

広報 ごぼう

Sep. 2013

9

No.391

まちが輝き笑顔あふれる 元気な御坊



おやこ一緒に楽しく食育学習

わくわく おやこクッキング
～御坊市食生活改善推進協議会～

15ページに関連記事掲載

第13回 御坊市健康福祉まつり

健康福祉課 健康増進係 ☎0738-23-5645

日 時

9月16日(月)

10:00~

場 所

市民文化会館

健康に関する「情報・体験・試食」など
盛りだくさんとなっています！
クイズラリーを実施しますので、
会場一周にチャレンジしてください！



さいちゃんもやって来るよ！
会場で会いましょう！

主催
協賛

御坊市役所健康福祉課
御坊市健康づくり推進協議会
日高医師会 日高歯科医師会
日高薬剤師会 御坊保健所
国立病院機構和歌山病院
御坊市自治連合会 御坊商工会議所
JA紀州中央女性会 御坊市健康推進委員会
紀州日高漁業協同組合
御坊市食生活改善推進協議会
在宅栄養士会 御坊市役所国保年金課

催しご案内

場 所	内 容
小ホール 舞台	10:00 開会 10:05 『野菜の絵』表彰式
小ホール	10:00 ~ 13:00 『野菜の絵』受賞作品展示 口腔内カメラ（お口の中をみれるよ！） 歯のブラッシング指導 乳がんセルフチェック 禁煙チャレンジ お薬相談 和歌山県健康情報 県民ランキング～生活習慣病編～
食卓に 野菜の料理を もう一品	10:00 ~ ベジフルジュース 野菜の浅漬け サバ餃子 ※なくなり次第終了です。
展示室 (小ホール隣)	10:00 ~ 13:00 血管年齢チェック・骨量チェック 健康相談 介護予防コーナー
2階	10:40 親子ふれあい体操 くわばら りみ先生 11:10 絵本の読み聞かせ よみきかせオヤジの会 10:00 ~ 11:30 やさいスタンプ・手作りおもちゃ
ロビー	10:00 ~ 11:30 バルーンアート デイクアサロン写真展示 交通安全啓発

塩屋漁港で
獲れたピチピチ
サバ料理

大ホール

第1部 敬老の日式典 13:00 ~

- ・表彰 ・来賓祝辞
- ・保育園児によるダンス「ワッショイ！ ワッショイ！ ひとりじゃないさ」
- ・幼稚園児によるダンス「明日へと」

第2部 アトラクション 14:10 ~

- テーマ 『輝け！ 充実世代！！ いつやるか？ 今でしょ！』
- ・市民大学「舞踊、コーラス、大正琴、運動（ダンス）」
 - ・天音太鼓保存会 ・夢屋舞組によるよさこい踊り
 - ・愛徳保育園児による合唱「おじいちゃんもおばあちゃんも」 他2曲



★市民文化会館の駐車場は限りがありますので、市役所駐車場をご利用ください。

9月は健康増進普及月間です！

平均寿命と健康寿命の差

日本人は平均寿命で見ると、長生きのイメージがあります。しかし、右の図で、平均寿命と日常生活に支障のない期間をいう健康寿命を見ると、男性の平均で9.13年、女性の平均で12.68年、日常生活に支障がでてくる（介護が必要・ねたきりなど）という事がわかります。

この期間を短くし、健康で過ごすためには、病気を予防し、今の健康を守る事が大切となってきます。

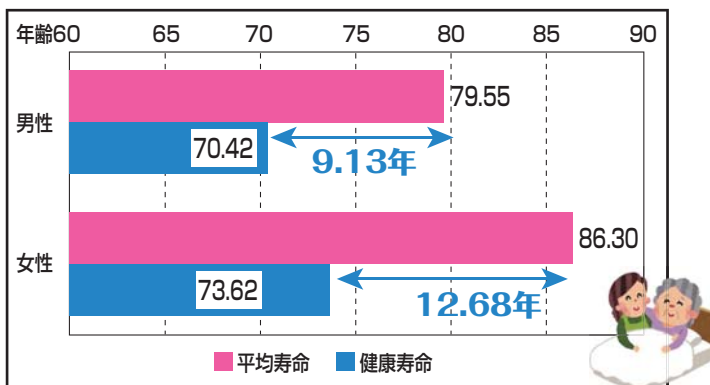
健康寿命を延ばすには！

～1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後に楽～

右の図は平成22年度の御坊市死因別死亡割合TOP3で、全国と同様に生活習慣病が上位を占めています。

これらの生活習慣病を防ぐには、まずは自分の健康状態を知ることが必要です。1年に一度は健診を受けましょう。

日本人の平均寿命・健康寿命（平成22年度）



御坊市死因別死亡割合TOP3（平成22年度）

順位	原因	割合
1位	悪性新生物（がん）	28%
2位	心疾患	19%
3位	脳血管疾患	11%



健診から安心へ！

下記の日程が今年度最終の市民集団健診となります。ぜひ、ご利用ください。

日程	受付時間	場所	定員
9月4日(水)	7:30～10:00	野口コミュニティセンター	80人
9月29日(日)	7:00～10:00	アクオ3階会議室（北出病院隣）	150人

※詳細については、5月初旬に送付した受診券及び案内をご覧ください。

- ◎70歳で歯周疾患検診の受診を希望する方には、（昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生まれ）歯周疾患検診無料クーポン券を発行いたします。
- ◎75歳以上の方でがん検診の受診を希望する方には、がん検診受診券を発行いたします。

