

広報

さぼく

2

2024
令和6年
No.220

February



船だんじり

広報きほく2月号

CONTENTS

- 02 目次 / 今月の表紙 / 水産コラム
- 03 職員募集 / 学童募集
- 04 確定申告 / 税務署からのお知らせ
- 07 森林環境税のお知らせ / 第26回 三重 紀北町 海・山こだわり市開催
- 08 物価高騰対応重点支援給付金のご案内
- 09 町民駅伝の交通規制について / 第17回美し国三重市町対抗駅伝選手一覧 / 紀北町スポーツ賞表彰式について
- 10 美村パスポートのご紹介
- 11 Kihoku Playback
- 13 くらしの情報
- 16 けんこうの広場
- 18 図書室だより
- 19 戸籍の窓
- 20 にじいろスマイル

今月の表紙 Front cover



船だんじり

豊漁と海上安全を祈願し、船に乗り込んだ子どもたちがまき餌に見立てた縁起物の福あめをまきながらカツオの一本釣りを再現する「船だんじり」が4年ぶりに開催されました。

水産コラム Fisheries column



vol.44

キンメダイ

今回の水産コラムは「キンメダイ」です。大きな目と赤い体色が特徴的な魚です。

深海魚であるキンメダイは、深海の暗い環境でも大きな目で少ない光を集めて反射させ、周囲を見ることができます。陸の上では、日光が反射して目の色が金色のように見えることが名前の由来です。

一年をとおしておいしく食べられますが、その中でも旬は冬です。選ぶ際には、目に透明感があるものを選ぶと良いそうです。煮付けで食べるのが定番で、ほかにも刺し身、塩焼きなどで食べられます。



給食センター会計年度任用職員(調理員) 募集 (4月1日採用予定)

▷職種および採用予定人員

学校給食調理員 3名(海山学校給食センター1名
紀伊長島学校給食センター2名)

▷応募資格および要件

- 地方公務員法第16条(欠格条項)に該当しない方
- 普通自動車運転免許を所有または、3月31日までに取得見込みの方
- 町内に居住または通勤が可能な方

▷応募期間

2月1日(木)～14日(水)※平日
(午前8時30分～午後5時15分)

▷試験日時

2月22日(木) 午前9時30分～

▷会場

紀北町役場2階201会議室

▷試験内容

作文試験・面接

▷提出書類(各1通)

- ①申込書兼履歴書
- ②健康診断書
- ③普通自動車運転免許証の写し

※①②の様式は教育委員会本庁学校教育課、海山総合支所教育室および海山学校給食センターで交付します。

※詳しい業務内容、勤務場所などについては海山学校給食センターまでお問い合わせください。



問い合わせ・書類提出先

海山学校給食センター Tel (32) 1625 / 教育委員会本庁学校教育課 Tel (46) 3124



令和6年度放課後児童クラブ (にじいろクラブ) 新規入会児童募集

放課後児童クラブ(にじいろクラブ)は、仕事などの理由で保護者が家にいない児童に対して、授業終了後に適切な遊びや活動の場を提供することで、児童の健全育成をお手伝いしています。

にじいろクラブでは、教員・保育士・森のせんせい・スポーツ指導員など、さまざまな経験を持つ放課後児童支援員たちにより、お子さまの安心安全と明るい未来への可能性を、やさしくサポートさせていただきます。

利用を希望する方は、「にじいろクラブ」へ直接申し込んでください。

対象

小学生で原則保護者が就労、疾病などにより療養中、介護などで昼間家にいない児童

※障がいをお持ちの児童については、児童の安全確保および対応が可能な範囲で受け入れをします。

保育時間

月～金曜日 放課後～午後6時
土曜・学校休業日 午前8時～午後6時
※日曜日、祝日、年末年始を除く



場所

- ◆紀伊長島地区 西小学校(西小にじいろクラブ)
- ◆海山地区 紀北教育会館、相賀小学校体育館2階(相小にじいろクラブ)

※各小学校までお迎えします。

申込期間

随時受け付けています。(各クラブ定員60名)

