

町と地域と人を結ぶ広報誌

広報 なちかつうら

報 Public Relations Magazine of Nachikatsuura Town

2022

8

— No.380 —

あつさを
ふきとばせ!

マイナンバーカードを取得しませんか？

マイナポイントがもらえる今がチャンスです！



マイナンバーカードの見た目

ICチップには、電子証明書やカードに記載されている情報などが入っています。税情報などのプライバシー性が高い個人情報は入っていません。



氏名・住所・生年月日・顔写真・有効期限など

マイナンバー印字欄

マイナンバーカードのメリット

マイナポータル の活用

マイナンバーカードに入っている電子証明書を使って、マイナポータルを介した、各種行政手続のオンライン申請や、自身の情報の確認などができます。

また現在、国の消費活性化策としてマイナポイント事業（第2弾）が実施中です。

健康保険証等の 代わりとして

町や国などの様々なサービスごとに必要だったカードが次々とマイナンバーカードへ一体化されています。

健康保険証は昨年より一体化が開始されました。

自動車運転免許証も令和5年度末を目途に一体化が予定されています。

本人確認書類 として

マイナンバーカードは、顔写真付きの本人確認書類として、様々な場面で利用することができます。

また、税の申告など本人確認とマイナンバーの確認が必要な場合、マイナンバーカード1枚で済ませることができます。

マイナンバーカードが受け取りやすくなりました！

郵送でカードを受け取ることができます（申請時来庁方式）

申請するとき1度だけ役場に来れば、郵送（本人限定受取郵便）でマイナンバーカードを受け取ることができるようになりました。仕事の都合等で何度も平日昼間に役場へ来庁することが難しい方は、4ページに記載の休日開庁とあわせて、ぜひご活用ください。



申請するときだけ本人が役場にきて、本人確認・暗証番号の設定の依頼をすれば……

★ 申請に必要な書類

- ① 通知カードまたは個人番号通知書
- ② 本人確認書類 ※

※①の書類を持っている場合と持っていない場合で、必要となる②の書類が変わります。詳細は役場住民課戸籍住民係（☎29-2003）までお問い合わせください。



カードができ次第、暗証番号を設定してご自宅へ郵送！

マイナンバー制度は行政の効率化や国民の利便性の向上、公平・公正な社会の実現のための社会基盤として、平成27年度からスタートしました。社会保障・税・災害対策などの分野で、厳格な運用のもと、行政機関同士の情報連携が行われ、効率的な行政運営に役立てられています。また、国民の皆さまにとっても、行政手続で添付する必要があった証明書類が省略できるようになるなど利便性が向上しています。

マイナンバー制度にあわせて交付が始まった「マイナンバーカード」は、本人確認書類としてだけでなく、社会保障の資格情報などの情報を自身で確認することができるようになりました。また、電子署名を利用して自宅やスマートフォンから行政手続ができるオンライン申請への活用も見込まれています。

現在、国の消費活性化策としてマイナポイント事業が実施されています（左ページ参照）。まだマイナンバーカードをお持ちでない方は、この機会にぜひ取得してみませんか？



決済サービスの選択は 十分ご注意ください

マイナポイントの対象となる決済サービスは、数多くの種類があります。マイナポイントの申し込みに必要な決済サービスの情報（ID やパスワード）も決済サービスごとに違います。また、事前や事後に一定の手続きが必要なものもあります。

ポイントを受け取る決済サービスを選択する際には、下記のホームページ等をご参照いただき、必要に応じて事業者にお問い合わせするなどして十分確認のうえお申し込みください。

・決済サービス一覧
(94 サービス)



・決済サービスの情報
の確認方法



・ポイント申込前に
手続きが必要なもの
(例：ICOCA など)



・ポイント申込後に受取り
手続きが必要なもの
(例：WAON など)



・スマホアプリからの申込が必要なもの（楽天 Pay）

※決済サービスの一覧表がご入用の方は、役場住民課までお越しいただければお配りいたします。



「マイナポイント スポット」もご活用を

マイナンバーカードを読み取ることができるスマートフォンやパソコンをお持ちでない方向けに、無料でマイナポイントの手続きができるパソコン等の端末を全国7万か所に設置しています。

那智勝浦町内では、役場本庁、町内各郵便局、コンビニエンスストア（ローソン ※マルチコピー機）で利用できるほか、近隣の携帯電話ショップ（ドコモ、au、ソフトバンク）でも利用することができます。利用時間についてはそれぞれの施設にお問い合わせください。

マイナポイントの申し込み方法



ご用意いただくもの

- ・マイナンバーカード
- ・マイナンバーカードに設定した4桁の暗証番号
- ・ポイントを受け取りたい決済サービスの情報（決済サービスID やセキュリティコードなど）

STEP1 マイナポイントを受け取る決済サービスを決めておく



⚠️ 決済サービスによって必要な情報や前提条件等が異なります。左の注意点をご確認のうえ、ご自身に適したサービスを選択してください。

STEP2 マイナポイントのホームページにアクセスもしくはアプリを起動し、マイナンバーカードの読み取りや暗証番号の入力を行う

★スマートフォンからの場合

- ①「マイナポイントアプリ」をダウンロードし起動する。
- ②4桁の暗証番号を入力した後、マイナンバーカードを読み取る。

★パソコンからの場合

- ①「マイナポイント申込サイト (<https://id.mykey.soumu.go.jp/mypage/MKCAS010/>)」にアクセスする。
- ②「マイキーID作成・登録準備ソフト」を必要に応じてインストールする。
- ③マイナンバーカードをカードリーダーに差し、4桁の暗証番号を入力する。



