



6月28日 大賀ハス観蓮会 (これカラークラブ山口節子さん提供)



みはま

CONTENTS

- 平成26年度 地籍調査 2
- 美浜町敬老会 3
- 園・学校だより 6~7
- サークル紹介コーナー 16

TOWN information

町の人口と世帯数
総人口:7,744人(-21) 男:3,594人(-9) 女:4,150人(-12) 世帯数:3,200(-6)
※平成26年7月1日(対前月比)

地籍調査はみなさんの大切な土地をお守りします

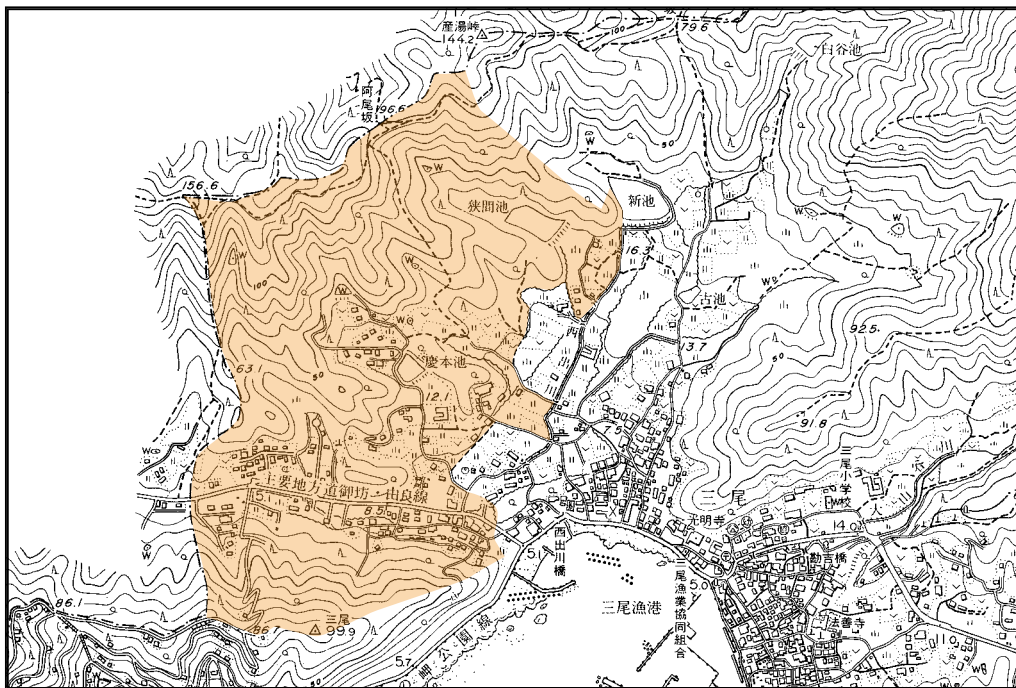
地籍調査は、貴重な財産である土地の正しい位置、境界、番地、地目、面積を明確化する極めて重要な調査です。

調査計画区域内に土地を所有されているみなさんには、後日、総務政策課より地元説明会、現地立会などの協力をお願いします。

大切な財産を守るためにも、筆界の立会などには参加してください。

平成 26 年度 調査計画区域

三尾字狭間、坂本、城ノ前、慶本、
前広岡、後広岡、西広岡、水ノ谷
計 57 ヘクタール



問い合わせ先 総務政策課 TEL 23-4901

節電 のお願い

今夏も引き続き、家庭における節電の協力をお願いします。

夏の日中の家庭における消費電力のうち、エアコン、冷蔵庫、テレビ、照明が 8 割程度を占めています。

これらを中心に節電に取り組んでいただくと効果的です。

エアコンの控え過ぎによる熱中症などに注意し、無理のない範囲で節電に協力してください。

■ 期 間

7月1日～9月30日(8月13～15日を除く)

■ 時間帯

平日 午前9時～午後8時

家庭における節電ポイント

減らす

電化製品の設定変更など、使い方を工夫しよう！

ずらす

電化製品の使用時間をシフトしよう！

替える

より省エネ性・節電効果の高い機器に切り替えよう！

詳しくは、関西電力ホームページ (<http://www.kepco.co.jp/>) をご覧ください。

問い合わせ先 関西電力節電専用ダイヤル TEL 0800-123-0171 (通話無料)

美浜町敬老会

日時… 9月26日(金) 午後1時～
会場… 御坊市民文化会館 大ホール
対象… 昭和19年12月31日以前生まれの方



今年も、長寿の方をお祝いし、敬老会を開催します。
昨年は対象の方に案内状を送付していましたが、今年度からは広報誌での案内のみになります。
対象の方で送迎バスを利用したい場合は申し込み制となっていますが、詳しくは来月号の折り込み
みでご案内しますので、お待ちください。

