診となりますので和歌山県後期高齢者医療広域連合会へ問い合わせしてください。

(上記に含まれていない40歳未満の方は、特定健診と同じ内容の健診を医療保険に関係なく集団健診で受診できるよう町で対応しています。ご希望の方は役場 健康福祉課まで問い合わせしてください。)

○ → 町実施による 各種がん検診 について

胃がん検診・大腸がん検診は40歳以上、乳房検診は40歳以上の女性、前立腺がん検診は50歳以上の男性が対象です。

(上記に含まれていない40歳未満の方は、健康福祉課まで問い合わせしてください。)

肝炎ウイルス検診は、40歳の方および41歳以上で過去に受診したことがない方を対象としています。

◎ → 65歳以上の方は、介護予防健診の対象となっています

申し込みいただいた検診項目に加え生活機能評価のチェック票を送付しますので、記入の上当日持参してください。

生活機能評価は、美浜町地域包括支援センターに情報提供されます。

| 健 診 月 日 | 健 診 種 目 | 受 付 時 間 | 場 所 | 申 込 み 締 切 日 |
|------------|---|---------------------|-----------|------------------------------|
| 10月 1日 (金) | <ul style="list-style-type: none"> ● 国保 特定健診 ○ 胃がん検診 ○ 大腸がん検診 ○ 前立腺がん検診 ○ 肝炎ウイルス検診 ◎ 介護予防健診 | 午前7時30分～ 午前8時30分 | 三尾風速荘 | 9月 1日 (水) ～ 9月17日 (金) まで |
| 10月29日 (金) | <ul style="list-style-type: none"> ● 国保 特定健診 ○ 胃がん検診 ○ 大腸がん検診 ○ 前立腺がん検診 ○ 肝炎ウイルス検診 ◎ 介護予防健診 | 午前7時30分～ 午前8時30分 | 入山公民館 | 9月 1日 (水) ～ 10月15日 (金) まで |
| 10月31日 (日) | <ul style="list-style-type: none"> ● 国保 特定健診 ○ 胃がん検診 ○ 肺がん検診 ○ 大腸がん検診 ○ 前立腺がん検診 ○ 乳がん検診 ○ 肝炎ウイルス検診 ◎ 介護予防健診 | 午前7時30分～ 午前9時 | 美浜町体育センター | 9月 1日 (水) ～ 10月15日 (金) まで |



● → 国民健康保険 特定健診 および 特定保健指導

特定健診 健診料：600円

特定健診の内容：内臓脂肪の蓄積（メタボリックシンドローム）を調べる健診内容になっています。
身長体重測定（体格指数を算出し肥満度を判定します）・腹囲・血圧測定・尿検査（糖・蛋白）
血液検査（脂質・血糖・肝機能 の8項目）・内科診察

健診結果により3つのレベルに分けられます。

- 情報提供（現時点での内臓脂肪の蓄積状態は、問題はありません。）
- 動機づけ支援（内臓脂肪の蓄積により 高血圧症・高脂血症・糖尿病などの生活習慣病のリスクが出現し始めています。）
- 積極的支援（内臓脂肪の蓄積により 高血圧症・高脂血症・糖尿病などの生活習慣病のリスクが重くなっています。）

特定保健指導は、動機づけ支援・積極的支援の方を対象に生活改善のための個別相談を行います。

特定保健指導の参加料：無料

食事状況？ 運動？ 内臓脂肪の蓄積（メタボリックシンドローム）は、もとをたどれば日々の積み重ねによるものが多いです。いつから変化してきたのか？ 生活を見直すきっかけになりますので、特定保健指導を個別に勧奨された方はぜひ参加してください。

○ → 町実施による 各種がん検診・肝炎ウイルス検診

検診料・検診内容

| 検査項目 | 検査内容 | 検査料 |
|------------|----------------------------|------|
| ○ 胃がん検診 | 上部消化管X線検査・※血液検査（ペプシノーゲンなど） | 700円 |
| ○ 肺がん検診 | レントゲン検査 | 無料 |
| ○ 大腸がん検診 | 2回分の便潜血反応検査 | 400円 |
| ○ 前立腺がん検診 | ※血液検査（PSA） | 300円 |
| ○ 乳がん検診 | 視触診・マンモグラフィー（乳房レントゲン検査） | 500円 |
| ○ 肝炎ウイルス検診 | 血液検査によるB型・C型肝炎ウイルス検査 | 無料 |
| ◎ 介護予防健診 | 生活機能評価票をチェック | 無料 |

