

みはま

CONTENTS

- ふるさと納税返礼品募集 2
- ゴミ一掃クリーン大作戦 3
- 園・学校だより 8~9
- 宝くじ助成金地域防災育成事業 14~15



PROJECT24 フォトキャンペーン優秀作品

TOWN information 町の人口と世帯数

総人口:6,784人(-16人) 男:3,173人(-3人) 女:3,611人(-13人) 世帯数:3,084(-5)
※令和3年10月1日(対前月比)

No.431

2021
11

美浜町ではふるさと納税の 返礼品を募集しています!



事業者のメリット

- ①ふるさと納税ポータルサイトに掲載しますので、全国に向けてPRできます。
- ②宣伝広告費等の費用は一切掛かりません。
(なお、返礼品の代金は町が委託する業者を通してお支払いします。)



漬生しらす

返礼品の
一例



松とまと



きゅうり

募集条件

(下記のいずれかを満たすもの)

- ・美浜町内で生産されたもの。
- ・美浜町内で原材料の主な部分が生産されたもの。
- ・美浜町内で製造、加工の主要な工程が行われたもの。
- ・美浜町のオリジナルグッズ。
- ・美浜町内で提供されるサービス。



冷凍伊勢えびカット

興味を持たれた方は、
遠慮なく総務政策課まで
お問い合わせください。



木製アニマルカーセット

問い合わせ先 総務政策課 TEL 23-4901

第30回美浜町美化運動 ゴミ一掃クリーン大作戦

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21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、右記の集積場所か各団体の指定場所まで持ち込んでください。

■ 集合場所

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。

※コロナ禍での作業となりますので、マスクを着用の上、人と人との距離を確保して感染症予防対策に努めてください。

■ 集積場所

地区	集積場所
三尾	アメリカ村バス停留所
本ノ脇	御崎神社前バス停留所
和田西	畜産センター
和田西中	下ノ池跡地
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	新浜集会場
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、集積場所でお受取りください。

○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いたします。

主催 美浜町

協賛 区長会・町母親子どもクラブ
老人クラブ・婦人会
保安林保護育成会



問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

11月のゴミの収集について

「分別」と「リサイクル」
ゴミの減量にご協力を!

※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ご注意ください。

※傘や蛍光灯は、大きさに関わらず燃えない(複雑)ゴミとなりますのでご注意ください。

また、指定袋からはみ出す場合は、口のところで縛ってください。

※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、最寄りの回収箱へ入れてください。

※ペットボトル回収箱に他のプラスチックゴミを入れないでください。

※ゴミの収集日を間違えて出すと、近所の人の迷惑になりますので、注意しましょう。

※食品ロスをなくしましょう「買い過ぎず」「使い切る」「食べ切る」

※古新聞・本・雑誌・段ボール等の紙類・衣類(綿100%のもの)は、太陽作業所及び子どもクラブが実施する資源ゴミの集団回収にご協力ください。



問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904

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。

令和2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	—	—	6.9%	37.2%
早期健全化基準	(15.0%)	(20.0%)	(25.0%)	(350.0%)
財政再生基準	(20.0%)	(30.0%)	(35.0%)	

