

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

2023

2

— No.386 —



表紙：令和5年二十歳のつどい（関連記事18ページ）



### はじめに

昨年、4月に那智勝浦町長選挙、7月に参議院議員通常選挙、11月に和歌山県知事選挙がありました。そして、今後も色々な選挙が予定されています。ところで、これからの季節、新しい生活を始める方も多いのではないのでしょうか。そうした方はタイミングによっては、選挙の投票日に指定された投票所に行くことができない場合があります。今回はそうした方が投票できるように、公職選挙法で定められた様々な制度をご紹介します。

### 選挙権 と 選挙人名簿

“選挙に投票できる人”がどうやって管理されているかご存じですか？  
選挙に投票する権利を「選挙権」と言います。選挙権がある人（=選挙に投票できる人）を「有権者」と言います。

そして、有権者があらかじめ登録された名簿が「選挙人名簿」です。各市町村がそれぞれ選挙人名簿を作成・管理しています。投票するときに、この名簿と照合することで、1人が1票しか投票できないように管理し、選挙の公正を保っています。



3つの投票用紙を使う選挙では町内に全部で81個の投票箱が設置されます（たいへん！）

### Point 那智勝浦町の選挙人名簿に登録される条件

- ① 満18歳以上の日本国民であること
- ② 3カ月以上那智勝浦町の住民として登録されていること
- ・住所が変わる方は、住民基本台帳法に基づく「転出・転居・転入」手続きを行う必要があります。
- ・手続きにより住民票が新しい住所に移ってから3カ月経過すると、新しい住所の選挙人名簿に登録され、新しい住所地で投票できるようになります。
- もし、3カ月経過する前に選挙があった場合は、引っ越し前の住所地で投票することになります。

### 選挙の期間 について

選挙は、その選挙の投票日（選挙期日）を広く知らせるための告示（公示）を行った日から始まります。つまり、選挙の期間は、告示（公示）日から投票日までとなります。

**那智勝浦町の選挙人名簿に登録されている方が  
選挙期間中、町内にいなくても投票できる制度！**

### 期日前 投票制度

期日前投票制度は、投票日当日に理由があって投票に行けない（仕事や旅行、レジャー、冠婚葬祭など）と見込まれる方が対象です。那智勝浦町では、期日前投票所を那智勝浦町役場に開設しています。

投票日当日に町内にいなくても、期日前投票の期間中に町内にいる場合は、期日前投票制度を使って投票することができます。

期日前投票ができる期間は、告示（公示）日の翌日から投票日の前日までです。

### Point 投票日当日だけ町内に いない人向け

期日前投票制度は、2003年12月に始まりました。年々利用者数が増えていて、今では多くの方々にご利用いただいています。

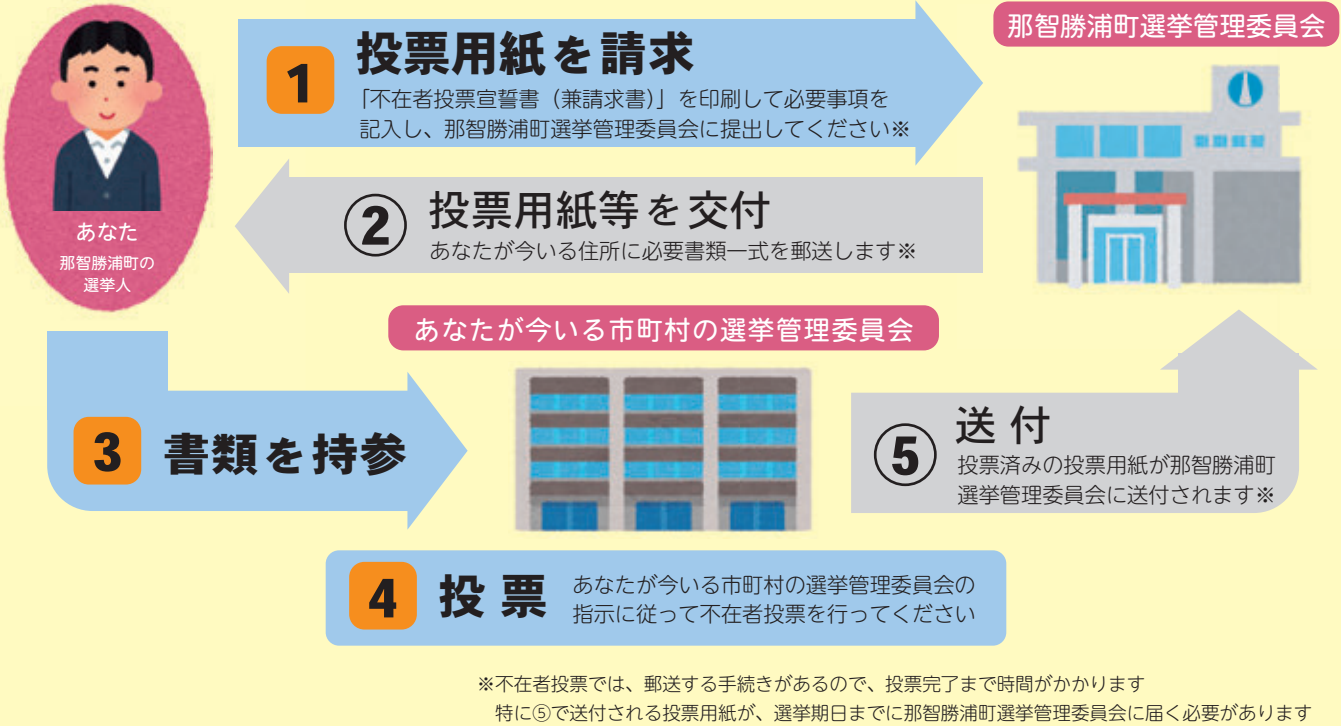


不在者  
投票制度

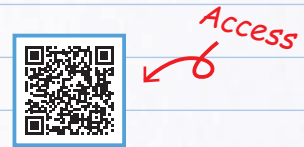
理由があって那智勝浦町以外の市町村に滞在している方で、選挙期間中に那智勝浦町の投票所（期日前投票所を含む）に来ることができない方が対象です。  
所定の手続きを行うと、**あなたが今いる市町村から那智勝浦町の選挙に投票することができます。**

