

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

2022  
**2**  
No.374



## Contents

- P 2 - 5 暮らしの情報
- P 6 - 8 令和3年度 人権に関する作品
- P 9 図書館だより
- P 10 - 11 健康ひろば
- P 12 - 13 お知らせ瓦版 WIDE
- P 14 地域活動応援日誌
- P 15 「うちのごはん」
- P 16 写真ニュース 他

## 地域のくらしを支える公共交通

現在、那智勝浦町の公共交通は、町内全域を循環する町営バス・熊野御坊南海バス株式会社が運営する路線バス（新勝線・那智山線）・JR きのくに線が運行されています。町営バスは、色川線・太田線・下里線・勝浦線・宇久井線の5路線を運行しています。勝浦線・宇久井線は、昨年10月から路線やバス停を変更し、さらに便利になりました。

公共交通の利用者数は年々減少傾向にあり、各公共交通は運行の維持に課題を抱えています。ほとんどの方は、移動手段として車を利用されており、日ごろバスや電車を利用されることは少ないのではないのでしょうか。しかし、通学で利用する子どもたちや、車に乗らない高齢の方などにとって、バスや電車は必要不可欠な移動手段です。

# 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(健康推進係) 52-2934

(生活・障がい支援係) 52-2945

(子ども・子育て支援室) 52-2946

(高齢者支援係) 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

新型コロナワクチン接種相談窓口 29-6137

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

議会事務局 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。  
※本人確認書類をご持参ください。

### 【開庁日】

2月27日(日) 9時～12時

### 【取扱い業務】

マイナンバー関連手続き

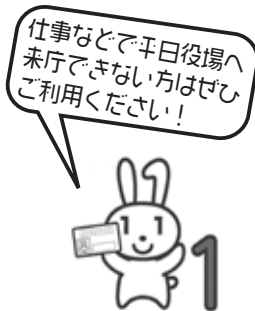
(申請・交付・更新・暗証番号設定等)

※無料で顔写真の撮影を行っています。

### 【お問い合わせ先】

住民課戸籍住民係

☎ (0735) 29・2003



## 令和3年度通学費補助制度 の申請はお済みですか?

那智勝浦町では、令和3年度より通学費補助制度を開始しています。この制度では、町内から町外の中学校や高等学校へ通学する生徒の保護者を対象に補助を行っています。

令和3年度分の申請は、令和4年3月31日まで受け付けています。

対象となる方でまだ申請がお済でない方は、お早めの申請をお願いします。

通学費補助制度について、詳しくは町ホームページでご確認ください。



### 【お問い合わせ先】

教育委員会学校教育課

☎ (0735) 52・4686



## 野生鳥獣追い払い花火 講習会のご案内

那智勝浦町では、深刻な鳥獣被害への対策として、住民が使用できる追い払い花火を導入しています。追い払い花火は、市販のロケット花火より火薬量が多いため、安全対策として講習会を受講した方へのみ支給します。

### 【開催日時】

3月12日(土) 16時～17時

### 【場所】

那智勝浦町体育文化会館

### 【申込方法・締切】

農林水産課までお電話ください

申込締切 3月2日(水)

※過去に講習を受けた方は、毎年受講する必要はありません。

### 【お問い合わせ先】

農林水産課

☎ (0735) 29・4455

## 那智勝浦町手話言語条例を 制定しました

### 「手話は言語」

この条例は、障がいの有無にかかわらず、すべての町民が共生できる地域社会の実現をめざすことを目的として制定しました。

条例では、手話が言語であるとの認識に基づき、手話言語の普及等に関する基本理念を定めました。また、手話の利用されやすい環境を整備するための町の責任や町民の役割を明らかにしました。

今後は、条例に基づいて手話の理解の推進や普及に関する施策・手話による意思疎通の支援に関する施策に取り組みます。手話の広がりによって手話や、ろう者についての理解を深め、地域で支えながら誰もが安心して生きていける地域社会の実現をめざします。

### 【お問い合わせ先】

福祉課生活・障がい支援係

☎ (0735) 52・2945

## アルコール健康障害を知っていますか 自殺対策講演会を開催します

不適切な飲酒は「アルコール健康障害」の原因になります。また、アルコール依存症は自殺リスクを高めるとされています。

この機会に、お酒との付き合い方について考えてみませんか。

### 【開催日時】

3月11日（金） 13時30分～16時

### 【場所】

那智勝浦町体育文化会館

### 【講演】

13時30分～15時

・「お酒の飲み方大丈夫ですか？アルコール依存症を予防するためにできること」

・県立こころの医療センターの取組

### 【講師】

県立こころの医療センター

院長 森田 佳寛 先生

### 【個別相談】

15時～16時（予約制）

・森田先生、精神保健福祉士、保健師のいずれかが対応いたします。  
・お申込みの際に「個別相談希望」とお伝えください。

### 【申込期限】

3月8日（火）まで

3月は自殺対策強化月間です

### 【お申込み・お問い合わせ先】

福祉課生活・障がい支援係  
☎（0735）52・2945

## 那智勝浦町食生活改善推進協議会主催 世代別食育教室を開催します

### ①高齢者のための食育教室

「高齢期の食のポイント」

### ②子ども（乳幼児期）と

パパママ世代のための食育教室

「体験型食育教室」

### 【開催日時】

①2月22日（火）13時30分～14時30分

②3月8日（火）10時～11時

### 【場所】

①町民センター 1階大会議室

②町民センター 2階和室

### 【内容】

①高齢期のからだの変化・高齢期の必要な栄養と食事のポイント・ちよつと食べにくい時の食事づくりのポイント 他

②乳幼児期の食とパパママ世代の食について・簡単みそ作り体験 他

【対象・定員】  
①65歳以上の方、在宅で高齢者の介護をされている方など。10名程度。  
②未就園児とその保護者。10組程度。  
※定員を超えた場合は抽選となります。