プログラム

- 午後1時～ 敬老会式典
- 午後1時40分～ 演芸の部
 - ・美浜町文化協会芸能部
 - ・演歌歌謡コンサート(宮路オサム)
 - ・漫才(わんだーらんど)

問い合わせ先 福祉保険課 TEL 23-4950

児童扶養手当・特別児童扶養手当 現況届の提出について

8月は、現況届の提出月です。お早めに提出を！

児童扶養手当・特別児童扶養手当の認定を受けている方は、
手当を受給している受給していないに関わらず、8月中に現況
届を提出する必要があります。

提出がない場合、8月分以降の手当が受給できなくなります
ので、必ず期限までに住民課へ提出してください。

※手当の認定を受けている方は、現況届関係書類を7月末頃に
郵送します。

所得制限などで現在支給が停止されている方も、必ず提出し
てください。

(現況届を2年間提出しない場合、受給資格がなくなります。)
一部支給停止適用除外事由届出書の提出が必要な方は、6月
に「一部支給停止適用除外事由届出書(緑の様式)」を送付
しています。

必ず現況届と併せて提出してください。

問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

煙樹ヶ浜 フェスティバル

9月6日開催決定！

詳しくは、来月ご案内します。



耐震診断事業

<木造>

費用

無料

募集戸数

12戸(1人につき1戸まで)

対象(以下の要件を全て満たす住宅)

- ・町内に存する民間の住宅
- ・昭和56年5月31日以前に着工した既存木造住宅
- ・地上階数が2以下、または延べ面積が200㎡以下のもの
- ・工法が次以外の木造住宅
 1. 枠組み壁工法
 2. 丸太組工法
 3. 建築基準法(昭和25年法律第201号)旧第38条の規定に基づく認定工法

<非木造>

費用

診断費用の2/3を補助(上限8万9千円)

例) 診断費用が20万円の場合

町からの補助金	申請者
8万9千円	11万1千円

募集戸数

5戸(1人につき1戸まで)

対象(以下の要件を全て満たす住宅)

- ・町内に存する居住専用住宅
- ・昭和56年5月31日以前に着工した既存非木造住宅

耐震補強設計事業

耐震診断の結果に基づき、耐震改修を実施する前の設計費用について補助します。

※現地建て替えに要する費用も対象です。

<木造・非木造>

費用

設計費用の2/3を補助(上限13万2千円)

例) 補強設計費用が25万円の場合

町からの補助金	申請者
13万2千円	11万8千円

募集戸数

4戸(1人につき1戸まで)

耐震改修事業

耐震補強設計書に基づき行った耐震改修について補助します。

※現地建て替えに要する費用も対象です。

<木造・非木造>

費用

耐震改修費の2/3を補助(上限60万円)

※ただし、本年度中に工事が完成された場合は、耐震改修工事にかかる費用の11.5%(上限41万1千円)+最大15万4千円の追加補助が受けられます。

例) 200万円の工事をした場合

町からの補助金	申請者
60万円 +200万円×11.5% +15万4千円 98万4千円	101万6千円

募集戸数

4戸(1人につき1戸まで)

対象(以下の要件のいずれかの住宅)

- ・木造・一般型補強

昭和56年5月以前に建築し、耐震診断において総合評価が1.0未満と診断された木造住宅で、上部構造評点を1.0以上とする耐震改修工事および現地建て替え工事に要する費用。
- ・木造・避難重視型補強

昭和56年5月以前に建築し、耐震診断において総合評価が0.7未満と診断された木造住宅で、上部構造評点を0.7以上1.0未満とする耐震改修工事に要する費用。
- ・非木造・一般型補強

昭和56年5月以前に建築し、耐震診断においてIs値が0.6未満またはq値が1.0未満と診断された非木造住宅で、Is値を0.6以上かつq値を1.0以上とする耐震改修工事および現地建て替え工事に要する費用。

受付は、申し込みされた方から順次行います。

募集件数になりしだい終了となりますので、早めに申し込みをお願いします。



平成27年3月31日までに事業が完了できなかった場合や、補助金の交付決定前に着工(契約)したものは補助金を受けられませんので、注意してください。

問い合わせ先 防災企画課 TEL 23-4902

家具転倒防止器具設置事業

追加募集！

町では、地震発生時の家具転倒による事故を防止し、安心して生活できる環境を整備するために、一定の条件を満たす世帯に対して、無料で家具転倒防止器具の設置を行っています。