⚠️ マイナンバーカードの読み取りができないスマートフォンやカードリーダーのないパソコンをお持ちの方は、左の「マイナポイント手続きスポット」もご活用ください。

STEP3 申し込み可能なキャンペーンを選択する



STEP4 ポイントを受け取る決済サービスを一覧から選択し、決済サービスの情報（ID、セキュリティコード）と申し込み状況確認用暗証番号（※任意）を入力する



⚠️ 一度決定した決済サービスは変更することはできません。ご注意ください！

STEP5 申し込み内容の確認と利用規約の確認・同意する

申込完了！



マイナポイント第2弾について

マイナポイント事業（第2弾）では、申請すると、各種キャッシュレス決済サービスで使える最大20,000円相当のポイントがもらえます。申請期限がありますので、制度を利用したい方は忘れずにお申し込みください。（まだカードを持っていない方は、9月末までにカード交付申請が必要です。ポイントの申し込みは来年2月末までとなっています。）

- ・マイナポイント事業特設サイト（総務省）
<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>



マイナンバーカードと
マイナポイント
最大
20,000円分の
マイナポイントがもらえる！

第2弾

お好きなキャッシュレス決済サービスで使える！

※ 本誌に記載の事業やイベント等は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため内容の変更や中止または延期となる場合があります。ご了承ください。

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

※ 各課へのお問い合わせは
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
(子ども子育て支援係)	52-2946
(高齢者支援係)	29-7039
地域包括支援センター	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・消防署	52-0119

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

左記の日程で窓口業務を行います。
6月30日よりマイナンバー第2弾の申込みが始まっています。この機会にマイナンバーカードを作りませんか。

【開庁日時】

8月14日(日) 9時～12時

※窓口業務はマイナンバーカードに関する手続きに限りません。(カードの申請・更新・受取り、電子証明書の更新、暗証番号の設定など)

※本人確認書類をご持参ください。

※申請書をお持ちの方はご持参ください。
※申請に必要な顔写真は無料で撮影します。

【お問い合わせ先】

役場住民課戸籍住民係

(☎ 29-2003)

※マイナンバー第2弾の対象となるマイナンバーカードの申請期限は9月末までとなっています。申請はお早めに！

令和4年

就業構造基本調査について

就業構造基本調査は、就業・不就業の状態を調べ、雇用の詳しい状況を明らかにするための国の統計調査です。

無作為に抽出された、県内約1万世帯が対象となります。9月から調査員が世帯を訪問しますので、ご協力をお願いいたします。

調査の回答は、紙の調査票によるほか、パソコンやスマートフォンを使用したインターネット回答も可能です。

【お問い合わせ先】

役場観光企画課企画係

(☎ 29-2007)



水道メーター交換のお知らせ

水道課では、古くなった水道メーターを定期的に新しいものと無料で交換しています。

今回の交換予定は、次の地区の交換対象メーターです。期間中、水道課で委託した業者が皆さまのお宅やお店などにお伺いした際は、ご協力のほどよろしく願います。

【対象地区】

・勝浦

(勝浦18番地)

勝浦330番地1付近

・朝日

(朝日2丁目35番地)

朝日3丁目133番地付近

【期間】

9月13日(火)～9月26日(月)

【お問い合わせ先】

役場水道課

(水道事業所 ☎ 52-9495)

新宮公証役場から

休日相談のお知らせ

家族が集まるこの時期には、遺言に関して話題になることも多いのではないのでしょうか。公証役場では、遺言をはじめ、各種公正証書の作成に関する電話での休日相談を次のとおり受け付けます。

相談は、事前予約を優先させていただきます。

だきますので、希望する方は、あらかじめ電話等でご予約をお願いします。

【相談日時】

8月27日(土) 10時～15時

【事前予約】

8月26日(金)までに電話またはメールでご予約願います。

【ご予約・お問い合わせ先】

新宮公証役場 (☎ 21-2344)

公証人 三橋 豊

メールアドレス

(nmt-3212@etude.ocn.ne.jp)

8月は「電気使用安全月間」です

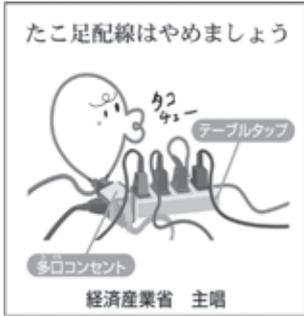
経済産業省では、夏場に電気事故が多く発生するため、毎年8月を「電気使用安全月間」と定めています。電気は大変便利なエネルギーですが、取り扱いを誤ると感電や火災の原因になります。

皆さんもいま一度、身のまわりの電気安全について考えてみましょう。

【令和4年度

電気使用安全月間活動テーマ】

- ・ 日常の暮らしの中で、電気を安全に、上手に使いましょう
- ・ 自家用設備は、適切な保守点検と計画的な更新で電気事故を未然に防ぎましょう
- ・ 地震、雷、風水害などの自然災害に備え、日頃から電気の安全に努めましょう
- ・ 電気事故防止のため、身近な配線・コンセントを確認してみましょう
- ・ 無資格の電気工事は危険ですので、必ず有資格者に相談しましょう



