

広報

さほく

10

2022
令和4年
No.204

October



稲刈り

広報きほく 10月号

今月の表紙 Front cover

CONTENTS

- 02 目次 / 今月の表紙 / 水産コラム
- 03 しごとカードインタビュー
- 04 新型コロナウイルス関連のお知らせ
- 05 紀北町議会議員選挙投票日のお知らせ
- 06 令和4年度紀北町議会議員管外視察
- 08 緊急地震速報訓練のお知らせ / 上里踏切
通行止めのお知らせ
- 09 令和5年度保育園児募集 / スマホ教室開
催のお知らせ
- 10 ちびっ子グラウンド・ゴルフ大会 / 昭和
の縁日 / 紀北町権兵衛の故郷走ろう大会
白石湖ステージ
- 11 地域おこし協力隊紹介 / 紀北健康セン
ターからのお知らせ
- 12 Kihoku Playback
- 14 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



稲刈り

船津小学校の4～6年生が中里地区の松永さんの田んぼで稲刈りを行いました。春に自分たちで植えたもち米の稲を暑い中一株ずつ刈り取り農業のたいへんさや収穫の喜びを体験しました。

水産コラム Fisheries column

vol.28

ハガツオ



今回の水産コラムは、「ハガツオ」です。見た目はカツオに似ていますが、鋭い歯を持つことからハガツオ（歯鰹）と名付けられた魚です。細い顔がキツネに似ていることから「キツネカツオ」とも呼ばれます。ほかにも、カツオにはない背中側の縦じまから「スジカツオ」と呼ばれることもあるようです。

カツオと同様においしい魚として知られるハガツオですが、流通量は多くないため、見つけたら、ぜひ食べたい魚です。夏から秋にかけて水揚げが多くなり、脂が乗っておいしくなる秋から冬に旬を迎えます。

鮮度が落ちやすいため、新鮮なものを選んで早めに食べるのがよく、食べ方はカツオと同じように刺し身やたたきで食べられることが多いです。

あなたにとって“仕事”とは。

「紀北町にはどんな仕事があるの?」「地元の人たちはどんな働き方をしているのだろう?」
そんな若い世代の人たちの問いに答えようと、しごとカードインタビューは紀北町にある
仕事や紀北町でいきいきと働いている人たちを紹介しています。



地域おこし協力隊
豊川が地元の人たちに
インタビュー!



仲間のつながりがあるのがうれしい

ビストロモンテメール

やました

ともひさ

山下 智久さん

「僕にとって仕事は好きだからやっている
こと」

おいしい料理を作ることも好きだし、食べてもらって「お
いしい!」と言ってもらうことも好きです。

20年間都市部で働いた後、故郷でお店を開いた山下さん
の開業のきっかけや人気メニューの開発エピソードは…



あなたの仕事の喜びは?

「地元の人たちと一緒に何かをやること」

海・山こだわり市とかね。これって都会では味わえないことです。
田舎ならではの気がしますよ。

インタビューの
続きはこちら!



仕事はいろんな面を
見せてくれるもの

紀北信用金庫

わき

だいき

脇 大貴さん

「やってみると新たな側面が見えたり、好き
になったりすることもある」

仕事はまずは生きていくために必要なこと、そして、いろん
な面を見せてくれるものだと思います。

就職を機にUターンした脇さんがたいへんな時期を乗り越
えることができた三つの要素や仕事のやりがいは…



あなたの仕事の喜びは?

「お客さまの役に立てること」

「あのとき、あなたに担当してもらってほんとうによかった。」とお客さま
からお言葉をいただいたときはほんとうにうれしかったです。

インタビューの
続きはこちら!



！ 新型コロナウイルス にご注意ください。



外出や移動は
『密』を回避



マスクを着けて
(口・鼻を覆う)
正面を避けて



こまめな
換気を



咳やくしゃみ
はしっかり
エチケット！



体調が悪い
ときは無理を
せず慎重に



県内の感染情報などは三重県『新型コロナウイルス感染症
特設サイト』(<https://www.pref.mie.lg.jp/covid19.shtm>) をご覧ください。



発熱などの症状がある場合は、まずは身近な医療機関に電話で相談しましょう。

受診・相談センター

尾鷲保健所 Tel (23) 3456【24時間対応】

新型コロナワクチン 追加接種について

対象となる方に、順次、接種券を送付しています。接種を希望される方は、案内をご確認の上、お申し込みください。すでに3回目または4回目の案内が届いている方で未接種の方は、未利用の接種券をご利用ください。

▷対象

初回接種（1、2回目接種）または3回目接種の完了から5カ月経過した12歳以上の方

▷接種回数 1回

▷接種費用 無料

▷接種方法 個別接種

▷使用するワクチン

オミクロン株対応ワクチン（モデルナ社またはファイザー社）

※初回接種は、従来型ワクチンです。



新型コロナワクチン5歳から 11歳までの3回目接種について

対象となる方に、順次、接種券を送付しています。接種を希望される方は、案内をご確認の上、お申し込みください。

▷対象

初回接種（1、2回目接種）の完了から5カ月経過した5歳から11歳までの方

▷接種回数 1回

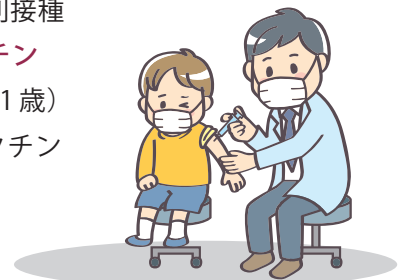
▷接種費用 無料

▷接種方法 個別接種

▷使用するワクチン

小児用（5歳～11歳）

ファイザー社ワクチン



【問い合わせ】紀北町新型コロナワクチン相談窓口 Tel (49) 0800
(午前8時30分～午後5時 ※土・日曜日、祝日を除く)



