

広報

まほく

2020
令和2年
No.171

1

January



大白海岸からの日の出

謹賀新年



年頭のごあいさつ

紀北町長 尾上 壽一



あけましておめでとうございます。

町民の皆さまにおかれましては、健やかに新年をお迎えのことと、心からお喜び申し上げます。

旧年中は、町政全般にわたり、深いご理解とご協力をいただきましたことに、心より感謝申し上げます。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

令和になって初めてのお正月を迎えました。

新元号「令和」は、万葉集にある文言から引用されたものであります。人々が美しく心を寄せ合う中で、文化が生まれ育つという意味が込められているとお聴きしております。

新しい時代に合わせた変化を重ね、先進的に取り組むとともに、町民の皆さまとの協働をたいせつに、文化を育み自然の美しさを守り、安全・安心で元氣なまちづくりに取り組んでまいります。

平成29年度にスタートいたしました「紀北町第2次総合計画」前期基本計画は、令和元年度に中間年を迎えました。総合計画の実効性を図るため、本町として初めて外部委員による評価・検証委員会を設置し、具体的な施策に係る達成度などについてご意見をいただきました。今後とも町民の皆さまの声をお聴きしながら、総合計画の進捗管理を着実に

てまいります。

令和元年度予算に計上をいたしました防災行政無線のデジタル化事業、クリーンセンターの改修事業、紀伊長島地区の学校給食センター整備事業などの大規模事業は、順調に進んでおります。また、住民サービスのさらなる向上を図るため、1月29日（水）から全国のコンビニエンスストアなどで住民票や所得証明書などが取得できるサービスを開始します。

安全・安心

本町は、地理的、気象的に自然災害に対して極めて厳しい条件下にあります。地震・津波・台風・豪雨などの自然災害に対する防災力・減災力をさらに強化し、安全で安心なまちづくりに向け力を傾注してまいります。

この地域で最も危惧されている南海トラフ地震は、今後30年以内に70%から80%の高い確率で発生すると予想されております。引き続き地震・津波対策を重点的に進めるとともに、台風や豪雨への対応や災害発生後の迅速な復旧・復興に向けた体制整備を進めてまいります。

町民の皆さまと来訪者の皆さまの生命と財産を守るための施策を講じ、災害に強いまち、安全・安心なまちを目指してまいります。

健康増進・生涯現役

「健康は笑顔をつくり、幸福の基礎となる」の考えのもと「健康のまち」の実現に向け、生涯現役で元気に暮らせるまちづくりを進め、障がいを持つ方への支援や高齢者の健康づくりに資する取り組みも進めてまいります。

町民の皆さまが運動する機会を創出し、運動が生活の一部となるよう習慣化を促進してまいります。また、「ちよい減らし＋10チャレンジ」、「きほく活活体操」、「健康ウォーキング」などの健康づくり活動への参加を促してまいります。

「みんなでいこか！総合けんしん」、「がん検診」、「特定健診」などの各種保健事業を引き続き積極的に進め、健康寿命を延ばし生涯にわたって元気に過ごせるよう地域ぐるみの活動の促進を図ってまいります。

町民の皆さまが健康づくり事業や保健事業にご参加いただき、地域全体が元気で健康な生活を送ることができるようまちづくりを進めてまいります。

にぎわい・交流

伝統的基幹産業である農業、林業、水産業の振興とともに、こうした地場産業と連携した商工業、観光業の活性化を図り、魅力と活力ある産業のまちづくりを進めてまいります。

注目をいただいている「奇跡の清流 銚子川」、「世界遺産熊野古道」などの魅力を発信するとともに、町内の自然環境や産業を生かした観光事業の推進を図ってまいります。また、地域資源を最大限に生かした、環境教育や環境保全対策を加速化させ、自然と調和のとれたまちづくりを進めてまいります。

今年は、4年に1度のオリンピック・パラリンピックが東京を中心に開催されます。オリンピックのシンボルである聖火は、本年3月26日に福島県を出発し全国を回りますが、4月9日には町内の熊野古道馬越峠道で聖火リレーが行われます。

来年は、いよいよ第76回国民体育大会「三重とこわか国体」、第21回全国障害者スポーツ大会「三重とこわか大会」が県内各地で開催されます。今年は国民体育大会のプレ大会も計画されております。全国から訪れる方々を温かく迎え入れ、深い感動と大きな満足感を共有できる準備を進めてまいります。

子育て・教育

子どもを安心して生み育てることができるよう、子育てに関わる経済的負担の軽減など、子育て世帯への支援を引き続き行ってまいります。

教育施設の整備充実を図るとともに、情報化への対応など、社会変化に対応した教育内容の充実、地域の自然や産業など地域の特性を生かした教育に取り組んでまいります。

ALT4人体制を維持し、グローバル化に対応した英語教育の充実を図るとともに、読書活動の促進、郷土学習の充実を積極的に進めてまいります。スポーツや運動を通じた心身の健全育成、競技スポーツへの支援、スポーツ施設の適正な維持管理を図ってまいります。

まちづくりの主役は町民の皆さまです。「すべては住民目線で、すべては住民とともに」を基本姿勢として、「安全・安心のまち」、「健康増進・生涯現役のまち」、「にぎわい・交流のまち」、「子育て・教育のまち」の4つの重点プロジェクトを中心として、町の将来像である「みんなが元氣！紀北町く豊かな自然、にぎわいと笑顔があふれるまち」の実現に向け、全力で取り組んでまいりますので、一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、町民の皆さまにとって健康で喜びに満ちた輝かしい年となりますよう心からお祈り申し上げ、新年のごあいさついたします。





