

町と地域と人を結ぶ広報誌

広報 なちかつうら

Public Relations Magazine of Nachikatsuura Town

2020

9

No.357



Contents

- P 2 - 3 特集：9月は健康増進普及月間です
- P 4 - 5 暮らしの情報
- P 6 町立病院だより「いやしの音」
- P 7 -10 シニアのためのおうち時間を楽しく健康に過ごす知恵（その3・最終）
- P 11 公民館報なちかつうら（40号）
- P 12 健康ひろば・子育てカレンダー
- P 13-15 お知らせ瓦版 WIDE
- P 16 写真ニュース 他

暑い夏でも
子どもたちは元気いっぱい!!

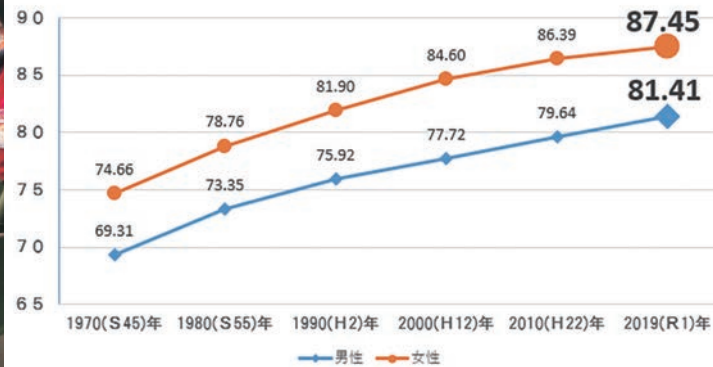
表紙：勝浦認定こども園の園児のみなさん

特集 9月は健康増進普及月間です

—いつまでも健康で過ごせる取り組みを—



日本人の平均寿命の推移



2019年の日本人の平均寿命※¹が、男性81.41歳、女性87.45歳と、ともに過去最高を更新しました（令和2年7月31日厚生労働省発表、簡易生命表より）。年々延伸する平均寿命の背景には、医療技術の進歩や、健康意識の高まりがあると言われています。

いまは、平均寿命だけではなく、「健康寿命※²」を伸ばそう！と言われてます。現在、日本人の健康寿命と平均寿命には約10年の差があり、寝たきりや認知症などによって、日常生活に制限がかかった期間が約10年あることを示しています。元気で過ごせる時間を長く続けるためにも、家族みんなで生活習慣を見直してみましょう。

- ※¹ 平均寿命とは、「日本にいる日本人について、その1年間の死亡状況が今後変化しないと仮定したときに、その年に生まれた0歳児が平均何歳まで生きられるかを予測した数値」です。
- ※² 健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」、つまり「平均寿命から介護を必要とする期間を差し引いた期間」になります。

健康寿命を伸ばすために…

健康状態を知る

集団検診（がん検診）のご案内

がんは早期発見すれば90%以上が治ります！
1年に1回のがん検診を受診しましょう！

実施会場：体育文化会館

※申込締切：10/22（木） ※胃・乳・子宮がん検診の定員は残りわずかです。

実施予定日程	胃	肺	大腸	乳	子宮	肝炎	歯科
10/31(土) 8:30～11:00 受付		○	○	○	○	○	○
11/1(日) 8:30～11:00 受付	○	○	○	○	○	○	○

【予約・お問い合わせ先】福祉課健康対策係（☎52-2934）

《集団検診時における感染予防対策について》

- ・時間予約制（こちらから来場時間を指定させていただきます。）
- ・入口で検温、体調チェック
- ・定期的な換気、消毒
- ・受診者間の距離の確保 など

働き盛りのころは生活習慣病、高齢になると脳血管疾患やがんなど、大きな病は本人の気づかないうちに進んでしまいます。

いつまでも健康で過ごしていくためにも、定期的に検診を受けて病気の早期発見・早期治療に努めましょう。



免疫力を高める食事

免疫力はすぐにはあがりません。毎日の食事の積み重ねが大事です！以下の点に気をつけて、病気に負けない体を作りましょう！

① いろいろな栄養をバランスよくとる

ある特定の食品を食べれば免疫力があがるというわけではありません。個人差もあります。主食、主菜、副菜をそろえバランスよく食べることが大事です。



② よく噛んで食べる

よく噛んで食べる事で必要な栄養素の消化吸収を助けます。腹八分目を意識し食べ過ぎを防ぎましょう。

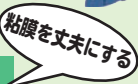
③ たんぱく質をとる

免疫細胞の主要な成分であるたんぱく質をとりましょう。
(肉、魚、卵、大豆製品、乳製品)



④ 抗酸化作用のあるものをとる

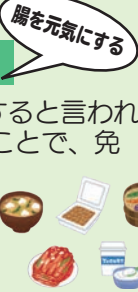
免疫細胞の強化に必要な栄養素です。
 ビタミンA：レバー、うなぎ、緑黄色野菜 など
 ビタミンC：緑黄色野菜、果物、イモ類 など
 ビタミンE：魚介類、ナッツ類 など



④ 発酵食品、食物繊維をとり、腸内環境を整える

腸には全身の免疫細胞の約70%が存在すると言われています。そのため、腸内環境を整えることで、免疫力のアップにつながります。

発酵食品：ヨーグルト、チーズ、納豆、みそ、キムチ、漬物 など
 食物繊維：根菜類、海藻、きのこ類 など



健康寿命を延ばしていくためのカギといわれているのが、毎日の食事です。肉だけ、野菜だけという偏った食事ではなく、何種類かの食材を組み合わせたバランスのとれた食生活が大切です。