11月6日(日)は 紀北町議会議員選挙の投票日



紀北町の未来を託したいせつな1票を投じましょう。

できます。

◆投票できる方

○平成16年11月7日以前に生まれた方(18歳以上の方)

○令和4年7月31日以前に転入した方(転入届を出して3カ月以上町内に在住している方)

※町外に転出された方は投票することはできません。

◆投票所入場券の発送

投票所入場券は、同一世帯8人までを1通の封筒に入れ、11月1日(火)までに届くように発送します。なお、同一世帯が8人を超える場合は、2通に分けて発送します。

※投票所入場券は投票所での整理などの方法の一つとして発行しているもので、入場券がなければ投票できないというものではありません。

◆期日前投票について

投票日当日に次の理由で投票に行けない方は、期日前投票が

○仕事、学業、冠婚葬祭などの場合

○前記以外で、投票区域外に出、滞在する場合

○病気、負傷、出産、身体障がいなどのため歩行が困難な場合

○天災または悪天候により投票所に到達することが困難な場合

◆不在者投票について

選挙当日または期日前投票に次の理由で投票に行けない方は不在者投票ができます。

○病院や施設での不在者投票

都道府県選挙管理委員会が指定を受けた病院・施設に入院・入所中の方は、病院・施設内で投票ができます。投票用紙などの請求は、病院または施設に申し出てください。

○郵便などによる不在者投票

郵便等投票証明書の交付を受けている方または新型コロナウイルス感染症により自宅などにおいて療養中の要件を満たす方は、投票用紙を請求することに

より自宅などで投票ができます。

※郵便等投票証明書の交付を受けるには、公職選挙法で定められた要件に該当し、あらかじめ選挙管理委員会に申請する必要があります。

○その他の不在者投票

他市町村に滞在している方や船員の方の不在者投票など、詳しいことは事前に選挙管理委員会にお問い合わせください。

◆不在者投票の投票用紙

【請求期限】

11月5日(土)

※ただし、郵便などによる不在者投票の場合は、公職選挙法で投票日の4日前(11月2日(水))までと定められておりますので、ご注意ください。

投票用紙の発送は告示日(11月1日(火))以降となります。

また、郵送する時間も要しますので、できる限り早い請求、投票をお願いします。

◆新型コロナウイルス感染防止対策について

○投票所内でのマスクの着用や消毒液による手指の消毒、帰宅後の手洗いなどのご協力をお願いします。

○投票所内では、周りの方との距離を保つようお願いいたします。

【問い合わせ】

紀北町選挙管理委員会
(本庁総務課内)

TEL(46) 31111

紀北町議会議員選挙の主な日程

●立候補予定者説明会

日時：10月7日(金)
午後1時30分～

場所：東長島公民館2階会議室

●立候補届出書などの事前審査

日時：10月20日(木)
午前9時～正午 / 午後2時～4時
場所：紀北町役場本庁2階201会議室

●告示日 11月1日(火)

●立候補届け出

日時：11月1日(火)
午前8時30分～午後5時
場所：紀北町役場本庁2階201会議室

●投票

【当日】

日時：11月6日(日)
午前7時～午後6時
場所：町内30カ所の投票所

【期日前】

日時：11月2日(水)～5日(土)
午前8時30分～午後8時
場所：町民ホール(役場本庁1階)
海山総合支所1階会議室

●開票

日時：11月6日(日)午後8時～
場所：東長島スポーツ公園体育館



※期日前投票はどちらの投票場所でもできますのでご利用ください。

※期日前投票宣誓書は投票所入場券の裏面に印刷しています。該当する番号と事項に○をつけ、氏名などを記入し、期日前投票所にご持参ください。

令和4年度紀北町議会議員管外視察

令和4年度の議員管外視察は、徳島県上勝町と三重県川越町を視察しました。

それぞれ「ゼロ・ウェイストの取り組み、有償ボランティア輸送事業、上勝町役場の取り組み」、「再生可能エネルギー」をテーマに、7月4日・5日の1泊2日の行程で、議員13名、議会事務局職員3名、副町長、環境管理課長および係長の計19名が参加しました。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。

徳島県上勝町

上勝町は、徳島県の中央付近に位置し、人口約1,500人、高齢化率が50%を超える四国でいちばん小さな町です。「葉っぱビジネス」や日本で初めて「ゼロ・ウェイスト宣言」を行ったことで一躍有名になりました。



1日目：徳島県上勝町

「ゼロ・ウェイストの取り組み」について

上勝町では、2003年に自治体として日本で初めて「ゼロ・ウェイスト（Zero = 0、Waste = 廃棄物）宣言」を行いました。ゼロ・ウェイストとは、無駄、浪費、ごみをなくすという意味で、出てきた廃棄

