広報

きほく

2026
令和８年
No.253

11
November



紀北ネイチャー・ラボ

広報きほく11月号

CONTENTS

02 目次 / 今月の表紙 / #パシャリとキホク
03 令和９年度幼稚園児募集 / 自衛官等募集
04 令和９年度放課後児童クラブ（学童保育）運営団体募集
05 紀北町議会議員管外視察
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 / 差押強化月間
11 くらしとごみの豆知識 / 上方落語を楽しもう
12 Kihoku Playback
15 くらしの情報
18 けんこうの広場
20 図書室だより
21 戸籍の窓
22 にじいろスマイル

今月の表紙　Front cover





紀北ネイチャー・ラボ

今月の表紙を飾るのは、小山浦で行われた、「紀北ネイチャー・ラボ」から、潮南中学校の生徒が火おこしに挑戦する姿です。電気やガスのない環境を想定し、戸惑いながらも一生懸命課題に取り組みました。無事火をおこすことができ、みんなで協力して課題を達成することができました。



広報きほく × Instagram 連動企画

＃パシャリとキホク



【問い合わせ】　本庁企画課　℡(46) 3113

今月の写真



@atsushinakano
銚子川

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、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！

募集 令和９年度幼稚園児募集



令和９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（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（℡47-3566）	紀伊長島地区に在住する、令和３年４月２日～令和４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（水）～27日（金）（土・日曜日、祝日を除く）	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　℡（46）3124

募集 自衛官等募集



防衛省・自衛隊では、「陸上自衛隊高等工科学校生徒」を募集しています。陸上自衛隊高等工科学校は、将来の技術的なスペシャリストとなる陸上自衛官を養成する学校で、提携する通信制高等学校の卒業資格を取得することもできます。

卒業後は士長に任官し、約１年後には３曹に昇任します。

▷**受験資格**　15歳以上17歳未満の方

【推薦】

▷**受付期間**　10月１日（木）～11月27日（金）

▷**試験日**

令和９年１月９日（土）～11日（月・祝）の内、いずれか１日

【一般】

▷**受付期間**

10月１日（木）～令和９年１月14日（木）

▷**試験日**

○１次試験：令和９年１月23日（土）

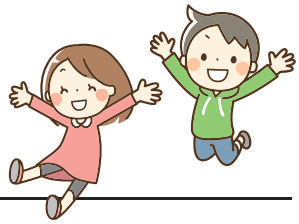
○２次試験：令和９年２月13日（土）

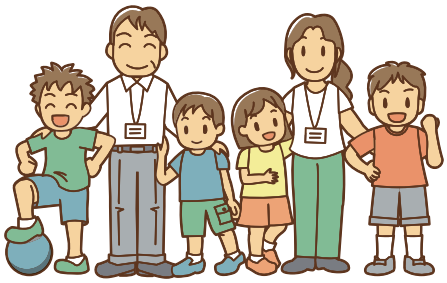
※その他にも「２等陸・海・空士」も募集しています。

※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　℡ 0597（85）2214　本庁住民課　℡（46）3117

募集 放課後児童クラブ（学童保育）運営団体の公募について





放課後児童クラブ事業は、小学生の子どもを持つ保護者が労働などにより、昼間家庭にいない場合、家庭・地域などと連携し、児童の健全な育成を図ることを目的としています。

期間満了により、令和９年４月から放課後児童の健全育成のために安全で質の高いサービスを提供できる運営団体を次の通り公募します。

▷運営場所

海山地区内　　１カ所（２クラス）

紀伊長島地区内　　１カ所（２クラス）

▷公募要領等配布期間

11月17日（火）～12月４日（金）（土・日曜日、祝日を除く）

午前８時30分～午後５時15分

▷配布場所

本庁福祉保健課

▷事業説明会開催日時・場所

11月26日（木）午後２時～　本庁２階201会議室

※内容は、公募要領の内容説明などについてです。

※参加希望事業者は、11月25日（水）午後５時までにお申し込みください。（FAX可）

▷応募方法

必要書類を作成の上、提出先に直接ご持参ください。

▷提出期限

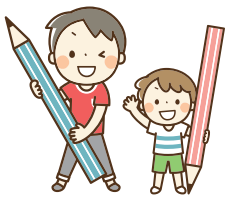
12月18日（金）午後５時15分

▷提出先

本庁福祉保健課

▷事業者選定委員会ヒアリング

令和９年１月中旬ごろ予定



※応募にあたっては、公募要領などをよく確認した上で、ご応募ください。

※公募要領は、町ホームページにも掲載します。

問い合わせ・申し込み　本庁福祉保健課　℡（46）3122

令和８年度 紀北町 プラス・テン

ちょい減らしチャレンジ！+10

チャレンジ期間　5/1(金)～12/31(木)

