

町と地域と人を結ぶ広報誌

広報 広なちかつうら

Public Relations Magazine of Nachikatsuura Town

2023

7

— No.391 —



表紙：那智の滝



「ネットリテラシー」＝「インターネットを適切に使いこなす能力」

おうちで確認したいネットリテラシー ～夏休みを楽しく、安全に過ごすために～

特集

夏はネットを利用する機会が増える

- ・旅行のための情報収集や旅行商品・ホテルの予約
- ・キャンプなどのレジャーを楽しむための商品購入
- ・花火大会などのイベント情報の収集や予約
- ・長期休暇による時間的余裕の増加
- ・暑さを避けるため、おうち時間が増加
など



ス マートフォンの普及により一層私たちの身近なものになったインターネット（ネット）。大変便利で、今や私たちの生活に欠かせないものとも言えるようになりました。反面、ネットに関するトラブルも増加し、また、複雑になっています。世間が夏本番を迎え、「ネットを利用する機会が増える」これからの時期に、特に気を付けたいことを確認しておきませんか。

ネットは すごく危険なもの？

最近では、毎日のようにネットに関連した事件が報道されています。情報漏えい、詐欺、闇バイト、炎上……人の命にかかわる事件もあり、ネットはすごく危険なものと思う方もいらっしゃるかもしれません。

しかしながら、世の中にはネットに限らず、便利で危険なものがたくさんあります。例えば、一家に一本はある包丁も、使い方を誤ると、人の命にかかわります。大変便利な車は、人の命に関する影響力が大きいので、免許制になっています。

包丁も車もネットも、正しい知識と使い方が大切です。今、ネットで多くの問題起きているのは「急速に普及したこと」や「情報技術の更新速度が早い」ことなどが原因で、ネットを適切に使いこなすことができる人が少ないためと考えられます。

便利なネットを安全に使い続けるために、私たち一人ひとりの「ネットリテラシー」が大切です。



「偽サイト」について

90% OFF !



[B 社] ワンポールテント
令和最新版 大人数 丈夫

期間が限定 !

¥10,000 ~~¥100,000~~

今すぐ購入

決済方法はクレジットカードのみ可能

偽サイトの商品例（びっくりするほどの値引き）

特徴

- ・主に、ウェブ広告やメール、SNS から案内される
- ・サイトの URL の表記がおかしい（本物と少し違う）
- ・商品の価格が「大幅に値引き」されている
- ・日本語の表記、文章表現に不自然な部分がある
- ・販売業者の情報が適切に記載されていない
- ・支払い方法の種類が限定されている
- ・サイトの動作に不審な点がある など

被害

- ・代金を支払ったのに商品が届かない
- ・商品は届いたがニセモノだった
- ・支払いに使用したクレジットカードの不正利用
- ・注文に使用した個人情報の不正利用 など

対策

- ・お得すぎる情報にすぐ飛びつかない
- ・少しでも怪しいと感じたら取引しない
- ・ウェブ広告やメール、SNS から直接通販サイトに訪問しない（検索やお気に入りを使う）
- ・メーカーの公式サイトに偽サイトに関する注意喚起が出ていないか確認する など

◆チェック◆

「偽サイト」にご注意！

「偽サイト」とは、実在する企業のウェブサイトをつくりに作られたニセモノのウェブサイトのことです。近年、この偽サイトによる被害が急増しているため、注意が必要です。偽サイトは、主にお金や個人情報をお返し取ることを目的としています。

例えば、有名ブランドの商品を「大幅値引き」しているように見せかけ、購入手続きをさせます。そうして、商品のほか、住所や氏名、支払い情報などをだまし取ります。だまし取られた情報は、引き続き悪用される恐れがあります。

◆ポイント◆

「お得すぎる情報」は危険

お得すぎる情報は危険です（現実も同様です）。すぐに飛びつかないことが一番の対策です。また、偽サイトの特徴を知って、少しでも怪しいと感じたら取引しない、不安に思ったらすぐにしるべきところに相談することが大切です。

消費者ホットライン

「188」番（いやや！）

最寄りの市町村や都道府県の消費生活センター等をご案内する全国共通の3桁の電話番号です。

国民生活センターホームページ

「その通販サイト本物ですか!？」

偽サイトについて、より詳しく知りたい方はこちらをご覧ください。



総務省ホームページ

「上手にネットと付き合おう！」

年代別の「インターネットトラブル事例集」や分かりやすい動画などが掲載されています。



不安に思った場合や、トラブルが生じた場合はすぐに最寄りの消費生活センターなどへ相談を！

◆チェック◆ 個々の情報は問題なくても

皆さんはSNSを使ったことはありませんか。SNS（ソーシャル・ネットワークキング・システム）とは、人と人を結びつける機能を持ったネット上のサービスのことです。

SNSを使うと、趣味や意見の合う人や同じ目標を持った人、同じ境遇にある人などと、地域や世代を超えて簡単につながることができます。その反面、SNSに投稿した内容は、原則世界中の人が見ることができると

め、不必要な個人情報を投稿しないように注意が必要です。

しかしながら、日常の何気ない内容の投稿であっても、複数の情報の組み合わせや積み重ねによって、個人や生活圏の特定につながる可能性があるため、注意が必要です。

直接の被害につながる可能性は高くはありませんが、SNSを使う方はそのような危険性があるということを知っておくことが大切です。

気を付けたい SNS 投稿

日常の何気ない内容でも、気を付けたい投稿

- 珍しい天候の投稿（生活圏の特定につながる）
（大雨、雷・停電、ひょう、虹、珍しい雲など）
- 自宅付近の特徴的な地形
- 救急車などの緊急車両が通ったこと
- 工事看板や電柱の表示が読めるような写真
- 長期旅行の予定（自宅を不在にすること）
- 日課の詳細（毎日〇時に浜辺でランニングなど）
- 仕事や学校の制服（の一部）の写真 など

他にも気を付けたい投稿

- 貴重品や高級品などをたくさん持っていること
- 映画やゲームなどの内容・感想(ネタバレ・批判)
- 政治や宗教の話
- 人によって感じ方が異なるような内容 など

本当にあった怖い話 「玄関の前にクワガタ虫」

これは2020年に実際にあった事件です。ある日、自宅の玄関の前にクワガタ虫が落ちていたらどう思いますか？

この事件では、SNSで高級品などを多く持っていること公言していた人が空き巣被害にあいました。手口は次のとおりです。

1. 犯人によって、被害者の自宅と思われる家の玄関前にクワガタ虫がわざと置かれる
2. 住人がクワガタ虫がいたことをSNSに投稿
3. SNS上の個人と自宅、行動時間が特定され、空き巣被害にあう