**Point** 選挙期間中にまったく投票所に行くことができない人向け

— 不在者投票の手続きの流れ —



**1** で使用する「不在者投票宣誓書（兼請求書）」は那智勝浦町のホームページからダウンロードすることもできます。また、マイナンバーカードをお持ちの方は、**電子申請で投票用紙を請求することもできます。**

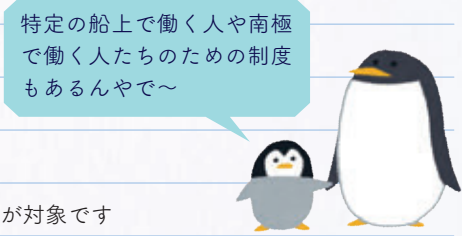


不在者  
投票制度の  
種類

不在者投票制度には、他にも種類があります。

- ・指定病院等における不在者投票
- ・郵送等による不在者投票
- ・国外における不在者投票※
- ・洋上投票※
- ・南極投票※

※ 国が行う一部の選挙が対象です



もっと選挙を  
知りたい方へ

国や町のホームページで、選挙について詳しく紹介しています。

総務省ホームページ  
「なるほど！選挙」

那智勝浦町ホームページ  
「選挙関連情報」

まとめ

今回は、町内にいなくても投票することができる制度をご紹介しました。選挙期間中に町内にいない可能性がある方は、これらの制度を使って、あなたの大切な1票を投票してみませんか。

※ 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  
直通電話をご利用ください。

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。

#### 【開庁日時等】

2月12日(日) 9時～12時

2月26日(日) 9時～12時

※カードの受取りには、ご本人の来庁が必要です。

※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。

※申請書や通知カードをお持ちの方はご持参ください。

※申請用の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



## 「熊野地方就職フェア

### 2023」開催!!

大学や専門学校の令和6年3月卒業予定者や一般求職者を対象に、合同企業説明会を開催します。本合同企業説明会では、普段のインターネット検索では見つからない、熊野地域の魅力あふれる地元企業が一堂に会します。地元で働きたいとお考えの方は、この機会にぜひご参加ください!

#### 【開催日時】

3月19日(日) 13時～16時 予定

#### 【場所】

那智勝浦町体育文化会館

※オンライン配信と同時開催です。

※参加予定企業は、新宮市ホームページ「就職フェア」をご覧ください。

#### 【お問い合わせ先】

熊野地方就職フェア実行委員会

(新宮市役所商工観光課内)

☎ 23-3333 内線 3001

## 小規模企業共済制度のご案内

本制度は、廃業や退職時に備えて、小規模企業の経営者や役員の方のために、国がつくった安心でお得な退職金の積立制度です。

掛金は全額所得控除の対象で、1千円から7万円(500円刻み)の範囲で自由に選べ、経営者の退職金として受け取れるので、税制メリットがあります。ご加入は商工会、金融機関などで。詳しくは「小規模共済」で検索してください。

#### 【お問い合わせ先】

独立行政法人

中小企業基盤整備機構(共済相談室)

☎ 050-55541171



## 法務局からのお知らせ

令和6年4月1日から相続登記申請が義務化されます。令和6年4月1日より前に発生した相続も義務化の対象となりますので、ご注意ください。

#### 【お問い合わせ先】

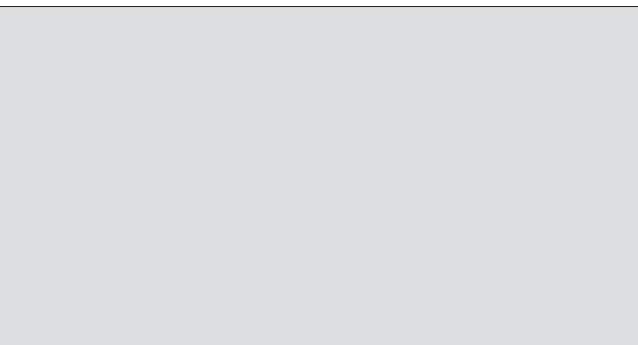
和歌山地方法務局新宮支局

☎ 22-2757

詳しくは法務省ホームページをご覧ください。和歌山地方法務局新宮支局にお問い合わせください。



広告





# 3月行政相談

日時：3月1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】  
役場総務課総務係  
(☎52-4811)

## 今後新型コロナウイルスワクチン接種を希望される方へ

集団接種は1月21日で終了しました。今後接種を希望される方は、接種券に同封されている「集団接種希望票」をお送りください(都合の悪い曜日などがあれば備考欄にお書きください)。※紙の名称は「集団接種希望票」となっていますが、医療機関で接種できるように手配します。

※医療機関の指定や直接予約はできません。また、人数が集まり次第手配しますので、ご案内が遅くなる場合があります。

※ウェブ申込はご利用いただけません。

※1月12日現在、接種の終了時期は3月31日となっています。

### 【お問い合わせ先】

コロナワクチン相談窓口  
(☎29-6137)

## 令和4年度通学費補助制度の申請はお済ですか？

那智勝浦町では、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通学費補助を行っています。令和4年度分の申請は3月31日まで受け付けています。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

の詳しい内容は、町ホームページでご確認ください。

### 【お問い合わせ先】

那智勝浦町教育委員会学校教育課  
(☎52-4686)

## 衆議院小選挙区の区割りの改訂について

令和4年12月28日に施行された公職選挙法の改正により、衆議院小選挙区の区割り改訂が行われました。

これにより、和歌山県の区割りにしても3区から2区に改定されました。詳しくは、総務省ホームページをご確認ください。



# 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開催しています(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歳未満の者 (32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳未満の者)	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歳未満の者 (32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳未満の者)	3月1日 ～5月9日	1次：5月19日～28日 2次：6月17日～7月2日 ※いずれか1日を指定されます	受付時にお知らせいたします
幹部候補生	一般 22歳以上26歳未満の者 (20歳以上22歳未満の者は大卒(見込含)、博士課程修了者等(見込含)は28歳未満の者)	3月1日 ～4月14日	1次：4月22日 2次：5月26日～6月1日 ※いずれか1日を指定されます	1次：自衛隊和歌山地方協力本部(和歌山市) 2次：別途お知らせします
	歯科・薬剤科 専門の大卒(見込含) 20歳以上30歳未満の者(薬剤科は20歳以上28歳未満)			1次：別途お知らせします 2次：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	1月10日 ～4月6日	4月8日～23日 ※いずれか1日を指定されます	WEB試験：各人自宅等 面接試験：自衛隊和歌山地方協力本部(和歌山市)
	技能 18歳以上で国家資格等を有する者(資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満)			伊丹駐屯地