元気で長生きしてね



お問い合わせは健康福祉課まで！

40歳の方で、無料クーポン券をお持ちの方！これが最後のチャンスです♥



申し込みは健康福祉課まで

あなたのこころお元気ですか？

物事を悪い方へ考え、自分を責めてしまう。

だるくて意欲がわかない

自殺をほのめかす

疲れているのに眠れない

食欲がなく、やせてきた…



最近、こんなことはありませんか？
1人で悩まず、まずは健康福祉課までご相談ください。

プレママ＆フレッシュママサロン

＊日程	9月30日(月) 骨盤ケア編 10月29日(火) 離乳食編 11月25日(月) ベビーマッサージ編
＊時間	13:30～15:30
＊場所	福祉センター2階
＊対象	妊婦さん、産婦さん、パートナー、生後6か月までのお子さん
＊定員	20人 ※離乳食編は15人
＊参加費	無料

お友だちづくりのチャンス♪
ママ友づくりに来ませんか？

パパも大歓迎♪



いずれも大人気

骨盤ケア編

簡単エクササイズを紹介します。

ベビーマッサージ編

赤ちゃんに触れ合い親子とも癒されます。

離乳食編

進め方の説明、実演&試食



津波避難訓練などを実施しました！

7月28日に和歌山県と沿岸市町は、4県（和歌山・高知・徳島・三重）共同の津波避難訓練を実施しました。

今回の津波避難訓練には、和歌山県民約12,000人が参加し、御坊市でも自主防災組織の方などが、避難誘導や避難者の点呼を行うなど、市民約1,000人が津波避難訓練に参加しました。

避難先の一つであるNTT御坊別館ビルには、東正、第一春日、春和の3町内会が避難を行い、ビル裏口の階段から4階まであがりました。参加者は「ビル内に避難するには、懐中電灯を用意しておいた方が良い」など、訓練の中から各々の改善点を見つけていました。

また、御坊市ではJ-ALERT（全国瞬時警報システム）による大津波警報の情報伝達訓練、携帯電話への緊急速報メール・エリアメールによる情報伝達訓練、大和樋門の遠隔操作による閉鎖訓練、職員間の情報収集訓練、県庁との被害などの情報共有訓練などを行いました。



NTT御坊別館ビルへ避難



階段をあがり、4階まで避難

地域防災力向上事業(防災ぶるる)を実施します！

～いざというときに役立つ情報やたのしく体験できるコーナーがいっぱい～

防災に関係する機関が集まり、いろいろな展示や住民参加型の訓練などを行います。

どなたでも参加できますので、ぜひ、この機会に防災について学んでください。

日 程 9月29日（日） 野口小学校
10月27日（日） 御坊小学校

時 間 9：00～12：00

催 し

- ★消火器の使用方法を学ぼう（火災発生）
- ★煙装置による煙体験（火災発生）
- ★災害用伝言ダイヤル171（安否の確認、知らせよう）
- ★炊き出し訓練（避難所での食事体験）
- ★防災関係車両・資機材の展示（災害時に出勤が予想される車両）
- ★起震車による地震体験（地震の揺れを体験しよう）

他にもいろいろなコーナーがあります!!

※雨天の場合は、防災関係車両・資機材の展示などは中止します。



防災行政無線放送の内容が聞こえない、聞きづらいときは…

総務課 ☎0738-23-5516

御坊市では、市内98か所に防災行政無線放送の施設を設置していますが、放送時の天候や地理的な条件によっては、「聞こえない、聞きづらい」という声があります。

そこで、防災行政無線放送を補完するため、次の2つの施策を実施していますので、防災行政無線放送の内容が聞こえない、聞きづらいというときは、ご利用ください。

施策1 電話で放送内容を聞くことができます！

☎0738-22-9990 に電話をしていただくと、放送内容を聞くことができます。

※ただし、通話料が必要となります。

施策2 テレビのデータ放送(テレビ和歌山)で放送内容を確認することができます！

※全市域を対象に放送する場合のみ確認することができます。

【テレビのデータ放送利用手順】

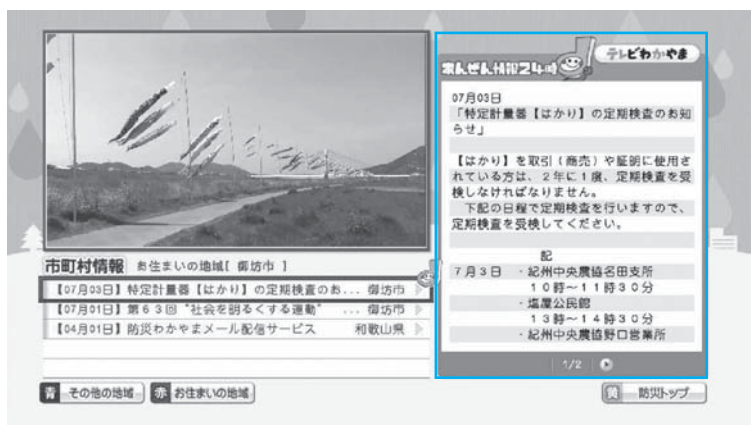
- ①デジタルテレビで、**テレビ和歌山（5ch）**を受信してください。
- ②リモコンの **dボタン** を押してください。次の画面が表示されます。



県内に気象警報が発表された場合は、「あんぜん情報24時」という画面に変わりますが、利用手順は同じです。



- ③リモコンの **赤ボタン** を押してください。しばらくすると市町村情報が表示されます。
直前の情報であれば、画面右側に表示されています。
それ以前の情報については、リモコンの⇄ボタンを操作して確認することができます。
リモコンの⇄ボタンを操作して、左側の項目から確認したい項目を選択して、**決定ボタン** を押してください。



