

広報 くぼ

人と自然が調和し、笑顔と活力あふれる御坊

Feb.2026

2
No.540



特集

ニュースポーツ「GOBO」をやってみよう!
関連記事P 3

第25回 和歌山県市町村対抗ジュニア駅伝競走大会

今年で25回目となる和歌山県市町村対抗ジュニア駅伝競走大会が和歌山市内を舞台に開催されます。

◇日 時 2月8日(日) 11時~ ※小雨決行

◇コース 紀三井寺公園陸上競技場→和歌山県庁

◇問い合わせ 教育課 ☎0738-23-5525 FAX0738-24-0528

御坊市チームのみなさんをご紹介します



上位入賞を目指し 1秒でも早くタスキをつなぐことができるよう日々練習に取り組んでいます。チーム一丸となり頑張りますので市民の皆さんのお声援よろしくお願いします。

応援よろしくお願いします!



ニュースポーツ

「GOBO」をやってみよう！

© 2022 Iwao Katagiri

ニュースポーツ「GOBO」とは…

事業構想大学院大学（東京）の研究生が、ゴルフとボッチャを組み合わせ考案したニュースポーツです。「GOBO」という名称が「御坊」と同じであることから、御坊市を中心にこのスポーツの普及に取り組んでいます。

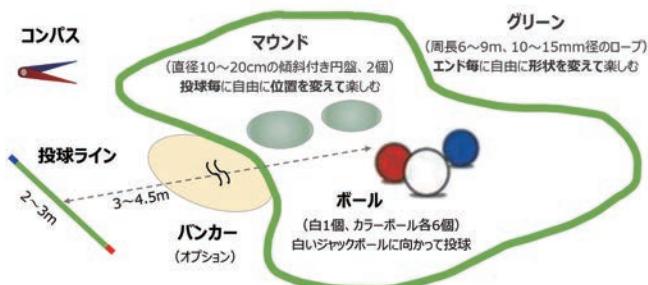
「GOBO」は、ボッチャのコートにロープを置きゴルフのグリーンをイメージし、さらに障害物を配置することで、楽しみながら戦略を考えるゲームです。ロープや障害物の置き方を工夫することで、難易度を自由に調整でき、子どもから高齢者まで幅広い世代が楽しめるスポーツです。少ない道具で、屋内外を問わずどこでも気軽にできることも大きな魅力です。



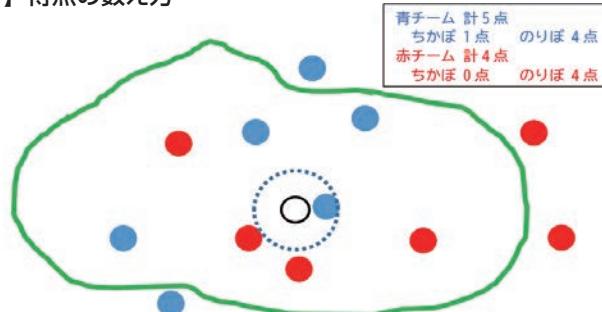
© 2022 Iwao Katagiri

簡単なルール

【図1】GOBO競技用具の名称



【図2】得点の数え方



※ちかぼ…ジャックボールに最も近い相手チームのボールより内側にある自チームのボール。
※のりぼ…各エンド終了時点でグリーンに乗っている自チームのボール。

①じゃんけんで、先攻後攻を決めます。

②後攻チームが、ロープでグリーンを作り、ジャックボール（白いボール）とマウンドをグリーンの内外に自由に置きます。

③先攻チームがボールを投げます。

④後攻チームがボールを投げます。
この投球から投げる前であれば、マウンドの位置を自由に動かすことができます。

⑤その後はジャックボールから遠いチームが順番に投げます。

⑥両チームすべてのボールを投げ終えたら、得点を数えます。

⑦その回で負けたチームが、次の回は後攻となり、②から同じ流れで6回行い、合計点が多いチームが勝ちです。

※詳細なルールについては、教育委員会にルールブックを置いています。

御坊市スポーツ推進委員会での取り組み

御坊市スポーツ推進委員会では、年2回のスポーツ教室の開催をはじめ、年代を問わず誰もがスポーツを楽しみ、交流が生まれるニュースポーツの普及に取り組んでいます。

ニュースポーツには、「GOBO」のほか、「モルック」「ボッチャ」などがあり、教育委員会では、これらの用具の貸出を行っています。この機会にぜひ一度体験してみませんか。



後期スポーツ教室の様子

◆問い合わせ 教育課 ☎0738-23-5525 FAX0738-24-0528

国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金活用事業 あがらの御坊みんなで応援商品券2026

御坊市では、エネルギー・食料品価格等の物価高騰の影響を受けている市民の方の生活支援、事業者の事業継続支援を目的に、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、全市民を対象として1人につき1万円分の商品券を配付します。



