

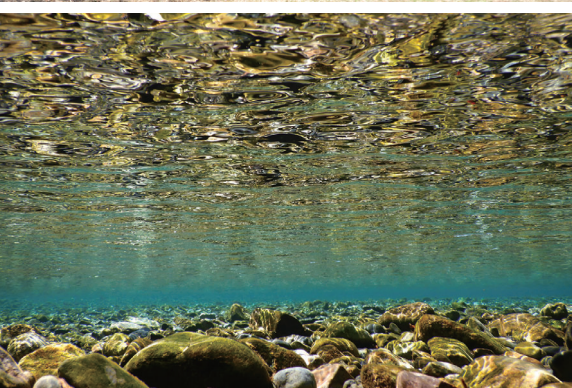
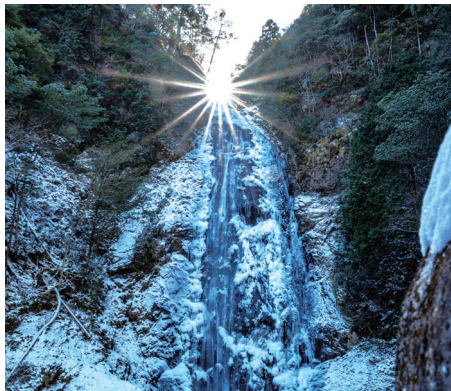
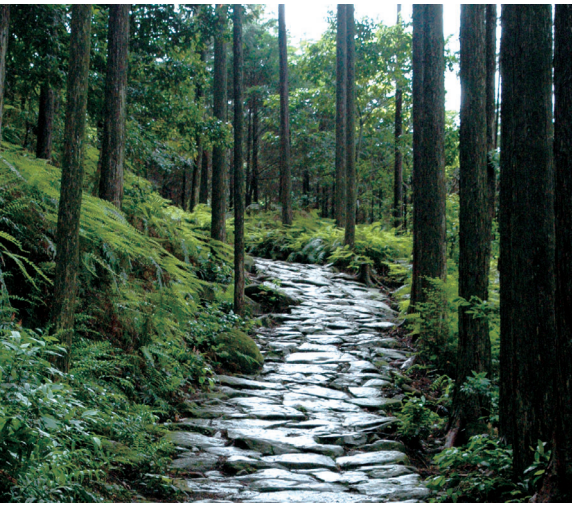
広報

さほく

11

2025
令和 7 年
No.241

November



紀北町制20周年記念

広報きほく 11月号

今月の表紙 Front cover

CONTENTS

- 02 目次 / 今月の表紙 / #パシャリとキホク
- 03 令和 8 年度幼稚園児募集 / 令和 8 年度放課後児童クラブ (にじいろクラブ) 新規入会募集
- 04 紀北町制 20 周年記念式典
- 06 職員給与等状況
- 08 水質検査結果
- 10 家屋滅失届のおしらせ / 差し押さえ強化月間
- 11 『はじめての上方落語 ～笑いでつながるひととき～』 / 『文化の夕べ』開催のおしらせ
- 12 古道秋まつり in ツツラト開催のおしらせ / ライド/ハイクフェス 2025 in 紀北・尾鷲開催
- 13 スポGOMI大会 in 紀北町参加チーム募集 / きほく日本語サポーター養成講座参加者募集
- 14 美村パスポートについて
- 15 Kihoku Playback
- 17 暮らしの情報
- 20 けんこうの広場
- 22 図書室だより
- 23 戸籍の窓
- 24 にじいろスマイル

20th KIHOKU

紀北町制 20 周年

紀北町制 20 周年

今月号の表紙は、町制 20 周年を記念するデザインとしました。中央に配した 20 周年記念ロゴを中心に、紀北町が誇る美しい自然の風景、地域を彩るにぎやかなイベントの様子、そして未来を担う子どもたちの元気あふれる写真を散りばめました。



広報きほく × Instagram 連動企画

パシャリとキホク

#パシャリとキホクの詳細は町ホームページをご確認ください。



@kisei3161

📍 相賀



@nagasaki.sakana

📍 紀伊長島漁港

今月の写真

(9月中の投稿写真から選びました)

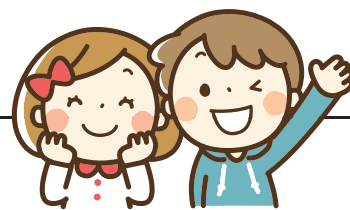


Instagramに「#パシャリとキホク」をつけて投稿いただいた写真から毎月数点を選び、翌々月発行の広報きほくに掲載します。どなたでも参加OK! 投稿をお待ちしています!

広報きほく 2025 年 11 月号

募集

令和 8 年度幼稚園児募集



令和 8 年 4 月に入園を希望する園児を募集します。

▷提出書類 入園申込書（幼稚園で交付、提出は幼稚園へお願いします。）

施設名	入園資格	保育料	受付期間	送迎方法
紀伊長島幼稚園 (TEL47-3566)	紀伊長島地区に在住する、令和 2 年 4 月 2 日～令和 3 年 4 月 1 日に生まれたお子さん（対象：5 歳児）	無償	11 月 4 日（火）～28 日（金） （土・日曜日を除く）	地区内全域 幼稚園バスで 送迎

紀北町立幼稚園では、子育てを支援するため一時預かり保育を実施しています。

▷一時預かり保育の内容

保護者または扶養義務者の傷病、災害、事故、出産、看護、介護、冠婚葬祭など社会的にやむを得ない事由により保育が必要となった在園児を、一時的に預かります。

▷対象 紀北町立幼稚園在園児

▷実施日 月～金曜日の園の実施日

▷預かり時間 午後 4 時 30 分まで

▷保育料 無償

▷送迎 【登園】幼稚園バスを利用

【降園】保護者の方などが園までお迎え

※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

募集

令和 8 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

にじいろクラブでは、新規入会児童を募集しています。プール遊びや、川遊び、魚釣り、自然体験、ヨガなどたくさんのイベントを企画し、より楽しく充実した毎日を送れるよう、スタッフ一同全力でサポートします。

たくさんのお子どもたちの笑顔に会えることを楽しみにお待ちしております。お問い合わせの上、ぜひ、にじいろクラブをご利用ください。

※12 月には見学会を予定していますので、お気軽にご参加ください。



▷募集クラス・開設場所

○長島キッズ・ジュニア（小学校 1～6 年生）西小学校

○海山キッズ（小学校 1・2 年生）紀北教育会館

○海山ジュニア（小学校 3～6 年生）相賀小学校体育館

▷対象

小学生で、保護者が就労している、疾病などにより療養中、介護などで昼間家にいないご家庭の児童

※お子さまに病気や障がい、発達の心配がある場合は、事前にご相談ください。

▷申し込み方法

各クラブにて配布の利用申請書に必要事項をご記入の上、入会を希望するクラブに提出してください。



問い合わせ・申し込み にじいろクラブ長島 TEL 070 (8513) 4080 にじいろクラブ海山 TEL 070 (8461) 4064

祝 紀北町制20周年記念式典



紀北町制 20周年記念式典

町制20周年を迎えて

平成17年10月11日に旧紀伊長島町と旧海山町が合併し、紀北町が誕生してから20周年を迎えました。

町では、9月28日(日)に海山公民館で「紀北町制20周年記念式典」を開催し、20周年の節目を祝いました。

合併後20年を振り返る

式辞では、尾上壽一町長がこの20年を振り返りながら今後のまちづくりについて「人生100年時代を迎え、誰もが健康で生きがいを持って暮らせる町をつくってまいります。また、次世代を担う子