設置希望の方は、所定の申込用紙に必要事項を記入し、防災企画課へ提出してください。

申込用紙は、防災企画課に用意しています。

■ 対象者

平成 26 年 5 月 1 日現在、町内に住民登録があり、下記のいずれかに該当する世帯。

1. 65 歳以上の者のみで構成されている世帯（65 歳以上単身世帯も含む）
2. 身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けており、その交付を受けている者のみで構成されている世帯
3. 1・2 に該当する者のみで構成されている世帯

■ その他

- 住居の構造などにより倒防止器具の設置ができない可能性もありますので、ご了承ください。
- 原則、転倒防止器具の設置にかかる費用の負担はありません。
- 設置器具は、設置訪問させていただいたときに相談のうえ決定します。
- 設置器具の数は 3 個以内で、2 種類以上の器具は設置しません。

問い合わせ先 防災企画課 TEL 23-4902

地震などの災害に備えよう！

～事前準備・発生時の注意～

災害の事前準備として、家族全員で一時避難場所や避難経路の確認を行い、その中で一人ひとりの役割を考えておくことが重要です。

また、非常持ち出し袋を準備し、各自避難先で必要な最低限の物を入れておきましょう。

■ ポイント

- 非常持ち出し袋は手がふさがらないためにもリュックが原則！
- 食糧などは 2～3 日家族が過ごせる程度で、欲張らないように！
- 冬などは寒さ対策も忘れずに！
- 置く場所は、玄関などのすぐに取り出せる場所に！

万一、地震や災害が発生した際には、次の点にも注意してください。

- 落ち着いて、自分の身の安全を確保する。
- 火の始末をする。
- 家の外に避難する場合は、電気ブレーカーを「切」にする。

これらは、「通電火災」と呼ばれる二次災害を防ぐために重要な行動となります。



・通電火災とは

大地震や台風などの災害時に、電力線の断絶などのために電気の供給が停止し、停電になりその後、電気が復旧する際に起こる火災の事を指します。

通電火災の原因は、倒れたままの電気ストーブなどの器具に通電して火災が発生したり、ガス漏れが発生しているところに通電して火花が起きて爆発したり、破損したコンセントや切れた電気配線に通電して可燃物に引火したりするなど様々で、実際に阪神・淡路大震災時には原因が特定された建物火災の 6 割が通電火災によるものでした。



ひまわりこども園

■ おうちの人と一緒に遊んだよ！

1学期の保育参観を学年ごとに行いました。

5月23日、5歳児『親子クッキング』ではフルーツポンチを作って食べました。

6月13日、4歳児『親子製作』ではマーブリング技法で季節のカタツムリを作りました。

6月27日、3歳児は親子で給食を食べました。

主な活動の他に、どの学年も親子の触れ合い遊びを取り入れ、楽しいひとときを過ごしました。

参観の終わりには、子どもからのプレゼントを受け取った保護者から「ありがとう、嬉しいわ!」「今日は楽しかったなあ」などの声をかけられ、子どもたちは嬉しさいっぱいの笑顔を見せていました。

7月11日には、乳児組の参観（親子で水遊び）を行いました。



■ こども園の先輩が来てくれたよ！

6月20日、和田小学校6年生が総合学習の一環として、3歳児と交流をしました。

一緒に体操や触れ合い遊び、園庭で好きな遊びをして楽しみました。

はじめはお互いに緊張してよそよそしい様子でしたが、遊び始めるとすぐ仲良しに。

子どもたちは自分のしたい遊具に6年生の手を引いて連れて行って行っていました。

砂場のままごとで、お兄さんに「モグモグ、これおいしいね」と声をかけてもらいながら遊ぶ姿が、とても微笑ましかったです。

6年生は、ひまわりこども園の第1回卒園児で、久しぶりの園舎や保育者との再会を懐かしんでいました。



和田小学校

■ ときわ寮訪問

七夕が近づいてきた7月2日、6年生が養護老人ホームときわ寮を訪問し、入居者の方々と交流をしました。

初めに西川寮長からあいさつをいただいた後、合唱（翼をください、七夕さま、ふるさと）やリコーダー奏（ラバーズコンチェルト、七夕さま）を披露しました。

途中、手で拍子をとってくださる方や、思い出を振り返るように聴き入ってくださる方がいました。

これまで長い人生を懸命に生きてこられた様子が浮かんできると感じました。

その後、恒例の七夕かざりをしました。

6年生児童が、入居者一人ひとりに「お名前は」「願

いごとは」などとていねいに聞きながら短冊に願いごとを書き、笹に飾り付けました。

子どもたちにとっては、人との触れ合いを通して、相手の気持ちを理解する良い機会になりました。

本校周辺には、いくつかの福祉関連施設があります。見学や体験を通して、相手を理解し、人を思いやる心を育てる学習を行っています。

一人ひとりが様々な出会いや環境の中で生きています。

互いが理解し合い、良い関係を作っていく共生社会をめざして、これからも福祉教育に取り組んでいきたいと思ひます。





松原小学校



給食試食会

6月10日、1年生が給食試食会を開催しました。まず、子どもたちが配膳の様子や給食をいただいている様子を参観してもらいました。その後、調理室で子どもたちと同じ給食を試食したり、山本栄養士から給食実施について説明を受けたりしました。給食実施に伴うご理解をいただくとともに、児童がより健やかに成長することを願います。