町内の山間部では、クワガタ虫が山から飛んでくることもあり、あまり珍しいことではないかもしれませんが、別のものでも同様です。

また、SNSで高級品などを持っていることを公言しないようにしましょう（現実も同様です）。



時代によって変化した スマホの利用時間

日本にスマホが普及し始めた2009年ごろから2023年現在にかけて、色々なことがスマホでできるようになりました。

内容	もともと	スマホ化
連絡	電話、メール	通話アプリ、SNS
動画	テレビ	動画配信サービス
音楽	CD、ウォークマン	音楽配信サービス
読書	書籍	電子書籍
お金	サイフ	キャッシュレス決済
勉強	参考書	解説動画・ネット講座
ゲーム	ゲーム機	ゲームアプリ

度々、スマホの利用時間の長時間化が問題視されますが、これだけのことがスマホでできるようになった現在、利用時間は必然的に長くなります。

もしもご家庭で、スマホの長時間利用が問題となったときは、その使い方についても確認しましょう。

「今と昔の情報の伝わり方の違い」と「デジタルタトゥー」

今と昔の情報の伝わり方の違い 【例】何か珍しいできごとがあったとき

	昔（電話・メール）	人数	今（ネット・SNS）	人数
1	現場を見た人が知人に伝える。	数人	現場を見た人がスマホで動画や写真を撮って、知人に送信・SNSに投稿する。	数人
2	1で伝わった人がさらに知人に伝える。	数十人	1で伝わった人がさらに知り合いに送信する。1のSNSの投稿を見た人がさらにSNSで拡散する。	～数百人
3	以降同様	～数百人	SNSで影響力のある人の目に留まり、一気に拡散する。	～数百万人

※見聞きした人の記憶が頼りなので、伝わる度に内容が抜け落ちたり、変化する度合いが高い

※撮影や録画した情報が伝わるので、伝わる度に内容が抜け落ちたり、変化する度合いが低い

上表のとおり、昔よりも素早く・正確に・より多くの人に情報が伝わるようになりました。その反面、一度ネット上に広まった情報は完全に消し去ることが難しいとされ、タトゥー（入れ墨）とかけ合わせた「デジタルタトゥー」という造語ができました。主に自分にとって不要・不利益な情報が残ってしまうことを指して使われます。

今の子どもは、今の大人と違い、判断力の低いうちにデジタルタトゥーが残ってしまう恐れがあります。そのため、今の子どもは保護者と一緒に子どもの頃から「ネットリテラシー」を学んでいくことが重要となっています。

◆ポイント◆ ネットと現実

今回の特集で、「現実も同様です」と書いた部分があります。ネット上の問題は技術的な部分が目立ち、難しく考えられがちですが、問題の原因は、ネット上も現実も同じ場合が多くあります。

ネット上の問題を避けるため「現実でやってはいけないことをネット上でもしない」ということが、一つの判断基準になります。

◆ポイント◆ 町のネットリテラシー教育

那智勝浦町では専門家をお招きし、ご家族や地域の方も一緒に参加できる研修会を開催しています。

研修会では、主にSNSやオンラインゲームに関する情報モラルや長時間利用による健康問題などについて取り扱っています。



上手に活用しましょう

スマホやタブレット等の問題については「禁止」という解決手段のみでなく「上手に活用する」ことを目指す方向性も重要です。

子どもにスマホを持たせる・使わせる際には「任せた」ではなく、ご家庭でルール等を決めていただくことがスタートと考えます。しかしながら我々大人自身、スマホを長時間利用していることや安全な使い方をよく知らないという現実もあることから、子どもだけでなく、大人も含めて考えていく必要があります。

研修会等を通して、親子・家族で問題点や上手に活用する方法を確認してください。



(研修会講師)
NIT 情報技術推進ネットワーク株式会社
代表取締役 篠原 嘉一 さん

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
(高齢者支援係)	29-7039
地域包括支援センター	52-0611
新型コロナワクチン接種相談窓口	29-6137
こども未来課	52-2946
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】

7月23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す。(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、マイナポイントの申込み支援など)

※カードの受取りには、申請者本人の来庁が必要です。

※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)



公務員合同説明会を開催します

警察官・消防官・自衛官・海上保安官・刑務官による公務員合同説明会を開催します。

【開催日時(東牟婁地域)】

7月15日(土) (受付) 12時～

(開催) 13時～16時45分

【開催場所】

新宮市文化複合施設(丹鶴ホール)

【対象】

15歳～32歳までの方(学歴不問)及び保護者の方

※保護者のみでも可

※中学生は保護者同伴でお願いします

【内容】

・全体説明(職務等説明約20分)

・個別説明(ブースで対応)

【その他】

本説明会は、事前申し込み不要・参加無料・服装自由・履歴書不要です。

【お問い合わせ先】

自衛隊和歌山地方協力本部募集課

(☎ 0731-4221-5116)

放送大学入学生募集について

○放送大学は、10月入学生を募集しています。

○10代から90代の幅広い世代、約8万5千人の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。

○授業には3つのスタイルがあり、BS放送やインターネットで視聴する、また講師から直接受ける授業があります。

○心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

○資料を無料で差し上げています。お気軽に放送大学和歌山学習センターまでご請求ください。

○出願期間は、第1回が8月31日まで、第2回は9月12日まで。

【お問い合わせ先】

放送大学和歌山学習センター

(☎ 0731-4311-0360)

8月行政相談

日時：8月2日(水)
13時30分～15時30分
場所：役場2階 監査委員室

※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)



日進会病院における 胃がん検診中止のお知らせ

令和5年度の日進会病院における胃がん検診が中止となりましたのでお知らせいたします。

※「広報5月号」や町が発行した「がん検診受診券」・「健診のご案内」の記載内容と異なっておりますので、ご注意ください。

水難事故に備えて

7月25日は「世界溺水防止デー」です

世界では毎年、推定で23万6千人が溺れています。溺死は1歳から24歳までの子ども・若者の死因の上位に入っています。

夏の行楽シーズンを迎えるに当たり、海や川などでのレジャーを楽しむ機会が増えてきます。それに伴い、水難事故も増えることが予想されます。

子どもの事故を防ぐため、子どもだけで水に近づかない、近づかせないように工夫し、見守りましょう。また、自然を甘く見るのではなく、危険をきちんと認識しておくことが重要です。コロナ禍が明けた今年の夏は、安心・安全を心がけレジャーを楽しみましょう。