物をどう処理するかではなく、そもそもごみを生み出さないようにしようという考え方です。

視察では、リサイクル率80%を超えるゼロ・ウェイストの取り組みに関する説明のほか、2020年にオープンした町内唯一のごみ収集拠点「ゼロ・ウェイストセンター」を見学しました。

ごみの収集を行わない

上勝町では「ごみ収集」を行っています。町民は、町内に1カ所のごみステーションまで各自ごみを持ち込みます。高齢の方など、自分で持ち込むことができない場合は、申請すると自宅まで2カ月に1回無料で収集に来てくれます。



上勝町ゼロ・ウェイストセンター

13種類45品目に分別

ごみステーションには、45の

カテゴリに分けられた箱などがあり、そこには処分にかかる費用やどこで何になるかなどが記載されていて、資源の循環が一目でわかるようになっていきます。



ごみステーション
(ゼロ・ウェイストセンター内)

生ごみは各家庭で処理

ごみステーションでは、生ごみの受け入れをしていません。生ごみは、コンポストや生ごみ処理機などを使用し、各家庭で処理しています。

《議員の感想》

○効果の高い部分を検証して、できる範囲だけでも取り組み、今後のごみ処理の広域化や町単体での処理など、取り組むべき方向性が見えてくるのではないかと感じました。

○町民と役場が一体となり、素

晴らしい信頼関係のもと「ごみゼロ」を目指している姿は、活気に満ちていました。
○紀北町でどこまで取り入れることができるか、ごみ問題を考える上で有意義な視察になりました。

「有償ボランティア輸送事業」について

上勝町では、一般の町民が家用車を利用して、診療所の通所や買い物などの送迎をする「有償ボランティアタクシー」を実施しています。

町内のタクシー業者の休業や民間のバス会社の路線廃止など、移動手段が縮小となったことから、車を運転できない高齢者の方などへの住民サービスの向上を目的として開始されました。



登録している運転手は、本年

7月現在39名で、普段はそれぞれ別の仕事をしながら、依頼があったときに運転手として勤務しています。

誰でも利用できる

発着地のどちらかが上勝町であれば、町内外、年齢関係なく、誰でも利用できます。

利用料金は、距離などに応じた運賃のほか、年会費千円または1回限りの利用300円と迎車料300円が必要です。

《議員の感想》

○紀北町において必要なことは、既存の公共交通との関係性において、町民の利便性・使い勝手について議論を深めるべきだと考えさせられました。

○今後、高齢化が進む紀北町の交通体系を構築する上で、大いに参考になる取り組みでした。

○町民自らが運転手になり、高齢者や町内外の人たちの足となっていて、自分たちのことは自分たちでしようとする気持ちがいせつであると感じました。

「上勝町役場の取り組み」について

上勝町では、「循環型社会を

リードする地域経済の活性化が図れる町」、「若者が住みたくなるような魅力のある町」を目指し、さまざまな取り組みを行っています。



葉っぱビジネス(彩事業)

日本料理を彩る「つまもの」用として、葉っぱや花などを収穫し出荷しています。商品が軽量なため、女性や高齢者も取り組みやすく、おばあちゃんたちがパソコンやタブレットを駆使して、生き生きと働いています。

1Q運動会

1Qとは、住民自らが「一休さん」のように問題を考え、知恵を使ってまちづくりを推進することです。町内を5地区に分け、運動会のようにそれぞれの地区が競い合いながら活性化事業を行ってきたことで、自分たちの考えが町の未来をつくるという意識改革を生みました。

《議員の感想》

○創意工夫と住民参加型のまちづくりとして、大いに参考にな

りました。

○行政主導ではなく、町民一人が主体となつて課題を解決し、自分たちのまちづくりを考えている点は、今後のまちづくり、自治会の取り組みにたいへん参考になると思いました。

三重県川越町

川越町は、人口約1万5千人、面積は8・72km²と県内では朝日町に次いで面積の小さい町ですが、交通条件も良く、臨海部を中心に多くの企業が立地しています。



2日目：三重県川越町

「再生可能エネルギー」について

川越町では、「川越電力館テ

ラ46」を視察し、再生可能エネルギーの定義や必要性、風力やバイオマス、太陽光などのいろいろな発電方式と課題などについて説明を受けました。



川越電力館テラ 46

《議員の感想》

○今後の経済対策に電力事業をどのように位置付けるか、考えていく必要があると感じました。

○わが国のエネルギー事情を考えると、自国で賄える再生可能エネルギー対策が重要であると感じさせられました。



ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5,000万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

9月21日水 2種類同時発売!