正・副議長および 各常任委員などが選出されました



12月2日に開かれた令和元年

第5回紀北町議会臨時会で議長と副議長の選挙が行われ、選挙の結果、議長に平野隆久議員、副議長に奥村仁議員が選ばれました。

また、常任委員会委員の選任なども行われました。

○紀北町議会議長

平野 隆久

○紀北町議会副議長

奥村 仁

○総務産業常任委員会（8名）

入江 康仁（委員長）

大西 瑞香（副委員長）

田島 明良

奥村 仁

樋口 泰生

家崎 仁行

平野 隆久

中津畑 正量

○教育民生常任委員会（8名）

瀧本 攻（委員長）

原 隆伸（副委員長）

宮地 忍

柴田 洋巳

岡村 哲雄

太田 哲生

近澤 チヅル

東 清剛

○議会運営委員会（6名）

樋口 泰生（委員長）

大西 瑞香（副委員長）

田島 明良

瀧本 攻

家崎 仁行

東 清剛

○三重紀北消防組合議会（4名）

宮地 忍

入江 康仁

東 清剛

平野 隆久

○紀北広域連合議会（6名）

岡村 哲雄

原 隆伸

瀧本 攻

入江 康仁

近澤 チヅル

平野 隆久

○荷坂やすらぎ苑組合議会（5名）

大西 瑞香

樋口 泰生

瀧本 攻

家崎 仁行

中津畑 正量

○監査委員（1名）

太田 哲生

（敬称略）

議長就任のあいさつ

平野隆久



あけましておめでとうございます。

町民の皆さまには、健やかに新春をお迎えのことと心からお喜び申し上げます。

このたび、令和元年12月2日に開催されました第5回紀北町議会臨時会におきまして、議員の皆さまのご推挙により、第15代議長に就任いたしました。

身に余る光栄でありますとともに、その職責の重さに身が引き締まる思いであります。

現在、本町では、人口減少や少子高齢化の進展、地域産業の低迷など多くの課題がございます。

そのため、町民の皆さまの議会に対する期待は、極めて大きく、議会といたしましては、その期待に応えていくことが、何より重要だと思っております。

紀北町議会といたしましては、町民の皆さまのお力添えをいただきながら、課題解決に向けて、議会活動に積極的に取り組むとともに、議員自ら研さんを深め、本町の発展に全力を尽くす所存であります。

町民の皆さまにおかれましては、今後とも紀北町議会に対しまして、より一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



【問い合わせ】
本庁福祉保健課地域福祉係
Tel (46) 3122
海山総合支所福祉環境室
福祉保健係
Tel (32) 3904

任期満了に伴う民生委員・児童委員の委嘱状伝達式が行われ、70名が新たに委嘱されました。
民生委員・児童委員は、厚生労働大臣の委嘱に基づき、令和元年12月1日から3年を任期とし担当地区を受け持ちます。
皆さまからの悩みごとや心配ごとの相談に応じ、必要な支援を受けられるよう、地域の専門機関へのつなぎ役としての役割を担っています。



あなたの地区の民生委員・児童委員さん

任期：令和元年12月1日～令和4年11月30日（3年）
民生委員・児童委員担当地区別名簿

令和元年12月1日現在

■ 紀伊長島地区

担当地区	委員名
三浦	中野 真知子
三浦	西村 里子
道瀬	東 明広
古里	垣内 千恵子
海野	小家 温代
出垣内1区	羽根川 政昭
出垣内2区	東 香織
山居、松本1～5区	上野 開作
平岩町、新町、上本町	藤原 功子
往環町、西町、久野	東 昌子
加田、地蔵町	長井 みつ子
合の町、挽木町、仲町、土井の内、港町、南本町、本町、本下町、築地	奥川 裕之
中ノ島1、2、3、5、6、7、8区	東 真由美
中ノ島栄町	宮原 ひろ子
入江町、横下町、横町	中世古 明子
六太夫町、藪ノ町、浦町	東 早苗
名倉	大屋 晴久
呼崎1、2区	東 千文
呼崎3、4区	世古 みよ子
中州	内藤 忠彦
井ノ島1区一部、2区一部、倉ノ下	前田 美恵子
井ノ島1区一部、2区一部	谷村 初音
井ノ島3区一部、4区一部	高須 悦子
井ノ島3区一部、4区一部、戸ノ須	水口 美千代
片上	濱 源治
山本1～3区	東 義郎
山本4区、5区	高須 徳生
田山	奥田 芳子
志子奥	曾我 あさみ
志子、下地、有久寺	倉崎 路易子
茂原、前山、島地	林 祥子
中桐、三戸	石倉 さき子
向井、大原、十須	八原 克行
此ヶ野、下河内、大野内、江竜	鈴木 紀男

■ 海山地区

担当地区	委員名
馬瀬、鯨	大原 忠久
河内、細野	藤原 治
上里（本郷、一部）	中野 信代
上里（二部、三部）	西村 俊二
中里、小松原	疇地 千恵子
新田	田上 至
船津、中新田	海上 美香
相賀（新町、本町、片町）	古橋 奈可子
相賀（朝日町）	直江 ひとみ
相賀（横町1、栄町、相生町、ネギ町）	森川 澄子
相賀（横町2、船町）	宮本 幸子
相賀（本地、桜町、桧町）	脇 順子
前柱、汐見町、小浦	中本 圭一
前柱、汐見町、小浦	濱田 洋子
渡利	太田 有
小山浦（西側）	佐々木 静佳
小山浦（東側）	山下 克美
便ノ山、鷺下、木津	村田 育生
引本浦（津呂町）	濱田 やを
引本浦（仲町）	濱田 淳子
引本浦（本町）	奥村 智代
引本浦（宮町）	田之上 道夫
引本浦（北町）	世古 美保
引本浦（赤石）	久保 裕子
引本浦（長浜）	濱田 親
矢口浦（白越、里）	家崎 有子
矢口浦（生熊、奥）	塩谷 光久
白浦（西、中の一部）	奥村 純男
白浦（東、中の二部）	世古 昌英
島勝浦（船越、中熊、玉戸、西）	坂本 いづみ
島勝浦（愛宕、大里、谷地）	山口 敬子
島勝浦（世古、向江、中の郷）	玉井 順子

■ 主任児童委員

紀伊長島地区全域	脇 博子	海山地区全域	野口 豊子
紀伊長島地区全域	東 賀代	海山地区全域	松永 かつ子

令和元年度紀北町議会議員管外視察

令和元年度の議員管外視察は、京都府京丹後市丹後町、兵庫県川西市、岡山県勝田郡奈義町を視察しました。

それぞれ「ライドシェア(ささえ合い交通)」、「ごみ処理施設の広域化」、「子育て支援施策」と、現在、本町(議会)が取り組んでいる主要課題をテーマに、10月8日から10日まで2泊3日の行程で、議員15名、議会事務局職員2名、副町長、福祉保健課長の計19名が参加しました。

今回は、3市町の役所などに加え、現地視察も行い、各視察先では、貴重なお話を伺い活発な意見交換が行われました。

【京都府京丹後市丹後町】 ライドシェア「ささえ合 い交通」について

京丹後市は、人口約5万2千人で京都府の最北部に位置しており日本海に面しています。平成16年に峰山・大宮・網野・丹後・弥栄・久美浜町が合併し、京丹後市として市制を施行しました。

京丹後市では、平成28年5月26日から、市内でも高齢化が進んでいる最北端の丹後町において、スマートフォンアプリを使った日本で最初の道路交通法に基づく「公共交通空白地有償運送」システム「ささえ合い交通」の運行を開始しました。