【事故を未然に防ぐために】

- ・ 遊泳禁止場所や悪天候のときは絶対に泳がない。
- ・ 離岸流（沖に向かって発生する強い流れ）の発生しやすい場所や対処法を知っておく。
- ・ 堤防などで釣りをするときは、ライフジャケットを正しく着用する。

【お問い合わせ先】

消防本部（署）警備係
☎52-0119



「夏の全国交通安全運動」実施

左記の日程、「わかやま夏の全国交通安全運動」が実施されます。一人ひとりが交通ルール・マナーを守って、交通事故のない那智勝浦町を目指しましょう。

【運動期間】

7月11日（火）～20日（木）の10日間

【運動重点】

- (1) こどもと高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- (2) 自転車のヘルメットの着用と交通ルール遵守の徹底
- (3) 飲酒運転の根絶

【街頭啓発】場所：汐入橋交差点付近

- (1) 早朝街頭啓発

7月11日（火）7時30分～（予定）

- (2) 薄暮街頭啓発

7月19日（水）18時～（予定）

※悪天候や諸事情等により延期または中止となる場合があります。

【自転車のヘルメットについて】

○道路交通法の改正により、4月1日から自転車を利用する全ての人は、乗車用ヘルメットを着用することが努力義務となりました。

○統計では、自転車乗車中の事故で亡くなられた方の約6割が頭部に致命傷を負っており、ヘルメット非着用時の致死率は着用時と比べて約3倍となっています。

夏の子供を守る運動

明るく正しくたくましく

夏休みは青少年が規則正しい学校生活から解放され、活動時間と行動範囲が広がります。そのため、トラブルや犯罪に巻き込まれる機会も多くなることが予想されます。

また、近年はいじめや不登校、児童虐待などの対策すべき重要な課題とともに、SNSに起因する被害防止対策の強化も喫緊の課題です。

このため和歌山県では、7月1日から8月31日までを「夏の子供を守る運動」期間と定め、県内全域において集中的な取組を推進します。

【地域で育てよう！支えよう！】

見守ろう！和歌山の青少年

- ・ 水の事故に気を付けよう！
- ・ 自撮り画像を撮らない！送らない！
- ・ STOP THE いじめ！
- ・ 考えよう！家族みんなでスマホのルール
- ・ 万引きは犯罪です！
- ・ 見逃さないで！子供のサイン

【不審者情報の通報】

警察が青少年センターへ情報提供をお願いします。

新宮警察署

☎21-0110

青少年センター

☎52-1138



経営に関する無料相談会を

商工会で開催しています

「よろず支援拠点」は、国が全国に設置する無料の経営相談所です。

商工会と合同で事業者の皆さまに売上拡大・経営改善等のお悩みやIT・チラシ等販促物見直しに関わる相談対応をいたします。

【日程】

奇数月第3木曜日（7月20日、9月21日、11月16日、1月18日、3月21日）

【時間】

9時～、10時～、11時～、13時～

【場所】

南紀くろしお商工会（築地8-5-1）

【費用】

無料

【相談内容】

- ・ 創業にかかわる相談
- ・ 売上を伸ばす計画を作りたい
- ・ WEB、SNS、ECをうまく活用したい
- ・ うちのお店が使える補助金は？
- ・ 資金繰りを見直したい など

※事前予約制となっております。お申込み先までご連絡ください。

※オンライン相談も受け付けています。

【お申込み・お問い合わせ先】

和歌山県よろず支援拠点
（公益財団法人わかやま産業振興財団）

☎073-433-3100

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2期	7月31日(月)
国民健康保険税	第2期	
介護保険料	第4期	
後期高齢者医療保険料	第1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ならない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)。

【納期限までに納められない場合は、相談してください】

皆さまから納めていただいた税金や保険料は、災害対策、子育て支援や介護事業、病院・消防の運営、小中学校の運営や学校給食の実施、道路の維持管理、ごみの収集・処理など町のさまざまな公共サービスを支えています。

税金や保険料を滞納すると、町の財政を圧迫し、公共サービスに支障をきたすこととなります。また、納期限が過ぎると、督促手数料や延滞金が加算されます。最終的には、法律に定められた差し押さえなどの滞納処分を受ける事になり、自分自身が不利益を被ることとなります。必ず納期限までに納めてください。

どうしても納期限までに納めることができない場合は、役場税務課に相談してください。届いた督促状や催告書を放置したり、無視したりしても問題の解決にはなりません。役場に直接来られない場合は、電話でも大丈夫です。ぜひ一度ご相談ください。

▶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、採用予定月の末日時点で、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、採用予定月の末日時点で、33歳未満の者)	7月1日 ～9月5日	1次:9月15日～17日* 2次:10月19日または22日* ※いずれか1日を指定されます	和歌山市内または 田辺市民総合センター
防衛大学校 学生	一般 18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)または高専 3年次修了者(見込含)	7月1日 ～10月18日	1次:10月28日 2次:11月28日～12月2日* ※いずれか1日を指定されます	1次:和歌山市内および 新宮市内を予定 2次:1次試験合格者に別途連絡
防衛医科 大学校学生	医学科 学生 18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)または高専 3年次修了者(見込含)	7月1日 ～10月11日	1次:10月21日 2次:12月13日～15日* ※いずれか1日を指定されます	1次:和歌山市内および 紀南地域を予定 2次:1次試験合格者に別途連絡
	看護学 科学生	7月1日 ～10月4日	1次:10月14日 2次:11月25日または26日* ※いずれか1日を指定されます	1次:和歌山市内 2次:1次試験合格者に別途連絡
航空学生	海)18歳以上23歳未満の者 空)18歳以上21歳未満の者 ともに、高卒者(見込含)または 高専3年次修了者(見込含)	7月1日 ～9月7日	1次:9月18日 2次:1次合格者に別途連絡	1次:自衛隊和歌山地方 協力本部 2次:1次試験合格者に別途連絡

▶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。

空き家の改修を支援します（移住促進）

那智勝浦町では、町外から那智勝浦町へ移住する方が空き家を改修して住む場合に必要となる工事費用の一部を補助します。

【対象者】

① 空き家の所有者

所有する空き家を、町外から町内に移住する方に売却・賃貸するために改修したい方

② 移住者

町内にある空き家を購入・賃貸し、改修して住む移住者の方（これから移住する方、移住して3カ月以内の方）

【対象経費】

内外装、玄関、居室、台所、トイレ、お風呂などに対して行う一般的な改修が対象
(対象外の例)