▶お申込み・お問い合わせは、自衛隊新宮地域事務所(☎21-3449)まで。

## 税務課から納期限のお知らせ

今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(火)
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）。

▶お問い合わせは、役場税務課収納係（☎52-1095）まで。

## 申告相談会場のご案内

令和4年の所得の申告について、次のとおり申告相談会場を開設します。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、郵送やパソコン等を使ったe-TAXによる申告についても、ご検討ください。

※会場で申告予定の方は、必ず次のページの「申告相談に来られる方へお願い」もご覧ください。

申告相談会場	受付日	時間
役場本庁2階 大会議室	2月16日(木)から 3月15日(水)まで (土日・祝日を除く)	(午前) 8:30～12:00 (午後) 13:00～16:30
漁協浦神支所	2月21日(火)	9:00～15:00
宇久井区民会館	2月22日(水)	
役場色川出張所	2月24日(金)	
下里青年研修所	2月27日(月)	
役場太田出張所	2月28日(火)	

※今回から受付時間を変更いたします。必ず時間内に「受付」をお願いします。

※混雑状況により入場制限や早めに受付終了する場合があります。

※事前予約は行っていません。

### 【新宮税務署で申告書等の作成・相談を希望される方へ】

【開場期間】2月16日(木)～3月15日(水) ※土・日・祝日を除く 【相談時間】9時～16時まで

- ・確定申告会場への入場には「入場整理券」が必要です。「入場整理券」は、会場で当日発行またはLINEを使ったオンライン事前発行を行います。詳細は国税庁ホームページをご覧ください。
- ・来場者数によっては、早めに相談受付を終了する場合があります。
- ・筆記用具、計算器具等をご持参ください。
- ・マスク着用等感染症対策にご協力ください。発熱等で体調の優れない方は入場をお断りします。

## 国民年金保険料控除証明書 電子送付サービスのご案内

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の電子データを、マイナポータルの「お知らせ」で受け取ることができる電子送付サービスが開始されました。受け取った電子データは、国税庁の提供するe-Tax等に取り込むことができ、簡単に確定申告等を行うことができます。

詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。



## 申告相談に来られる方へお願い

相談会場は、毎年大変混雑します。ご来場される皆さまの待ち時間をなるべく減らすため、事前に次の点をご確認いただき、お越しくださいますようお願いいたします。



### ◆ 医療費控除・・・対象者ごと・医療機関ごとに、金額を整理したうえご来場ください

制度：自己または生計を一にする配偶者やその他の親族のために令和4年中に支払った医療費が一定額を超える場合、控除を受けることができます。

注意：医療費控除を受けるには、「医療費控除の明細書」が必要です。この明細書は、領収書を元に、対象者ごと・医療機関ごとに金額を集計する必要があるため、作成に時間がかかります。必ず事前に整理して、集計した金額を書いたメモ等を持ってご来場ください。また、保険金等で補填される金額がある場合も書いてください。

※明細書の作成など医療費控除について、ご不明な点は事前にお問い合わせください。

### ◆ 事業所得・・・事前に整理されていない場合は、申告をお受けできません

注意：事業所得（営業・農業・不動産等）を申告される方は、事前に収入金額や必要経費などを整理したもの（収支内訳書など）を持ってご来場ください。整理されずに来場されると混雑の原因となるため、事前に整理されていない場合は申告をお受けできません。

### ◆ 青色申告・・・「青色申告決算書」を完成させたいうえご来場ください

注意：決算書作成には時間がかかります。会場で申告予定の方は必ず事前にご自身で作成し、完成させたいうえご来場ください。また、「純損失の繰越」等の適用を行う場合は、それぞれ必要な申告書（第四表等）も完成させたいうえご来場ください。

※制度の仕組み上、決算書の作成についての相談は承っていません。

### ◆ 受付できない申告・・・次の申告をされる方は、直接新宮税務署（☎22-5304）にお問い合わせください

×土地・建物・株式等を売却して得た所得（分離課税・総合譲渡所得）の申告

※高速道路等の収用関係の売却も含まれます。事前に税務署にご相談ください。

×亡くなられた方の確定申告（準確定申告）

×令和3年以前の確定申告（過去分の期限後申告等）

※ただし、町県民税の過去分については事前に役場税務課にご相談ください。

×その他、複雑な申告や時間がかかる申告

※完成させた申告書の提出は可能です（申告書の受取りのみ行います）。

※内容や状況等により、会場での相談が困難と判断される場合は、税務署で相談を行うよう案内する場合がありますので、予めご了承ください。



### ◆ 共通のお願い

- ・申告では本人確認と個人番号の記載が必要です。「マイナンバーカード」があれば、1枚で済みます。「通知カード」の場合は、運転免許証等の「身分証明書」を一緒に持ってきてください。また、世帯外の方が代理申告される場合は、「委任状」をご用意ください。
- ・会場は混雑しますので、上でお願ひしたものの以外の証明書等についても事前準備をお願いします。
- ・本お願ひやその他のお願ひについて、ご協力いただけない場合は申告相談・受取りをお断りすることがあります。
- ・マスク着用、消毒等感染症予防対策にご協力をお願いします。

▶お問い合わせは、役場税務課課税係（☎52-1094）まで。

Information 3月1日から7日は特に注意を呼びかけます！

## 春の全国火災予防運動週間



この運動は、毎年、空気が乾燥し火災が発生しやすいこの時期に実施しています。火災予防の一層の普及を図り、火災の発生を予防し、火災による死傷や財産の損失を防ぐことを目的としています。本町の令和2年から令和4年までの3年間の火災件数はそれぞれ、6件・5件・5件でした。この16件の火災のうち、半数の8件が「焼却行為」が原因の火災でした。焼却行為を行うときは、「消火の準備」・「その場を離れない」・「完全に消火する」といった安全対策を徹底してください。また、風の強い日は焼却行為を行わないでください。