ホームページ

<https://nijiiroclub.com/>



問い合わせ・申し込み にじいろクラブ紀伊長島地区・海山地区 Tel 090 (2137) 7166 担当:宮坂



令和6年度 町県民税 申告について



町県民税申告・所得税確定申告 受付および相談について



今年も町県民税の申告時期となりました。申告が必要な方は期日までに申告を済ませましょう。申告が必要かどうかかわからない場合は、お問い合わせください。

◆町県民税申告期間

2月5日（月）～3月15日（金）

◆町県民税申告が必要な方

令和6年1月1日現在、紀北町に住所がある方

※「町県民税申告をしなくてもよい方」以外の方は、原則として申告が必要となります。

◆町県民税申告をしなくてもよい方

①税務署へ所得税の確定申告書を提出される方

②前年中の所得が給与所得のみの方で、勤務先から町へ給与支払報告書が提出されている方

③前年中の所得が公的年金などのみの方で、各種控除の申告の必要がない方

④前年中に収入がない方や非課

税所得（遺族年金・障害年金など）のみの方で、税法上、町内に住所がある親族に扶養されている方

※前年中に収入がない方、非課税所得（遺族年金・障害年金など）のみの方のうち、④に該当しない方は、申告がないと、所得証明書・所得非課税証明書が発行できません。

◆申告書用紙の配布

役場窓口で配布のほか、町ホームページからダウンロードできます。

◆提出方法

町県民税の申告書を記入した方は、必要書類を添えて役場窓口に提出、または郵送してください。

《送付先》

○紀北町役場本庁税務課
〒519-3292

○紀北町東長島769番地1
〒519-3492

○海山総合支所住民室
〒519-3492

○紀北町相賀495番地8

町では2月5日（月）から3月15日（金）までの平日（2月9日を除く）に申告相談会場を設け、町職員が申告書の作成をお手伝いします。

◆内容

○令和6年度分の町県民税申告に関する相談（申告書作成の補助など）および受け付け

○令和5年分の所得税確定申告に関する相談および預かり（尾鷲税務署への提出を代行）

※次の項目の相談などは、町の申告相談会場ではできませんので、尾鷲税務署へお願いします。

○令和6年1月1日現在、紀北町に住民票がない方

○青色申告

○土地や建物・株式の譲渡所得

○分離課税の配当所得

○特定公社債の利子所得

○山林所得

○先物取引に係る雑所得

○仮想通貨（暗号資産）に係る申告

○雑損控除を受けられる方

○特定支出控除の適用を受けられる方

○住宅借入金等特別控除などの住宅に関する申告（初回分）

○準確定申告（亡くなった方の申告）、令和4年分以前の申告

※その他、複雑な内容の申告相談・受け付けは尾鷲税務署会場へご案内させていただく場合があります。

◆申告に必要なもの

①源泉徴収票（給与支払者・年金支払者が発行しているもの）

②控除を受けるための各種証明書（国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付済額確認書、国民年金保険料・生命保険料・地震保険料などの控除証明書、医療費控除の明細書、寄付金受領証明書など）

※医療費控除を受けられる方は、「医療費控除の明細書」を必ず事前に作成してください。医療費の領収書では受け付けできません。

③障害者手帳、療育手帳など

④事業所得がある方は、「収支内訳書」（事前に作成したもの）

⑤所得税の還付を受けられる方は本人名義の金融機関・口座番号がわかるもの

⑥マイナンバーカードまたは個人番号の記載のある住民票の写し（個人番号通知カードでも可）と本人確認書類（運転免許証など）

※申告書には扶養親族の氏名、生年月日、個人番号（マイナンバー）も必ず記入してください。

◆要介護認定を受けている方の障害者控除

本人または扶養親族の方が要介護認定を受けている場合には、障害者控除として所得から控除できます。

控除を受けるためには、「障害者控除対象者認定書」が必要です。認定書は、本庁福祉保健課または海山総合支所福祉環境室で発行しますので印鑑をご持参の上、申請してください。

申告受付および相談の日程表

申告前に
必要書類など
の確認を！



各会場、申告終了時間の30分前までを受付時間としますので、時間に余裕を持って会場までお越しください。

日 時		対象地区	会 場
2月 5日 (月)	9:30～12:00	津呂町・仲町・本町・宮町・北町・赤石・長浜	引本会館
	13:30～15:30	矢口浦	矢口浦集会所
2月 6日 (火)	9:30～11:00	上里	上里集会所
	11:00～12:00	馬瀬・鯨・河内・細野	
	13:30～15:30	中里・小松原・新田	中里集会所 (船津出張所)
	15:30～16:30	中新田・船津	
2月 7日 (水)	9:30～12:00	船越・中熊・玉戸・西河内・大里・愛宕・谷地	島勝浦集会所
	13:30～15:30	中ノ郷・向江・世古	
2月 8日 (木)	9:30～12:00	松本・平岩町・新町・上本町・往還町・西町・久野・地蔵町・仲町・挽木町・土井ノ内・合ノ町・南本町・本町・本下町・築地・港町・入江町・横下町・横町・六太夫町・藪ノ町・浦町	長島多目的会館
	13:30～15:30	中ノ島・栄町 (平成台含む)・加田	
2月13日 (火)	9:30～11:30	古里・道瀬	自然休養村管理センター
	13:30～15:30	三浦	三浦会館
2月14日 (水)	9:30～12:00	海野	コミュニティセンター「海野会館」
	14:00～16:00	茂原・前山・島地・中桐・三戸・向井・大原・十須・此ヶ野・下河内・大野内・江竜	若者センター
2月15日 (木)	9:30～12:00	白浦	白浦集会所
2月19日 (月)	9:30～12:00	志子・下地	本庁町民ホール
		渡利・小浦	海山総合支所 1 階会議室
	13:30～16:30	志子奥	本庁町民ホール
		本地・汐見・前柱	海山総合支所 1 階会議室
2月20日 (火)	9:30～12:00	出垣内・山居	本庁町民ホール
		本町・片町・祢宜町・横町・船町・相生町・栄町	海山総合支所 1 階会議室
	13:30～16:30	呼崎・名倉・中州	本庁町民ホール
		新町・朝日町・桜町・桧町	海山総合支所 1 階会議室
2月21日 (水)	9:30～12:00	片上・井ノ島	本庁町民ホール
		便ノ山・卯山・鷺下・木津	海山総合支所 1 階会議室
	13:30～16:30	山本・田山	本庁町民ホール
		小山浦	海山総合支所 1 階会議室

【地区指定のない日】

期 日	申告相談時間	会 場
2月16日 (金)	9:30～12:00	本庁町民ホール
2月22日 (木)～3月15日 (金) の平日	13:30～16:30	海山総合支所 1 階会議室