どもたちが夢を抱き、希望を持てる紀北町へと成長させていく決意であります」と述べました。

功労者表彰

・感謝状贈呈

町の発展のため、長きにわたり各分野で多大な貢献をいただいた方々や団体（功労者表彰には23名、感謝状贈呈には1名と10団体）に、それぞれ表彰状と感謝状ならびに記念品の贈呈が行われました。



功労者表彰

特別自治功労（町行政の発展と地方自治の推進に尽力され功績のあった方）

○故 東 清剛

自治功労（町行政の発展と地方自治の推進に尽力され功績のあった方）

○平野 隆久 ○家崎 仁行
○瀧本 攻 ○玉津 充
○山口 剛信 ○大西 千恵子
○奥田 眞介



生活安全功労（防災、防犯などの住民生活の安全活動に尽力され功績のあった方）

○世古 勝典 ○堂前 尋旦



社会福祉功労（地域住民の生活に密着した福祉活動に尽力され功績のあった方）

○太田 哲明 ○松永 幸也
○長井 征資 ○西村 俊二
○田島 啓伍

産業振興功労（地場産業などの推進に尽力され功績のあった方）

○速水 亨 ○田中 安裕

教育文化功労（学校教育ならびに社会教育の向上に尽力され功績のあった方）

○浅川 研 ○村島 起郎
○中井 克佳 ○中野 秀典
○倉崎 路易子 ○中村 高子



感謝状贈呈

（さまざまな分野において町の振興・発展に貢献をされた方）

○故 岩崎 幸雄
○瀬古食品有限会社・長島シヨツピー
○紀北町自治会連合会
○紀伊長島地区自主防災連絡協議会

○海山地区自主防災連絡協議会
○一般社団法人 紀北医師会
○一般社団法人 紀北薬剤師会
○一般社団法人 尾鷲歯科医師会
○三重県猟友会紀北支部
○紀北町建設業協会
○ツツラト峠を世界につなぐ会

（敬称略）

記念上映や アトラクション

功労者表彰・感謝状贈呈のあとは、来賓の方々による祝辞や祝電の披露が行われました。
最後に20周年を記念して万歳三唱が行われ、和やかな雰囲気の中式典を締めくくりました。



また、式典の第2部として、「未来へつむぐ、私たちの紀北町」と題した映像が上映され、合併後20年の主な出来事を振り返りました。

最後に行われたアトラクションでは、地元の子どもから大人まで20人のメンバーで構成する「和太鼓・賀楽多」の力強い太鼓演奏で、20周年に花を添えました。

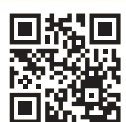
式典の様子は町ホームページでも紹介しています。

ホームページ
はこちらから



第2部で上映された記念映像を
ご視聴していただけます。

記念映像は
こちらから



職員の給与等の状況

地方公務員の給与は、民間との比較、国家公務員やほかの地方公共団体職員とのバランスなどを考えて決められています。町民の皆さまに、紀北町職員の給与の実態を知っていただくため、その概要をお知らせします。

1. 人件費の状況（令和6年度）

住民基本台帳人口 (令和7年3月31日現在)	歳出総額	実質収支額	人件費	人件費率
13,675 人	11,224,776 千円	630,726 千円	2,030,523 千円	18.0%

2. 職員の平均年齢、平均給料月額および平均給与月額の状況（令和7年4月1日現在）

一般行政職			技能労務職		
平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
42.9 歳	331,087 円	374,339 円	55.8 歳	293,313 円	326,199 円

※「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、通勤手当、住居手当、時間外勤務手当などの諸手当の額（期末・勤勉手当、退職手当を除く）を合計したものです。

3. 職員の初任給の状況（令和7年4月1日現在）

区 分		紀北町	三重県
一般行政職	大学卒	220,000 円	228,300 円
	高校卒	188,000 円	195,200 円
技能労務職	高校卒	185,700 円	-

4. 職員の採用状況（令和7年4月1日採用）

区 分	採用人数
一般行政職	3 人
技能労務職	1 人

5. 職員の退職状況（令和6年度）

区 分	退職人数
定年退職	2 人
普通退職	2 人

6. 部門別職員数の状況（各年4月1日現在）

区 分 部 門		職員数		増減
		令和7年	令和6年	
一般行政部門	議会	3	3	0
	総務	46	45	1
	税務	9	10	△1
	民生	18	17	1
	衛生	34	32	2
	農林水産	13	13	0
	商工	8	8	0
	土木	15	16	△1
	計	146	144	2
特別行政部門	教育	24	25	△1
	計	24	25	△1
公営企業等会計部門	水道	7	7	0
	その他	13	14	△1
	計	20	21	△1
合 計		190	190	0

※一般職（技能労務職を含む）に属する職員数です。
※広域連合への派遣職員および再任用（短時間）職員は除いています。

7. 特別職の報酬等の状況（令和6年度）

区 分	給料・報酬月額	期末手当（年間）	勤勉手当（年間）	退職手当（1期分）
町 長	720,000 円	3.95 月分	—	給料月額 × 48 カ月 × 41.6/100 給料月額 × 48 カ月 × 25.0/100 給料月額 × 36 カ月 × 18.3/100
副町長	570,000 円			
教育長	540,000 円			
議 長	294,000 円	3.20 月分	—	—
副議長	220,000 円			
議 員	203,000 円			

8. 職員手当の状況 (令和6年度)

区 分	内 容	支給実績												
扶養手当	配偶者 6,500 円 子 10,000 円 父母等 6,500 円 16 歳以上 22 歳までの扶養親族 5,000 円加算	20,534 千円												
住居手当	借家等 (家賃額 16,000 円以上を支払う場合) 限度額 28,000 円	7,243 千円												
通勤手当	2 km 以上の通勤者 2,000 円 ~ 31,600 円 公共交通機関利用 運賃相当額 (限度額 55,000 円)	10,953 千円												
特殊勤務手当	著しく危険、不快、不健康または困難な勤務、その他著しく特殊な勤務に従事した職員に支給 ○介護手当 月額 6,000 円 ○清掃業務手当 月額 6,000 円 ○公有林造林作業手当 月額 600 円 ○霊きゅう車運転業務手当 1 回 420 円 ○火葬業務手当 1 体 780 円	2,012 千円												
時間外勤務手当	正規の時間勤務を超えて勤務を命じられた職員に支給 1 時間当たりの給料月額 $\times 125/100 \sim 160/100$	28,643 千円												
管理職手当	課長 定額 40,000 円 副参事 定額 30,000 円 課長補佐・主幹 定額 25,000 円	21,020 千円												
期末・勤勉手当	<table> <tr> <td></td><td>期末手当</td><td>勤勉手当</td></tr> <tr> <td>6 月期</td><td>1.225 月分</td><td>1.025 月分</td></tr> <tr> <td>12 月期</td><td>1.275 月分</td><td>1.075 月分</td></tr> <tr> <td>計</td><td>2.500 月分</td><td>2.100 月分</td></tr> </table> 職制上の段階・職務の等級による加算措置あり		期末手当	勤勉手当	6 月期	1.225 月分	1.025 月分	12 月期	1.275 月分	1.075 月分	計	2.500 月分	2.100 月分	312,143 千円
	期末手当	勤勉手当												
6 月期	1.225 月分	1.025 月分												
12 月期	1.275 月分	1.075 月分												
計	2.500 月分	2.100 月分												
退職手当	<table> <tr> <td></td><td>自己都合</td><td>定年退職</td></tr> <tr> <td>勤続 25 年</td><td>28.0395 月</td><td>33.27075 月</td></tr> <tr> <td>勤続 35 年</td><td>39.7575 月</td><td>47.709 月</td></tr> <tr> <td>最高限度額</td><td>47.709 月</td><td>47.709 月</td></tr> </table>		自己都合	定年退職	勤続 25 年	28.0395 月	33.27075 月	勤続 35 年	39.7575 月	47.709 月	最高限度額	47.709 月	47.709 月	42,128 千円
	自己都合	定年退職												
勤続 25 年	28.0395 月	33.27075 月												
勤続 35 年	39.7575 月	47.709 月												
最高限度額	47.709 月	47.709 月												