野外での焼却行為（いわゆる野焼き）は、一部例外事項を除き、法律で禁止されています（廃棄物の処理及び清掃に関する法律）。

### 【例外事項】

- ・災害等の予防、復旧のために必要な廃棄物の焼却
- ・農林業を営むためにやむを得ない焼却
- ・たき火その他日常生活を営む上で通常行われる軽微なもの（煙の量や臭い等が近所の迷惑にならない程度の少量の焼却）
- ・宗教上の業務を行うために必要なもの等

！例外事項にあたる焼却を実施する場合でも、消防署への届出が必要です。また、消防署へ届出しているも、苦情があれば、消火をお願いします。

### 【届出書類】

火災とまぎらわしい煙又は火災等を発するおそれのある行為の届出書（2部提出）

町ホームページ「消防本部各種申請書・届出書等様式」（トップページ＞防災情報＞消防本部 内）



令和4年度全国統一防火標語「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

▶お問い合わせは、役場住民課環境係（☎52-0559）、消防本部（署）警備係（☎52-0119）まで。

Information 国民健康保険に加入されている皆さまへ

## 国民健康保険からのお知らせ

### 【こんなときには手続きが必要です！】

- ・就職や扶養認定で社会保険に入ったとき  
国民健康保険を脱退する手続きが必要です。新しい保険証と国民健康保険の保険証をお持ちのうえ、役場でお手続きください。
- ・退職して社会保険がきれたとき  
退職日の翌日から別の健康保険に加入する方を除き、国民健康保険への加入手続きが必要です。社会保険資格喪失証明書（お勤めされていた事業所で発行されます）と本人確認書類をお持ちのうえ、役場でお手続きください。
- ・交通事故によるケガの治療に健康保険を使うとき  
交通事故によるケガの治療費は、原則加害者が負担することになりますが、役場に届出をすることで、いったん保険証を使って治療を受けることができます。保険証を使う場合は、必ず役場に届出をしてください。

### 【3月は「保険証」の更新時期です】

国民健康保険「保険証」の有効期限は、3月31日となっています。新しい「保険証」は3月初旬に簡易書留郵便で発送する予定です。

### 【ご注意ください】

- ・3月中、長期間不在になる方で、役場窓口での受け取りを希望される方は、2月末までに役場住民課へご連絡ください。  
※発送後の個別対応は一切できませんのでご了承ください。
- ・新しい「保険証」は4月1日から有効です。それまでは現在お持ちの「保険証」をお使いください。

▶お問い合わせは、役場住民課保険年金係（☎52-0558）まで。



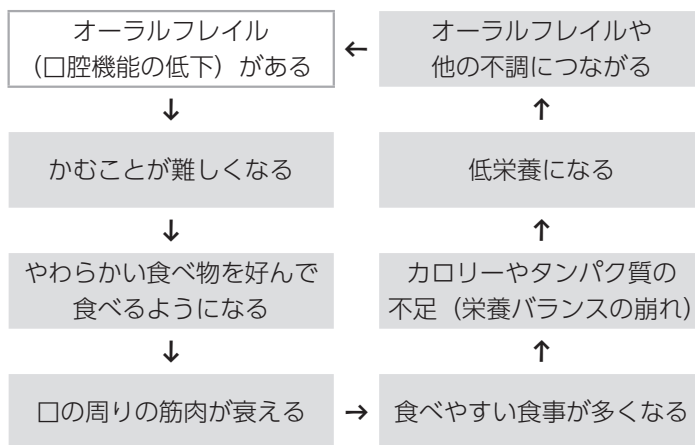




# オーラルフレイルと低栄養の“密接”な関係

低栄養の予防には、食べ物をしっかりかんで飲み込み、体に必要な栄養素を取り入れることが大切です。オーラルフレイル(かむ・のみこむ・はなすなどの口腔機能の低下)は、低栄養につながります。

## 【低栄養につながるオーラルフレイル】



### ◆教えて管理栄養士さん!

オーラルフレイルが招く低栄養の予防には

#### 【口腔機能を維持する】

- ・定期的に歯科を受診し、日頃から歯や入れ歯を整えておくことが大事です!
- ・歯が悪くなくても、お口の健康を定期的に確認するために、定期受診をおすすめします。

#### 【かみ応えのある食材を多く取り入れる】

- ・根菜類などを多く取り入れます(例えば、焼きそばにささがきごぼうを加える、白米に雑穀米やもち麦を加えるなど)。
- ・食材は大き目に切り、やや固めに茹でるのがコツ!

#### 【よくかむことを意識する】

- ・食べ物を口いっぱい詰め込まない。
- ・両方の奥歯を使うことが大事!
- ※かむことでお口の周りの筋肉が鍛えられ、かむ力が増します。



口の問題を解決し、両方の奥歯を使ってかめることは、栄養バランスのよい食事をとるための基本となります。

ここで一首「ゆっくりと モグモグかむこと 意識して それで予防だ 低栄養!」

▶お問い合わせは、役場福祉課健康推進係(☎52-2934)まで。

## Information 妊婦さんや低年齢期の子育て家庭を支援します

# 出産・子育て応援事業のご案内

那智勝浦町では、妊娠届出された妊婦さんや、特に0歳~2歳までの低年齢期の子育て家庭に寄り添う事業を開始しました。出産・育児等の見通しを立てるための面談や情報発信を通じて、必要な支援につながります。また、対象の方には給付金を支給します。



#### 【給付金支給対象者】

- 令和4年4月1日以降に妊娠届出された妊婦
- 令和4年4月1日以降に出生した子どもの養育者

#### 【支給内容】

##### ◆令和4年中に妊娠届出・出産された方

対象の方には、令和5年1月下旬に申請書などの書類一式を郵送しました。申請書をご提出いただくと、妊娠届出をされた方に出産応援給付金5万円を支給します。出産された方にはさらに、子育て応援給付金5万円(出産応援給付金と合わせて10万円)を支給します。