※2月5日 (月)～15日 (木) の各地区申告相談会場では、マイナンバーカードの申請受付も同時に行います。

尾鷲税務署からの
おしらせ令和5年分の
確定申告について

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に沿って入力することで、所得税の申告書や青色申告決算書・収支内訳書のほか、消費税の申告書を作成・送信することができます。

所得税などの確定申告はマイナンバーカードを利用して「ご自宅などからのe・Tax申告」をご利用ください。

確定申告書等
作成コーナー

電話での相談

【国税相談専用ダイヤル】

TEL 0570 (00) 5901

※音声ガイダンスに従って「0」を入力

午前8時30分～午後5時(平日)

【e・Tax・作成コーナーヘルプデスク】

TEL 0570 (01) 5901

午前9時～午後5時(平日)

※4月1日(月)までの受付時間は午前9時から午後8時まで
(2月18日、25日、3月3日、10日の日曜日は受け付けします。)

確定申告会場

(尾鷲税務署) について

確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要です。「入場整理券」は、LINEを使ったオンラインでの事前発行、または、当日配布の方法で発行されます。

※配布状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。

日時

2月16日(金)～3月15日(金)
(平日) 午前9時～午後5時(受け付けは午後4時まで)

国税庁LINE公式アカウント



こちらから友だち追加し
ご利用ください

動画で見る
確定申告確定申告に
関する相談
(チャットボット)

ご用意いただくもの

○スマートフォン、マイナンバーカード(※)、源泉徴収票などの

申告書作成に必要な書類

(※) 個人番号カードの発行時に設定した次のパスワード

○署名用電子証明書(英数字6桁～16桁)

○利用者証明用電子証明書(数字4桁)

【確定申告に関する問い合わせ】
尾鷲税務署個人課税部門

TEL (22) 2224

【町県民税に関する問い合わせ】
本庁税務課

TEL (46) 3118

海山総合支所住民室
TEL (32) 3902

申告相談に
関する町
ホームページ地域幸福度アンケート
の協力について

紀北町、多気町、大台町、明和町、度会町が連携して取り組む、デジタル田園都市国家構想「三重広域連携モデル」では、デジタル技術を活用した便利で豊かなまちづくりの実現を目指しています。

地域の皆さまの心の豊かさ(Well-being)を「共通指標」ではかり、今後のまちづくりの取り組みに生かしていきたいと考えています。

住みよいまちづくりのために、ぜひアンケートへのご協力をお願いします。

アンケート
フォームは
こちら

【問い合わせ】

本庁企画課

TEL (46) 3113



令和6年度から 森林環境税（国税）の課税が始まります

森林環境税は、平成31年3月に成立した「森林環境税及び森林環境譲与税に関する法律」によって創設された国税です。森林環境税の税収は、森林環境譲与税として国から都道府県や市町村に譲与され、森林整備の促進に活用されます。

◆課税される方や金額

国内に住所のある個人に対して一人あたり年額千円が課税され、個人町県民税均等割と併せて徴収されます。

◆森林環境税が非課税となる基準

次の基準（１）～（３）のいずれかに該当する方は、非課税となります。

（１）１月１日現在、生活保護法の規定による生活扶助を受けている方

（２）１月１日現在、障がい者、未成年者、寡婦またはひとり親で、前年中の合計所得金額が１３５万円以下の方

（３）前年中の合計所得金額が次に掲げる額以下の方

○扶養親族などがいない方

38万円以下

○扶養親族などがある方

28万円×（同一生計配偶者＋扶養親族＋１）＋10万円＋16万8千円以下

◆令和6年度以降の個人町県民税均等割および森林環境税

個人町県民税均等割は、東日本大震災の復興を図る目的として、東日本大震災復興基本法に基づき、令和5年度までの10年間、臨時的に年額千円引き上げられていました。この臨時的措置が令和5年度で終了し、令和6年度からは新たに森林環境税千円が賦課徴収されます。

【問い合わせ】

本庁税務課

TEL(46) 31118

海山総合支所住民室

TEL(32) 3902



	令和5年度まで	令和6年度から
森林環境税（国税）	-	1,000 円
町民税均等割	3,500 円（うち復興税 500 円）	3,000 円
県民税均等割	2,500 円（うち復興税 500 円）	2,000 円
計	6,000 円	6,000 円

第26回 三重 紀北町 海・山こだわり市 ～ほかほかのお店が大集合～

三重 紀北町 海・山こだわり市では、地元生産者がこだわりを持って生産した品々を販売しています。

今回は、とれたての新鮮野菜・鮮魚にあおさ、渡利がきなどの海産商品のほか、この時期の寒さを吹き飛ばすほかほかグルメが堪能できます。また、子どもから大人まで楽しめる体験ブース、イベントも盛りだくさんの内容となっています。出店者一同、皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