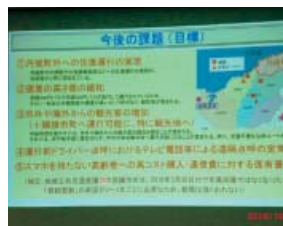


1日目：京丹後市丹後町

「「ささえ合い交通」は、「住民の移動のサポート」、「観光

客の移動のサポート」という2点が実現目標です。

「住民の移動のサポート」では車を持たない方々の買い物や通院の自由な移動手段を確保し、特に高齢者の要望に応えました。「観光客の移動のサポート」では観光客の自由な地域内交通を求めました。



1日目：京丹後市丹後町

「「ささえ合い交通」が実現した要因としては、丹後町内にタクシースターの営業所がなく、また近隣のタクシースターの営業所からの距離が遠すぎたため、実質的に競合しないためでした。

メリットとしては、スマートフォンアプリを使うことで電話受付・ドライバー呼び出しの「人的負担がゼロ」、利用者は、「ささえ合い交通」を利用したい時に即配車・乗車できること、ドライバーも、スマートフォンアプリの「オン」「オフ」の切り替

えが柔軟にできるため、都合で運転できないときの意思表示が簡単に明確であることなどの利点があります。スマートフォンやタブレットなどの初期投資費用を除き、行政からの補助金は受けておらず行政コストゼロ、独立採算性で運行しているなどの説明を受けました。

《議員の感想》

説明および試乗を通じて感じたところは、「ささえ合い交通」を運行・運営しているNPO法人「気張る！ふるさと丹後町」のリーダーの東さん(あづま)とそれを支える皆さんの熱意です。言葉にすると「住民の住民による住民のためのささえ合い交通を体現していらっしゃる皆さん」というところです。プロの運送業者に任せるのではなく、自らの手で最新のIT技術を駆使し、周りの皆さんのため無理をしないで、なおかつ利益を意識しないで運営をしています。

リーダーのNPOの東さんは「NPOだからいろいろな工夫をします。柔軟な対応と企画を思いつきます。営利ではなく、どうすればみんなのためになるか、みんなが喜ぶかが優先され

る。」こういった視点・観点を常にもって活躍していらっしゃいました。

【兵庫県川西市】 ごみ処理施設の広域化について

兵庫県川西市は、人口約15万7千人で兵庫県の東南部に位置しています。

同市内にある広域ごみ処理施設「国崎クリーンセンター」を視察しました。

「国崎クリーンセンター」は、平成21年3月から、兵庫県川西市、猪名川町、大阪府豊能町、能勢町の1市3町の「猪名川上流域ごみ処理施設組合」で一般廃棄物の中間処理を行っています。広域でごみ処理事業を行ううえで、いちばん問題となったことは建設予定地でした。選定基準



1日目：京丹後市丹後町

①500m以内に人家が全くな
いか非常に少ないこと

②国道・主要道路から集落を通
過せず直接進入できる道路が確
保できること

③地権者が多数で、用地買収が
困難であるなど予想される問題
がないこと

④都市計画で、将来明らかな支
障が生じないこと

⑤1市3町のごみを搬入するの
に搬入距離ができるだけ短くな
ること

これらを考慮したうえで、ご
み処理排出量のいちばん多い川
西市に建設することとしました。



2日目：国崎クリーンセンター

建設計画にかかる経費は、各
年度の人口により案分負担とし、
施設建設経費は、施設建設計画
時の可燃ごみの比率により案分
負担、施設管理経費は、年度ご
との関係市町の搬入可燃ごみ比
率により案分負担としています。

平成30年度ごみ処理に係る施
設運営・維持管理経費

焼却炉

6億4,726万6,000円

灰溶融炉

5億546万2,000円

リサイクル

3億3,157万3,000円

合計

14億8,430万1,000円

となっております。



2日目：国崎クリーンセンター

《議員の感想》

ごみ処理施設の広域化までに
障害となった事案についてや、
住民の皆さんとの協議会の設立、
構成市町の負担割合、施設運営・
維持管理経費について、かなり
参考になりました。施設稼働か
ら10年、循環型社会の流れから、
灰溶融炉の維持か停止かの検討
中との話もありました。プラス
チックごみの焼却処理の課題も
お聞きし、分別についても改め

て考えさせられました。

本町においても、今後ごみ処
理施設の広域化の話を進められ
ていくわけですが、いくつもの
方法論も慎重に検討し、後世に
負担をかけないようにしなければ
ならないと感じました。

【岡山県勝田郡奈義町】 子育て支援「奈義町の奇 跡」について

岡山県勝田郡奈義町は、人口
は約6,000人で岡山県北部
に位置し、鳥取県智頭町と接し
ています。基幹産業は農畜業で、
高齢化率は3割を超えています。
平成17年に合計特殊出生率が1・
41だったことから、平成24年に
「奈義町子育て応援宣言」を掲げ、
「子育てするなら奈義町」といわ
れ、さまざまな支援や取り組み
の結果、平成26年には出生数60
人、合計特殊出生率2・81を達
成しました。その後は下がって
いるものの、平成30年も2・45
と高水準を維持しています。

《議員の感想》

奈義町については、さまざま
なメディアなどにも取り上げら
れており、財政規模も小さく、

人口の少ない町での子育てにつ
いて前向きに取り組む、結果を
出している町としてたいへん興
味がありました。



3日目：奈義町

さまざまな子育て支援策に11
の事業があげられています。が、
突出しているのは高等学校就学
支援金としての年間9万円を3
年間支給するというものと子育
てサポート「スマイル」の取り
組みです。特に「スマイル」の
取り組みである「チャイルドホ
ーム」では、産後のお母さん同
士や、子どもが保育園へ通うく
らいのお母さん、そして子ども
の義務教育が終わったくらい
の義務教育が終わったくらい
のお母さんや子育てが終わったベ
テランのお母さんなどが、積極
的に地域の子育てに参加してい
て、育児に対して非常に安心感
が持てる環境があることが見受
けられました。町としても、「安
心感」を中心にした施策がとら