応募締切　令和９年1月29日(金)必着

▲詳しくはこちら

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！



令和８年度紀北町議会議員管外視察

令和８年度の議員管外視察は、福井県敦賀市、石川県輪島市、富山県を視察しました。
それぞれ下記の内容をテーマに、７月７日から９日まで２泊３日の行程で、議員14名、議会事務局職員３名、副町長、教育長、学校教育課長の計20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。

【福井県敦賀市】「議会による主権者教育」について

主権者教育

主権者教育とは、「国や社会の問題を自分の問題として捉え、自ら考え、自ら判断し、行動していく主権者を育成していくこと」とされています。


１日目：福井県敦賀市

高校生が議会に請願

敦賀市議会では、「授業で作成した請願を議員に審査してほしい」という敦賀高等学校からの依頼を受けたことから、主権者教育の一環として、実際の請願審査と同じ手順で模擬審査を行う取り組みを行っています。

令和７年度は、「ヘルメット無償配布」、「食で支える地域コミュニティ形成」、「診療予約システム導入」の３件の請願が実際に審査されました。

審査後の感想では、「市議会のことを知るきっかけになった」などの声があり、今後他校への拡充も検討しています。

《議員の感想》

○高校生が地域課題を自ら考え、議会活動を体験する実践的な主権者教育はたいへん参考になりました。

○自分たちが参画することで政治も動かしていけるという意識を高めることができる取り組みは、議会側のレベルアップにもつながるものだと感じました。

【石川県輪島市】「まちの復興と数千年に一度の自然の驚異」について

令和６年能登半島地震

令和６年１月１日、能登地方で発生した最大震度７の地震は、甚大な被害を及ぼしました。

黒島の町並みと復興

かつて北前船の船主集落として栄え、国の重要伝統的建造物群保存地区に選定されている輪島市門前町の黒島地区も地震によって大きな被害を受けました。

今回の視察では、黒島地区まちなみ保存会の語り部の方の案内で、今なお震災の爪痕が残る町並みを巡り、震災前後の黒島地区の様子を学びながら、復興への思いに触れました。


２日目：石川県輪島市

《議員の感想》

○歴史ある町並みを守りながら復興を進める黒島地区の取り組みを通じて、災害からの復興は単なる原状回復ではなく、地域の未来を見据えたまちづくりであることを学びました。

○地震の被害は想像以上の状況で、改めて自然の驚異を感じ、身の引き締まるものがありました。

【富山県】「無花粉スギ普及推進事業」について

無花粉スギの発見

平成４年、富山市内の神社で、突然変異により花粉を作らない無花粉のスギが全国で初めて発見されました。

花粉症対策と森林資源の循環利用

富山県では、無花粉になる性質の遺伝様式を解明し、その性質を持ちつつ、より林業に適した苗木の品種開発が行われ、完成した優良無花粉スギを平成24年に「立山 森の輝き」と命名し、普及を行っています。成熟期を迎えたスギを伐採・木材利用し、跡地を成長が早い無花粉スギに植え替えていくことで、花粉症対策と森林資源の循環利用を同時に推進しています。


３日目：富山県

《議員の感想》

○これからの森林資源の未来像を垣間見ることができ、たいへん有意義な研修でした。

○今後も本事業の動向を注視し、森林課題について、行政と林業事業者が取り組めることを考えていきたいと思います。

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７年度）

住民基本台帳人口（令和８年３月31日現在）	歳出総額	実質収支額	人件費	人件費率
13,302 人	11,606,485 千円	599,059 千円	2,226,453 千円	19.1%

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８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
43.3 歳	340,866 円	393,725 円	56.6 歳	304,106 円	339,502 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８年４月１日現在）

区　分		紀北町	三重県
一般行政職	大学卒	232,000 円	239,900 円
	高校卒	200,300 円	209,000 円
技能労務職	高校卒	198,200 円	-