日時 2月17日（土）午前11時～午後2時

場所 引本市場

イベント 縁日・ステージイベントなど

【問い合わせ】 三重 紀北町 海・山こだわり市実行委員会
TEL 090 (4861) 6737





住民税非課税世帯などに対する 物価高騰対応重点支援給付金（追加給付分） のご案内

エネルギー・食料品価格などの物価高騰の影響を特に大きく受ける低所得世帯に給付金を支給します。

この給付金は国の交付金を活用して紀北町で実施するため、お住まいの市町村により、制度の内容などが異なる場合があります。

◆給付額

1世帯あたり7万円

◆給付方法

世帯主の銀行口座に振り込み

◆受給手続き

対象世帯の世帯主の方宛てに確認書を発送していますので、必要事項を記入し、必要な場合は添付書類も合わせてご返送ください。

対象世帯

○令和5年12月1日時点で紀北町に住民登録があり、世帯全員

の令和5年度住民税均等割が非課税の世帯（生活保護世帯を含む）

※他市区町村で同等の給付金（7万円）の支給を受けた世帯や、当該世帯の世帯主であった方を含む世帯は対象外となります。

給付対象とならない世帯

給付要件の違いから、3万円の給付金の給付対象であった世帯が、7万円（追加給付分）の給付対象にならない場合があります。

○住民税が課税されている方の扶養親族のみからなる世帯

○令和5年1月以降に収入が減少して家計急変の申請を行った「家計急変世帯」

※令和6年度税制改正と併せて、定額減税の恩恵を十分に受けれないと思われる所得水準の方への支援が検討されていること

ことから、今回は給付対象になりません。

詳細が決まりましたら町ホームページ、広報きほくなどでお知らせします。

○租税条約に基づく免除を受けた方を含む世帯

※二重課税を防止するために出身国と日本との間で租税条約が締結されており、それに基づく届け出を行うことで課税が免除された方を含む世帯は、今回は給付対象になりません。

申請が必要な世帯

○令和5年6月2日以降に転入された方がいる世帯

※世帯の中に、令和5年6月2日以降に紀北町に転入した方がいる場合、申請が必要です。対象の方には案内文書を発送しますので、内容をご確認の上、手続きをお願いします。



給付金を装った詐欺
にご注意ください！

臨時特別給付金を装った「振り込め詐欺」や「個人情報搾取」にご注意ください。

給付金の支給にあたり、ATMの操作をお願いしたり、現金の振り込みを求めたりすることなどはありません。



【問い合わせ】

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

有料広告

海洋散骨・粉骨

粉骨をする時とは・・・
散骨・お手元供養・お墓じまい
お墓はあり、納骨したいが先祖代々から
納骨するところが狭くなった、等
海洋散骨とは

粉骨後、海へ散骨します

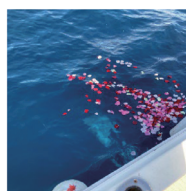
ペットの粉骨・散骨も可能です

お気軽にご相談下さい

0597-22-0388

090-7604-9315

(秘密厳守)



株式会社オーシャンクルーズ

尾鷲市朝日町4-23

代表 内山睦美

海洋散骨アドバイザー

厚生労働省認定1級葬祭ディレクター

令和6年4月から相続登記申請が義務化されます！

相続・贈与等の登記全般や官公署提出書類作成

庄司司法書士・行政書士事務所

お気軽にご相談ください！司法書士・行政書士 庄司純史

電話：0597-25-1781 携帯：090-3389-1330

事務所：尾鷲市宮ノ上町1番30号（尾鷲神社の近く）

2/11
(日)

第1中継所
久保農園前

第2中継所
水源地

紀伊長島幼稚園

第3中継所
紀北中学校前

第4中継所
長島公園
(記念碑山)

西小

二郷神社

役場

START

GOAL

紀伊長島

2/18
(日)

各区	部門	紀北町代表選手（敬称略）		各区間コース
第1区	小学生女子	松井 珠里	藤倉 あさひ	県庁前～矢田カップ店前
第2区	小学生男子	山代屋 曖汰	奥村 愛那斗	矢田カップ店前～大倉交差点ガリバー前
第3区	中学生女子	疇地 萌衣	前田 ももな	大倉交差点ガリバー前～竹屋牛肉店前
第4区	中学生男子	川端 沙羅	濱田 紘彰	竹屋牛肉店前～ファミリーマート三雲中道店北
第5区	40歳以上男子	世古 規夫	鈴木 亮太	ファミリーマート三雲中道店北～メガネ赤札堂前
第6区	ジュニア男子	東 翔万	疇地 智太	メガネ赤札堂前～ＪＡみえなかくしだ支店前
第7区	一般女子	大岩 蘭	疇地 衣美子	ＪＡみえなかくしだ支店前～中日新聞明和専売所前
第8区	20歳以上女子	上野 智賀	藤井 有希	中日新聞明和専売所前～ザ・ビッグエクストラ玉城店前
第9区	ジュニア女子	濱西 穂乃佳	松本 樹奈	ザ・ビッグエクストラ玉城店前～度会橋東詰
第10区	20歳以上男子	九嶋 大雅	濱田 悠成	度会橋東詰～三重交通Ｇ スポーツの杜 伊勢
監督	垣内 元宏	コーチ	濱田 元生	

募集

[illegible]