決定ボタン を押すと、画面右側に放送内容が表示されます。



※データ放送については、ワンセグ放送が受信できる携帯電話、スマートフォンでも確認することができます。

「救急の日」と「救急医療週間」

市消防本部救急救助課 ☎0738-22-0800

9月9日（月）は「救急の日」です。また、「救急の日」を含む9月8日（日）から9月14日（土）までの1週間は「救急医療週間」です。

「救急の日」と「救急医療週間」は、市民の皆さんに救急業務や救急医療に対する正しい理解と認識を深めていただくことと、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的に定められました。



救急医療にご理解とご協力を

救急車は重症患者を緊急に搬送するためのものです。本当に救急車を必要とする方が、いち早く利用することができ、一人でも多くの方の命を救うためにも、救急車は正しく利用し、緊急性の低い場合の利用はさけましょう。



知っていますか？子ども救急相談ダイヤル

子どもが急に病気になったとき、「すぐに病院へ行った方が良いのかな？」、「翌朝まで様子を見て大丈夫なのか？」など、どのように対処すれば良いのか判断に迷われたことはありませんか。

そのようなときは**子ども救急相談ダイヤル**をご利用ください。専門の看護師（必要に応じて医師）が相談に応じます。

相談時間

毎日19:00～23:00

電話番号

①携帯電話・プッシュ回線からご利用の方 #8000
②ダイヤル回線・IP電話からご利用の方 ☎073-431-8000



普通救命講習会を開催します！～救命のリレーの第1走者はあなたです～

心肺停止状態に陥った方を救命するには、**救命のリレー**（①その場に居合わせた方による119番通報と応急手当、②救急隊による高度な救命処置、③医師による高度な救命医療）が必要です。このうちのどれか一つでも欠けると救命率は低くなってしまいます。

いざというときに備えて、ぜひ、この機会に普通救命講習会を受講して、応急手当の知識と技術を身につけましょう。救命のリレーの第1走者はあなたです。

日 時

9月8日（日）13時～

場 所

市消防本部 訓練室

対 象

中学生以上で市内に在住または在勤している方

定 員

先着15人

受講料

無料

申し込み・問い合わせ

市消防本部救急救助課 ☎0738-22-0800

※受講された方には、修了証を発行します。



救命のリレー



後期高齢者医療制度の「人間ドック」の募集について

後期高齢者医療制度の被保険者を対象に、1日人間ドックの費用助成を行います。希望される方は、**申請期間内に国保年金課の窓口にて**手続を行ってください。

- ◇**対 象 者** 御坊市の後期高齢者医療制度の被保険者で、保険料の未納がない方
※受診日の時点においても、同様の条件となります。
- ◇**実 施 期 間** 平成25年10月～平成26年2月末
- ◇**本人負担額** 8,000円 ※検診費用34,000円のうち、26,000円が助成されます。
- ◇**受診医療機関** 健診センター・キタデ（御坊市湯川町財部733番地1）
- ◇**定 員** 30人 ※申込者多数の場合は抽選となります。
- ◇**申 請 期 間** 9月2日（月）～13日（金）
- ◇**必要なもの** 後期高齢者医療被保険者証、印鑑（朱肉を使うもの）

※申請をされた方には、後日通知書を送付します。「承認通知書」が届いた方は、実施期間内に受診していただくことになりますので、同封の「利用券」をご確認のうえ、受診医療機関にて手続を行ってください。

- ◇**問い合わせ** 国保年金課 ☎0738-23-5530



ジェネリック医薬品使用促進のお知らせの送付について ～後期高齢者医療制度に加入している方へ～

和歌山県後期高齢者医療広域連合では、8月下旬から9月上旬にかけて、ジェネリック医薬品を使用した場合、1か月の自己負担額が200円以上軽減される可能性がある方を対象に**ジェネリック医薬品使用促進のお知らせ**を送付しています。患者負担の軽減や医療保険財政の改善のために、ジェネリック医薬品の使用をご検討ください。

- ※ジェネリック医薬品への切り替えを強制するものではありません。
- ※お薬によっては、ジェネリック医薬品への切り替えができない場合もあります。
- 詳しくは、かかりつけの医師または薬剤師にご相談ください。



- ◇**問い合わせ** 後発医薬品利用差額通知コールセンター ☎0120-53-0006（通話無料）
和歌山県後期高齢者医療広域連合 ☎073-428-6688

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間を実施します！

- ◇**期 間** 9月9日（月）から15日（日）までの7日間
- ◇**時 間** 8：30～19：00
※土・日曜日については、10：00～17：00

- ◇**電話番号** **0570-003-110** 全国共通ダイヤル

- ◇**相談内容** 暴行・虐待などの高齢者や障害者をめぐる各種の人権相談。
相談は無料で、秘密は厳守されます。法務局職員または人権擁護委員が相談に応じますので、お気軽にご相談ください。

- ◇**そ の 他** ご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。
和歌山県人権擁護委員連合会（和歌山地方法務局人権擁護課内） ☎073-422-5164



納期限

今月の納期限は9月30日です

- ◇国民健康保険税（4期）
- ◇後期高齢者医療保険料（3期）
- ◇介護保険料（9月分）

くらしの相談

◇心配ごと相談

日時 毎週水曜日
13:00～16:00
場所 福祉センター3階
問い合わせ
御坊市社会福祉協議会
☎0738-22-5490

◇人権相談

日時 毎週月～金曜日
8:30～17:15
場所 和歌山地方方法務局御坊支局
問い合わせ
☎0570-003-110
※毎週火曜日9:00～16:00は
人権擁護委員が常駐しています。