注：（ ）内は、早期健全化基準およ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

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。

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。

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。

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。

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。

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。

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

令和2年度一般会計歳入歳出決算

歳入

単位：千円

区 分	令和2年度 A		令和元年度 B		差 引 A - B	本年度 増減率	前年度 増減率	令和2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	627,987	9.90%	626,021	15.16%	1,966	0.31%	1.52%	106.09%	95.91%	91,370
地方譲与税	22,068	0.35%	21,964	0.53%	104	0.47%	0.91%	116.97%	100.00%	3,211
利子割交付金	1,115	0.02%	1,152	0.03%	△37	△3.21%	△55.23%	111.50%	100.00%	162
配当割交付金	4,346	0.07%	5,340	0.13%	△994	△18.61%	18.25%	144.87%	100.00%	632
株式等譲渡所得割交付金	4,909	0.08%	2,795	0.07%	2,114	75.64%	△25.59%	245.45%	100.00%	714
法人事業税交付金	931	0.01%	0	0.00%	931	皆増	—	133.00%	100.00%	135
地方消費税交付金	145,830	2.30%	117,442	2.84%	28,388	24.17%	△5.04%	104.16%	100.00%	21,218
自動車取得税交付金	0	0.00%	3,591	0.09%	△3,591	皆減	△46.54%	—	—	0
環境性能割交付金	1,954	0.03%	987	0.02%	967	97.97%	皆増	97.70%	100.00%	284
地方特例交付金	5,466	0.09%	21,246	0.51%	△15,780	△74.27%	545.58%	100.00%	100.00%	795
地方交付税	1,638,615	25.83%	1,542,070	37.35%	96,545	6.26%	△0.84%	100.01%	100.00%	238,413
交通安全対策特別交付金	0	0.00%	0	0.00%	0	—	—	0.00%	—	0
分担金及び負担金	51,300	0.81%	60,534	1.47%	△9,234	△15.25%	△21.72%	99.25%	97.69%	7,464
使用料及び手数料	40,689	0.64%	45,015	1.09%	△4,326	△9.61%	1.90%	100.03%	99.48%	5,920
国庫支出金	1,353,525	21.34%	430,007	10.42%	923,518	214.77%	△18.35%	91.06%	100.00%	196,934
県支出金	248,418	3.92%	257,125	6.23%	△8,707	△3.39%	△5.78%	100.24%	100.00%	36,144
財産収入	2,887	0.05%	2,938	0.07%	△51	△1.74%	△16.13%	100.73%	100.00%	420
寄 附 金	1,038,678	16.37%	143,000	3.46%	895,678	626.35%	200.74%	103.87%	100.00%	151,124
繰 入 金	290,221	4.57%	260,014	6.30%	30,207	11.62%	0.00%	100.00%	100.00%	42,226
繰 越 金	235,676	3.72%	144,591	3.50%	91,085	62.99%	△31.32%	100.09%	100.00%	34,290
諸 収 入	16,829	0.27%	66,822	1.62%	△49,993	△74.82%	114.55%	120.81%	100.00%	2,449
町 債	612,200	9.65%	375,800	9.10%	236,400	62.91%	24.60%	90.55%	100.00%	89,073
歳入合計	6,343,644	100.00%	4,128,454	100.00%	2,215,190	53.66%	0.36%	98.36%	99.56%	922,980

歳出 (目的別)

単位：千円

区 分	令和2年度 A		令和元年度 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	65,806	1.07%	69,566	1.79%	△3,760	△5.40%	0.73%	98.65%	9,575
総 務 費	2,911,370	47.54%	745,114	19.14%	2,166,256	290.73%	1.13%	98.27%	423,595
民 生 費	955,419	15.60%	958,127	24.61%	△2,708	△0.28%	1.18%	97.81%	139,010
衛 生 費	376,062	6.14%	397,114	10.20%	△21,052	△5.30%	7.11%	92.56%	54,716
農 林 水 産 業 費	182,540	2.98%	281,721	7.24%	△99,181	△35.21%	△28.23%	88.06%	26,559
商 工 費	10,754	0.18%	11,757	0.30%	△1,003	△8.53%	△35.99%	93.95%	1,565
土 木 費	179,488	2.93%	293,206	7.53%	△113,718	△38.78%	△27.24%	63.71%	26,115
消 防 費	613,560	10.02%	423,391	10.88%	190,169	44.92%	51.85%	88.99%	89,271
教 育 費	493,549	8.06%	404,217	10.38%	89,332	22.10%	△6.37%	97.83%	71,810
公 債 費	319,677	5.22%	308,565	7.93%	11,112	3.60%	△2.15%	99.57%	46,512
諸 支 出 金	0	0.00%	0	0.00%	0	—	—	—	0
災 害 復 旧 費	15,820	0.26%	0	0.00%	15,820	皆増	皆減	94.39%	2,302
歳出合計	6,124,045	100.00%	3,892,778	100.00%	2,231,267	57.32%	△1.92%	94.96%	891,029