現在、3月下旬の商品券
発送に向けて準備を進め
ています。
今しばらくお待ちいただ
きますよう、お願い申し
上げます。



◆配付対象者

令和8年1月1日現在において、御坊市の住民基本台帳に記録されている方

◆配付内容

対象者1人につき1万円分（500円券×20枚綴り 1冊）

◆配付時期

3月下旬以降、郵送により配付予定

※対象者の世帯主宛にまとめて郵送します。

※商品券を確実にお届けするため、対面配達での郵送を行います。

ご近所の方とお届けする順番が前後することがあります。

また、通常より配達に期間を要しますが、4月中にはお届けしますので、
ご理解・ご協力をお願いします。

◆使用期間

5月1日（金）から7月31日（金）まで

◆商品券を使用できる店舗

商品券郵送時に、商品券を使用できる店舗の一覧表を同封します。

◆問い合わせ

産業振興課 ☎0738-23-5510 FAX0738-22-4120

商品券取扱店を募集しています

現在、商品券事業の実施に向けて、商品券取扱店を募集しています。

◆取扱店要件

御坊市内に事業所・店舗等を有する方

※御坊市外に本店を有する大規模小売店舗立地法に規定される

大規模小売店舗、パチンコ店、マージャン店等を除く。

ただし、大規模小売店舗内のテナント事業者（店舗面積1,000m²以下）は対象とします。

◆申込期限

2月6日（金）

◆申込方法

商品券取扱店登録申請書および換金時の振込先に指定する金融機関の通帳の写しを、
産業振興課までご提出ください。

※取扱店申込に関する詳細、取扱店の遵守事項などについては、市ホームページ
(右の二次元コード)をご確認ください。

◆申し込み・問い合わせ

産業振興課 ☎0738-23-5510 FAX0738-22-4120

商品券取扱店に登録していただいた
方には、**3千円の取扱店登録感謝金
を支給**します。

また、商品券取扱店が換金する際、
**10%を加算（加算上限有り）して支
払い**、市内店舗への支援も行います。



令和7年12月定例会

令和7年12月定例会を12月5日から17日までの13日間の会期で開きました。

9日及び10日の一般質問では、9人の議員が登壇し、市長並びに執行部に対し、諸施策についての方針や見解を質問しました。

17日には、市長から提出された「令和7年度御坊市一般会計補正予算(第6号)」などの議案13件を可決・認定・同意と決定しました。また、議員提出議案も提出され原案可決と決定しました。

一般質問の
録画映像を
ご覧になれ
ます。



◆一般質問 質問者及び質問内容

| 順番 | 質問月日 | 質問者 | 質問内容 |
|----|----------|-------|--|
| 1 | R7.12.9 | 西本 裕行 | ①市営住宅(2戸1住宅)の現状について |
| 2 | // | 松本 隆史 | ①紀州鉄道の存続について |
| 3 | // | 楠本 香織 | ①紀州鉄道の今後について ②本市の空き家バンクについて ③学童保育所について |
| 4 | // | 小澤 俊和 | ①A L Tについて |
| 5 | // | 天倉 勝也 | ①御坊駅前交差点における渋滞緩和と安全対策について |
| 6 | // | 村上 宗隆 | ①今年のインフルエンザについて ②鳥獣害対策及び緊急銃猟訓練についての提案 |
| 7 | // | 小池佐左夫 | ①職員から市民に広がる健康づくり |
| 8 | R7.12.10 | 芝田 学 | ①帯状疱疹ワクチン接種の助成 ②RSウイルス感染症 |
| 9 | // | 小川 春美 | ①地域に必要な医療を守る「ひだか病院」について ②難聴者への補聴器助成を求める ③デマンドタクシー導入計画はないのか |

◆議決結果

※議案等に対する賛成者は「○」、反対者は「×」、議長は「—」で表記しております。

| 議案番号 | 事件名 | 議決結果 | 楠本香織 | 小川春美 | 西本裕行 | 天倉勝也 | 小澤俊和 | 芝田学 | 松屋久紀 | 宮路雅仁 | 松本隆史 | 小池佐左夫 | 山田勝人 | 村上宗隆 | 山本清司 | 向井孝行 |
|-------|--|--------|------|------|------|------|------|-----|------|------|------|-------|------|------|------|------|
| 第81号 | 令和6年度御坊市水道事業会計利益の処分及び決算認定の件 | 可決及び認定 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第82号 | 令和6年度御坊市下水道事業会計利益の処分及び決算認定の件 | 可決及び認定 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第83号 | 令和6年度御坊市各会計（水道事業会計及び下水道事業会計を除く。）歳入歳出決算認定の件 | 認定 | × | × | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第86号 | 御坊市乳児等通園支援事業の設備及び運営に関する基準を定める条例 | 原案可決 | × | × | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第87号 | 御坊市印鑑条例の一部を改正する条例 | 原案可決 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第88号 | 御坊市農業委員会の委員等の定数を定める条例の一部を改正する条例 | 原案可決 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第89号 | 御坊市企業立地促進条例の一部を改正する条例 | 原案可決 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第90号 | 御坊市火災予防条例の一部を改正する条例 | 原案可決 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第91号 | 令和7年度御坊市一般会計補正予算（第5号） | 原案可決 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第92号 | 令和7年度御坊市介護保険特別会計補正予算（第3号） | 原案可決 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第93号 | 令和7年度御坊市下水道事業会計補正予算（第3号） | 原案可決 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第94号 | 令和7年度御坊市一般会計補正予算（第6号） | 原案可決 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 第95号 | 御坊市監査委員の選任について同意を求めるの件 | 同意 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 請願第1号 | 物価上昇に見合う年金引き上げを求める請願 | 採択 | ○ | ○ | ○ | × | × | ○ | ○ | — | × | ○ | × | × | ○ | ○ |
| 議員第2号 | 物価上昇に見合う年金引き上げを求める意見書 | 原案可決 | ○ | ○ | ○ | × | × | ○ | ○ | — | × | ○ | × | × | ○ | ○ |

花粉症シーズン到来！ 今から始める予防と対策で春を快適に迎えましょう

■ 花粉症とは？

花粉症は、スギやヒノキなどの花粉が体内に入ることで、体が過剰に免疫反応を起こし、くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみなどが起こるアレルギーの一種です。

これまで症状がなかった方でも、突然発症する可能性があります。



■ 花粉の飛散はいつから？

花粉の種類によって飛散時期が異なり、1月中旬から飛散が始まるものもあります。

スギ花粉：2～3月がピーク ヒノキ花粉：3～4月がピーク

昼前後と夕方に多く飛散し、

①晴れて気温が高い日 ②空気が乾燥して風が強い日 ③雨上がりの翌日などに、特に多くなります。

花粉飛散予測についての情報（気象庁ホームページ）は、
こちらから⇒



くしゃみや水っぽい鼻水、鼻づまり、目のかゆみ・充血・涙、のどの違和感、咳、全身のだるさ、集中力の低下などの症状があります

■ 家庭でできる花粉対策

花粉を「避ける、室内に持ち込まない、取り除く」がポイント！

【花粉を避ける】

- ✓ 顔にフィットするマスク・眼鏡を装着する。
- ✓ 花粉が多い日はなるべく外出を避ける。

【花粉を取り除く】

- ✓ 花粉の少ない時間帯（朝や夜など）に換気や掃除を行う。
- ✓ 掃除は、花粉が舞いにくいように、湿った雑巾やモップを使用する。
- ✓ 空気清浄機を活用する。