発売期間 9/21水～10/21金
抽せん日 10/28金

公益財団法人三重県市町村振興協会 各1枚 300円



緊急地震速報 訓練のお知らせ



11月2日(水)に「全国瞬時警報システム(Jアラート)」を活用した「国民保護情報」の対応訓練が全国的に実施されます。

当日は、国民保護情報(即時音声合成情報)の訓練放送が流れますので、慌てずに身の安全を確保する訓練をお願いします。

日時 11月2日(水)

午前10時ごろ

※全国瞬時警報システム(Jアラート)とは、津波警報や緊急地震速報、大規模テロの情報など、時間的余裕がない事態が生じた際に、国が人工衛星を用いて発信した情報を、町の防災行政無線を自動起動することで瞬時に伝達するシステムです。

【問い合わせ】

本庁危機管理課

Tel(46) 3114

海山総合支所総務室

Tel(32) 3901

紀北町での情報伝達方法

町では、防災行政無線戸別受信機を全戸に無償貸与しています。

緊急情報は、町内に整備している防災行政無線屋外子局や戸別受信機などから発信されます。

紀北町で伝達される情報

伝達される情報は、自然災害に関する情報、国民保護に関する情報などが伝達されます。

◆自然災害に関するもの

○緊急地震速報(推定震度5弱以上が予測されるとき)

○大津波警報

○津波警報

○津波注意報

○震度速報(三重県南部で震度4以上が観測された場合)

◆国民保護に関するもの

○弾道ミサイル情報

○航空攻撃情報

○ゲリラ・特殊部隊攻撃情報

○大規模テロ情報

○その他の国民保護情報

通行止めのお知らせ

JR 紀勢本線「三野瀬～船津間」上里踏切は踏切改良工事のため、以下のとおり通行止めといたします。利用者の皆さまにはたいへんご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

【規制箇所】上里踏切 上里 969 番地 2

【規制期間】11月25日(金)～29日(火)

※工事の進捗により、期間を変更する場合があります。

【規制内容】終日通行止め



【問い合わせ】JR 東海 尾鷲保線区 Tel47-0775



令和5年度保育園児募集



令和5年4月に入園を希望する園児を募集します。

▷対象

平成29年4月2日以降に生まれたお子さん

▷提出書類

入園申込書は本庁福祉保健課・海山総合支所福祉環境室と各保育園にあります。

▷決定通知

入所承諾通知書を令和5年2月ごろに発送します。

▷注意事項

○受付時に、書類確認、聞き取り調査を行いますので、必ず保護者など事情のわかる方がお越しください。

○入園申込書にマイナンバー記入欄がありますので、記入をお忘れなくお願いします。

○受付場所が紀伊長島地区と海山地区とでは異なりますので、ご注意ください。

▷問い合わせ 本庁福祉保健課 TEL46-3122

海山総合支所福祉環境室 TEL32-3904

施設名	定員	受付場所および期間	
ひかり保育園	50名	11月1日(火)～30日(水) (土・日曜日、祝日を除く) 各保育園および本庁福祉保健課	
ひがし保育園	50名		
三浦保育園	20名		
ふらここ保育園	30名		
相賀幼児園	60名	11月1日(火)～30日(水) (土・日曜日、祝日を除く) 海山総合支所福祉環境室	—
上里保育園	60名		11月9日(水) 午後3時～5時 上里保育園

スマホ教室

スマホに替えようと思っている人やスマホに替えて間もない人などスマホに慣れていない人向けにスマホ教室を開催します。

内容

○初級

電源の入れ方、電話のかけ方、メールの使い方、アプリのインストール方法、インターネットの使い方、LINEなどの使い方など

○中級

カメラの使い方(基本・応用・動画撮影・自撮り)、地図アプリの使い方、ニュースの見方、動画の視聴

の仕方など

※スマホをお持ちでない方には、貸出用のスマホを準備いたしますので、申込時にお知らせください。

定員 各講座20名

申し込み方法

10月11日(火)受付開始します。

右記のQRコードまたは本庁企画課まで電話で申し込みください。



		日程	時間	会場
初級	①	10月25日(火)	午後1時30分～3時	長島多目的会館
	②	10月26日(水)	午後1時30分～3時	引本会館
	③	10月27日(木)	午前10時～11時30分	生涯学習センター
	④	10月28日(金)	午前10時～11時30分	東長島公民館
中級	⑤	10月27日(木)	午後1時30分～3時	生涯学習センター
	⑥	10月28日(金)	午後1時30分～3時	東長島公民館

【問い合わせ・申し込み】本庁企画課 TEL(46) 3113

ちびっ子グラウンド・ゴルフ大会

日時 10月30日(日)

午前8時30分～11時30分(終了予定)

予備日: 11月13日(日)

場所 東長島スポーツ公園グラウンド

対象 紀北町立小学校の児童

※ペアの部は児童と関係者

申込期限 10月17日(月)

※低学年の部(小学校1年生～3年生)16名、高学年

の部(小学校4年生～6年生)20名、ペアの部12組

を募集します。

申し込み方法 所定の用紙に記入の上、教育委員会
本庁生涯学習課または海山総合支所教育室に申し込
みください。



【問い合わせ】教育委員会本庁生涯学習課 Tel(46) 3125 海山総合支所教育室 Tel(32) 3905

第12回昭和の縁日

昭和の縁日が3年ぶりに開催されます。会場には
懐かしい遊びや食べ物の屋台が並び、子どもから大
人まで楽しめる縁日となっています。

恒例のお化け屋敷はお休みしますが、かわりの催
し物を準備していますので、家族みんなで遊びに来
てください。

日時 10月29日(土) 正午～午後4時

※雨天の場合10月30日(日)に延期

場所 長楽寺・長島多目的会館



【問い合わせ】本庁商工観光課 Tel(46) 3115

第15回紀北町権兵衛の故郷走ろう大会白石湖ステージ

日時 11月23日(水・祝) 午前9時～

受付・控え場所 海山公民館(相賀481番地2)