問い合わせ 本庁総務課 TEL 46-3111

令和 6 年度水質検査結果報告

紀北町では、環境への負荷を減らし、循環型社会を形成することを環境行政の重要な課題としています。町民の皆さまが安心して暮らせるよう、豊かな自然を守り、次の世代に引き継いでいくことは、私たちのたいせつな責務と考えています。このようなことから、町では環境を保全していくために、環境の実態を正確に把握することが必要と考え、毎年、河川や海域の水質検査を実施し、その結果を公表しています。今月号では令和 6 年度に実施した水質検査の結果を広くお知らせするとともに、これをもとに今後の環境行政の充実を図っていきたいと考えています。

● 採取場所……河川 12 カ所、海域 5 カ所

■人の健康の保護に関する環境基準（27 項目）

銚子川（令和 7 年 2 月採取）

項 目	基準値	分 析 結 果	
		銚子川上流	銚子川下流
カドミウム	0.003mg/ℓ 以下	0.0003mg/ℓ 未満	0.0003mg/ℓ 未満
全シアン	検出されないこと	検出せず	検出せず
鉛	0.01mg/ℓ 以下	0.001mg/ℓ 未満	0.001mg/ℓ 未満
六価クロム	0.02mg/ℓ 以下	0.01mg/ℓ 未満	0.01mg/ℓ 未満
ヒ素	0.01mg/ℓ 以下	0.001mg/ℓ 未満	0.001mg/ℓ 未満
総水銀	0.0005mg/ℓ 以下	0.0005mg/ℓ 未満	0.0005mg/ℓ 未満
アルキル水銀	検出されないこと	検出せず	検出せず
ポリ塩化ビフェニル（PCB）	検出されないこと	検出せず	検出せず
セレン	0.01mg/ℓ 以下	0.001mg/ℓ 未満	0.001mg/ℓ 未満
トリクロロエチレン	0.01mg/ℓ 以下	0.001mg/ℓ 未満	0.001mg/ℓ 未満
テトラクロロエチレン	0.01mg/ℓ 以下	0.0005mg/ℓ 未満	0.0005mg/ℓ 未満
ジクロロメタン	0.02mg/ℓ 以下	0.002mg/ℓ 未満	0.002mg/ℓ 未満
四塩化炭素	0.002mg/ℓ 以下	0.0002mg/ℓ 未満	0.0002mg/ℓ 未満
1,2-ジクロロエタン	0.004mg/ℓ 以下	0.0004mg/ℓ 未満	0.0004mg/ℓ 未満
1,1-ジクロロエチレン	0.1mg/ℓ 以下	0.002mg/ℓ 未満	0.002mg/ℓ 未満
シス-1,2-ジクロロエチレン	0.04mg/ℓ 以下	0.004mg/ℓ 未満	0.004mg/ℓ 未満
1,1,1-トリクロロエタン	1mg/ℓ 以下	0.0005mg/ℓ 未満	0.0005mg/ℓ 未満
1,1,2-トリクロロエタン	0.006mg/ℓ 以下	0.0006mg/ℓ 未満	0.0006mg/ℓ 未満
1,3-ジクロロプロペン	0.002mg/ℓ 以下	0.0002mg/ℓ 未満	0.0002mg/ℓ 未満
ベンゼン	0.01mg/ℓ 以下	0.001mg/ℓ 未満	0.001mg/ℓ 未満
シマジン	0.003mg/ℓ 以下	0.0003mg/ℓ 未満	0.0003mg/ℓ 未満
チウラム	0.006mg/ℓ 以下	0.0006mg/ℓ 未満	0.0006mg/ℓ 未満
チオベンカルブ	0.02mg/ℓ 以下	0.002mg/ℓ 未満	0.002mg/ℓ 未満
硝酸性窒素および亜硝酸性窒素	10mg/ℓ 以下	0.1mg/ℓ	0.1mg/ℓ
フッ素	0.8mg/ℓ 以下	0.08mg/ℓ 未満	0.08mg/ℓ 未満
ほう素	1mg/ℓ 以下	0.01mg/ℓ 未満	0.01mg/ℓ 未満
1,4-ジオキサン	0.05mg/ℓ 以下	0.005mg/ℓ 未満	0.005mg/ℓ 未満

※各数値における「未満」とは、分析可能な最小値よりも下回っていることを指します。

■生活環境の保全に関する環境基準（5 項目）

海域（令和 6 年 10 月採取）

項 目	参考基準値 （尾鷲湾・A 類型）	分 析 結 果	
		名倉	赤羽川河口
水素イオン濃度（pH）	7.8 以上 8.3 以下	8.1	8.0
溶存酸素量（DO）	7.5mg/ℓ 以上	7.8mg/ℓ	7.8mg/ℓ
化学的酸素要求量（COD）	2mg/ℓ 以下	2.0mg/ℓ	1.5mg/ℓ
ノルマルヘキサン抽出物質	検出されないこと	検出せず	検出せず
大腸菌数	300CFU/100mℓ 以下	1CFU/100mℓ	3CFU/100mℓ

項 目	分 析 結 果		
	中ノ島	加田	前浜
水素イオン濃度（pH）	8.1	7.5	8.1
溶存酸素量（DO）	9.1mg/ℓ	7.9mg/ℓ	7.8mg/ℓ
化学的酸素要求量（COD）	2.7mg/ℓ	6.2mg/ℓ	1.7mg/ℓ
ノルマルヘキサン抽出物質	検出せず	検出せず	検出せず
大腸菌数	1CFU/100mℓ	40CFU/100mℓ	1CFU/100mℓ

河川（令和 6 年 10 月採取）

項 目	分 析 結 果		
	加田鉄橋下	古里	赤岩
水素イオン濃度（pH）	6.9	6.7	8.1
溶存酸素量（DO）	7.7mg/ℓ	8.2mg/ℓ	7.9mg/ℓ
生物化学的酸素要求量（BOD）	0.5mg/ℓ 未満	0.5mg/ℓ 未満	0.6mg/ℓ
浮遊物質（SS）	1.2mg/ℓ	1.0mg/ℓ	10mg/ℓ
大腸菌数	250CFU/100mℓ	71CFU/100mℓ	12CFU/100mℓ