##### ◆令和5年1月1日以降に妊娠届出される(された)方

妊娠届出時に保健師が面談し、申請書をお渡しします。申請書をご提出いただくと、出産応援給付金5万円を支給します。

##### ◆令和5年1月1日以降に出産される(された)方

生後2カ月頃に行う赤ちゃん訪問時に保健師が面談し、申請書をお渡しします。申請書をご提出いただくと、子育て応援給付金5万円を支給します。

▶お問い合わせは、子育て世代包括支援センター(役場福祉課内☎29-7215)まで。

## 令和4年度

## 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文・詩・標語の入選作品をご紹介します。

## ◆人権作文 入選作品

## 意思疎通

宇久井中学校 三年 山下 めい

皆さんには、普段の生活で気をつけていることがありますか。私が毎日気をつけていることは、「相手の意見を最初から否定しないこと」です。とある出来事をきっかけに、これをずっと大切にしてきました。

小学生の頃、母が私に「相手の意見を最初から否定しない」ということを話してくれました。しかし、当時まだ四年生くらいだった私は中学生の私と違い、ちょっとやそつとで傷つくこともなければ、この一言で相手がどれだけ傷つくかなんてあまり気にしていませんでした。母の一言は、記憶の片隅にしまっていました。

その記憶が再び蘇ったのは、中学校へ上がってからでした。入学したての頃は今までと変わりない私でしたが、日が経てば経つほど周りの友達も自分も小学生の頃と比べて雰囲気が変わっていききました。そうすると、言い表し

にくいのですが、感情や気持ちの種類も増えていくように感じました。よく、中学生は難しい時期だと聞きます。それはやはり、感情や気持ちが大きく関わってくるからだと感じたのは、友達とのいたって普通の会話の時でした。何気なく自分の意見を言った後、すぐに「でも」という言葉を言われると、

なんだか否定された気がして少し辛く感じたのです。せつかく意見を言ったのに「でも」とすぐに否定されると、相手は本当に自分の言ったことを聞いてくれていたのだろうか？と不安になりました。これでは、自分は相手に流されるのみです。「でも」と意見され、何も言えずに人に流されることが私の弱みでした。こうしてだんだん、意見を伝えることが苦手になっていきました。

そんな中、私は、バレー部でキャプテンを務めることになりました。しかし、ここでもまた意見を伝えることが苦手という癖が出てしまい、「でも」と否定されるのではないかと不安で、よく他の人の意見に流されました。キャプテンとしてのプライドもあってずっと悩みました。そこで私は、意見を

伝えるのが苦手なら、まずは自分が「他の人の意見を最初から否定しない」ということを改めて大切にしようと思えました。そうすることで相手も意見を伝えやすくなるのではないかと思ったのです。まずは相手の意見を聞く、その上で自分の意見を伝える、これが大切だと思ったのです。

自分の意見を伝えるのは、誰だって怖いと思います。私はいまだに、言っても否定されるかもしれないいつも弱気なので後で後悔することが多いです。でも、この弱い自分にかつために、最近は、意見を少しずつ口に出すようにしています。するとたまに共感してくれる人がいます。共感してもらえると自信がつくし心が強くなってメリツトも多いことを知りました。意見が難しければ、まずは、ありがとうやごめんなどなどそんな些細な一言でもいいと思います。そんなの当たり前に見えると思うかもしれませんが、大きくなるとなぜかだんだん照れくさくなつて、なかなか口に出せなくなるのです。せっかく、唯一、言葉を使って意思疎通のできる生き物なのに、伝えないのはもったいないと思います。

また、新しい発見もありました。ある日、友達から、めいちゃんはなぜ人の意見を否定しないのかと聞かれたのです。私はもちろん相手の意見を最初から否定するのは良くないと思っっているからだと言いました。すると友達は納得した上で、次の一言を話してくれました。それは「ちゃんと否定してあげないといけない時もある」ということでした。良くないことや悪い事はきちんと否定して相手に気づかせることも時には大切だということです。こうやって意思疎通をすることで、考え方も広がるのが分かりました。

これまでのたくさんの経験から、私は「聞くこと」「伝えること」どちらも大切なのだと思いました。そして、この二つの立場「聞く側」「伝える側」の両者が相手を思いやるのが「本当の意思疎通」なのではないかと今では感じています。



## ◆ 人権作文 入選作品

### 平和な明日を

色川中学校 三年 長澤 美和

一体、どうやって言葉に表せばよいのだろう。喜び、悲しみ、やるせなさ、そして怒り。たくさん感情が複雑に絡み合い、言葉で伝えるには難しい、戦争が終わったときの思い。「戦争は二度と起こしてほしくない。」私達が授業の一環としてお話を聞いたお年寄りの方々は皆、口をそろえてそう語ってくださった。今回は特に、太平洋戦争について詳しく学ぶ平和学習を行った。と言うのも、私の通う学校では毎年秋に敬老の日の活動という、お年寄りの方にお話を聞きに行く機会があり、その時にも戦争については学んでいるのだ。しかし、今回の平和学習では、私の戦争に対する思いが大きく変わった。いままで私は、戦争について進んで学ぼうとしたことがなかった。その悲惨さを受け入れることが難しかった。見たくないものに蓋をするかのように、戦争がまるでなかったことのように、それが当たり前だと思っていた。

戦時中で一番辛かったことはなにかという質問には、お年寄りの方々が全

員、食糧難だと返した。さつまいもなどで嵩増しされたおかゆや、桑の実、麦などを食べていたそう。また、食料を作ってもほとんど供出させられたという。白いごはんをいっぱい食べるのが夢だったと聞いていた。今この世界には、数えきれないほどの食べ物がある。私達はそれを毎日お腹いっぱい食べるができる。そんな日常さえも、戦時中では有り得ないことだったのだ。

また、人間魚雷の発射場をつくることに関わったという方もいた。その方は、十六歳の頃、ふるさとを離れ由良で働いていたそう。そこで機銃掃射に遭い、目の前で船が一隻沈んでしまったという。海にはバラバラになった死体と船の重油が浮き、すごい臭いがしたそう。私は思わずその場面を想像してしまった。暑い夏の日、海に目を向けると、つい先程まで生きていた人達が一瞬にして命を失い重油とともに浮かんでいる。たくさん人の明日が理不尽に奪われたその瞬間。どうして戦争が起きたのだろう。どうして人を殺してまで勝ちたいと思ったのだろう。疑問がたくさん浮かんだ。民族の争いや宗教の争い、領土の争いなどが原因なのか。理由が何であれそのために武力を使わずにいられたことは事実だ。では話し合いで決めればよ