参加費 無料(本年度につきましては、参加賞など
はありません。)

種目 1.5km・3km・5km マラソン

(本年度は、1.5km・3km ジョギングマラソン、6km
リレーマラソン、10kmマラソンは実施しません。)

申込期間 10月3日(月)～21日(金)

※締め切り厳守

※申し込み方法など詳しくは、教育委員会本庁生涯
学習課および海山総合支所教育室に設置の大会パン
フレットをご覧ください。お問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、申
し込み後に開催中止となる場合がありますのでご了
承ください。



【問い合わせ】海山総合支所教育室 Tel(32) 3905



9月から紀北町で5人目となる地域おこし協力隊に前川あかねさんが着任しました。

今回は着任されるまでの経緯と今後について前川さんにお話を伺いました。

— 紀北町にきたきっかけは？

大学時代、町おこしや観光振興を専攻していて、ご縁があり大学三年生のときに初めて紀北町へ来訪しました。美しい海や川、山の景色や街並み、きれいな空にほれ込んだのはもちろんですが、それ以上に人の温かみをすごく感じました。その時のプロジェクトは単

発なもの

ほとんどでしたが、卒業後もお世話になった方々とまた何か一緒に取り組めたらいいなと思い続けて8年が過ぎました。30歳を目前にして、やはりもう一度地域振興・観光振興に携わりたいなと思いが芽生え、そんなとき「地域おこし協力隊」で検索したところ、懐かしの紀北町がいちばん上にヒットしました。これは運命だな、行くしかないなという一心で応募し、気付いたら紀北町にたどり着いてました。「おかえり」と出迎えてくれた第二の故郷のような紀北町を、もっともっと好きになれたらいいなと思っています。

— いろんなことをして
いきたいですか？

私のように町へほれ込んで移住定住してくれる人や、実際に足を運んでくれる人が増えるようなPR活動や、PR動画の制作に努めたいです。紀北町には町のことをおもう熱い方々がたくさんいて、そこがすごく魅力的だなと思います。たくさんの町民の方々とコミュニケーションを取り、時には一緒に汗をかいて、皆さまのおもいをくみ取った上で私なりの付加価値をつけてブランディング・発信していきたいです。



問い合わせ／本庁企画課
TEL(46) 31113

健康への第一歩！

紀北健康センター からのお知らせ

爽やかな秋風を感じる季節になりました。皆さん、運動の秋を楽しんでいますか。

今月は、身体も心も伸び伸びできるストレッチ教室をご紹介します。

ストレッチは、柔軟性向上や疲労回復の促進を図るとともに、ストレス軽減やリラクゼーション効果など心の健康づくりにも効果的です。健康センターでストレッチ方法を習得して日々の生活に生かしてくださいね。

◆ストレッチ教室のお知らせ

会員やビジター利用の方は、随時、運動指導員によるストレッチのアドバイスを受けることができます。毎週水曜日に無料で開講しているストレッチ教室に参加することができます。



ストレッチ教室では、午前10時30分から10時50分まで準備運動としてのストレッチ教室、午前11時20分から11時40分まで整理体操のストレッチ教室を開講しています。詳細は、紀北健康センターまでお問い合わせください。



【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
TEL(46) 31125

ちびっこ・学生アナウンサー

7/26、8/2・16・23 ZTV東紀州放送局

行政放送番組ふるさと紀北町で小学生などがアナウンサーを行う、ちびっこ・学生アナウンサーが実施されました。参加した子どもたちは行政情報やまちの話題の原稿を少し緊張した面持ちで読み上げていました。



ビーズアートづくり

8/17 長島多目的会館

紀伊長島いきいき子ども学園でビーズアートづくりが行われました。子どもたちは形や色の違うビーズを組み合わせお気に入りのアクセサリなどを作っていました。



表敬訪問

8/12、9/13 役場本庁

第90回日本高等学校選手権水泳競技大会（インターハイ）と第77回国民体育大会いちご一会とちぎ国体に出場する尾鷲高校2年生の平野愛海選手、同国体に出場する鹿屋体育大学3年生の直江篤樹選手、中京大学2年生の廣下菜月選手が町長を表敬訪問しました。



水産スクール

9/12 引本浦地区

三船中学校の1年生を対象に水産スクールが開催され、マダイなどの養殖を行う有限会社貞丸水産の山口さんから魚を養殖する過程やおいしく出荷する方法について説明を受けました。生徒は海上のいけすでの餌やり体験のあと育てられた魚の刺し身などを食べさせてもらい、町の水産業について興味深そうに学んでいました。



表敬訪問

9/5 役場本庁

紀北町・熊野市・御浜町で開催される全日本総合男子ソフトボール選手権大会への出場報告に紀北ファイターズが町長を表敬訪問しました。



まなぶんジャー

9/5 相賀小学校、相賀地区

相賀小学校の児童を対象にまなぶんジャーが開催されました。講師にネイチャーフォトグラファーの内山りゅうさんを招き、銚子川の生き物や環境を守るたいせつさについて講演のあと、銚子川でフィールドワークを行いました。自分たちで捕まえたヌマチチブやボウズハゼのほか、イドミミズハゼやカワアナゴなどの貴重な生き物を興味深そうに観察していました。



