

広報 ごぼう

Sep. 2018

9

No.451

まちが輝き笑顔あふれる 元気な御坊



8月11日に日高川で行われた親子ふれあい力又一体験

第18回健康福祉まつり

日時

9月22日(土) 10:00~

場所

御坊市民文化会館 小ホール

テーマ **食育**

きいちゃんも来るよ
お楽しみに♡

	内容
小ホール 舞台	 10:00 開会 10:05 野菜の絵 表彰式 10:30 マジックショー ボランティア エプロンシアター(食育) 御坊中学校保健委員会(生徒) 11:15 ステキ体操「GO! GO! GOBO」 歌って笑って楽しい健康づくり研究室 くわばら りみ先生
小ホール	10:00~ 〈健康チェックコーナー〉 骨量チェック 体組成チェック 等 (独) 国立病院機構和歌山病院 〈健康情報コーナー〉 お薬クイズ 日高薬剤師会 和歌山県の健康情報 御坊保健所 食べることは学ぶこと ~考えよう、食の未来~ 御坊市教育研究会 養護教諭部会中学校部 〈健康相談コーナー〉
ロビー	10:00~ 心のバリアフリーについて よっしーのバルーンアート 
2階	10:00~11:00 親子ふれあい広場 くわばら りみ 先生 御坊市地域子育て支援センター

ステキな景品
もらえるよ♡

展示室

10:00~15:00
 〈野菜の絵の展示〉
 御坊市内の保育園・幼稚園に在籍する年
 長児による、応募者全員の絵を展示。
 〈試食・休憩コーナー〉
 ミネラルたっぷりおにぎり 等
 *なくなり次第終了
 御坊市食生活改善推進協議会
 〈歯の健康コーナー〉
 口腔カメラ(お口の中を覗けるよ!)
 歯のブラッシング指導
 口臭チェック 等
 日高歯科医師会・歯科衛生士
 〈健康川柳の展示〉
 応募者全員の作品を展示。優秀賞はみな
 さまの投票で決まります!
たくさんの投票をお待ちしています

お誘い合わせの上
ご来場下さい!



同時開催!

『日高地方軽トラ市』

新鮮な特産品を販売します!

場所

市役所北側駐車場内

時間

10:00~12:00



※小雨決行

★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下さい。

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 (順不同)

日高医師会 日高歯科医師会 日高薬剤師会 在宅栄養士会

(独) 国立病院機構和歌山病院 国保日高総合病院

黎明会健診センター・キタデ 御坊商工会議所

御坊市自治連合会 JF 紀州日高漁業協同組合 JA 紀州女性会

御坊市食生活改善推進協議会 御坊市健康推進委員会

御坊市教育研究会養護教諭部会中学校部 御坊保健所 国保年金課

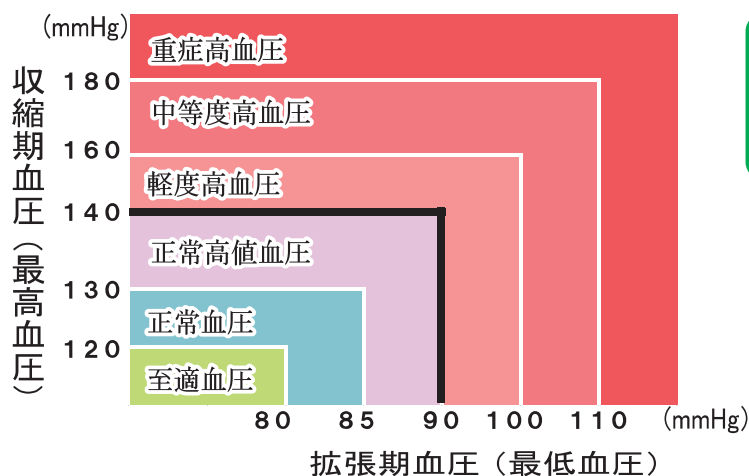
(問い合わせ) 御坊市健康福祉課 ☎23-5645

9月は健康増進普及月間です！ ～1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後に薬～

「今はどこも悪くない!自分は健康で大丈夫!」と思っていませんか?これといった自覚症状がない時から、健康づくりを行うことで、将来の健康寿命を延ばすことにつながります。

平成28年度中に、特定健診を受けた方の中で収縮期血圧(最高血圧)が正常よりも高い人の割合は**41.1%**、**約2人に1人**は高血圧の結果でした。高血圧の自覚症状はほとんどないですが、大切な血管を傷めてしまい、**心筋梗塞**や**脳梗塞**などの生活習慣病の原因となります。肥満や加齢なども高血圧の原因となるため、適度な運動や食事など日々の生活習慣を改善することが大切です。

正常血圧は、**130mmHg 未満/85mmHg 未満**です！



日本高血圧学会：高血圧治療ガイドライン 2014 より

野菜には、塩分を体外に排泄する作用があります。今よりお野菜料理を毎日1皿多く食べましょう。

プラス1皿



『特定健診・がん検診』の受診を、年1回の健康習慣にしましょう！



H30年9月から、御坊保健所のクリニック開設日を変更します。

内 容	日 時
健康相談(一般クリニック)	第1・3水曜日 9:30～10:30受付
HIV検査(通常検査)	
肝炎検査	
骨髄バンク登録	第1・3水曜日 10:30～11:30受付
HIV即日検査	偶数月第1水曜日 17:00～19:00受付

9月のにっこりあサロン

日 時：毎週 水曜日 13:30～15:30

場 所：福祉センター2階 *予約不要です♪

対 象：妊婦さん 産婦さん 赤ちゃん(生後6か月まで)

持ち物：産婦さんのみ、バスタオル・オムツ・水分(母乳・ミルク)



9月のミニ講座のお知らせ

日 時：9月26日(水) 13:30～15:30

内 容：ママと赤ちゃんが楽しむ歌

御坊市役所健康福祉課 子育て世代包括支援センター
にっこりあ ☎0738(23)2525



けむいモン(受動喫煙防止ロゴマーク)