節電にご協力をお願いします

今年は、例年に比べて厳しい電力供給が見込まれています。無理のない範囲で節電にご協力をお願いします。

【お家で出来る省エネ実践例】

- ・ 不要な照明を消す
- ・ エアコンの設定温度を上げる
- ・ 家電の省エネモードを利用する 等



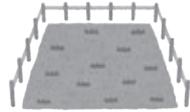
土地の適正管理をお願いします

夏もますます深まり、連日暑い日が続いています。日差しが強くなるこの時期は、草木の成長が活発になり、雑草が繁茂する季節でもあります。

雑草の生い茂った土地は、見た目が悪いだけでなく、様々なトラブルにつながる可能性があります。土地の適正管理を心がけ、ストレスのない住みやすい地域を目指しましょう。

【雑草が原因となる問題】

- ・ 害虫の発生（夏から秋にかけては特にハチの巣がでやすく、注意が必要です）
- ・ 不法投棄の誘発
- ・ ご近所トラブル 等



【お問い合わせ先】

役場住民課環境係 (☎ 52-0559)

考えてみませんか？ 空き家のこと

【空き家について】

和歌山県の空き家率は20・3%（全国2位、平成30年総務省統計局調査）となっており、全国平均と比べても大幅に高い状況です。

空き家は、放置すると劣化し、近隣に迷惑をかけてしまいます。また、資産価値を損ね、税金も上がるなど様々なデメリットがあります。損をしないよう、空き家について考えてみませんか。

【空き家相談WEBサイト「タクセル」】

「タクセル」では、インターネットから、空き家の相談申し込みが可能です。また、和歌山県内各地で開催される相談会やセミナーの日程、相談事例、各種新着情報などを掲載しています。



「空き家なんでも相談 - 和歌山の専門家と行政が連携してお手伝い - TAKUSERU (タクセル)」

【お問い合わせ先】

和歌山県移住定住推進課 (☎ 073-441-2930)

9月行政相談

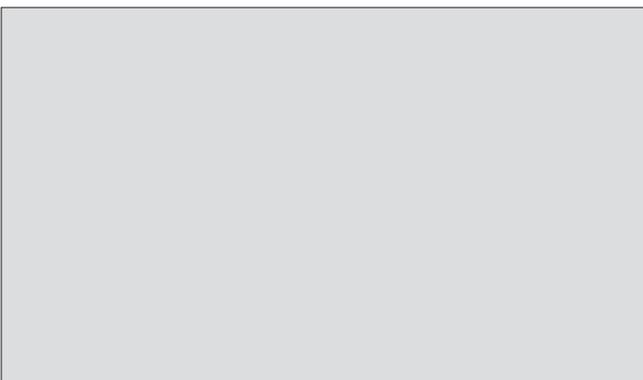
日時：9月7日（水）
13時30分～15時30分
場所：役場2階第1会議室

※ 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】
役場総務課総務係
(☎ 52-4811)



広告



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
町県民税	第2期	8月31日(水)
国民健康保険税	第3期	
介護保険料	第5期	
後期高齢者医療保険料	第2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】

今年の口座振替キャンペーン期間中に、対象となる口座振替をご登録していただいた方の中から抽選を行います。当選者には商品券を進呈します。商品券の発送は8月下旬を予定しています。

▶お問い合わせは、役場税務課収納係（☎52-1095）まで。

自衛官等募集

就職や転職をご検討の方はぜひお問い合わせください

自衛隊新宮地域事務所で説明会を実施しています（平日・随時）



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 33歳未満の男女	年間を通じて行っています	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
一般曹候補生	18歳以上 33歳未満の男女	7月1日 ～9月5日	9月16日～18日	9月16日 紀南文化会館（田辺市）または橋本合同庁舎（橋本市） 9月17日、18日 県民文化会館（和歌山市）
防衛大学校	推薦 18歳以上 21歳未満の者 高卒（見込含）又は高専3年次修了者（見込含）で成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者	9月5日 ～9月9日	9月24日・25日	防衛大学校
	一般 18歳以上 21歳未満の者 高卒者（見込含）又は高専3年次修了者（見込含）	7月1日 ～10月26日	1次：11月5日・6日 2次：12月6日～10日	1次：新宮市内（詳細未定） 2次：別途お知らせします
防衛医科 大学校	医学 18歳以上 21歳未満の者 高卒者（見込含）又は高専3年次修了者（見込含）	7月1日 ～10月12日	1次：10月22日 2次：12月14日～16日	別途お知らせします
	看護 18歳以上 21歳未満の者 高卒者（見込含）又は高専3年次修了者（見込含）	7月1日 ～10月5日	1次：10月15日 2次：11月26日・27日	別途お知らせします
予備 自衛官補	一般 18歳以上 34歳未満の者	6月1日 ～9月16日	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
	技能 18歳以上で国家免許資格等を有する者（資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満）			

▶お問い合わせ・お申込みは、自衛隊新宮地域事務所（☎21-3449）まで。

保険税・保険料の減免があります（要申請）

◆ 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料

【対象者】 以下の①・②のいずれかに該当する世帯

- ① 新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った世帯
- ② 新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の事業収入等※ 1 の減少が見込まれ、次の (1) から (3) のすべてに該当する世帯
 - (1) 事業収入等のいずれかの減少額が前年の当該事業収入等の額の 3 割以上であること
 - (2) 前年の合計所得金額が、1,000 万円以下であること
 - (3) 減少することが見込まれる事業収入等以外に収入がある場合、その収入における前年の所得の合計額が 400 万円以下であること

【対象となる保険税・保険料】

納期限が令和 4 年 4 月 1 日から令和 5 年 3 月 31 日までのもの

【減免額】

対象者①に該当する場合、全額免除
対象者②に該当する場合、別に計算した額※ 2

【申請期限】 令和 5 年 3 月 31 日

◆ 介護保険料

【対象者】 以下の①・②のいずれかに該当する第 1 号被保険者

- ① 新型コロナウイルス感染症により、同一世帯の主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った場合
- ② 新型コロナウイルス感染症の影響により、同一世帯の主たる生計維持者の事業収入等※ 1 の減少が見込まれる方で、次の (1) と (2) の両方に該当する場合
 - (1) 事業収入等のいずれかの減少額が前年の当該事業収入等の額の 3 割以上であること
 - (2) 減少することが見込まれる事業収入等以外に収入がある場合、その収入における前年の所得の合計額が 400 万円以下であること

