



広報

みはま

10月5日 御坊祭 (これカラークラブ堀口良三さん提供)

CONTENTS

- 「ひまわり」工作・図画コンクール 2
- 園・学校だより 8~9
- クリーン大作戦 17
- サークル紹介コーナー 22

TOWN information

町の人口と世帯数
総人口:7,719人(-1) 男:3,580人(-3) 女:4,139人(+2) 世帯数:3,192(±0)
※平成26年10月1日(対前月比)

第12回 町の花「ひまわり」 工作・図画コンクール

町内の園児・小学生が、夏休みの間に作った作品を募集する、町の花「ひまわり」工作・図画コンクールに今年もたくさんの参加をいただきました。

工作の部 39点、図画の部 150点の応募があり、厳正な審査の結果、最優秀賞・各1点、優秀賞・各3点、佳作・工作の部7点 図画の部6点が選ばれました。

入賞作品は10月1～17日に役場ロビーで展示を行い、子どもたちが咲かせたたくさんのひまわりが、訪れた方の目を楽しませてくれていました。



最優秀賞



工作の部
吉原 文太さん
和田小学校4年生



図画の部
稲葉 陽祐さん
松原小学校2年生

入賞おめでとう！

■工作の部

最優秀賞	吉原 文太	和田小学校	4年生
優秀賞	小川 唯奈	和田小学校	6年生
優秀賞	宮井 花穂	松原小学校	3年生
優秀賞	古田 陽葵	ひまわりこども園	4才児
佳作	玉置 芽依	和田小学校	6年生
佳作	下田 純輝	松原小学校	5年生
佳作	佐伯 滯衣	和田小学校	2年生
佳作	大江 采穂	松原小学校	2年生
佳作	中西 愛子	松原小学校	2年生
佳作	小林 紗彰	松原小学校	1年生
佳作	北裏 翔琉	ひまわりこども園	5才児

■図画の部

最優秀賞	稲葉 陽祐	松原小学校	2年生
優秀賞	杉元 優斗	松原小学校	6年生
優秀賞	田端 啓人	松原小学校	3年生
優秀賞	今枝 篤哉	ひまわりこども園	5才児
佳作	黒田 真央	松原小学校	5年生
佳作	中林 勇貴	和田小学校	4年生
佳作	松下 誠	和田小学校	1年生
佳作	金川 愛批	ひまわりこども園	4才児
佳作	前田 和子	こじか保育園	3才児
佳作	入江 奏介	こじか保育園	2才児

(敬称略)

問い合わせ先 防災企画課 TEL 23-4902

国民健康保険特別会計決算状況

■ 国民健康保険加入者のみなさんへ

国民健康保険の財政は、みなさんが納める国民健康保険税と国や県の交付金（補助金）で運営をしています。

美浜町では、国民健康保険被保険者数は減少する一方、1人当たりの診療費は増大しています。

医療費は、被保険者の高齢化や医療技術の高度化により毎年増加しています。

町でもその適正化のため、取り組みをしているところです。

	被保険者数	診療費 (1人当たり)
24年度	2,460人	284,675円
25年度	2,354人	296,341円

(一般+退職)

■ 平成25年度美浜町国民健康保険特別会計決算状況

単位：円

歳入		歳出	
国民健康保険税	205,158,943	総務費	18,184,857
国庫支出金	213,477,274	保険給付費	716,865,199
療養給付費等交付金	81,034,000	後期高齢者支援金等	126,528,191
前期高齢者交付金	297,983,358	前期高齢者納付金等	124,522
県支出金	57,213,386	老人保健拠出金	5,380
共同事業交付金	104,138,069	介護納付金	57,433,161
繰入金	72,592,454	共同事業拠出金	118,666,805
諸収入	4,901,874	保健事業費	6,181,742
前年度繰越金	63,810,322	その他の支出	29,097,301
		基金積立金	2,913,000
		次年度繰越金	24,309,522
合計	1,100,309,680	合計	1,100,309,680

国民健康保険の健全な運営のため、被保険者のみなさんも身近にできることから協力をお願いします。

- ・ジェネリック医薬品を活用しましょう。
- ・健康診査を受けましょう。
- ・医療費通知を確認しましょう。
- ・整骨院、接骨院には正しくかかりましょう。
- ・交通事故（第三者行為）などにより医療機関を受診される場合は、役場に届出をしてください。



問い合わせ先 福祉保険課 TEL 23-4950

和歌山県知事選挙 和歌山の未来をつくる その一票

投票日 **11月30日(日)**

11月14日(金)から期日前投票が始まります

投票時間 **午前7時～午後6時**

投票日当日、仕事や旅行などのため投票所に行けない方は、美浜町役場期日前投票をすませましょう。

投票場所 **入場券記載の投票所**

期日前投票は、午前8時30分から午後8時までです。

棄権することなく、きれいな一票を投じましょう。



問い合わせ先 美浜町選挙管理委員会 TEL 23-4901

健全化判断比率および資金不足比率を公表します

平成21年4月1日から「地方公共団体の財政健全化に関する法律」が全面的に施行され、地方公共団体は毎年度、財政健全化比率（実質赤字比率・連結実質赤字比率、実質公債費比率、将来負担比率）と公営企業ごとの資金不足比率を監査審査に付した上で議会に報告するとともに、これを公表することとされました。

平成25年度決算に基づく美浜町の健全化判断比率・資金不足比率は以下のとおりです。

健全化判断比率および資金不足比率ともに法律の定める「早期健全化基準」・「経営健全化基準」を下回っています。

健全化判断比率

項目	①実質赤字比率	②連結実質赤字比率	③実質公債費比率	④将来負担比率
美 浜 町	—	—	8.8%	37.6%
早期健全化基準	(15.0%)	(20.0%)	(25.0%)	(35.0%)
財政再生基準	(20.0%)	(30.0%)	(35.0%)	

注：（ ）内は、早期健全化基準及び財政再生基準を表示しています。

実質赤字比率および連結実質赤字比率の「—」は、それぞれ実質赤字額、連結実質赤字額がないことを示しています。

資金不足比率

特別会計の名称	資金不足比率	経営健全化基準
農業集落排水事業特別会計	—	20%
公共下水道事業特別会計	—	20%
水道事業会計	—	20%

注：資金不足比率の「—」は、資金不足額がないことを示しています。



用語解説

じっしつあかじひりつ 実質赤字比率

一般会計の実質収支が赤字となった場合に、赤字額の標準財政規模に対する比率です。

15%以上で早期健全化団体に、20%以上で財政再生団体となります。

れんけつじっしつあかじひりつ 連結実質赤字比率

一般会計と一般会計以外の全ての会計における実質収支の黒字額（または資金剰余）や赤字額（または資金不足）の合計（連結）が標準財政規模に対する比率です。

20%以上で早期健全化団体に、30%以上で財政再生団体となります。

じっしつこうさいひりつ 実質公債費比率

一般会計等が負担する元利償還金等の標準財政規模に対する比率で、一部事務組合への負担金や公営企業会計に対する繰出金のうち元利償還金相当分なども要素に加えられています。