【花粉を室内に持ち込まない】

- ✓ 花粉がつきにくい服（ツルツルした素材）を選び、露出の少ない服装を心がける。
- ✓ 衣服に付いた花粉を払ってから入室する。
- ✓ 帰宅後は手洗い・洗顔・うがいをする。
- ✓ 洗濯物や布団の外干しを控える。

「政府の花粉症対策3本柱 効果的な対策のために」
政府の花粉症対策（政府広報オンライン）については、こちらから⇒



「花粉症対策 スギ花粉症について日常生活でできること」
厚生労働省・環境省作成リーフレット(2024年1月) は、こちらから⇒



■ 医療機関での治療

市販薬で改善する場合もありますが、症状が強いときは我慢せず耳鼻科・アレルギー科を受診しましょう。鼻炎薬、点鼻薬、抗ヒスタミン薬など、体質や症状に合った治療があります。

毎年花粉症の症状が出る方は、本格的な花粉飛散前や症状がごく軽い時期からお薬の使用を始めることで、シーズン中の症状悪化を防ぐことができます。

市役所税務課による申告相談について

税務課 ☎0738-23-5504
FAX0738-24-2890

市役所での申告相談は事前の予約が必要です

予約せずに当日会場に来られても、申告相談を受けることができませんのでご注意ください。

次の申告は、市役所で受付できません。御坊税務署での申告か、ご自宅からのe-Tax申告をご利用ください。

- 営業等、農業、不動産、業務所得の収支内訳書がある方の所得税申告
- 青色申告
- 消費税申告
- 分離課税所得（退職所得、土地・建物・株式の譲渡、配当、先物取引など）の申告
- 住宅関連、寄附金（ふるさと納税など）関係の控除申告
- 雜損控除の申告
- 総合課税の配当所得の申告
- **60歳未満（昭和41年1月2日生まれ以降）の方の所得税申告**

◆予約開始日時 **2月6日(金) 8時30分～**

◆予約方法 ①電話 0738-23-5504 8時30分～17時15分（平日のみ）

※予約のキャンセル・変更は電話のみ可能です。

②Web ・パソコンからの予約 <https://logoform.jp/form/eUsp/1317485>
・スマホからの予約



予約受付は電話
またはWebのみ
です。



◆申告相談場所 市役所 **2階 税務課窓口**

◆申告日時 2月16日（月）～3月13日（金）（土・日・祝日は除く）

2月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — |

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| — | — | ○ | ○ | ○ | ○ | — |

3月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — |

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|----|----|----|----|----|
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| — | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — |

時間帯は下記から選んでください。

午前の部 ① 9:00 ② 9:30 ③ 10:00 ④ 10:30 ⑤ 11:00 ⑥ 11:30

午後の部 ① 13:30 ② 14:00 ③ 14:30 ④ 15:00 ⑤ 15:30

円滑な会場運営のためのお願い ～予約時間には遅れないようにお越しください～

収支内訳書（営業・農業・不動産所得等のある方）、医療費控除明細書は、ご自身で作成してご持参ください。
作成されていないと申告の受付ができません（会場での代行作成は行いません）。

収支内訳書、医療費控除明細書の用紙が必要な方は郵送しますので、市役所税務課までご連絡ください。

※申告相談と通常の窓口業務を並行して行いますので、窓口の混雑状況によっては、お待ちいただく場合があります。

御坊税務署からのお知らせ ～御坊税務署の確定申告会場について～

◆開設期間 2月16日（月）～3月16日（月）9時～16時（閉庁日を除く）

※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で事前発行するほか、会場で当日配布しますが、なくなり次第終了です。
LINEの友だち登録は右の二次元コードから行ってください。

◆問い合わせ 御坊税務署 ☎0738-22-0695





納期限

今月の納期限は3月2日(月)です

- ◇ 固定資産税(4期)
 - ◇ 国民健康保険税(8期)
 - ◇ 後期高齢者医療保険料(8期)
 - ◇ 介護保険料(2月分)

くらしの相談

- ◇心配ごと相談

時 毎週水曜日
13:00～16:00

場 福祉センター3階

問 御坊市社会福祉協議会
☎0738-22-5490
FAX0738-22-9991

◇人権相談

時 毎週月曜日～金曜日
8:30～17:15

場 和歌山地方法務局御坊支局

問 全国共通人権相談ダイヤル
☎0570-003-110

※毎週火曜日9時から16時は、
人権擁護委員が常駐しています。

- ◆御坊・日高常設法律相談所

時 毎週木曜日
13:30~16:00

場 財部会館

問 和歌山弁護士会

☎073-422-5005

※事前予約が必要です。

※30分で5,000円程度の相談

料が必要です。

- ◇行政相談

時 2月18日（水）
13:00～15:00

場 福祉センター3階

問 市民環境課

☎0738-23-5506
FAX0738-24-3255

※行政相談委員が相談に応じます。

申
・
問
教育課



| 対 | 料定 |
|--|---------------------------------------|
| 市内在住の令和8年度 | |
| (新) 小学4年生 | |
| 15人 | |
| 年間5,000円 | |
| 活動日時 | 4月から翌年3月までの原則 |
| 毎月第2土曜日 9時30分～12時 | |
| 申込方法 | 教育課に参加申込書を用意 していきますので、申し込みをしてください。 |
| 郵送(当日消印有効)・FAX・ オンラインでの申し込みもで きます。 | |
| 締 | 2月27日（金） |
| ※ オンライン申し込みはいかがで きます。 | |