ビタミン、ミネラル、食物繊維など、重要な栄養素を満遍なく摂取することで、体の不調を改善し、体の免疫力を高めることができます。

うちのごはん ～免疫力UPの食事～

那智勝浦町食推さんおすすめレシピ

いわしのトマトロール巻き

良質たんぱく質の『いわし』と、抗酸化作用をもつリコピンをたくさん含む『トマト』で免疫力をグンッと高めましょう！！

分量 (2人分)

いわし・・・3尾 (大き目が良い)
 塩、こしょう・・・少々
 梅・・・小1個
 大葉・・・6枚
 ミニトマト・・・6個
 パン粉・・・適量
 オリーブオイル・・・10g
 サラダ菜・・・適量
 レモン・・・1/4個



作り方

- ① いわしは3枚におろし、塩こしょうをする。
- ② たたいてペースト状にした梅を①にぬり、大葉、ミニトマトの順に置き、はしから巻いて串を刺す。
- ③ ②にパン粉をふり、オリーブオイルをかける。
- ④ ③をオーブントースターで10分程度焼く。串を抜いて盛り付け、サラダ菜とくし形に切ったレモン、好みでパセリを添える。

【食推さんからコメント】

揚げずにトースターで焼くので簡単でヘルシー！
 梅と一緒に発酵食品である『みそ』を塗るのもおすすめ！！

こんなにあります！運動の効果



いつもより10分だけ多く身体を動かす習慣を

なかなか忙しくて運動できない、運動が大事ってわかっているけどやる気がおきない……

そんな方も、いつもより10分だけ多く、身体を動かしてみませんか？ 例えば、毎日10分だけウォーキングをしてみると、1年間で14,000kcal程度のエネルギーを消費し、脂肪を約2kg減らす効果があります！

自分の1日を振り返って、10分間だけ、空き時間を探し、その10分間を自分の身体のために使いましょう。

暮らしの情報

役場お問い合わせ先 (市外局番0735)

代表電話 ☎ 52-0555 (代)

※各課へのお問い合わせは下記の直通電話をご利用下さい。

総務課(総務係)	52-4811
(防災対策室)	29-7121
会計課	52-7801
住民課(戸籍住民係)	29-2003
(保険年金係)	52-0558
(環境係)	52-0559
税務課(課税係)	52-1094
(収納係)	52-1095
福祉課(健康対策係)	52-2934
(福祉厚生係)	52-2945
(児童係)	52-2946
(介護保険係)	29-7039
包括支援センター	52-0611
子育て世代包括支援センター	29-7215
観光企画課(観光商工係)	52-2131
(企画係)	29-2007
農林水産課	29-4455
農業委員会	29-7134
建設課	52-0560
議事事務局	52-0938

出先機関等電話番号 (市外局番0735)

役場宇久井出張所	54-0010
役場色川出張所	56-0101
役場太田出張所	57-0201
役場下里出張所	58-0002
水道事業所	52-9495
クリーンセンター	52-4564
町民センター	52-1170
体育文化会館	52-2340
町立温泉病院	52-1055
教育委員会	52-4686
町立図書館	52-5955
消防本部	52-4900

防災行政無線放送電話応答サービス

(0735) 52-0667

防災行政無線放送を電話で聞くことができます。

防災行政無線放送
メール配信サービス
はこちらから



マイナンバーカード休日開庁のご案内

左記日程にて窓口業務を行います。平日日中役場へのご来庁が困難な方は、ぜひこの機会をご利用ください。

※窓口業務はマイナンバーカード関連手続きに限らせていただきます。

【開庁日】

令和2年9月13日(日)
午前9時～午前12時

【取扱い業務】

マイナンバー関連手続き
(申請・交付・更新・暗証番号設定等)

【お問い合わせ先】

住民課戸籍住民係
☎ (0735) 29・2003



仕事などで平日役場へ来庁できない方はぜひご利用ください!

犬を飼っているみなさまへ

犬のフンに関する相談が多く寄せられています。

排泄物が放置されているのは、誰もが不快な気持ちになるだけでなく、衛生面でも問題がありますので、散歩の際には次の点に注意してください。

- ・自宅でトイレを済ませてから散歩する習慣をつけましょう
- ・フンはビニール袋等で回収し、必ず持ち帰りましょう

ペットは自分でフンを処理することができません。飼い主が責任をもって処理してあげてください。

【お問い合わせ先】

住民課環境係
☎ (0735) 52・0559



10月1日～7日は公正証週間です

公正証書 公証人が作成する公文書で、強い証明力があります。

遺言公正証書 遺産争いを回避し、大切な家族と財産を守ります。

任意後見契約 自分が信頼する人に、老後の財産管理や生活支援をしてもらうことができます。

離婚・不動産賃貸

支払いが滞った場合に、面倒な裁判手続きを経ることなく、直ちに、相手方の給与等を差し押さえる手続き(強制執行手続)を開始することができます。

相談はすべて無料で秘密は厳守します。お気軽にご利用ください。

【お問い合わせ先】

新宮公証役場
☎ (0735) 21・2344

自筆証書遺言書保管制度について

高齢化の進展等の社会経済情勢の変化にかんがみ、相続をめぐる紛争を防止するという観点から、法務局において自筆証書遺言に係る遺言書を保管する制度が新たに設けられ、本年7月10日(金)から運用を開始しました。