（町実施による各種がん検診は、70歳以上はすべて無料です。）

※国保 特定健診・町実施の胃がん検診・前立腺がん検診で採血された方は、各検診項目の血液検査に加えて（貧血検査・尿酸・腎機能を含む9項目）を追加して実施します。

受診希望の方は、申し込み期日までに

健康福祉課 Tel. 23-4950 まで申し込みしてください。

運動教室のご案内

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、どなたでもご参加いただけます。

今回、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 |
|-----------|-----------------|---------------|
| 9月29日（水） | 美浜町体育センター | 日高町農村改善センター |
| 10月20日（水） | 日高町農村改善センター | 美浜町体育センター |
| 11月30日（火） | 美浜町体育センター | 日高町農村改善センター |
| 12月15日（水） | 日高町農村改善センター | 美浜町地域福祉センター |
| 1月25日（火） | 美浜町地域福祉センター | 日高町農村改善センター |

- *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
- *日高町農村改善センター → 日高町役場 裏

◎動きやすい服装

◎持ち物：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
健康福祉課 Tel.23-4950



こんにちは

美浜町地域包括支援センターです!

まつりん & ぼっくりんの輪 広がってま〜す!!



美浜町をアピールしながら健康づくりをしたいと考え、ご当地ソング・ご当地体操『まつりん&ぼっくりん体操』が完成しました。

子供からお年寄りの方まで幅広い年代に親んでもらえるように、体操用・運動会用・盆踊り用とバージョンを取り揃えております。

おかげさまで、高齢者の健康づくりの教室を始め、保育園・小学校・地域の盆踊り大会などいろんな所で楽しんでもらえるようになってきています。

今後も美浜町の体操として定着するように、PRしていきますので、どうぞよろしくお願いします。

9月の元気はつらつ教室において、『まつりん&ぼっくりん体操』をします。

食欲の秋!スポーツの秋! この機会に美浜町の体操を覚えて楽しく健康づくりを始めてみませんか?



お知らせ

65歳以上の方は 介護予防健診を受けましょう!

10月から、各地区で健診が始まります。

地域包括支援センターでは、65歳以上の方を対象に介護予防健診(生活機能評価)を実施しております。

病気の予防と老化の予防(介護予防)を行うことが、いつまでも元気でイキイキと暮らす秘訣になってきますので、ぜひこの機会に健診を受けてください。

9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「みんなでやろう!まつりん&ぼっくりん体操」です。

| 日程 | 場所 | 時間 | 内容 |
|--------|----------|----------|--------|
| 13日(月) | 地域福祉センター | 午後1時30分~ | リズムダンス |
| 27日(月) | | | |

*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

☆地域巡回いきいきサロンのお知らせ☆

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(月) | 和田東会場 | 午後1時30分~ | 血圧測定 健康体操 読み聞かせ芝居 ゲーム 内容は企画中 |
| 9日(木) | 東中会場 | | |
| 28日(火) | 入山公民館 | | |
| 30日(木) | 三尾風速荘 | | |
| 15日(水) | 西中会場 | | |

*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

献血にご協力をお願いします

下記の日程で行いますので、よろしくお願ひします。

| 実施日 | 場所 | 時間 |
|----------|---------------|------------------|
| 9月30日(木) | 陸上自衛隊 | 午前9時30分~午前11時30分 |
| | 養護老人ホームときわ寮 | 午後0時45分~午後2時15分 |
| | 特別養護老人ホームときわ寮 | 午後2時45分~午後4時30分 |

● 問い合わせ先 健康福祉課 TEL 23-4950

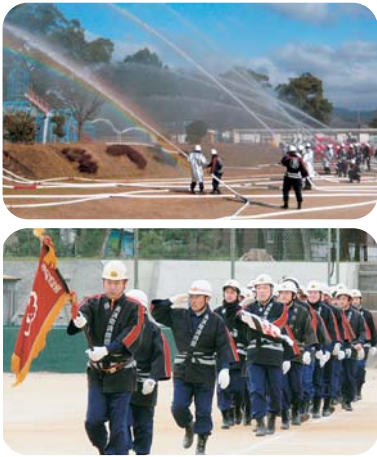




消防団 団長
冷田 光啓(みつま)