◇行政相談

日時 9月11日（水）
13:00～16:00
場所 福祉センター3階
問い合わせ
防災対策課
☎0738-23-5528

行政相談委員
くぼり しゅうじ
久堀 修二
☎0738-23-2229
てらさき すずこ
寺崎 鈴子
☎0738-22-2152

認知症の方を介護している 家族のつどい

認知症介護に対する不安や悩み
を話し合ってみませんか。

日時 9月10日（火）
13:30～15:30
場所 福祉センター3階
申し込み・問い合わせ
御坊市地域包括支援センター
☎0738-23-5851
事前に申し込みをお願いします。

第40回市民総合体育大会

親睦とスポーツに親しむこ
とを目的に、今年も市民総合
体育大会を開催します。

皆さんの参加で、市民ス
ポーツの祭典を盛り上げま
しょう！

開催日 9月8日（日）

開会式 8時～

会場 御坊小学校グラウンド他
主催 御坊市自治連合会、御
坊市体育協会、教育委員会

問 教育委員会生涯学習課

☎0738・23・5525



ありがとうポストへ感謝の 気持ちをメッセージに

病院で働く医師をはじめと
するスタッフにお世話になっ
たことはありませんか？

その笑顔や言葉に励まされ
たことはありませんか？

日高地方地域医療対策協議
会（御坊保健所内）では、そ
のときの感謝の気持ちをメッ
セージとして募集するために、
「ありがとうポスト」を設置
しています。

ぜひ、この機会に感謝の気
持ちはメッセージにして伝え
てください。

なお、応募された作品は、
各病院で選考のうえ、病院内
に掲示します。

対

日高病院、和歌山病院、
北出病院、北裏病院に通
院・入院している方、また
はその経験がある方及びそ

の家族 応募方法

次の事項に注意のうえ、任
意の用紙にメッセージを記入
し、ありがとうポストへ投函
してください。

①病院で働く医師をはじめと
するスタッフにお世話になっ
たこと、その笑顔や言
葉に励まされたことなどに
ついて、そのときの感謝の
気持ちをメッセージにして
記入してください。

②メッセージの字数は問いま
せん。

③メッセージを届けたい病院
名・職種名を記入してくだ
さい。

ポスト設置場所

日高病院、和歌山病院、北
出病院、北裏病院、御坊保健所
平成26年3月31日（月）

問

日高地方地域医療対策協
議会事務局
☎0738・22・3481

参加者募集 わかやまおもてなし宣言

和歌山に来ていただく方に、
「和歌山に来てよかった！また
和歌山にきたい！」と心から感
じていただけるよう、「観光客
に笑顔であいさつをします！」
や「すすんで観光案内をしま
す！」などご自身ができる「お
もてなし」を宣言し、実践して
いただける方を募集します。

対 県内に在住または通勤・通
学している方（個人、グルー
プ、企業・団体、学校など）

なお、宣言していただいた
方には、登録証、ステッカー、
ハンドブックを配布します。

また、接客のブロから接遇
基礎などを学ぶ勉強会を開催
します。

申・問

県庁観光振興課
☎073・441・2777

スローガン

「大丈夫」

それはあなたの
思い込み

9月21日（土）から30日
（月）までの10日間、秋の全
国交通安全運動が実施されま
す。

また、9月24日（火）13時
30分から14時30分までの間、
ロマンシティにて街頭啓発活
動を実施します。

同街頭啓発時には、白バイ
やパトカーの展示もあります
ので、ぜひ、ご来場ください。

問 防災対策課

☎0738・23・5528



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)

◇燃えない大型ごみ

24日(第4火曜日)

☆スプレー缶は、必ず使い切り、穴を開けてから「資源ごみ」の日に出すようにしてください。

☆テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機、エアコンは、家電リサイクル法により「不燃ごみ」としてごみ置き場に出すことはできません。小売業者(家電販売業者)に引き取ってもらってください。(有料です。)

御坊広域清掃センター 「直接持込」

◇平日

8:30~16:00(時間厳守)
・当日「許可証」発行

◇休日【9月15日(日)】

8:30~11:30

発砲スチロールは 「小型プラスチックごみ」の日!!

最近、発砲スチロールが御坊市指定のごみ袋に入れられずに出されていることがあります。発砲スチロールは「小型プラスチック」ですので、袋に入る大きさに切って、御坊市指定のごみ袋に入れ、「小型プラスチックごみ」の日に出してください。

環境衛生課

☎0738-23-5506

第2回市民教養講座

講師 角 淳一先生
(フリーパーソンナリテイ)



日時 9月21日(土) 14時
市民文化会館大ホール

テーマ

「大人の駄菓子屋」～身を捨ててこそ浮かぶ瀬もあれ～

※チケット購入者

※チケット(通し券3,000円)は、教育委員会、市民文化会館(☎0738-23-4881)で販売中です。

受講希望の方は、チケットのご購入をお願いします。

教育委員会生涯学習課

☎0738-23-5506

パパとママのための 子育てUP塾

教育委員会では、民間団体HML(ハッピーママライフ)と協力し、パパとママのための子育てUP塾「トキメキ♡イクメン子育てワークショップ」をパパママライフを楽しもう!を開催します。

興味のある方は、ぜひ、ご参加ください。もうすぐ、パパ・ママになる方々も大歓迎です。

「発見!!わが子のパワー!」子どもの力をひきたす方法」C A P おとなワークショップ

講師 中西 哲也先生

(HML)

9月28日(土)