田植え体験

6月13日、5年生が田植え体験をしました。昨年と同様に高垣典生氏に指導いただき、機械植えと手植えを体験しました。土に足をとられながらも、一株ずつ植えました。中には、植えたと思っても浮いてきてしまうものもありましたが、一生懸命植えました。秋の刈り取りが楽しみです。体験活動へのご指導とご協力に感謝します。



キャリア教育

6月23日、6年生が総合的な学習の時間を活用して「12歳のハローワーク」と題したキャリア教育を実施しました。子どもたちが興味を持っている12種の職業の方々13人にお越しいただき、お話を聞きました。子どもたちからは「諦めないで努力すること」「夢を叶えるためにしっかりと勉強していきたい」などの感想があり、大変勉強になりました。ありがとうございました。



プール清掃

6月26日、各学年が手分けし、全校でプール掃除をしました。高学年はプールの底や壁面をタワシなどでこすり、汚れをきれいに落としました。7月4日には、プール開きを行いました。これから9月初めにかけて、水泳指導を行います。注意をよく守り、事故に遭わないようにしながらしっかり水に親しみ体を鍛えてほしいです。また、海や川での事故にも十分注意をして、安全で楽しい夏を過ごしてもらいたいと思います。



松洋中学校



春の中体連県大会の結果

柔道部（6月8日・白浜町総合体育館）

1年男子	無差別級	2位	巽 貴大
1年女子	48kg級	3位	山下明日香
	無差別級	3位	堀 那月
2年男子	60kg級	2位	久保井浩太
2年女子	無差別級	1位	久保井仁菜
		3位	角 惟茉莉
3年女子	52kg級	3位	北田 弥有

夏の中体連大会が、7月12日から始まりました。3年生にとっては、最後の大会となります。日頃の練習の成果が存分に発揮できるよう、体調を整えベストコンディションで臨んでほしいものです。応援をお願いします。

歯と口の健康週間ポスター・標語コンクール

入賞 中野 友愛

ひまわりこども園で保育体験

3年生が家庭科の授業で、こども園に行き保育体験をしました。子どもたちと、本の読み聞かせやゲームなどをして有意義な時間を過ごすことができました。

少年メッセージ2014（6月1日・美浜町）

3年生の三岩功季君が、本校の代表として参加し奨励賞を受賞しました。「科学に期待すること」をテーマに5分間堂々と発表しました。

人と未来防災センターを訪問（神戸市）

1年生が6月19日に、総合的な学習の時間で取り組んでいる防災学習の一環で、神戸市にある人と未来防災センターを訪問し、語り部さんから阪神淡路大震災の体験談を聞き、映像で阪神淡路大震災の瞬間を体験してきました。他にも、阪神淡路大震災から人々が復興していく様子や東日本大震災の津波の映像を見て、改めて震災の恐ろしさを知りました。この貴重な体験を踏まえ、これから自分たちの住んでいる地域の防災対策などについて聞き取り調査をし、それをまとめて発表する予定です。