本制度では、自筆証書遺言に係る遺言書を法務局でお預かりすることで、紛失等の遺言書作成後のトラブルが解消される上、家庭裁判所の検認も不要となります。

「終活」等が浸透しつつあると言われてはいますが、ご自身の財産をご家族等へ確実に託す方法の一つとして自筆証書遺言を検討されるに当たっては、ぜひ本制度をご活用ください。詳しくは、和歌山県地方務局供託課もしくは最寄りの支局までお問合せください。

和歌山地方務局供託課

☎ (073) 422・5131

和歌山地方務局新宮支局

☎ (0735) 22・2757

納期限のお知らせ

税目	期別	納期限
国民健康保険税	第4期	令和2年9月30日(水)
介護保険料	第6期	
後期高齢者医療保険料	第3期	

税務課からの お知らせ

【お問い合わせ先】
税務課収納係 ☎ 52-1095

納税には便利な口座振替をご利用ください

お申し込みは簡単です。申込用紙を送付しますので、役場税務課収納係までお電話ください。
(但し、ゆうちょ銀行は直接銀行窓口で手続きをお願いします。)

～ 那智勝浦町では口座振替を推進しています～

10月 行政相談

日時: 令和2年10月7日(水)
13時30分～
15時30分
場所: 役場2階 第1会議室
お問い合わせ先:
総務課総務係
☎ 0735-52-4811

新型コロナウイルス感染症の発生状況により中止する場合があります。

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ1千万円

(1等1千万円)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



★宝くじの購入は和歌山県内で★ 各1枚 300円

9月23日(水) 2種類同時発売!

発売期間 9/23(水)～10/20(火)

公益財団法人和歌山県市町村振興協会

10月 資金繰り相談窓口 (事業者向け)

日時: 令和2年10月1日(木)
9時～12時
13時～17時
場所: 役場2階 第1会議室
お問い合わせ先:
観光企画課観光商工係
☎ 0735-52-2131

新型コロナウイルス感染症の発生状況により中止する場合があります。

厚生労働省

新型コロナウイルス 接触確認アプリ (略称 COCOA)

COVID-19 Contact Confirming Application

アプリのインストールはこちらから



iPhone 版



Android 版

COCOAは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです。

1メートル以内、15分以上の接触した可能性が通知されます。

○利用者は、陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。

○アプリの利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることが期待されます。

※詳しくは、『厚生労働省 接触確認アプリ』で検索してください。

自衛官等募集案内

【お問い合わせ(申込)先】

自衛隊新宮地域事務所(新宮高校正門前)

☎ (0735) 21-3449 (FAX 兼)



受験種目	応募資格	受付期間	試験日	試験会場	
自衛官候補生	18歳以上32歳以下の男女	年間を通じて行っております	受付時にお知らせいたします	受付時にお知らせいたします	
防衛大学校	一般	18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込)又は高専3年次修了者 (見込)	7月1日(水)～ 10月22日(木)	1次:11月7日・8日 2次:12月9日～11日	1次:新宮高校(予定) 2次:別途お知らせ します
	医学	18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込)又は高専3年次修了者 (見込)	7月1日(水)～ 10月7日(水)	1次:10月24日・25日 2次:12月9日～11日	1次:新宮高校(予定) 2次:別途お知らせ します
防衛医科大学校	看護	18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込)又は高専3年次修了者 (見込)	7月1日(水)～ 10月1日(木)	1次:10月17日(土) 2次:11月28日・29日	1次:新宮高校(予定) 2次:別途お知らせ します

就職や転職等をご検討の方はぜひお問い合わせください。

説明会を自衛隊新宮地域事務所にて平日随時実施しています。※来場自由



人の和・信頼の輪・命の環

那智勝浦町立温泉病院

那智勝浦町大字

天満 1185 番地 4

☎ 0735-52-1055

http://onsenshp.jp/

いよしの音

温泉病院便り

防火訓練を実施しました



消火訓練の様子

7月29日に防火訓練を実施しました。

当院は、年2回以上の防火訓練の実施が義務付けられており、安全な医療環境を提供できるように定期的に訓練を実施しています。

今回は新型コロナウイルス感染症対策として3密を防ぐため、訓練内容により複数班に分かれるなどの工夫をしながらの実施となりました。最初に消火器を用いた消火訓練と火災通報装置の使用方法の研修の後、実際の医療現場での火災訓練をおこないました。

3階病棟で火災が発生したケースを想定し、職員が救助者役と要救助者(患者)役に分かれ、初期消火や消防署への通報、避難誘導等を実施しました。消防本部の指導のもと、参加者全員が緊張感ある訓練を実施

することができました。今後も患者様や近隣住民の皆様など病院に関わるすべての人を守るため、火災の予防に努めてまいります。



火災通報装置使用の研修の様子

職員募集について

町立温泉病院では、現在次の職種を募集しています。採用条件・勤務条件・給与条件等、詳しくは事務局にお問い合わせください。

【職種】

会計年度任用職員

ナースエイド



◆ 診療時間のお知らせ ◆ (9月1日現在)