タバコの害から大切な人を守ろう

御坊市は、受動喫煙のない社会を目指しています。

「救急の日」と「救急医療週間」 9月9日(日)～9月15日(土)

毎年9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間を「救急医療週間」と定めています。

「救急の日」及び「救急医療週間」は、救急業務と救急医療について皆さんのご理解を深めていただき、また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。

家族や大切な人の命をまもるため、救命講習を受講しませんか

◆応急手当の重要性

突然の事故や病気などの時、救急隊が現場に到着するまでの間に、現場に居合わせた人が迅速な119番通報、適切な応急手当を実施することにより、傷病者の救命率が一層向上します。

応急手当の方法については消防本部で実施している救命講習を受講することで学ぶことができます。

救急医療週間中に普通救命講習会を開催します。



救命のリレー

救命のリレーの
第1走者はあなたです。
応急手当を覚えましょう。



- ◇日時：9月9日(日)13時～ ◇場所：御坊市消防本部 訓練室
- ◇定員：15名(先着順) ◇受講料：無料
- ◇対象：中学生以上で御坊市内に在住または在勤している方
- ◇その他：受講された方には、修了証を発行します。
- ◇申し込み・問い合わせ：御坊市消防署 救命救助班 ☎0738-22-0800

救急車の適正利用にご協力を！

本当に緊急を要する傷病者への対応が遅れないよう救急車の正しい利用にご協力をお願いします。

9月になっても熱中症に注意しましょう。

水分補給や適度な休憩を取りましょう。

和歌山労働局では、労働トラブル等の相談窓口を設置しています！

ご存知ですか？ 和歌山労働局では『総合労働相談コーナー』を開設しています！

解雇、雇止め、配置転換、賃金の引下げ、募集・採用、いじめ・嫌がらせ、パワハラなどの労働問題全般について、電話や面接での労働相談を行っています。

労働者、事業主どちらからの相談もお受けします。

もちろん、学生のアルバイト先でのトラブルの相談もお受けします。

ご利用は無料で、専門の相談員が対応します。

相談者の方のプライバシーの保護に配慮した相談対応を行っていますので、お気軽に最寄りの総合労働相談コーナー（和歌山労働局・各労働基準監督署内に設置）にご相談ください。

◆総合労働相談コーナー 相談受付時間：平日8時30分～17時15分

平成30年7月～
12月の間
「ハラスメント
特別相談窓口」
を開設しています

和歌山労働局総合労働相談コーナー	和歌山市黒田2-3-3	073-488-1020
和歌山総合労働相談コーナー	和歌山市黒田2-3-3	073-488-1200
御坊総合労働相談コーナー	御坊市湯川町財部1132	0738-22-3571
橋本総合労働相談コーナー	橋本市東家6-9-2	0736-32-1190
田辺総合労働相談コーナー	田辺市明洋2-24-1	0739-22-4694
新宮総合労働相談コーナー	新宮市清水元1-2-9	0735-22-5295

◇問い合わせ 和歌山労働局雇用環境・均等室 ☎073-488-1170

平成31年度日高看護専門学校学生募集 ～看護師を目指すあなたに～

【学校の概要】

- ◇学科・修業年限 看護学科（全日制） 3年
 ◇定 員 1学年40人【総定員120人（男女共学）】
 ◇入 学 資 格 学校教育法第90条第1項に該当する方
 （高等学校を卒業した方等）

【学費等】

費用名称	費用額
入学金	100,000円※1
	200,000円※2
施設整備協力費（入学時）	200,000円
授業料（年間）	300,000円
実習料（年間）	50,000円
教科書代、実習服代、実習に係る交通費等	実費



- ※1 平成30年10月1日現在、構成市町（御坊市・美浜町・日高町・由良町・印南町・日高川町）に住所を有する方（通学のために一時的に構成市町と異なる市区町村の住所に移転している方を含む）
 ※2 上記の「※1」以外の方

【入学試験の概要】

	地 域 枠	社 会 人	一 般
募集人員	15人程度	5人程度	20人程度
受験資格	1.構成市町に住所を有する 高校卒業見込の方※3 2.合格後は必ず本校に入学 する方 3.卒業後御坊保健医療圏で 看護師として医療に貢献 する意志のある方	1.高校卒業後3年以上経過し た方 2.合格後は必ず本校に入学 する方 3.卒業後御坊保健医療圏で 看護師として医療に貢献 する意志のある方	高校を卒業（見込含）した方
試験科目	・国語総合（古文・漢文除く） ・数学Ⅰ ・コミュニケーション英語Ⅰ ・面接試験（1次試験合格者）	・国語総合（古文・漢文除く） ・数学Ⅰ ・小論文 ・面接試験（1次試験合格者）	・国語総合（古文・漢文除く） ・数学Ⅰ ・コミュニケーション英語Ⅰ ・小論文（1次試験合格者） ・面接試験（1次試験合格者）
願書受付期間	平成30年11月7日（水）～平成30年11月14日（水）		平成30年12月18日（火）～ 平成30年12月25日（火）
1次試験日	平成30年12月 1日（土）		平成31年 1月19日（土）
2次試験日 （1次試験 合格者のみ）	平成30年12月12日（水）		平成31年 1月30日（水）
入学試験会場	日高看護専門学校		
入学検定料	20,000円		

- ※3 ※1と同様の住所要件を満たす方

【問い合わせ】

日高看護専門学校
 〒644-0002 御坊市藺116-2
 ☎0738-22-1277 FAX 0738-52-7113
 ホームページ [日高看護専門学校](#) で検索

開校して5年目の新しい学校です。
 「看護師を目指すあなた」をお待ちしています。
 詳しくは、ホームページ内の募集要項で
 ご確認ください。



第57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。
市民のみなさまに、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・ご参加お待ちしております。