ポイントが たまる、使える！

美村パスポートを利用するとお食事やお買い物でポイントがたまります。
(200円で1ポイント)
ポイントは「美村PAY」で利用可能！
おトクなんです！



お得な情報が 届く！

美村パスポートアプリをお持ちの方限定のサービス・クーポンやお得な情報が届きます！
お食事やお買い物がおトクなんです！



決済も スムーズに！

お店で二次元コードをスキャンするだけでお支払い完了！
どなたでもキャッシュレス！
簡単なんです！



自治体発行の デジタル商品券 も便利に！

各町の住民向けデジタル商品券を手に入れたり利用したり
マイナンバーカード連携でますますおトクに！
便利なんです！



健康活動 地域活動とも 連携！

美村ヘルスケアアプリと連携し地域のイベントや活動に参加
健康を維持しながら美村を楽しめるんです！

登録 1 分ですぐ使える。ご利用はもちろん無料。インストールはこちらから！



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play



美村パスポートとは

このアプリで、紀北町、多気町、明和町、大台町、度会町の5町で取り組む広域連携エリア「美村」の各サービスが利用できます。

詳しくは
こちらから



美村ヘルスケアアプリ

美村パスポートから利用できる「美村ヘルスケアアプリ」で、ちょい減らし+10が便利に参加できるようになります。



年末・きいながしま港市

12/23～30 長島港

年末・きいながしま港市が開催され、町内外から多くの人々が来場しました。会場では、無料七輪の貸し出しや、詰め放題、マグロの刺し身の振る舞いが行われました。



キャリア教育

12/15 潮南中学校

県埋蔵文化財センターの職員を迎え、「埋蔵文化財センターの仕事と考古学の魅力」についての授業が行われました。



出初式

1/4 多目的広場

令和6年紀北町消防出初式が開催され、分列行進や表彰などが行われたあと、アトラクション放水と餅まきが行われました。



便ノ山神楽奉納

1/2 便ノ山神社

1年の平穏と無事を祈る伝統芸能「便ノ山神楽奉納」が4年ぶりに行われ、境内には地域住民や帰省した人などが集まりました。舞の奉納のあと、子どもたちの健やかな成長を願い獅子に頭をかんでもらっていました。



令和 6 年紀北町二十歳のつどい

1/7 海山公民館

二十歳のつどいが開催されました。各中学校を代表して4名が二十歳の抱負を発表しました。



美し国三重市町対抗駅伝練習会

1/13 大白公園

美し国三重市町対抗駅伝の紀北町代表選手が練習会を行いました。



グローブ寄贈セレモニー

1/9 西小学校

始業式のあと、児童会が企画した大谷選手のグローブのお披露目会が行われました。



募集

自衛隊熊野地域事務所

自衛官候補生募集

防衛省・自衛隊では、自衛官候補生を募集しています。自衛官候補生として採用されると、自衛官になるために必要な基礎的教育訓練を経て、任用期間の定められた「任期制自衛官」に任官されます。さまざまな訓練や職務を通じて技術の習得、任期満了後の就職に向けた資格の取得など、希望に合った将来設計が描けます。

応募資格

18歳以上33歳未満の者

受付期間 2月21日（水）まで

試験日 2月25日（日）～27日

（火）のいずれか1日

学科試験 WEB

※受験の申し込みや試験内容については、自衛隊熊野地域事務所までお問い合わせください。

【問い合わせ】

自衛隊熊野地域事務所

TEL 0597（85）2214

本庁住民課

TEL（46）3117



企画課

空き家バンク登録募集

空き家の活用は早めの行動がお勧めです。売りたい、貸したいなど空き家の活用をお考えの方は、ご相談ください。

空き家バンク登録前確認



【問い合わせ】

本庁企画課

TEL（46）3113



お知らせ

学校教育課

就学援助制度（要保護・準要保護児童・生徒の援助制度）について

経済的理由により、就学が困難と認められる小・中学校の児童・生徒の保護者に対し、学用品費や学校給食費などを援助します。

対象

①生活保護法に基づく保護を受けている方

②生活保護法に基づく保護を停止または廃止された方

③世帯全員の町民税が非課税の方

④児童扶養手当の支給を受けている方（児童手当は対象となりません。）

⑤経済的な理由などにより、児童・生徒を就学させることが困難な方（所得制限あり）

申請方法

就学援助費申請書を在学している学校または教育委員会で受

け取り、必要事項を記入の上、在学している学校へ提出してください。

奨学金貸付制度について

教育委員会では、学校教育法に基づく高等学校、高等専門学校、大学などに入学または在学する学力優秀な生徒を対象に奨学金貸与者を次のとおり募集します。

貸与額

○大学など（短大など含む）

年額 240,000円
年額 360,000円

※どちらかを選択

○高校
年額 120,000円

書類配布期間

2月13日（火）～3月29日（金）

受付期間

3月5日（火）～4月5日（金）

（土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分）

提出書類（各1通）

①奨学金希望申込書

②奨学金希望者推薦調査書

③家庭状況調査書

④戸籍謄本

⑤住民票個人の写し

⑥学校合格証明書の写し、または在学証明書

⑦学業成績証明書

⑧貸与希望理由書

※貸与の決定は選考委員会で行います。なお、保護者の所得制限などの条件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】
教育委員会本庁学校教育課
TEL（46）3124
海山総合支所教育室
TEL（32）3905

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、水道管の凍結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

※流量に応じて、料金も増加しますのでご注意ください。

◆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 メーター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。

◆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て、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

メーターボックス内にある元栓を閉めて、紀北町指定給水装置工事業者に修理を依頼
※費用は使用者の負担となります。

※指定給水装置工事業者は、町ホームページをご覧ください。

【問い合わせ】

本庁水道課

TEL (47) 55000

海山総合支所水道室

TEL (32) 3906



福祉保健課

子宮頸がんHPV
ワクチン接種
(キャッチアップ)
について

接種機会を逃した平成9年4月2日から平成18年4月1日生まれの女性は、令和7年3月まで無料で接種できます。

このワクチンは3回接種する必要がありますが、1回目接種から3回目接種までには6カ月空ける必要がありますので早めに接種をしてください。詳しくは町ホームページまたは個別通知をご確認ください。



詳細は
こちらから



就労・ひきこもり
オンライン相談会

就労やひきこもりについての悩みをお持ちの方に向けた相談会です。内容により適切な支援機関におつなぎします。一人で悩まずにご相談ください。

相談方法

○オンライン (Zoom)