この比率が18%を超えると地方債を発行する際に国の同意ではなく、許可が必要になります。

また、25%以上になると早期健全化団体となり一部の地方債の発行が、35%以上になると財政再生団体となり多くの地方債の発行が制限されます。

しょうらいふたんひりつ 将来負担比率

地方債の残高や公営企業など他の会計の地方債残高のうち一般会計が負担するもの、一部事務組合の地方債残高のうち町の負担分、さらには、職員の退職手当支給予定額などの一般会計等が将来負担すべき実質的な負債が標準財政規模に対する比率です。

この比率は他の比率とは異なり、財政再生基準が設けられていませんが、350%以上で早期健全化団体となります。

しきんふそくひりつ 資金不足比率

公営企業の資金不足額が営業収益（料金収入等）の規模で示される「事業規模」に対する比率です。

20%以上で経営健全化団体となり、公営企業の経営の健全化を図る計画を策定しなければなりません。

この比率は、各公営企業会計毎に算定することとされています。

ひょうじゆんざいせいきぼ 標準財政規模

自治体が通常の行政サービスを提供するために必要な一般財源をどの程度もっているのかを表す指標で、普通交付税と地方税が主なものです。

自治体の財政状況を一定の基準で分析する場合などに利用されます。

じっしつしゅうし 実質収支

決算の歳入歳出の単純な差額である形式収支から、翌年度へ繰り越した事業の財源として収入済みの歳入額を差し引いた、実質的な決算です。

地方公共団体の黒字（赤字）は、この数値により判断されます。

美浜町財政事情書

平成25年度一般会計歳入歳出決算

歳入

単位：千円

区 分	平成25年度 A		平成24年度 B		差 引 A-B	本年度 増減率	前年度 増減率	平成25年度収入割合		住民1人当 決算額 円
	決算額	構成比	決算額	構成比				対予算	対調定	
町 税	646,274	16.05%	640,887	16.60%	5,387	0.84%	-1.12%	110.90%	95.14%	83,069
地方譲与税	21,745	0.54%	22,882	0.59%	-1,137	-4.97%	-6.67%	114.44%	100.00%	2,795
利子割交付金	3,846	0.10%	3,909	0.10%	-63	-1.61%	-11.58%	128.20%	100.00%	494
配当割交付金	5,657	0.14%	2,967	0.08%	2,690	90.66%	15.67%	282.85%	100.00%	727
株式等譲渡所得割交付金	7,349	0.18%	546	0.01%	6,803	1245.97%	2.82%	99.31%	100.00%	945
地方消費税交付金	56,974	1.42%	57,464	1.49%	-490	-0.85%	-1.69%	111.71%	100.00%	7,323
自動車取得税交付金	5,889	0.15%	6,939	0.18%	-1,050	-15.13%	21.06%	117.78%	100.00%	757
地方特例交付金	2,767	0.07%	2,866	0.07%	-99	-3.45%	-76.79%	100.00%	100.00%	356
地方交付税	1,554,590	38.61%	1,536,235	39.78%	18,355	1.19%	-2.44%	104.03%	100.00%	199,819
交通安全対策特別交付金	638	0.02%	645	0.02%	-7	-1.09%	-10.29%	106.33%	100.00%	82
分担金及び負担金	37,404	0.93%	39,782	1.03%	-2,378	-5.98%	-2.64%	99.45%	99.04%	4,808
使用料及び手数料	45,246	1.12%	45,668	1.18%	-422	-0.92%	0.39%	104.69%	98.45%	5,816
国庫支出金	393,848	9.78%	262,918	6.81%	130,930	49.80%	-3.20%	85.01%	100.00%	50,623
県支出金	233,018	5.79%	226,973	5.88%	6,045	2.66%	-6.39%	99.30%	100.00%	29,951
財産収入	4,702	0.12%	107,972	2.80%	-103,270	-95.65%	2004.72%	100.64%	100.00%	604
寄附金	1,445	0.04%	1,303	0.03%	142	10.90%	346.23%	336.05%	100.00%	186
繰入金	441,853	10.97%	305,089	7.90%	136,764	44.83%	15.38%	100.00%	100.00%	56,793
繰越金	201,489	5.00%	264,095	6.84%	-62,606	-23.71%	4.33%	100.00%	100.00%	25,898
諸収入	58,095	1.44%	63,793	1.65%	-5,698	-8.93%	-12.19%	105.35%	95.72%	7,467
町 債	303,300	7.53%	268,600	6.96%	34,700	12.92%	253.89%	72.18%	100.00%	38,985
歳入合計	4,026,129	100.00%	3,861,533	100.00%	164,596	4.26%	7.14%	98.91%	99.10%	517,497

歳出 (目的別)

単位：千円

区 分	平成25年度 A		平成24年度 B		差 引 A-B	本年度 増減率	前年度 増減率	対予算 執行割合	住民1人当 決算額 円
	決算額	構成比	決算額	構成比					
議会費	70,835	1.87%	78,345	2.14%	-7,510	-9.59%	-7.65%	99.17%	9,105
総務費	810,092	21.33%	841,224	22.98%	-31,132	-3.70%	37.83%	99.42%	104,125
民生費	853,244	22.47%	916,890	25.05%	-63,646	-6.94%	78.16%	97.76%	109,671
衛生費	383,350	10.10%	388,442	10.61%	-5,092	-1.31%	-6.71%	96.20%	49,274
農林水産業費	180,062	4.74%	163,560	4.47%	16,502	10.09%	8.96%	84.85%	23,144
商工費	32,421	0.85%	16,184	0.44%	16,237	100.33%	18.13%	89.02%	4,167
土木費	345,294	9.09%	277,588	7.58%	67,706	24.39%	53.00%	88.93%	44,382
消防費	247,909	6.53%	182,034	4.97%	65,875	36.19%	24.73%	91.69%	31,865
教育費	527,121	13.88%	448,609	12.26%	78,512	17.50%	-6.49%	80.76%	67,753
公債費	346,843	9.13%	347,168	9.49%	-325	-0.09%	1.40%	99.37%	44,581
諸支出金	0	0.00%	0	0.00%	0	-	皆減	-	0
災害復旧費	0	0.00%	0	0.00%	0	-	皆減	-	0
歳出合計	3,797,171	100.00%	3,660,044	100.00%	137,127	3.75%	6.40%	93.29%	488,068

歳出 (性質別) この区分については地方財政状況調査(決算統計)の分析による。ただし特会振替分は除く。

単位：千円

区 分	平成25年度 A		平成24年度 B		差 引 A-B	本年度 増減率	前年度 増減率	住民1人当 決算額 円	備 考
	決算額	構成比	決算額	構成比					
消費的経費									
人件費	631,638	16.63%	637,763	17.43%	-6,125	-0.96%	7.77%	81,187	
物件費	620,597	16.34%	611,932	16.72%	8,665	1.42%	-2.44%	79,768	
維持補修費	10,349	0.27%	10,677	0.29%	-328	-3.07%	-0.96%	1,330	
扶助費	364,054	9.59%	362,906	9.92%	1,148	0.32%	5.74%	46,794	
補助費等	500,308	13.18%	480,925	13.14%	19,383	4.03%	-4.41%	64,307	
小 計	2,126,946	56.01%	2,104,203	57.49%	22,743	1.08%	1.35%	273,386	
投資的経費									
普通建設事業	548,137	14.44%	329,056	8.99%	219,081	66.58%	7.19%	70,455	
補助事業	231,447	6.10%	106,250	2.90%	125,197	117.83%	53.19%	29,749	
単独事業	315,891	8.32%	222,556	6.08%	93,335	41.94%	-6.25%	40,603	
その他	799	0.02%	250	0.01%	549	219.60%	0.00%	103	
災害復旧事業費	0	0.00%	0	0.00%	0	-	皆減	0	
小 計	548,137	14.44%	329,056	8.99%	219,081	66.58%	6.27%	70,455	
公債費	346,843	9.13%	347,168	9.49%	-325	-0.09%	1.40%	44,581	
積立金	325,192	8.56%	398,281	10.88%	-73,089	-18.35%	85.64%	41,798	
投資及び出資金・貸付金	0	0.00%	0	0.00%	0	-	-	0	
繰出金	450,053	11.85%	481,336	13.15%	-31,283	-6.50%	-3.19%	57,847	
歳出合計	3,797,171	100.00%	3,660,044	100.00%	137,127	3.75%	6.40%	488,068	