催 し	日 時	場 所
御坊詩吟愛好会 第39回 吟詠大会	9月 2日(日) 13時～16時30分	市民文化会館
洋画サークルえんじゅ 第19回 作品展	9月 7日(金) 9時～17時 8日(土) //	中央公民館
御坊写真教室友の会 第24回 写真展	9月 7日(金) 9時～17時 8日(土) //	中央公民館
南紀カメラクラブ 第67回 写真展	9月 14日(金) 9時～17時 15日(土) //	中央公民館
洋画ひまわり会 第58回 作品展	9月 14日(金) 9時～17時 15日(土) //	中央公民館
花を写す会 第38回 写真展	9月 21日(金) 9時～17時 22日(土) //	中央公民館
青峰会 第34回 書道展	9月 21日(金) 9時～17時 22日(土) //	中央公民館
裏千家御坊淡交会 茶会	9月 30日(日) 10時～14時	中央公民館
御坊花の会 菊花展	11月 3日(土) 9時～17時 4日(日) //	市民文化会館
表千家御坊松蔭会 茶会	11月11日(土) 10時～14時	中央公民館
御坊華道連合会 いけばな展	11月24日(土) 10時～17時 25日(日) 10時～16時	市民文化会館

御坊短歌会

第57回 市民短歌大会

日 時 11月17日(土)
13時30分～16時

場 所 中央公民館

投 句 11月4日(日)締め切り
〒644-0014 御坊市湯川町富安2117-3

おだ みのる
小田 実宛 ☎0738-22-4780

はまゆう吟社

第57回 自由律俳句大会 (一般市民参加)

日 時 11月17日(土)
12時30分～15時30分

場 所 塩屋公民館

投 句 9月29日(土)締め切り
〒644-0025 御坊市塩屋町北塩屋1014

たなか よしみ
田中 好美宛 ☎0738-22-4675

日高番傘川柳会

第54回 市民川柳大会

日 時 11月18日(日)
13時～16時

場 所 中央公民館

兼 題 夢・足・梅・これから・
許す・ケイタイ (各題2句)

※1句のみの投句も可能

投 句 11月17日(土)締め切り
〒644-0011 御坊市湯川町財部240-8

やました ながこ
山下 修子宛 ☎0738-23-3330

二十日会句会

第57回 市民俳句大会

日 時 11月25日(日)
13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4日(日)締め切り

※出句後の変更は出来ません

〒644-0002 御坊市藺617-1

まえだ てつお
前田 哲男宛 ☎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

国民年金保険料の免除制度について

所得が少ないときや失業等により国民年金保険料を納めることができない場合には、本人の申請によって、保険料が「免除」または「猶予」される制度があります。

★過去2年まで遡って免除申請できます。

申請月の2年1カ月前の月分まで遡って免除申請ができます。

ただし、申請が遅れると万一のときに障害年金などを受け取れない場合や失業などの特例免除が受けられない場合がありますので、すみやかに申請してください。

①免除（全額免除・一部免除※）制度

本人、配偶者、世帯主それぞれの、申請年度の前年所得が一定額以下の場合や、失業等の事由がある場合に、保険料の全額または一部が免除となります。

※一部免除には、4分の3免除、半額免除、4分の1免除 があります。

②納付猶予制度

50歳未満の方で、本人、配偶者それぞれの、申請年度の前年所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予されます。

③学生納付特例制度

学生の方で、本人の申請年度の前年所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予されます。

「納付・全額免除・一部免除・納付猶予」と「未納」の違い

	納 付	全 額 免 除	一 部 免 除	納付猶予 学生納付特例	未 納
老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格期間に…	含まれる	含まれる	含まれる (注2)	含まれる	含まれない
老 齢 基 礎 年 金 額 に …	計算される	計算される (注1)	計算される (注1,2)	計算されない	計算されない

(注1) 保険料を納めた場合と比べて、受け取る年金額が以下のとおりとなります。

(平成21年4月以降の免除期間)

- ・全額免除の場合：2分の1
- ・4分の3免除の場合：8分の5
- ・半額免除の場合：4分の3
- ・4分の1免除の場合：8分の7

(注2) 一部免除については、減額された保険料を納めないと「未納」と同等の扱いとなります。

申し込み・問い合わせ 国保年金課 年金係 ☎0738-23-5530

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・手続きをお受けしますのでご利用ください。

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す。

電話予約は各相談日の1か月前からできます。

相 談 日	相 談 場 所
平成30年 9月20日 (木)	市役所 3 階会議室
// 10月18日 (木)	市役所 3 階会議室
// 11月15日 (木)	市役所 3 階会議室
平成31年 1月17日 (木)	市役所 3 階会議室
// 2月21日 (木)	市役所 2階西会議室
// 3月22日 (金)	市役所 5 階会議室

◇相談時間 10:00～11:30
13:00～15:00

◇電話予約 田辺年金事務所
☎0739-24-0435

◇電話予約方法

自動音声による案内が流れます。『最初の案内でプッシュボタン①を押し、次の案内でプッシュボタン②を押し。』または『番号を押さず、自動音声案内終了後に職員が応答するまでお待ちください。』

納 期 限

今月の納期限は10月1日(月)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

- 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

◇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** 9月12日(水)
13:00~15:00
- 場** 福祉センター3階
- 問** 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 氏
☎0738-23-2229
- てらさき すずこ
寺崎 鈴子 氏
☎0738-22-2152

たばこ税の 手持品課税の説明会ご案内

平成30年10月1日から、たばこ税の税率が引き上げられます。これに伴うたばこ税の手持品課税についてのたばこ販売業者説明会を次のとおり開催します。

開催日時

平成30年9月5日(水)
10時~11時

(御坊市、美浜町、由良町の事業者)
13時30分~14時30分

(日高町、日高川町、印南町、みなべ町の事業者)