令和8年度クラブ員募集 御坊市少年少女発明クラブ

| | |
|---|---------------------------------------|
| <p>時</p> <p>2月11日（水・祝） 13時30分～15時</p> | <p>場</p> <p>御坊市歴史民俗資料館 研修室</p> |
| <p>募</p> <p>集人數</p> <p>（小学生以下の方は、保護者の付き添いが必要です）</p> | <p>先着20名</p> |
| <p>申</p> <p>問</p> <p>（御坊総合運動公園内）</p> <p>（開館日 火・木・土・日曜 日・国民の祝日）</p> | <p>窓口</p> <p>開館日に電話、または直接</p> |
| <p>申</p> <p>込方法</p> <p>2月8日（日）</p> | |
| <p>申</p> <p>問</p> <p>（御坊総合運動公園内）</p> <p>（開館日 火・木・土・日曜 日・国民の祝日）</p> | |

体験教室 参加者募集！
万華鏡を作つてみよう！

| 申込開始日時 | |
|------------------|--------------------|
| 2月12日（木） | 8時30分 |
| 申込方法 | |
| ・中央公民館窓口 | |
| （平日8時30分～17時15分） | |
| ・オンライン | |
| ◆茶道教室 | |
| 講師 | 木村 波優美 先生 (裏千家) |
| 期間 | 令和8年4月13日～ |
| （基本毎月第2・第4月曜日） | 令和9年3月29日 |
| 19時30分～21時30分 | |
| 中央公民館 2階和室 | |
| 水屋料 1,000円／月 | |
| 20名 | |
| 締 | （定員になり次第締切） |
| 4月7日（火） | |
| ※オンライン申し込みはこちらから | |

令和8年度 中央公民館 成人講座受講者募集

| |
|---|
| <p>講師 山田 芳美先生 (蕉月流)</p> <p>期間 令和8年4月9日～ 令和9年3月25日</p> <p>時 時間 (基本毎月第2・第4木曜日) 17時～19時30分</p> <p>料 定価 中央公民館 2階実習室 1,200円／回 (花代他)</p> <p>場 締切 (定員になり次第締切) 4月7日 (火)</p> <p>時 締切 ※オンライン申し込みはこのた らから</p> <p>講師 二原 真理子先生 (山野流)</p> <p>期間 4月8日～6月24日 (全12回・毎週水曜日)</p> |
|---|

紐2、3本・伊達締め2本・前板1本・タオル1枚・半巾帯1本・洗濯バサミ2個・着物（ゆかた、長襦袢）・肌襦袢1枚・筆記用具15名
（定員になり次第締切）
※講座内容は女性向けとなつております。ご了承ください。
締め切り：4月6日（月）
※オンライン申し込みはこのお問い合わせから

時場料
時19時5分21時
中央公民館2階和室
無料

不燃・大型ごみを出す日

- ◇資源ごみ
3日(第1火曜日)
 - ◇小型プラスチックごみ
10日(第2火曜日)
 - ◇燃えないごみ
17日(第3火曜日)
 - ◇燃える大型ごみ
24日(第4火曜日)
- ☆ライターは中身を使い切り、ガスを抜いてから燃えないごみとして出してください。

御坊広域清掃センター「直接持込」

- ◇平日
8:00~11:45
12:45~16:00
 - ◇休日【2月22日(日)】
8:00~11:30
- ※搬入許可申請書が必要です。
- 入手方法**
- ・HP(御坊広域行政事務組合、市役所)
 - ・窓口
(御坊広域清掃センター、市役所、市民サービスコーナー(名田))

猫は正しく飼おう!

和歌山県では、飼い猫に対する適正飼養やマナー向上、飼い主の責任強化のため「和歌山県動物の愛護及び管理に関する条例」を制定し、地域住民の生活環境の保全と人と猫が共生する社会を目指しております。

飼い主の遵守事項として、飼い猫への所有明示とふんの適正処理を義務付け、さらに屋内で飼うように努めることとしています。

詳細は御坊保健所(☎0738-24-3617/FAX0738-22-8751)までお問い合わせください。

市民環境課

☎0738-23-5506
FAX0738-24-3255



(一財)自治総合センターの宝くじ助成金により、吉田区、古森区は祭礼用具(四つ太鼓等)を新調し、北吉田区財会は集会場を新築しました。

祭礼用具新調・集会場新築
～コミュニティ助成事業～

あなたに夢を。宝くじ街に元気を。
ターゲットが、宝くじの社会貢献広報事業として、受託事業収入を財源として地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的とした活動への助成を行っています。ミユニティコム

※コミュニティ助成事業とは



| 問 | FAX | 申場 | 時 | 問 | FAX |
|-------|------------|----------------------|------------------------|-----|-----------|
| 保険年金課 | 0738-22432 | 田辺年金事務所お客様相談室101・102 | 2月19日(木) 13時~15時30分 | 総務課 | 0738-3224 |

国民年金保険料の口座振替・クレジットカード納付の前納について

国民年金保険料を口座振替またはクレジットカードで納付する場合は、「国民年金保険料口座振替納付(変更)申出書」または「国民年金保険料クレジットカード納付(変更)申出書」を提出する必要があります。

また、保険料が割引になる前納を希望される場合は、次のとおりお申し込みください。

【保険料前納額と割引額】

(令和7年度参考)

| 納付方法 | | 2年前納 | 1年前納 | 6か月前納 |
|------------|------|-----------|----------|---------------------|
| 期間 | | 4月~翌々年3月分 | 4月~翌年3月分 | 4月~9月分 10月~翌年3月分 |
| 口座振替 | 保険料額 | 408,150円 | 205,720円 | 103,870円 |
| | 割引額 | 17,010円 | 4,400円 | 1,190円 |
| クレジットカード納付 | 保険料額 | 409,490円 | 206,390円 | 104,210円 |
| | 割引額 | 15,670円 | 3,730円 | 850円 |

◆申込期限 令和8年2月27日(金)まで(必着)

◆申込先 【口座振替の場合】口座をお持ちの金融機関(ゆうちょ銀行を含む)