### 【申込期限】

①2月18日（金）まで

②3月1日（火）まで

## 【お申込み・お問い合わせ先】

福祉課健康推進係

☎（0735）52・2934

## 「ひきこもり」で悩んでいるご家族へ 個別相談会を開催します

ひきこもりの居場所「あづまプラッツ」（NPO法人ハートツリー）が個別相談会を実施します。

ひきこもりの当事者が相談に行きたくても難しいこともあり、家族など周囲の方がご本人への対応に悩んでしまいがちです。ひきこもり状態から抜け出すためには第三者の関わりが必要です。家族だけで抱え込まないで、その対応について一緒に考えてみませんか。

### 【開催日時】

3月1日（火） 13時～17時

### 【場所】

那智勝浦町福祉健康センター

### 【対象者】

ひきこもりの当事者、ひきこもりの方を持つご家族

※相談料は無料です

※申し込みは不要です（予約をご希望の方はご連絡ください）

### 【お問い合わせ先】

あづまプラッツ

☎・FAX（0735）31・7730

✉ platz@heart-tree.org

## 「熊野地方就職フェア2022」 参加企業が決定しました

大学や専門学校の令和5年3月卒業予定者や一般求職者を対象に、熊野地方の企業が参加する合同企業説明会を開催します。

地元で働きたいとお考えの方は、ぜひご参加ください！

### 【開催日】

3月5日（土） 予定

### 【場所】

新宮市文化複合施設（丹鶴ホール）

### 【参加企業】

新宮市ホームページで公開しています。

### 【お問い合わせ先】

新宮市役所商工観光課内  
熊野地方就職フェア実行委員会  
☎（0735）23・3333  
内線3001



## 3月 行政相談

日時：3月2日（水）  
13時30分～15時30分  
場所：役場2階第2会議室

※相談時間はおひとり様あたり約20分です

### 【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。

## ～ 新成人の皆さんへ～ 20 歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障害が残ったときや家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。20 歳以上 60 歳未満の方は加入が義務付けられています。20 歳になると、日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」が届きます。



日本年金機構  
「国民年金」



那智勝浦町  
「国民年金について」

### ◆ 国民年金のポイント

- ・ 国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。
- ・ 保険料を上乗せして納めると将来の年金額を多く受け取ることができるようになる「付加年金制度」や保険料をまとめて前払いすることで割引が適用される「前納割引制度」など、おトクな制度があります。
- ・ 学生の方には「学生納付特例制度」、学生でない 50 歳未満の方には「納付猶予制度」など、無理なく保険料を納めるための制度があります。

※国民年金について、詳しくは各ホームページをご覧ください。

【お問い合わせ先】 田辺年金事務所新宮分室 ☎ (0735) 22-8441  
住民課保険年金係 ☎ (0735) 52-0558

## 税務課から納期限のお知らせ

### ・ 次回の町税等の納期限は次のとおりです

| 税 目        | 期別    | 納期限      |
|------------|-------|----------|
| 固定資産税      | 第 4 期 | 2月28日(月) |
| 国民健康保険税    | 第 9 期 |          |
| 介護保険料      | 第11期  |          |
| 後期高齢者医療保険料 | 第 8 期 |          |

### ・ 納税には便利な口座振替をご利用ください

納期限をうっかり忘れて、督促手数料や延滞金を支払わなければいけなくなってしまったことはありませんか。口座振替を利用すると、納期限を気にすることなく納めることができます。お申し込みは簡単です。申込用紙を送付しますので、税務課収納係までお電話ください（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 ～

【お問い合わせ先】 税務課収納係 ☎ (0735) 52-1095

## 住民課環境係からのお願い

### 所有地の適正な管理をお願いします

管理されていない所有地に雑草や樹木が生い茂り、苦情が多く寄せられています。雑草が生い茂ると、害虫の発生など近隣住民に迷惑をかけてしまいます。空地などの土地の所有者は、年に数回除草や清掃を行い、適正に管理するようお願いいたします。

#### 雑草や樹木の繁茂による悪影響

- ・ 害虫の発生源になる ・ 不法投棄の場所にされる
- ・ 枯草などが火災の原因になる
- ・ 隣地へ入り込んでトラブルの原因になる など

### ゴミの減量にご協力をお願いします

日々の生活から出る生ごみには、水分が多く含まれています。水切りをするだけでも、ゴミの減量につながります。また、詰め替え商品を使用することでもゴミの減量につながります。

ちょっとした工夫やひと手間をかけていただくことで、ゴミを減らすことができます。まずは、手の届く範囲から、ゴミの減量を始めてみませんか。



【お問い合わせ先】 住民課環境係 ☎ (0735) 52-0559



## 子育てイベントカレンダー（～3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

| 目 程      | 事 業 名                 | 場 所            | 時 間         |
|----------|-----------------------|----------------|-------------|
| 2月14日（月） | ★すくすくワークショップ①（要予約）    | 福祉健康センター2階大会議室 | 10：00～11：15 |
| 2月15日（火） | ★すくすくワークショップ②（要予約）    | 福祉健康センター2階大会議室 | 10：00～11：15 |
| 2月21日（月） | 育児相談（要予約）             | 町民センター         | 13：30～（受付）  |
| 2月22日（火） | ★下里広場（要予約）            | 下里保育所 支援室      | 9：30～11：30  |
| 3月2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 |
| 3月3日（木）  | ★ママヨガ（要予約）対象者：産後4～9か月 | 福祉健康センター2階大会議室 | 10：00～11：00 |
| 3月7日（月）  | ベビーマッサージ教室（要予約）       | 町民センター         | 13：30～開始    |
|          | おはなし会～出産にむけて～（要予約）    | 町民センター         | 14：15頃～（受付） |
| 3月14日（月） | 育児相談（要予約）             | 町民センター         | 13：30～（受付）  |
| 3月15日（火） | ★すくすくワークショップ①（要予約）    | 福祉健康センター2階大会議室 | 10：00～11：15 |
| 3月16日（水） | ★すくすくワークショップ②（要予約）    | 福祉健康センター2階大会議室 | 10：00～11：15 |
| 3月22日（火） | ★下里広場（要予約）            | 下里保育所 支援室      | 9：30～11：30  |