8月の予定

18日 1年生登校日
19日 2・3年生登校日
24日 環境整備作業（午前7時30分～）
29日 2学期始業式

開催日 6月15日
男子の部

場所 体育センター

参加 男子4チーム・女子5チーム
女子の部



優勝 Randys

監督 岡田 圭太
選手 岡田 圭太・平井 晃都・松下 祐希
片山 拓弥・戸田 衛・高垣 和也
志賀 俊則・田端 宏基・鈴木 大智
山西 正紘



優勝 てんとう虫

監督 龍神 寿花
選手 龍神 寿花・井原 由賀・濱口 理恵
土尻かおり・尾上 優・田端 みち
平山 淳子

準優勝 吉原B



監督 井原 匠史
選手 井原 匠史・青木 貴史・平山 星治
高垣 豊・吉本 弘二・田端 俊介
徳田 博文・角瀬 和弘

準優勝 上田井 SC



監督 岩崎 陽子
選手 岩崎 陽子・小林 直美・上畑 郁
城間 優子・金川 美樹・村上 祐子
川端 智子

かつらぎ藻の花句会
うぐいすや師弟の句碑に老を鳴く 平尾 晴美
岩苔にそぼ降る梅雨や玉置山 橋本美沙緒
紫陽花を丸くまあるく生けにけり 西 ひとみ
卯浪寄す煙樹ヶ浜の潮煙 東原 京子
菖蒲切る濃紫好き白も添え 西 静代
遠き日の蚊帳に放ちし夕ぼたる 谷岡 米子
身を寄する虫も濡れけり破れ傘 三橋 千代
緑陰に風のもてなしありがたき 中村 栄子
あじさゐに眠け覚さる我なりき 前川 文子
そら豆は真綿の如き鞘の中 西 悦子
小一の恩師空寿や花菖蒲 西 天涯

～みんなそろってすこやかに～

夏の子どもをまもる運動

7月1日～8月31日

- ◎ 非行をなくしましょう。
- ◎ 水の事故、交通事故から子どもを守りましょう。
- ◎ 明るい家庭、明るい地域をつくりましょう。
- ◎ 未成年者の飲酒・喫煙をなくしましょう。



守り育てようこどもたち

夏休みは、子どもたちが学校生活を離れ開放的な気分になるため、非行に走ったり交通事故や水の事故の犠牲になったりしやすい時期です。

「一声」かけて地域みんなの力で子どもを守り育てましょう。

未成年者の飲酒・喫煙はやめよう

未成年者の飲酒や喫煙は、増加と低年齢化しています。

少年の非行防止と健康を守るため、みんなの力で未成年者に酒やタバコを**売らない・買わせない・飲ませない・吸わせない**ことを徹底しましょう。

みんなで防ごう！子どもの連れ去り事案

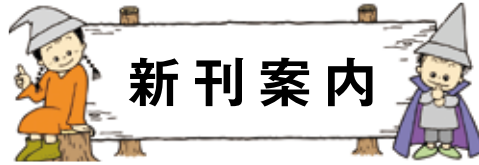
- ☆ 知らない人の車に乗ったり、近づいたりしないようにしましょう。
- ☆ なるべく、友達と一緒に登下校するようにしましょう。
- ☆ 暗い道や人通りの少ない道は避けるようにしましょう。
- ☆ 身の危険を感じたときは、大声で助けを呼んだりしましょう。



「子どもが育つ」親の10箇条

～こころは見えない、だから大切～

- ① 慌てない親：引っ張るのではなく付き添う心
- ② 欲張らない親：子どもの適正を生かそう
- ③ 明るい親：いつもプラス思考で！
- ④ 叱れる親：悪いことは悪いと言い切れる勇氣
- ⑤ 夢のある親：いつも可能性を信じて！
- ⑥ 威張らない親：子どもには子どもの人格がある
- ⑦ しつこくない親：その場で解決を大切に
- ⑧ 前向きな親：失敗は成長の糧
- ⑨ 待てる親：ほんの少しの余裕を！
- ⑩ 子どもを好きな親：子育てを楽しもう！



◇虚ろな十字架

東野 圭吾 (著)



別れた妻が殺された。
もし、あのとき離婚していなければ、私はまた遺族になるところだった——。
圧倒的な密度と、深い思索に裏付けられた予想もつかない展開の書下ろし長編。

◇ポケットに物語を入れて

角田 光代 (著)



本は、開くとき、読んでいるときばかりではなく、選んでいるときからもう、しあわせをくれるのだ。
まるで旅みたい——。
古典的な名作から現代作品まで、80冊にのぼる本の書評・感想文を収録。



8月休館日のご案内

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

※○で囲んだ日が休館日です。
休館日は月曜日・祝日・月末などです。
※開館時間は午前9時30分～午後6時です。

今月のおはなし会

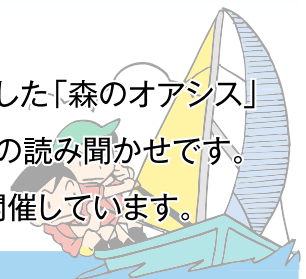
☆8月9日(土)