- ・障子やふすまの張替、畳の表替え、軽微な修繕工事
- ・外構工事や庭木の剪定、除草など
- ・エアコンや洗濯機などの購入費用

【補助金額】

工事費の2/3（千円未満切り捨て、上限100万円）

【注意事項】

- ・工事に着手する前（工事契約を結ぶ前）に本補助の申請を行う必要があります。
- ・本支援を活用する改修工事は、原則町内業者に発注すること。
- ・対象となる空き家は「既存住宅現況調査（インスペクション）」が実施されている必要があります。
※既存住宅現況調査には、和歌山県の支援制度があります。詳しくは、ホームページ「移住支援制度（わかやまLIFE）」をご確認ください。
- ・遅くとも、令和6年2月末までに実績報告書の提出が必要となります。



▶詳しくは、町ホームページをご覧ください
ただか、役場観光企画課企画係（☎29-2007）まで。



出張相談のお知らせ

あづまプラッツとは、「外へ一歩踏み出したい」「誰かと話をしたい」そんなときに気軽に立ち寄れる「居場所」です。生活のこと、将来のこと、そのほか困っていることについて、ご本人やご家族から、支援員が相談をお受けします。

次の日程で支援員による出張相談を行います。ご都合の良い日に電話またはFAXでお申し込みください。

自治体	日程	時間	場所
古座川町	7月12日（水）	13:30～16:30	古座川町保健福祉センター
那智勝浦町	8月9日（水）	13:30～16:30	那智勝浦町福祉健康センター
串本町	9月13日（水）	13:30～16:30	串本町役場 会議室1
北山村	10月11日（水）	10:00～12:00	北山村村民会館
新宮市	12月13日（水）	13:30～16:30	新宮市役所福祉課
太地町	2月14日（水）	13:30～16:30	太地町公民館

お住まいの市町村以外でもご予約が可能です。

▶お申込み・お問い合わせは、ひきこもり者社会参加支援センター「あづまプラッツ」（☎22-5570:FAX 兼用）まで。

結婚新生活を始める方へ補助金のご案内

町内で、結婚新生活を始めようとする世帯を対象に、住居費やリフォーム費用、引っ越し費用の支援を行います。

【対象世帯】 次の①～⑥の全ての要件を満たす世帯

- ① 令和5年4月1日から令和6年3月31日までに
入籍した世帯
- ② 申請日において夫婦ともに町内に住所を有する
- ③ 夫婦ともに婚姻日における年齢が39歳以下の世帯
- ④ 夫婦ともに3年以上継続して本町に定住する意
思があること
- ⑤ 町税等を滞納していないこと
- ⑥ その他、那智勝浦町が定める要件を満たす世帯

【補助金額】 上限60万円

申請方法など詳しい内容は町ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。



▶お問い合わせは、役場こども未来課（☎52-2946）まで。

避難行動要支援者制度のご案内

町では、災害時に支援が必要な高齢者や障がい者の方に対する手助けを、地域の中で速やかに安全に行うための仕組みづくりを地域の皆さんと共に行っています。

本制度に基づく支援を希望される方は「避難行動要支援者登録申請書兼同意書」の提出をお願いします。

【制度の概要】

災害時、町が作成した「避難行動要支援者名簿」の情報を地域の関係者に提供し、安否確認や避難支援を行います。

【避難行動要支援者とは】

- 自宅に住んでいる方で、次のいずれかに該当する方。
- ・要介護認定3～5の認定を受けている方
 - ・身体障害者手帳1、2級をお持ちの「視覚障害」、「聴覚障害」、「肢体不自由」の方
 - ・療育手帳Aをお持ちの方
 - ・精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方
 - ・指定難病や特定疾患などで支援を求める方
 - ・みずから名簿への記載を求める方 など

【要支援者の方へ】

- ・7月中に「登録申請書兼同意書」を送付しますので、ご確認のうえご返送ください。
- ・同意書に「同意」していただくと、地域の関係者の方に名簿情報を提供します。「不同意」の場合、本人が危険な状態であると町が判断した緊急時のみ、名簿情報を地域の関係者に提供します。
- ・同意書に同意していただいた方については、順次「個別避難計画書」の作成に取り組みます。個別避難計画とは、災害発生時に適切な避難支援が実施できるよう、要支援者の状況避難先、避難を支援する方などを記載するものです。

【地域の関係者とは】

- ・消防機関
- ・警察
- ・民生委員、児童委員
- ・社会福祉協議会
- ・自主防災組織 などの組織です。

【地域の関係者の方へ】

- ・普段から、避難行動要支援者の見守りなどを通して、支援活動を行いやすい環境づくりをお願いします。
- ・災害発生時はまず自分の身を守ってください。無理な支援をお願いするものではありません。

【留意事項】

- ・同意を得て提供された名簿情報は、避難支援等のみに活用し、適正な管理を徹底します。
- ・名簿情報を提供したとしても必ず支援を受けられるとは限りません。
- ・名簿情報を提供された地域の関係者には、守秘義務があります。
- ・地域関係者は、避難支援などに関して法的な責任や義務を負うものではありません。

▶お問い合わせは、役場総務課防災対策室（☎29-7121）まで。

次の各種証明書は有効期限が7月31日までです

①（子ども医療制度）未就学児の子ども医療受給資格証

【概要】 未就学児の子ども医療受給者証の有効期限は7月31日までとなっています。

【更新方法】 「新しい受給者証」は、7月下旬に郵送します。

【注意事項】

- ・ 県内の医療機関を受診するときは、受給者証を保険者証と一緒に窓口に表示してください。
- ・ 7月31日までは現在お持ちの受給者証を、8月からは新しい受給者証をお使いください。
- ・ 小学生以上は、中学校卒業まで有効の受給者証が交付されていますので、そのままお使いください。

▶①に関するお問い合わせは、役場子ども未来課（☎52-2946）まで。

②（国民健康保険）高齢受給者証

【概要】 国民健康保険に加入する70歳～74歳の方には、一部負担金の割合が記載された「高齢受給者証」を交付しています。

【更新方法】 「新しい高齢受給者証」は、7月中旬に郵送します。

【注意事項】

- ・ 医療機関を受診するときは、受給者証を保険証といっしょに窓口に表示してください。
- ・ 7月31日までは現在お持ちの受給者証を、8月からは新しい受給者証をお使いください。