募集

商工観光課

三重紀北SEA TOSUMMIT® 2022

三重紀北SEA TOSUMMIT®が3年ぶりに開催されます。現在、参加者の募集を行っていますので、皆さまのご参加をお待ちしています。

開催日

11月12日(土)、13日(日)

開催概要

○12日 環境シンポジウム
○13日 アクティビティ(カヤック、自転車、ハイク)
申し込み方法
下記QRコード
からお申し込み
ください。

募集期限

10月13日(木)

【問い合わせ】

本庁商工観光課
TEL(46) 3115



おしらせ

企画課

「Yahoo! JAPAN」
「Yahoo! JAPAN
アプリ」で行政情報や
イベントなどの情報
をお届けします。

町の情報をより多くの方にお届けするため、9月から新たにYahoo! JAPANのサービスを通じて行政情報やイベントなどの情報配信を始めました。
「Yahoo! JAPAN」や「Yahoo! JAPANアプリ」で紀北町を地域登録するとスマートフォンなどで手軽に町からのお知らせを入手することができます。

Yahoo! JAPAN
アプリの
ダウンロード

地域の
設定方法



【問い合わせ】

本庁企画課



TEL(46) 3113

水道課

水道メーターの 取り換え工事 について

町では、計量法に基づき、一定の期間を経過した水道メーターの取り換えを行っています。該当するご家庭に、町の委託業者が伺いますので、取り換えにご協力をお願いします。

取り換え作業の従事者は町が発行した身分証明書を携帯しています。不審に思われた場合は、身分証明書の提示を求めているかどうか、問い合わせ先までご連絡ください。

※お客さまに費用の負担を求めることはありません。

※取り換え対象は、メーターのふたに記載されている番号の上3桁が、「015」のもです。

期間 10月中旬～11月下旬

【問い合わせ】

本庁水道課
TEL(47) 5500



海山総合支所水道室
TEL(32) 3906

住民課

行政相談週間 10月17日(月)～ 23日(日)

「行政相談」は、国や特殊法人などの仕事について、皆さまから苦情や意見、要望をお聞きし、その解決の促進を図る制度です。

総務省では、この行政相談制度を皆さまにもっとよく知って利用していただくため、10月17日(月)から23日(日)までの1週間を「行政相談週間」として、全国的にいろいろな行事を行います。

紀北町では、次のとおり「行政相談所」を開設します。年金、医療保険、税金、道路、社会福祉など役所の仕事についてお気軽にご相談ください。

日時 10月12日(水)

午後1時30分～3時30分

場所 社会福祉会館1階
相談担当 行政相談委員

※「行政相談委員」とは、総務大

臣が委嘱している民間有識者で、皆さまの身近な相談相手です。
相談料 無料
※相談者の秘密は固く守ります。
※今後の状況により日程を変更する場合があります。

【問い合わせ】

本庁住民課

TEL(46) 3117

海山総合支所住民室
TEL(32) 3902



福祉保健課

紀北町戦没者 追悼式のおしらせ

紀北町では毎年、先の大戦において、犠牲となられた多くの方々に追悼の誠をささげ、あわせてそのご冥福を祈願するため、紀北町戦没者追悼式を開催しています。

本年度も紀北町戦没者追悼式につきましては、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止と参列者の安全面を考慮し、参列者の規模を縮小し開催します。遺族代表として、遺族会役員の

み参列していただきます。

参列を予定していた方々には、ご迷惑をおかけしますがご理解とご協力をお願いします。

※ご遺族の方への開催通知は送付しません。

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止する場合もあります。

【問い合わせ】

本庁福祉保健課
TEL(46) 31222



生涯学習課

紀北町民文化展 中止のお知らせ

例年、10月、11月に開催を予定しています紀北町民文化展(海山・紀伊長島)は、本年度の開催を中止させていただきますのでご了承ください。

【問い合わせ】

教育委員会本庁生涯学習課
TEL(46) 31225
海山総合支所教育室
TEL(32) 3905

初めての スマホ相談窓口

スマートフォンを買ったけど、通話以外の機能がわからない、カメラ機能やテレビ電話の操作方法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りますのでご了承ください。

会場・日時

- 生涯学習センター
10月5日(水)、12日(水)
午前10時30分～正午
- 東長島公民館
10月19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

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) 31225

三重県労働局賃金室

三重県最低賃金が
時間額933円
に改定



三重県最低賃金は、10月1日に31円引き上げられて時間額933円になりました。

この最低賃金は、年齢・雇用形態(パート・アルバイトなど)を問わず、三重県内で働く全ての労働者に適用されます。

なお、特定の産業に該当する事業場で働く労働者には、特定(産業別)最低賃金が適用されます。

また、最低賃金の引き上げに対応して、中小企業支援のための業務改善助成金制度や働き方改革推進支援センター無料相談窓口へTEL(0120) 111417を設けていますので、ぜひご利用ください。

【問い合わせ】

三重県労働局賃金室
TEL059(226) 2108

(公財)三重県角膜・腎臓バンク協会

10月は臓器移植
普及月間です。

臓器移植は、臓器の機能が著しく低下し、移植によってのみその回復が見込まれる人に対して行う医療で、臓器の提供者はもとより、広く社会に理解と支援があつて成り立つ医療です。

臓器移植が広がっていくためには、一人一人が、臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思表示をしておくことがたいせつです。運転免許証や健康保険証、マイナンバーカードの意思表示欄で意思表示が可能です。