< 参考 > 平成26年3月31日現在住民基本台帳人口

7,780人

平成25年度末基金の状況

単位：千円

区 分	24年度末現在高	決算年度中増減高	25年度末現在高
財政調整基金	1,500,629	- 76,695	1,423,934
ふるさと基金	79,131	- 18,317	60,814
高齢者福祉基金	136,933	- 9,693	127,240
減債基金	65,825	- 860	64,965
中山間ふるさと水と土保全基金	10,000	0	10,000
水産業振興基金	64,002	144	64,146
住宅基金	25,215	- 4,943	20,272
墓地管理基金	7,781	1,027	8,808
国民健康保険事業基金	35,732	1,414	37,146
公共下水道事業基金	48,445	1,307	49,752
介護給付費準備基金	622	1	623
合 計	1,974,315	- 106,615	1,867,700

平成25年度特別会計歳入歳出決算

単位：千円

会 計 名	予算額	収入済額	支出済額	差引残高
国民健康保険特別会計	1,091,381	1,100,310	1,076,000	24,310
農業集落排水事業特別会計	105,588	101,065	101,065	0
公共下水道事業特別会計	304,333	248,143	247,543	600
介護保険特別会計	801,079	797,369	784,656	12,713
後期高齢者医療特別会計	200,652	200,262	199,088	1,174
水道事業会計（収益的収支）	128,262 119,370	129,502	113,733	15,769
水道事業会計（資本的収支）	33,825 102,648	30,554	86,061	- 55,507



平成25年度末町債現在高

単位：千円

区 分	金 額
普 通 債	1,455,856
災 害 復 旧 債	1,212
そ の 他 債	1,758,634
一 般 会 計 合 計	3,215,702
農 業 集 落 排 水 事 業 債	245,164
公 共 下 水 道 事 業 債	1,369,821
介 護 保 険 事 業 債	6,966
水 道 事 業 債	370,290
合 計	5,207,943
住民1人当たり金額 単位：円	669,401

主な町有財産

単位：㎡

区 分	土 地	建 物		
		木 造	非 木 造	合 計
本 庁 舎	4,040		2,803	2,803
消 防 施 設	369	45	320	365
行政機関のその他の施設				0
学 校	25,643		14,363	14,363
公 営 住 宅	5,804		5,750	5,750
公 園		152	262	414
公共用財産のその他の施設	69,694	352	15,011	15,363
普 通 財 産	9,797		513	513
合 計	115,347	549	39,022	39,571

用語解説

《歳入》

町税

皆様方が町に直接納める税金

地方譲与税

国税として徴収された税金を町に財源として譲与されるお金

地方消費税交付金

消費税の一部から交付されるお金

地方交付金

所得税などの国税の中から、町の財政状況、地域特性に応じて交付されるお金

国庫・県支出金

事業など特定の目的の財源として、国や県から交付されるお金

繰入金

会計間相互の資金運用や、基金を取り崩したお金

繰越金

前年度から繰り越されたお金

町債

財務省や金融機関から借り入れたお金



《歳出・目的別》

議会費

議会運営に要する経費

総務費

本庁舎の管理や地籍調査、戸籍、統計、徴税、選挙に要する経費

民生費

高齢者や障害者、児童の福祉に要する経費

平成26年度一般会計予算執行状況(平成26年9月末現在)

歳入

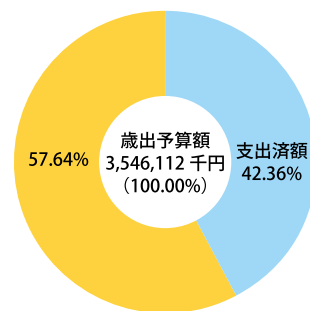
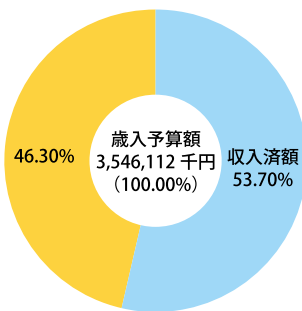
単位：千円

区分	予算現額	収入済額	執行率
町税	589,297	388,875	65.99%
地方譲与税	18,000	5,878	32.66%
利子割交付金	3,000	1,215	40.50%
配当割交付金	5,000	1,513	30.26%
株式等譲渡所得割交付金	500	0	0.00%
地方消費税交付金	58,000	39,155	67.51%
自動車取得税交付金	2,000	889	44.45%
地方特例交付金	2,317	2,317	100.00%
地方交付税	1,408,906	1,033,829	73.38%
交通安全対策特別交付金	600	0	0.00%
分担金及び負担金	33,569	15,129	45.07%
使用料及び手数料	43,480	21,357	49.12%
国庫支出金	425,295	103,758	24.40%
県支出金	255,859	30,558	11.94%
財産収入	4,236	171	4.04%
寄附金	1,361	1,401	102.94%
繰入金	341,055	0	0.00%
繰越金	110,000	228,958	208.14%
諸収入	62,037	20,187	32.54%
町債	181,600	9,200	5.07%
歳入合計	3,546,112	1,904,390	53.70%

歳出

単位：千円

区分	予算現額	支出済額	執行率
議会費	71,920	39,345	54.71%
総務費	539,984	197,393	36.56%
民生費	897,085	388,300	43.28%
衛生費	427,237	210,259	49.21%
農林水産業費	311,740	70,836	22.72%
商工費	19,529	7,029	35.99%
土木費	306,185	118,142	38.59%
消防費	210,755	113,416	53.81%
教育費	415,538	209,396	50.39%
公債費	341,139	147,999	43.38%
諸支出金	0	0	-
災害復旧費	0	0	-
予備費	5,000	0	0.00%
歳出合計	3,546,112	1,502,115	42.36%



平成26年度特別会計予算執行状況(平成26年9月末現在)

単位：千円

会計名	予算現額	収入済額	支出済額	収入執行率	支出執行率
国民健康保険特別会計	1,071,983	456,058	477,010	42.54%	44.50%
農業集落排水事業特別会計	239,853	36,180	31,823	15.08%	13.27%
公共下水道事業特別会計	275,545	108,982	104,958	39.55%	38.09%
介護保険特別会計	816,156	347,865	334,053	42.62%	40.93%
後期高齢者医療特別会計	200,048	90,623	75,734	45.30%	37.86%
水道事業会計(収益的収支)	144,206	53,483		37.09%	
水道事業会計(資本的収支)	162,838		34,002		20.88%
	23,840	3,531		14.81%	
	114,264		24,970		21.85%