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期となる場合があります。ご了承ください。

## 那智勝浦町立温泉病院から診療時間のお知らせ

（令和4年2月1日現在）

那智勝浦町大字  
天満1185番地4  
☎0735-52-1055  
<http://onsenhsp.jp/>

| 診療科               |    |     | 月       | 火      | 水     | 木       | 金      | 受付                      | 診療     |
|-------------------|----|-----|---------|--------|-------|---------|--------|-------------------------|--------|
| 内科                | 午前 | 1 診 | 山本      | 山本     | 内科医師  | 山本      | 坂東     | 7:30～11:30              | 9:00～  |
|                   |    | 2 診 | 小池（月2回） | 上野山    | 切土    | 切土      | 内科医師   |                         |        |
|                   |    | 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・<br>糖尿病センター |    | 午前  |         | （健 診）  | （健 診） |         |        | （予約のみ）                  |        |
|                   |    | 午後  | 山本（糖尿病） |        |       |         |        |                         |        |
| 整形外科              | 午前 | 1 診 | 中 紀文    | 北野     | 中 紀文  | 川村      | 整形外科医師 | 7:30～11:30<br>木のみ～10:30 | 9:00～  |
|                   |    | 2 診 | （岩橋）    | （木浦）   | （木浦）  | （中 紀文）  | （岩橋）   |                         |        |
|                   |    | 3 診 |         |        |       |         | （川村）   |                         |        |
|                   | 午後 | 2 診 |         | （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）   | （持田）  | 田島（月2回） | （上田）   | 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   | 7:30～14:00              | 13:00～ |

※1 安江（月2回）・内科医師 ※2 南條（糖尿病内科 要予約・月2回） ※3 小児科予防接種（要予約）  
※4 こどもこころの外来（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。最新のも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。



## 人権に関する作品

## 中学生の部 入選作品

11月に発行した「広報なちかつうら人権・同和教育啓発推進月間特集号」に掲載しきれなかった人権に関する作品の入選作品をご紹介します。

「生かされ生きて」

色川中学校 一年 岡 千穂

ひめゆり学徒隊という名前は知っていても、その生活や看護の大変さを知る人はあまりいない。今年の夏、家で「あゝひめゆりの塔」という映画を見た私は興味をもち、ひめゆり学徒隊について書かれた本もあることを知って、読んでみた。

ひめゆり学徒隊として兵隊の看護をしていた与那覇百子さんが書いたこの本には、与那覇さんの実体験の他に、当時先生として学徒隊を率いた西平先生の体験ものっている。そして、看護隊の生活の様子や、亡くなっていった学徒隊の仲間のことくわしく書かれている。

与那覇さんは、沖縄師範学校女子部に通っていた。昭和二十年三月から沖縄師範学校女子部生徒と沖縄県立第一高等学校生徒は、ひめゆり学徒隊として軍と行動を共にするようになった。沖縄戦を命がけで戦ったのは兵隊だけだと思われがちだが、ひめゆり学徒隊の生活も命がけだった。たえず兵隊さんから声がかかるので目の回るような忙しさ。亡くなった兵隊さんの遺体を外に運び出し、穴に

うめてあげるのも学徒隊の仕事だ。その中でも、学徒隊の仕事で最も危険なのは飯上げと水汲みだ。飯上げでは、飯桶を提げた天秤棒を担ぎ、炊事場まで走っていく、炊事場でご飯を桶に詰めてもらい、壕にもどってからおにぎりを兵隊さんたち配るのだ。水汲みでも五百メートルほどの道を走って井戸に行き、水を汲んでくるのだ。これらの作業は夜明けと夕方、米軍の攻撃がやむ時間帯に行われる。攻撃はやんでいても米軍の偵察機が飛んでいるので、見つからないようにしながらも、軍とひめゆり学徒隊は、しだいに南部へと撤退していく。

そして六月、ついに軍によって、学徒隊の解散命令が出された。与那覇さんは学徒隊の仲間と八人で海岸沿いを逃げた。二日ほど逃げていたがついに米軍につかまって、収容所に入れられた。今、与那覇さんは語り部として、当時のことを人々に伝えている。

私は、この本を読むまで、ひめゆり学徒隊の人はほとんどが生き残っていたのだと思っていた。生活や看護内容もそこまで大変ではないと思っていた。だから

「まともに眠れるのは一日にほんの十分程度だったのではないだろうか」という文をみつけたとき、ショックをつけた。さらに、一日の食事が小さなおにぎり一つだけだったり、何日も何も食べないことがあったりしたということも書かれていた。そんな過酷な状況でも、学徒隊員は、日本軍の勝利を信じて兵隊の看護を続けていた。そんな彼女らの精神力、そして忍耐力を私たちも見習うべきだと思う。

また、私はこの本を読み、日本軍に怒りをおぼえた。日本軍は、南部に撤退するときに自力で歩けない兵隊に青酸カリの入った牛乳を飲ませたのだ。生きて捕虜となるよりは死ぬ方がよい、ということとか。私はこの考え方に反対だ。死ぬくらいなら捕虜になっても生きるほうがずっといい。死んだらそこで道が閉ざされるが、生きていれば、生きている限り道はつづく。しかし、当時はつかまるくらいなら、自決をしろと教えられていた。自ら命を絶つなんて、最もしてはいけないことだ。だが当時、捕虜になったものに軍の情報をしゃべられないようにと、日本軍は死ぬことを選ばせたのだ。

戦争は多くの人を傷つけるおそろしいものだ。本来ならば学校で授業を受けているはずの学生が、学校のかわりに壕で負傷兵の看護をする。それもひどい環境の中で。睡眠時間も十分に確保できず、ご飯は前にいつ食べたかささえ思い出せない。さらには、間違った教育により自決した人もたくさんいる。学徒隊には、ひめゆり学徒隊の他に、鉄血勤皇隊という、沖縄師範学校男子部生徒による学徒隊もあった。