13時30分~15時

中央公民館2階研修室2

講座の間、お子さんは託児します。講座参加費・託児費

御坊市文化協会 御坊まちかどミュージアム はまゆう吟社

9月6日(金)~10月8日(火)

紀陽銀行御坊支店
南側ショーウィンドー

申・問

教育委員会生涯学習課
☎0738-23-5506

は無料です。ハンディキャップのあるお子さんの託児の相談にも応じます。
また、講座終了後、茶話会(15時~16時・参加費200円・参加自由)を実施します。

「Tea Timeコンサート」Shibun 茶和会vol.1

市民文化会館では、地元ゆかりのアーティスト応援企画として「Tea Timeコンサート」を開催します。

コンサート途中の休憩時間には、地元カフェの手作りプチスイーツとお茶をお楽しみください。

日時 9月29日(日) 14:00~15:15 ※開場は13:30~

場所 市民文化会館小ホール

チケット 一般 1,200円 友の会会員 500円

※Tea Timeチケット付き

出演者 いかり 理佐さん(ピアニスト)

スペイン マリアカナルス国際ピアノコンクール名誉受賞

予定プログラム

ショパン: 仔犬のワルツ、ノクターン、エチュード《黒鍵》

ウェバー: 舞踏への招待

スクリャービン: ソナタNo.4

ガーシュイン: アイガットリズム



問い合わせ 市民文化会館 ☎0738-23-4881

保健行事カレンダー

3日 (火)	献血 時 ① 9:30～11:30 ② 13:00～15:00 ③ 15:30～16:30 場 ①道成寺観光開発 (大杉石材近く) ②御坊南海バス ③暖地園芸センター
4日 (水)	市民集団健診 時 7:30～10:00 場 野口コミュニティセンター
5日 (木)	1歳6か月児健診 対時 平成24年1月生まれ 受付13:00～ 場 福祉センター2階
7日 (土)	献血 時 10:00～12:00 13:00～16:00 場 日高高校
11日 (水)	行って得する運動教室 時 10:00～11:30 13:30～15:00 場 勤労青少年ホーム
12日 (木)	3歳6か月児健診 対時 平成22年2月生まれ 受付13:00～ 場 福祉センター2階
15日 (日)	献血 時 9:30～12:00 13:00～16:30 場 ロマンシティ
16日 (月)	御坊市健康福祉まつり 時 10:00～ 場 市民文化会館
19日 (木)	10か月児健診 対時 平成24年11月生まれ 受付13:00～ 場 福祉センター2階
20日 (金)	市民集団健診結果説明会 時 10:00～ 13:30～ 場 藤田会館
26日 (木)	4か月児健診 対時 平成25年5月生まれ 受付13:00～ 場 福祉センター2階
29日 (日)	市民集団健診 時 7:00～10:00 場 アクオ3階会議室 献血 時 9:30～12:00 13:00～16:30 場 ロマンシティ
30日 (月)	プレママ&フレッシュママサロン (骨盤ケア編) 時 13:30～15:30 場 福祉センター2階

健康福祉課健康増進係
☎0738-23-5645

年金相談を ご利用ください！

年金記録の確認、年金の請求、年金見込額の試算など、国民年金・厚生年金についての相談・手続をお受けしますのをご利用ください。

なお、相談を希望する方は、田辺年金事務所への電話予約が必要で、電話予約は相談日の**1か月前**からできます。

時 ①9月19日(木)
②12月19日(木)
③平成26年2月20日(木)

場 ①は市役所3階会議室
②、③は市役所5階会議室

予約申し込み

田辺年金事務所
☎0739・24・0435

問 国保年金課年金係
☎0738・23・5530

国民年金保険料の 後納制度について

後納制度とは、時効で納めることができなかった国民年金保険料について、**平成24年10月から平成27年9月までの3年間に限り、過去10年分まで納めることができる制度**です。

後納制度を利用することで、年金額が増えたり、納付した期間が不足して年金を受給できなかった方が年金受給資格を得られる場合があります。

対 次のいずれかに該当する方は、後納制度の利用が可能です。

- ①20歳以上60歳未満で、過去10年以内に納め忘れや未加入期間のある方
- ②60歳以上65歳未満で①の期間のほか、任意加入期間中に納め忘れの期間がある方
- ③65歳以上で、年金受給資格がなく、①、②の期間があ

る方
※老齢基礎年金受給者（繰り上げ受給者を含む）は対象外です。

後納保険料の額

納付しなければならなかった当時の保険料額に政令で定める額を加算した額となり、この加算額は毎年度改定されます。

なお、平成25年度中に後納する場合の1か月分の保険料は次のとおりです。

・平成15年度	14,860円
・平成16年度	14,640円
・平成17年度	14,690円
・平成18年度	14,750円
・平成19年度	14,780円
・平成20年度	14,890円
・平成21年度	14,970円
・平成22年度	15,240円
・平成23年度	15,020円

申し込み方法

平成27年9月30日までに、「国民年金後納保険料納付申込書」に必要事項を記載して、

国保年金課年金係またはお近くの年金事務所に申し込みをしてください。

申・問 国保年金課年金係
☎0738・23・5530

緑の募金活動のお礼

広報ごぼう4月号に掲載し、各自治会を通して多くの市民の方々に協力いただきまし
た緑の募金活動について、635,051円の募金が集まりました。本当にありがとうございました。

ご協力いただきました募金については、公益財団法人和歌山県緑化推進会を通して、森林整備や緑化の推進に活用させていただきます。

問 農林水産課農林水産係
☎0738・23・5510

オータムジャンボくじ

発売期間

9月20日(金)
10月11日(金)

この宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。宝くじは、和歌山県内の売り場でお買い求めください。
昨年のおータムジャンボくじ(第630回全国自治宝くじ)の時効(平成25年10月23日(水))が迫っていますのでお忘れなく。

問 和歌山県市町村振興協会

☎073・432・1790



病・診連携休日 急患診察室当番医 【9月】

◇日曜・祝日の救急診療

時間 10:00～12:00
13:00～16:00

場所 国保日高総合病院

1日 村上 浩一 医師
8日 中村 成宏 医師
15日 池田 明彦 医師
16日 玉置 陽司 医師
22日 上田 栄藏 医師
23日 高辻 幹雄 医師
29日 龍神 弘幸 医師

◇土曜日の小児救急診療

時間 15:00～20:00
(受付19:30まで)

場所 国保日高総合病院

7日 国保日高総合病院医師
14日 龍神 弘幸 医師
21日 島津伸一郎 医師
28日 家永 信彦 医師

- ・受診を希望する場合は、電話等で事前にご相談ください。
- ・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ので、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受診してください。
- ・当番医が変更になることがあります。

国保日高総合病院
☎0738-22-1111

問 県庁調査統計課
☎073・441・2388

和歌山県では、本年も毎月勤労統計調査特別調査を実施しています。
この調査は、常用労働者を1人～4人雇用する事業所を対象に、雇用労働者の賃金、労働時間、雇用の変動を明らかにするために年1回実施され、景気判断や経済情勢に向けての諸政策などに利用されています。
対象となる事業所には、統計調査員が訪問して調査票を作成しますので、調査へのご理解・ご協力をお願いします。
なお、調査票に書かれた事柄は、「統計法」により、厳しく秘密が守られ、統計以外の目的に用いられることは固く禁じられています。

毎月勤労統計調査特別調査について～事業主の皆さんへ～

問 建設共和歌山県支部
☎073・436・1327

建設共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的としています。
この制度は、事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建設共から退職金を支払う制度です。
加入できる事業主
建設業を営む方
対象となる労働者
建設業の現場で働く方
掛金 月額310円
※詳しくは、建設共和歌山県支部までお問い合わせください。

知っていますか？

建設共制度

講習会受講生募集

講習名	日程	受講料等	受付開始
足場の組立等作業主任者	9月10日(火)～11日(水)	10,000円	8月12日(月)
職長・安全衛生責任者教育(リスクアセスメント含む)	10月22日(火)～23日(水)	12,500円	9月24日(火)
石綿作業主任者	10月29日(火)～30日(水)	10,300円	9月30日(月)
自由研削といし取替試運転作業者(実技含む)	11月6日(水)	8,000円	10月7日(月)
建築物等の鉄骨組立等作業主任者	11月12日(火)～13日(水)	10,200円	10月15日(火)
丸のこ等取扱作業従事者教育	11月20日(水)	6,000円	10月21日(月)

講義時間 9:00～17:00

※丸のこ等取扱作業従事者教育は、13:00～
会場 和歌山県建設会館3階会議室(和歌山市湊通丁北1丁目1-8)
問い合わせ 建災防和歌山県支部
☎073-436-1327

～消費生活モニターが調べるお買い物情報～

御坊市小売価格調査結果 8月分

消費税込み

	品目	規格・容量	平均価格(円)		先月比(%)	
			小売店	スーパー	小売店	スーパー
食料品	小麦粉	薄力粉 日清 1kg	254	238	100.0	109.2
	鶏卵	Lサイズ 10個入り	227	185	102.3	96.9
	キャベツ	出回りの多い物 1/2カット	131	111	119.1	82.2
	大根	青首 1本	162	150	102.5	78.5
燃料	灯油	店頭売・容器別 18ℓ	1,768	—	99.8	—
	ガソリン	レギュラー 1ℓ	166	—	105.7	—

価格はあくまでも集計店舗における調査結果であり、基準価格ではありません。
*詳しくは、商工振興課(☎0738-23-5531)へお問い合わせください。

第52回 御坊市文化祭

中央公民館 ☎0738-22-0424

毎年多彩な催しで好評の《御坊市文化祭》を開催します。
市民の皆さんに、ご参加いただける催しもたくさんあります。
たくさんのご来場・ご参加をお待ちしています。



催 し	日 時	場 所
フラメンコサークル 「フェスタ」 第3回 発表会	9月 1日 (日) 13時30分～16時	市民文化会館
御坊詩吟愛好会 第33回 吟詠大会	9月 8日 (日) 13時～16時	市民文化会館
花を写す会 第32回 写真展	9月13日 (金) 9時～17時 14日 (土) // 15日 (日) 9時～16時	中央公民館
御坊写真教室友の会 第18回 写真展	9月20日 (金) 9時～17時 21日 (土) // 22日 (日) 9時～16時	中央公民館
洋画サークル 「えんじゅ」 第13回 作品展	9月20日 (金) 9時～17時 21日 (土) // 22日 (日) 9時～16時	中央公民館
南紀カメラクラブ 第61回 写真展	9月27日 (金) 9時～17時 28日 (土) // 29日 (日) 9時～16時	中央公民館
洋画ひまわり会 第71回 作品展	9月27日 (金) 9時～17時 28日 (土) // 29日 (日) 9時～16時	中央公民館
青峰会 第28回 書道展	10月11日 (金) 9時～17時 12日 (土) // 13日 (日) 9時～16時	中央公民館
菊明会 第11回 定期演奏会	10月27日 (日) 13時30分～15時30分	市民文化会館
表千家御坊松蔭会 茶会	10月27日 (日) 10時～14時	中央公民館
御坊花の会 菊花展	11月 2日 (土) 9時～17時 3日 (日) // 4日 (月) 9時～16時	市民文化会館
裏千家御坊淡交会 茶会	11月 3日 (日) 9時～16時	中央公民館
御坊華道連合会 いけばな展	11月23日 (土) 10時～17時 24日 (日) 10時～16時	市民文化会館
黒潮カラオケクラブ 第31回 歌の旅路	11月24日 (日) 開場 16時30分～ 開演 17時～21時	市民文化会館
日本画すずらん会 第1回 すずらん会展	平成26年 2月 8日 (土) 9時～17時 9日 (日) // 10日 (月) // 11日 (火) 9時～16時	中央公民館