項 目	分 析 結 果		
	片上池	萩原川	下倉川
水素イオン濃度（pH）	7.7	7.4	7.5
溶存酸素量（DO）	7.0mg/ℓ	6.7mg/ℓ	7.5mg/ℓ
生物化学的酸素要求量（BOD）	1.0mg/ℓ	0.5mg/ℓ	1.5mg/ℓ
浮遊物質（SS）	2.8mg/ℓ	28mg/ℓ	6.6mg/ℓ
大腸菌数	1CFU/100mℓ	13CFU/100mℓ	440CFU/100mℓ

河川（令和 6 年 11 月採取）

項 目	分 析 結 果			
	内頭川	こぶた川	三戸川	赤羽川
水素イオン濃度（pH）	7.6	7.6	7.1	7.2
溶存酸素量（DO）	10mg/ℓ	8.6mg/ℓ	10mg/ℓ	9.7mg/ℓ
生物化学的酸素要求量（BOD）	0.5mg/ℓ 未満	1.3mg/ℓ	0.5mg/ℓ 未満	0.5mg/ℓ 未満
浮遊物質（SS）	0.5mg/ℓ 未満	4.2mg/ℓ	0.5mg/ℓ 未満	0.5mg/ℓ 未満
大腸菌数	0CFU/100mℓ	330CFU/100mℓ	88CFU/100mℓ	12CFU/100mℓ

銚子川（令和 7 年 3 月採取）

項 目	基準値 （銚子川・AA 類型）	分 析 結 果	
		銚子川上流	銚子川下流
水素イオン濃度（pH）	6.5 以上 8.5 以下	7.0	7.0
溶存酸素量（DO）	7.5mg/ℓ 以上	12mg/ℓ	11mg/ℓ
生物化学的酸素要求量（BOD）	1mg/ℓ 以下	0.5mg/ℓ 未満	0.5mg/ℓ
浮遊物質（SS）	25mg/ℓ 以下	0.5mg/ℓ 未満	0.5mg/ℓ 未満
大腸菌数	100CFU/100mℓ 以下	570CFU/100mℓ	19CFU/100mℓ

用 語 解 説

●水質基準について

環境基本法に基づいて定められている基準で、「人の健康の保護に関する環境基準」と「生活環境の保全に関する環境基準」の二つがあります。例えば銚子川は、生活環境の保全に関する基準の中で最も厳しい「AA 類型」が適用されています。

●水素イオン濃度（pH）

水溶液の酸性やアルカリ性の度合いを表します。pH が 7 のときには中性、7 を超えるとアルカリ性、7 未満は酸性を示します。よく耳にする「酸性雨」は、pH5.6 以下の雨と定義されています。

●溶存酸素量（DO）

水中に溶けている酸素の量のことです。一般的に、きれいな水には酸素が多く含まれています。

●生物化学的酸素要求量（BOD）

水中の微生物が有機物を分解する際に消費する酸素量のものです。主に河川の水を調べるときに使われ、汚れていると数値が高くなります。

●浮遊物質（SS）

水中に浮遊している直径 2 mm 以下の粒子状物質の量のことです。これが多いと、魚の呼吸や水中植物の光合成ができなくなるおそれがあります。

●化学的酸素要求量（COD）

水中の有機物を分解する際に消費される酸化剤の量を酸素量に換算したものです。主に海や湖の水を調べるときに使われ、汚れていると数値が高くなります。

●大腸菌数

大腸菌や、それによく似た性質を持つ細菌の数を示します。大腸菌は自然界に広く分布しているものですが、この数値が高いと、動物のし尿によって汚れている可能性があります。

●ノルマルヘキサン抽出物質

水中にある油分などを測る指標です。水中の油分は、魚介類が死んだり、においがついたりする原因となります。

問い合わせ 本庁環境管理課 TEL 46-3121

家屋を取り壊したときは必ず手続きを！

住宅や倉庫などの家屋の全部または一部を取り壊したときは、届け出が必要です。

必ず取り壊した年の年末までに手続きをしてください。

※固定資産税は、毎年1月1日現在の状況で課税されます。取り壊しを行った年度については、そのままの課税となりますので、ご了承ください。



● 登記されている家屋を取り壊した場合

法務局で建物滅失登記の手続きをしてください。

滅失登記が完了すると法務局から役場へ通知されるので、役場での手続きは必要ありません。ただし、滅失登記の手続きが12月31日までに間に合わない場合は、町にも家屋滅失届の提出を行ってください。

● 登記されていない家屋を取り壊した場合

町に家屋滅失届を提出してください。

提出された家屋滅失届に基づき税務課職員が現地確認を行い、翌年度の課税対象から除きます。

届け出がない場合、取り壊した家屋に課税されることになりますので、ご注意ください。

【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

差し押さえ強化月間



紀北町および三重県では、11月と12月の2カ月間を「差し押さえ強化月間」と位置付け、地方税の滞納整理に取り組みます。

税収の確保および公平性を保つため、納期限までに納付されていない方に対し、財産の差し押さえなどの滞納処分を集中的に実施します。

災害や病気など特別な理由によって納付が困難になった場合は、随時「納付相談」を受け付けていますので、町税については税務課に、県税については紀州県税事務所までご相談ください。（納期限を過ぎた場合、延滞金が加算される場合があります。）

【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
三重県紀州県税事務所納税課 Tel (23) 3417

令和7年度

紀北町

プラス・デン

今年から
リニューアル！

ちよい減らし+10
チャレンジ！

今年度のチャレンジ期間は1回（8か月間）です！

令和7年

5/1木～12/31水



▲詳しくは
町ホームページへ

チャレンジ参加方法

- 1 食事と運動の目標を決めよう！
- 2 目標クリアにチャレンジしよう！
- 3 両方クリアで1ポイント！
- 4 8か月間で“50ポイント”以上貯まったら、ポイント数に応じて記念品をプレゼント！



きーほくん

はじめての上方落語 ～笑いでつながるひととき～

2025年度紀北教育文化事業は、落語家桂 佐ん吉さんをお迎えし、落語会を行います。

日時 12月6日(土)

午後2時開演(午後1時30分開場)

場所 紀北教育会館1階ホール(相賀379番地1)

内容 落語会 『はじめての上方落語

～笑いでつながるひととき～』

出演者 落語家 桂 佐ん吉

料金 無料

申し込み 申し込みフォームまたははがき(氏名・住所・電話番号)、もしくは各学校・園に配布の申込用紙を提出してください。

締め切り 11月14日(金)

【問い合わせ・申し込み】

〒519-3406 紀北町相賀379番地1

紀北教育研究所 Tel(32) 3500



申し込みはこちらから▶

桂 佐ん吉
大正時代落語家・落語家協会会長
平成23年度落語家協会大賞・落語家協会大賞・落語家協会大賞
平成24年度落語家協会大賞・落語家協会大賞・落語家協会大賞
平成25年度落語家協会大賞・落語家協会大賞・落語家協会大賞