または日本年金機構 田辺年金事務所

【クレジットカード納付の場合】日本年金機構 田辺年金事務所

◆問い合わせ

田辺年金事務所 国民年金課 ☎0739-24-0432

御坊市役所 保険年金課 ☎0738-23-5530 FAX0738-24-2890

情報ステーション

献血にご協力を

献血は無償で血液を提供するボランティアです。献血によりいただいた血液は、病気やけがの患者さんの治療に役立っています。血液は人工的につくることができず、また、長い期間保存することもできません。

そのため若い世代をはじめ、多くの皆さんの協力が必要です。

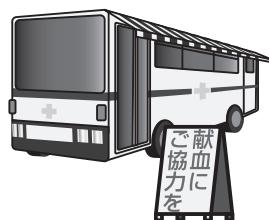
◆2月の献血予定

| 日程 | 時間・場所 |
|--------------|--|
| 2月15日 (日) | 10:00~12:00 13:00~16:00 オークワ ロマンシティ御坊店 |

*予定は変更の可能性があります。

◆献血にご協力いただける方へ

- 16~69歳までの健康な方に献血のご協力ををお願いしています（ただし、65歳以上の場合は、献血いただく方の健康を考慮し、60~64歳の間に献血経験がある方に限ります）。
- 初めて献血をされる方は、ご本人の確認のため、運転免許証などの提示をお願いします。
- 献血に伴う副作用予防のため、献血前に水分を補給してください。



和歌山県赤十字血液センター

献血について、
詳しくはこちら▶▶▶



【問い合わせ】保険年金課

☎ 0738-23-5530
FAX 0738-24-2890

| 対象児童 | 対する方 | 支給額 | 支給方法 |
|--------------------------------|--------------------------------|---|---|
| ①令和7年9月分の児童手当 | ①、②のいずれかに該当する方 | 対象児童一人当たり2万円 | 対象児童一人当たり2万円 |
| ②令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童 | ②令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童 | 8年3月31日までに出生した児童 | 8年3月31日までに出生した児童 |
| ※対象児童②の方は、児童手当申請時の受給口座 | ※対象児童②の方は、児童手当申請時の受給口座 | 公務員の方を除き、原則申請不要です。応援手当の受給を拒否される方は、3月上旬に発送予定の届出書を提出してください。 | 公務員の方を除き、原則申請不要です。応援手当の受給を拒否される方は、3月上旬に発送予定の届出書を提出してください。 |
| こども支援課 | こども支援課 | FAX 0738-525108 | FAX 0738-525108 |

物価高対応子育て応援手当 支給のご案内

一般不妊治療費の一部を助成します！

| 申・問 | 対 | 申請について | 助成期間 |
|--------|-----------------------|-----------|-------|
| こども支援課 | 和歌山県内に1年以上住民登録しております方 | 登録しております方 | 上限5万円 |

| 問 | 申 | 対 | 申請について | 助成期間 |
|-------|-----------------------|-----------|--------|---------|
| 市民環境課 | 和歌山県内に1年以上住民登録しております方 | 登録しております方 | 上限5万円 | 連続する2年間 |

～「日高地域消費生活相談窓口」から～

“健康器具などの無料体験に注意！！”

★相談事例

スーパーの一角で行われていた健康器具の無料体験に通っていたところ、体験を続いていると腰痛が軽くなったように感じ、会場でも「痛みが和らいだ」「体が楽になった」「よく眠れるようになった」という話をよく聞き、また、スタッフも親切で面白い話してくれるので、行くのが楽しみになった。

ところが、突然、スタッフから「会場が移転するので通えなくなる」と言われ、健康器具の購入を勧められた。値段は200万円と高額だったが「あなたは健康を取りますか、それともお金を取りますか」と言われ、自分の体調も以前より良くなり、日頃から親切にしてもらっていたため断り切れず契約してしまった。

★消費者へのアドバイス

- 「通ううちに断れなくなる」ことを見越した勧誘があります。親しくなっても、購入はすぐに決めないようにしましょう。
- 「移転する」「今だけ」など急がせる話や「健康かお金か」と迫る勧誘は要注意。不要なら即契約せず断りましょう。
- 不安に思ったら早めにご相談ください。状況により、クーリング・オフ等で解約できる場合があります。



不審に思ったら、消費者ホットライン ☎ 188へ 被害に遭ったと思ったら、緊急通報ダイヤル ☎ 110へ

◆問い合わせ 消費者ホットライン ☎ (局番なし) 188 ※平日は①、土日は②へ繋がります。

①日高地域消費生活相談窓口（市役所2階）受付（平日 9:00~12:00・13:00~17:00）

②和歌山県消費生活センター 受付（土日10:00~16:00）※祝日年末年始は休み

和歌山県警察の特殊詐欺被害防止専用ダイヤル ☎ 0120-508-878

情報ステーション

休日の急患診療のお知らせ 病一診連携休日 急患診療室

急病でどうしても受診が必要な方が対象です。診療にあたるスタッフも限られており、薬も必要最小限しか処方できません。軽微な症状の場合は、本来の診療時間内にかかりつけ医にて受診してください。

受診する場合は電話等で事前にご相談ください。

場所 ひだか病院
電話 0738-22-1111

◆日曜・祝日の救急診療
※年末年始（12月31日～1月3日）含む

時間
10:00～12:00
13:00～16:00

診療科目
当日の診療医師により専門診療科目は異なります。

担当医師
日高医師会所属の医師が輪番で対応します。必要に応じて、ひだか病院の医師に引き継ぎます。

◆土曜日の小児救急診療
※ただし、土曜日が祝日の場合は除く

時間
15:00～20:00
(受付19:30まで)