3日目：奈義町



1月はごみ収集日が異なります 【水曜日の収集は第2週から】



ごみの減量に ご協力ください



1月は、第1水曜日が収集の休業日（12月31日～1月3日）にあたります。

ガラス・陶器類や金属類、古紙などが出せる水曜日の収集が、他の月より一週間ずれての実施となります。

「平成31年度家庭ごみ収集カレンダー」で、再度ご確認ください。

【問い合わせ】

本庁環境管理課廃棄物対策係

Tel(46) 3121

海山総合支所福祉環境室

環境管理係

Tel(32) 3904

紀伊長島リサイクルセンター

Tel(47) 2880

海山リサイクルセンター

Tel(36) 1313



1月の各地区収集日（水曜日に収集するごみ）

収集地区	ガラス・陶器類の日	金属類の日	古紙の日
西長島・三野瀬・東長島・赤羽	8日 (第2水曜日)	22日 (第4水曜日)	15日 (第3水曜日) 29日 (第5水曜日)
船津・中新田・新田・中里・小松原・小山浦・藤ノ木・便ノ山・宇山・鷺下・木津	8日 (第2水曜日)	29日 (第5水曜日)	—
相賀・渡利・本地・桧町・桜町・汐見・前柱・小浦	15日 (第3水曜日)	8日 (第2水曜日)	—
引本浦・上里・鯨・馬瀬・河内・細野	22日 (第4水曜日)	15日 (第3水曜日)	—
島勝浦・白浦・矢口浦・長浜	29日 (第5水曜日)	22日 (第4水曜日)	—

※可燃ごみは年始の休業日を除き通常どおりです。

紀北町のごみ処理施設では、平成30年度に7,114トンのごみを受け入れました。そのうち、約7割は一般家庭から出されたごみになります。

ごみの量と人口から、1人1日あたりのごみの排出量を計算すると、全国平均が920グラム、三重県平均が943グラムであるのに対し、紀北町は1,202グラムとなります。これは全国にある1,718の市町村の中で105番目に多く、県内で見ると、29市町の中で2番目に多い量です。

ごみの処理には、多くの費用が必要となります。ごみの減量に有効な取り組みを紹介しますのでぜひご協力ください。

生ごみの水切りをする

生ごみの約8割は水分です。この水分を減らすだけでもかなりのごみの減量になります。

食品ロスをなくす

食べ残しをしないこと、まとめ買いの量に注意することなどで減らすことができます。

エコバックを使用する

買い物の際のレジ袋、紙袋などは、エコバックを持参することで減らすことができます。

乾燥させてから出す

庭の草花や刈り草には水分が多く含まれています。すぐに湿らず乾燥させてから出すことで減量することができます。



令和2年1月29日から コンビニで各種証明書が 取得できます！

24

紀北町では、コンビニ交付の導入を進め、1月29日から紀北町に住民登録がある、または本籍がある方で、マイナンバーカードをお持ちの方は全国のコンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機から、マイナンバーカードを利用して、各種証明書が取得できるようになります。



▷サービス利用可能時間

午前6時30分～午後11時

※年末年始（12月29日～1月3日）とシステムメンテナンス日（不定期）を除く

▷利用するために必要なもの

マイナンバーカードと、交付時に設定した利用者証明用電子証明書の暗証番号（数字4桁）

※暗証番号は、役場では管理しておりません。お忘れの場合は、マイナンバーカードを持参のうえ、本庁住民課または海山総合支所住民室にて、再設定手続きをお願いします。

▷利用できる主なコンビニエンスストアなど（五十音順）

セブンイレブン・ファミリーマート・ローソン など



● 取得可能証明書

証明書	取得できる方	手数料
住民票の写し・記載事項証明書	本人および本人と同一世帯の方	200 円
戸籍全部事項証明書（戸籍謄本）・ 戸籍一部事項証明書（戸籍抄本）	本籍が紀北町の方および同一戸籍の方	450 円
現在戸籍の附票の写し	本籍が紀北町の方および同一戸籍の方	200 円
印鑑登録証明書	本人（印鑑登録をしている方）	200 円
所得証明書・課税証明書	本人（最新年度のみ）	200 円

マイナンバーカードの申請について

本庁住民課および海山総合支所住民室では、タブレット端末を利用して無料で写真撮影を行い、カード申請のお手伝いをしています。なお、申請者本人の来庁が必要です。

通知カードと一緒に送付された交付申請書をお持ちの方は、スマートフォンやパソコン、郵便でも申請ができます。

問い合わせ 本庁住民課住民係 TEL46-3117 海山総合支所住民室住民係 TEL32-3902



健康への第一歩！ 紀北健康センター(KKC)からのおしらせ

今回は「エアロビクス」のレッスンを紹介します。

KKCでは中井直美インストラクターとKKCスタッフの大西敏貴がレッスンの担当をしています。

中井直美インストラクター

◆フィットネスヨガ

日時 月曜日

午前10時30分～11時30分

内容 初心者から参加できる健康体力づくりを目的とした運動教室です。前半はエアロビクス、後半はヨガを行います。

◆「エアロビクス」とは？

エアロビクスはダンス形式の有酸素運動のことです。有酸素運動は脂肪燃焼効果に優れていてダイエットに対して高い効果を期待でき、汗を多くかくためデトックス効果もあります。

KKCでは初めての方でも気軽に参加できるやさしい内容のものから、しっかり運動できる本格的なレッスンも行っています。

大西敏貴インストラクター

◆かんたんエアロ

日時 木曜日

午前10時30分～11時15分

内容 初心者向けのエアロビクス教室。運動負荷も軽く、簡単なステップで構成しています。



KKCは、皆さまの健康づくりを全力でサポートします。ぜひ、お越しください。

【問い合わせ】

紀北健康センター

Tel(31) 0210

教育委員会本庁生涯学習課
スポーツ振興係

Tel(46) 31255



紀北町 社会教育振興大会開催

紀北町社会教育振興大会におきまして、記念行事として下記のとおり講演会を行います。入場は無料で事前申し込みは不要です。ぜひご来場ください。

日時 1月26日(日) 午後2時～

場所 東長島公民館

講師 山本 和彦 氏

演題

「東紀州の豊かな植物相」



公民館合同作品展

紀伊長島地区の公民館講座、サークル活動の成果発表の場として、合同作品展を開催します。温かみのあるさまざまな作品を展示します。ぜひお越しください。

生涯学習課社会教育係

Tel(46) 31255

日時

2月1日(土)

午前9時～午後7時

2月2日(日)

午前9時～午後3時

場所 東長島公民館

【問い合わせ】

教育委員会本庁

◀ 昨年の作品展の様子
クリスマスツリーの工
作や、さまざまな作品
が展示されていました。





紀北町成人式のご案内

日時 1月12日(日) 午前10時30分～(受付:午前10時～) 場所 海山公民館

対象 平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方、平成27年3月に町内の中学校を卒業された方



問い合わせ 教育委員会本庁生涯学習課社会教育係 TEL46-3125



新成人の皆さまおめでとうございます！ 20歳になったら『国民年金』



日本に住む20歳以上60歳未満の全ての方は、国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。

20歳になった方には、日本年金機構から、国民年金に加入したお知らせが届きます。(厚生年金または共済年金に加入している方を除きます。)国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一病気やけがで障がいが残ったときに年金を支給し、あなたやあなたの家族を守ってくれます。未加入期間や保険料の納め忘れがあると、年金が受けられないこともありますので、国民年金を納付しましょう。