開催場所

御坊市役所 5階大会議室
御坊税務署

☎0738・22・1062

税務課

☎0738・23・5504

全国一斉！ 法務局休日相談所の開設

法務局では、行政サービスの一環として、全国一斉に休日相談所を開設します。

和歌山地方法務局では、法務局職員に加え、司法書士などが相談を受けします。相談は無料で、秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

※相談希望の方は、平成30年9月18日(火)から予約を受け付けます。(当日は予約の方を優先とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。)

時 10月7日(日)
10時~16時

場 和歌山地方法務局

料 無料

(和歌山市二番丁3番地)

相談内容

○土地・建物の売買や相続、土地の分筆、建物の新築及び会社の設立などの各種登記、筆界(境界)の特定、地代・家賃などの各種供託、近隣関係やいじめなどの人権問題などについては、法務局職員、司法書士、土地家屋調査士および人権擁護委員が相談に応じます。

○遺言書の作成や任意後見契約などについては、公証人が相談に応じます。

問 (予約先) 和歌山地方法務局総務課

☎073・422・5132

御坊市文化協会
御坊まちかどミュージアム
御坊市民大学
8月30日(木)~9月28日(金)
紀陽銀行御坊支店
南側ショーウィンドー

～『日高地域消費生活相談窓口』から～

消費生活のトラブルについてご相談をいただく中で、特にご注意ください事例や相談件数の多い事例についてお知らせします。

『大雨や地震などによる大規模災害に便乗した 悪徳商法・詐欺に注意!!』
大規模災害が発生すると、被災地に限らず、全国的に、点検商法、便乗商法など災害に関連した消費者トラブルが発生する傾向にあります。

無料で点検ををすると言って、勝手に作業をし、高額な工事を契約させる商法は点検手法と呼ばれており、写真等を見せて「瓦がずれている」「床下が腐っている」と言ったり、シロアリの死骸や木くずを見せたりして不安を煽りますが、本当に自宅のものかしっかり確認する事が大切です。点検を依頼した場合でも、結果をうのみにせず、冷静に受け止め、別の専門家等に確認し、複数の見積もりをとるなど、決してその場で契約しないようにしましょう。契約後であっても、自宅を訪問されたり、電話で勧誘を受けたりして工事を契約した場合、不備のない正しい記載がなされている契約書面を受け取ってから8日間はクーリング・オフが出来ます。

・不審な訪問や電話を受けた場合、不明な点がある場合は、消費生活相談窓口にご相談ください



◇問い合わせ 消費者ホットライン ☎(局番なし) 188
または、日高地域消費生活相談窓口(市役所1階) ☎0738-52-5288
受付(平日9:00~12:00・13:00~17:00) ※土日祝日年末年始は休み

不燃・大型ごみ を出す日

◇資源ごみ

4日（第1火曜日）

◇小型プラスチックごみ

11日（第2火曜日）

◇燃えないごみ

18日（第3火曜日）

◇燃えない大型ごみ

25日（第4火曜日）

☆スプレー缶、卓上カセット
ボンベなどは必ず使い切り、
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。

☆ごみの分別で分からないこと
がある場合は、環境衛生課ま
でお問い合わせください。

御坊広域清掃センター 「直接持込」

◇平日

8:30～16:20

- ・当日に「許可証」発行
- ・許可証発行受付は16時まで

◇休日【9月16日(日)】

8:30～11:30

- ・1週間前から「許可証」発行
- ※許可証は市役所で発行します。

「野焼き」は禁止です

ごみをドラム缶や簡易な
焼却炉で屋外焼却（野焼き）
することは法律で禁止されて
います。

例外的に農業や風俗慣習等
の行事等に伴うものに限り、
野焼きが認められる場合もあ
りますが、ごみを焼却するこ
とは禁止であり、苦情があった
場合は指導の対象となります。

環境衛生課

☎0738-23-5506

第3回市民教養講座

講師 林 真理子 先生
(作家)



場 時
9月1日(土) 14時～
市民文化会館大ホール

テーマ
私の仕事から

*受講できるのは、会員チ
ケット購入者の方です。
*チケットは、完売していま
す。

(当日券の販売は予定してい
ません。ご了承ください。)
問 教育委員会生涯学習課
☎0738・23・5555

体験教室

ミニ銅鐸を作ろう!

金属を溶かして特別な鋳型
に流し込み、高さ約7cmのミ
ニ銅鐸を作ります。
作り方は簡単ですので小学
生でも作れます。ぜひ、ご参
加ください!



場 時
9月23日(日)
12時30分～15時
御坊市歴史民俗資料館
無料
小学生以上の方
小学生は、保護者の方の
対 料
研修室

付き添いが必要です。
定 先着15人
募集期間
9月8日(土)～
9月22日(土)

申込方法

電話またはFAX(住所・
氏名・年齢・連絡先を明記)

申・問

御坊市歴史民俗資料館
(御坊総合運動公園内)
TEL・FAX
0738・23・2011
※開館日は、火・木・土・
日曜日、国民の祝日です。

9月10日(月)は 「世界自殺予防デー」

9月10日(月)～16日(日)の
1週間は、自殺予防に関する
理解を深めていただくための
「自殺予防週間」とされてい
ます。

自殺の要因は一つではなく、
社会構造・経済的要因等が
からみあった複雑な問題が背景
にあるといわれています。自
殺を未然に防ぐために、自分
や周囲のこころの健康・いの
ちの大切さについて考えてみ
ませんか。

あなたにも出来る

自殺予防のための行動

- 〈気づき〉家族や仲間の変化
に気づいて、声をかける
- 〈傾聴〉本人の気持ちを尊重
し、耳を傾ける
- 〈つなぎ〉早めに専門家に相
談するよう促す
- 〈見守り〉温かく寄り添いな
がら、じっくりと見守る

※自死遺族の方や生きること
が辛いと悩んでいる方の相
談窓口を設置しております。

相談窓口 和歌山県自殺対策
推進センター はあとライン

☎073・424・1700
(平日 9時～17時45分)