診療科		月	火	水	木	金	受付	診療	
内科	午前	1診	山本	山本	谷口	山本	7:30~11:30	9:00~	
		2診	切土	上野山	切土	切土			谷口
		3診	中 暁洋	川村	※1	中 暁洋			上野山
	午後	1診		(禁煙外来)				7:30~15:00	13:30~
		2診	(循環器医師)		(※2)				
		3診		(※3)	(※4)	(※2)			
生活習慣病・糖尿病センター		午前		(健診)	(健診)		(予約のみ)		
		午後	(※5)						
整形外科	午前	1診	中 紀文	北野	中 紀文	松下	7:30~11:30 木のみ~10:30	9:00~	
		2診	松下	(松下)	(木浦)	(中 紀文)			(木浦)
	午後	2診	(木浦)	(手術)	(検査)	(手術)	(検査)	(予約のみ)	
リハビリテーション科		午前	(吉岡)	(吉岡)	(田中)	(※6)	(中瀆)	7:30~11:30	9:00~
眼科		午前		眼科医師				7:30~11:00	9:00~
		午後					眼科医師	7:30~14:30	13:00~

※1 安江(月2回)・上野山・中暁洋

※2 月2回 糖尿病内科 南條(要予約)

※3 小児科予防接種(要予約)

※4 こどもこころの外來(要予約)

※5 糖尿病内科 山本(要予約)

※6 月2回 田島(要予約)

・()は予約診療です。ご希望の方は電話にてご相談ください。

・診療時間は変更になる場合があります。最新のは病院ホームページ(右記QRコード参照)に掲載しています。





おいしく食べて健康に
からだ

やってみよう

2週間健康チャレンジ!

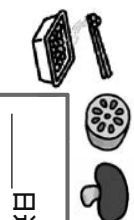
健康の3本柱「栄養」「運動」「つながり」を2週間続けてみましょう!
3つのチャレンジそれぞれを達成できた日に○をつけましょう。

スタート 月 日 曜日

栄養

筋力・免疫力・噛む力アップの食事

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14

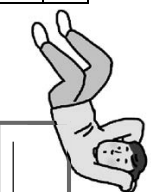


日達成!

運動

10分以上の運動

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14



日達成!

つながり

誰かと話す (電話でもメールでも)

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14



日達成!

ゴール 月 日 曜日

2週間おつかれさまでした! バランスよく達成できましたか?
気付いたことを書いてみましょう

「おうちえ」をヒントに、次のあなたの健康づくりの目標を考えてみましょう

おうちえ

100 東京大学 高齢社会総合研究機構



うちですごす時間を豊かに
くらし

家まわり

家中、いまがチャンス プチリノベ

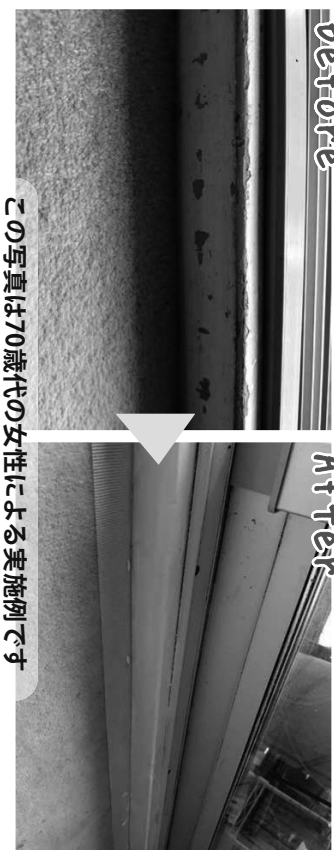


ずっと家にいると、いつも気になっていた
ちよっとしたお家のキズが、余計気になるの

おうち時間が長い今こそ、一日大工さんになってみましょう。おうちの雰
囲気が変われば気分転換にも。もしかしたら、これが新しい趣味になるか
もしれませんね。

Before

After



この写真は70歳代の女性による実施例です

写真の作業窓枠の塗り直しは、わずか3ステップで出来ました。

- ① サンドペーパーではげかかった部分をこすってなめらかに
- ② マスキングテープを境目に貼る
- ③ 家庭用ペイントで2回塗る

自分でリノベーション (繕繕) にチャレンジするなら、いまがチャンス!

おうちえ

100 東京大学 高齢社会総合研究機構



うちですごす時間を豊かに
くらし

家まわり

準備しよう

もしものための、隔離部屋

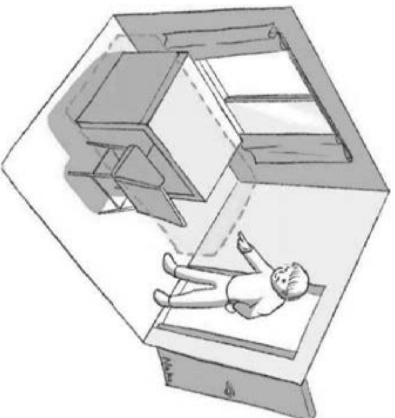


もし、家族の誰かが新型コロナウイルス感染症で
自宅療養になったら…？

万が一、具合が悪くなった時、自宅待機や自宅療養を指示されることもあります。家族内感染の事例も報告されていて心配ですね。もしもの時を想像し、避難できる部屋・スペースについて家族で話し合っておきましょう。