学生の方や収入が少なく保険料の納付が困難な方は、「学生納付特例」など、保険料の支払いを猶予する制度がありますので、市区町村の国民年金窓口で申請してください。

※令和元年度の国民年金保険料は月額16,410円です。

被保険者の種類	第1号被保険者	第2号被保険者	第3号被保険者
加入する方	20歳以上60歳未満の自営業の方、農林漁業の方、学生の方など	厚生年金の加入者(会社員)	厚生年金の加入者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者
加入手続き	市区町村の国民年金窓口へ行き、手続きを行います。	勤務先が手続きを行います。厚生年金に加入すると同時に、国民年金にも加入することになります。	第2号被保険者(配偶者)の勤務先で手続きを行います。
保険料	自分で納めます。収入が少なく保険料の納付が困難なときは学生納付特例制度、納付猶予制度、保険料免除制度があります。	厚生年金の保険料は給与から天引きされますので、別に国民年金保険料を納める必要はありません。	第2号被保険者が加入する制度全体で負担するため、国民年金保険料を自分で納める必要はありません。

問い合わせ 尾鷲年金事務所 TEL22-2340

本庁住民課国保・年金係 TEL46-3117 海山総合支所住民室国保・年金係 TEL32-3902

健康な生活は食生活から！ 今こそ食生活を見直そう！！

年末年始は食べる量が増え、他の時期と比べても体を動かす頻度が少なくなりやすい傾向にあります。長年、「食べる量」が「運動・活動量」を超えると、体重が増加したり、中性脂肪の増加、LDLコレステロールの増加など脂質異常症の原因、高血糖や糖尿病の発症・悪化をきたす要因となります。

BMI（体格指数）を確認しよう！

BMIは身長と体重のバランスを表したものです。

BMIの計算方法

体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

BMIの目安

年齢	目標とするBMIの範囲
18～49歳	18.5～24.9
50～69歳	20～24.9
70歳以上	21.5～24.9

適切なエネルギー摂取を！

ちょうどよいエネルギー量は、身長・体重・身体活動量などにより個人差があります。

◆1日に必要な推定エネルギー量を知ろう！

活動量や強さ（身体活動レベル）によって消費するエネルギーが変わるので自分の身体活動レベルを確認しましょう。

◆身体活動レベル

低い…生活の大部分を座って過ごし、物静かな活動が中心。

普通…座っている仕事を中心だが、移動や立位での作業・接客などがある。

通勤、買い物、家事、軽いスポーツなどで体を動かしている。

高い…移動や立ち仕事が多い。スポーツなど余暇における活発な運動習慣を持っている。

性別	男性			女性		
	低い	普通	高い	低い	普通	高い
身体活動レベル						
18～29歳	2,300kcal	2,650kcal	3,050kcal	1,650kcal	1,950kcal	2,200kcal
30～49歳				1,750kcal	2,000kcal	2,300kcal
50～69歳	2,100kcal	2,450kcal	2,800kcal	1,650kcal	1,900kcal	2,200kcal
70歳以上	1,850kcal	2,200kcal	2,500kcal	1,500kcal	1,750kcal	2,000kcal

◆自分の身体活動レベルを確認できたら推定エネルギー必要量を確認しましょう。
※推定エネルギー必要量（1日当たり）

食生活のポイント

◆バランスの良い食事

必要なエネルギー量に注意して、ご飯やパンなどの「主食」に加え、野菜やきのこ、いも、海藻などの「副菜」、魚や卵、肉や大豆製品などの「主菜」、牛乳などの「乳製品」、「果物」などをバランスよくとりましょう。

◆塩分を控えるに

1日の食塩摂取の目安量は男性8グラム未満、女性7グラム未満、高血圧の方は6グラム未満です。調理の際は計量したり、だしや香辛料を活用し、薄味を心がけましょう。
食事の際の調味料は「かけず」に「つける」。調味料のとりすぎに気をつけましょう。

◆野菜摂取を心がけよう

野菜は食物繊維によって糖質や脂質の吸収を抑える働きや、便通をよくする働きがあり、カリウムが豊富で体の中の塩分（ナトリウム）を外に排せつする働きがあり、高血圧対策としても効果的です。

1日の目安量は350グラム

個別健康相談

で、小鉢であれば5皿分に相当します。
いま一度、自分の食生活を振り返りましょう。

健康や生活習慣の改善のヒントを見つめませんか？お気軽にご利用・ご相談ください。

日時・場所 ご相談に応じます。

対象 町内在住でご自身やご家族の健康や健診結果、病気について相談したい方や健康を維持する方法などを知りたい方

内容 ご相談内容をもとに保健師が、健康の維持や改善策についてともに考えます。

【問い合わせ】

本庁福祉保健課地域保健係
TEL(46) 31222
海山総合支所福祉環境室
福祉保健係
TEL(32) 3904



手作りリース作り

11/20 東長島公民館

紀伊長島いきいき子ども学園が開いた講座で、この日は児童37人が参加しました。リボンや松ぼっくりなど7種類の飾りを取り付けていき、完成するとみんなうれしそうに友達と見せ合っていました。



焼きいも大会

11/18 船津小学校

自分たちで育てたサツマイモをみんなで食べることで、収穫の喜びを感じてもらおうと毎年行われている船津小学校の恒例行事。家族や地域の人たちも参加して、ホクホクのおいしい焼きいもを堪能していました。



海と山と人をつなぐ植樹祭

11/23 引本浦網代地内

天皇陛下御即位を記念した植樹祭が行われ、およそ90人が参加しました。ソメイヨシノの記念植樹のあと、参加者はヒノキの苗木を1本1本丁寧に植えていました。



昭和の縁日

11/30 長楽寺・長島多目的会館周辺

食べものやゲームなどの出店が並ぶ昔懐かしい縁日は、子どもから大人まで楽しめるイベントとなっていて、この日もたくさんの人でにぎわっていました。毎年人気のお化け屋敷には長蛇の列ができていました。



マラソン大会

12/4 西小学校周辺

西小学校で毎年恒例のマラソン大会が行われました。児童たちは沿道からたくさんの声援を受けて、みんな一生懸命走っていました。



紀伊長島幼稚園発表会

12/7 東長島公民館

紀伊長島幼稚園の園児たちがこの日のために一生懸命練習したダンスや劇、合唱などを元気いっぱい発表しました。訪れた保護者たちもうれしそうな様子で一緒に楽しんでいました。