平成26年度一時借入金現在高

単位：千円

会計名	金額
一般会計	0
国民健康保険特別会計	0
老人保健特別会計	0
農業集落排水事業特別会計	0
公共下水道事業特別会計	0
介護保険特別会計	0
後期高齢者医療特別会計	0
水道事業会計	0

衛生費

母子保健や健診、ごみ処理、墓地の管理に要する経費

農林水産業費

農業や漁業の振興、保安林の保護に要する経費

商工費

商工、観光に要する経費

土木費

道路や港湾の整備、町営住宅に要する経費

消防費

消防、防災対策に要する経費

教育費

小・中学校やこども園、図書館、社会教育に要する経費

公債費

町債の元利償還に要する経費

《歳出・性質別》

維持補修費

公共施設等の修繕に要する経費

扶助費

児童や高齢者、障害者の方の福祉向上のための経費

補助費

個人や団体に対する負担金補助など

普通建設事業費

道路や建物などの建設事業に係る経費

公債費

財務省や金融機関から借りたお金の返済金

積立金

各種目的に応じて設置された基金への積立金



ひまわりこども園

■ 運動会 ～みんな 笑顔で 輪になって～

絶好の秋晴れに恵まれた9月27日、第7回 運動会を行いました。

3～5歳児の縦割りの競技では、手作りした子どもたちの大好きなアンパンマンファミリーと一緒に、アンパンマン体操を踊りました。

園の伝統「とびきり元気ひまわりキッズ」では、みんなで気持ちをひとつにして演技した子どもたち。

どの種目においても、子どもたちは自分の出せる力を精一杯発揮し、たくさんのお客さんから大きな拍手や声援をいただきました。



■ 避難訓練

9月30日、地震による津波の避難訓練を行いました。

今回初めて、全園児でらせん階段を使って屋上に避難する訓練を試みました。

まずは、幼児組を避難させた後、幼児組の保育者が乳児組の補助に入り、園児一人ひとりを抱っこしたり手をつないだりして階段を登りました。

幼児組は、屋上に避難した後、ライフジャケットを着用。

全園児、階段を怖がって泣いたりする子もなく、スムーズに避難することができました。



和田小学校

■ スポーツの秋

紅葉に彩られ、山々が装う季節となりました。

2学期は体力づくりにも力を入れて取り組んでいます。

県教育委員会指定の体力・授業力アップモデル事業として実施した2学期早々の4年生の水泳授業では、地域の指導者の方々を招いて、クロールと平泳ぎについてそれぞれ手や足の動きを正しい泳法に基づいて教えていただきました。

また、県内の教員などが参加した当日の授業では、教えてもらったことを基に、子どもたちが自分のどの部分を直したら良いのかを考えながら泳げるようになっていました。

教員同士の話し合いでは、一人ひとりの児童が自分の立てた目標を達成するために熱心に泳いでいる姿



を評価していただきました。

泳力テストでは、泳力がぐんと伸びていました。

また、この機会に有名選手などのトップアスリートを招き、持久走や体操を教えてもらうことも計画しています。

いよいよ来年に迫った国民体育大会に向けて様々な取り組みが進められていますが、県教育委員会が子供たちの体力向上のために作成した「紀州っ子がやきエクササイズ」のダンスを全校朝会で練習しました。

若手教師の舞台でのダンスや、体操選手の田中理恵さん振り付けの映像を見ながら挑戦しました。

音楽に合わせてみんな楽しそうに踊っていました。





松原小学校



■ 紀の国緑育推進事業

9月11日、紀の国緑育推進事業を受け、4年生がゆめ倶楽部21の小早川氏指導による授業を受けました。

まず、木の種類や見分け方を、見本を見たり手に取り触ったりしながら学びました。

また、煙樹ヶ浜が私たちの暮らしを守ってくれていることも知りました。

後半は、木の恵みを体験するウッドバーニングに取り組みました。



■ キッズサポートスクール

9月16日、2・5年生が県警察本部生活安全部少年課少年サポートセンター指導による「キッズサポートスクール」を受けました。

色々な事件や事故が報道されていますが、そのようなものに巻き込まれないよう、自分で気を付けることや対処法などについて学びました。



■ 修学旅行

9月18～19日、6年生が奈良・京都・大阪方面に修学旅行へ行きました。

自分の目標や学級の目標を決め、学校ではできない勉強に取り組みました。

宿泊所では挨拶することを褒めていただき、「挨拶は社会に出たとき大いに役立つ。大切に」という激励をいただきました。



■ 歯磨き指導

9月25日、5年生が学校歯科医の五木田先生から歯磨き指導を受けました。

児童の感想には「歯を磨く時は、一本一本丁寧に磨くことが大切と分かりました。ぼくは、今日の夜教わった歯の磨き方で磨こうと思います」「歯を磨く時は、教えてもらったことを思い出して磨きます」などがありました。

歯をいつまでも健康に保ってください。



松洋中学校



■ 第46回吹奏楽部定期演奏会

9月13日、体育館で吹奏楽部定期演奏会を開催しました。

当日は、地域の方々をはじめ、在校生など約300名の来場者がありました。

午後6時の開演より、休憩を挟んで11曲、アンコール1曲、計12曲を演奏しました。

途中で楽器紹介を入れながら、なごやかな雰囲気の中、なか終了することができました。



■ 日高地方中学校新人体育大会

バレーの部 女子ベスト8

バドミントンの部

男子シングルス 1位 柏木 颯
2位 岩橋 稜典

(県大会出場)

陸上競技の部

男子1年 1500m	1位 若野 聖人	5位 北裏 直人
2年 800m	6位 峯玉 弥拓	共通 3000m 3位 東 賢伸
女子1年 100m	7位 阪口 知穂	800m 8位 宮崎 日菜
走幅跳	4位 古川 真陽	2年 200m 6位 中前 桃香
走幅跳	4位 中前 桃香	共通 1500m 5位 濱口 楓菜
走高跳	6位 西田 葵	100H 7位 龍神 紀花
4x100mR	6位 濱本・中前・阪口・大谷	

(3位まで県大会出場)

テニスの部 9位 濱崎・本多組 (県大会出場)

剣道の部
男子個人 ベスト8 小川 航大・西村 嘉記
女子個人 1位 山本のどか (県大会出場)

野球の部 2回戦敗退

■ 11月4～7日は、学校開放週間です

ぜひ、この機会に生徒たちの様子をご覧ください。

周知の埋蔵文化財包蔵地内における 工事等の手続きについて

■ 工事等（新築・改築・土木工事等）をする場合の事前 相談・照会

工事等を計画される場合には、事前に工事箇所が周知の埋蔵文化財包蔵地に含まれるかどうかを確認する必要があります。

周知の埋蔵文化財包蔵地に含まれるかどうかは、『和歌山県埋蔵文化財包蔵地所在地図』により確認してください。

『和歌山県埋蔵文化財包蔵地所在地図』は、町教育委員会で閲覧、または県ホームページで公開しています。

工事等を円滑に行うためにも、事前の相談、照会はできるだけ早い時期にお願いします。

埋蔵文化財包蔵地の確認

- ・ 県教育委員会ホームページで閲覧
和歌山県埋蔵文化財包蔵地所在地図 URL
<http://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/500700/maizou/index.html>
- ・ 町教育委員会で直接閲覧
工事等予定がわかる地図（住宅地図など）を用意し、中央公民館までお越しください。