秋の全国交通安全運動実施 9月21日(金)～30日(日)

運動重点

■子供と高齢者の安全な通行
の確保と高齢運転者の交通
事故防止

■自転車の安全利用の推進

■全ての座席のシートベルト
とチャイルドシートの正し
い着用の徹底

■飲酒運転の根絶

街頭啓発活動

場 時
9月21日(金) 13時～
オークワロマンシティ前

※啓発活動時

にはパトカ
ーの展示も
行う予定で
すので、ぜ
ひご来場く
ださい。

問 防災対策課

☎0738・23・5528



保健行事カレンダー

2日 (日)	献血 時 9:30~12:00 13:00~16:30 場 ロマンシティ
4日 (火)	市民集団健診⑧ 時 7:00~9:00 場 藤田コミュニティ
5日 (水)	行って得する♪運動教室 時 10:00~ 13:30~ 場 勤労青少年ホーム
6日 (木)	3歳6か月児健診 対 平成27年2月生まれ 時 13:00~ 場 福祉センター2階
8日 (土)	市民集団検診⑨ 時 7:00~10:00 場 アクオ3階 献血 時 9:30~12:00 13:00~16:00 場 日高高校
10日 (月)	1歳6か月児健診 対 平成29年1月生まれ 時 13:00~ 場 福祉センター2階
18日 (火)	2歳6か月児健診 対 平成28年1月・2月生まれ 時 13:00~ 場 福祉センター2階
20日 (木)	10か月児健診 対 平成29年11月生まれ 時 13:00~ 場 福祉センター2階
22日 (土)	健康福祉まつり 時 10:00~ 場 市民文化会館小ホール
27日 (木)	4か月児健診 対 平成30年5月生まれ 時 13:00~ 場 福祉センター2階
28日 (金)	献血 時 10:00~12:00 13:00~16:00 場 市役所1階ロビー
健康福祉課健康増進係 ☎0738-23-5645	

後期高齢者医療制度の「人間ドック」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。
助成を希望される方は、**申請期間内に国保年金課の窓口において手続きを行ってください。**

なお、申込された方には、後日通知書を送付致します。
「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となりますので、同封の「利用券」をご確認のうえ、受診医療機関において手続きを行ってください。

対 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。
※受診日時点においても、同様の条件となります。

実施期間

平成30年10月～

平成31年2月末
本人負担額 8,000円
※検診費用35,000円のうち、27,000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 34人（※申込先着順で定員になり次第締め切らせていただきます。）

申請期間

9月3日（月）～14日（金）

申請に必要なもの

・後期高齢者医療被保険者証
・印鑑

申・問 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

ご加入中のみなさまへ

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、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。かかりつけの医師又は薬剤師にご相談ください。

問 後発医薬品利用差額通知コールセンター（通話無料）
☎0120・53・0006

商店街の空き店舗を 利用してみませんか？

商店街地域および寺内町周辺にある空き店舗を利用して開業される方を対象とした商店街空き店舗改修事業補助制度を設けています。

※制度には空き店舗活用補助と空き店舗改修費補助があり、最大で合計110万円の補助を受けられます。

条件 一年以上営業することが見込まれるとともに、おおむね週の半数以上昼間の営業を主とすることなど、いくつかの条件や必要な書類があります。

詳しくは商工振興課又は御坊商工会議所までお問い合わせください。

問 商工振興課

☎0738・23・5531

御坊商工会議所

☎0738・22・1008

建築物等の鉄骨の組立て等 作業主任者講習会開催

時 10月9日（火）・10日（水）
・11日（木）・12日（金）
いずれも午後6時～

締 9月27日（木）

対 原則として3年以上の実務経験が必要です。

講習時間（修了試験を含む）12時間（同技能講習規程に基づく一部免除有）

料 10,000円（講習時間の一部免除による減額有）
テキスト代 2,000円（会員外は協力金3,000円必要）

※少人数の場合は中止。
※CPD・CPDSの申請が可能です。

実施場所及び問い合わせ先

中紀技能訓練協会（中紀地域職業訓練センター内）
☎0738・63・1500

病・診連携休日 急患診療室当番医 【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

2日	中村 成宏	医師
9日	池田 明彦	医師
16日	玉置 陽司	医師
17日	高辻 幹雄	医師
23日	龍神 弘幸	医師
24日	松下 起子	医師
30日	上平 博司	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

1日	奥田 修司	医師
8日	国保日高総合病院	医師
15日	大谷 和正	医師
22日	中井 寛明	医師
29日	家永 信彦	医師

- ・受診を希望する場合は、電話など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 0738・23・5525
教育委員会 生涯学習課

場 時 9月9日(日) 8時～
御坊小学校グラウンド
※雨天の場合は御坊小学校体育館

開催日 9月9日(日)
◎開会式



御坊市体育協会・御坊市・御坊市教育委員会では、市民の交流と体力づくりを目的に、今年も市民総合体育大会を開催します。

皆様のご参加で、市民スポーツの祭典を盛り上げましょう！

第45回御坊市民 総合体育大会の開催

簿記及びワープロ技術や表計算の基礎編から応用編、インターネット操作技術とビジネスマナー等の知識・技能を習得します。

料 無料

訓練期間 平成30年11月9日～
平成31年2月8日

募集期間 平成30年9月10日～
平成30年10月3日

訓練実施施設 オールマイティパソコンスクール 御坊教室

※申込までにハローワークでの職業相談が必要です。
詳細はハローワーク御坊にお問い合せください。

問 0738・22・3527
ハローワーク御坊

パソコン・簿記事務科 訓練生募集

平成30年度自衛官等募集案内

試験項目	対 象	内 容
① 自衛官候補生	18歳～27歳未満 (高卒見込含む)	自衛官の一般的なコース(任期制) ※任期は、陸2年、海・空3年とし、 選抜試験により曹・幹部自衛官 への道も開かれています。
② 防衛大学校学生	18歳～21歳未満 (高卒見込含む)	将来の幹部自衛官を養成する コース
③ 防衛医科大学校 看護学科学生	18歳～21歳未満 (高卒見込含む)	看護師、保健師の幹部自衛官 を養成するコース
④ 防衛医科大学校 医 学 科 学 生	18歳～21歳未満 (高卒見込含む)	医師の幹部自衛官を養成する コース