餅つき大会

12/15 船津小学校

船津小学校で毎年恒例の餅つき大会が行われました。もち米は児童たちが地元農家の松永孝さんの田んぼで田植えをしたものと松永さんから寄付されたもので、この日は保護者や地域住民も参加し児童たちと一緒につきたての餅を楽しみました。



今月号の表紙について



大白海岸から見た日の出

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

水平線から昇る、日の出を撮りに大白海岸へ行ってきました。光輝く太陽のよう、2020年も皆さまにとって幸多き年となりますように。

広報係 一同

くらしの情報 ~ Living Information ~

水道課

水道管の凍結にご注意ください

凍結や破裂により水が出なくなったり、高い修理費用がかかったりする場合がありますので、水道管の寒さ対策をお願いします。

◆水道管が凍結しやすい場所

○水道管がむき出しになっている所

○日陰

○風当たりが強い所

◆凍結防止の対策

○むき出しになっている所は、管や蛇口に布や毛布などの保温材料を巻く

○冷え込みが厳しい所は、少量の水を出しておく

※流す量に応じて、料金も増加しますのでご注意ください。

◆水道管が凍結した場合

○タオルなどをかぶせ、その上からぬるま湯をゆつくりとかけ、溶かしていく

※熱湯を使うと、水道管の破裂、ひび割れを起こすことがあります。

◆水道管が破裂した場合

○メータボックス内にある元栓を閉めて、紀北町指定水道工事業者に修理を依頼

※費用は使用者の負担となります。

◆長期間水道を使用しない場合は、次の手順で水抜きをする

手順1…メータボックス内にある元栓を閉める

手順2…蛇口を一つ開けて水を抜き、そのままにする



指定水道事業者は、紀北町ホームページをご覧ください。



水道メーター検針 事務員募集

応募資格・要件

- ① 紀北町内に住所を有し、昭和35年4月1日以降に生まれた方
- ② 委託契約時に連帯保証人が立てられる方
- ③ 水道課の指定する日に検針が可能なる方

業務内容

- ① 検針用ハンディターミナル機器を使用した水道メーターの検針事務
- ② 水道メーターの検針に伴う付帯事務（無届け使用の発見・文書配布など）

応募期間

1月8日（水）～17日（金）
午前8時30分～午後5時15分
※土・日曜日、祝日を除く

提出書類

- ① 検針事務登録申込書（本庁水道課および海山総合支所水道室で交付）
- ② 履歴書（市販の物に写真を貼付）

面接日時（予定）

1月23日（木）午後2時～

会場

海山総合支所水道室

欠員地区

矢口浦、白浦、中熊地区

約500件

委託契約期間

2月1日～3月31日（更新あり）
※満70歳に到達した年度末で契約終了になります。

委託料

1件90円

※初回のみ、前任者の検針に行するため、研修期間として1件あたり、45円の支払いとなります。

※検針事務委託料は、検針月（偶数月）の当月21日に支払い（土・日曜日、祝日の場合は前営業日に支払います）

【問い合わせ】

本庁水道課業務係

Tel (47) 5500

海山総合支所水道室業務係

Tel (32) 3906



きいながしま古里温泉

温泉施設保守点検に伴う休業のお知らせ

きいながしま古里温泉をご利用いただき誠にありがとうございます。

次の日程におきまして、温泉施設の保守点検作業を行うため休業させていただきます。

皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

保守点検期間

2月3日（月）～7日（金）

営業再開予定 2月8日（土）



【問い合わせ】

本庁商工観光課観光係

Tel (46) 3115

福祉保健課

風しん抗体検査はお済みですか？

クーポン券の有効期限が近づいてきました

町では6月に、抗体保有率の低い昭和47年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性を対象に、無料で抗体検査および抗体のない方には予防接種が受けられるクーポン券を送付しました。

風しん感染拡大防止のために、クーポン券をまだ利用していない方は、まずは抗体検査を受けてください。

詳しい内容は、6月に送付した案内をご確認ください。

【問い合わせ】

本庁福祉保健課地域保健係

Tel (46) 3122

海山総合支所福祉環境室

福祉保健係

Tel (32) 3904



尾鷲保健所

精神科医師による『こころの健康相談』

尾鷲保健所では、こころの健康に関する悩みを持つ方や家族の方などを対象に、精神科医師による「こころの健康相談」を開催します。

秘密は厳守しますので安心してご利用ください。

日時 1月24日（金）

午後2時～4時

場所 老人福祉センター

2階研修室

相談員 精神科医師

相談料 無料

申し込み 要電話予約

※申し込み順になります。申し込み多数の場合はお断りさせていただきます。

申込期限 1月15日（水）

【問い合わせ】

尾鷲保健所健康増進課

Tel (23) 3428



近畿中国森林管理局

国有林モニター募集

国有林の事業運営などについて、皆さまの理解を深めるとともに、ご意見やご要望をお聞きして国有林野行政に反映させることを目的に募集します。詳細は、近畿中国森林管理局ホームページをご覧ください。