【対象となる保険料】

納期限が令和 4 年 4 月 1 日から令和 5 年 3 月 31 日までのもの

【減免額】

対象者①に該当する場合、全額免除
対象者②に該当する場合、別に計算した額※ 2

【申請期限】 令和 5 年 3 月 31 日

※ 1 事業収入等とは、事業収入・不動産収入・山林収入・給与収入のことをいいます。

※ 2 主たる生計維持者の事業等の廃止や失業の場合は、前年の合計所得金額にかかわらず、対象の保険税・保険料の全額が免除となります。

詳しい内容については、お気軽にお問い合わせください

▶お問い合わせは、役場税務課課税係（☎52-1094）まで。

人権擁護委員の委嘱について

7 月 1 日付で、次の方が法務大臣から人権擁護委員の委嘱を受けました。

人権擁護委員は、地域の皆さまから受けた人権相談に関する問題解決のお手伝いや、法務局の職員と協力した人権侵害による被害者の救済、人権について関心を持ってもらえるような啓発活動などを行っています。

【今回委嘱を受けた方】 小林 真人 氏（宇久井地区）

なお、今回委嘱を受けた方以外の本町の人権擁護委員は、次の方々です。

- ・大江 政典 氏（那智地区）
- ・梶 信隆 氏（勝浦地区）
- ・久保 美恵子 氏（色川地区）
- ・岡本 美智子 氏（太田地区）
- ・村田 美織 氏（下里地区）



▶お問い合わせは、役場福祉課生活・障がい支援係（☎52-2945）まで。

副町長に瀧本雄之氏が就任しました

6月に開催された第2回那智勝浦町議会定例会において、6月16日付で瀧本雄之氏が副町長に選任同意されました。瀧本氏は昭和54年那智勝浦町役場に奉職。在職中は、産業課長、観光産業課長、教育次長、教育委員会参事などを歴任しました。任期は令和8年6月15日までの4年間です。



【瀧本副町長から就任のごあいさつ】

この度、6月16日付をもちまして那智勝浦町副町長の職を拝命いたしました。その職責の重さに身の引き締まる思いであります。

私は昭和54年入庁以来、平成27年度まで本町職員として行政に携わってまいりました。その経験を活かし、堀町長が目指す「住んでよかった」「住んでみたい」といわれるまちづくりを進めるため、もとより微力ではございますが、職員と一丸となって町政発展のため、誠心誠意努力をしまいる所存でございます。

今後とも皆様の温かいご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます、就任のごあいさつとさせていただきます。

Knowledge 健康増進計画シリーズ

高血圧の予防と野菜の摂取

高血圧予防のための食事法として「DASH食」というものがあります。DASH食とは、Dietary Approaches to Stop Hypertension（高血圧を防ぐ食事方法）の略で、アメリカで行われた調査・研究からまとめられた血圧降下に効果的であるとされている食事法です。



【DASH食の内容】

DASH食では、塩分を抑えて、3つのミネラル（カリウム・カルシウム・マグネシウム）と食物繊維をたっぷりとります。この3つのミネラルには、塩分（ナトリウム）を体外に排出する働きがあります。特にこれらの栄養素を多く含む野菜を多く摂取することが、高血圧予防に効果的とされています。

那智勝浦町の健康増進計画においても「野菜1日350g 3食5皿^{マル}で〇」を掲げて、野菜の摂取量の増加を目指し、取り組んでいます。

【調理の工夫でたくさんの野菜がとれます】

- 生野菜だけでなく様々な調理法で
生野菜だけで350g食べようとすると、量が多くて飽きてしまいます。蒸す・茹でる・炒めるなど、加熱するとカサが減るため、一度にたくさん食べることができます。
- 様々な料理に混ぜ込む
汁物・スープの具に使ったり、細かく切り刻んでご飯に混ぜ、炊き込みご飯にするのもおすすめです。魚料理や肉料理の付け合わせにも、積極的に使いましょう。
- 外食などでは小鉢の付いたものを選ぶ
外食で丼物や麺類を単品で食べることの多い人は、野菜の小鉢の追加や定食を選ぶようにしましょう。コンビニ食のときもサラダや野菜の惣菜を1品追加しましよう。

【色々な調理法で食べることが、量も栄養もしっかりとれるコツ！】

今が旬の夏野菜をたっぷり使ったレシピをご紹介します（15ページ）。ぜひご覧ください！

「しっかり野菜を食べて、高血圧を予防していきましょう！」

▶お問い合わせは、役場福祉課健康推進係（☎52-2934）まで。



住民税非課税世帯に対する臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中、厳しい状況にある方々の生活・暮らしの支援策として、令和3年度または令和4年度住民税非課税世帯に対して、1世帯当たり10万円の給付金の支給を行います。

※既に本給付金の支給を受けた世帯に、再度支給されるものではありません。

【対象世帯】

次の①～③のいずれかに該当する世帯

① 令和3年度住民税非課税世帯

基準日（令和3年12月10日）において、世帯全員の令和3年度住民税均等割が非課税である世帯。

② 令和4年度住民税非課税世帯

基準日（令和4年6月1日）において、世帯全員の令和4年度住民税均等割が非課税である世帯。

③ 家計急変世帯

住民税均等割非課税世帯のほか、令和4年1月以降、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、住民税均等割非課税世帯と同様の事情にあると認められる世帯。