診療科目
小児科
担当医師

開業小児科専門医、北出病院勤務小児科医、ひだか病院勤務小児科医の輪番で対応します。

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。


問い合わせ
市消防本部
FAX 0738-22-5192
専用電話「0738-22-990」をご利用ください。放送内容を電話で確認できます。

問
市消防本部
0738-22-0800
22-5192



令和8年1月1日から「野火災注意報・林野火災警報」の運用が始まりました。発令状況は、市ホームページで確認できます。詳しくは、次の二次元コードをご覧ください。

林野火災注意報・警報の運用が始まりました

御坊市農業委員及び農地利用最適化推進委員の募集

産業振興課では「農業委員」及び「農地利用最適化推進委員」の募集を行います。

詳しくは、産業振興課へお問い合わせいただかず、右の二次元コードから市ホームページをご覧ください。



◆募集概要

| | 農業委員 | 農地利用最適化推進委員 |
|------|--|--|
| 募集人員 | 14人 | 8人 |
| 任 期 | 令和8年7月20日 ～令和11年7月19日 | 令和8年7月下旬（委嘱日） ～令和11年7月19日 |
| 職務内容 | 農業委員会総会等における許認可業務等 | 農地利用最適化の推進のための現場活動等 |
| 報 酬 | 20,000円／月 | 15,000円／月 |
| 資 格 | 農業に関する識見を有し、農地等の利用の最適化の推進に関する事項等の職務を適切に行うことができる方 | 農地等の利用の最適化の推進に熱意と識見を有し、この職務を適切に行うことができる方 |
| 募集期間 | 2月27日（金）～3月26日（木） | |

◆申し込み・問い合わせ

産業振興課 ☎0738-23-5510 FAX0738-22-4120

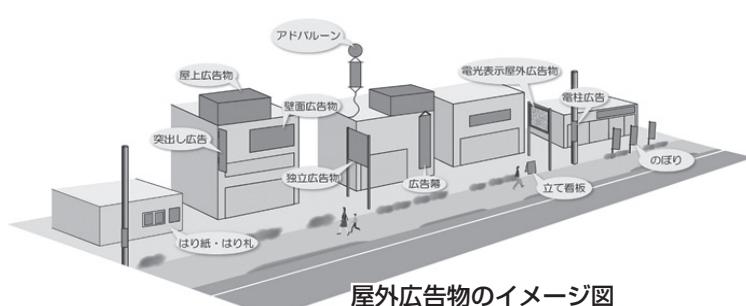
屋外広告物（看板等）の許可・更新申請について

市内に屋外広告物(看板、のぼり旗等)を設置する場合、安全で美しい景観を守るために、「和歌山県屋外広告物条例」に基づく、許可及び更新申請が必要です。

市内でも許可申請が行われていない屋外広告物が複数確認されており、対象となる所有者・管理者の方には、順次、申請のお願いや改善指導を行っています。ご自身の看板等が申請対象か不明な場合は、お問い合わせください。

また、現在許可を受けている方で、許可の有効期限が近づいている方には、順次、更新のご案内をお送りします。引き続き設置される場合は、期限までに更新申請を行ってください。

詳しくは下の二次元コードから、市ホームページまたは県ホームページをご覧ください。



◆問い合わせ 都市建設課 ☎0738-23-5512 FAX0738-24-1306

人権標語 入選作品

教育課 ☎0738-23-5525
FAX0738-24-0528

教育課では、中学生・一般の方を対象に御坊市人権標語の募集を行いました。
その結果、中学生・一般合わせて425点の応募があり、次の皆さん
の作品が入選作品に選ばれました。

中学生の部 優秀作品

中学生の部 佳作



大丈夫？ 傷つけてない？ その言葉

河南中学校1年 寺坂こはなさん

なやまことに 言葉にしよう その気持ち

御坊中学校2年 木村 愛徳さん

「ありがとう」その言葉でつながる 愛言葉

名田中学校3年 出口 妃鞠さん

傷つける たった一つの 言葉でも

御坊中学校1年 清水 纏依さん

見て見ぬフリ あなたの良心

湯川中学校1年 中野 初音さん

大切にしよう みんなの笑顔

名田中学校1年 瀬川 尚哉さん

ありがとうございます すてきな笑顔 大切に

御坊中学校2年 阪本 陽向さん

武器じゃなく 絆にかえたい その言葉

河南中学校2年 大川 朱莉さん

お互いに 増やそう笑顔 思いやり

名田中学校2年 浜田 明咲さん

みんなでつくるみんなのキズナ

御坊中学校3年 表 碧海さん

あなたの目 周りのどこまで みえてるの？

御坊中学校3年 塩崎 未那さん

広げよう 国境を超える 優しさを

湯川中学校3年 中岡 笑優さん

一般の部 優秀作品

だっこした 命はすごく 重かつた

山崎 恭平さん(園)

「ありがとう」その言葉でつながる 愛言葉

名田中学校3年 出口 妃鞠さん

あなた目の 周りのどこまで みえてるの？

御坊中学校3年 塩崎 未那さん

あなたの目 周りのどこまで みえてるの？

御坊中学校3年 中岡 笑優さん



※人権相談は、法務局（みんなの人権110番）で常時受けています。

みんなの人権110番
(全国共通人権相談ダイヤル)

☎0570-003-110

◆問い合わせ 和歌山地方法務局 御坊支局 ☎0738-22-0335

地域おこし 協力隊通信

**Vol.
9**



しぶたにまお
御坊市地域おこし協力隊の渋谷茉央です。

本号では、着任してから出会った地域の方々とのつながりから広がった取組について、お話をさせていただきます。



地域おこし協力隊としての活動も、いよいよ残り2ヶ月となりました。この3年間はあつという間でしたが、大変充実した時間を過ごさせていただけきました。

大阪から移住してきたうえ御坊市で初めての地域おこし協力隊としての着任だつたこともあり、当初は知り合いが一人もおらず、他地域の協力隊の方々と比較して不安や焦りを抱くこともありました。

しかし、所属する産業振興課が市観光協会の事務局も担当つていたことから、「ぬりえコンテスト」や「かるた大会」などのイベント運営を通じて、多くの方々と交流する機会に恵まれました。さらに活動の様子を個人のSNSで発信したり、紀州体験交流ゆめ俱楽部主催のまちづくりワークショップ「つながる学校」、日高郡内の地域おこし協力隊の皆さんとの交流会などに積極的に参加したりする中で、応援してくださる方や気軽に声をかけてくださる方が少しずつ増えていきました。