桂 佐ん吉さん 落語会

申込み・お問い合わせはこちら
☎0597-32-3500
<https://sites.google.com/view/kikyoken/>
紀北教育研究所

QRコードからお申込みいただくか、はがきによる申込み(参加者の
氏名・住所・電話番号)をご記入の上、下記住所までご送付
ください。

〒519-3406 三重県北牟婁郡紀北町相賀379-1
紀北教育研究所 所長・玉置 11月14日(金) 〆切

入場無料
2025年 12月6日(土)

開演 14:00 (開場 13:30)

会場 紀北教育会館ホール

〒519-3406 紀北町相賀379-1

駐車場 紀北教育会館前・相賀小学校職員駐車場

＜主催＞紀北教育会館・紀北教育研究所・紀北町文化協会
＜後援＞紀北町教育委員会・紀北町教育委員会・紀北町教育委員会・紀北町教育委員会・紀北町教育委員会

『文化の夕べ』開催のお知らせ

紀北町文化協会に所属する芸能団体による『文化の夕べ』を下記のとおり開催します。お楽しみ抽選会もありますので、お誘いあわせの上、ぜひご来場ください。

日時 11月29日(土)

午後1時～(午後0時30分開場)

場所 海山公民館(相賀481番地2)

出演団体(五十音順)

○あやめ会(舞踊)

○美しい調べの会(コーラス)

○オカリナサークルみやま(オカリナ)

○コーラスはまゆう

○スウィング海山(合奏)



○はなの会(舞踊)

○笛の会・韻(笛)

○藤志保会 勝美流(舞踊)

○ブルメリア(フラダンス)

○海山箏の会(箏)

○海山詩吟同好会(詩吟)

○海山大正琴ビリーブ(大正琴)

○和太鼓・賀桑多(和太鼓)



【主催】紀北町文化協会／紀北町教育委員会

【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

古道秋まつり in ツツラト開催のお知らせ

道の駅「紀伊長島マンボウ」にて古道秋まつり in ツツラトを開催します。

日時 11月2日(日) 午前10時～午後3時 ※雨天時は11月9日(日)

イベント内容

○ツツラト峠ウオーク 時間：午前8時30分～11時30分(当日受付：午前8時～8時20分)

集合：道の駅「紀伊長島マンボウ」

募集：20人

送迎：大紀町定坂小公園送り～志子花広場迎え(バス)

※参加者には道の駅商品券をプレゼント

○ステージイベント 日本舞踊(あやめ会)、太鼓ショー(賀楽多)、古道の風

○アトラクション KIHOKU戦隊アババインショー、熊野古道大すごろく

きーほくん出演、もちまき など

○ふるまい あおさ汁

※イベント内容は都合により変更する場合があります。

主催 紀北町熊野古道連合会



アババイン
きーほくんも遊びに
くるよ！



【問い合わせ】(一社)紀北町観光協会 TEL(46)3555

ライド/ハイクフェス 2025 in 紀北・尾鷲開催

紀北町・尾鷲市の山・海・川それぞれの美しさを余すことなく楽しめるサイクリングおよびハイキングイベント「ライド/ハイクフェス 2025in 紀北・尾鷲」を開催します。現在参加者の募集を行っていますので、皆さまの参加をお待ちしています。当日は住民の皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、ご協力をお願いします。また、沿道での声援も併せてお願いします。

開催日 12月7日(日)

申込期限 11月21日(金)

コース

○サイクリングコース

紀北町と尾鷲市にまたがるコース 約63km

スタート・ゴール：三重県立熊野古道センター

参加費 6,000円/人

募集人数 70人

○ガイドハイクコース

「象の背」を目指すコース 約3km

スタート・ゴール：種まき権兵衛の里駐車場

参加費 4,000円/人

募集人数 10人



【問い合わせ・申し込み】本庁商工観光課 TEL(46)3115

詳細・申し込みはこちらから▶

スポ GOMI 大会 in 紀北町 参加チーム大募集



昨年に引き続き、スポ GOMI 大会 in 紀北町を開催します。

スポ GOMI とは、チームで力を合わせて制限時間内に定められたエリア内でごみを拾い、その質と量をポイントで競い合う地球に最も優しいスポーツです。スポーツ感覚でごみ拾いを楽しみながら美しい街にしていきましょう！

日時 11月29日(土) 小雨決行／荒天中止

午前10時～午後0時30分

場所 小山浦海岸

参加方法 原則1チーム3名以上5名以下でお申し込みください。

参加費 無料

定員 100名(先着順)

申込期限 11月11日(火)

申し込み方法

応募フォーム、FAXまたはメールで申し込みください。

FAX (47) 5906

mail kankyoutown.mie-kihoku.lg.jp

※FAXでの申し込みは申込用紙に必要事項をご記入

の上、申し込みください。申込用紙が必要な方は、本庁環境管理課または海山総合支所福祉環境室までお越しください。

※メールでの応募については、下記事項を明記の上、ご応募ください。

①チーム名(フリガナ)

②代表者の連絡先

代表者氏名(フリガナ)、電話番号、メールアドレス

③チーム全員の情報

氏名(フリガナ)、年齢、住所、電話番号



申し込みはこちらから▶

【問い合わせ】本庁環境管理課 Tel (46) 3121
海山総合支所福祉環境室 Tel (32) 3904

きほく日本語教室サポーター養成講座 参加者募集



紀北国際交流協会は、地域の外国人を対象とした『きほく日本語教室』を開催しています。このたび、ボランティアとして日本語を教える『サポーター』に挑戦してみたい方を対象に、日本語の教え方基礎講座を開催します。今まで日本語を教えたことがない方に向けた、分かりやすい内容の講座です。

「日本語を教えてみたい」、「地域の外国人と交流してみたい」、「外国人に伝わる日本語」について知りたいなど、国際交流に少しでも興味のある方のご応募をお待ちしています。

▷講師

三重県地域日本語教育コーディネーター
早野 実花氏

▷場所 東長島公民館 2階会議室(東長島 915 番地 2)

▷受講料 無料

▷応募期間 11月12日(水)まで

▷日時 11月15日(土) 午前9時～正午

【問い合わせ】紀北国際交流協会事務局(本庁企画課内)
Tel (46) 3113

申し込みはこちらから▶



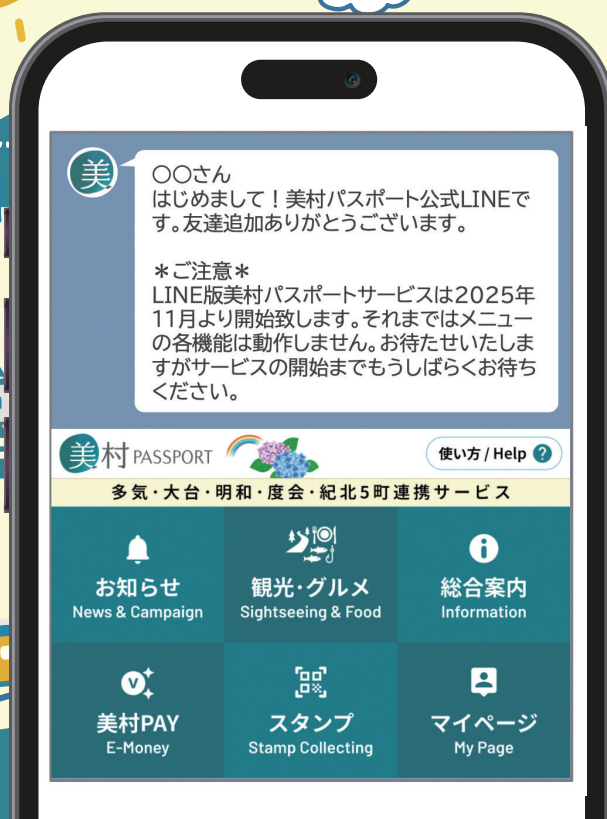
美村PASSPORT 11月4日 になってリニューアル!