☆午前10時～午前10時30分

☆中央公民館研修室

☆幼児・児童を対象とした「森のオアシス」

による絵本・紙芝居の読み聞かせです。
毎月第2土曜日に開催しています。





ひまわりこども園

子育てつどいのへや

8月の予定



5日(火) 『プール遊び』

19日(火) 『水遊び』

26日(火) 『水遊び』



6月はこんなことをしたよ



『お絵描き』

1・2歳児がパスや絵の具を使ってお絵描きをしました。
0歳児は手形でひよこを作りました。



『栄養士さんのお話』

食中毒の対処の仕方や夏の水分補給についてのお話を聞きました。



『消防士さんのお話』

日高広域の消防士さんに乳幼児の心肺蘇生とAEDの使い方を教わりました。



『新聞紙・広告紙を使って遊ぼう!』

新聞紙で“動物ぼうし”を作りました。
紙吹雪きれいだったね。

問い合わせ先 ひまわりこども園 TEL 22-3650

お知らせ

忘れず納付! 町県民税・国保税

8月末日が納期限となる町税は、町県民税 第2期分・国民健康保険税 第3期分です。

9月1日までに納めてください。

※8月は末日が日曜となるため、翌日が納期限となります。

町税の納税には、便利な口座振替をお勧めします。

各納期日ごとに預金口座から自動的に納税(引き落とし)されるので、納め忘れがなく大変便利です。

申し込みは、預金通帳とお届け印を持って、下記の金融機関などの窓口で手続きをしてください。

取扱金融機関

紀州農業協同組合・ゆうちょ銀行または郵便局・きのくに信用金庫・近畿労働金庫・和歌山県信用漁業協同組合連合会・紀陽銀行

問い合わせ先 税務課 TEL 23-4903

8月のゴミ収集日

分 別	収 集 日
燃えるゴミ	(毎週) 月・木曜日 浜ノ瀬・吉原・田井畑・ 上田井・入山
	(毎週) 火・金曜日 三尾・和田・本の脇・新浜
燃える大型ゴミ	(偶数月) 第1水曜日 6日
(小型)プラスチックゴミ	(毎月) 第2水曜日 13日
燃えない大型ゴミ	(偶数月) 第3水曜日 20日
資源ゴミ	(毎月) 第4水曜日 27日

※今月は、燃えない(複雑)ゴミの収集はありません。
次回は、9月第3水曜日です。

問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

日高看護専門学校 平成27年度学生募集

学校の概要

学科と修業年限 看護学科(全日制)3年
定員 1学年40人 総定員120人(男女共学)
入学資格 学校教育法第90条第1項に該当する者(高等学校を卒業した者など)



入学試験の概要

	地域枠	社会人	一般
募集人員	15名程度	5名程度	20名程度
受験資格 (全ての要件を満たすこと)	1. 構成市町に住所を有する高校卒業見込みの者(※1) 2. 合格後は必ず本校に入学するもの 3. 卒業後地域で看護師として医療に貢献する意思のある者	1. 高校卒業後3年以上経過した者 2. 合格後は必ず本校に入学するもの 3. 卒業後地域で看護師として医療に貢献する意思のある者	高校を卒業(見込含)した者
試験科目	・国語総合(古文・漢文除く) ・数学I ・英語I ・面接試験(1次試験合格者)	・国語総合(古文・漢文除く) ・数学I ・小論文 ・面接試験(1次試験合格者)	・国語総合(古文・漢文除く) ・数学I ・小論文(1次試験合格者) ・面接試験(1次試験合格者)
願書受付期間	11月4日~11日		平成27年1月6日~13日
1次試験日	11月29日		平成27年1月24日(土)
2次試験日 (1次試験合格者のみ)	12月10日		平成27年2月4日(水)
入学試験会場	日高看護専門学校(御坊市菌116-2)		
入学検定料	20,000円		

※1 住所要件として、平成26年10月1日現在、構成市町(御坊市・美浜町・日高町・由良町・印南町・日高川町)に住所を有する者(通学のために一時的に構成市町と異なる市区町村の住所に移転している者を含む)

詳しい募集要項などは、下記まで問い合わせしてください。

問い合わせ先 日高看護専門学校 TEL 22-1277 FAX 52-7113 E-mail school@hidaka-ns.jp

「わたしと年金」 エッセイ募集中

あなたと公的年金のエピソードを お聞かせください

日本年金機構では、広く国民のみならず、あなたに公的年金制度との関わりをあらためて考えていただく機会として、「わたしと年金」をテーマに、応募者自身やその家族の公的年金制度の関わりや公的年金の大切さなどに関するエピソードを募集しています。

募集した作品の中から、優秀な作品に対して表彰状の授与や記念品を贈呈するほか、受賞者と作品を日本年金機構ホームページへ掲載したり、みなさんがご覧になれるよう作品を冊子にして全国の年金事務所へ設置する予定です。

たくさんの応募をお待ちしています。

応募資格

一般、学生・生徒（中学生以上）

応募締切

9月19日(金) (消印有効)

提出先

- 郵送の場合
〒168-8505
東京都杉並区高井戸3-5-24
日本年金機構サービス推進部サービス推進グループ「わたしと年金」担当
- 電子メールの場合
watashito-nenkin@nenkin.go.jp