※①～③について、世帯全員が住民税課税の他の親族等の扶養を受けている（地方税法の規定による青色事業専従者および事業専従者を含む）場合は対象外となります。

【支給額】

1世帯あたり10万円

（1世帯1回限り。①～③の重複支給はできません。本給付金は非課税所得となります。）

【受給方法】

①に該当する場合

対象と思われる世帯に、2月中旬以降「確認書」を送付しました。「確認書」の内容を確認し、同封の返信用封筒を使って、郵送で提出してください。

②に該当する場合

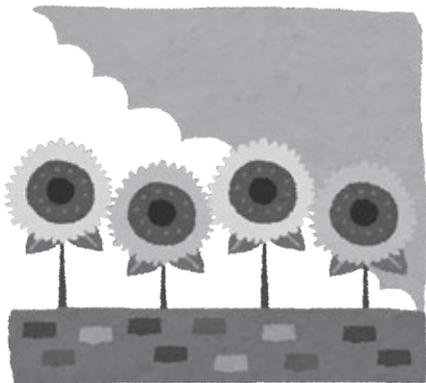
対象の世帯へ「確認書」を順次送付します。「確認書」が届いたら、内容を確認し、同封の返信用封筒を使って、郵送で提出してください。

③に該当する場合

受給には申請が必要です。申請受付期限は9月30日（金）までです。申請書類等については、役場福祉課の専用窓口または各出張所にあります。

（③の判定方法）

令和4年1月以降の任意の1カ月の収入を年収に換算して判定します。収入の種類は「給与」「事業」「不動産」「年金」です。申請時点の世帯状況で、令和4年度住民税均等割が課されている世帯員全員のそれぞれの収入（所得）について判定します。



【注意事項】

自宅に給付金をかたった不審な電話や郵便物があつた場合は、警察相談専用電話（#9110）にご連絡ください。

▶手続きや給付の時期などに関するお問い合わせは、役場福祉課内「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」窓口（☎29-2280）へ。
制度に関するお問い合わせは、内閣府コールセンター（☎0120-526-145、受付時間9:00～20:00、土・日・祝日を除く。）まで。

119 番通報のしかた

9月9日は、救急の日です。そこで今回は消防署より、119番通報による救急要請についてご説明します。通報者は、一生に一度あるかないかの119番通報のため、慌ててしまい、情報がうまく伝わらないことが起こり得ます。少しでも早く現場へ救急車が到着するように、119番通報のしかたを予習しておきましょう。



【1. 火事ですか？救急ですか？】

最初に火事か救急かをお聞きします。救急車が必要な場合は「救急です」とお伝えください。

【2. 場所を教えてください】【重要】

救急車が向かう場所の住所や目印となる建物などについてお聞きします。どこに向かえばよいか分かると、救急車が出動します。

ここで重要なことは、「場所が分からないと救急車は出動できない」ということです。

【3. 何が起きていますか？】

場所の次は、傷病者（病気の人やけが人）の情報をお聞きします。

- ・意識（反応）はありますか？
- ・やけどの状態は？
- ・呼吸はしていますか？
- ・のどに何か詰まっていますか？
- ・出血はありませんか？
- など



救急車が到着するまでの間、傷病者の近くに居合わせた方が応急手当をすることで、傷病者の経過が大きく代わることがあります。手当の方法が分からなくても、係員が電話で指導します。そのためにも、傷病者の情報を詳しく教えていただくことが重要です。

【4. 詳しく教えてください】

引き続き、傷病者について詳しい内容をお聞きします。

- ・頭痛や身体に痛む箇所はありますか？
- ・持病はありますか？
- ・手足のしびれはありますか？
- ・これまでにかかった病気は？
- ・冷や汗はかいていませんか？
- ・新型コロナウイルスのおそれはありますか？
- ・かかりつけの病院はどこですか？
- （発熱・症状・味覚など）



【5. その他】

- ・スマートフォンから通報されている場合は、スピーカー機能をオンにすると、スマートフォンを手を持たずに済みます。係員の指示を聴きながら、応急手当を続けることができます。
- ・スマートフォンを含む携帯電話から119番通報した場合、那智勝浦町以外の近隣の市町村につながる場合があります。この場合、那智勝浦町の消防署に電話が転送されますので、係員の指示に従ってください。（例えば、宇久井地区で携帯電話から通報を行った場合、新宮市の消防署につながる場合があります。また、JR湯川駅付近では太地町につながる場合があります。）
- ・救急車を呼ぶか迷った場合でも、119番通報することで相談することができます。係員がお聞きした内容で救急車が必要と判断した場合は、救急車を出動させます。
- ・症状によっては、一刻も早く病院に行く必要があります。急にしゃべりにくくなったり、片方の手や足が動かなくなった場合や強い頭痛・胸痛等に見舞われた場合は、すぐに119番通報してください。

【6. 最後に】

ここまで、119番通報のしかたをご説明しましたが、一番大切なのは「場所が分からないと救急車は出動できない」ということです。

一刻も早く救急車を現場に向かわせるために、皆さまのご理解とご協力をよろしく願います。

募集中

第3回目募集中!

旅するつもりでウォーキング

期間中、一定以上歩いた方に名産品をプレゼントする事業「旅するつもりでウォーキング」を実施中です。プレゼントの基準に満たない場合も、一定の基準を満たしていれば参加賞をご用意しています。

皆さま、お気軽にご参加ください!