4. 職員の採用状況（令和８年４月１日採用）

区　分	採用人数
一般行政職	5 人
技能労務職	1 人

5. 職員の退職状況（令和７年度）

区　分	退職人数
定年退職	3 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）

部門＼区分		職員数		増減
		令和８年	令和７年	
一般行政部門	議会	3	3	0
	総務	44	46	△2
	税務	10	9	1
	民生	18	18	0
	衛生	33	34	△1
	農林水産	13	13	0
	商工	8	8	0
	土木	17	15	2
	計	146	146	0
特別行政部門	教育	24	24	0
	計	24	24	0
公営企業等会計部門	水道	8	7	1
	その他	13	13	0
	計	21	20	1
合　計		191	190	1

※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７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
副町長	570,000 円			給料月額 ×48 カ月 ×25.0/100
教育長	540,000 円			給料月額 ×36 カ月 ×18.3/100
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７年度）

区　分	内　容	支給実績
扶養手当	配偶者　3,000 円 子　11,500 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	20,450 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	6,790 千円
地域手当	5 級地　2 パーセント支給	16,538 千円
通勤手当	2 km 以上の通勤者　2,000 円 ～ 38,700 円 公共交通機関利用　運賃相当額（限度額 150,000 円）	12,186 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	2,029 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 ×125/100 ～ 160/100	37,797 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	20,760 千円
期末・勤勉手当	期末手当　勤勉手当 6 月期　1.250 月分　1.050 月分 12 月期　1.275 月分　1.075 月分 計　2.525 月分　2.125 月分 職制上の段階・職務の等級による加算措置あり	336,238 千円
退職手当	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	46,141 千円

問い合わせ　本庁総務課　TEL 46 - 3111

令和７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７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 8 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
ひ素	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
ふっ素	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７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	8.0	7.9
溶存酸素量（DO）	7.5mg/ℓ以上	7.4mg/ℓ	7.9mg/ℓ
化学的酸素要求量（COD）	2mg/ℓ以下	0.9mg/ℓ	0.8mg/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	7CFU/100mℓ	28CFU/100mℓ

項　　目	分　析　結　果		
	中ノ島	加田	前浜
水素イオン濃度（pH）	7.0	7.2	7.9
溶存酸素量（DO）	6.4mg/ℓ	6.6mg/ℓ	6.9mg/ℓ
化学的酸素要求量（COD）	4.4mg/ℓ	1.8mg/ℓ	1.4mg/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	10000CFU/100mℓ	440CFU/100mℓ	28CFU/100mℓ

河川（令和７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）	7.0	6.8	8.1
溶存酸素量（DO）	9.0mg/ℓ	7.5mg/ℓ	8.1mg/ℓ
生物化学的酸素要求量（BOD）	0.5mg/ℓ未満	0.5mg/ℓ未満	0.5mg/ℓ未満
浮遊物質量（SS）	0.6mg/ℓ	0.6mg/ℓ	1.6mg/ℓ
大腸菌数	110CFU/100mℓ	110CFU/100mℓ	1CFU/100mℓ

項　目	分　析　結　果		
	片上池	萩原川	下倉川
水素イオン濃度（pH）	7.4	7.6	7.5
溶存酸素量（DO）	8.9mg/ℓ	6.0mg/ℓ	7.6mg/ℓ
生物化学的酸素要求量（BOD）	0.5mg/ℓ未満	0.6mg/ℓ	0.7mg/ℓ
浮遊物質量（SS）	3.2mg/ℓ	22mg/ℓ	1.6mg/ℓ
大腸菌数	21CFU/100mℓ	650CFU/100mℓ	590CFU/100mℓ

河川（令和７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	7.1	7.2	7.1
溶存酸素量（DO）	10mg/ℓ	9.0mg/ℓ	11mg/ℓ	10mg/ℓ
生物化学的酸素要求量（BOD）	0.5mg/ℓ未満	8.7mg/ℓ	0.5mg/ℓ未満	0.5mg/ℓ未満
浮遊物質量（SS）	0.5mg/ℓ未満	9.1mg/ℓ	0.5mg/ℓ未満	0.5mg/ℓ未満
大腸菌数	2CFU/100mℓ	990CFU/100mℓ	30CFU/100mℓ	51CFU/100mℓ