日本の歴史だけでなく世界の歴史を見ると昔からたくさんの戦争が起きている。その一つ一つの戦争で、どれだけの人が帰らぬ人となっただろうか。どれだけの人が心に傷を負っただろうか。そんな人を少しでも減らすために、私達は平和な世界を創りあげていかねばならない。そのためには、たとえ辛いことだとしても、戦争のことを私達が知っておかなくてはならない。戦争の知識を得て、その上で平和な世界をつくりあげていきたい。私達が大人になったとき、世界中が愛と平和であふれていることを願う。

コロナに負けない明るい未来へ

下里中学校 二年 山口 巴奈子

今、世界中で新型コロナウイルスの感染が拡大し、人々は厳しい制限を強いられ生活を送っています。そして、世界全体が暗くなっているような気がします。でも、そんな世の中だからこそ、人々で協力しあって明るい社会をつくっていくことが大切だと私は考えました。

私の住んでいる那智勝浦町では、コロナウイルスに感染した人はほとんどいません。これは、町の人々がマスクの着用や手洗いなどの感染対策を徹底しているからだと思います。ですが、町内で感染者が出た時に耳を疑うような話を聞きました。コロナウイルスに感染した人の家に近所の人が落書きをしたり、ゴミを投げ捨てたりするというものでした。結果、被害に合った人は町を追い出されて引越しをしたそうです。それを聞いた時、私は田舎でもその人の気持ちを考えずに心ない行動をする人があるんだとショックを受けました。もし、自分が同じような目に合ったらとても辛いし、悲しいです。だから、もし自分だったら…という

ことを考えて心のある行動をしてほしいなと思います。

また、コロナウイルスによる影響はこれだけではありません。何度も緊急事態宣言を繰り返して、外出を制限されることで精神的に辛くなってコロナうつになつてしまう人、社会情勢がもたらす経済面への影響で失業したり就職ができなくなつてしまう人がたくさんいることです。そして、一日に何千人もの人がコロナウイルスに感染して医療が追いつかなくなっていることです。これらは、私だけの力では助けることができません。だから、一人一人が意識を高くもって日々生活を送ることが大切だと思います。

学校生活においても制限されることが色々あります。体育祭などの行事は時間を短縮して行われたり、県内で感染者が出ると部活の大会がなくなったりして、例年とは違う形になってきています。正直、楽しいめないことも多いですが、私は前を向いて今できることを全力で取り組んでいます。

いつか、コロナウイルスが収まって再び世界中に笑顔と幸せがあふれることを私は心から願っています。

何気ない  
その一言が  
傷つける

宇久井中学校 三年 関本 彩乃

何がちがう？  
僕も私も  
同じ人

宇久井中学校 三年 川瀬 美蕾

親からのおくりもの

宇久井中学校 一年 井畑 杏優

わたしは、名前で辛い経験がある。

おいあゆ、お前の名前って魚だよな、

本で見たぞ魚の「鮎」って、

私は胸が苦しかった。

「鮎」、「鮎」、「鮎」、さつさと川に帰れよ。

だけどお母さんとお父さんが付けてくれた

名前、ありがたいけど、とてもいやに思えた。

なんでこんな名前にしたのかと、親をせめた事もあった。

でも、あゆ？いい名前だね。あゆでもいいじゃんあんずの「杏」

にやさしいの「優」、親は、優しく育てほしくてこの名前

にしたらしい、その優しくそだっているのかは分からないが、

私はこの杏優と言う名前を大好きに思える。

ありがとうお父さん、お母さん。

そして自信を持って名前を言える自分がいる。

努力

那智中学校 一年 石井 沙耶佳

努力してもむくわれないことだって

数えきれないほど たくさんある

でも 失敗したって つまずいたって

頑張ったならそれでいい

幸せだったならそれでいい

一生懸命 努力して

少しでも その瞬間を

幸せだと思えたら

失敗を成功に変える事だって出来る

人の幸せをねたんだり

ひがんだりせず

共に喜んであげられる

共に努力して成長していく

努力をつみ重ねれば

いつしか自分の武器になる

そうやって一度きりしかない

自分だけの人生を

思いきり楽しんでいけばいい



# 図書館 だより

那智勝浦町立図書館 ☎ 0735-52-5955

開館時間：9:00～17:30

2月休館日：月曜日、11(金・祝)、23(水・祝)、

※2/24～3/1は特別図書整理期間のため休館

3月休館日：月曜日、22(火・振替)、

3/31(木)は図書整理のため休館

URL：<http://nachikatsuura-lib.jp/>



ほんの 楽・し・み

## お知らせ

！最新の情報は那智勝浦町立図書館ホームページをご覧ください。

！役場各出張所でも本が借りられますのでご利用ください。

## 読み聞かせイベント

◆おはなし会：第2、第4土曜日 午前10時から

〔2月〕12日(2/26はお休み)

〔3月〕12日、26日

◆よちよちぶっく：毎月第2火曜日 午前10時から

〔2月〕8日 〔3月〕8日

## 公衆無線LANあります

2階郷土資料室と3階に公衆無線LANのアクセスポイントを設置しています。

ご利用の際は、受付カウンターへお申し出ください。

## ご寄附御礼

図書館へ書籍をご寄贈いただきました。ご厚意に対し、御礼申し上げます。

天満 片原 桜子 様

## 休館のお知らせ「特別図書整理期間」

休館期間 2月24日(木)～3月1日(火)

この期間中、那智勝浦町立図書館では年に1回の蔵書点検を行います。図書館にある本や資料などの蔵書が「無くなっていないか」、「決まった場所に置いてあるか」など、全ての蔵書を点検します。利用者の皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いします。