詳しい募集要項は、日本年金機構ホームページで確認してください。

日本年金機構

検索

主催

日本年金機構

後援

厚生労働省、文部科学省、全国高等学校長協会、全国都道府県教育委員連合会（申請中）

老人医療費一部助成制度

次のすべての要件を満たす場合、67～69歳の方が対象となる老人医療費（保険診療費）の自己負担額3割が2割になります。

- ①高齢者の医療の確保に関する法律の規定による医療の給付を受けることができないとき。
- ②生活保護法の規定による保護を受けていないとき。
- ③本人および世帯員が町民税を課されていないとき。
- ④世帯員の前年の収入金額の合計額が100万円（世帯員の数が2人以上である場合にあっては、100万円に世帯員のうち1人を除いた世帯員1人につき40万円を加算した金額）を超えないとき。
- ⑤本人の金融資産が350万円を超えないとき、かつ、世帯員の金融資産の合計額が350万円に世帯員の数に乗じて得た額を超えないとき。
- ⑥世帯員が活用できる資産を有していないとき。
- ⑦本人が、同一の世帯に属する方以外の方から扶養を受けていないとき。

問い合わせ先 福祉保険課 TEL 23-4950

各福祉医療費受給者証更新

8月から、「老人医療費受給者証」「ひとり親家庭医療費受給資格証」が新しくなります。

有効期限は1年間です。

今お持ちの受給者証の有効期限が7月31日までとなっていますので、更新手続きをお願いします。

なお、上記受給者証をお持ちの方および小学校入学までの子どもの保護者の方（子ども医療費）については、毎年年初更新処理において所得状況の確認をさせていただきますので、その年の1月1日時点で美浜町に住所がなかった方は所得証明書を提出してください。

問い合わせ先 福祉保険課 TEL 23-4950

健美操教室

～今から始める簡単・快適・健康生活!～

健美操は、呼吸・精神・身体の3つの調和を基本とし、身体のバランスを整え全身の血液の流れを良くするので、気分も爽快になります！

呼吸を大切に、ツボ等を取り入れるので、足腰に負担をかけずに新陳代謝を高め、体力や免疫力をアップさせる体にやさしい体操です。

毎月第3水曜日に無料で実施していますので、どなたでも気軽に参加してください。

※実施日は健康カレンダーにも掲載しています。

- 日時 8月20日(水) 午後1時30分～午後3時
- 場所 地域福祉センター 3階
- 持ち物など 運動できる服装、お茶・水、タオルなど。



問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905



美浜町食生活改善推進協議会です



6月19日に、県内での地産地消や食材に関する取り組みを学び、今後の活動に役立てることを目的として、かつらぎ町「築野食品」へ視察研修に行ってきました。



屋上から
工場見学!!



築野食品の方から、米ぬかの効用やこめ油の製造方法などについて、説明をしていただきました。



先月号で紹介した「地場産食材を用いた調理実習」(5月20日実施)で習った料理のうち、残り2品を紹介します♪

キュウリの挟み漬け

1人分：42kcal



■ 材料 (4人分)

キュウリ … 4本(400g)
ショウガ …… 40g
スモークサーモン … 60g
青じそ …… 12枚
塩 …… 小さじ1



■ 作り方

1. キュウリはピーラーで縦に薄切りにし、ショウガも薄切りにする。
2. 取り出しやすいようバットにラップを敷き、キュウリ・ショウガ・サーモン・青じそに塩をパラパラとふりながら重ねる。
3. 重石として皿を1~2枚のせ、1時間ほど置く。
4. ラップごとに取り出して汁気を切り、食べやすい大きさに切って器に盛る。好みに醤油をかけてもおいしい。

新たまねぎと ひじきの和風サラダ

1人分：125kcal



■ 材料 (4人分)

新たまねぎ …… 2個
ひじき(乾燥) …… 12g
かいわれ大根 … 1/3パック
かつお節 …… 8g
いりごま …… 大さじ2
《和風ドレッシング》
しょうゆ …… 大さじ1
酢 …… 大さじ3
サラダ油 …… 大さじ2
塩、こしょう …… 各少々

■ 作り方

1. たまねぎは半分に切り、薄くスライスする。
2. ボウルに《和風ドレッシング》の材料を入れてよく混ぜ、たまねぎを入れて浸しておく。
3. ひじきは水でもどして茹で、水気を切る。
4. 2に3のひじき、3cmの長さに切ったかいわれ大根・かつお節・ごまを加えて混ぜる。