■ 工事箇所が周知の埋蔵文化財包蔵地に該当する場合の 手続き

工事箇所が周知の埋蔵文化財包蔵地内に該当した場合、事業者は町教育委員会に工事着工 60 日前までに所定の届出を行う必要があります（文化財保護法第 93 条第 1 項）。

この間、工事の着工はできません。

なお、届出書は町教育委員会を經由して県教育委員会に提出し、工事内容等を検討したのち次のいずれかを指示します。

- ①確認・発掘調査
工事に先立ち行う調査で、遺跡の内容を把握するための部分的な発掘を行う確認調査と、記録保存のための本発掘調査があります。
- ②工事立会
工事箇所を、町教育委員会および県教育委員会の担当職員が立会い、必要に応じて記録の保存を実施します。
- ③慎重工事
包蔵地内であることを認識して、文化財に影響を与えないよう慎重に工事を実施してください。
工事中に埋蔵文化財を発見した場合は、直ちに工事を中止し、町教育委員会に連絡してください。
また、届出時と掘削範囲や掘削深度が変更になる場合は、再度届出が必要となります。

■ 提出書類

届出に必要な関係書類は次のとおりです。

- ①埋蔵文化財発掘の届出（指定の様式）
 - ②土木工事を行う位置図・付近見取図
 - ③土木工事等の概要書類・図面
（土地利用計画図・建物配置図・建物の平面図・立面図・基礎図・地中埋蔵物に関する図面など）
- 提出部数 2部

問い合わせ先 中央公民館 TEL 22-7309

かつらぎ藻の花句会

千草活け今朝の心の平和なる

谷岡 米子

寂寥が身に沁み候法師蟬

三橋 千代

九条に守られ八十路敬老日

東原 京子

鈴虫の鈴の澄みゆく夜更けかな

平尾 晴美

浦風ぎて名月愛する歩みかな

西 悦子

火祭りの闇夜切り裂き馳け降りし

山羽 義貴

シヨルダーに梨の一つの重さあり

西 ひとみ

石垣の何処に入るや穴惑ひ

橋本三沙緒

稲雀一時避難は屋根の上

西 静代

案山子かと思へど老の二人かな

前川 文子

月明り沖に出る夫見送りに

中村 栄子

刈り進む日全鮮やかコンバイン

西 天涯

町制施行60周年記念

人権教育講演会

11月8日 松洋中学校体育館

午後1時30分～（開場：午後1時）

※終了は午後3時を予定しています

講師 ジェフ・バーグランド

テレビなどで活躍されているジェフ・バーグランド氏に、「あってはいけない違い なくてはならない個性 ～次世代につなぐ人権のバトン～」と題した講演をしていただきます。

整理券などの配布は行いませんので、みなさんお気軽にお越しください。



町体育協会事業計画 後期日程決定

9月16日に、松原地区公民館にて町体育協会理事会を開催し、今後の事業計画について話し合いを行いました。

承認された平成26年度後期の各大会日程は、次のとおりです。

- 12月7日(日)
第40回 美浜マラソン大会（小学生対象）
- 12月14日(日)
第38回 町民卓球大会
- 1月11日(日)
成人式祝賀 第53回 町駅伝競走大会
- 2月22日(日)
第36回 町民バドミントン大会
- 3月1日(日)
第9回 町民ソフトバレーボール大会
- 3月15日(日)
優秀スポーツ賞授与式



美浜町文化展

11月15・16日

体育センター

午前9時～午後5時

（16日は午後4時まで）



芸能発表会も行います！

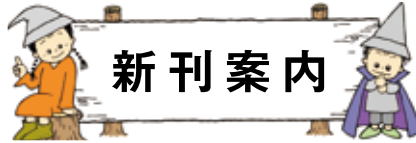
11月15日 午後1時～

松洋中学校体育館

みなさんのご来場をお待ちしています。

問い合わせ・申し込み先
中央公民館 TEL 22-7309

友学の森 美浜町立図書館だより



降り積もる光の粒

角田 光代 (著)

旅を終えたときに気づく。
旅でしか得られないすばらしいものが、きらきらと光を放しながら自身の内に降り積もっているのを一。
旅好きだけど、旅慣れない。
そんなスタイルだからこそ出会えた、ひと、もの、風景を綴る。



ソボちゃん

有吉 玉青 (著)

名作『紀ノ川』の文緒のモデルであり、生涯、佐和子を支え続けた「祖母」、秋津。
そして、彼女は人気作家の母にかわり、幼い孫娘を育て、励まし、導いてくれた、大好きな「ソボちゃん」だった…。
最愛の人との、甘やかで痛切な日々を通して描かれる、祖母から母、娘へと流れる、有吉家の女三代の物語。

どんぐりむらのほんやさん



なかや みわ (著)

本の中で、子どもを元気にした本屋さんの店長さん、入院中の子を笑顔にした店員のこなるう…店員くるんも、「おはなし会」で頑張ります。
素敵な本がたくさん登場します。

その素敵な本とお客様との出会いのために、頑張る本屋さんのお仕事ぶりを描きます。



DVD を返却する時は、ブックポストに入れずに、直接図書カウンターへ返却してください。

図書館が休みの場合は、公民館まで持ってきてください。

11 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

※○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

☆11月8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



11月の予定

- 4日(火) 『ベビーマッサージ』
- 11日(火) 『散歩に出かけよう！(新浜)』
- 18日(火) 『小麦粉粘土(1・2歳児)』
- 25日(火) 『図書館に行こう！』



9月はこんなことをしたよ



『お面を作ろう』

運動会にかぶる“ぞう・いぬ・うさぎ・ライオン”のお面を作りました。



『運動遊び(0・1歳児)』

クネクネ道から落ちないで歩けたよ！



『運動遊び(2歳児)』

平均台やマット、跳び箱で遊びました。
ミニパルーンも楽しかったね。



『運動会』

平均台を渡り、動物さんに
リングをあげました。
おみやげをもらったよ

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!国保税

11月末日が納期限となる町税は、国民健康保険税 第6期分です。

12月1日までに納めてください。

(11月末日は日曜日となるため、翌日が納期限となります)

■ 国民健康保険制度

病気やけがをしたときに安心して医療を受けられるように、加入者のみなさんが保険税を出し合い互いに助け合う制度で、『国民健康保険特別会計』として独自の会計で運営しています。

■ 主な財源

加入者のみなさんに納めていただいている保険税をはじめ、国・県等の交付金や町からの財政支援などを財源として運営されています。

■ 主な支出

医療費や出産育児一時金（保険給付費）などに使われています。

加入者のみなさんが安心して医療を受けられるよう、『自主納付』と『期限内納付』に協力をお願いします。

問い合わせ先

税務課 TEL 23-4903

11月11～17日は「税を考える週間」です

■ 年末調整説明会開催

- ・ 11月25日 午後1時30分～午後3時30分
紀州農協アグリセンターみなべ
- ・ 11月27日 午後1時30分～午後3時30分
御坊市民文化会館



■ 記帳・帳簿等の保存制度の拡大について

平成26年1月から記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されています。対象となる方は、事業所得、不動産所得または山林所得を生ずべき業務を行う全ての方です。

詳しくは、国税庁ホームページ (<http://www.nta.go.jp>) をご覧いただくか、御坊税務署 個人課税部門 (Tel 22 - 1052) に問い合わせしてください。

■ 贈与税も e-Tax (国税電子申告・納税システム) !