## 一般図書

今月の1冊

『世界一やさしい依存症入門』

松本 俊彦 著



世の中には、「わかっちゃいるけどやめられない」ものがたくさんあります。なぜ私たちはハマってしまうのか。依存症とは「人に依存できない病」とも書かれています。14歳の世渡り術シリーズ本。

依存症になった人のエピソードをできるだけたくさん、できるだけ詳しく紹介しています。中学

生から大人まで、世界一やさしい入門書で依存症について考えてみませんか。

その他の新着本

『全国大人になっても行きたい わたしの絵本めぐり』

G.B. 編

『言葉の力』

シン・ドヒョン 他著

『子どもが光る あったかいしかり方&ほめ方』

すずき ともこ 著

『庭にほしい木と草の本』

草木屋 著

『中野のお父さんの快刀乱麻』

北村 薫 著

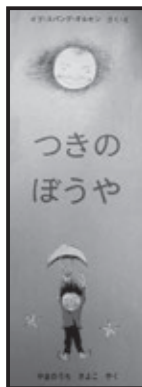
## 児童図書

名作絵本

今月の1冊

『つきのぼうや』

イブ・スパング・オルセン 作・絵  
やまのうち きよこ 訳



夜空を明るく照らすお月さまから、池に映るもうひとりのお月さまをつれてきてくれないかと頼まれた「つきのぼうや」。「つきのぼうや」の冒険ファンタジーが縦長絵本に繰り広げられます。さて、池の中で見つけたものとは。

他にも、時代や国を越えて読み継がれるロングセラー名作絵本をたくさん取り揃えています。ぜひどうぞ！

その他の新着本

『「好き」から未来を描く お仕事図鑑 300』

新星出版社 編

『ふしぎ！光る生きもの大図鑑』

近江谷 克裕 著

『北斎の絵本 富士山みえた～！！』

結城 昌子 文

『マンガでさきどり古典 伊勢物語』

くもん出版 編

『オニのサラリーマン じごく・ごくらく運動会』

富安 陽子 文

新着図書案内

その他の新着本は、図書館のホームページをご覧ください。

## 健康増進計画から学ぶ

### 第2回 ウォーキングで健康的にやせる

クリスマスに年末年始、ついつい食べ過ぎたり、運動不足を自覚したり……寒い日も続いて、体重が増えていますか？今回はそんなあなたにオススメのウォーキングについてご紹介します！

ウォーキングには高血圧や糖尿病の予防・改善効果、持久力や筋力の向上など、様々な良い効果があります。今回は特に「健康的にやせる」ということに着目して、ウォーキングの効果や注意点をご紹介します。



#### ウォーキングは有酸素運動

ウォーキングでは、酸素+脂肪をエネルギーとして使い体を動かすので、体脂肪や内臓脂肪の減少が期待できます。また、特別な道具が不要でハードな運動が苦手(できない)という方でも始めやすいのが魅力です。コツコツと続けることで着実に効果が得られます。

#### ウォーキングで消費できるカロリーについて

ウォーキング消費できるカロリーは、その人の体重や運動強度(歩く場所や速さなどによる)で違ってきます。たとえば体重60kgの人だと、

- ・1時間、ゆっくりウォーキング→約176kcal消費
- ・1時間、速めのウォーキング→約270kcal消費

このように、同じ時間歩いても、できるだけ速く歩くことで消費カロリーが上がります。また、左のようなフォーム(姿勢)で歩くと、より効果が高まります。

ぜひ今日から、少しずつでもウォーキングを始めてみませんか？

【お問い合わせ先】福祉課健康推進係 ☎ (0735) 52-2934

## 第2回 介護保険特集 高齢者の通いの場

【お問い合わせ先】福祉課高齢者支援係 ☎ (0735) 29-7039



代 表 者：小島 睦美さん  
活動場所：宇久井 85-5  
(元喫茶ダッタン)  
活動日時：毎月1日・15日  
13時～15時  
利 用 料：200円/回

このコーナーでは、令和3年12月号に引き続き、町内の通いの場をご紹介します。

**「楽しいグループ」**

「楽しいグループ」は 宇久井地区でダッタンという喫茶店を営んでいた小島睦美さんが代表をしているサロンです。

令和2年10月に立ち上げられたこのサロンは、一人暮らしの参加者も多く、みなさんサロンで一緒に過ごす時間を大切にされています。

サロンは、毎月1日と15日の午後1時から午後3時まで開かれており、代表の小島さんは、「どなたでもお越しください！一人暮らしだと大きな声で笑うこともないし、何でもおしゃべりしましう。」といつも笑顔で迎えてくれます。

参加費は、1回200円(お茶、お菓子付)。和気あいあいとおしゃべり、時にはお口の体操も。時間はあつという間に過ぎてしまいます。抱えている悩みも小さいうちに解決したいと、小島さんを慕う友人の口コミで仲間が増えていきます。

「ニュータウン友愛クラブ」

宇久井ニュータウンで活動する熟年クラブのメンバー有志がグラウンドゴルフをするために新たに立ち上げたグループです。グラウンドゴルフは、本町でも宇久井から浦神まで町内全域で行われていて、老若男女どなたでも参加することができるようです。

令和2年12月から活動を開始し、第1・第3水曜日の月2回、ニュータウン内の公園に集まってグラウンドゴルフをしています。昨年9月には、活動場所となっている公園の敷地を平らにする工事が行われるなど、グラウンドゴルフを行う環境も整っています。

現在では、さらに健康維持・フレイル予防を進めようと黒潮公園（新宮市）でも活動しています。取材時点で10数名のメンバーが活動していて、新たな仲間も募集中です。



プレイングリーダー：武田 一美さん  
活動場所：宇久井ニュータウン公園  
活動日時：毎月第1・第3水曜日  
13時～15時



私が取材しました！  
町で見かけたら、どうぞ  
お声かけください

生活支援コーディネーター  
岩本 ひろこ

生活支援コーディネーターって？

地域を歩き、出会った人や発見した資源を繋げる（コーディネートする）ことで、高齢者の社会参加や地域の支え合い活動を支援するために活動しています。「地域支え合い推進員」とも呼ばれています。