③（国民健康保険）限度額適用認定証、限度額適用・標準負担額減額認定証

【概要】 入院など高額な医療費がかかることが見込まれる場合、あらかじめ認定証の交付を受けておくと、医療機関窓口での支払いが高額療養費の自己負担限度額までとなるため便利です。手続き方法など、詳しくは役場住民課保険年金係までお問い合わせください。

【更新方法】 更新には手続きが必要です。すでに認定証をお持ちの方は、8月までに更新の手続きをお願いします。

【注意事項】 国民健康保険税に滞納がある場合、認定証は交付できませんのでご注意ください。

④（重度心身障害者医療費助成制度）受給者証

【概要】 重度心身障害者の方の医療費の一部負担金を助成する「重度心身障害者医療」の受給者証です。

【更新方法】 更新には手続きが必要です。期限までに手続きをお願いします（対象の方には6月下旬に案内文書をお送りしています）。

⑤（後期高齢者医療保険）保険証

【概要】 75歳以上の方が加入する後期高齢者医療保険の保険証です。今回の更新で、保険証の色が「うすい緑色」から「みず色」に変わります。

【更新方法】 対象の方には新しい保険証を7月上旬から順次、簡易書留でお送りします。新しい保険証は、令和6年7月31日まで使えます。

【注意事項】

- ・ 保険証には、一部負担金の割合（1割・2割・3割）が記載されています。前年の収入によっては8月から割合が変わる場合があります。ご確認ください。
- ・ 古い保険証（うすい緑色）は8月以降使用できません。役場住民課または各出張所までご返却いただくか、ご自分で細断するなど個人情報に注意して処分してください。

▶②～⑤に関するお問い合わせは、役場住民課保険年金係（☎52-0558）まで。

低所得の子育て世帯生活支援特別給付金のご案内

物価高騰の影響を受ける低所得の子育て世帯への生活支援特別給付金事業が始まっています。

【支給対象者】 次の①～③のいずれかに該当する方

- ① 令和5年3月31日時点で18歳未満の児童（障害者の場合は20歳未満）を養育する父母等で、令和5年住民税均等割が非課税の方、または、令和5年1月1日以降の収入が急変し住民税非課税相当の収入となった方（家計急変世帯）。
- ② 新生児が令和6年2月末までに生まれ、①の要件に該当する方。
- ③ すでに令和5年度本給付金を受給している方で、令和6年2月末までに新生児が生まれた方。

【支給額】

児童1人当たり一律5万円。※本給付金をすでに受けられている児童についての、申請はできません。

▶お問い合わせは、役場こども未来課（☎52-2946）まで。

児童扶養手当の現況届の提出期限は8月末です

【児童扶養手当とは】

児童扶養手当は、ひとり親家庭の生活の安定と自立の促進のために手当を支給し、児童の福祉の増進を図ることを目的とした制度です。離婚などにより、ひとり親となった家庭の親、父母に代わってその児童を養育している方、あるいは父母が一定の障害の状態にある家庭の親に対して支給されます。

【児童扶養手当を受けている方へ】

次の方は、6月に送付しました「児童扶養手当一部支給停止適用除外事由届出書（みどりの様式）＋必要書類」と、7月末送付予定の「現況届」を8月中に提出してください。

- ・令和5年7月から令和6年6月の間に5年等満了月を迎える受給者
- ・令和5年6月以前に5年等満了月を迎えた受給者

※8月中に現況届が提出されていない場合、11月分からの手当は支給されません。

▶お問い合わせは、役場こども未来課（☎52-2946）まで。

子宮頸がん予防ワクチン（HPV）接種と子宮頸がん

子宮頸がんは、HPV（ヒトパピローマウイルス）が持続的に感染することでかかる病気です。性交経験のある人の多くは、HPVに一生に一度は感染すると言われています。

子宮がん自体は、早期に発見されれば予後の悪いがんではありません。子宮頸がん予防ワクチンの接種歴に関わらず、20歳からは、子宮頸がん検診を定期的に受けるようにしましょう。

※このワクチンは、HPVの一部の感染を予防するもので、子宮頸がんそのものを防ぐことができるものではありません。

【対象者】 12歳以上26歳以下の女性

（対象者にはすでに依頼書、予診票を送付済です。）

※接種がまだの方で、転入等により書類のない方は再発行しますのでご連絡ください。

【実施期間】

16歳以上26歳以下：令和7年3月31日まで

12歳以上15歳以下：16歳となった日以降の直近の3月31日（年度末）まで

▶お問い合わせは、役場福祉課健康推進係（☎52-2934）まで。

Information 過去に風しんの予防接種を受けていない方が対象です

風しん予防接種(第5期)について

次の対象者の方は、過去に公的に予防接種が行われていないため、自分が風しんにかかり、家族や周囲に広げてしまう恐れがあります。

ぜひ検査が無料になるクーポン券を使って風しん抗体検査と予防接種を受けましょう！

※ この風しん予防接種(第5期)は法律に基づく定期予防接種です。

【対象者】

接種日に那智勝浦町に住民票のある方で、昭和37年4月2日～昭和53年4月1日生の男性

【クーポン券使用可能期間】

令和7年2月末まで

【実施方法】

抗体検査(血液検査)を実施します。検査の結果、抗体価が低い場合は、麻しん風しん予防接種を実施します。

【注意】

無料で検査を受けるにはクーポン券が必要です(令和5年5月にクーポン券を送付済です)。まだ検査を受けておらず検査を希望する方で、クーポン券を紛失している場合や転入された方は、改めて発行しますのでご連絡ください。

▶お問い合わせは、役場福祉課健康推進係(☎52-2934)まで。

Information 7月28日は肝炎に対する理解を深めるための、「世界/日本肝炎デー」です！

一生に一度は肝炎ウイルス検診を受けましょう

肝炎ウイルス検診は、肝炎ウイルス(B型・C型)に感染しているかどうかを調べる血液検査です。肝炎ウイルスに感染・発症しても、自覚症状がなかったり軽度のことが多いため、知らないうちに感染し、病気が進行することがあります。肝硬変や肝がんへと進行する場合もあり、肝硬変・肝臓がんの原因の約6割は肝炎ウイルスです。

一生に一度は検査を受け、肝炎ウイルスに感染していないか確認しましょう。

【検査対象者】 40歳以上(令和6年4月1日時点)の町民で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人

【検査方法】 採血して肝炎ウイルス(B型・C型)に感染していないかどうかを調べます
(国民健康保険被保険者の方は特定健診と同時に受けると、採血が一度で済みます)

【検査料】 無料(検査料を那智勝浦町が負担)