- ◇願 書 受 付 ① 9月27日(木) まで
② 一般(前期): 9月5日(水)～9月28日(金)
推薦・総合選抜: 9月5日(水)～9月7日(金)
③ 9月5日(水)～9月28日(金)
④ 9月5日(水)～9月28日(金)

◇試 験 場 所 和歌山市、田辺市

◇受 験 料 無料

◇説明会日時 9月16日(日): 10:00～12:00
13:00～15:00

◇説明会場所 自衛隊御坊地域事務所(御坊市湯川町小松原410-1 丸ビル1階)

◇問い合わせ 自衛隊御坊地域事務所 ☎0738-23-0020
市役所総務課 ☎0738-23-5516



御坊市役所第2次地球温暖化対策実行計画の 取り組み状況についてお知らせします！

御坊市役所第2次地球温暖化対策実行計画については、市役所も消費者や事業者の一つであるという立場から、平成22年8月に計画を策定し、地球温暖化の防止に向けた取り組みを行っています。

このたび、10ヶ年計画の後期の2年目となる平成29年度の実施結果がまとまりましたのでお知らせします。なお、実行計画書については、市のホームページ（[市政情報＞政策・計画・取り組み＞その他の計画・施策＞御坊市役所地球温暖化対策実行計画](#)）をご覧ください。

◆温室効果ガス総排出量の削減目標

本実行計画の温室効果ガス（温室効果をもたらす大気中に拡散された気体のこと）総排出量の削減目標は、平成32年度までに基準年度の平成22年度より**7%削減**させることです。

◆平成29年度の実績結果について

計画に基づき、市の事務事業の実施にあたり、市役所全体で温室効果ガスの主な排出要因である電気及び燃料使用量などの削減に取り組んできました。

平成29年度の温室効果ガス総排出量は、2,788,940kg-CO₂で基準年度の平成22年度と比較すると、485,346kg-CO₂（21.1%）の増加となりました。

平成29年度の温室効果ガス総排出量のうち、電気使用量が88.4%と大部分を占めており、使用量自体は基準年度より減少していますが、排出係数*を基準年度（平成22年度）当初の0.355kg-CO₂/kWhから0.493kg-CO₂/kWh（平成28年度実績）に改定したため、温室効果ガス総排出量が増加する結果となりました。

温室効果ガスの総排出量（基準年度との比較）

項 目	平成22年度(基準年度)	平成29年度
温室効果ガス総排出量 (kg-CO ₂)	2,303,594	2,788,940
うち電気使用量に係る温室効果ガス総排出量	1,980,496	2,465,855
電気の使用量 (kWh)	5,578,863	5,001,733
削減率（H22年度比）	—	▲21.1%

※排出係数とは・・・

使用したエネルギーから温室効果ガスを算定するために用いる係数(原単位)で、発電に用いた燃料によって異なり、特に火力発電の場合、排出係数は高くなる。平成29年度は、関西電力(株)の平成28年度実績に基づく排出係数(0.493kg-CO₂/kWh)を採用している。

◆今後の取り組みについて

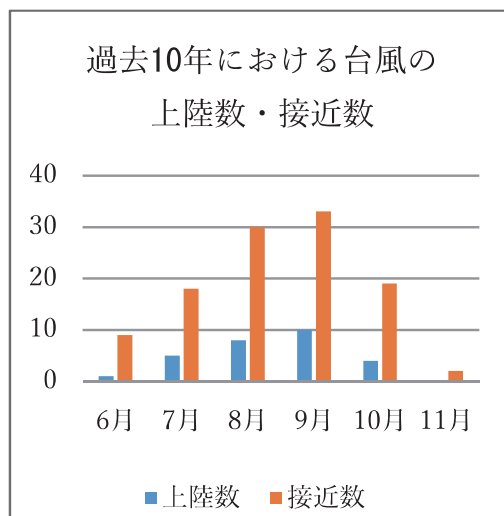
本実行計画の7年目となる平成29年度は、クールビズや節電、燃料の削減など市役所全体で地球温暖化対策に取り組みましたが、電気使用量に係る排出係数が改定されたため、平成22年度比で21.1%の増加となり、目標を達成できませんでした。

計画の当初と比較すると、軽油、灯油、プロパンガスの使用量は大幅に削減できており、職員の意識は高まりつつあると思われます。

また、電気については、東日本大震災等により電力を取り巻く状況が変わったため、基準年度ベースでの削減が難しい状況となっていますが、少しでも目標に近づけるよう、職員一人ひとりが努力するとともに、平成30年度以降も市役所全体で地球温暖化対策に引き続き取り組んでいきます。

台風シーズン突入

これからの季節は、台風や前線の影響で、大雨、洪水、暴風、高潮などの自然災害が発生しやすい時期です。今年は、既に平成30年7月豪雨などの記録的な大雨が降り続いたことによる災害も発生しています。また、台風12号はこれまでにない動きで紀伊半島の東側から上陸し、気象状況の予測がつきにくいものでした。9月は台風の上陸、接近が他の月に比べ多い月です。台風などの情報には注意して被害が出ないように備えましょう。