いのではないか。そうも考えた。だが、話し合いで物事の争いを解決することはなかなか難しい。どうすればよいのだろう。それをこれから考えて、行動に移せるようになりたい。

私が今回の平和学習で、最も印象的だったお話は、戦争が終わったときの思いについてだ。日本の終戦、敗戦を告げる玉音放送を、みんなで集まって聞いたという。お年寄りの方はみんな

子どもながらに複雑な気持ちを抱えていたそう。大変な労働や戦争による様々な束縛から解放された喜び。その一方で、両親や兄弟、親戚を亡くした悲しみ、更に、なにかとても大きなものを失ったかのようなやるせなさ。少し下を向きながら、その時のことを思いだすかのように語ってくださったお年寄りの方は、とても遠いところをみているような気がした。また『この世界の片隅に』という映画では、同じく玉音放送を聞いたときの主人公、ずずさんが怒りをあらわにする。友人や姪を亡くし、自身の右手も戦争によって失われたずずさんが、物語の中で最も強く怒っているシーンがこた。『暴力で従えとったという事か。……ああ、じゃけえ暴力に屈するという事かね。それがこの国の正体かね。うちも知らんまま死にたかったなあ……』この言葉を受けて私は、暴力の力で成り立つ

ていた昔は、今の社会にも通ずるところがあるように思った。戦争は歴史の一つなのではなく、今もこの世界で起こっており、日本でも起こる可能性はあるのだ。私達の暮らす町が平和ならいい。日本が平和ならばそれでいい。本当にそうだろうか。目の前の平和、どこかで起こっている戦争。見ないフリをしてはいけない。

昔起きてしまった戦争や今も起こっている戦争をまずは知ることからはじめるのはどうだろう。その存在を認めて、それをどうやって止めることができるか、平和な世界をつくれるか、考えを深めていくのは私達の役割だ。誰もが強く願う、戦争のない世界。国民を暴力で従えることのない世界。これ以上大きな過ちをおかさないために。もう逃げない。今回学んだことをつないでいく。平和な明日を守るために、戦争の現実と向き合ってみせる。





◆人権標語 入選作品

もどせない

言った言葉と

書いた文字

那智中学校 一年 鎌田 陽向

あたたかな

言葉の花束

プレゼント

那智中学校 二年 濱口 真結

◆人権の詩 入選作品

成長が見られる一瞬一瞬

宇久井中学校 二年 後藤 えみり

寝返り、ハイハイ、つかまり立ち。

いつの間にか、中学生。

昔は言ってくれたよね。

「すごい」、「上手」、「よくできたね」。

今はもう、当たり前前の日常。

それでも毎日成長してるよ。

百点、一位、受賞、優勝。

もっともっとほめてよ。

もっともっと僕を見てよ。

子どもが成長する瞬間は

一生に一度しか来ないので。

それが。

宇久井中学校 三年 鳴子 帆乃風

好きとか 嫌いとか

みんなちがう それぞれちがう

それが個性

たまにぶつかり合うけど

いっしょにいると 楽しくなってくる

それが友達

反抗しても

やっぱり近くにいと安心する

それが家族

たくさん個性を 友達を 家族を

見て 聞いて 知って

共存していく

それが人生

そんな人生をたくさん紡いで

まわっている ちっぴけな星

それが地球

## ジュニア駅伝大会へ那智勝浦町選手団が出場します

2月12日(日)に、和歌山市で「第22回和歌山県市町村対抗ジュニア駅伝競走大会」が開催されます。大会の出場に向けて、「那智勝浦町ジュニア駅伝選手団」が町内の小学5年生～中学3年生の28名で結成されています。

選手団は、毎週火曜・木曜日の夕方に勝浦小学校で、土曜日の午前中にブルービーチなち等で練習を行っています。一昨年の成績より上回るため、さらには、昨年の21回大会が中止となり残念ながら参加できなかった選手の分まで選手一丸となり、一生懸命練習に励んでいます。

2月10日(金)16時30分から、役場玄関前で選手団の壮行会を予定しています。皆さまの応援をぜひよろしくお祈いします。



▶お問い合わせは、那智勝浦町教育委員会生涯学習課(☎52-4686)まで。

### 募集中

来年度の受講生の募集を開始します

## 令和5年度 町民センター教室受講生

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5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、会費や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	費用	定員
絵手紙教室	阿部 由美子	毎月第1・3木曜日	13:30～15:30	年会費300円	各教室 20名
健康体操教室	赤木 ちほ子	A班(第1・3木曜日) B班(第2・4木曜日)	10:30～11:30	スポーツ保険料	
太極拳教室	大江 みさと	毎週金曜日(第5週は休み)	10:00～11:30	スポーツ保険料	
フォークダンス教室	田中 とよ子	毎月第1・3水曜日	13:30～15:00	毎月会費500円 スポーツ保険料	
民謡教室	中住 麻美 (藤紀 実美)	毎月第1・3火曜日 毎月第2・4木曜日	13:30～15:00		
ヨガ教室	長尾 美緒	毎週金曜日(第5週は休み)	14:00～15:00	スポーツ保険料	

#### 【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。抽選に漏れた方には改めてご連絡します。
- ・各教室の申込みが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、申込みされた方へ改めてご連絡します。

【申込期間】 2月13日(月)～3月3日(金)

#### 【申込方法】

那智勝浦町町民センター(天満1497番地3、国道42号線沿い、須崎バス停留所前)にお越しください。1階事務所にある申込用紙に必要事項を記入してお申込みいただきます。

▶お問い合わせは、那智勝浦町町民センター(☎52-1170)まで。



町立温泉病院だより

## 禁煙外来 診療受付終了のお知らせ

12月末をもって、内科でおこなっておりました禁煙外来の新規受付を終了しました。現在かかられている患者様は、引き続き受診できます。長らくのご愛顧ありがとうございます。