こうした出会いにより、着任当初に感じていた不安や焦りは次第に和らぎ、「一人ではない」と感じられる場面が増えるとともに、市内外に知り合いの輪を広げることがであります。人との「つながり」が少しづつできました。

また、市観光協会の事業においても、「地域資源と市外の方をつなぎたい」という想いから新たな挑戦として、協力隊通信（広報ごぼう令和7年3月号）で紹介したガストロノミー体験事業「日高川の恵み」から着想を得て、私実家が営む醸造所「大阪渋谷麦酒（おおさかしぶたにばくしゅ）」と協力し、御坊の特産品「紀州うすい」を使用したオリジナルクラフトビールの開発に取り組んでいます。どれも私一人の力では決して見ることのできなかつた景色であり、皆さんとの温かい関係性があつたからこそ生まれました。

そうしたつながりは、仕事を以外の場でも、次の出会いへとつながり、本町商店街にある「トリノスギヤラリー」を運営する絵本作家・中川貴雄さんにお声がけいただき、子ども向けイベント「トリノス大サーカス」にスタッフとして参加しました。さらにそのご縁から、御坊日高地域の若者（16歳～22歳）を対象とした、デザインワークショップの講師も務めさせていただきました。

私自身にとつても成長の機会となり、芸術大学での経験や、この3年間の協力隊活動で培ったデザインのスキルが、地域のために活かせるという自信にもつながりました。

れた成果だと感じています。
残りの2か月を大切にしながら、精いっぱい頑張りますので、よろしくお願ひいたします。



★デザインワークショッピング★



★「紀州うすい」を使用した
オリジナルクラフトビール★

みんなのサロン

おかあさん、あのね…



やなせ けいな ちゃん (6さい)

いつもネイルかわいいね
わたしも
あきくなつたら
かわいいネイルして
あでかけしたい★

おとうさん、あのね…



えのもと いっせいくん (6さい)

パパとゲームするのが
だいすき
これからも
おもしろいゲーム
いっぱいやりたいな★

つばさ保育園の巻

生活支援 コーディネーターの部屋 Vol.33

私たちが
生活支援コーディネーターです



藤田地区にあるドリーム農園では、藤田小学校の児童、地域住民、地域の介護事業所との交流が行われています。10月は大根の種まきやさつまいもの収穫、12月は大根の間引きを行いました。大根の収穫がとても楽しみです。



ドリーム農園では毎月2回集まって交流を深めています。また、毎日畠のお世話をされている方もいます。

農園活動を通じて、多世代交流の場・活躍の場が生まれています。

どなたでも参加できますので、ご興味のある方・参加ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。

(健康長寿課 ☎ 023・508051 FAX 024・023090)

私はレベル3・4・5の技を選びました。9つの技を成功させ、1つミスをしました。年齢・性別では上位100位、全体では上位600位（1,000人以上の参加者中）という結果でした。出場するのは緊張ましたが、皆さんがとても親切で応援してくれました。大会の雰囲気は素晴らしい、今後のけん玉の技のアイデアをたくさん得ることができました。大好きな選手にも会うことができました。来年も挑戦します。皆さんもぜひ参加してみてください。

和歌山県からの出場者は3名のみでした。廿日市市に来られない方は、ウェブカメラやビデオ通話を使って自宅からでも参加できます。初心者向けの技もたくさんあるので、初めての方でも安心して楽しめます。今年は2歳から80歳まで、幅広い年齢層の参加者がいました。みなさんもぜひ練習して、来年挑戦してみてください。



マイケルの花まるエッセイ けん玉ワールドカップ

11月15日、広島県廿日市市で開催された「けん玉ワールドカップ」に出場しました。26か国から1,000人以上が参加しました。3分間のラウンドが2つあり、各ラウンドで5種類の技を選びます。レベル1の簡単な技は1ポイント、レベル12の技は12ポイントです。上位40名が決勝ラウンドに進出します。今年の優勝賞金は50万円でした。

私はレベル3・4・5の技を選びました。9つの技を成功させ、1つミスをしました。年齢・性別では上位100位、全体では上位600位（1,000人以上の参加者中）という結果でした。出場するのは緊張ましたが、皆さんがとても親切で応援してくれました。大会の雰囲気は素晴らしい、今後のけん玉の技のアイデアをたくさん得ることができました。大好きな選手にも会うことができました。来年も挑戦します。皆さんもぜひ参加してみてください。

和歌山県からの出場者は3名のみでした。廿日市市に来られない方は、ウェブカメラやビデオ通話を使って自宅からでも参加できます。初心者向けの技もたくさんあるので、初めての方でも安心して楽しめます。今年は2歳から80歳まで、幅広い年齢層の参加者がいました。みなさんもぜひ練習して、来年挑戦してみてください。

Let's read a book

図書館だより

おすすめ花まる本



一般書

エピクロスの処方箋 (水鈴社)

なつかわ そうすけ
夏川 草介 著

大学病院で将来を嘱望されながらも、母を亡くし一人になった甥のために地域病院で働く内科医の雄町哲郎。ある日、哲郎の力量に惚れ込む大学准教授の花垣から、難しい症例が持ち込まれ…。「スピノザの診察室」の続編。

新着図書

- 『神さまショッピング』 角田 光代 著 (小説)
『わくわくエンディングノート』 端野 貴康 著 (人生訓)
『医師が教える温泉の教科書』 早坂 信哉 編 (医学)
『秋山善吉工務店 上・下』 中山 七里 著 (日本の小説・大活字本)

児童書

ゆきんこのレストラン (小学館)

ながしま ひろみ 作

冬の日、なっちゃんは、雪が積もった森の奥で、氷でできたドアを見つけました。中から現れた女の子は、「ゆきんこのレストランへようこそ」と言います。なっちゃんは、そのレストランの初めてのお客さんになって…。