ぜひご自分の意思を記入しておきましょう。



【問い合わせ】

(公財)三重県角膜・腎臓バンク協会
TEL059(224) 2333

※平日 午前8時30分～午後5時15分

有料広告



ヤクルトスタッフ募集！！

- 仕事内容 ヤクルト商品のお届け・健康情報のお知らせ
- 時間 9時～14時30分頃
- 収入 10万円～(希望収入の相談可)
- 休日 土・日曜日、GW、年末年始
- 勤務地 紀北町船津 891-4 ヤクルト紀勢センター

個別にお仕事説明会開催中



人も地球も健康に

Yakult



お問い合わせ

TEL 0120-8960-98

受付時間 8:30～17:00(土・日除く) 担当 前田



もしかして、『フレイル』かも？ コロナ禍のフレイル対策について

フレイルとは？

心身の活力が低下し、要介護状態となるリスクが高くなった状態を「フレイル」といいます。

高齢者の方で新型コロナウイルス感染症の感染を恐れるあまり、外出を控えることで生活が不活発になっていく方が増えています。動かない状態が続くことにより、フレイルをまねく恐れがあります。このフレイルの予防は、要介護状態の予防につながります。

フレイルチェック

左のチェック項目の中で、あてはまる状態にチェックしてみましょう。

- 体重の減少
- 疲れやすくなった
- 日常生活の活動量の減少

- 筋力(握力)が低下した
- 動作(歩行)が遅くなった

三つ以上の項目にチェックがつくとフレイルの疑いがあります。

フレイルの進行を防ぐために運動、口腔ケア、栄養などに気をつけましょう。

●運動

身体活動は筋肉の発達だけでなく食欲や心の健康にも影響します。家事を運動の機会にするなど今より10分多く体を動かしましょう。

●口腔ケア

口の中の状態が悪くなると、栄養が取りにくくなったり、誤嚥性肺炎を起こすなど全身の健康状態に影響を与えます。毎日、



口腔のケアに気を配り、口の中を清潔に保ちましょう。また、かむ力と飲み込む力を維持するために、口腔体操や唾液腺マッサージも行いましょう。

●栄養

バランスの取れた食事を1日3食しっかり取りましょう。魚、肉、大豆製品などのたんぱく質を含む食品を取ることが大切です。



けんこう コラム

「しっていますか？」「消費期限」と「賞味期限」の意味

加工食品には、『消費期限』か『賞味期限』の表示があります。この二つの期限の違いを間違えると食品ロスにつながってしまいます。

※食品ロス：本来食べられるにも関わらず捨てられていく食品のこと

- 品質の劣化が早い食品に表示される。
- 「安全に食べられる期限」を示す。
- 期限を過ぎた場合は、食べない方がよい。

- 品質の劣化が比較的遅い食品に表示される。
- 「おいしく食べられる期限」を示す。
- 期限を過ぎても、すぐに食べられなくなる訳ではない。※ただし、未開封の場合

消費期限



賞味期限



日本の食品ロスは1年間で570万t(令和元年度推計値)です。食品メーカーや飲食店などからは約309万tが、一般家庭からは約261万tが発生しています。食品ロスを減らすためには、食品の期限表示を正しく理解し、必要なものだけを買う、余った食材や料理は別の料理に活用して食べきるようにします。

食品ロスを少しでも減らすために自分でできることを実践してみよう。



● 「ちょい減らし+10」3か月チャレンジ

自分にあつた食事と運動の目標を、コツコツ実践する取り組みです。第2回チャレンジ期間は、11月1日(火)から令和5年1月31日(火)までです。ポイントをためて記念品をゲットしましょう！

詳しくはお問い合わせください。



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!

『高齢者インフルエンザワクチン』費用助成について

紀北町では費用の一部を助成しています。希望される方はお早めに県内の医療機関で接種してください。

【対象】

紀北町に住民票がある方で、接種日現在で下記のいずれかに該当する方

① 65歳以上の方

② 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がいがある方

【実施期間】

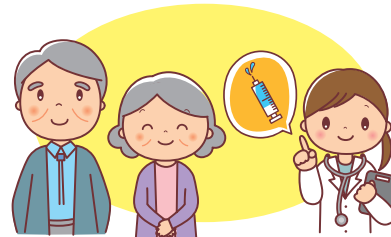
10月1日(土)～令和5年1月31日(火)

【自己負担金】 1,500円

【助成回数】 1回

【持ち物】 健康保険証

※紀北町および尾鷲市以外の医療機関で接種を希望される方は、接種前に本庁福祉保健課または海山総合支所福祉環境室にお問い合わせください。
※やむを得ない理由により県内で接種できない場合は、本庁福祉保健課にご相談ください。



10月の健康カレンダー

お子さまのイベント

● 幼児健診※

日程：10月13日(木)

場所：東長島公民館

申し込み：不要

※対象者には通知を郵送します。忘れず受診してください。

※1歳6カ月児健診、2歳6カ月児歯科健診、3歳6カ月児健診を幼児健診として同日に実施します。

● すくすく子育て相談

日時：10月19日(水) 午前10時～10時30分

場所：東長島公民館2階

申し込み：不要

内容：子育てに関する各種相談、身体計測

持ち物：母子健康手帳



紀北医師会休日診療当番表

月日	曜日	病 院 名	電 話
10/9	日	か とう 小 児 科	Tel 47-3341
10/16	日		
10/23	日		
11/6	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(Tel 46-3122)または海山総合支所福祉環境室(Tel 32-3904)までお願いします。