【対象者】

参加申込時点で65歳以上の町民の方

【申込方法】

役場か出張所でお申込みください。前回までに第3回分もまとめてお申込みされた方は、申込み不要です。

【申込期限】

8月31日(水)

【開催期間と集計】

期間中の歩数を集計して、申告してください。

第3回:9月1日~9月30日(10月申告)

▶お問い合わせは、役場福祉課高齢者支援係(☎29-7039)まで。

【第3回賞品(予定)】

・駒ヶ根産黒ゴマ(長野県駒ヶ根市)



手軽にふりかけて使えるゴマです。お塩は入っていません。

・越前そばパスタ(福井県越前市)



福井県産の越前そば粉と福井県産の小麦粉を使用しています。

・美バナナジャム(広島県世羅市)



農薬・化学肥料不使用。皮まで食べられる「美バナナ」で作ったジャムです。

募集中

皆さんの健康づくりのために

令和4年度食推養成講座

食推さん(那智勝浦町食生活改善推進員)とは、地域住民の健康づくりのために食を中心とした教室の開催や啓発活動に取り組むボランティア団体です。また、食推員は健康推進員としても活動しています。(健康推進員は、地域の健康づくりを推進するために、地域の方へ健康に関する声掛け等のボランティア活動を行います。)

自身の健康から家族の健康、地域の健康づくりに一緒に参加してくれる方を募集しています。

【対象】 那智勝浦町在住で下表の講座を受講できる方

【会場】 福祉健康センター、町民センター

【申込締切】 8月26日(金)

▶お申し込み・お問い合わせは、役場福祉課健康推進係内「那智勝浦町食生活改善推進協議会事務局」(☎52-2934)まで。

	日程	時間	講座内容
令和4年度食推養成講座	9月16日(金)	10:00~11:00	食生活改善推進協議会の活動について
	9月27日(火)	10:00~11:30	那智勝浦町の健康づくりの取組について
	10月4日(火)	13:30~14:30	食品衛生研修会
	11月22日(火)	10:00~11:00	和食の特徴と簡単みそづくりの紹介
	12月8日(木)	10:00~11:00	健康と運動の効果
	12月13日(火)	10:00~11:30	食生活と口腔機能の改善で生活習慣病予防
	1月24日(火)	10:00~11:00	勝浦の食材を利用した食推さんおすすめ料理の紹介

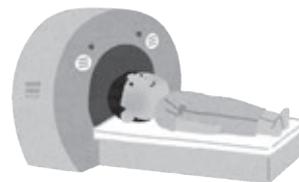
※日程が合わない方や食に関心があり受講してみたいという方は、お気軽にご相談ください。

募集中

国民健康保険にご加入の皆さまへ

まだ間に合います！脳ドック

国保加入者の脳疾患の早期発見・治療、健康管理のための脳ドックは、8月19日まで募集しています。受診したい方は、お早めにお申込みください。



◆ 対象者 すべてに該当する方

- ・ 検査日時時点で、満40～74歳までの国民健康保険加入者で、国保税の滞納が無い方（ただし、検査日に国保に加入していない場合、受診できません）
- ・ 今までに実施した町の脳ドックを受けていない方

◆ 受付期間

～8月19日（金）まで

◆ 応募方法

役場住民課または各出張所に備え付けの応募用紙で応募してください（電話による応募はできません）。

【定員】 40名（応募多数の場合は抽選）

【自己負担金】 4,000円

【検査場所】 那智勝浦町立温泉病院

【検査日等】（1次・2次の両方を受診していただきます）

1次検査（身体計測、血液検査、MRI・MRA）

…10月13日（木）～11月18日（金）の間のいずれかの日

2次検査（頸部頸動脈エコー）

…12月9日（金）予定 ※変更になる場合があります

【注意事項】

- ・ 応募多数の場合抽選となります。その場合、「昨年度の国保特定健診を受診した方」が優先となります。
- ・ 検査を受けていただく日時はこちらで指定します。日時指定はできませんので、ご了承ください。
- ・ 当選された方には、9月上旬に問診票や振込用紙などの書類一式をお送りします。
- ・ ペースメーカー、磁石式インプラントを装着している方は、検査を受けられません。恐れ入りますが、応募をご遠慮ください。

▶お問い合わせは、役場住民課保険年金係（☎52-0558）まで。

町立温泉病院から診療時間のお知らせ（8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	竹中	山本	7:30～11:30	9:00～	
		2診	竹中	谷河	切土	切土			
		3診	前田	川村		谷河			
糖尿病内科	午前				(南條)月1回		(予約のみ)		
	午後	(山本)		(南條)月1回	(山本)				
循環器内科	午後	(循環器医師)					(予約のみ)		
整形外科	午前	1診	中	北野	中	川村	7:30～11:30	9:00～	
		2診	(藤本)	(木浦)	(木浦)	(中)			(藤本)
		3診							(川村)
リハビリテーション科	午前	(吉岡)	(吉岡)	(持田)	(田島)月2回	(笠松)	(予約のみ)		
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～	
小児科	午後		(小児科予防接種)	(こどもこころの外来)				(予約のみ)	

※：坂東（第2・第4週）/竹中（第1・第3・第5週）

- ・ () は予約診療です。ご希望の方は電話でご相談ください。
- ・ 診療時間は変更になる場合があります。



那智勝浦町立温泉病院
天満 1185 番地 4 (☎52-1055)
<http://onsenhsp.jp/>



- ▲ 8月休館日 毎週月曜日、8月11日（木・祝）、8月31日（水・図書整理）
▲ 読み聞かせイベント ◆おはなしカーニバル（夏休み行事）[10:00から] 8月3日、8月7日、8月21日
◆よちよちぶっく [毎月第2火曜日 10:00から] 8月9日