銚子川（令和８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	6.8	6.8
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
浮遊物質量（SS）	25mg/ℓ以下	0.5mg/ℓ未満	0.5mg/ℓ未満
大腸菌数	100CFU/100mℓ以下	6CFU/100mℓ	9CFU/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ことです。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。

●浮遊物質量（SS）

水中に浮遊している直径２mm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　℡（46）3118　海山総合支所住民室　℡（32）3902

差押強化月間



紀北町および三重県では、
11月と12月の２カ月間を「差押強化月間」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。

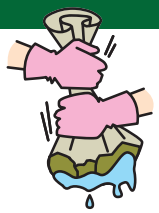
災害や病気など特別な理由によって納付が困難となった場合は、随時「納付相談」を受け付けていますので、町税については税務課に、県税については紀州県税事務所までご相談ください。（納期限を過ぎた場合、延滞金が加算される場合があります。）

【問い合わせ】本庁税務課　℡（46）3118　海山総合支所住民室　℡（32）3902
三重県紀州県税事務所納税課　℡（23）3417

くらしとごみの豆知識 vol.8

毎日の生活の中で出るごみの出し方や減らし方、
町の取り組みについて、皆さまの暮らしに役立つ情報を毎月お届けします。

ギュッとひと絞りでごみ減量！生ごみの水分を減らそう



家庭から出る「可燃ごみ」のうち、大きな割合を占めるのが生ごみです。実は、生ごみの約80％は水分といわれています。

水分を多く含んだ生ごみは重く、可燃ごみを処理する際にも余分なエネルギーがかかってしまいます。今日からできる生ごみ減量のコツをご紹介します。

1. 手で絞る・濡らさない工夫

水切りネットごと手でギュッと絞ったり、お玉の背などを使って上から押し当てて水分を抜きましょう。また、野菜の皮は「洗う前にむく」ことで、生ごみが水に濡れるのを防ぐことができます。

2. 生ごみ処理機の活用

さらに効果的なのが「生ごみ処理機」や「コンポスト」の活用です。温風で乾燥させたり、微生物で分解したりすることで、ごみの量と嫌なニオイを劇的に減らせます。できた処理物は家庭菜園の肥料としても再利用できます。町では生ごみ処理機の購入補助を行っています。詳しくは町ホームページをご覧いただくか、本庁環境管理課または海山総合支所福祉環境室へお問い合わせください。

▲ホームページはこちらから

一人一人の「ひと絞り」が、町全体の大きなごみ減量につながります。
キッチンの身近なエコ、今日から始めてみましょう！



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

上方落語を楽しもう



2026年度紀北教育文化事業は、落語家笑福亭呂翔さんをお迎えし、落語会を行います。

日　　時　12月5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『上方落語を楽しもう』
出 演 者　落語家　笑福亭　呂翔
料　　金　無料
申し込み　電話もしくは、申し込みフォームからお申し込みください。
締め切り　11月13日（金）

▲申し込みフォームはこちらから

【問い合わせ・申し込み】　紀北教育研究所　℡（32）3500

Kihoku Playback

ミニゲームで遊ぼう

9/2　東長島公民館

紀伊長島いきいき子ども学園で「ミニゲームで遊ぼう」が行われました。子どもたちは７種類のゲームで遊び、テーマに沿った言葉を作ったり、風船を投げて点数を競うなど、夢中になって楽しんでいました。








表敬訪問

9/11　役場本庁

スターマーク株式会社など開発メンバー４人が、紀北町産の尾鷲ヒノキを使用したクラフトジン「三重県ジン」の完成を報告しました。



楽しく歌おう

9/9　紀北教育会館

海山いきいき子ども学園で「楽しく歌おう」が行われました。子どもたちは声の出し方を教わったり、「もみじ」をアレンジして歌うなど、音楽の楽しさを学びました。





紀北ネイチャー・ラボ（沢のぼり）

9/25　赤羽川

赤羽中学校の生徒たちが、校舎裏の赤羽川で「沢のぼり」を行いました。橋の上から危険場所を予測し、実際に川を歩いてみて意見を出し合いました。ほかにも対岸に取り残された人を安全に救助する方法を考え、実践しました。