## 令和4年度 町民センター教室 受講生募集

【お問い合わせ先】  
町民センター ☎ (0735) 52-1170

那智勝浦町町民センターでは、地域交流事業として毎年度、教室活動を行っています。令和4年度は、次の各教室を開講しますので、受講生を募集いたします。初めての方でもお気軽にお申込みください。

なお、教室の受講料は無料ですが、備考欄の会費や留意事項のスポーツ保険料は自己負担となります。

| 教室名       | 講師               | 実施曜日                       | 実施時間          | 備考                       |
|-----------|------------------|----------------------------|---------------|--------------------------|
| 絵手紙教室     | 阿部 由美子           | 毎月第1・3木曜日                  | 13時30分～15時30分 | 定員20名<br>年会費300円         |
| 健康体操教室    | 赤木 ちほ子           | A班(第1・3木曜日)<br>B班(第2・4木曜日) | 10時30分～11時30分 | 定員各20名 ※要保険加入            |
| 太極拳教室     | 大江 みさと           | 毎週金曜日<br>(第5週は休み)          | 10時～11時30分    | 定員20名 ※要保険加入             |
| フォークダンス教室 | 田中 とよ子           | 毎月第1・3水曜日                  | 13時30分～15時    | 定員20名 ※要保険加入<br>毎月会費500円 |
| 民謡教室      | 中住 麻美<br>(藤紀 実美) | 毎月第1・3火曜日<br>毎月第2・4木曜日     | 13時30分～15時    | 定員20名                    |
| ヨガ教室      | 長尾 美緒            | 毎週金曜日<br>(第5週は休み)          | 14時～15時       | 定員各20名 ※要保険加入            |

**申込期間** 2月14日(月)～3月4日(金) (平日8時30分から17時15分)

**申込方法** 那智勝浦町町民センターにお越しください

- ・那智勝浦町天満1497番地3（国道42号線沿い、須崎バス停留所前）
- ・1階事務所にある申込用紙に必要事項を記入して、申込みしてください。

### 留意事項

- ☆ スポーツ保険の保険料は、65歳以上：1,200円 64歳以下：1,850円です。
  - ☆ 各教室の定員を超えた場合は3月中旬に抽選を行います。抽選結果は改めてご連絡いたします。
  - ☆ 各教室の定員が5名に満たない場合は、教室を取り止める場合があります。その場合は申込み締め切り後、申込みされた方へ町民センターより改めてご連絡いたします。
  - ※ 新型コロナウイルス感染状況により、予定の変更・中止となる場合もありますのでご了解ください。
- なお、スポーツ保険料につきましては原則お返しできませんのでご了解の上お申し込みください。

# 都市計画マスタープラン・事前復興計画の策定を進めています

## ◆ 都市計画マスタープラン

この計画は、都市計画法第18条の2に規定されている計画です。市町村の創意工夫のもと、住民の意見を反映し、まちづくりの将来ビジョンを示すものです。おおむね20年後の都市の姿を展望したうえで、都市計画の方向性を定めます。



地域別ヒアリングの様子

### これまでの取り組み

|               |                      |                                                           |
|---------------|----------------------|-----------------------------------------------------------|
| 令和3年2月18日     | 計画策定のための意見交換会        | 9名参加                                                      |
| 3月22日         | 第1回 策定委員会            |                                                           |
| 7月20日<br>～21日 | 計画策定のための<br>地域別ヒアリング | 宇久井地区：5名参加 那智地区：4名参加<br>色川地区：7名参加 下里地区：5名参加<br>産業関係者：6名参加 |
| 8月30日         | 第2回 策定委員会            |                                                           |
| 12月1日         | 第3回 策定委員会            |                                                           |

策定委員会は、委員長に和歌山大学の佐久間准教授をお招きし、都市計画審議会を始め、区長連合会・南紀くろしお商工会等よりご参加いただいた、計10名で構成しています。

2月中にパブリックコメントを実施する予定です。ご意見等いただきますようお願いします。

【お問い合わせ先】建設課工務係 ☎ (0735) 52-0560

## ◆ 事前復興計画

この計画は、南海トラフ巨大地震※による大規模な被害を想定し、被災後早期に復旧・復興を行うために必要なことを事前に考えておくものです。「被害の大きさ」・「持続可能なまちづくり」・「復興へのスピード感」の3点に視点を置き、まちが持っている課題を解消しつつ、災害に強いまちを実現できるよう計画を策定していきます。



職員ワークショップの様子

### これまでの取り組み

|                 |                 |                      |
|-----------------|-----------------|----------------------|
| 令和3年2月25日～3月10日 | 防災意識に関する町民アンケート | 配布数 2,000部、回収率 50.0% |
| 3月22日           | 第1回 策定委員会       |                      |
| 8月31日           | 職員ワークショップ       | 9名参加                 |
| 12月1日           | 第2回 策定委員会       |                      |

策定委員会は、委員長に都市計画マスタープランと同じく、和歌山大学の佐久間准教授をお招きし、UR都市機構・和歌山県都市政策課及び防災企画課よりそれぞれご参加いただき、当町副町長を加えた計5名で構成しています。

現在策定中の計画は、行政や専門家によって話し合われた絵姿に過ぎません。人口減少や社会情勢の変化、住んでいる方々の考え方に応じて変化していく、いわゆる流動的な計画であると考えています。来年度以降、関係地区の方々と意見交換しながら徐々に合意形成を図っていき、いざ被災した際に役立てるよう準備を進めていければと考えています。

【お問い合わせ先】総務課防災対策室 ☎ (0735) 29-7121

※南海トラフ巨大地震……マグニチュード9.1。実際に発生したことを示す記録は見つかっていない。  
繰り返し発生している南海地震等に比べ、発生頻度は一桁以上低いと考えられている。