▲ お知らせ「今月の展示のご案内」

- 【カウンター前】夏のお友達 課題図書 【郷土資料室】熊野三山・那智山青岸渡寺 関連本
【児童コーナー】夏のえほん、古典絵本 【2～3階 踊り場】ナチカツ THE BEST ー小説ー
【3階 出入口脇】2022年 本屋大賞 【3階 厳選44コーナー手前】ナチカツ THE BEST ー話題本ー

新着図書案内

その他の新着・おすすめ図書は、ホームページをご覧ください

新着図書（一般）

ゆっくり学ぶ	岸見 一郎 著
最期の声 ドキュメント災害関連死	山川 徹 著
一生使える国語力	山口 諤司 著
万博100の物語	久島 伸昭 著
田辺のたのしみ	甲斐 みのり 著

新着図書（児童）

天才の習慣	株式会社ライブ 編著
雲と雨の大研究	PHP研究所 編
ドラえもん科学ワールド special みんなのための医学入門	小学館 編
イラストでわかる 漢字使い分けじてん	成美堂出版 編
ショートケーキになにのせる？	おおの こうへい さく

※ 最新の情報は、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を借りることができます。

 子育てイベントカレンダー（～9月） 

日程	事業名	場所	時間
8月15日（月）	育児相談（要予約）	福祉健康センター1階	9:00～（受付）
8月18日（木）	★宇久井広場（要予約）※雨天中止	宇久井こども園 園庭	10:00～11:00
8月22日（月）	★下里広場（要予約）	下里こども園 支援室	9:30～11:30
9月5日（月）	ベビーマッサージ教室（要予約）	福祉健康センター1階	13:30～開始
9月7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	10:00～11:15
9月8日（木）	★宇久井広場（要予約）※雨天中止	宇久井こども園 園庭	10:00～11:00
9月12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
9月13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
9月26日（月）	育児相談（要予約）	福祉健康センター1階	9:00～（受付）
	★下里広場（要予約）	下里こども園 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。

【お問い合わせ先】 ★印の事業：地域子育て支援センター（☎52-0224）
その他の事業：子育て世代包括支援センター（☎29-7215）

『各種作品展を開催しました』

住民見習いから住民一年生へ

地域おこし協力隊 橋本 茜

5月27日～29日に、公民館陶芸自主サークル「器遊」、ペーパークイリング「ファミリィ」、おのれしよ「紀伊のおと道場」の3団体が那智勝浦町朝日の会場で「わくわく楽しいありがとう展」を開催しました。

また、6月1日～15日には湯川の喫茶きよもんにて公民館陶芸教室の「やきもの展」、6月16日～29日には同所で公民館陶芸自主サークル「あおぞら」の作

品展が開催されました。各団体ともそれぞれ趣向を凝らした力作が並び、日頃の活動の成果を発表しました。



『わくわく楽しいありがとう展』



『あおぞらやきもの展』



『陶芸教室やきもの展』

この8月で3年の活動満期を迎え、卒業します。とは言え、この原稿を書いている6月現在、地域おこしへの協力ぶりをご報告できるかと言え、活動は始まったばかり……というのが、正直な実感です。色川村の時代から現在も、住民自治の色合いが濃い色川では、住民活動が活発です（移住当時、「こんな事まで『わがら』で真剣に話し合っただ！」と、驚いてばかりでした）。3年間、それらの活動の見学や、少々のお手伝いをしてきました。

その中でも重要な活動の一つ、色川のこれまでの聞き書きであり、ふるさとを離れた方々と今の色川の橋渡しをする冊子『色川だより』を前回ご紹介させて頂きました。今年8月に発行される38号で30周年を迎えます。編集や発送を通じて、一人一人の購読者様との繋がりの大切さを知りました。この繋がりが解けないよう、今後は一住民として、活動に参加できればと思っております。

そして、地元の方々を中心に活動している「色川を語り継ぐ会」のサポートも大切な活動です。同会では昨年からは、史跡などを後世に伝えるための記録活動が始まりました。



色川発祥の地の石碑 除幕式の準備

田んぼが山林化し、車社会となった今では、私のような移住者には、教えて頂かなければ分からない里道や形も残っていない史跡も多々あります。けれど、この土地ならではの歴史や暮らしと通じるそれらは、この土地で生まれ育った方々にとって愛着があって大切なだけでなく、今後、ここで生きていきたいと思う私にとっては、大きなヒントであり、財産です。そのような視座を得ることが出来たのは、目の前の物や人だけではなく、積み重なった歴史や人々の結びつきを、協力隊活動を通じて見せて頂いたから。卒業後は、この学びの上に自身の暮らしを築いていきたいと思えます。

うちのごはん No.5

夏野菜たっぷりの そうめんチャンプルー

暑い夏場によく活躍するそうめん。手軽で利用しやすい食材です。また、食欲が落ちたときにも食べやすいです。シンプルな味であるため、様々な料理にアレンジできます。

今回は、夏野菜をたっぷり使ったそうめんのレシピを紹介します！



余分な味付けを抑えた野菜たっぷりの減塩メニューです！

作り方

- ① なすは縦半分に切って斜め薄切り、ゴーヤは縦半分に切って薄切り、パプリカは千切り、しめじは石づきをカットしてほぐしておく。豚ばら肉は3cm幅に切り、塩・こしょうする。しょうがはみじん切りする。
- ② 鍋にたっぷりの湯を沸かし、そうめんを茹でる（表記時間より30秒短め）。茹でたらざるにあげて流水でもみ洗いし、水気をしっかり切る。
- ③ フライパンにごま油（大さじ2）をひいて中火にし、溶き卵を流し入れる。大きく混ぜながら火をとおして炒り卵にし、一度取り出す。
- ④ フライパンをきれいにして、しょうが、桜えびをごま油（大さじ2）で炒め、香りがたってきたら①を入れて炒める。
- ⑤ 具材を炒め終わったら、②を加えて混ぜ合わせ、麺つゆをかけて全体にからめる。
- ⑥ ③も入れて更に混ぜ合わせ、器に盛り、かつお節を振りかけたら出来上がり。