隔離部屋として適した条件

- 玄関やトイレに近い
- ドアなどで仕切られている
- 窓がついている
- 家族全員が出入りしなくて済む



布団を敷けるスペースを覚えておきましょう。準備さえしておけば、普段は趣味やお仕事のための“集中できる部屋”としても利用できます。

おうちえ

100 東京大学 高齢社会総合研究機構



うちですごす時間を豊かに
くらし

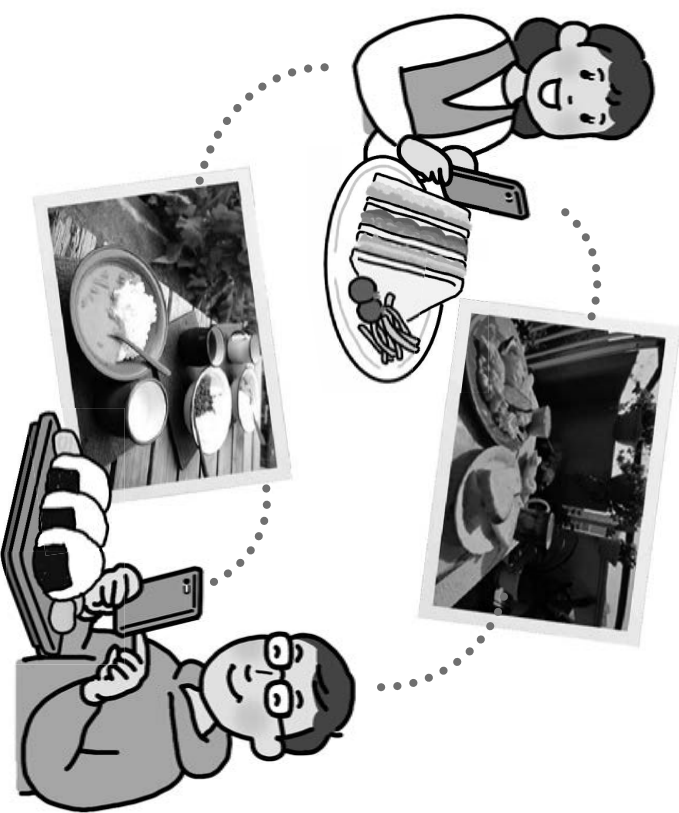
おうち時間

おうちでもお出かけ気分 ベランダごはん



全然外食にも行けないし、いつもの食卓で
おうちの食事も、飽きてきちゃった。

お庭やベランダにテーブルと椅子を出して、お出かけ気分の食事はいかがですか。澄み渡った青空の下、お庭やベランダに出て食べるだけでおいしさも気持ちもUP！レジャーシートを広げて食事するのも楽しいですね。お友達とではんの写真を送り合おうと、きっと話が盛り上がりそうですよ！



おうちえ

100 東京大学 高齢社会総合研究機構



うちですごす時間を豊かに
くらし

おうち時間

一日を学校に見立てて 時間割

一日中家にいると、今日が何曜日だか分からなくなるし、不規則な生活になっちゃうわ。

やってみよう

一日の行動計画を、遊び心を取入れた学校の時間割にして、
毎日の生活リズムを整えよう！

月	火	水	木	金	土	日
1 体育			体育		体育	体育
2	社会	家庭科		社会	社会	社会
お昼休み						
3	国語			音楽		
4	国語		図工			
5	算数		図工			

ニュースをみる

料理をする

読書をする

家計算をつける

歌を歌う

体操をする

イラストをつくる

おうちえ



ちいさで近くで支え合い
きずな

つながり

誰かとのつながりは とっておきの処方箋

気分転換になって
ストレス発散！

困った時に
手助けしてもらおう

正しい情報を
もらおう

誰かの役に立つ

悩みを聞いて
もらおう

人とのつながりって色々いいことがあるのね

人とのつながりは、私たちの心と体が健康であるために大切な役割を持っていきます。いまは「人との接触を減らす」ことが最優先ですが、これまで大切にしてきたつながり自体は無くさないようにしたいですね。
対面での交流を避けつつ、人とのつながり・関わりを続けるため、なにか工夫されていることはありますか？できそうなことを考えてみませんか。

おうちえ



ちいさくで近くで支え合い
きずな

つながり

手紙や写真でつながろう



自粛生活でサークル仲間にも
会えなくなりました...

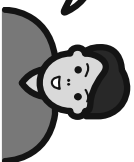


折った作品を
写真で送ってみよう！

普段会えない友人や知人に絵手紙を送ってみませんか？手描きの絵にやさしさを、言葉には真心をこめて、気持ちを伝えましょう。

日本伝統の遊び「折り紙」がおうち時間の趣味として人気を呼んでいます。世代を結ぶコミュニケーションツールとしても注目されています。

趣味を活かして、手紙や写真を送ることで
仲間とつながることができるよ！



おうちえ

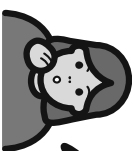
100 東京大学 高齢社会総合研究機構



ちいさくで近くで支え合い
きずな

つながり

地域の声かけに ひと工夫



いつもスーパーで会っていたご近所の
ひとり暮らしの方元気にしているかしら？

普段は散歩や買い物ついでに挨拶を交わしていたご近所づきあいが、途絶えてしまっていますか。普段以上に、誰かの「困った」「手伝って欲しい」のサインが見えにくくなっています。こんな時こそ、ご近所の声かけや地域の支えあいを続けられたら良いですね。

やってみよう

.....