従来の所得税・法人税・消費税・酒税および印紙税に加え、贈与税の申告も e-Tax 利用が可能となっています。

■ 源泉所得税の納付は『ダイレクト納付』を利用してみませんか

ダイレクト納付とは、事前に税務署に届出などをしておけば、e-Tax を利用して電子申告等をした後に、届出をした預貯金口座から簡単なクリック操作で即時または期日を指定して納付することができる新たな納付手段です。

ダイレクト納付の利用可能金融機関など、詳しくは御坊税務署 管理運営部門 (Tel 22 - 0697) に問い合わせしてください。

■ 納税証明書の請求は『オンライン請求』を利用してみませんか

納税証明書を e-Tax にて請求いただければ、手数料が 370 円と安価になり (通常 400 円)、窓口ですぐに受け取れます。

詳しくは、御坊税務署 管理運営部門 (Tel 22 - 0697) に問い合わせしてください。

問い合わせ先 御坊税務署 TEL 22-0695

陸上自衛隊高等工科学校生徒募集

	推 薦	一 般
募集人員	約 60 名	約 260 名
受付期間	11月1日～12月5日 ※	11月1日～平成27年1月9日 ※
募集資格	平成27年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子	
試験日	平成27年1月10～12日のいずれか1日	平成27年1月24日
試験場所	高等工科学校 (神奈川県)	和歌山市・田辺市

※締切日必着

問い合わせ先 自衛隊御坊地域事務所 (御坊市湯川町小松原410-1) TEL 23-0020

町税の納付忘れは ありませんか？

11・12月は 『合同滞納整理強化月間』

町税は、まちづくりを支える大切な財源です。

町では、納期限内に納付されたみなさんとの公平を保ち滞納の解消を図るために、県、和歌山地方税回収機構と合同で、11・12月を合同滞納整理強化月間として税込確保に取り組みます。

納期限を過ぎても納付されない方に対して、給与や不動産など財産の差し押さえ等の滞納処分を強力に推進していきます。

納期限までに税金を納付していない状態を滞納といいますが、滞納すると本来納めるべき税金のほかに延滞金を納付しなければなりません。

また、税金を滞納したまま放置しておく、法律に基づき滞納者の意思に関わりなく、強制的に財産の差し押さえや公売などの滞納処分を受けることとなりますので、納期限内に納付してください。

何らかの事情で納付できない方は、未納のまま放置せず、納付方法などの相談をしてください。

問い合わせ先

税務課 TEL 23-4903

もう、チェックした？ 最低賃金

和歌山県
最低賃金
時間額

715円

(効力発生日 10月17日)

問い合わせ先

和歌山労働局 賃金室

TEL 073-488-1152

御坊労働基準労働基準監督署

TEL 22-3571

肝炎無料出張相談を開催します ～最適な治療を受けるために～

御坊保健所にて、県立医科大学付属病院肝疾患相談支援センターによる「肝炎無料出張相談」を開催します。

慢性肝炎は、放っておくと肝硬変、肝がんに進行します。

和歌山県の肝がん死亡率は高く、肝がんを予防するためには適切な肝炎治療が必要です。

今年9月には安全で効果の高いC型肝炎治療薬が認可されるなど、今後、画期的な新薬が次々に登場し、専門医による最適な治療を受ければ、ほとんどの患者が治る時代が来ます。

B型肝炎についても、薬を飲み続けることで肝炎の進行をおさえることが可能です。

肝疾患相談支援センターが最適な治療を受けるためのお手伝いをしますので、気軽に利用してください。

肝疾患相談支援センターとは

国の肝炎対策事業の一環として、県が県立医科大学付属病院と南和歌山医療センターを肝疾患診療連携拠点病院に指定し、院内に肝疾患相談支援センターを設置。

安心して治療を受けられるようサポートをしています。

■ 相談日時

12月10日 午前10時～午後3時

■ 相談場所

御坊保健所 (御坊市湯川町財部 859-2)

■ 利用方法 (電話予約)

肝疾患相談支援センター

TEL 073 - 441 - 0850

※予約をキャンセルする場合は、連絡してください。

相談時間は約1時間を予定。

■ 相談内容

- ・肝炎の診断および治療について (肝疾患全般について)
- ・肝炎医療費助成について

肝臓専門医に
診てもらうには
どうすればいいの？

治療による副反応など
不安があるのだけど、
どうしたらいいの？

治療にかかる費用は？
助成があると聞いたけど…？

日常生活の中で
注意することは
どんなこと？



女性の人権ホットライン強化週間

11月17～23日の7日間、夫やパートナーからの暴力、ストーカー、職場における性的嫌がらせなどの女性に関する人権相談を受け付けます。

相談は無料で、秘密は厳守されます。

法務局職員または人権擁護委員が相談に応じますので、日頃の悩みをお気軽に相談してください。

■ 電話番号

0570-070-810 (全国共通ナビダイヤル)

■ 受付時間

月～金 午前8時30分～午後7時

土・日 午前10時～午後5時



紀勢本線を守るため、電車に乗ろう!

電車は、子どもから高齢者まで誰もが利用しやすく、特に車を運転しない方にとってはなくてはならない大切な交通手段です。

近年、道路交通網の進展により、紀勢本線の利用者数は減少しています。

地域振興や産業振興にとっても欠かせない紀勢本線を地域で支えるため、紀勢本線活性化促進協議会では、加盟市町村とともに様々な取り組みを行っています。

みなさんも、地域の鉄道を守るために、旅行などで出掛けるときは、渋滞なしで時間に正確・安全性が高い・地球環境への影響が少ないといった利点の多い電車をぜひ利用してください。



国民年金

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が発行されます ～年末調整・確定申告まで大切に保管を！～

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。

その年の1月1日～12月31日に納付した保険料が対象です。

この社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、平成26年1月1日～9月30日の間に国民年金保険料を納付された方には、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が11月上旬に日本年金機構本部から送付されますので、年末調整や確定申告の際は必ずこの証明書（または領収証書）を添付してください。

また、平成26年10月1日～12月31日の間に今年はじめて国民年金保険料を納付された方には、平成27年2月上旬に送付されます。

なお、家族の国民年金保険料を納付された場合も、本人の社会保険料控除に加えることができますので、家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」についての照会は、控除証明書のはがきに表示されている番号に問い合わせをしてください。

11月には **ねんきん** 月間

11月30日は「年金の日」

厚生労働省では、国民一人ひとりが「ねんきんネット」などを活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日として、11月30日を「年金の日」としました。

この機会に、「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」を利用いただくと、いつでも自身の年金記録が確認できるほか、将来の年金受給見込額について、自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構ホームページ (http://www.nenkin.go.jp/n_net/)、または田辺年金事務所に問い合わせしてください。



問い合わせ先

田辺年金事務所 TEL 0739-24-0432
ねんきん定期便・ねんきんネット等専用ダイヤル
TEL 0570-058-555

第23回美浜町美化運動 ゴミ一扫クリーン大作戦

ゴミのない『きれいな町・美浜』をめざし、みなさんのご参加をお願いします

■ 清掃日時

11月16日(日) 午前8時～

小雨決行 (中止の場合は、午前7時30分に町内放送でお知らせします。)