○電話

○対面

支援機関

○マイチャレ三重

○若者就業サポートステーション・みえ

○三重県生活相談支援センター

開催日時

2月16日 (金) 午後1時～4時

申込期間 2月14日 (水) まで

※都合が合わない場合は、別の日程を調整します。

※相談は無料です

申し込みは
こちらから



【問い合わせ・申し込み】

本庁福祉保健課

TEL (46) 3122

海山総合支所福祉環境室

TEL (32) 3904

生涯学習課

公民館講座作品展
開催のお知らせ

紀伊長島・海山地区の公民館講座の成果発表の場として作品展を開催します。

併せて、いきいき子ども学園

の子どもたちの1年間の活動の様子と作品の展示も行います。

趣向を凝らした作品と子どもたちのアイデア満載の作品の共演

です！

ぜひ、ご来場ください。

◆紀伊長島地区

日時 2月23日 (金・祝)

午前9時～午後5時

◆東長島公民館

2月14日 (水)・28日 (水)

場所 東長島公民館

◆海山地区

日時 3月2日 (土)

午前9時～午後5時

3月3日 (日)

午前9時～午後3時

場所 海山公民館

初めての
スマホ相談窓口



スマートフォンを買ったけれど、通話以外の機能がわからないなどのお悩みをお持ちの方を対象に相談窓口を開設しています。

※対応可能な相談内容は初歩的なことに限らせていただきます。

会場・日時

○生涯学習センター

2月7日 (水)・14日 (水)・

21日 (水)・28日 (水)

午前10時30分～正午

○長島多目的会館

2月7日 (水)・21日 (水)

午前10時30分～正午

○東長島公民館

2月14日 (水)・28日 (水)

午前10時30分～正午

申し込み

生涯学習センター

TEL(32) 3915

長島多目的会館

TEL(47) 3996

東長島公民館

TEL(47) 2229

※必ず前日までに申し込みをお願いします。

【問い合わせ】

教育委員会本庁生涯学習課

TEL(46) 3125

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 2月9日(金)

午後2時～3時30分

場所 紀北町生涯学習センター

相談員 精神科医師

相談料 無料

申し込み 2月6日(火)まで

に電話で予約をお願いします。

※先着順となりますので、申し込み多数の場合はお断りさせていただきますことがあります。

【問い合わせ・申し込み】

尾鷲保健所健康増進課

TEL(23) 3428

紀北広域連合

議会報告

令和5年12月21日(木)に開催された令和5年第3回紀北広域連合議会定例会において、条例改正3議案、一般会計および介護保険事業特別会計などの補正予算3議案が可決され、令和4年度紀北広域連合決算が認定されました。

【問い合わせ】

紀北広域連合

TEL(35) 0888



三重県行政書士会
三重県司法書士会

行政書士・司法書士
士合同無料相談会

行政書士・司法書士の合同無料相談会を開催します。秘密厳守・予約不要ですので、ぜひご利用ください。

日時 2月18日(日)

午前10時～午後2時

場所 海山公民館研修室(大)

相談内容 相続・遺言・農地転用・登記など

【問い合わせ】

三重県行政書士会尾鷲支部

三重県司法書士会紀州支部

TEL(37) 4800(担当:中瀬)

勤労者退職金共済機構

林業退職金共済制度
(林退共)について

林退共は林業界で働く方のための退職金制度です。

○掛け金は、法人では損金、個人企業では必要経費となり掛け金の一部を国が免除します。

○雇用事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。事業所が変わるときは共済手帳を忘れずに受け取りましょう。

○林業界を引退するときは、忘れずに退職金請求しましょう。

○以前、林退共制度に加入していた方で、退職金請求手続きをしていない方は、お問い合わせください。



詳細は
こちらから



【問い合わせ】

独立行政法人勤労者退職金共済機構林業退職金共済事業本部

TEL03(6731)2889

有料広告

点検 現地調査 見積り 相談無料

雨漏り 急な雨漏りも迅速に対応いたします

紀北町の 瓦き替え 漆喰工事 瓦止め 雨どい取り替え 防水塗装

屋根修理のエキスパート! <https://kobayashi-giken.com>

住宅のことなら何でも承っております!

株式会社 小林技研

【本社】津市安濃町安濃2822-3
【尾鷲支店】尾鷲市三木里町295-2

【紀北支店】紀北町東長島94-3
フリーダイヤル 0800-200-5884
—お気軽にお問い合わせください—

小さな塗装から 大きな塗装まで 何でもお任せください!

屋根 外壁



その飲み方、大丈夫!? 飲み方で毒に変わる『百薬の長』

お酒の適量は性別、年齢、体質によって個人差もありますが、今回は一般的に推奨される飲酒量を紹介します。

●お酒の適量とは？

健康に悪影響を及ぼさないアルコール摂取量は成人男性で純アルコール量20g（ビール中ビン1本程度）とされています。

純アルコール量 20g 程度の例

					
ビール (5度) 中ビン1本 500ml	日本酒 (15度) 1合 180ml	焼酎 (25度) 0.6合 110ml	ウイスキー (43度) ダブル1杯 60ml	ワイン (12度) 1/4杯 180ml	缶チューハイ (7度) 1缶 350ml

純アルコール (g) =
飲酒量(ml) × アルコール度数 ÷ 100 × 0.8(比重)