気象庁HPより

台風や大雨情報をキャッチした時

■気象情報に注意

ラジオやテレビ、インターネット等で、最新の気象情報を入手しましょう。

■非常持出品を準備

懐中電灯、携帯ラジオ、非常食、救急用品、貴重品など、避難するのに必要な最小限の非常用品を普段から準備し、いつでも持ち出しできるようにしておきましょう。

■危険な場所には近づかない

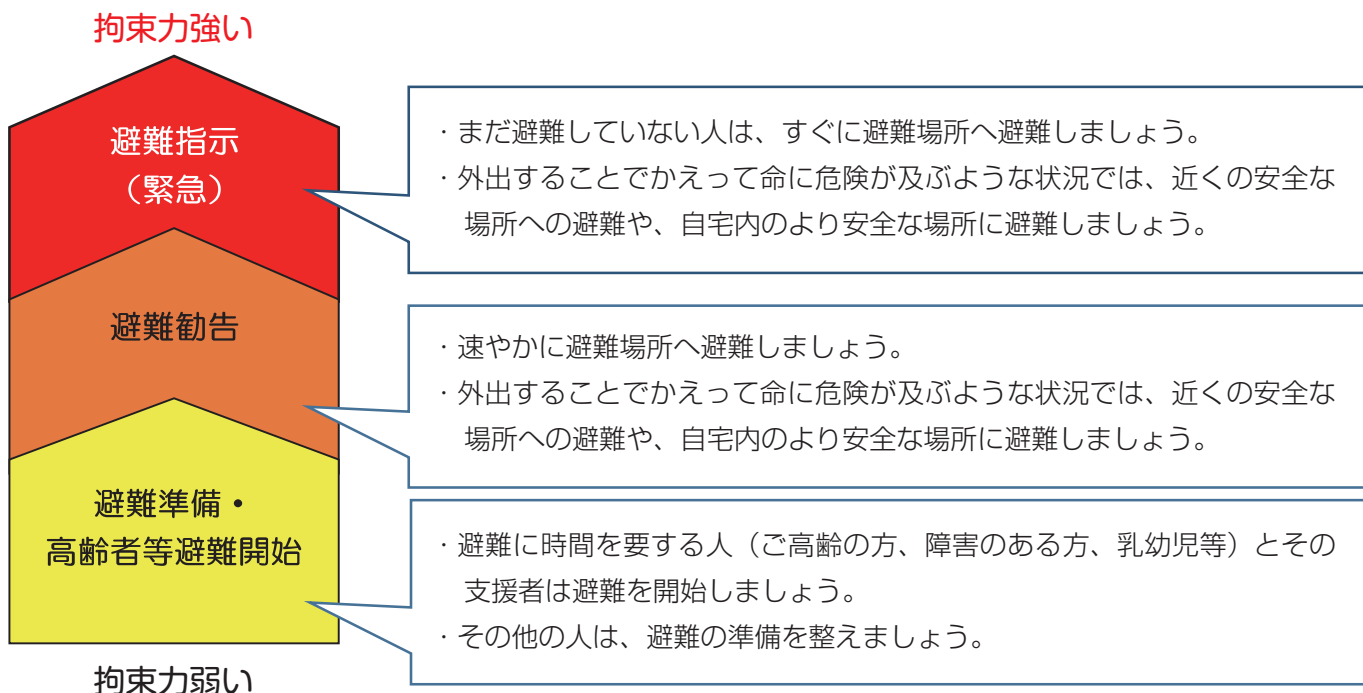
増水した川や用水路、海の波打ち際は大変危険です。また、がけ崩れが起こりそうな場所には近寄らないようにしましょう。

■早めの避難を

自治体から出される避難情報などに注意し、明るいうちの避難を心がけましょう。

避難情報について

災害の発生リスクが高まった際には、市から市民の皆さんに避難情報を発令します。避難情報は、「避難準備・高齢者等避難開始<避難勧告<避難指示」の順に緊急度・拘束力が高くなります。それぞれの避難情報の意味を正確に認識していただき、避難情報が発令された際には迅速な避難ができるようにしてください。



みんなのサロン

たんぽぽ乳幼児保育園の巻

おとうさん、あのね…



てらさか こはなちゃん (6さい)

いっしょに おでかけ
いってくれてうれしかった
また、こんどもつれてね

おかあさん、あのね…



いしもと しづき くん (6さい)

ごはんつくってくれたり、ク
レヨンでめいろかいてくれた
り、いっしょにあそんでくれ
てありがとう！いっしょにい
てくれてありがとう。ママや
さしいから、だいすき♡

保育士になって 小さい子の成長や笑顔がみたい

ぼくの夢 わたしの夢



私の将来の夢は保育士になることです。私は小さい子といっしょに遊んだり、面倒を見たりするのが好きです。また、私には、妹が二人いるので、小さい子の面倒を見ることに慣れていきます。保育士になりたい一番の理由は、小さい子が成長していく姿や笑顔が見たいからです。つかれていても、妹の笑顔を見るとがんばろうと思えます。この保育士という夢に向かって、努力し続けます。

うめだ さわ
梅田 咲羽さん
名田小学校6年



マイケルの花まるエッセイ

アメリカの夏休み

アメリカでは、夏休みの期間は3か月です。休み中の宿題はありません！生徒は、大抵、家族と一緒に長期旅行に出かけたり、サマーキャンプに行ったり、あるいは、長い休み中、ただ友達と遊んだりするだけです。多くの人は、違う州に住んでいる家族を訪ねたり、ディズニーランドのような人気の場所に行ったりするため長期旅行に出かけます。サマーキャンプに行く子ども達は、多くの場合、ハイキング、水泳、キャンプといった野外活動に長時間を費やします。家にいる子ども達は、友達とビデオゲームやスポーツをします。高校生は、夏の間に、お金を稼ぐためアルバイトをすることが多いです。

夏には、多くの家族が、外でバーベキューをします。ホットドッグとハンバーガーは、最も人気のグリル料理です。レモネードも夏に最も人気の飲み物の一つです。

子ども達は、暑い夏場に、泳ぎに行くか野球をするのが大好きです。私の一番の思い出は、友達と毎日、真っ暗になるまで野球をしたことです。

アメリカらしい夏の祝日といえば、独立記念日です。この日、人々は各地で打ち上げられる美しい花火を楽しみます。



9月のおすすめ花まる本

新着図書は
1日・16日に並びます。

一般書

『ファーストラヴ』

しまもと りお 著
島本 理生 著

多摩川沿いを血まみれで歩いてた女子大生・環菜。彼女は、父親を、その勤務先である美術学校で刺殺したとして逮捕されるが…。裁判を通じて明らかにされる家族の秘密とは？『別冊文藝春秋』連載を単行本化。