こんにちは

美浜町地域包括支援センターです！

町では、認知症予防のための活動を行っています。
 今回は、その中の『認知症予防サークル』の様子を紹介
 します！
 6月3日・7月1日に、認知症予防サークル生とひまわ
 りこども園5歳児との交流会を開催しました。
 園児とまつりん＆ぼっくりん体操をしたり、手遊びや歌
 を歌ったり、紙相撲や七夕飾りを作ったりしました♪

★ 認知症予防ポイント ★

- ①脳を使う！
- ②体をよく動かす！
- ③バランスの壊れた食事をあきらめる！
- ④人と関わりを多くもつ！



まつりん＆ぼっくりん体操



お歌をうたおう♪



手遊び



じゃんけんぽん！



おキ玉



紙相撲



七夕飾りの製作



筐にかざりつけよう♪

8

月の教室の日程は、以下のとおりです。

元気はつらつ教室

今月の教室のテーマは「反射神経を鍛えよう!」です。

日 程	場 所	時 間	内 容
11日(月)	地 域 福 祉 セ ン タ ー	午後1時30分～	フリスビー体操
25日(月)			

*参加費無料 申し込み等の必要はありませんので、気軽に参加してください。
 *概ね65歳以上の方が対象です。運動しやすい服装でお越しください。

問い合わせ先 美浜町地域包括支援センター TEL 23-4905

地域巡回いきいきサロン

地域での交流を目的に各地区でサロンを行っています。
身近な場所で行いますので、みなさんお誘い合わせお越しください。

日 程	場 所	時 間	内 容
4日(月)	吉原西集会場	午後1時30分～	血圧測定・手話の歌 健康教室(くわばらりみ講師) 読み聞かせ芝居(サークルともしび)
5日(火)	和田西畜産センター		
19日(火)	和田東会場		
26日(火)	浜ノ瀬住民会館		

*参加費無料 申し込み等の必要はありませんので、気軽に参加してください。

問い合わせ先 美浜町社会福祉協議会 TEL 23-5393

松原気功 サークル

世話人 桑山 行男さま
龍神 好美さま
豊田安都子さま



【概要】

平成15年に、町の介護予防事業に参加し気功を学んだメンバーが集まり結成しました。

週に1回、健康維持・増進を目的に、楽しく行っています。



【主な活動】

毎週火曜日、午後1時30分から2時30分まで、松原地区公民館で活動しています。

気功は、マッサージやストレッチから始まり、寝転んだり座ったりしての簡単な動きや、立ち上がって腕を上げたり足を踏み出したりしての体重移動を、ゆったりした動きで行います。

動きは小さくとも、全身の筋肉を同時に使う有酸素運動なので、体力アップにつながっています。



【特色PR】

無理のない運動なので、年配者でも気軽に始められるのが、気功のよいところです。

全身の動きで筋肉をほぐし、血の巡りを良くするので、体力増進だけではなく、不調の改善も図れます。

メンバーからは、「肩こりや腰痛がなくなった」、「ウエストが細くなった」などの声があがっています。

心身を整えると、自然治癒力も高まります。

みなさん、ぜひ1度見学にいらしてください。



6月28日に、三尾の大賀池で県大賀ハス保存会主催の観蓮会が開催されました。

今年も保存会のみなさんのお力で見事な淡いピンクの花がたくさん咲き、訪れた人の目を楽しませてくれました。

いただいた資料によると、大賀ハスが開花して62年、ここ大賀池に分根されて52年になるそうです。

早、美浜の大賀池で半世紀を越えたということで、保存会のみなさんのご尽力に心より感謝申し上げます。

また、日の岬国民宿舎の方々も随分とむし暑い中設営の準備などをしていただき、本当にありがとうございました。

会では、詩吟、太極拳、大正琴、日舞の催しがあり、また、今年は初めてハス茶もお披露目されました。

さて、みなさんもお存じだと思いますが、大賀ハスについて少しだけ書かせていただきます。

大賀ハスは、昭和26年に大賀一郎博士が千葉県検見川東大農場の泥炭層で見つかった遺跡から3つのハスの実を

発見し、その内のひとつが翌年開花し「大賀ハス」と命名したのが始まりです。

世界最古と言われるのは、放射性炭素年代測定が行われた結果、今から2千年前の弥生時代以前のものであると推定されるからです。

現在千葉市の花に制定され、日本はもとより世界中に大賀ハスは広まっています。

その中で、大賀博士が関わったところは数カ所であり、当地もその数少ないひとつとなっています。

お隣の御坊市では、阪本祐二先生が大賀ハスとアメリカの黄花ハスを交配して作った舞妃蓮があり、こちらもすばらしいハスです。

この広報がみなさんのお手元に届くころはもう花は終わっていますが、来年はぜひ御坊の舞妃蓮と美浜の大賀ハスまで足を運んでいただけたらと思います。