インターネットオン越しに
「お元氣ですか」のあいさつを



パソコンやガラケー越しでの
声かけもできます



買い物や散歩のついでに。
姿が見えるだけでほっとします



「おうちえ」を印刷して
話のきっかけにしても

おうちえ

100 東京大学 高齢社会総合研究機構

【お知らせ】

「公民館報なちかつうら」は町広報紙内に掲載することになりました。引き続きご愛読の程よろしくお願ひします。

那智勝浦町公民館

公民館報 なちかつうら

第 40 号

那智勝浦町公民館

那智勝浦町大字二河 75
TEL : 0735-52-4686
FAX : 0735-52-5272

令和2年度の公民館教室は開講中です！



絵手紙教室

5月13日に予定されていた公民館教室開講式は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止となりました。

なお、2月末から休講しておりました各教室は、国の緊急事態宣言の解除を受けて、6月2週目から再開しております。

本年度の公民館教室は、生花、茶道、香道、絵手紙、陶芸、手芸、料理、洋裁、民踊（踊り）の9種類13教室が開講しています。

各教室では、感染防止対策を講じながらそれぞれの作品づくり等に取り組んでいます。

また、色川成人学級は、6月より生花、絵手紙の2種類3教室が再開しております。



生花教室



洋裁教室



陶芸教室

令和2年度 公民館教室開講教室一覧

教室名	講師	実施会場	基本日程・時間	
生花（嵯峨御流）	新谷 みよ	桜ヶ丘区民会館	第2木曜日	13:30～
茶道（表千家流）	築紫 充代	宇久井区民会館	第1・3木曜日	18:00～
香道	牧 邦子	教育センター	第1・3水曜日	13:30～
絵手紙①（水曜日）	阿部 由美子	教育センター	第1・3水曜日	10:00～
絵手紙②（土曜日）		教育センター	第2・4土曜日	13:30～
陶芸①	山門 佳子	教育センター	火曜日	9:30～
陶芸②	細見 三郎	教育センター	火曜日	13:30～
手芸①（午前）	東 加代子	教育センター	第1・3火曜日	10:00～
手芸②（午後）		教育センター	第1・3火曜日	13:30～
料理①（三川）	西嶋 正彦	教育センター	第2水曜日	13:00～
料理②（下里）		下里青年研修所	第2木曜日	12:00～
洋裁	汐見 洋子	天満公民館	第2・4火曜日	9:00～
民踊（踊り）	藤紀 実美	太田の郷	第1・3木曜日	13:00～

高齢者の方々へのインフルエンザ予防接種について

【お問い合わせ先】
福祉課健康対策係
☎ (0735)52-2934

対象者の方で接種を希望される方は、下記のとおり接種を受けて下さい。

- 対象者** 予防接種日に那智勝浦町に住民票のある方で
- (1) 満65歳以上の方
 - (2) 満60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害により身体障害者手帳1級を持っている方

接種費用助成期間 令和2年10月1日から令和3年1月31日まで

接種料 自己負担 1,000円 (接種時に医療機関へお支払い下さい)
※但し、対象者のうち生活保護世帯の方は無料 (申請が必要)

受け方

① 満65歳以上の方で

那智勝浦町 (あるいは太地町) の医療機関で接種する場合

役場への申し込みは必要ありません

医療機関へ直接予防接種の予約をして下さい。
☆予診票は医療機関に置いてあります。
接種日には、必ず「健康保険証」を持参し、医療機関に提示して下さい。

② 満65歳以上の方で

那智勝浦町 (あるいは太地町) 以外の医療機関で接種する場合

③ 対象者のうち生活保護世帯の方

④ 満60歳以上65歳未満の方で心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害により身体障害者手帳1級を持っている方

必ず事前に役場へ申し込んで下さい。

☎ 52-2934 (福祉課健康対策係)

☆申し込み後に役場から書類を送付します



子育てイベントカレンダー (~10月)



問合せ先

★印の事業 : 地域子育て支援センター
☎ (0735) 52-0224
その他の事業 : 子育て世代包括支援センター
☎ (0735) 29-7215

日程	事業名	場所	時間
9月2日(水)	★ワークショップ (要予約)	福祉健康センター2階大会議室	① 9:30 ~ ② 10:30 ~
9月4日(金)	★ママヨガ (要予約)	福祉健康センター1階和室	10:00 ~ 11:30
9月7日(月)	ベビーマッサージ教室 (要予約)	町民センター	(前半) 13:30 ~ (後半) 14:15 ~
	プレママ ぱち講座 (個別相談・要予約)	町民センター	ベビーマッサージ教室終了後
9月16日(水)	★ベビーママサロン (要予約)	福祉健康センター2階大会議室	10:00 ~ 11:30
	育児相談 (要予約)	町民センター	13:30 ~ 開始
10月5日(月)	ベビーマッサージ教室 (要予約)	町民センター	(前半) 13:30 ~ (後半) 14:15 ~
	プレママ ぱち講座 (個別相談・要予約)	町民センター	ベビーマッサージ教室終了後
10月7日(水)	★ワークショップ (要予約)	福祉健康センター2階大会議室	① 9:30 ~ ② 10:30 ~
10月19日(月)	育児相談 (要予約)	町民センター	13:30 ~ 開始
10月21日(水)	★ベビーママサロン (要予約)	福祉健康センター2階大会議室	13:30 ~ (受付)

LINE

那智勝浦町子育て公式LINE配信中!