日高番傘川柳会 第49回 市民川柳大会

日時 11月17日 (日)
13時～16時
場所 中央公民館
兼題 切符、認める、道、筒抜け、
ぼちぼち、サービス(各題2句)
投句 11月16日 (土) 締め切り
〒644-0002 御坊市藺221-1
山崎 恭平 宛 ☎0738-23-3436

御坊短歌会 第52回 市民短歌大会

日時 11月23日 (土)
13時30分～17時
場所 中央公民館
投句 11月5日 (火) 締め切り
〒644-0014 御坊市湯川町富安2117-3
小田 実 宛 ☎0738-22-4780

はまゆう吟社 第52回 自由律俳句大会 (一般市民参加)

日時 11月24日 (日)
12時30分～16時30分
場所 塩屋公民館
投句 9月30日 (月) 締め切り
〒644-0025 御坊市塩屋町北塩屋1057
南野 清 宛 ☎0738-20-1266

二十日会句会 第52回 市民俳句大会

日時 11月24日 (日)
12時～15時30分
選句締め切り：13時30分まで
場所 中央公民館
投句 当季雑詠2句(秋、初冬)
11月5日 (火) 締め切り
※出句後の変更はできません
〒644-0002 御坊市藺617-1
前田 哲生 宛 ☎0738-22-0359

主催 御坊市文化協会・御坊市中央公民館・文化協会加盟行事主管団体

9月のおすすめ花まる本

新着図書は
1日・15日に並びます

一般書

『世界地図の下書き』 朝井 リョウ 著

児童養護施設「青葉おひさまの家」で暮らす子どもたち。夏祭り、運動会、クリスマス。そして迎える、大切な人との別れ。さよならの日に向けて、4人の小学生が計画した「作戦」とは？

『小説すばる』連載をもとに単行本化。



児童書

『なんでやねん』 中川 ひろたか 文 あおき ひろえ 絵

朝起きたらちょんまげが生えていた。パジャマを脱いだらふんどししてた、歯みがきしてたらおひげが生えてきた…。おもわず「なんでやねん！」と突っ込みをいれなくなる、ナンセンスな笑いが満載のユーモア絵本。



『難読・誤読駅名の事典』 浅井 けんじ 著

及位＝のぞき、放出＝はなてん…。全国各地の、初見で読めない難読駅名、誤読されやすい駅名を集めた事典。

駅名の正しい読みだけでなく、駅名の由来、駅が設置されてから今日までの駅名および路線の変遷、駅周辺の情報も紹介。



『にじ・じいさん』 くすのき しげのり 作 おぐら ひろかず 絵

「にじが、かかりますように」と書かれたたんざくが風に運ばれてきました。それを見た白ハトのクルルは、願いを叶えてあげたいと思い、にじ・じいさんに会いにいきますが…。心がすきとおるファンタジー。



『産みたいのに産めない』 NHK取材班 編著

世界の中でも不妊治療件数が多く、成功率の低い日本。それは卵子老化が見過ごされてきたからか。現代の日本女性を取り巻く背景、不妊治療の現場、知られざる男性不妊などを紹介する。

NHKスペシャルを単行本化。



『ハイパーレスキュー 災害現場へ走れ！』 深光 富士男 文

東日本大震災、福島第一原発の事故の現場で、災害救助のスペシャリスト部隊はどう困難に立ち向かっていったのか？東京消防庁のハイパーレスキューの活動を紹介します。



新着DVD

- ① ホビット ～思いがけない冒険～
- ② 虹色ぼたる ～永遠の夏休み～
- ③ しっかり学ぼう！ 熱中症予防
- ④ 高齢期は食べ盛り ～正しい知識で老化を防ぐ～
- ⑤ “生命”の未来を変えた男 山中伸弥 iPS細胞革命



9月のおはなしの会

絵本や紙芝居などの読み聞かせをしています

日時 1日・8日・15日・22日・29日
10:00～

場所 中央公民館2階

対象 幼児から小学生まで

みんなで遊びに来てね！



みんなのサロン

たんぽぽ乳幼児保育園の巻

おかあさん、あのね…



よしだ ゆうな ちゃん(6さい)

いつも おかいもの
おわたったときに
じてんしゃに のるの
みていてくれて
ありがとう!!

おかあさん、あのね…



しばた まさや くん(6さい)

とうきょうへ
つれていってくれて
ありがとう!!
スカイツリーからの
けしき
きれいだったよ!

お父さんみたいな
大工になりたい!