初めての場所でも
観光やグルメ
がすぐ分かる!

オールインワン
LINE上で簡単!

食事や買い物で
ポイントがたまる!

美村 PAY で
簡単決済!



美村PASSPORT

LINE

「LINEの友達登録」で使える **無料** のパスポート!

三重県の紀北町・多気町・大台町・明和町・度会町の5町で使える!

LINEで簡単! 美村パスポート **四つの魅力!**

01

スタンプラリーで
特典がもらえる^(※)

(※スタンプラリーおよび特典
の実施状況は、時期によって
異なります。)

02

観光グルメ情報で
地域情報に
簡単アクセス

03

美村 PAY が使えて、
即決済可能

04

オールインワンの
美村体験

 **美村** VISON
一般社団法人三重広域 DX プラットフォーム

詳しくはコチラ!



友達登録は **コチラ** ▶

友達登録をして、無料で使える
お得な美村パスポートを使おう!



交通安全ポスター優秀作品表彰式

9/24 海山公民館

紀北町交通安全対策協議会は、秋の全国交通安全運動に合わせて、交通安全ポスターの優秀作品の表彰式を開き、40人を表彰しました。



一斉清掃活動

9/21 銚子川

銚子川の環境を守るため、民間団体、行政、有志の方約110名が一斉清掃を行いました。



戦没者追悼式

9/27 東長島公民館

戦没者追悼式が開催され、中学生による平和祈念作文の発表や出席者による献花が行われました。



防災フェア

9/26 上里小学校

保護者や地域住民も参加し、児童による防災学習の成果発表と、災害発生時の課題を検討するなど、防災学習会が開催されました。



防災訓練

10/5 町内各地区

巨大地震の発生と大津波の来襲を想定した防災訓練が町内全域で一斉に実施されました。津波の来襲に備え高台などに避難し、その後は各地区で訓練が行われました。



交通安全メッセージ付き 反射タスキ贈呈

9/30 紀北教育会館

反射材の着用を促し、交通事故を防ぐため、紀北町放課後児童クラブ「にじいろクラブ」の子どもたちが作ったメッセージ付きの反射タスキが、地域の交通安全活動推進委員などに贈呈されました。



ユニカール

10/8 海山体育館

海山いきいき子ども学園で、ユニカールが行われ、参加した子どもたちはチームで戦略を立ててストーンを投げ、得点を競い合いました。



味噌づくり

10/6 潮南中学校

地元の味噌製造業者さん協力のもと、潮南中学校の1年生が今年6月に仕込んだ味噌が完成。風味豊かな逸品となり、伝統の技と食文化を五感で学ぶ体験となりました。



募集

建設課

町営住宅 入居希望者募集



町営住宅の入居希望者を募集します。

入居予定日

令和8年1月19日(月)

応募期間

11月4日(火)～18日(火)

※応募者が募集戸数に満たない場合は、随時募集とします。

募集団地・間取り・家賃(月額)

○引本団地(1階) 1戸

2DK(和2・DK・浴室・洗面・トイレ)

13, 300～19, 800円

○長浜輪戸団地(2階) 1戸

3DK(和1・洋2・DK・浴室・洗面・トイレ)

21, 500～32, 000円

※申し込み多数のときは選考になります。

※収入によって家賃が変わります。

※ほかにも随時募集している町営住宅があります。

※応募基準など詳しくは町ホームページをご覧ください。

ホームページ
はこちら



【問い合わせ・申し込み】

本庁建設課

TEL(46) 31220

海山総合支所産業建設室

TEL(32) 3903

お知らせ

福祉保健課

三重大学医学部医学 科学校推薦型選抜 (地域枠B)のお知らせ

地域医療の充実をはかるため、

令和8年度三重大学科学校推薦型

選抜学生募集要項に基づき、現

在、医師が不足している地元

に戻り地域医療を担う医師を目指

す学生を紀北町から推薦します。

推薦要件など

推薦者数は2名以内とし、町長および尾鷲総合病院長との面接によって選抜します。

ただし、扶養義務者が3年以上紀北町内に居住している方で、高等学校もしくは中等教育学校を令和7年3月に卒業および令和8年3月卒業見込みの方

申請期間

11月4日(火)～11日(火)

※郵送の場合は11月11日(火)午後5時必着とし、持参の場合は土・日曜日、祝日を除く午前8時30分から午後5時までとします。

※申請書類は所属する学校長が提出してください。

面接日および場所

11月25日(火) 午後

尾鷲総合病院内

※詳細は、後日、連絡します。

申請方法など詳細については、

町ホームページをご確認いただ

くか本庁福祉保健課にお問い合わせ

ください。

【問い合わせ・書類提出先】

本庁福祉保健課

TEL(46) 31222



生涯学習課

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

11月12日(水)・19日(水)、

12月3日(水)

午前10時30分～正午

○東長島公民館

11月12日(水)・26日(水)

午前10時30分～正午

○長島多目的会館

11月19日(水)、12月3日(水)

午前10時30分～正午

申し込み

生涯学習センター

TEL(32) 39115

東長島公民館

TEL(47) 22229

長島多目的会館

TEL(47) 3996

※必ず前日までに申し込みをお願いします。



【問い合わせ】

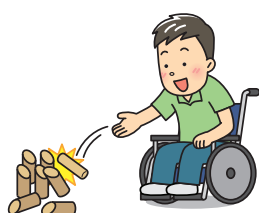
教育委員会本庁生涯学習課

TEL(46) 3125

紀北町社会福祉協議会

ふれあいプラスポ ツ大会開催

本大会は、パラスポーツで交流を深め、障がいに対する理解や障がい者の社会参加の推進を図ることを目的に開催します。で、多数のご参加をお待ちしています。



日時 11月8日(土)

午前10時～午後1時

場所

東長島スポーツ公園体育館

対象

○紀北町に在住の障害者手帳をお持ちの方
○町内の障害福祉サービス事業所を利用されている障害者手帳をお持ちの方

【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

三重紀北消防組合

秋季全国火災予防運動のおしらせ

11月9日(日)から15日(土)

まで秋季全国火災予防運動を実施します。本年度の全国統一防火標語は「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」となっています。この時期は空気が乾燥し、燃え広がりやすいので、火の元には十分注意し、火災を予防しましょう。

また、枯れ草やごみなどは決して燃やすことなく、適切に処分しましょう。

◎住宅防火

いのちを守る10のポイント

《四つの習慣》

①寝たばこは絶対しない、させない
②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
③コンロを使うときは火のそばを離れない
④コンセントはほこりを清掃し、不要なプラグは抜く

《六つの対策》

①火災の発生を防ぐために、ストーブやコンロなどは安全装置の付いた機器を使用する
②火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、およそ10年を目安に交換する
③火災の拡大を防ぐために部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防災品を使用する
④火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく



⑤お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

【問い合わせ】

三重紀北消防組合予防課

Tel(22) 2051

三重県労働局賃金室

三重県最低賃金が
時間額1,087円
に改定

三重県最低賃金は、11月21日(金)から64円引き上げられて時間額1,087円になります。

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

Tel 059(226)2108

三重県がん相談支援センター

がん患者と家族の方
のおしゃべりサロン
in東紀州

がんサロンはがん患者さんや家族が集まり、交流や情報交換をする場です。11月は講演会を行います。一般の方も参加できますのでお気軽にお越しください。

日時 11月28日(金)

午後1時30分～

場所 尾鷲市中央公民館

(尾鷲市中村町10番41号)

対象 がん患者・家族・一般の方
内容 講演会「Dr.まさこのがん教室」紀北出身医師が伝えたい

ふるさとのがん診療」



講師 尾鷲総合病院外科 平野雅子医師
参加費 無料
申し込み 前日までにお申し込みください。

ホームページ
はこちらから



【問い合わせ・申し込み】

三重県がん相談支援センター

Tel 059(223)1616

有料広告

昨年4月から相続登記申請が義務化されました！

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)

(独) 勤労者退職金共済機構

退職金は国の制度を 上手に活用！

中小企業退職金共済(中退共)制度は、中小企業の事業主が、従業員の退職金を計画的に準備できる国の退職金制度です。

制度の特徴(メリット)

- 掛け金の一部を国が助成(対象外となる場合あり)
- 掛け金は全額非課税で、手数料不要
- 外部積立型で管理が簡単
- 家族従業員・パートタイマーも加入可能
- ほかの退職金・企業年金制度などとの試算移換も可能

※一部対象外となる場合があります。詳しくはホームページをご覧ください。

ホームページ
はこちらから



【問い合わせ】

(独) 勤労者退職金共済機構

中小企業退職金共済事業本部

Tel 03 (6907) 1234



東海ラジオ放送(株)
(株) CBCラジオ

ラジオ中継局長期 運用休止のお知らせ

東海ラジオ放送(株) および(株) CBCラジオが管理しているAM中継局(尾鷲放送局)が長期運用休止(停波)となります。

○東海ラジオ放送
周波数

1062キロヘルツ(AM波)
運用休止期間

12月1日(月)～令和8年9月30日(水) 予定

○CBCラジオ
周波数

801キロヘルツ(AM波)
運用休止期間

12月15日(月)～令和8年9月30

日(水) 予定

※運用休止終了後、当該AM中継局は廃局する可能性があります。

代替聴取手段

○東海ラジオ放送

1332キロヘルツを受信して聴取

○CBCラジオ放送

1053キロヘルツを受信して聴取

※受信の可否は立地条件により

ます。

○両放送局
スマートフォンやパソコンから

インターネットラジオ「radio(ラジオ)」を利用

して聴取

大規模災害時の対応

災害発生時においては、被災状況を判断の上、当該中継局の運用再開の処置を行います。

現地に人員を派遣する必要があります。ことから、放送再開には一定の時間を要します。



【問い合わせ】

東海ラジオ放送(株)

「運用休止特例適用局お問い合わせ窓口」

Tel 052 (265) 8877

(株) CBCラジオ

「視聴者センター」

Tel 052 (241) 8111

松阪公証人合同役場

休日(土曜日)
無料公証相談

公正証書による遺言、任意後見契約などお気軽にご相談ください。秘密は厳守します。

日時 12月20日(土)

午前9時～午後5時

場所 松阪公証人合同役場

(松阪市南町178番地5)

※必ず予約をお願いします。

※平日も相談

を受け付けて



ホームページ
はこちらから



【問い合わせ・申し込み】

松阪公証人合同役場

Tel 0598 (23) 7883

有料広告

新本社工場完成につき 従業員募集!!

- ▶ 正社員(漁網仕立加工、営業担当、新規事業担当) 若干名
- ▶ パート・アルバイト(漁網仕立加工・メンテナンス) 若干名
- ▶ 給与は当社規定(時給の場合1,100円～)
- ▶ 漁業との兼業など、兼業・副業可
- ▶ 子育て応援手当(未就学児対象)あり



タケムラ

タケムラ有限会社

紀北町海野562-3

TEL: 0597-47-1355

URL: <https://www.takemura-net.com>



荒天や休漁期間など漁師仕事の空き時間に漁業関係の仕事ができるので、すごく助かってます。(漁師Aさん)

保育園行事や子供の急病などでも勤務時間を調整してもらえますので、安心して働いています。(子育て中Bさん)



11月8日は『いい歯』の日です 歯のケアが、全身の健康と糖尿病予防のカギ！

知っていますか？

糖尿病と歯周病の

密接な関係

「糖尿病の治療をしているのに、なかなか血糖値が安定しない」。そう感じている方、もしかしたらその原因は「お口の中」にあるかもしれません。実は、糖尿病と歯周病は互いに影響を及ぼし合う、密接な関係にあることが分かっています。



糖尿病は歯周病を悪化させる

糖尿病により血糖コントロールがうまくいかないと、私たちの体は病原菌への抵抗力が弱まります。その結果、歯茎が炎症を起こしやすくなり、歯周病が進行しやすい状態になります。

歯周病は糖尿病を悪化させる

一方で、歯周病も糖尿病に影響を与えます。歯茎で起きている慢性的な炎症が全身に広がることで、血糖値を下げるホルモン「インスリン」の働きを妨げてしまいます。これにより、糖尿病の血糖コントロールがさらに難しくなるという悪循環に陥るのです。



たいせつなのは
両方のケア

この悪循環を断ち切るために重要なのは、『糖尿病の治療』と『歯周病の治療』を同時に進めることです。実際に、歯周病の治療をしつかり行うことで、血糖値が改善したという報告が多くあります。糖尿病を患っている

方は、ぜひ一度、歯科医院で歯周病のチェックを受けましょう。



歯と全身の健康を守る！
歯周病検診

町では紀北町に住所を有する20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳の方、妊娠中の方を対象に、歯周病検診（無料）を実施しています。対象の方には受診券が送付されますので、ぜひこの機会に検診を受けて、お口の健康状態をチェックしてください。

対象以外の方も定期的に歯周病検診を受けることで、お口の健康をキープできます。今の自分のお口がどのような状態かを知らするために歯周病検診の受診をおすすめします。



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！

特定不妊治療費の
助成対象を拡大！
～着床前胚染色体異数性検査（PGT-A）を含む特定
不妊治療費を助成～



着床前胚染色体異数性検査（PGT-A）は、体外受精によって得た受精卵の染色体の異常の有無を調べる検査で、この検査を含む特定不妊治療については混合診療となり保険対象外となりますが、左記対象条件に合う場合、助成を行います。

対象

○治療開始時に妻が35歳以上43歳未満であること

○保険適用の体外受精を2回以上不成功、または流産を2回以上経験した方

○公益社団法人日本産婦人科学会が認定した施設において実施した方

○申請日において、夫婦双方または一方が紀北町に住所を有している方

○令和7年4月1日以降に治療が終了した方

助成金額

治療1回（採卵・胚移植）につき30万円以内（胚移植のみ17万5千円以内）

助成回数

保険適用および保険適用終了後の特定不妊治療に対する回数追加事業の回数と合算して通算8回まで



今月のチャレンジCooking!