対象 三重県内にお住まいで、森林・林業および国有林に関心のある成人の方

※国会および地方議会の議員、地方公共団体の長、常勤の国家公務員、平成29年度から令和元年度まで3年間連続して国有林モニターになられた方は除きます。

任期

4月1日～令和3年3月31日

応募期限 1月31日（金）

【問い合わせ】

近畿中国森林管理局

総務企画部企画調整課

林政推進係

Tel 06 (6881) 3406

紀北町社会福祉協議会

「生活支援クリーニング」技能講習のおしらせ

60歳以上の働く意欲のある方（シルバー人材センター会員以外）を対象に、「生活支援クリーニング」技能講習を行います。

生活支援となる清掃や整理整頓の技術・知識を、片付け習慣コンサルタント今井知加先生を講師に迎え、わかりやすく教えていただきます。

興味のある方はお気軽にご参加ください。

日程

1月29日（水）・30日（木）

場所 老人福祉センター

定員 10名

参加費 無料

申込期限 1月15日（水）



シルバー人材センター
マスコットキャラクター
「チエブクロ」

【問い合わせ】

紀北町社会福祉協議会本所

Tel (47) 0725

紀北町社会福祉協議会海山支所

Tel (32) 3355

国民年金基金三重支部

国民年金基金からの おしらせ

国民年金基金は、国民年金（老齢基礎年金）に上乘せができて、税金もおトクな、自営業やフリーランスなど第1号被保険者の方々のための公的な年金制度です。

○国民年金基金で老後に必要な生活費と年金額のギャップを埋めることができます。

○国民年金基金で高まる長生きリスクに備えることができます。

老後の備えとして生涯受け取ることでできる「終身年金」は心強い味方です。

○国民年金基金の強みはおトクな税制優遇です。節税しながら老後資金の準備ができます。ご家族の掛け金もまとめて控除できます。

詳しくは、国民年金基金三重支部までお問い合わせください。

【問い合わせ】

全国国民年金基金三重支部

Tel 0120 (65) 4192

<https://www.npfa.or.jp/>

紀北広域連合

紀北広域連合会計 年度任用職員募集

◆募集職種・採用予定人員
事務補助員1名・看護師、保健師または社会福祉士1名・訪問調査員1名・生活指導員9名・給食調理員3名

※応募資格、業務内容、勤務場所など詳しくはお問い合わせください。

受付期間

2月1日（土）～14日（金）

午前8時30分～午後5時

※土・日曜日、祝日を除く

※郵送不可

提出書類 履歴書（市販のものに自筆、写真貼付）、運転免許証の写し、応募に必要な資格証の写し

採用予定日 4月1日

※詳細については、紀北広域連合ホームページまたはハローワークインターネットサービスの求人情報をご覧ください。

書類提出先

紀北町船津881番地3

紀北広域連合

Tel (35) 0888

紀北広域連合

Tel (35) 0888

紀北広域連合

Tel (35) 0888

紀北広域連合

Tel (35) 0888

ほうかつ

『認知症の方を介護する 家族のつどい』

介護のコツや情報を得たり、悩み・不安を話し合える仲間づくりに家族のつどいをお役立てください。

日時 1月20日（月）

午後1時30分～3時30分

場所 社会福祉会館1階

対象 家族・本人、認知症に関心のある方

『さくらんぼカフェ』

認知症生活応援ボランティア「さくらんぼ」が運営します。

※家族のつどいと同時開催



さくらんぼカフェ

【イベント】

「津軽三味線と全国の民謡めぐり」

～歌と踊りを楽しもう！～

【利用料】100円

どなたでも参加OK！

【会場】社会福祉会館2階

【終了時間】午後3時ごろ

【問い合わせ】

ほうかつ

Tel (47) 0517

ほうかつ海山

Tel (33) 0517

📖 海山図書室から

「わが殿(上・下)」

畠中恵



「図書名」/ 著者名

「桃源」/ 黒川博行
 「逃亡小説集」/ 吉田修一
 「最果ての決闘者」/ 逢坂剛
 「カエルの小指」/ 道尾秀介
 「罪と祈り」/ 貫井徳郎
 「いるいないみらい」/ 窪美澄
 「幽玄の絵師 百鬼遊行絵巻」
 / 三好昌子
 「medium 冷媒探偵城塚翡翠」
 / 相沢沙呼
 「新蔵唐行き」/ 志水辰夫
 「自分時間を楽しむ花の細密画」
 / 藤井紀子
 「南極ではたらく」/ 渡貫淳子
 「障害のある子が将来にわたって
 受けられるサービスのすべて」
 / 渡部伸
 「在野研究ビギナーズ 勝手にはじ
 める研究生生活」/ 荒木優太
 「こども六法」/ 山崎聡一郎



📖 児童図書室から

「ふゆのはなさいた」

安東みさえ



「図書名」/ 著者名

「たたたん たたたん」/ 内田麟太郎
 「わたしのわごむはわたさない」
 / ヨシタケシンスケ
 「かいけつゾロリ スターたんじょ
 う」/ 原ゆたか
 「お願い！フェアリー 再会はド
 ラマティックに！！」
 / みずのまい
 「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂 12」
 / 廣嶋玲子
 「飛行機のサバイバル 2」
 / ゴムドリ co.
 ★かりた本はかならず返してく
 ださい。
 ☆1月はネズミ、雪をテーマにし
 た展示を行います。

「よみかしの会」

(児童図書室)

今月のよみかしの会は
 おやすみです。

📖 紀伊長島図書室から

「桃源」

黒川博行



「図書名」/ 著者名

■一般図書
 「牛鬼の滝」/ 宇江敏勝
 「わが殿(上・下)」/ 畠中恵
 「聡乃学習」/ 小林聡美
 「知識を操る超読書術」
 / メンタリスト DaiGo
 「体をおいしくととのえる！食べ
 る漢方」/ 櫻井大典
 ■児童図書
 「タスキメン 箱根」/ 額賀澤
 「鬼滅の刃 片羽の蝶」
 / 吾峠呼世晴 矢島綾
 「図書館からの冒険」/ 岡田淳
 「おもちさんがね…」
 / とよたかずひこ

現在、絵本の読み聞かせ ボランティアを募集しています

詳しくは教育委員会
 本庁生涯学習課まで
 お問い合わせください
 Tel 46-3125



● 海山図書室および児童図書室

【開室時間】午前9時～午後5時 ※正午～午後1時閉室
 【休室日】月曜日、祝日、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

● 紀伊長島図書室

【開室時間】火～金/午前9時～午後6時
 土・日/午前9時～午後5時 ※正午～午後1時閉室
 【休室日】月曜日、祝日、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

※返却期間を過ぎている本をお持ちの方は、返却をお願いします。

【問い合わせ】 海山図書室 Tel 32-3915 児童図書室 Tel 33-0025 紀伊長島図書室 Tel 47-3906

検(健)診などのお知らせ

事業名	日時	場所	申し込み	備考
3歳6カ月児健診	1月9日(木)	海山総合支所別館2階 けんこうの広場	—	対象者には通知を郵送します。 忘れず受診してください。
すくすく子育て相談	1月15日(水) 午前10時～11時	東長島公民館	—	子育てに関する各種相談、身体計測 持ち物：母子健康手帳
2歳6カ月児歯科健診	1月16日(木)	海山総合支所別館2階 けんこうの広場	—	対象者には通知を郵送します。 忘れず受診してください。



令和元年度「定期高齢者肺炎球菌ワクチン接種・助成事業」

対象 ○今までに肺炎球菌ワクチンを接種したことがない次の生年月日の方

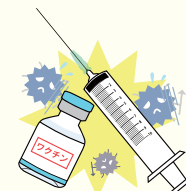
○60歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方