ぼくの将来の夢は、大工になることです。
ぼくが大工になりたい理由は、お父さんが大工をしているからです。お父さんは朝7時半に起きて、夜は7時ぐらゐまで仕事をしてきます。お父さんの仕事は大変だと思うけれど、ぼくもお父さんみたいにいろんな家を建てたいと思います。
ぼくは、いっぱい勉強して、必ず大工になりたいです。

ぼくの夢
わたしの夢

たにぐち たかゆき
谷口 貴之くん
(名小6年)



クリスの花まるエッセイ

東京への旅行

去年、A.L.T(外国語指導助手)の友達がアメリカに帰って、大学院に入りました。その友達が夏休みに東京の職場でインターンシップをするので、僕はお嫁さんのシンディやA.L.Tのメンバーたちと一緒に東京へ会いに行きました。
僕は、東京へは2回しか行ったことがないので、「今回はどこに行こうかな」と考えました。スカイツリーにのぼりたかったけれど、予約を取れません。残念だったけれど、下から見ても「すごく高いな」と思いました。
後は、初めてお台場へ行ってきました。大きなガンダムがあって、動いたり、話をしたりするので、面白かったです。夜にはレインボーブリッジがライトアップされて、きれいでした。
それから、少し変わったラーメンを食べました。B.A.S.A.N.O.V.A(バサノバ)というラーメン屋で、タイのグリーンカレー風のラーメンを食べれるお店です。香辛料がいっぱい入っていて、甘辛くて、とても美味しいラーメンでした。
初めて行く所ばかりで、とても良かったので、また、東京へ行ってみたいです。



▲お台場のガンダム

まちがど Watching

浴衣姿、かわいいね！ ～わかば保育園「夏祭り」～



7月28日、わかば保育園で、保護者協力のもと夏祭りが開催され、園児や昨年度の卒園児、地域住民たちなど約200人が訪れました。

夏祭り会場では、かわいい浴衣姿の園児たちが、スーパーボールすくいや魚釣りゲームに挑戦したり、かき氷を食べたりして、夏祭りを楽しんでいました。

夏祭りの最後には、わかば公園に設置されたたやぐらを囲んで盆踊りが行われ、園児たちは日頃練習をしてきた「オバQ音頭」や「ピーマンマンのビタミンおんど」などを披露しました。

手作り絵本に大喜び！ ～日高高校附属中学校「絵本の読み聞かせ」～

7月31日、日高高校附属中学校3年生が湯川幼稚園を訪れ、絵本の読み聞かせを行いました。

読み聞かせに使用した絵本は、生徒たちが授業のなかで、ストーリーから絵まですべてを創作したもので、園児たちは初めて聞くお話を真剣な表情で聞き入っていました。

読み聞かせ終了後、生徒たちは園児に囲まれ、「絵本上手だね。どうやって作ったの」などの質問を受けていました。生徒たちは「みんな、かわいいし、絵本をちゃんと聞いてくれて嬉しかったです」と話してくれました。



笑顔いっぱいのひとときを！ ～わくわくおやこクッキング～



8月2日、藤田会館で、御坊市食生活改善推進協議会主催のわくわくおやこクッキングが「食べ物をえらぶ力」をテーマに開催されました。

最初に参加者親子は、子どものときからバランスを考えて食べる習慣を身につけることの大切さを講義で学びました。その後、参加者は調理実習を行い、ホイルハンバーグやにんじんおにぎりなどを作りました。

調理後には、バイキング形式の昼食会が行われ、子どもたちが、お母さんのために料理を取ってくる光景もあり、笑顔いっぱいのクッキングとなりました。

まちが輝き笑顔あふれる元気な御坊を目指して⑥

問い合わせ 企画課秘書室
☎0738-23-5536

第6回目となる今回は、暮らしの安全、循環型社会の2つの分野でのこれまでの取り組み・これからの取り組みについて報告します。

暮らしの安全分野でのこれまでの主な取り組み

安全な暮らしを確保するための取り組みを行ってきました。

取 り 組 み	実 績
自主防犯組織数	10組織 (平成24年度末現在)
交通安全教室を開催	30回 (平成24年度実績)



暮らしの安全分野でのこれからの主な取り組み

安心して暮らせる環境づくりを推進していくことで、「安全な暮らしの確保」を図っていきます。

●シルバー交通安全大学

●消費者行政活性化事業

循環型社会分野でのこれまでの主な取り組み

環境負荷を減少させる取り組みを行ってきました。

取 り 組 み	実 績
1人1日あたりのゴミ排出量	1,081 g (平成24年度実績)
浄化槽普及率	21.6 % (平成24年度末現在)
公共下水道を推進	南塩屋地区で一部供用中 (平成24年度末現在)
農業集落排水事業を実施	名田町上野地区、楠井地区、野島地区、加尾地区、湯川町上富安地区、下富安地区、小谷団地
汚水処理人口普及率	34.7% (平成24年度末現在)
クリーン大作戦ごぼう	昭和60年から



循環型社会分野でのこれからの主な取り組み

豊かな自然環境を守り育て、次世代に引き継ぐ環境づくりを推進していくことで、「循環型社会の構築」を図っていきます。

●浄化槽設置整備事業

●御坊市特定環境保全公共下水道事業



不動産に関する 無料相談会のお知らせ

開催日：9/19(木) [毎月第3木曜日] 時間：13時～16時
開催場所：御坊市役所 1Fロビー

内容：宅建協会の専任相談員による無料相談会です。

- ・不動産に関するお悩み、ご相談
- ・不動産の権利に関するご相談
- ・不動産に関するトラブルのご相談、等



予約優先
お申込専用お電話 **073-471-6000**

公益社団法人 和歌山県宅地建物取引業協会／和歌山市太田 143-3

離婚

交通事故

不動産

相続

借金

くらしの中の困り事、気軽にご相談ください。

弁護士 河内 茂治 (和歌山弁護士会)

御坊市名屋町3-2-7
フレンドリー紀州ビル3階

おれんじ法律事務所

完全予約制

(旧 御坊ひまわり基金法律事務所)

☎0738-32-7357