随時子育て事業情報等を更新しています。QRコードから、ぜひ友達登録を♪



生涯学習講座

「地名は語る・警告する～災害地名は減災への一里塚～」

【お問い合わせ先】

教育委員会生涯学習課 ☎ (0735) 52-4686

熊野の地域を中心に地名・歴史を研究する海の熊野地名研究会会員を講師に迎え、地名研究と災害地域調査をもとに、地名の由来・地名が持つ特徴について講演いたします。

地名から減災・防災について考えてみませんか？

開催日時・会場

開催日時	会場	定員	テーマ	申込締切日
10月18日(日) 13:30～15:00	那智勝浦町 教育センター	20名	地名基礎講座、 湯川地域の地名	10月9日(金)
11月1日(日) 13:30～15:00	下里保育所	20名	地名基礎講座、 下里・浦神地域の地名	10月23日(金)
11月15日(日) 13:30～15:00	太田小学校	20名	地名基礎講座、 太田地域の地名	11月6日(金)

内容

講演 90分(質疑応答時間を含む)

講演1 「湯川(下里・浦神、太田)地区の地名」

講演2 「地名基礎講座 災害地名は減災への一里塚」

講師

若林 春次 氏(海の熊野地名研究会 会長)

田中 弘倫 氏(海の熊野地名研究会 顧問)

参加対象

那智勝浦町民の方

申込方法

那智勝浦町教育委員会まではがき・電話・FAXにてお申し込みください。

那智勝浦町教育委員会 ☎ 649-5338 那智勝浦町大字二河 75 番地

☎ (0735) 52-4686 FAX (0735) 52-5272

なお、はがき・FAXによる申し込みされる場合は「参加者氏名・住所・電話番号」を記載してください。

申し込み多数の場合は抽選となります。抽選に漏れた方のみ開催日3日前までに電話で連絡いたします。

その他

講座当日那智勝浦町・新宮市に大雨・洪水・暴風警報が発令された場合は中止します。

また、新型コロナウイルス感染状況により中止となる場合があります。

住宅用火災警報器の定期点検をしましょう

【お問い合わせ先】

消防本部予防課 ☎ (0735) 52-4900

消防法により、全ての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられ、那智勝浦町火災予防条例で設置・維持の基準が定められています。

また、義務化から10年余りが経過し、火災警報器が機能していないことが考えられます。

半年を目安に作動確認をしましょう！



注) 警報音はメーカーや製品により異なります。



●それでも鳴らない場合は、「電池切れ」か「機器本体の故障」です。取扱説明書をご覧ください。

- ※ 電池交換は10年を目安にしてください。
- ※ 電池交換できるタイプとできないタイプがあります。
- ※ 電池交換できないタイプは、本体ごと交換する必要があります。
- ※ 電池残量が低下すると、警報音が鳴るタイプがあります。
- ※ 電池残量の低下で警報音が鳴り、近所の方が火災と勘違いすることもありますので注意してください。

詳しくは、取扱説明書を御覧ください。



住宅用火災警報器は、
10年を目安に交換を
おすすめします！

～新型コロナウイルス感染症により 影響を受けた農家の皆様へ～ 「高収益作物次期作支援交付金」のご案内

「高収益作物次期作支援交付金」とは

新型コロナウイルス感染症の発生により、売上減少等の影響を受けた野菜・花き・果樹・茶等の高収益作物について、次期作に前向きに取り組む農業者に対して、資材や機械の導入や新規需要確保に向けた新技術の導入にかかる取組みを支援する制度です。

支援対象者

下記の1と2の両方を満たしていること

- ① 令和2年2月～4月に野菜・花き・果樹・茶の販売実績（廃棄も含む）がある者
② 令和2年2月～4月に開園している観光農園
- 収入保険、農業共済等に加入している又は今後加入を検討すること



支援対象となる取組みの一例

- ・生産流通コスト削減に関する取組
 - ①生産コスト低減のための農業機械の利用など
 - ②通い容器導入の利用など
- ・生産性・品質向上のための資材導入に関する取組
 - ③産地で推奨する品目・品種導入
 - ④産地で推奨する肥料、農薬、資材の利用など
 - ⑤かん水装置、換気装置等の利用など
- ・土づくり等作柄安定のための取組
 - ⑥土壌改良資材、堆肥の導入、土壌分析の実施
 - ⑦土壌消毒の実施、防虫ネット、防風ネットの利用など
- ・作業環境の改善・事業継続計画の策定
 - ⑧安全講習会の受講、安全装置の装着、事業継続計画の策定など

①～⑧の取組み項目から2つ以上実施した農業者は、**10aあたり5万5千円**

の交付が受けられます。

施設花きについては、①～⑦の取組項目から③を含む2つ以上実施で**10aあたり80万円**

の交付が受けられます。

お問い合わせ先

J Aみくまの営農経済部営農販売課 ☎ (0735) 52-1177
事業申請期間：9月1日(火)～10月30日(金)
申請受付方法(事前予約による) 面談

和歌山県ゴールデンキッズ発掘プロジェクト体力測定会～集まれ未来のアスリート！～

運動に優れた素質を有する子供たちを早期に発掘し、将来、国際舞台で活躍できるアスリートを育成するため、ゴールデンキッズを選考する体力測定会を開催します。

今年度は、2ステージ制から1ステージ制に変更しました。また、マスクの着用の徹底やソーシャルディスタンスの保持等、感染予防対策を講じて実施します。



開催日程

日時①：令和2年10月17日(土)
13:30～15:00

会場①：串本町立体育館
(串本町串本2427)

日時②：令和2年10月18日(日)
10:00～11:30

会場②：新宮市立総合体育館
(新宮市王子町3-13-23)