【実施期間】 医療機関は、令和5年6月1日～11月30日まで。集団検診の場合、集団検診の日に限ります

◆ 医療機関で受診する場合の流れ

- ① 役場福祉課に受診券を申し込む(窓口・電話)※
- ② 医療機関に直接、検査を申し込む
- ③ 医療機関に受診券を持っていき、受診する

◆ 集団検診で受診する場合の流れ

- ① 役場福祉課に集団検診受診を申し込む(窓口・電話)
- ② 案内・受診券を郵送で受け取る※
(集団検診の1週間程度前に自宅に送られます)
- ③ 案内・受診券を集団検診に持参して受診する

肝炎ウイルス検診実施医療機関一覧

地区	機関名	電話番号
朝日	木下医院	52-2035
	日進会病院	52-6511
天満	宮本医院	52-0010
	那智勝浦町立温泉病院	52-1055
	高橋ファミリークリニック	29-7385
宇久井	中山医院	54-1181
下里	清水内科クリニック	58-8051
太地	坂野医院	59-2063

実施場所 福祉健康センター

実施場所	福祉健康センター
日程	9月25日(月)、10月29日(日)、 12月10日(日)、1月20日(土)

※ 令和5年度に40歳になる方(昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生)には、5月に受診券を送付しています。そちらをご活用ください。

▶お申込み・お問い合わせは、役場福祉課健康推進係(☎52-2934)まで。

募集中

初心者向け

60歳以上の方におくる新しい運動のかたち

映像プログラム体験教室

大型テレビから映し出される様々な運動プログラムを体験する教室です。これから先、今と同じ生活を続けていくためにもカラダが大事です！この機会に運動習慣を身につけてみませんか？

全プログラム初心者向けとなります。皆さまの参加をお待ちしております。

	日時	内容
①	8月21日・28日（月曜日、全2回） 10:00～11:00	リフレッシュストレッチ（柔軟性を向上させたい方におすすめ） 青竹ストレッチ（足ツボを刺激し、全身の血行を促進）
②	8月22日・29日（火曜日、全2回） 10:00～11:30	腰痛予防ストレッチ（腰周辺に疲れを感じている方におすすめ） 青竹ストレッチ（足ツボを刺激し、全身の血行を促進）
③	8月23日・30日（水曜日、全2回） 10:00～11:30	ヨガリンパ（デトックス効果が期待できます） 肩こり改善ストレッチ（肩こりの原因となる部分をストレッチ）

【場所】 那智勝浦町体育文化会館 1階
エクササイズルーム

【対象者】 那智勝浦町在住の60歳以上の方で
この体験会が初めての方

【参加費用】 無料

【定員】 各回7名（先着順）

【講師】 島田 匡平 先生（地域活性化起業人）

【申込期間】 7月18日（火）～7月31日（月）

【服装・持ち物】

運動できる服装、上履き、タオル、飲み物、ヨガマット（貸出あり）

【申込方法】

役場福祉課まで、電話にて参加者氏名・住所・生年月日・電話番号をご連絡ください。

▶お申込み・お問い合わせは、役場福祉課（☎29-7039）まで。

募集中

ガイド初心者も大歓迎！先輩ガイドが丁寧に教えます

那智勝浦町観光ボランティアガイド

那智山周辺を案内するボランティアガイドを募集しています。

ガイドの知識や経験がなくても、現在活動中のガイドが現地を歩きながら指導しますので、安心して参加いただけます。期間を限定した活動もできるので、夏休み中の大学生や、仕事がお休みの日だけの参加も可能です。

ボランティアや町の歴史・自然・文化について関心があり、町の魅力を多くの人々に紹介していただける意欲のある方をお待ちしております。

【募集対象者】 18歳以上の方で、無償で日中に観光ガイドができる方

【ガイド場所】 大門坂～那智山周辺

▶お問い合わせは、那智勝浦町観光ボランティアガイドの会事務局（役場観光企画課内☎52-2130）まで。

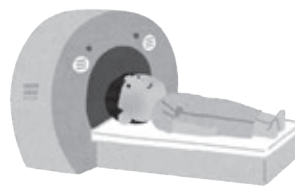


募集中

国民健康保険にご加入の皆さまへ

脳ドックを受診しませんか？

町では、国保加入者の脳疾患の早期発見・治療、健康管理のため、昨年に引き続き脳ドックを実施します。特定健診とあわせて、ぜひ受診してください。



◆対象者 次の両方に該当する方

- ・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

※ペースメーカー、磁石式インプラント等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、応募はご遠慮ください。

【検査場所】 南和歌山医療センター（田辺市）

【検査日】 10月中（検査日時の指定はできません）

【定員】 20名（応募多数の場合は抽選）

【自己負担金】 4,000円

【検査内容】

身体測定、血液検査、MRI・MRA、頸部頸動脈エコー

【受付期間】

7月5日（水）～8月18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）。

【補足事項】

- ・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された方」が優先となります。
- ・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。
- ・検査場所へはご自身で移動をお願いします。送迎等はありません。
- ・受診された方は、後日開催する結果説明会にも必ずご参加ください。

▶お問い合わせは、役場住民課保険年金係（☎52-0558）まで。

募集中

あなたも日本の海を守りませんか

海上保安官

海上保安庁では、海上保安学校・海上保安大学校の2024年4月採用者を募集しています。



JAPAN COAST GUARD

◆海上保安学校学生採用試験

【受付期間】 7月18日（火）～7月27日（木）

【申込方法】 インターネットで申込み

【1次試験日】 9月24日（日）

【試験会場】 和歌山市等

【受験資格】 2024年3月までに高等学校等を卒業見込みの方など

◆海上保安大学校学生採用試験

【受付期間】 8月24日（木）～9月4日（月）

【申込方法】 インターネットで申込み

【1次試験日】 10月28日（土）・29日（日）

【試験会場】 和歌山市等

【受験資格】 2024年3月までに高等学校等を卒業見込みの方など

詳しくは、インターネットにて「海上保安官 採用」で検索、もしくは右の二次元コードを読み込んで、海上保安官募集のホームページをご覧ください。



▶お問い合わせは、田辺海上保安部管理課（☎0739-22-2002）まで。



- ▲ 7月休館日 毎週月曜日、7月18日（火・振替）、8/1（火・図書整理日）
- ▲ 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] 7月8日
 - ◆ よちよちぶっく [毎月第2火曜日 10:00から] 7月11日