## 「ちょうりつ」をよろしく願います 訪問看護ステーション 開設のお知らせ

3月1日、院内に訪問看護ステーション「ちょうりつ」を開設します。  
住み慣れた地域・お住まいで、その人らしい療養生活を送るため、院内同様、最善の看護を提供してまいりますので、何卒よろしくお願い申し上げます。  
※連絡先等、「ちょうりつ」に関することは決まり次第、ホームページ等でお知らせします。

## 色川診療所の診療予定

色川診療所の3月の診療予定は次のとおりです。

【開設日】 3月1日（水）

【医師】 山本医師

※4月以降の予定は、決まり次第お知らせします。

## 町立で一緒に働きませんか？ 職員募集

町立温泉病院では、現在次の職種を募集しています。採用条件や、勤務内容・待遇など、詳しくは病院事務局へお問い合わせください。

・会計年度任用職員  
看護師、ナースエイド



## 町立温泉病院から診療時間のお知らせ（2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	切士	切士			前田
		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 木のみ~ 10:30	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)	(岩橋)	(田島)月1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)	

※ 1：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://onsensp.jp/>





- ▲ 2月休館日 毎週月曜日、2月11日（土・祝）、2月21日～28日（特別図書整理期間）
- ▲ 読み聞かせイベント
  - ◆ おはなし会 [第2、第4土曜日 10:00から] 休館日のためお休みです
  - ◆ よちよちぶっく [毎月第2火曜日 10:00から] 2月14日

▲ お知らせ「今月の展示のご案内」

【児童コーナー】冬のえほん、節分・鬼のえほん、古典絵本 【郷土資料室】熊野三山・那智山青岸渡寺 関連本  
【2～3階 踊り場】決定!! 冬のみんなの読書ワハハ vs スッキリ 【3階 出入口脇】2022年 本屋大賞

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）

ソウルおとなの社会見学

大瀬 留美子 著

タフラブ絆を手放す生き方

信田 さよ子 著

生き物たちよ、なんでそうなった!?

五十嵐 杏南 著

家族が「うつ」になって、不安なときに読む本

下園 壮太、前田 理香 著

言葉を植えた人

若松 英輔 著

新着図書（児童）

ドラえもん探究ワールド 本の歴史と未来

小学館 編

さんすうの本 ナンバーランドのふしぎな冒険

橋爪 大三郎 著

そのお店は、なぜここに? 考えると楽しい地図

今和泉 隆行 著

5文字で四字熟語

すとう けんたろう 著

おすしがふくをかいにきた

田中 達也 作

※ 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（～3月） 🐻

日程	事業名	場所	時間
2月6日（月）	ベビーマッサージ教室（要予約）	福祉健康センター 2階大会議室	13:30～開始
2月9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
2月14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
2月15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
2月20日（月）	育児相談（要予約）	福祉健康センター 1階	9:00～（受付）
2月27日（月）	★下里広場（要予約）	下里こども園 支援室	9:30～11:30
3月3日（金）	★ベビーママサロン（要予約）	体育文化会館 1階研修室	10:00～11:15
3月6日（月）	ベビーマッサージ教室（要予約）	福祉健康センター 2階大会議室	13:30～開始
3月9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
3月10日（金）	ママヨガ（要予約）対象者：産後4～9カ月	体育文化会館 1階研修室	10:00～11:15
3月14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15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20日（月）	育児相談（要予約）	福祉健康センター 1階	9:00～（受付）
3月27日（月）	★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）

## レスリングマットお披露目

昨年 12 月 10 日（土）、体育文化会館で「レスリング中学生選抜合同練習会」が開催されました。この練習会で、昨年 9 月に同館に配備したレスリングマットがお披露目されました。

このマットは、令和 3 年に開催された東京オリンピックで実際に使用されたものです。練習会には、アトランタオリンピック銅メダリストの太田拓弥さん（新宮市出身・現中央大学レスリング部ヘッドコーチ）を講師としてお招きしました。県内外から集まった約 300 人の小中高校生が太田さん指導の下、練習に汗を流しました。太田さんは学生に「オリンピックを身近に感じながら目標と夢を持ってほしい」と呼びかけました。



※このマットは、当町のレスリングの練習環境や競技環境の向上と更なる価値を生み出すことを目的に、スポーツ振興くじ助成（toto 助成）を受けて配備しました。この助成は、スポーツくじ（toto・BIG）の販売により得られる資金をもとに、地方公共団体及びスポーツ団体が行うスポーツの振興を目的とする事業に対して行われます。



## 地域活動応援日誌

### 住民主体の取り組みへの 地域おこし協力隊の関わり方

色川地区の地域おこし協力隊として活動を始めて、間もなく 1 年が経ちます。活動を通じて様々な住民の方と接する中で常を感じることは、「わがらのことはわがらで」という気概を持つ方がとても多いことです。

色川地区では、実に多種多様な取り組みが住民主体によって展開されています。地域新聞「ほつと色川」の作成や、ふるさとを離れた方と今の色川を橋渡しする冊子「色川だより」の制作など、住民自らが日々の生活の傍らで汗をかいて行っています。

それら住民主体による取り組みのサポートは、協力隊が担う重要な役割の一つです。ただし、各種取り組みに対してどのように関わりサポートを行っていくべきか、日々頭を悩ませながら活動をしているのが実情です。

例えば、「棚田を守るつ会」による棚田の保全活動では、活動の中心を担う住民の高齢化等に伴い、同会の中で「次世代への継承が課題」との声があがっています。しかしそこへ協力隊が単に「作業の人手」として入り、日常の維持・管理を請け負うことになると、協力隊が何人いても足りないという状況に陥ってしまいます。

Day. 14

Regional Activities  
Support Diary

地域おこし協力隊 家村 直宏

そういった住民主体の取り組みとの「距離感」を、今もまさに模索し続けている状況ですが、その中で心掛けているのは、都度作業のお手伝いもしながら、取り組みに参画しておられる住民の方の声に丁寧に耳を傾けることです。

単純なことかもしれませんが、それが住民の方の思いや地域の現状・課題を知ることにつながり、そこで初めて「地域のために自分ができることとは何か？」という思考の出発点に立つことができるものと考えています。