11月は糖尿病予防月間です。今回は糖尿病予防レシピとして「鶏ささみと根菜の甘酢あんかけ」を作ってみましょう。



鶏ささみと根菜の甘酢あんかけ

【1人あたり】 エネルギー……292kcal たんぱく質……26.4g
脂質……8.0g 炭水化物……30.7g 塩分……2.0g

糖尿病で気を付けるべきことは、主に食事・運動・規則正しい生活の3つが基本となります。食事では野菜や海藻など食物繊維を多く含むものを最初に食べると、糖質の吸収が穏やかになり、血糖値の急激な上昇を抑える効果が期待できます。またしっかりとかむことで満腹中枢が刺激され、食べ過ぎを防ぐことができます。



低カロリーな「ささみ」は、鶏肉の部位の中でも特に脂肪が少ない(100gあたり0.8g)ため、カロリーを抑えながらたんぱく質をしっかり取りたい方におすすめです。

材料(2人分)

鶏ささみ……4本 (200g)
レンコン……100g
ゴボウ……50g
ピーマン……2個 (60g)
片栗粉(ささみ用)……大さじ1
ごま油……大さじ1

【調味料】
酢……大さじ2
しょうゆ……大さじ1
砂糖……小さじ1
生姜チューブ……2cm
中華だし……小さじ1/2 (2g)
水……100ml
片栗粉……小さじ1

作り方

- 1 ささみは筋を取り、一口大のそぎ切りにして片栗粉を薄くまぶす。
- 2 ピーマンは乱切り、レンコンは皮をむき、5mm幅のいちょう切り、ゴボウは薄切りにして、水にさらしておく。
- 3 フライパンにごま油を熱し、1を炒め、色が変わったら、水気を切ったレンコンとゴボウを加えて、さらに炒める。
- 4 ピーマンを加え、あらかじめ混ぜ合わせておいた甘酢あん調味料をよく混ぜてからフライパンに加える。
- 5 全体にとろみがつき、ツヤが出るまで混ぜながら煮詰めれば完成!

11月の健康カレンダー

お子さまのイベント

● すくすく子育て相談

日時: 11月19日(水) 午前10時~11時
(受付: 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



お父さんお母さんのイベント

● 離乳食教室

日時: 11月26日(水) 午後1時30分~3時
(受付: 午後1時~1時30分)
場所: 東長島公民館 申し込み: 11月19日(水)まで
内容: 調理実習 持ち物: エプロン、筆記用具



町民みなさんのイベント

● 献血

日時: 11月19日(水)
① 海山公民館 午前10時~11時
② 役場本庁 午後1時30分~4時30分



○男性 17~69歳、女性 18~69歳(ただし65歳以上の方は60~64歳の間に献血経験がある方)
○男女とも体重50kg以上の方
※その他の基準についてはお問い合わせください。

紀北医師会休日診療当番表

月日	曜日	病院名	電話
11/3	月・祝	かとう小児科	Tel 47-3341
11/16	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。
※日程や時間に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など



メンタルヘルスチェック
はこちらから▲

【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)までお願いします。



海山図書室から



● 今月のピックアップ

「イン・ザ・メガチャーチ」

朝井リョウ
日経BP

「図書名」/ 著者名

■ 一般図書

「どら蔵」/ 朝井まかて
「名探偵にさよならを」/ 小西マサテル
「医師が教える 温泉の教科書 日帰りでも『湯治』はできる！ 疲労回復の極意 18」/ 早坂信哉
「刺繍で作る 海の生きもの」/ Chicchi

■ 児童図書

「よるのミニカーたんけんたい」/ 関根知未
「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂 吉凶通り 4」/ 廣嶋玲子
「いろんな人に聞いてみた『なんでその仕事をえらんだの？』」/ WILL こども知育研究所

紀伊長島図書室から



● 今月のピックアップ

「片づけで命を守る、在宅避難がかなう地震に強い収納のきほん」

松永りえ
扶桑社

「図書名」/ 著者名

■ 一般図書

「ちぬ子の伊勢志摩天然生活」/ ちぬ子
「松本清張の女たち」/ 酒井順子
「残光そこにありて」/ 佐藤雫
「失われた貌」/ 櫻田智也

■ 児童図書

「たつこたつ」/ ユーフラテス
「捨てられないずかん」/ 米田まりな
「わらって、考える！ イグ・ノーベル賞ずかん」

/ 古澤輝由

● 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
【休室日】 月曜日、祝日、年末年始（12月29日～翌年1月3日）

※全ての開室日で、
正午～午後1時は閉
室となります。



【紀伊長島図書室】

施設点検のため、11月14日(金)の閉室時間は
午後5時30分となります。

【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

ワードで簡単、年賀状作り講座を開催します。

対象

町内在住または町内に勤務している方

募集期間 11月11日(火)まで

会場・日時

● 生涯学習センター

11月26日(水) 午後1時30分～

または27日(木) 午前9時30分～

● 東長島公民館

11月28日(金) 午後1時30分～

【問い合わせ・申し込み】

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



「よみきかせの会」

日時 11月15日(土)
午前11時～

場所 海山図書室

何度も読みたい名作絵本や大型
絵本の読み聞かせをします。

「秋のおはなし会」

日時 11月22日(土)
午前11時～

場所 海山図書室

『種まき権兵衛』の素話や絵本
の読み語りをします。

戸籍の窓

【令和7年9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。



住所
東長島 米倉 世風 徹平
子の名前
保護者

お誕生おめでとう

住所氏名
島原 鮎田 進 (91歳)
東長島 村本 茂 (74歳)
長島 野口 茂次 (77歳)
東長島 高須 光代 (80歳)
東長島 中西 幸朗 (95歳)
島原 東 碩也 (100歳)
東長島 田中 俊雄 (76歳)

ご冥福を祈ります

三浦 奥野 崇宏 (72歳)
長島 上村 道子 (89歳)
東長島 平野 剛生 (90歳)
相賀 橋本由里子 (72歳)
船津 林 阿佐子 (87歳)
船津 森 加津代 (71歳)
上里 山口 ふみ (103歳)

紀北町社会福祉協議会へ
東長島 鮎田 豪 五万円
船津 林 康成 三万円



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
11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



普通救命講習

心肺蘇生法とAEDの取り扱いを習って、ものときに備えましょう。

日時 11月9日(日) 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



善意をありがとう

【令和7年9月1日～30日受付分】

(敬称略)



広報

きほく

2025.11
No.241

(令和7年10月1日現在) ※外国人を含む
■人口: 13,510人 ■世帯数: 7,557世帯
■男: 6,429人 女: 7,081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6年11月5日生まれ



ゆいと
森下 結翔くん

結翔君！1歳の誕生日おめでとう♪これから元気な笑顔をみんなに届けてね

<長島>亮・紗希さん



令和6年11月6日生まれ



はづき
中野 晴月ちゃん

晴月1歳のお誕生日おめでとう!!元気にすくすく育ってね!!

<東長島>竜希・桃子さん

やっぱりええやん! きほく



芸能の夕べ

東長島公民館で「第18回芸能の夕べ」が開催されました。紀北町文化協会に所属する各芸能団体が、コーラスや楽器の演奏など、日頃の練習の成果を発表し、訪れた観客は温かい拍手で出演者たちをたたえました。



VEGETABLE INK 『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 2025年11月号

24