【65歳】昭和29年4月2日～30年4月1日生、【70歳】昭和24年4月2日～25年4月1日生、【75歳】昭和19年4月2日～20年4月1日生、
【80歳】昭和14年4月2日～15年4月1日生、【85歳】昭和9年4月2日～10年4月1日生、【90歳】昭和4年4月2日～5年4月1日生、
【95歳】大正13年4月2日～14年4月1日生、【100歳】大正8年4月2日～9年4月1日生、【100歳以上】大正8年4月1日以前生

接種期限 3月31日

自己負担金 3,000円 ※生活保護の方は無料

持ち物 健康保険証 ※紀北町または尾鷲市以外の医療機関での接種を希望される方は、
接種前に予診票を本庁福祉保健課または海山総合支所福祉環境室で受け取ってください。



65歳以上で、定期高齢者肺炎球菌ワクチン接種事業対象の方、これまでに定期接種された方、任意接種で助成を受けた方以外の肺炎球菌ワクチンを接種された方は、本庁福祉保健課または海山総合支所福祉環境室へワクチン接種後、領収書と印鑑、通帳を持参し、申請手続きを今年度中に行ってください。

紀北医師会休日診療当番表

受診希望の方は、事前に電話でご連絡ください。

診療時間 午前9時～午後5時

※日程や時間は変更がある場合がありますのでご注意ください。

【紀北医師会ホームページ】

<http://kihoku-med.or.jp/>

◆救急医療情報システム Tel 059-229-1199

月日	曜日	紀 北	電 話
1/2	木	かとう小児科	47-3341
1/13	月		
2/2	日		

※上記以外は、尾鷲総合病院で対応します。

けんこうの広場に関する問い合わせ、申し込みは本庁福祉保健課地域保健係(Tel 46-3122)
または海山総合支所福祉環境室福祉保健係(Tel 32-3904)までお願いします。

戸籍の窓

【令和元年11月1日～30日受付分】

(敬称略)

本人または、親族の方の了承を得て掲載しています。

住	海	東	相	相	相	矢
所	野	長	賀	賀	賀	口
子	畑	松	若	大	玉	面
の	内	田	宮	西	津	村
名	梓	蓮	英	悠	凜	美
前	杏		眞	聖	宙	月
保	誠	吉	裕	芳	知	友
護	貴	史	眞	尚	樹	一
者						

お誕生おめでとう

住	島	長	長	海	東	三	島	島	東	東	相
所	原	島	島	野	島	浦	原	原	島	島	賀
氏	谷	久	水	東	村	山	奥	平	村	垣	五
名	千	保	谷	き	口	口	川	野	島	内	味
(年	恵	幸	錦	枝	武	好	子	子	子	子	久
齢)	子	夫	也			子	子	子	子	子	久
	(64	(91	(54	(86	(86	(92	(84	(92	(83	(71	(62
	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)

ごめい福を祈ります

相	引	相	河	矢	相	相	相	引	引	相
賀	本	賀	内	口	賀	賀	賀	本	本	賀
久	浦	松	植	村	東	西	中	野	久	保
保	田	永	村	村	行	尾	村	村	保	田
郎	辰	里	修	修	成	と	ひ	寛	郎	辰
(91	(77	(75	(65	(70	(70	(78	(87	(93	(93	(83
歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)	歳)



長島東三和夫 二万円
ZION(ザイオン) 三万六千四百円
松阪・東紀州ゴルフ協会 五万円

無料法律相談（予約制）

弁護士による無料法律相談を次のとおり2会場にて開催します。困り事、争い事の法的なご相談をお受けします。秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

日程	時間	場所
1月 22日(水)	午前10時30分～正午	社会福祉会館 1階
	午後1時～2時	
	午後3時～5時30分	老人福祉センター 2階

※相談時間は1名30分以内で、定員は各場所5名です。相談を希望される方は、前日までにご予約をお願いします。

※同一内容での相談は原則1回限りです。

※キャンセルされる場合は前日までにご連絡ください。

※紀北町を訴訟相手とする場合、相談内容が訴訟中で、現在裁判所で審理中の場合、当事者間に係争がある場合の双方同時の相談は原則として利用できません。

【問い合わせ・申し込み】

本庁住民課住民係 TEL46-3117

普通救命講習

心肺蘇生法とAEDの取り扱いを習って、もしものときに備えましょう。

日時 1月9日(木) 午後1時～4時

場所 海山消防署

※申し込みは前日までにお願いします。

【問い合わせ・申し込み】

海山消防署 TEL33-1119

こころの健康相談

日時・場所 ご相談に応じます。

対象 こころの健康に関する悩みを持つ方や、ご家族

【問い合わせ・申し込み】

本庁福祉保健課地域保健係 TEL46-3122



広報

きほく

2020.1
No.171

(令和元年12月1日現在)
■人口: 15,415人
■男: 7,267人

■世帯数: 7,864世帯
■女: 8,148人

編集・発行
紀北町企画課

〒519-3292 三重県北牟婁郡紀北町東長島769番地1
(直通) TEL 0597 (46) 3113 (直通) FAX 0597 (47) 5908

<https://www.town.mie-kihoku.lg.jp/> E-mail kihoku@town.mie-kihoku.lg.jp



満1歳笑顔

にじいろスマイル

「にじいろスマイル」のコーナーに掲載希望の方は、誕生月の前月の10日までに
本庁企画課広報係または、海山総合支所総務室までお申し込みください。



平成31年1月18日生まれ



しどう

世古 史道くん

お姉ちゃんとお兄ちゃんが大好きなしどう君。末っ子魂で強く逞しく育ってね。

<東長島> 昌弘・礼奈さん



平成31年1月22日生まれ



かな

西岡 花優ちゃん

食いしんぼうなかなちゃん♡これから
ねえねらと元気に大きくなってね♡

<上里> 忍・楓華さん



平成31年1月28日生まれ



とき

長井 柊希くん

ときくん、お誕生日おめでとう。これ
からも笑顔いっぱい、すくすく育ってね。

<長島> 正也・佳映さん

広報きほく1月号 CONTENTS

- P02 新年のあいさつ
- P04 議会体制・議長就任のあいさつ
- P05 民生委員・児童委員のおしらせ
- P06 令和元年度紀北町議会議員管外視察
- P08 年始のごみ収集について
ごみ減量についてお願い
- P09 コンビニ交付のおしらせ
- P10 紀北健康センターからのおしらせ
紀北町社会教育振興大会 / 公民館合同作品展

- P11 成人式 / 国民年金について
- P12 食生活を見直そう!
- P13 Kihoku Playback
- P16 暮らしの情報
- P19 図書室だより
- P20 けんこうの広場
- P21 戸籍の窓
- P22 にじいろスマイル



『広報きほく』は環境にやさしいベジタブルインキを使用しています。

広報きほく 2020年1月号

22