消防団について

消防団の最大の目的は、「町民の生命と財産を守ること」です。
火災の場合は、火災現場の消火活動、地震・津波発生時は、住民の救助活動や避難誘導。わが町では発生しておりませんが、最近良く聞くゲリラ豪雨などの風水害時、川の氾濫や住家の浸水害に注意するための見回りや増水による水防活動も行います。
また、消防団員の構成は町内に住む18歳以上の方102名で、消防団員であるほかに農業や漁業、会社員などの仕事を携っております。



町民のみなさんへ

いつも消防団の活動にご協力いただきありがとうございます。
いつ起こってもおかしくないと言われる東南海・南海地震が高い確率で発生すると言われ、地震・津波に備えて行政も住民も取り組みを強化しています。
町・自主防災会・消防団、共に訓練を重ね、災害に強い町にしていきたいと思っておりますので、今後ともご理解のほどよろしくお願い致します。
最後に、平成16年6月、消防法が改正され、一般住宅に「住宅用火災警報器」の設置が義務づけられました。



その背景に、住宅火災での死者が全建物火災の約9割を占めることや、住宅火災の死者の約6割が高齢者であり、住宅火災の死者の約6割が逃げ遅れによるものであることなどがあります。
また、期限が2011年5月31日までとなっております。まだ取り付けられていないのであれば、取り付けていただきますようよろしくお願い致します。

自主防災会・会長

寄住 敏和(みんわ)



「備えあれば憂いなし!!!」

地震は、来るぞ！来るぞ！と言う時は、来ん。そんな言葉を時々耳にします。

町内で自主防災会を最初に立ちあげたのは、浜ノ瀬区で平成16年7月25日のことでした。きっかけは、先人達の教訓「津波之紀事」の碑文(浜ノ瀬公民館前)の教えと南海地震発生に伴う津波浸水予想地域説明会だったと思います。
当時は、区民の方々に「地震が、明日にも来そうだ」という緊迫感があり、自主防災会も熱気の中で立ちあげました。
その後、各地区でも次々に会が立ちあげられ、現在、町内全12地区に会があります。あれから6年、各会とも立ちあげ当時の熱気にやや後退感が感じられるのは、私だけでしょうか? 「災害は忘れたころにやってくる。いつ襲ってくるかわからない」とは、よく耳にする言葉です。私には、戒めの声にも聞こえます。
立ちあげ当時の熱気を何としても取り戻したい。そんな思いが募る昨今です。

「備えあれば憂いなし」という言葉の通り、地道な訓練こそ、いつ襲ってくるかわからない大災害への最大の備えではないでしょうか。

防災意識の向上を...

安心・安全な町づくりには、防災は欠かすことのできない課題の一つです。
消防団・各自主防災会のみなさんは、日頃から力強い活動をされており、私達町民に安心感を与えてくださっています。各自主防災会に限れば、火災警報器設置の促進、防災ラジオの配布、消火訓練など各地区の実情にマッチした活動がされているように思います。

大災害発生直後は、公(町)の支援は期待できにくいだけに、住民主導による安否確認や生活支援活動が必然的に求められるでしょう。

そのため、毎年行われています「津波避難訓練」には、多くの住民のみなさんが参加していただく事を望んでおります。

大災害発生時には、避難所の開設が必要となり、その開設、運営など大きな問題が残っているように思います。行政の支援を含め、早急に検討する必要がありますを強く感じています。

町民のみなさんへ

自助、共助、自主防災会の理念は防犯・福祉はもちろん地域の活性化の源となっております。
各地区自主防災会へのより一層のご理解、ご支援をお願いします。



編集後記

とても暑い8月が過ぎ、少しは涼しくなつてほしい9月に入ってきました。
みなさんも徐々に準備を進めていただいていると思いますが、アナログテレビ放送終了まで、あとわずか!!2011年7月24日をもちまして、アナログ放送が終了します。

そこで、なぜ放送をデジタル化するの? という疑問があると思います。
地上デジタルテレビ放送では、デジタルハイビジョンの高画質・高音質番組に加えて、高齢者や障害のある方にやさしいサービス、暮らしに役立つ地域情報などが提供されており、携帯電話、移動体向けのワンセグサービスも開始されているそうです。

また、通信や放送などに使える電波はある一定の周波数に限られており、現在の日本では使用できる周波数に余裕がなく、過密に使用されているこのことで、デジタル化すればチャンネルに余裕ができ、空いた周波数を他の用途への有効利用が図れるということです。

これらのことより、国の重要な未来戦略であり、私も早く地上デジタル放送の準備をしたいと思いますが、みなさんは準備は進んでいますか?
(T・K)