一般的に女性は男性に比べてアルコールの分解速度が遅く、体重あたり同じ量だけ飲酒したとしても、臓器障害を起こしやすい。成人女性の飲酒量は10g程度が適量と考えられています。ただし、あくまでも適量は目安であり個人差があります。特にビール1杯程度で顔が赤くなる人はアルコールを分解する働きが弱い体質です。無理して飲むと急性アルコール中毒になる可能性があるため注意が必要です。

●適量を超えて飲み続けるとどうなるの？

- ① 1日当たりの純アルコール量摂取量が、成人女性で20g以上、成人男性で40g以上の飲酒を続けていると、さまざまな健康問題のリスクが高まるといわれています。過度な飲酒を続けることで、肥満や高血圧、心疾患、糖尿病、脂肪肝、アルコール性肝炎、がんなどの体の問題が起るだけではなく、睡眠障害やうつ病、アルコール依存症などを引き起こしてしまう恐れがあります。

●飲みすぎを防ぐために

- ① 食事をしながら、少しずつゆっくりと
- ② 自分のペースで！お酌し合わない
- ③ ダラダラ（3時間以上）飲まない
- ④ アルコール度数の高いお酒は薄める、または合間に水を飲む
- ⑤ 飲む前に、冷たい水やノンアルコール飲料でのどの渇きを落着かせる
- ⑥ 休肝日（週2～3日は飲まない日）を設ける
- ⑦ 純アルコール量を1週間単位で調整する（飲み過ぎた翌日は控える）
- ⑧ 飲酒量を記録する

楽しいお酒でも体調を崩せば元も子ありません。日頃の飲み方を見直し、まずはできることから実践してみてくださいね。

Information

町内の「健康」に関するイベントや、最新情報をお届けします！



インターネット
での応募は
こちらから▶



が当たります。

※応募者全員にプレゼントがあり、さらに抽選ですてきな記念品

2月29日（木） 必着

【第2回応募締め切り】

③ インターネットで応募

② 応募はがきを郵送で提出

支所福祉環境室）

（本庁福祉保健課または海山総合

① 応募はがきを窓口へ提出

【応募方法】

ずに応募してください。

30ポイントたった方は、忘れ

が終了しました。

月1日（水）～1月31日（水）

り、第2回のチャレンジ期間【11

3か月チャレンジを実施してお

くりを行う「ちょい減らし+10」

町では、無理なく気軽に健康づ

「ちょい減らし+10」
3か月チャレンジ
第2回応募お忘れな
く！



今月のチャレンジCooking!

2月といえばバレンタインデー。そこで今回は「ナッツ入り生トリュフ」を作ってみましょう。



ナッツ入り生トリュフ

【1個あたり】 エネルギー……50kcal たんぱく質……0.97g
脂質……3.8g 炭水化物……3.2g 塩分……0.04g

バレンタインデーは贈り物と一緒に自分の気持ちを贈る日でもあります。あなたが贈りたい相手に向けて、ちょっと作ってみてはいかがでしょうか。



クリームチーズを使っているので生クリームを使うよりは、ほんの少しだけカロリーは少なめです。

材料（10個分）

板チョコレート……1枚（50g）
ミックスナッツ……15g
クリームチーズ………40g

【トリュフにまぶす用】

ココアや粉砂糖………大さじ2

作り方

- 1 クリームチーズは室温に戻しておく。
 - 2 ミックスナッツは袋に入れて、めん棒や包丁の背などで碎いておく。
 - 3 板チョコを割り、耐熱容器に入れ、600Wで1分加熱して溶かす。
 - 4 3に1と2を加えてよく混ぜる。
 - 5 4を冷蔵庫で30分ほど冷やし10等分に分けて丸め、ココアや粉砂糖をまぶせば完成！
- ★今回はナッツを使いましたが、碎いたクッキーや、刻んだドライフルーツを使ってもおいしいですよ。

2月の健康カレンダー

お子さまのイベント

● 幼児健診

日程：2月8日（木）
場所：海山公民館
※対象の方には通知いたします。忘れず受診してください。



● すくすく子育て相談

日時：2月21日（水）午前10時～10時30分
場所：海山総合支所別館2階けんこうの広場
申し込み：不要
内容：子育てに関する各種相談、身体計測など
持ち物：母子健康手帳