銚子川の生き物観察会

9/19　銚子川

海山いきいき子ども学園で「銚子川の生き物観察会」が行われました。子どもたちはカヌーで移動しながら魚を捕まえたり、生き物の特徴を学んだりと、子どもたちは川遊びを満喫しました。



戦没者追悼式

9/26　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。



交通安全ポスター表彰式

9/28　東長島公民館

秋の全国交通安全運動の一環として交通安全ポスターの表彰式が行われました。町内の小・中学生から選ばれた 40 点の受賞作品がロビーに飾られ、見学に訪れた家族連れなどでにぎわいました。





企業版ふるさと納税寄付金・感謝状贈呈式

9/28　役場本庁

岡本土石工業株式会社様から、本町の企業版ふるさと納税を活用した地方創生事業にご寄付をいただいたことに伴い、感謝状を贈呈しました。



防災訓練

10/4　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行われました。津波の来襲に備え高台に避難し、その後は各地区で炊き出しや地震体験車による揺れの疑似体験などが行われました。













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9年1月15日（金）

応募期間
11月2日（月）～16日（月）
※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
○小松原第2みどり団地（1階）1戸
2LDK（和1・洋1・LDK・浴室・洗面・トイレ）
19，300～28，800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いただくかお問い合わせください。

ホームページはこちらから

【問い合わせ・申し込み】
本庁建設課
TEL（46）3120
海山総合支所産業建設室
TEL（32）3903

福祉保健課

元気づくり推進員を募集します！

元気づくり推進員は、『ちょい減らし＋10チャレンジ』の普及など、地域の中で健康づくり活動を推進していただく方です。ぜひご応募ください。

委嘱期間
令和9年4月1日から2年間
※年謝礼があります。

対象　18歳以上の町内に住民票を有する方で、健康づくりに取り組んでいる方、またはこれから取り組もうとしている方

募集人数　30名以内

募集期間　11月30日（月）まで

申し込み方法
電話または窓口でお申し込みください。

【問い合わせ・申し込み】
本庁福祉保健課
TEL（46）3122

おしらせ

商工観光課

「きほく地域生活応援商品券（第3弾）」使用期限のおしらせ

5月から全世帯に支給いたしました、「きほく地域生活応援商品券（第3弾）」の使用期限が迫っています。
使用期限が過ぎた商品券は使用できませんので、ご注意ください。また、余った商品券の現金との引き換えもできません。期限内の使用をお願いします。

使用期限　12月31日（木）

「きほく地域生活応援商品券（第3弾）」を受け取りになっていない世帯の方は、役場に返送されている可能性があるため、本庁商工観光課までお問い合わせください。



【問い合わせ】
本庁商工観光課
TEL（46）3115

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
○東長島公民館
11月11日（水）
午前10時30分～正午
○生涯学習センター
11月11日（水）・18日（水）、12月2日（水）
午前10時30分～正午
○長島多目的会館
11月18日（水）、12月2日（水）
午前10時30分～正午

申し込み
東長島公民館
TEL（47）2229
生涯学習センター
TEL（32）3915
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

福祉保健課

令和9年度三重大学医学部医学科学校推薦型選抜（地域枠B）

地域医療の充実をはかるため、令和9年度三重大学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。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。

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年以上本町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8年3月に卒業および令和9年3月卒業見込みの方

申請期間
11月2日（月）～10日（火）
※郵送の場合は11月10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（水）午後
尾鷲総合病院内
※詳細は後日、申請学校長に連絡します。

ホームページはこちらから



【問い合わせ・書類提出先】
本庁福祉保健課
TEL（46）3122

紀北町社会福祉協議会

紀北町障がい者芸術作品展

令和8年度紀北町障がい者芸術作品展を開催します。本作品展では、出展者それぞれの感性や思いを自由に表現し、その成果を発表できる場として開催しています。作品の出展を通して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ので、ぜひたくさんのご来場をお待ちしています。

日時
12月4日（金）～6日（日）
午前10時～午後3時
※最終日は午後1時まで

場所　海山公民館（ロビー内）

入場料　無料

【問い合わせ】
紀北町社会福祉協議会本所
TEL（47）0725

三重県がん相談支援センター

がん患者と家族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。どなたでも参加できますのでお気軽にお越しください。