参加対象

県内在住の小学校3、4年生男女

応募方法

- ①参加申込み専用サイトで申込みをする。
- ②学校で配布された参加申込書を郵送する。

専用サイトへは
こちらのQRコードから



申込期間

令和2年8月24日(月)～9月14日(月)必着

お問い合わせ先

県教育庁生涯学習局スポーツ課内
和歌山県ゴールデンキッズ発掘プロジェクト事務局
☎ (073) 441-3753

参加特典

参加者全員にきいち
ゃんタオルをプレゼントします！



9月10日(木)は世界自殺予防デー
9月10日(木)～16日(水)は自殺予防週間です

【お問い合わせ先】
 福祉課福祉厚生係 ☎ (0735) 52-2945

世界自殺予防デーからの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・経済的要因等が絡み合った複雑な問題が背景にあるといわれています。自殺を防ぐため、自分自身や周囲の「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。

気づき 家族や仲間の変化に気づいて声をかける

家族や仲間の人の様子がいつもと違う時・・・眠れない、食欲がない、口数が少なくなったなど。

傾聴 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

悩みを話してくれたら、出来る限り傾聴しましょう。本人の気持ちを尊重し、共感した上で相手を大切に思う自分の気持ちを伝えましょう。

つなぎ 早めに専門家に相談するよう促す

こころの病気や社会的な問題を抱えているようであれば、専門家への相談につなぎ、本人の気持ちを理解してくれる人と連絡を取りましょう。

見守り 温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

身体やこころの健康状態について自然な雰囲気の中で声をかけて優しく寄り添いながら見守り、必要に応じて専門家に相談しましょう。

精神保健福祉センターの相談窓口について

- ・わかちあいの会「うめの花」・・・自死で大切な方を亡くした方の集い
- ・はあとライン電話相談・・・生きづらさを感じている方、大切な人を自死で失った方など
 ☎ 073-424-1700 (24時間 365日対応)
- ・自死遺族相談(個別相談) ・薬物依存当事者と家族の個別相談 ・ギャンブル問題の相談

お問い合わせ先

和歌山県自殺対策推進センター
 ☎ (073) 424-1700 (和歌山県精神保健福祉センター内)

国勢調査

2020

国勢調査にご協力をお願いします

国勢調査とは？

国勢調査は、人口・世帯の実態を明らかにすることを目的として行われる国の最も重要な統計調査で、日本国内に住んでいるすべての人及び世帯を対象として5年ごとに行われます。

調査方法について

9月14日以降、調査員が各世帯を訪問し調査票を配布します。調査票の質問事項(全16問)に回答をお願いします。回答方法によって回答期間が異なります。

- ・インターネット回答期間→9月14日(月)～10月7日(水)
- ・紙での回答期間 →10月1日(木)～10月7日(水)
 (郵送または調査員に提出)

インターネット回答、郵送回答へのご協力をお願いします！



新型コロナウイルス感染症が懸念される中での調査実施となりますが、何卒ご理解・ご協力の程よろしくお願いたします。

【国勢調査に関するお問合せ先】

観光企画課企画係 ☎ (0735) 29-2007





棚田地域振興に関する勉強会がありました

本年6月に組織された色川棚田地域振興協議会により棚田地域の振興とは何か、棚田地域振興法とは何かについて地域での理解促進を図るため上記の勉強会を開催しました。

棚田地域振興法は貴重な国民的財産である棚田を保全し、棚田地域の有する多面にわたる機能の維持増進を図り棚田地域の持続的発展および国民生活の安定向上を目的として、昨年8月に施行されました。農林水産省以外の各省庁も連携し支援を行う取組です。

色川は同法による指定棚田地域に指定されています。また、色川地域の振興を目的に各区長、就農者代表、県、那智勝浦町で構成する色川棚田地域振興協議会が発足されました。

協議会では振興法に基づき指定棚田地域振興活動計画を国に提出しています棚田を中心とした地域振興を活性化する活動計画です。魅力ある地域を存続していけると期待されています。



「課題解決し魅力ある将来へ」
講師 農林水産省近畿農政局
和歌山支局長
棚田地域振興コンシェルジュ
大川 武士さん



第50回那智勝浦町苺生産者組合総会が開催されました

8月4日 苺生産者組合総会が太田営農センターで開催されました。那智勝浦町苺生産者組合はイチゴ栽培振興、栽培技術の向上と生産意欲の高揚を図るため、共同出荷販売において、その成績が優秀な組合員を表彰しています。

総会では以下の方に表彰を行いました。

那智勝浦町長賞：苺の販売額が最高の組合員

坂地 安明 さん

みくまの農業協同組合長賞：苺の販売坪単価が最高の組合員

太田 勝巳 さん



★本町太田地区で生産されている「まりひめ」は、「章姫（あきひめ）」と「さちのか」を掛け合わせて改良を重ね、平成22年に品種登録された和歌山県のオリジナルブランドいちごです。

毎年12月から5月にかけて生産される地元太田産「くろしおイチゴ」の「まりひめ」をぜひご賞味ください。

イメージキャラクター「まりりん」



有料広告欄

おうちえ

シニアのためのおうち時間を
楽しく健康に過ごす知恵

「おうちえ」について

本号の7ページから10ページの記事は、新型コロナウイルス感染症対策のために外出する機会が減少しているシニア世代向けに楽しく健康に過ごすため、東京大学高齢社会総合研究機構が作成したパンフレットの一部分です。7月号より3回に分けて掲載しています。これらをすべて集めると1冊のまとまった冊子となりますのでぜひご活用ください。

【本件についてお問い合わせ先】

福祉課介護保険係 ☎(0735) 29-7039