『滅びの園』

つねかわ こうたろう 著
恒川 光太郎 著

突如天空に現れた〈未知なるもの〉、地上に増殖しつづける不定形生物・プーニー。災害対策本部が結成されるが、大規模火災が起こり…。混迷を極める世界を救うのは？『幽』掲載に加筆・訂正し書き下ろしを加えて単行本化。



『話し下手のための雑談力』

さわたり あまね 著
沢渡 あまね 著

雑談は人と人との関係をよくし、相手との距離を縮め、人間関係を円滑にする。管理職・リーダーこそ知っておきたい、雑談のスキルが低くても強いチームが作れる雑談術を開発する。



『かんたんオイル健康法』

しらき あやか 著
白城 あやか 著

体の内側から健康になれるよう、機能性の高いオイルを毎日の料理に生かしましょう。オイルソムリエの著者が、カラダに効く43レシピを紹介。オイルを使ったお肌のお手入れや、体調を整えるアロマオイルの使い方も掲載。



児童書

『ありがとう』

いもと ようこ 絵と文

子どもたちが大好きなどんぐり。それは、おじいちゃんやおばあちゃんが子どもの頃、みんなのために植えたもので…。過去から未来へとつなぐ想いと、そのつながりへの感謝の気持ちを、りすの親子の物語を通じて伝える絵本。



『サブキャラたちの日本昔話』

さいとう ひろし 作
斉藤 洋 作
ひろせ げん 作
広瀬 弦 絵

たくさんの謎がかくれている日本の昔話。浦島太郎のカメ、桃太郎のイヌ、金太郎のクマという脇役＝サブキャラたちがもうひとつの昔話を語りはじめ…。3編のうちあけ話を収録した短編集。



『はじめてのちいさいきものしゅうとかんさつ』

たけだ しんいち 写真・文
武田 晋一 写真・文
あべ こうし 文
阿部 浩志 文

日本で出会える小さな生きもの全350種を写真で紹介。特徴・暮らし・飼い方をわかりやすく説明するほか、生きものの観察ポイント、おもしろ&びっくり情報も満載。



9月のおはなしの会

日時 2日(日)・9日(日)・16日(日)・23日(日)・30日(日) 10:00～

場所 中央公民館2階

対象 幼児から小学生



WAKAYAMA FREE Wi-Fi 導入開始！

図書館にフリーWi-Fiがやってきました！
スマホで調べ物をしながら読書をお楽しみください。

※使用には制限があります。
詳しくは図書館まで！



左記のQRコードを読み込むと、御坊市立図書館の蔵書検索ページにアクセスできます。

敬老の日式典 ～いつまでもお元気で～

9月17日は「敬老の日」です。御坊市、御坊市社会福祉協議会では、長寿と健康を祝して「敬老の日式典」を開催します。

◇日時 9月17日（月・祝）13:00～

◇内容

13:00～ 式典の部

- ①わかば保育園年長児による和太鼓演奏
「わかば太鼓」「勇気100%」
- ②表彰「模範市民 敬老篤行者」
- ③来賓祝辞・祝電披露
- ④公立幼稚園年長児によるダンス「蒼き獅子」



◇場所 市民文化会館大ホール

14:00～ アトラクション ～輝け！充実世代！！～
出演団体

- ①愛徳保育園
- ②夢屋舞組
- ③御坊市民大学「はまぼう学園」コーラスクラブ
- ④御坊市民大学「はまぼう学園」創作ダンスクラブ
- ⑤御坊市民大学「はまぼう学園」大正琴クラブ
- ⑥御坊市民大学「はまぼう学園」舞踊クラブ
- ⑦御坊市介護福祉課

★市民文化会館の駐車場では限りがありますので、
市役所駐車場又は、市役所北駐車場をご利用ください。

◇問い合わせ 御坊市社会福祉協議会 ☎0738-22-5490

未来の子どもたちの住みよい住環境施策に役立てる、大切な調査です。

住宅・土地統計調査

— 平成30年10月1日 月 —

便利な回答方法

簡単！
ご回答は「インターネット・郵送・
調査員回収」からお好きな方法
をお選びください。

個人情報保護

安心！
ご回答いただいた内容は、統計
法によって厳重に保護されます
ので、安心してご回答ください。

ご協力ください

大切！
住まい・土地活用の施策立案に
役立つ、大切な調査です。

インターネットで

簡単回答！<スマホでも！>

住宅・土地統計調査

あなたの回答が、
日本の未来へ活かされます。

総務省統計局・都道府県・市区町村 からのお知らせです

広 告

運動が
苦手かな？
細かいことが
苦手かな？



～発達障害児の運動を中心とした学童保育～
放課後等デイサービス リハテラスひだか

子供の「できた！」「やった！」という楽しさを支援します。
運動をすることで感覚や運動の発達を促します。
運動や遊びを通して、友達との付き合い方、
社会との関わりを学べます。
運動・療育を通して明るい精神を育み、
自信とチャレンジ精神を身に付けてもらうことを目指します。
・専門家による指導、アドバイス
・専門家の指導のもとスタッフが継続して行うトレーニング
運動・体操・筋トレ・ストレッチetc.

対象児童
小学1年生～高校3年生
他の放デイとも併用可！

運営：株式会社未来アシスト
〒644-0025
和歌山県御坊市塩屋町北塩屋693-3
コーポビル1-8号室

TEL 0738-24-9008

MAIL info@mirai-assist.wakayama.jp

見学利用相談随時受付中！
お気軽にお電話ください！

リハテラスひだか

検索