今後も住民の方の暮らしや活動に寄り添いながら、自身の活動の在り方を見出ししていくことができればと思います。



棚田の保全活動など様々な取り組みの現場は、地域を知るための学びの場

# うちのごはん No.11

## 和食の合言葉「まごわやさしい」で作る 炊き込みご飯

2月といえば節分。豆まきをして、悪いものを追い払い、歳の数だけ（または歳の数+1）の豆を食べる風習があります。今回はそんな季節にぴったり！大豆を使った栄養満点の炊き込みご飯を紹介します。

和食の基本の合言葉「まごわやさしい」に当てはまる食材を使っているので、これ1品で様々な栄養がとれます！



豆まきで余った節分豆（乾燥大豆）を使ってもOK！栄養満点です！

### 作り方

- ① 乾燥ひじきをたっぷりの水につけてもどし、水切りしておく。
- ② にんじんは千切りにし、まいたけは手でほぐしておく。さつまいもは1cm程度の角切りにして水にさらす。
- ③ 炊飯器にやや少なめの水で米を炊く用意をする。★の調味料を加え、「まごわやさしい」全ての具材を上に乗せて（混ぜない!）、炊飯スタート！
- ④ 炊きあがったらさっくり混ぜて、出来上がり。

### 材料（4人分）

- |           |        |                        |      |
|-----------|--------|------------------------|------|
| 米         | 2合     | ★塩                     | 少々   |
| (ま) 水煮大豆  | 100g   | ★しょうゆ                  | 大さじ2 |
| (乾燥大豆の場合) | 40g程度  | ★みりん                   | 大さじ2 |
| (ご) 黒ごま   | 大さじ2   |                        |      |
| (わ) 乾燥ひじき | 15g    | 「まごわやさしい」とは            |      |
| (や) にんじん  | 1/4本   | (ま) 豆 (ご) ごま (わ) わかめ・  |      |
| (さ) 桜えび   | 大さじ2   | 海藻 (や) 野菜 (さ) 魚・魚介 (し) |      |
| (し) まいたけ  | 1/2パック | しいたけ・きのこ (い) いも        |      |
| (い) さつまいも | 100g   |                        |      |



手話で話そう！

## 手のつぶやき その11

### 「頑張りましょう！」

両手のこぶしを握り、体の前で力強く2回下ろします



頑張りましょう！

この動作は、「元気」や「頑張る」を表します。やる気に満ちた表情や口の動きをあわせることで「頑張りましょう！」と表現できます。

R educe  
R euse  
R ecycle

## なちかつ ごみ百科

ダイエット  
Vol.1

突然ですが、ダイエットを始めます！……といっても、減量するのは体重ではなく「ごみの量」です。これから複数回にわたって、ごみの減量についてお伝えします。皆さんも一緒にごみのダイエット、始めてみませんか？

初回は「マイバッグ」についてです。お買い物の際は、マイバッグを使用することで、ごみになるレジ袋を削減することができます。

### ★減量のポイント★

マイバッグを毎日使うためには、お気に入りのものを見つけるのがコツです。市販品のほか、手作りもいいかもしれません。



### ダイエット効果

レジ袋（1枚約5g）を毎日1枚減らすと1年で、1.82kg減量できます！





受賞おめでとうございます

## 和歌山県農林水産業賞 受賞

昨年12月1日、県農林水産業賞の表彰式が県庁で執り行われました。この賞は、本県の農林水産業等の活性化に貢献し、その業績が特に優れ、他の模範となる個人や団体を顕彰するものです。今回、農業部門で本町の塩崎一男さんが受賞しました。

塩崎さんは、県の「匠の技 伝道師」に認定された技術の継承や、新規就農者への研修講師、町内小学生の収穫体験実施など、農業・地域の活性化に尽力され、その功績が認められました。

(写真：後列の向かって左から2人目が塩崎さん)

二十歳を迎えた皆さま、おめでとうございます！

## 令和5年二十歳のつどい 開催

1月3日(火)、那智勝浦町体育文化会館で「二十歳のつどい」を開催しました。成年年齢の引き下げを受け、従来の「成人式」から名称を変えた「二十歳のつどい」は、昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症対策を行いながら、無事開催することができました。

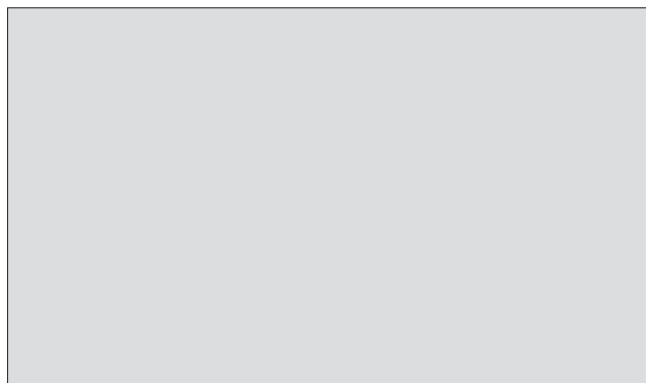
対象者は、平成14年4月2日～平成15年4月1日の間に生まれた125名が対象で、今回97名が出席されました。

式では、堀町長を始め来賓の方々から祝福を受けました。堀町長からは、先般、サッカー日本代表チームが世界で活躍したことから、「皆さまどうか視野を広げ、世界に目を向け、様々なことに挑戦していただきたいと思います」との激励がありました。

また、宇久井中学校出身の柴原 希(しばはらのぞみ)さんが、出席者を代表して「自然、歴史、文化豊かなここ那智勝浦町で学び育った私たちは、サッカー日本代表選手のように何事も粘り強く、仲間と助け合い、明るい未来に躍進してまいります」と決意を述べられました。



広告



## 暮らしの便利帳を配布します

この度「那智勝浦町暮らしの便利帳2023」を作成しました。2月中に町内全世帯への配布を予定しています。

冊子概要：A4判、全72ページ  
配布業務期間：～2月28日まで

- ・期間中、(株)サイネックス・ネットワークが冊子の配布を行います。
- ・本冊子の発行に必要な費用は全て事業者や団体の皆さまからの広告収入で賄われています。ご協力いただいた皆さまに、厚く御礼申し上げます。



住民登録人口と世帯数[1月1日現在] ( )は前月比

●男 6,571 (-19) ●女 7,465 (-19) ●計 14,036 (-38) ●世帯数 7,513 (-18) 広報なちかつら 2023-2 18