## 町県民税の申告が始まります

【お問い合わせ先】  
税務課課税係 ☎ (0735) 52-1094

令和4年度の町県民税の申告受付を次の日程で行います。

| 申告会場        | 申告受付日                            | 時 間        |
|-------------|----------------------------------|------------|
| 役場本庁 2階大会議室 | 2月16日(水)～3月15日(火)<br>(土・日・祝日を除く) | 8時30分から17時 |
| 漁協浦神支所      | 2月21日(月)                         | 9時から15時    |
| 宇久井区民会館     | 2月22日(火)                         | 9時から15時    |
| 役場色川出張所     | 2月24日(木)                         | 9時から15時    |
| 下里青年研修所     | 2月25日(金)                         | 9時から15時    |
| 役場太田出張所     | 2月28日(月)                         | 9時から15時    |

※ 土地・建物・株式等を売却された所得、山林所得、贈与税や相続税に関する相談は行っていません。  
直接税務署へご相談ください。(税務署や税理士による相談は行いません。ご協力をお願いいたします。)

※ 申告には個人番号の確認が必要です。マイナンバーカードまたは通知カードと運転免許証等の身分証明書をご持参ください。

【お問い合わせ先】税務課課税係 ☎ (0735) 52-1094

## マイナンバーカードを取得しませんか？

マイナンバーカードは公的な身分証明書になります。また、健康保険証の一体化や新型コロナウイルスワクチン接種証明書(電子版)の取得など、便利な機能が追加されています。

役場住民課では、カード普及のため、職員が無料で顔写真の撮影やカード申請のお手伝いをするサービスを行っています。町県民税の申告で役場本庁にお越しになった方で、まだマイナンバーカードをお持ちでない方は、是非ご利用ください。



## 春の全国火災予防運動週間「おうち時間 家族で点検 火の始末」

3月1日～3月7日

令和3年度全国統一防火標語

全国火災予防運動は、毎年春と秋に、火災による死傷者の発生や財産の損失を防ぐことを目的として実施しています。春の運動は、空気が乾燥し、火災が発生しやすいこの時期に、火災予防の一層の普及を図るために実施しています。

全ての住宅に「住宅用火災警報器」の設置が義務づけられています  
必ず設置しましょう！



もしもの時のため、住宅用火災警報器が正常に動作するか、定期的に点検しましょう！  
正常に動作しない場合や、異常が発生している場合は交換する必要があります。  
点検方法は、「ボタンを押すタイプ」と「ヒモを引くタイプ」があります。  
詳しくは、製品の取扱説明書をご確認ください。

【お問い合わせ先】消防本部予防課 ☎ (0735) 52-4900

# 地域活動応援日誌

## Regional Activities Support Diary

### - Day. 3 -

本コーナーでは、那智勝浦町内で活動する地域おこし協力隊・集落支援員の紹介や活動の様子などをお届けします。

#### 谷口 真実 支援員

朝起きると、田畑に霜が降りていて銀世界が広がっています。窓を開け息を吸い込むと冷たい空気が身体をめぐるります。家の外では、農家さんたちの働く姿、トラクターや草刈り機の音が聞こえてきます。みなさんの住む風景はどんな風景でしょうか。

地域おこし協力隊の任務3年を終えて、集落支援員になり約半年。私は、交流センター太田の郷を拠点に、日々地域の皆さんの協力を得ながらお仕事をさせていただいています。何気ない会話の中から、大きな発見や喜び、地域課題など気づきが多くあります。一つ一つの言葉を大切に、地域の皆さんに寄り添う支援を心掛けています。太田地域の集落支援員の主な仕事6項目を紹介いたします。

- ・太田地域の農業維持の為、多面的機能支払交付金の実績整理事務
- ・ふるさと納税の返礼品（太田のお米）の受付発送事務
- ・介護予防を目的とした福祉プログラム



八郎山山頂視察

標高 250m 晴れていると360度景色が見渡せます

- ・高齢者の一人暮らしの方のご自宅訪問
  - ・太田地域の課題の整理、対策の検討及び実施サポート
  - ・交流センター太田の郷の運営と企画サポート
- 新たに、福祉プログラムに参加する高齢者と太田小学校の子供達の交流を交え、共生型とにも支えあう」の地域福祉の第一歩として夏休みプログラムを合計12回実施致しました。保護者の方も「地域で子育て」を目標に掲げていて、向かう方向が重なり共に、取り組むことができ大変うれしく思いました。子供から大人まで、ピンピン元気に、笑いあい、支えあい、助けあい共に暮らしていける太田地域を目標にこれからも、楽しくお仕事をさせていただきます。

#### 大西 俊介 支援員

色川地域振興推進委員会事務局の大西と申します。色川地区の集落支援員並びに地域おこし協力隊の活用について紹介をさせていただきます。

9つの集落からなる色川地区は、かつては3000人を超えた人口も現在は316人と毎年微減傾向にあります。色川では全国的にも先んじて移住・交流促進に取組んでおり、昭和52年に移住者を受け入れる事から始まり、現在では地区人口の5割以上を移住者が占めるに至っています。平成28年には小中学校が新築されるなど、地域主導で展開されてきた取組みは大きな成果をあげています。



色川地区「大野」の景色

一方で先祖代々暮らしてきた地元住民は高齢化が進み、空

家、農地、山林の維持管理、伝統的な祭りや行事の継承など、「集落機能の維持」「地域らしさの継承」など課題は山積みとなっています。人口減少と高齢化が進む中、課題解決への取組みが急がれています。

そのような中、平成20年から始まった国による過疎地域への人的支援制度である「集落支援員」「地域おこし協力隊」をいち早く地域で導入し、課題解決へ向けて地域住民をサポートする人材として活用の模索が続いています。現在は支援員1名、協力隊2名を基本に、様々な地域活動の手伝い、情報発信と外部対応、地域の事務局機能、課題の整理と事業の活用など、その活動は多岐に渡ります。あくまでも地域の主役は住民であるものの、外部人材が地域に入る効用は非常に大きなものです。