日時　11月27日（金）
午後1時30分～3時

場所　三重県尾鷲庁舎4階401会議室（尾鷲市坂場西町1番1号）

対象　がん患者・家族・一般の方

内容
①講演会「がんと食事」
○講師　三重県尾鷲保健所管理栄養士　河瀬夏澄先生
②三重県がん相談支援センターの紹介

参加費　無料

申し込み　不要（先着30名）



ホームページはこちらから

【問い合わせ】
三重県がん相談支援センター
TEL059（223）1616

有料広告



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（月）から15日（日）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「火の確認　いい日を支える　いい習慣」となっています。この時季は空気が乾燥し、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

火を出さない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ストーブの周りに洗濯物を干さない！

③コンロを使うときは、決して、火のそばを離れない！

④コンセントは、年1回ほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く！

《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、約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、防炎品を使用する

④火災を小さいうちに消せるよう消火器などを設置し、使い方を確認しておく

⑤住宅や職場での避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく

⑥変形した充電器やバッテリーなどは決して使用せず、適切に処分しましょう



【問い合わせ】
三重紀北消防組合予防課
TEL（22）2051

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　11月28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います。



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
TEL0598（23）7883

尾鷲海上保安部

尾鷲海上保安部からのお願い

釣りシーズンの安全装備の再確認をしましょう。

東紀州地方の沿岸では、過去3年間に釣り中の事故が18件発生し、そのうち13件が海中への転落事故でした。

また、3人が亡くなっており、全員がライフジャケットを着用していませんでした。釣りに出かける際は、天気予報を確認して無理をせず、防波堤や磯場での事故に備えて、必ずライフジャケットを着用しましょう。ライフジャケットは命を守るたいせつな装備です。自分自身と家族や友人のため、安全第一で釣りを楽しみましょう。

詳細はこちらから

【問い合わせ】
尾鷲海上保安部交通課
TEL（22）3277

有料広告

令和6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）

聞くだけ見るだけOK　新築
完成見学会
毎週土日開催

ご来場予約はこちら
お住まいのことなら全てお任せ
＼毎週土日相談会開催／
土地や中古住宅を探したい
リフォームをしたい
不動産・空き家を売りたい
解体の相談がしたい
アサヒ住宅
0120-946-600
AM9:00～PM6:00　定休日：毎週水曜
〒519-3614 三重県尾鷲市南陽町9-37
三重県知事許可（般-8）第19042号 三重県知事（7）第2471号



11月14日は「世界糖尿病デー」健診と食事の工夫で守る、あなたの健康

早期発見がカギ！「症状がない＝安心」ではない

日本の糖尿病の９割を占める「２型糖尿病」は、食生活や運動などの生活習慣、体質などが原因で起こります。初期段階では自覚症状がほとんどないのが最大の特徴です。「元気に過ごせているから大丈夫」と過信せず、毎年の健診結果をしっかり確認することがたいせつです。

●健診結果のチェック表

チェック項目	正常な目安	要注意	要受診
空腹時血糖値（mg/dL）	99以下	100～125	126以上
HbA1c（%）	5.5以下	5.6～6.4	6.5以上

※HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）とは過去１～２カ月の平均的な血糖状態を表す指標です。

「空腹時血糖値１２６mg／dL以上」または「ＨｂＡ１ｃ６・５％以上」に該当する場合、自覚症状がなくても糖尿病が強く疑われます。放置せずに、早めに医療機関（内科など）を受診しましょう。



今日の夕食から試せる！血糖値を急上昇させないコツ

秋のおいしい食べ物を食べながら血糖値をコントロールするには、無理な制限よりも「食べ方」と「食後の工夫」が効果的です。

①ベジファースト（野菜から食べる）

最初に野菜・海藻・キノコ類を食べ、次に肉や魚のおかず、最後に白米やパンなどの炭水化物をとります。野菜は「小鉢１皿分」を目安に、５分ほどかけてゆっくり食べましょう。しっかりとした量の食物繊維が糖の吸収を穏やかにしてくれます。



②ゆっくりかんで食べる

満腹感を感じるセンサーが働くまで約20分かかります。「一口30回」を意識して20分以上かけて食べると、食べ過ぎを防ぐことができます。



③食後10～15分の軽い動き

食後に少し体を動かすことで、血糖値の急上昇（血糖値スパイク）を抑えられます。食後の片付けや、10分程度の、のんびりとした散歩がおすすめです。





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！

11月8日は、『いい歯』の日です!!