▲ お知らせ「(夏休み中) よみきかせカーニバル開催！」

読み聞かせのボランティアグループによる拡大おはなし会です。開催日が決まり次第、図書館ホームページや館内に掲示しますので、ご確認ください。

▲ お知らせ「2023年(第69回)青少年読書感想文全国コンクール課題図書 を展示しています」

コンクールの課題図書を7月の新刊として展示しています。貸出も可能です。

今月の1冊

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

一般図書

『どうすれば争いを止められるのか
17歳からの紛争解決学』

上杉 勇司 / 著
WAVE 出版

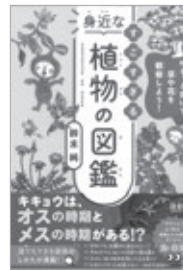


なぜ、世界では争いが起きてしまうのか？どうすれば、争いを止められるのか？私たちには何ができるのか？
「紛争解決学」の視点から、世界のニュースが理解できるだけでなく、人間関係を円滑にするための手がかりも見つかるでしょう。

児童図書

『ゆるっと歩いて草や花を観察しよう！
すごすぎる身近な植物の図鑑』

鈴木 純 / 著
KADOKAWA



「近所を歩いているときに誰でも見られる植物」。つい見過ごされがちなものが多いのですが、ねらって見つけることもできるし、観察のしかたがわかっているならば、これまで知らなかった植物のヒミツにふれられること間違いなし！
観察に出かけてみませんか？

※ 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。

※ 図書館ホームページ「なち探」から資料（蔵書）検索ができます。

子育てイベントカレンダー（～8月）

日程	事業名	場所	時間
7月10日(月)	★すくすくワークショップ(要予約)	福祉健康センター 2階大会議室	10:00～11:15
7月13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
7月21日(金)	★ママヨガ	体育文化会館 1階研修室	10:00～11:15
7月24日(月)	★下里広場(要予約)	下里こども園 支援室	9:30～11:30
7月24日(月)	育児相談(要予約)	福祉健康センター 1階和室	9:00～(受付)
8月4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
8月7日(月)	ベビーマッサージ教室(要予約)	体育文化会館 1階和室	10:00～開始
8月8日(火)	子育ておはなし会(要予約) 「お母さんになって大変!？」本館 千子 先生	福祉健康センター 2階大会議室	10:00～11:30
8月10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21日(月)	育児相談(要予約)	福祉健康センター 1階和室	9:00～(受付)
8月28日(月)	★下里広場(要予約)	下里こども園 支援室	9:30～11:30

【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)



町立温泉病院だより

すてきなお花と色紙とお歌を
プレゼントしていただきました

5月26日、キリスト教の行事「花の日」にちなみ、天満保育園の皆さまからお花と色紙、そして園児の皆さまによるお歌のプレゼントをいただきました。今年は数年ぶりに園児の皆さまが来院され、その元気な歌声と笑顔に心が癒されました。職員一同を代表して、院長からお礼の言葉をお伝えしました。



いただいた色紙は正面玄関入口に飾っております。ありがとうございます。



町立温泉病院 職員募集

【採用予定職種（人員）】

- ① 看護師（若干名）
- ② 理学療法士（若干名）
- ③ 言語聴覚士（1名）
- ④ 臨床工学技士（1名）
- ⑤ 社会福祉士（1名）

【受験資格】

- ① 昭和38年4月2日以降に生まれた方で、看護師免許を有する方
 - ② 平成6年4月2日以降に生まれた方で、理学療法士免許を有する方
 - ③ 平成6年4月2日以降に生まれた方で、言語聴覚士免許を有する方
 - ④ 平成10年4月2日以降に生まれた方で、臨床工学技士免許を有する方
 - ⑤ 昭和53年4月2日以降に生まれた方で、社会福祉士免許を有する方
- ※①、②、③、④については令和6年3月末までの資格取得見込み者を含む

【受付期間】

6月12日（月）～7月14日（金）（必着）

【お問い合わせ先】

町立温泉病院総務管理係
TEL 52-1055

診療時間のお知らせ（7月1日現在）

診療科		月	火	水	木	金	受付	診療
内科	午前	1診	寺本	上野山	寺本	上野山	7:30～11:30	9:00～
		2診	神田	谷河	切士	切士		
		3診	塩谷		神田	谷河		
糖尿病内科		午前			(南條)月1回	(山本)第2・4週	(予約のみ)	
午後			(南條)月1回	(山本)第2・4週	(山本)第2・4週			
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	整形外科医師	中	中	7:30～11:30 木のみ～9:00	9:00～
		2診	(岩崎)	(木浦)	(木浦)	(岩崎)		
リハビリテーション科		午前		(坂野)	(岡本)	(坂野)	(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)	(子どもこころの外来)		(予約のみ)	

※1：坂東（第2・第4週） / 上野山（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 (TEL 52-1055)
<https://onsenhsp.com/>

公民館報なちかつうら 第54号

地域活動応援日誌

Day. 19

Regional Activities Support Diary

『令和5年度公民館教室開講!』

空き家の維持管理を地域主導で模索

集落支援員 大西 俊介

5月10日、那智勝浦町体育文化会館で令和5年度那智勝浦町公民館教室開講式を行いました。式には、教室の講師や受講者約25名が参加しました。

本年度の公民館教室は生花、茶道、香道、絵手紙、陶芸、手芸、パイパークイリング、民謡の8種類10教室を開講しており、受講者は延べ88名となりました。



『公民館長あいさつ』

今回の開講式では、開式アトラクションとして、公民館自主サークル民謡教室のみなさんに「紀州幟上げ音頭」「ソーラン節」「筑子節」の3曲を披露していただきました。

また、吾妻人権教育啓発指導員による人権学習も実施し、参加者に人権について考えていただきました。



『民謡教室による三味線披露』

色川地区では、昨年度に取り組んだ総務省事業において、空き家の修繕改修による「お試し住宅」の整備を行なった。整備は、南平野地区と色川地区の2地区で実施され、講習会形式を取り入れる、運用は地区に委ねるなど、地域主導で工夫を凝らした空き家活用の取り組みとなった。そして今年度より2軒

の空き家が「お試し住宅」として新たな活用をスタートさせた。

かねてより過疎化と高齢化により地区内の空き家数は増加を続け、その維持管理、そして「継承」をどのようにしていけば良いのかは地域の大きな課題であった。40数年前から移住者を受け入れる取り組みを行なっているが、地区人口は依然として



南平野地区の「お試し住宅」

バックアップとなっている。また和歌山大学との連携では、「住まいの状況調査」を実施し、住まいのデータベース化を行うとともに空き家の「住み替え」の履歴をまとめるなど、調査を中心としたソフト面での連携がなされている。