外部人材の活用については、受け入れ地域の主体性がなくては十分に活かす事はできないと考えています。「地域らしさ」を次代につなげていくため、住民と支援員・協力隊が共に汗をかき続けていくことが取組の要ではないでしょうか。

## 今が旬！！春菊



春菊は緑黄色野菜の一つです。春に黄色い菊に似た花を咲かせることから「春菊」と呼ばれるようになりました。鍋料理で食べられることが多いですが、葉の部分は柔らかく生サラダにもできるなど、様々な調理方法があります。独特の香りが苦手な方も多いですが、実はこの香りにも健康効果があります！！苦手な方も是非、これを機に春菊に挑戦してみてください！

## 春菊の栄養効果

## βカロテン

## 生活習慣病予防

強い抗酸化作用があり、生活習慣病予防に効果があります。また、必要に応じて体内でビタミンAに変換されます。ビタミンAは目の機能や皮膚・粘膜の健康を保ち、免疫力向上に効果があります。

## ビタミンC

## 美肌作り

体内でコラーゲンを生成する際に必要とされるビタミンです。また、免疫力向上やストレス緩和などの働きもあります。

## ビタミンK

## 骨を強くする

カルシウムを骨に沈着させて骨の形成を促す作用があります。また、血を固める物質を作る働きを手助けします。血栓を予防する薬（ワーファリン）を服用している場合は、注意が必要です。

## 春菊独特の香りの正体

## - αピネン -

ヒノキなどの針葉樹に多く含まれる香り成分で、森林浴のリラックス効果の元の一つとされています。

## - ペリラルデヒド -

シソの葉に多く含まれる香り成分で、強い抗菌作用・防腐効果があります。胃の調子を整える作用があるとされています。

この2つの成分が、副交感神経の働きを助けます。

## 春菊と相性のいい食材

## 春菊

## 大豆製品

抗酸化作用が強い春菊と大豆製品などの良質たんぱく質の組み合わせで、肌を健やかに！（調理例）定番のお鍋、白和えなどの豆乳を使った料理など

×

## にんにく

にんにくには、春菊に含まれる疲労回復成分の吸収を助ける成分が含まれています。にんにくも香りが強いですが、春菊と風味がぶつからなく、オススメの組み合わせです！（調理例）にんにくを使ったパスタ、にんにくを使ったドレッシングでサラダなど

## 肉類

春菊を肉類と組み合わせると、βカロテンを効率よくとることができ、免疫力が向上！（調理例）肉との炒め料理、すき焼きなどの煮込み料理など

## 作ってみよう！

## レシピ

## 作り方

- ① 春菊は2～3cmの長さにカットする。（茎の部分は斜め薄切りにする）
- ② 油揚げをフライパンで両面をこんがりと焼いて取り出し、粗熱をとったら縦半分に切り、1.5cm幅に切る
- ③ オリーブ油とにんにくをフライパンに入れて熱し、ベーコン、しめじを炒める。
- ④ ★の調味料を混ぜ合わせ、ドレッシングを作る。
- ⑤ ①～③を混ぜ合わせて、④のドレッシングを全体にかけたら出来上がり。



## 春菊の相性抜群サラダ

抗酸化作用、疲労回復効果、  
カルシウムも豊富です！

## 材料（4人分）

春菊……………1束（約200g）  
油揚げ……………1/2枚  
ベーコン……………50g  
しめじ……………1パック（約100g）  
にんにく……………1片（みじん切り）  
オリーブ油……………適量  
★しょうゆ……………大さじ1/2  
★酢……………大さじ2  
★オリーブ油……………大さじ2



## 一般国道 42 号「串本太地道路」 起工式が行われました



令和 3 年 12 月 25 日（土）、那智勝浦町体育文化会館で一般国道 42 号串本太地道路起工式が執り行われました。串本太地道路は、那智勝浦町八尺鏡野と串本町鬺野川を結ぶ延長 18.4km の自動車専用道路です。

式典には、国や県、地元自治体等の関係者約 200 人が出席しました。村山一弥国土交通省道路局長、仁坂吉伸和歌山県知事による挨拶、来賓による祝辞や地元の応援メッセージのほか、起工を祝して鍬入れ式や餅つきが行われました。最後に堀町長の音頭で万歳三唱が行われ、出席者は工事の安全と一日も早い完成を願いました。

新成人の皆さま、おめでとうございます！

## 令和 4 年 成人式を開催しました

令和 4 年成人式を、1 月 3 日（月）那智勝浦町体育文化会館で開催しました。昨年は新型コロナウイルスの影響で開催できませんでしたが、今年是对策をとって無事開催することができました。

今年の新成人は、平成 13 年 4 月 2 日～平成 14 年 4 月 1 日の間に生まれた 142 名が対象で、今回 106 名が出席されました。

式では、堀町長を始め来賓の方々から祝福を受けました。町長からは「皆さんのふるさとである那智勝浦町を忘れず、これからも様々なことに挑戦してください」と激励がありました。また、那智勝浦ふるさと大使の広瀬香美さんからもお祝いのメッセージを頂きました。



広告



下里中学校出身の田中 大夢（たなか ひろむ）さんが、新成人を代表して「家族や親族、教を導いてくれた先生方、成長を温かく見守ってくれた地域の方々、そしてともに歩んできた仲間への感謝の気持ちを胸に刻み、これからの人生を歩んでいくことを誓います」と決意を述べられました。

く見守ってくれた地域の方々、そしてともに歩んできた仲間への感謝の気持ちを胸に刻み、これからの人生を歩んでいくことを誓います」と決意を述べられました。

令和 4 年（2022 年）4 月より、成人年齢が 20 歳から 18 歳に引き下げられますが、那智勝浦町の令和 5 年の式典は従来通り 20 歳の方を対象とした式典を開催する予定です。

## 20 歳になったら国民年金

本誌 6 ページをご覧ください