海山図書室から



「嘘つきジェンガ」

辻村深月

3種の詐欺犯罪を描いた、詐欺をめぐる三つの物語。見え、不安…ほんの出来心から積み上げてしまったうそ。だます側、だまされる側、それぞれの心理を巧みに描く。

「図書名」/著者名

■一般図書

「営繕るかや怪異譚 その参」/小野不由美

「乱鴉の空」/あさのあつこ

「古墳図鑑」/青木敬

「SHO-TIME 大谷翔平」/ジェフ・フレッチャー

■児童図書

「パンどろぼう おにぎりぼうやのたびだち」/柴田ケイコ

「ロドリゴ・ラウバインと従者クニルプス」

/ミヒヤエル・エンデ ヴィーラント・フロイント

「かみなり」/妹尾堅一郎

紀伊長島図書室から



「汝、星のごとく」

風良ゆう

瀬戸内の島に暮らす高校生の暁海。同じように家庭の事情から孤独と将来への不安を持つ転校生、権は互いにひかれ合い卒業後は島を出ていこうと約束するが…。自分の人生を自由に生きることをためらう2人は何を選び取り何を手放すのか。

「図書名」/著者名

■一般図書

「バナナの魅力を100文字で伝えてください 誰でも身につく36の伝わる法則」/柿内尚文

「あっちこっち食器棚めぐり」/伊藤まさこ

「腹を割ったら血が出るだけさ」/住野よる

■児童図書

「よくみると…」/shimizu

「こどもが探せる身近な場所のきれいな石材図鑑」

/柴山元彦 井上ミノル

「食糧危機のサバイバル」/ゴムドリ co.

● 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

『Excel』の基本講座を開催します。ぜひご参加ください。

対象

町内在住または町内に勤務している方

募集期間 10月11日(火)まで

会場・日程

● 紀北町生涯学習センター

10月25日(火)または26日(水)

● 東長島公民館

10月28日(金)または29日(土)

※各回とも同じ内容で

2時間程度の講座になります。

開始時間 午前9時30分

受講料 500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

電話にてお申し込みください。



「よみきかせの会」や イベント情報は

紀北町生涯学習センターの
ホームページから

ご覧ください。

※ホームページはQRコードから



【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

戸籍の窓

【令和4年8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。



お誕生おめでとう

住所	氏名	年齢
東長島	東 有一	(72歳)
東長島	東 健吾	(81歳)
東長島	岡田 大西	(32歳)
東長島	林 正子	(84歳)
東長島	小林 静市	(94歳)
長島	長井 よし	(96歳)
海野	池畑 勇平	(88歳)
海野	堀畑 正子	(75歳)
長島	東 充子	(91歳)
長島	安島 とも	(96歳)
長島	橋本 正照	(93歳)

ご冥福を祈ります

東長島	竹中 瑛子	(82歳)
長島	九鬼 益枝	(87歳)
東長島	服部 八代	(88歳)
東長島	上野 幾郎	(95歳)
東長島	倉本 正子	(92歳)
船津	中村 喜久夫	(83歳)
馬瀬	山本 榮子	(89歳)
馬瀬	片山 襟子	(76歳)
引本浦	奥村 悦生	(82歳)
引本浦	奥村 すみ子	(93歳)
引本浦	濱田 たか子	(87歳)
中里	玉置 保夫	(93歳)



長島	西谷 毅也	一万円
道瀬	大谷 肇	一万円
馬瀬	西村 公子	二万円

善意をありがとう
～紀北町社会福祉協議会へ～
【令和4年8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
10月 19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 10月12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。

※状況により日程を変更する場合があります。

【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（予約制）

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申請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）

10月5日(水) 海山総合支所住民室

10月12日(水) 本庁住民課

10月19日(水) 海山総合支所住民室

●休日窓口（午前9時～正午）

10月8日(土) 本庁住民課

10月23日(日) 海山総合支所住民室

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため予約をお願いします。

※申請時に本人確認書類などが必要です。

【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

2022.10
No.204

(令和4年9月1日現在)※外国人を含む
 ■人口: 14,575人 ■世帯数: 7,812世帯
 ■男: 6,848人 ■女: 7,727人

編集・発行 千519-3292 三重県北牟婁郡紀北町東長島769番地1
 紀北町企画課 (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。
 右のQRコードからも申し込みできます。



令和3年10月3日生まれ



がく
松井 岳くん

お姉ちゃんとはん👶👶が、大好きな岳くんです☆

<東長島>務・綾子さん



令和3年10月15日生まれ



とうか
久保 橙佳くん

1歳おめでとう♡毎日癒しをありがとう！兄弟仲良く健やかに育ってね😊

<東長島>祐介・美咲さん

やっぱりええやん！きほく



今年も矢口浦地区でアオサ養殖の網張りが始まりました。
 湾内の浅瀬に色とりどりの網が規則正しく並べられ、生産者はまだ暑さが残る中、あらかじめ立てたくいに網を結ぶ作業に汗を流していました。



『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 2022年10月号

20