お父さんお母さんのイベント

● 離乳食教室

日時：2月28日（水）午後1時30分～3時
場所：東長島公民館
申し込み：2月21日（水）まで
内容：調理実習



持ち物：エプロン、筆記用具

紀北医師会休日診療当番表

月日	曜日	病 院 名	電 話
2/4	日	か とう 小 児 科	TEL47-3341
2/11	日		
2/25	日		
3/3	日		

※上記以外は、尾鷲総合病院で対応します。

診療時間 午前9時～午後5時

※受診希望の方は、事前に電話でご連絡ください。

※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。

●詳しくは、救急医療情報センター
（TEL 059-229-1199）にお問い合わせください。



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

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（TEL46-3122）までお願いします。



海山図書室から



● 今月のピックアップ

「一線の湖」

砥上裕將
講談社

「図書名」/著者名

■一般図書

「人間標本」/湊かなえ

「大学教授こそそそ日記 当年62歳、学生諸君、そろそろ私語はやめてください」/多井学

「セカンドキャリア 引退競走馬をめぐる旅」/片野ゆか

「指先から旅をする」/藤田真央

■児童図書

「ミニカーたんけんたい」/関根知未

「かいけつゾロリ ノシシいきなり王さまになる！」

/原ゆたか

「下水道のサバイバル1」/ポドアルチング

紀伊長島図書室から



● 今月のピックアップ

「人間標本」

湊かなえ
KADOKAWA

「図書名」/著者名

■一般図書

「MOCT (モスト)『ソ連』を伝えたモスクワ放送の日本人」/青島顕

「この銀盤を君と跳ぶ」/綾崎隼

「地雷グリコ」/青崎有吾

「いとエモシ。超訳 日本の美しい文学」/koto

■児童図書

「じゃがじゃが おなべの おふろやさん」/つばいじゅり

「魔法の庭ものがたり26 願いがかなうぽかぽか魔法」

/あんびるやすこ

「それよりこわい」/村中李衣

● 海山図書室・紀伊長島図書室

【開室時間】火～金曜日/午前9時～午後6時 土・日曜日/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)

※返却期限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 / 紀伊長島図書室 Tel 47-3906



パソコン教室受講生募集

「パワーポイント」の基礎講座を開催します。

対象

町内在住または町内に勤務している方

募集期間 2月10日(土)まで

会場・日時

●紀北町生涯学習センター

3月5日(火)午後1時30分～

または6日(水)午前9時30分～

●東長島公民館

3月7日(木)午後1時30分～

または8日(金)午前9時30分～

【問い合わせ・申し込み】

紀北町生涯学習センター Tel 32-3915 教育委員会本庁生涯学習課 Tel 46-3125

※各回とも同じ内容で1時間30分程度の講座になります。

受講料 200円

※受講当日にお支払いください。

定員 各回4名(先着順)

申し込み方法

希望する日を電話にてお申し込みください。



「よみきかせの会」

日時 2月17日(土)

午前10時30分～

場所 海山図書室

手遊びやわらべ歌を交えて、絵本の読み聞かせをします。

みんなで楽しく過ごしましょう。



戸籍の窓

【令和5年12月1日～31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。



住所
河内宮下溜都響
長島川村碧音亮
住所氏名
子の名前
保護者

お誕生おめでとう

住所氏名
上里前田泰男
三浦齋藤己喜夫
東長島宮原守
三浦中野智壽
東長島西田紘一
三浦藤本幸己
東長島宮原勉
十須中村トヨ子
(年齢)
(85歳)
(79歳)
(85歳)
(85歳)
(83歳)
(56歳)
(87歳)
(82歳)

上里田部光子
相賀直江正己
矢口浦家崎和子
引本浦甲斐菊蔵
上里中西直子
河内川口淳子
馬瀬家崎喜榮
引本浦津田春香
相賀城倫久
(年齢)
(92歳)
(87歳)
(95歳)
(89歳)
(90歳)
(90歳)
(92歳)
(103歳)
(67歳)

ご冥福を祈ります

東長島西田勝美 三万円
相賀直江康史 五万円
引本浦甲斐宣子 一万円
矢口浦家崎綾子 一万円
長島高等学校第十五期生有志(吉長会) 五万五〇〇円
みえ熊野古道商工会第6回親睦チャリティーゴルフ大会 七万五千元
匿名 三万円

善意をありがとう
～紀北町社会福祉協議会へ～
【令和5年12月1日～31日受付分】
(敬称略)

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、争い事の法律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
2月 21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2時30分～5時	生涯学習センター 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 TEL46-3117

行政・人権相談

行政に対してのご意見や、家庭や学校、地域社会などでの人権問題についてのご相談をお受けします。

日時・場所 2月7日(水)

午後1時30分～3時30分 社会福祉会館1階
※秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

【問い合わせ・申し込み】

本庁住民課 TEL46-3117

夜間、休日マイナンバーカード 申請・交付などの窓口

平日、役場開庁時間内の来庁が難しい方への対応として、マイナンバーカード更新・申請、受け取りなどの時間外の事務を実施します。

●夜間窓口（午後5時15分～7時）

2月14日(水) 海山総合支所住民室

2月21日(水) 本庁住民課

●休日窓口（午前9時～正午）

2月11日(日) 本庁住民課

※お電話でのご予約も可能です。(予約優先)

※更新手続きには2種類の暗証番号が必要です。

【問い合わせ】

本庁住民課 TEL46-3117

海山総合支所住民室 TEL32-3902





広報

きほく

2024.2
No.220

(令和6年1月1日現在)※外国人を含む
■人口: 14,129人 ■世帯数: 7,688世帯
■男: 6,646人 女: 7,483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 kikaku@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日までにお申し込みください。



申し込みはこちらから

令和5年2月20日生まれ



まひろ

川東 真大くん

お誕生日おめでとう♡みんな真大の笑顔が大好き♡これからも元気で育ってね♡

<相賀>工治・真弓さん

令和5年2月28日生まれ



おうしろ

橋倉 旺志朗くん

おうちゃんいつも幸せをありがとう！
たくさん泣いて笑って大きくなってね！

<長島>政弘・景子さん



紀北町

LINE 公式アカウント開設

紀北町を友だち登録してね！▶▶▶



やっぱりええやん！きほく



「息子の酒」 「弓の禱」

江戸時代に湊家当主がカッパを退治し、以来「湊家の子孫は水難事故にあわない」と言い伝えられていることから、湊家当主と親子の杯を交わす「息子の酒」と海上安全や豊漁、家内安全などを祈願し、かみしも姿の子どもが矢を放つ神事「弓の禱」が1月11日に長島地区で行われました。



息子の酒



弓の禱



『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 2024年2月号

20