紀北町は国や県、同規模の自治体と比べて、歯科医療機関の受診率が低く、「かみにくい」「ほとんどかめない」といった自覚症状を持つ方の割合も高くなっています。

歯と口の状態をよりよく保つことは、糖尿病や動脈硬化、心疾患などの生活習慣病や認知症の悪化を防ぐことにもつながります。また、歯の本数が多いほど寿命が長く、歯と口の健康は健康寿命にも大きく影響するといわれています。

いつまでもおいしく、楽しく食事をとるために、毎食後には歯磨きを行い、歯垢（プラーク）をしっかりこすり落とすことがたいせつです。

また、年に１度は歯科を受診し、歯と口の健康チェックを行ったり、早期治療に努めましょう。

なお、町では、本年度20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳になる方を対象に、無料歯周病検診を行っています。対象の方には６月に受診券を送付していますので、忘れず受診しましょう。



今月のチャレンジCooking！

今回は、簡単にできる「サバ缶のトマト煮」を作ってみましょう。



サバ缶のトマト煮

【1人あたり】 エネルギー……227kcal　たんぱく質……21.4g
脂質……12.5g　炭水化物……10.1g　塩分……1.4g

トマトに含まれている健康成分「リコピン」は強い抗酸化作用を持ち、加熱することで細胞壁が壊れ、体内への吸収率が3～4倍にアップします。さらに、油に溶けやすい性質（脂溶性）があるため、油や魚の脂と一緒に調理すると、より効率よく体に吸収されます。

サバに含まれる良質な脂質（EPA・DHA）には、血糖値を下げる「インスリン」の働きを高める効果があります。またサバ缶は骨まで丸ごと食べられるのが大きな魅力で、生のサバに比べカルシウムの含有量が約40倍に跳ね上がります。血糖値ケアと同時に骨粗しょう症予防にも役立ちます。

point！ 血糖値を下げるインスリンの働きを助ける「EPA・DHA」は、サバ缶の汁の中にたっぷり溶け出していますので、必ず汁ごと使うようにしましょう。



材料（2人分）

サバの水煮缶 …… 1缶（190g）
ホールトマト缶 …… 1/2缶（200g）
玉ネギ …… 1/2個（100g）
にんにくチューブ …… 2cm
オリーブオイル …… 小さじ1
コンソメ（顆粒）…… 小さじ1/2
塩・こしょう …… 少々

作り方

1 玉ネギは薄切りにする。
2 鍋にオリーブオイルと1の玉ネギとにんにくを入れ、玉ネギがしんなりしてうっすらと色づくまで、焦がさないようにじっくり炒める。
3 トマト缶を加え、木べらなどでトマトをしっかりつぶす。
4 3にサバ缶を汁ごと加え、コンソメを入れて弱火～中火で約10分煮込む。（ときどき混ぜながら、トマトの酸味が飛んで適度にとろみがつくまで）
5 塩・こしょうで味を調えれば完成！お好みでパセリを散らしてもOK！

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18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19日（木）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12日（木）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18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・紀北薬剤師会休日診療当番表

月日	曜日	病院名・薬局名	電　話
11/8	日	かとう小児科	TEL47-3341
11/22	日	ココカラファイン薬局紀伊長島店	TEL46-2062

※上記以外は、尾鷲総合病院にご確認ください。
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。



救急診療

●長島回生病院では、通常の診療時間外や休日に、急な病気などでお困りの方の診療を行っています。救急診療をご希望の方はご連絡ください。
（TEL47-1651）

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（TEL46-3122）までお願いします。

図書室だより KIHOKU TOWN LIBRARY 11月の新刊案内

海山図書室から

● 今月のピックアップ本

『図書名』/ 著者名

■一般図書

『本が読めない34歳がはじめてごんぎつねを読む』
/ かまど みくのしん
『証券マンひりひり日記』/ 日野山大
『また話したくなる人がやっていること』/ 精神科医さわ
『その犬をください』/ 逢坂冬馬
『森田繁子と腹あんばい』/ 河﨑秋子
『沈黙の患者』/ 南杏子
『命取りのエピソード』/ アンソニー・ホロヴィッツ