※午前9時30分までに、右記の集積場所が各団体の指定場所まで持ち込んでください。

■ 集積場所

各地区の集積場所



■ 清掃の範囲

煙樹ヶ浜、海岸、堤防、各地区の道路、松林

- 可燃ゴミ (紙・トレイ)
- プラスチックゴミ (ペットボトル)
- 資源ゴミ (缶・ビン)
- 不燃ゴミ (金属・ガラスが混在した複雑ゴミ)

■ 目的

煙樹ヶ浜や道路、河川敷などに散乱しているビニールや空缶・空ビンなどのゴミを、町民一人ひとりの力を結集して回収し、私たちの住む町をきれいにするため。

■ 集積場所

地区	集積場所
三尾	アメリカ村バス停留所
本の脇	御崎神社前バス停留所
和田西	畜産センター
和田西中	旧西中会場跡地
和田東中	和田小学校正門前
和田東	福祉センター裏
入山	公民館(入山分館)
吉原	松原地区公民館
新浜	さざなみ荘
浜ノ瀬	えびす公園前
田井畑	田井畑コミュニティセンター
上田井	上田井集会場

ゴミ袋・軍手は、地区に用意していますので、集積場所で受け取ってください。

可燃ゴミ・プラスチックゴミ・資源ゴミ・不燃ゴミを混合しないように分別収集をお願いします。

- ・主催 美浜町
- ・協賛 区長会 町母親子どもクラブ
婦人会 老人クラブ
保安林保護育成会



問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

11月の ゴミ収集日

「分別」と「リサイクル」
ゴミの減量にご協力を!

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
(小型)プラスチックゴミ	(毎月) 第2水曜日 12日
燃えない(複雑)ゴミ	(奇数月) 第3水曜日 19日
資源ゴミ	(毎月) 第4水曜日 26日

※燃えない(複雑)ゴミは、不燃の指定袋に入れ、燃えるゴミと同じ場所に出してください。

集積場所への搬入は、大型ゴミのみとなりますので注意してください。

※今月は、大型ゴミの収集はありません。

※空き缶・ペットボトルは、最寄りの回収箱へお願いします。



問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

がん検診のお知らせ

■ まだ受けていない方は、この機会に！

がん検診受診率 50%を目指し、北出病院アクオにて、日高町・由良町・印南町と合同で集団がん検診を実施します。

受診を希望される方は、申し込み期日までに、健康推進課へ電話で申し込みをしてください。

今年最後のがん健診です

忙しくてなかなか受診する機会を逃していた方は、ぜひこの機会に受診しましょう！



実施日	健診項目	当日受付時間	場 所	申し込み期間	定員
12月 7日(日)	・胃がん検診 ・肺がん検診 ・大腸がん検診 ・前立腺がん検診 ・乳がん検診 ・肝炎ウイルス検診	午前8時30分 ～午前11時	北出病院 裏 アクオ棟 3階 会議室	11月25日(火)	25名
12月13日(土)					

※待ち時間を少なくするため、受付時間を30分ごとに調整します。

胃がん・大腸がん・肺がん検診は40歳以上、乳がん検診は40歳以上の女性、前立腺がん検診は50歳以上の男性が対象です。肝炎ウイルス検診は40歳の方および41歳以上で過去に受診していない方を対象としています。

検査項目	検査内容	検査料
胃がん検診 (バリウム検査)	上部消化管 X 線検査・ 血液検査 (ペプシノーゲン等)	700 円
肺がん検診	レントゲン検査	無 料
大腸がん検診	2 回分の便潜血反応検査	400 円
乳がん検診	視触診・マンモグラフィー(乳房レントゲン検査)	500 円
前立腺がん検診	血液検査 (PSA)	300 円
肝炎ウイルス検診	血液検査による B 型・C 型肝炎ウイルス検査	無 料

胃がん検診・前立腺がん検診を受診すると、もれなく、「貧血検査」「尿酸」「腎機能」などの血液検査9項目もついてくる！



問い合わせ・申し込み先 健康推進課 TEL 23-4905

けんびそう 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、ツボなどを取り入れるので足腰に負担をかけず新陳代謝を高め、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。

- 月日
11月19日(水)
- 時間
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



生涯骨太クッキング

9月17日、料理教室「生涯骨太クッキング」を行いました。

一般公募により参加くださった住民さんとともに、骨粗しょう症予防やカルシウム摂取について勉強した後、調理実習で乳製品を使った料理「桜海老の炊き込みご飯」「いわしの味噌チーズ春巻き」「キャベツのチーズ焼き カレー仕立て」「パインのアップサイドダウンケーキ」の4品を作りました。

今回は、「いわしの味噌チーズ春巻き」「パインのアップサイドダウンケーキ」のレシピを紹介します！



牛乳、ヨーグルト、
チーズ、スキムミルクを
上手に使って骨太に！



主 菜 いわしの味噌チーズ春巻き



● 材料 (4人分)	
いわし …………… 4尾(400g)	春巻きの皮 …………… 8枚
プロセスチーズ …………… 60g	大葉 …………… 8枚
長ねぎ …………… 1/2本(75g)	小麦粉(薄力粉) …………… 大さじ1/2
おろししょうが …………… 2かけ分	水 …………… 大さじ1
味噌 …………… 小さじ1	揚げ油 …………… 適量

作り方

1. いわしは3枚におろし、横半分に切る。
2. チーズは4枚に切り、さらに縦半分にし、いわしの大きさに合わせる。
3. 長ねぎは小口切りにし、おろししょうが、味噌と混ぜて、ねぎ味噌を作る。
4. 春巻きの皮に大葉、いわし、2のチーズ、3のねぎ味噌、いわしの順に重ねて巻き、小麦粉と水を混ぜたのりでふちを止める。
5. 170～180℃の油できつね色になるまで3～4分揚げる。

1人分栄養量 エネルギー 326kcal / カルシウム 146mg / 食塩相当量 0.8g

デザート パインのアップサイドダウンケーキ



● 材料 (4人分)	
パイナップル(缶詰) …… 3枚(90g)	ホットケーキミックス …… 100g
バター …………… 小さじ1/2	スキムミルク …………… 10g
砂糖 …………… 10g	溶かしバター …………… 10g
牛乳 …………… 90ml	プレーンヨーグルト …… 100g
卵 …………… 1/2個	A { 砂糖(ヨーグルト用) …… 小さじ1

作り方

1. パイナップルは水気を切り、1枚はそのまま、2枚は半分に切る。
2. フライパンにバターを薄く塗り、砂糖を散らし、中央に丸のままのパイナップルをおく。その四方に1の半分に切ったパイナップルを、切った面を外側に向けておく。
3. ボウルに牛乳、卵を入れて混ぜ、ホットケーキミックス、スキムミルクを加える。粉っぽさが残る程度に混ぜ、溶かしバターを加えて混ぜ合わせる。
4. 2のフライパンに3の生地を流し入れて蓋をし、強火で1分、弱火にして5分程焼く。表面が乾き、焼き面がきつね色になったら返して中まで火を通す。
5. 切り分けて器に盛り付け、Aのソースを添える。

1人分栄養量 エネルギー 196kcal / カルシウム 120mg / 食塩相当量 0.4g

こんにちは

美浜町地域包括支援センターです！

鍛えれば、脳は**若く**なる!!