新着図書

- 『おはしうさぎ』 くせ さなえ 作 (絵本)
『やさしさバトン』 新井 けいこ 作、あわい 絵 (物語)
『異聞今昔物語』 森谷 明子 作、佐竹 美保 絵 (物語)
『わたしは書体デザイナー』 高田 裕美 著 (情報・コンピュータ・メディア)

御坊市立図書館

0738-22-0441 FAX 0738-22-6443

開館時間 火～金 9:30～18:30
土・日 9:30～17:15



蔵書検索ページ

公式Facebook

左の二次元コードを読み込むと、御坊市立図書館の蔵書検索ページ・公式Facebookにアクセスできます。

2月のイベント

ちびっこ工作教室2月 「なりきりひなまつり」

日時：2月28日（土）

①あさの部10:00～②ひるの部13:30～

場所：中央公民館2階和室 対象：2歳～未就学児

定員：各部先着8名

申込：図書館まで

申込開始：2月1日（日）～

イベント報告

ちびっこクリスマス会

クリスマスをテーマにしたおはなし会やミニ工作教室「クリスマステトラパックづくり」を楽しみました。



イベント報告

あつまれ！恐竜キッズ!! ～恐竜から環境について学ぼう～

日高高等学校2年生のグループが、恐竜と地球環境について、クイズを交えながら楽しく講義してくれました。



お知らせ

蔵書点検のおしらせ

蔵書点検のため、以下の期間は、特別休館となります。
ご不便をおかけしますが、ご協力のほどよろしくお願ひいたします。

休館期間：2月14日（土）～2月28日（土）

特別貸出期間：2月1日（日）～2月13日（金）

特別貸出期間中は、貸出期限が1か月、貸出冊数の上限が2倍となります。

ぜひこの機会にたくさんの本をお楽しみください。

2月カレンダー

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21

22 23 24 25 26 27 28

ごぼうおはなしの会

毎週日曜日10:00～

場所：中央公民館2階研修室

対象：幼児～小学生

泉のひろば

2月7日（土）13:30～

場所：中央公民館2階和室

対象：幼児～小学生



市長メッセージ

「春はもうすぐ！フレイル予防で、心も体もポカポカに」

寒さで家に閉じこもりがちな2月ですが、天気の良い日には少し外へ出て、春の気配を探しながら歩いてみませんか？

「フレイル」は、これまで広報などでもお知らせしてきましたので、皆さんご存じかと思います。健康と介護が必要な状態の中間のことを言い、誰でも年齢とともに体力や気力は低下しやすくなります。

現在、市内の65歳以上の方で介護認定を受けている方は約23%です。見方を変えれば4人のうち3人以上の方は、お薬を飲んでいても日常生活をご自身で送ることができる健康な状態にあるということです。この健康な状態をできるだけ長く保ち、フレイルになっても、生活習慣の見直し、改善により再び健康な状態に戻ることができるよう、本市では様々な取組を進め、高齢者の皆さんを応援しています。

昨年は、フレイル予防研究の第一人者である飯島勝矢教授と健康体操の普及に努められている築瀬寛（ごぼう）先生をお迎えし、講演会を開催しました。講演

会では「フレイル状態になってしまっても頑張れば、健康な状態に戻れる」との力強いお言葉をいただきました。

健康長寿の秘訣は、「食事」「運動」「社会参加」の3つの柱です。「食事」では、肉だけでなく魚や牛乳など、多様な食品からたんぱく質を摂ることが勧められています。「運動」では、ただ体重を減らすのではなく、筋肉をつけることが大切です。そして何より、ご近所同士で声をかけ合うことや、地域のデイケアサロンなどへの参加といった「社会参加」が心の元気につながります。どれか1つだけを頑張るのではなく、3つをバランスよく続けることが大切です。

3つの柱を意識しつつ、日常に取り入れやすいのが運動です。最も手軽な運動は、やはり「歩くこと」です。私も毎日8,000歩を目標に歩いています。本市では「ごぼう健康ウォーキング」を開催し、参加者は年々増えています。昨年度は24チームと96人の参加でしたが、今年度は35チームと180人の方にご参加いただきました。この良い流れをさらに加速させるため、来年度に向けて、市内の健康ワーキングチームを中心新たに取組やアイデアを検討しています。

「健康になりたい」「みんなで歩くと楽しい」という輪が、確実に広がっていることを大変うれしく思います。この“小さな輪”をさらに大きく広げ、みんなで健康寿命を延ばしていきましょう。

御坊市長 三浦 源吾

広告

自宅介護でお困りごとはございませんか？
お気軽にご相談ください。 ☎ 0738-52-5217



社会医療法人 黎明会 ケアプランきたで・和佐の里

営業時間 8:30～17:30 (月曜日～土曜日) ※日曜日・12月31日～1月3日は休業



あなたの時間有効活用！ちょこっとシルバーしませんか。

会員募集中

60歳以上のお仕事したい方に！

御坊市在住、60歳以上の方で健康で働く意欲のある方に！

- ◆平均年齢 73.8歳 ◆

※お仕事内容はセンターによって異なります

※定期入会説明会 毎月1日/15日 午後1時30分～ 御坊市シルバー人材センター(休日の場合は翌日)事前に予約連絡をう

働く、働く笑顔見たいがい

事業主の皆様・ご家庭の皆様 さまざまなお仕事お引き受けしています。
お気軽にご連絡ください。

お問い合わせ先

御坊市シルバー人材センター
電話090-8655-7556
御坊市薦76番地(御坊市立体育館内)

厚生労働省委託事業 高齢者活躍人材確保育成事業 公益社団法人 和歌山県シルバー人材センター連合会

紀州新聞は購読料
(1ヶ月) 税込 **2,000円**
※郵送の場合は別途



紀州新聞社

御坊市島172 ☎0738(22)2536(代)

御坊市公式LINE友だち募集中!!

御坊市では、市民の皆様方に市政情報を迅速にお届けするため、LINEを活用した情報発信に取り組んでいます。

次の二次元コードから読み込み、友だち登録をお願いします。