材料（2人分）

- | | |
|---------------|--------------|
| そうめん……………2束 | 溶き卵……………2個分 |
| 豚ばら肉……………100g | 塩・こしょう……少々 |
| なす……………1/2本 | ごま油……………大さじ4 |
| ゴーヤ……………1/2本 | 麺つゆ……………小さじ2 |
| パプリカ……………1/2個 | かつお節……………5g |
| しめじ……………1/2袋 | |
| しょうが……………1片 | |
| 桜えび……………10g | |



手話で話そう！

手のつぶやき その5

「ありがとう」

- ① 左手の甲を上に向けて、右手を左手の上に垂直に乗せます
- ② 左手はそのまま、右手を垂直に上げながら、会釈します



→
ありがとう



お相撲さんが、懸賞金を受け取る時の動作を表しています

R educe
R euse
R ecycle

なちかつ ごみ百科

No.5

今回は、「炭の捨て方」についてお話します。夏本番を迎え、バーベキューやキャンプを楽しむ方も多いと思いますが、使った炭はきちんと持ち帰って処分をお願いします。

★捨て方のポイント★

完全に消火したことを確認してから可燃ごみとして出してください。

Q: 炭は元が木だから、土に埋めたら自然に還るのでは？



A: 炭は土に埋めてもほとんど分解されず、自然に還りません。また、自然に良い悪いにかかわらず、使った炭は「ごみ」として必ず持ち帰って処分してください。



水道水はどうやってできているんだろう？

太田川浄水場を見学しました

6月23日、勝浦小学校の4年生の皆さんが太田川浄水場を見学しました。

見学では、職員から水道水ができるまでの流れについて説明を受けた後、説明の順番に沿って施設内を歩きました。生徒の皆さんは、普段見ることのない浄水場の施設に次々と驚きや疑問の声を上げました。また、今年は太田小学校、市野々小学校の生徒の皆さんも太田川浄水場を見学しました。

町では、浄水場見学を通して水道に関する知識や水道の大切さを教えています。

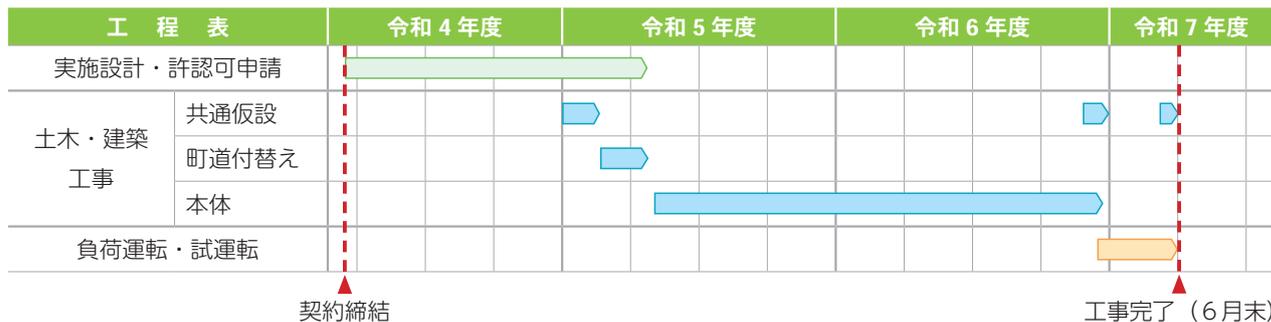


Information 令和7年度内の稼働開始を目指しています

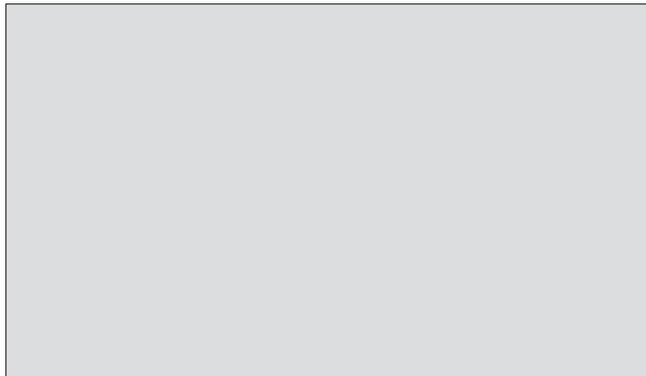
新クリーンセンターの設計・建設工事が始まります

令和4年度に実施設計を行い、令和5年4月から敷地内の工事に着手する予定です。皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

▶お問い合わせは、役場住民課環境係内、新クリーンセンター建設推進室（☎52-0559）まで。



広告



広報誌に広告を載せてみませんか？

那智勝浦町では、「広報なちかつうら」に掲載する有料広告の募集を行っています。「広報なちかつうら」は毎月約7,300部を発行し、町内会を通して各家庭に配布しています。企業や団体のイメージアップなどに広告掲載を活用してみませんか？

▶有料広告の詳細は、町ホームページをご確認いただくか、役場観光企画課企画係（☎29-2007）までお問い合わせください。