■児童図書

『きのこかいぎ』/ さとうめぐみ
『パンどろぼうとさすらいラーメン』/ 柴田ケイコ
『どんぐりむらのおいしゃさん』/ なかやみわ

休室のおしらせ

11月21日（土）は、「権兵衛の故郷（さと）走ろう大会」開催のため休室とさせていただきます。

紀伊長島図書室から

● 今月のピックアップ本

『図書名』/ 著者名

■一般図書

『春までのセンセイ』/ 早見和真
『ハザードランプ』/ 芦沢央
『ひなたの中継点』/ 森山世衣
『ポンコツ一家 最後の２年』/ にしおかすみこ
『買わない生活』/ 稲垣えみ子
『にっぽんの美しい民藝 第２版』/ 萩原健太郎
『徹底解剖 日本の武具図鑑』/ 近藤好和

■児童図書

『いいえ いえです』/tupera tupera
『しりとりマン』/ おおのこうへい
『ふざけないの、デイビッド！』/デイビッド・シャノン

● 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
※土・日曜日の正午～午後1時は閉室となります。
【休室日】月曜日、祝日、年末年始（12月29日～翌年1月３日）

蔵書点検のため、次の期間中は臨時休室となります。
【紀伊長島図書室・郷土資料室】11月10日（火）～15日（日）

【問い合わせ】
海山図書室　℡32-3915　紀伊長島図書室　℡47-3906

パソコン教室受講生募集



ワードの復習（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（水）まで
会場・日時
● **生涯学習センター**
11月18日（水）午後１時30分～
19日（木）午前９時30分～
● **東長島公民館**
11月20日（金）午後１時30分～
21日（土）午前９時30分～
※各回とも同じ内容で２時間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。



【問い合わせ・申し込み】
生涯学習センター　℡32-3915　教育委員会本庁生涯学習課　℡46-3125

「よみきかせの会」



日時　11月７日（土）
午前11時～
場所　海山図書室
「えほんのよみきかせ」だけではなく、「手遊び」や「わらべうた」などもしますよ！

「秋のおはなし会」



日時　11月８日（日）
午後２時～
場所　海山図書室
素話や絵本の読み語りをします。

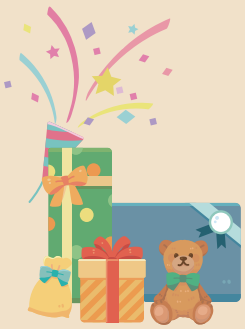
戸籍の窓

【令和８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。

お誕生おめでとう



住所	子の名前	保護者
長島東	虎空 大殊	相賀 山代屋匠秋 達也

ご冥福を祈ります

住所	氏名	（年齢）
長島中野	保	（75歳）
東長島東	長生	（77歳）
長島東	明男	（77歳）
長島小津みどり		（92歳）
長島堀内	久子	（97歳）
東長島山中	庸子	（84歳）
東長島石倉	宏	（79歳）
長島中村やまゑ		（94歳）
東長島原	幸子	（93歳）
引本浦山下ますみ		（87歳）
引本浦梅本	富子	（85歳）
相賀森川	金五	（78歳）
相賀吉田	邦弘	（91歳）
相賀川端	文夫	（88歳）
引本浦西岡	三夫	（88歳）
島勝浦山下みつ代		（85歳）
引本浦中村	幸支	（76歳）

善意をありがとう

【令和８年９月１日～30日受付分】（敬称略）

～紀北町社会福祉協議会へ～

芦屋市　上村　智子　三万円

（子ども食堂へ）

株式会社エムツー　二万円



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18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　℡46-3117

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　11月９日（月）　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　℡33-1119



広報きほく
2026.11
No.253

（令和8年10月1日現在）※外国人を含む
■人口：13,137人　■世帯数：7,483世帯
■男：6,247人　女：6,890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7年11月1日生まれ



小川　七碧（ななみ）ちゃん

1歳おめでとう！

＜船津＞純平・美穂さん

やっぱりええやん！きほく

芸能のタベ 文化のタベ

10月10日に「芸能のタベ」、12日に「文化のタベ」が開催されました。舞踊やコーラス、フラダンスなど、日頃の練習の成果を披露しました。訪れた観客は出演者たちに温かい拍手を送っていました。













『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。