報告！

認知症予防教室

7月17日～9月25日の約3ヶ月間にわたり、認知症予防教室を開催しました。

20名の方が参加し、3ヶ月間毎日脳を鍛えるドリルをするなど、みなさん頑張ってくれました。

教室では、指先を使って楽しみながら1つの物を作りあげる個人活動と、みんなで話し合いみんなの力で1つの企画書を作りあげるグループ活動を行いました。

個人活動では、寄せ植え・布ぞうりをワイワイ言いながら作りあげました。

グループ活動では『ゴーヤで長生き！ゴーヤで100歳！』『美浜町内の無人販売所！』『夏を涼しくすごせる緑のカーテン』といったテーマにそって企画書を作りあげ、最終日にはグループごとに発表をした後、ゴーヤジュースの試飲会を行い、交流を楽しみました。

教室前後の簡単な脳の検査では、みなさん良い結果でした。楽しく笑いながら活動できたことが、何よりの認知症予防につながったのではないかと思います。



3ヶ月間お疲れさまでした！

参加者からの感想

・初日の教室の時は最後まで続けられるか不安でしたが、終わってみると楽しく過ごせてとても良かったと思います。家の中で話題が多くなり、よく笑うようになりました。

- ・脳トレドリルをやり出してから計算など早くなりました。やはり継続してやったことで、脳の働きがよくなったのかと感じました。
- ・3ヶ月は長いと思いましたが、経ってみるとすぐでした。毎回充実して楽しかったです。

11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「リズムカルに動こう!」です。



日 程	場 所	時 間	内 容
10日(月)	地 域 福 祉 セ ン タ ー	午後1時30分～	♪ ボールエクササイズ ♪
17日(月)	中 央 公 民 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。
*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・申し込み先 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、みなさんお問い合わせお越しください。

日 程	場 所	時 間	内 容
4日(火)	和 田 東 会 場	午後1時30分～	血圧測定 『楽々脳の健康習慣づくり』 踊り (にち舞クラブ) 手話の歌
6日(木)	和 田 西 畜 産 セ ン タ ー		
10日(月)	吉 原 西 集 会 場		
19日(水)	和 田 西 中 会 場		
25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

歯と口は 健康・元気の 源だ! 11月8日は「いい歯の日」



あなたの歯は白く輝いていますか?
私たちの日々の生活の中には、歯周病になりやすい危険因子が潜んでいます。
口の健康に対して関心が低かったり、忙しさのあまり歯磨きがおろそかになったりすると、歯周病の原因である歯

垢をためてしまいます。
また、ストレスや偏食による抵抗力の低下や喫煙習慣などは歯周病を悪化させる要因となります。
11月8日は「いい歯の日」!
この日を機会に歯の健康について考えてみましょう。

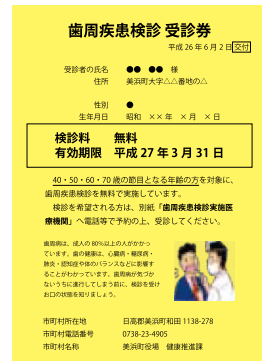
歯周疾患検診を受けましょう

町では歯周疾患予防のため、医療機関での歯周疾患検診を無料で実施しています。

対象者

- 40・50・60・70歳の節目となる年齢の方
(対象者の生年月日は下記のとおりです。)
- ・40歳 昭和49年4月2日～昭和50年4月1日生まれ
 - ・50歳 昭和39年4月2日～昭和40年4月1日生まれ
 - ・60歳 昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生まれ
 - ・70歳 昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれ

対象者には、6月に「歯周疾患検診 受診券」を交付しています。ぜひ利用してください。
受診券を紛失された方は、健康推進課まで連絡してください。



黄色の「歯周疾患検診 受診券」です



ご存知ですか? ～運動と歯の関係～

運動するためには何でもよく噛んで、しっかり食べることが必要です。
また、奥歯でしっかり噛めることは、全身の筋力アップにつながり、噛み合わせは身体のバランスをとるのに大きな役割を果たしています。
成人の80%以上の方が歯周病にかかっています。
歯周病が気づかないうちに進行してしまう前に、検診を受けお口の状態を知りましょう。

問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905

美浜町 シルバー 人材センター



シニア層の社会参加活動を
支援します

【概要】

超高齢化社会を見据え、「高齢者が高齢者を支える仕組みづくり」の一環として、平成21年12月に社会福祉協議会でセンターをスタートさせました。

元気な高齢者が働くことを通じて健康を保持し、支援を必要とする高齢者の安心や心の支えとなるサービスを行っています。

屋内外の一般作業から技能を必要とする仕事、事務仕事や後片付け、福祉サービス分野まで豊富な経験と能力を持った人材が対応しています。



【主な活動】

仕事（作業）の依頼人を高齢者に限定し、若い方や民間事業者からの依頼は受けていません。（例外として、官公庁の依頼には対応）

仕事は、庭や花壇の除草作業、庭木の剪定、農作物の収穫作業など屋外作業や、町からの依頼で、広報誌の折込作業、キャンプ場松葉かき、県道沿い花壇の整備などを請け負っています。

また、個人生活支援として、病院内での通院介助や家の窓拭き、粗大ごみの集積場所への運搬、町内のケアマネージャーと連携し、介護保険の隙間を埋めるサービスなどを行っています。

【特色PR】

「営利を目的としない」「仕事はセンターが請け負い、会員がそれに従事する」「依頼者と会員・センターとの間に雇用関係はない」「引き受けた仕事に対してセンターが責任を持つ」などを特色とし活動しています。

また、会員登録も受付中です。会員となれるのは、『町内在住であり概ね60歳以上の、健康で働く意欲がある方』です。

現在登録者数は、40名。興味をもたれた方は、お気軽にお問い合わせください。

連絡先 Tel 23 - 5393



町民通信

先月号の広報誌に折り込みしました、美浜町制施行60周年記念誌は見ただけでしたでしょうか。

記念誌は、町の60年のあゆみ、今昔くらべ、くらしと笑顔、みはまガイドの構成となっています。

昭和29年10月1日に三尾村、和田村、松原村の3村が合併し美浜町が産声をあげてから、60年。

人間で言えば還暦であり、掲載した写真を懐かしんでくださった方もたくさんいらしたことと思います。

少子・高齢化や核家族化の波が押し寄せ、小さな町が存在していくのは難しい時代となっていますが、素晴らしい自然に恵まれ、先人が築いてこられたこの地を次世代にバトンタッチすることが私たちの責務であり、まだまだこれから元気に頑張っていかなければなりません。

どうかみなさん、これからも美浜町をよろしく願います。

さて、9月26日に、美浜町敬老会を開催しました。早いもので御坊市民文化会館での開催は4回目であり、定着してきたように思います。

演芸の部では、今年も美浜町文化協会に出演していただきました。

いつもお世話になっているみなさんですが、舞台上立つとまたひと味違う雰囲気を生みだし、素晴らしい発表をしてくださいました。

みなさん、ありがとうございました。また、11月には商工会のみなさんと一緒に、第14回MIHAMA 商工会サミットで愛知県的美浜町にお邪魔させていただく予定です。

日本広しの1700余の市町村の中、愛知、三重、福井、和歌山の4つのみはまが一堂に集い、互いに意見交換や情報交換を行います。

みはまが取り持つ絆がいつまでも続くことを願います。