一方、色川地区では空き家の維持管理の仕組み・体制づくりについて継続的な話し合いが続いている。現在は特定利用目的の基金を設立し、空き家管理のモデルの実施についての模索をしている。すぐに成果が現れるような取り組みではないが、先進事例に学ぶなど地域主導で活動が展開され始めている。

微減傾向が続いており、空き家に関する課題はますますその深刻さを増している状況である。そのような中、行政や外部機関との連携もより一層重要になってきている。県や町でも移住促進や空き家・農地の維持管理に対する補助が行われており、地域にとっては非常に力強い

このように色川地区の様々な活動や取り組みの特徴は「地域主導」という色合いが強いという事が挙げられる。自分たちの暮らす地域をどうしたいのか、どのように「継承」していくのかは、非常に大きな課題である。それでも前向きに模索を続けている地域は、心なしか力強く頼もしい雰囲気

うちのごはん No.16

ズッキーニとタコの 夏色マリネ

日に日に暑くなるこの時期は、食事もしっぱりした酢の物などを好みがちです。酢の物といえば、「きゅうりとタコ」が定番ですが、今回は「ズッキーニとタコ」のマリネという、いつもと少し違ったメニューをご紹介します！

体の調子を整えるビタミン類（CやB群など）や塩分の排出を促すカリウムを多く含む「ズッキーニ」と、高たんぱくな「タコ」、疲労の原因である乳酸の代謝に効果的なアミノ酸やクエン酸を含む「酢」を組み合わせた、夏対策メニューです！



「ズッキーニ」、「タコ」、「酢」のパワーで暑い夏を乗り切ろう！

作り方

- ① 調味料を混ぜ合わせておく。
- ② タコはそぎ切りにする。
- ③ ズッキーニは幅 1cm 程度の輪切りにする。
- ④ フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて弱火にかけ、香りが出てきたら②を入れて、両面焼き色がつくまで焼く。
- ⑤ ③と④を①の調味料で和え、冷蔵庫で1～2時間冷やしたら出来上がり。

材料（2人分）

- | | |
|--------------------|---------------------|
| タコ（茹で）……………100g | 【調味料】 |
| ズッキーニ……………小1本 | 砂糖……………小さじ1 |
| オリーブオイル……………適量 | 塩・こしょう……………少々 |
| にんにく | 酢……………大さじ1 |
| （すりおろし）……………小さじ1/2 | オリーブオイル……………大さじ2 |
| ※お好みでカットしたトマトを加え | レモン汁……………大さじ1 |
| ると鮮やかさがアップ！ | コンソメ（顆粒）……………小さじ1/2 |



手話で話そう！ 手のつぶやき その16

「暑いね」

手を軽く握り、親指を人差し指にのせ、首元をあおぐように動かします。



うちわや扇子であおぐように動かすことで「暑いね」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.6

ごみの量を減らす、ごみのダイエット推進中！

今回は「生ごみの水分」についてです。生ごみそのまま捨てていませんか？生ごみの約80%が水分です。捨てる前に水切りするだけで、臭いの軽減、焼却のためのエネルギー削減などの効果があります！

★減量のポイント★

生ごみの水分を減らす方法をご紹介します！

- ① 濡らさない……不要な部分を切ってから洗う
- ② しぼる……水切りネットなどを使ってしぼる
- ③ 乾かす……天日干しなどで乾燥させる



水分を減らす！

ダイエット効果

生ごみ500g中の水分を毎日1/20（約20g）減らせると1年で、約7.3kg減量できます！



絵画・生け花・お茶を楽しむ

町民展示祭が開催されました

那智勝浦町文化協会加盟団体（茶道表千家流音無会、弁天画会、花好きクラブ）による第15回町民展示祭が5月13日・14日に那智勝浦町体育文化会館で開催されました。

会場では、絵画・生け花の作品展示のほか、呈茶が行われ、春らしい華やかな雰囲気になりました。また、今回は15周年を記念して、各団体で絵手紙や花のブーケ、懐紙などの景品が当たる抽選会も行われ、多くの来場者でにぎわいました。



絵画作品展示



生け花作品展示



呈茶の実演



便利なスマホを使ってみませんか？

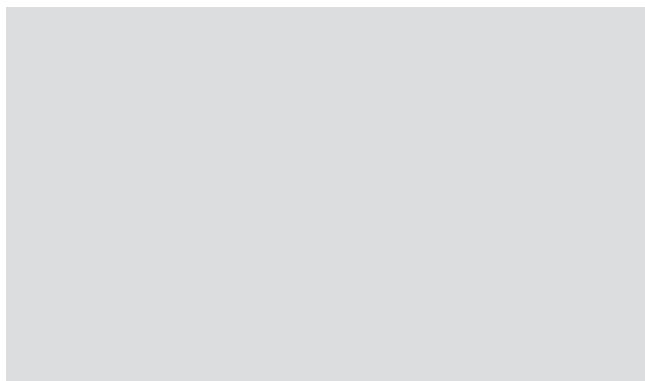
スマートフォン教室を開催

6月7日と14日の2日間にわたり、宇久井区民会館でシニア向けのスマートフォン教室を開催しました。

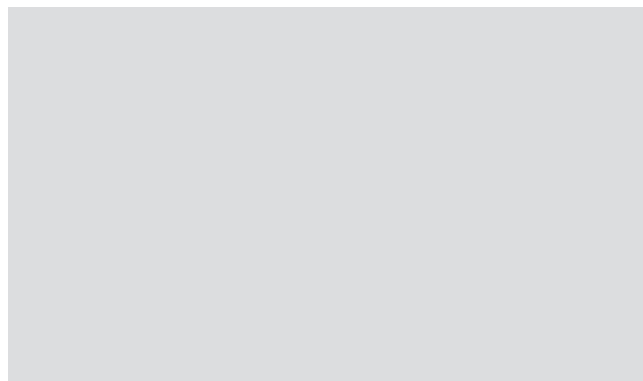
当教室は公民館宇久井分館の活動の一つとして企画されました。教室では役場職員が講師となり、スマートフォンの基本操作やカメラ、アプリの活用方法などの講義を行いました。

また、講義後の質問コーナーではご自分でお持ちのスマートフォンの操作方法等について多くの方から質問があり、にぎやかながらも有意義な教室となりました。

広告



広告



住民登録人口と世帯数〔6月1日現在〕（ ）は前月比

●男 6,498 (-5) ●女 7,393 (5) ●計 13,891 (0) ●世帯数 7,473 (-1)

広報なちかつら 2023 - 7

20