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	令和2年度 A		令和元年度 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	766,779	12.52%	620,790	15.95%	145,989	23.52%	△2.71%	111,564
	物 件 費	1,241,467	20.27%	643,447	16.53%	598,020	92.94%	1.11%	180,630
	維持補修費	15,366	0.25%	11,446	0.29%	3,920	34.25%	△22.98%	2,236
	扶 助 費	398,920	6.51%	407,269	10.46%	△8,349	△2.05%	2.01%	58,042
	補 助 費 等	1,362,140	22.24%	555,313	14.27%	806,827	145.29%	△3.34%	198,187
小 計	3,784,672	61.80%	2,238,265	57.50%	1,546,407	69.09%	△1.10%	550,658	
投資的経費	普通建設事業	857,754	14.01%	667,583	17.15%	190,171	28.49%	△14.26%	124,801
	内 補 助 事 業	356,653	5.82%	254,136	6.53%	102,517	40.34%	△46.60%	51,892
	単 独 事 業	500,301	8.17%	412,707	10.60%	87,594	21.22%	36.61%	72,792
	そ の 他	800	0.01%	740	0.02%	60	8.11%	25.42%	116
災害復旧事業費	15,820	0.26%	0	0.00%	15,820	皆増	—	2,302	
小 計	873,574	14.26%	667,583	17.15%	205,991	30.86%	-14.26%	127,102	
公 債 費	319,677	5.22%	308,565	7.93%	11,112	3.60%	-2.15%	46,512	
積 立 金	674,033	11.01%	225,649	5.80%	448,384	198.71%	45.72%	98,070	
投資及び出資金 貸付金	0	0.00%	0	0.00%	0	—	—	0	
繰 出 金	472,089	7.71%	452,716	11.63%	19,373	4.28%	△0.94%	68,687	
歳出合計	6,124,045	100.00%	3,892,778	100.00%	2,231,267	57.32%	△1.92%	891,029	

<参考> 令和3年3月31日現在住民基本台帳人口 6,873人

令和2年度末基金の状況

単位：千円

区 分	元年度末現在高	決算年度中増減高	2年度末現在高
財政調整基金	1,083,559	400,636	1,484,195
ふるさと基金	1	0	1
高齢者福祉基金	48,311	△ 9,939	38,372
減債基金	62,033	△ 9,922	52,111
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	63,782	81	63,863
住宅基金	24,194	2,031	26,225
墓地管理基金	11,694	267	11,961
森林環境譲与税活用基金	408	658	1,066
国民健康保険事業基金	136,002	△ 19,834	116,168
農業集落排水事業基金	24,175	△ 617	23,558
公共下水道事業基金	4,536	7	4,543
介護給付費準備基金	44,619	5,561	50,180
合 計	1,513,314	368,929	1,882,243

令和2年度美浜町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	1,025,255	1,024,486	974,971	49,515
農業集落排水事業特別会計	71,534	64,795	64,795	0
公共下水道事業特別会計	132,141	122,098	122,098	0
介護保険特別会計	832,217	825,492	811,706	13,786
後期高齢者医療特別会計	244,795	242,668	241,026	1,642
水道事業会計(収益的収支)	132,059	133,460		16,286
	124,436		117,174	
水道事業会計(資本的収支)	67,330	33,308		
	99,863		67,966	△ 34,658

令和2年度末町債現在高

単位：千円

区 分	金 額
普 通 債	2,059,227
災 害 復 旧 債	5,500
そ の 他 債	1,652,377
一 般 会 計 合 計	3,717,104
農 業 集 落 排 水 事 業 債	212,098
公 共 下 水 道 事 業 債	1,137,294
介 護 保 険 事 業 債	0
水 道 事 業 債	282,681
合 計	5,349,177
住民1人当たり金額 単位：円	778,289

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		3,010	3,010
消防施設	936	45	455	500
行政機関のその他の施設				0
学校	23,641		14,393	14,393
公営住宅	5,804		5,750	5,750
公園		117	274	391
公共用財産のその他の施設	78,008	603	13,768	14,370
普通財産	21,279		1,545	1,545
合計	133,708	765	39,194	39,959

用語解説

《歳入》

町税

皆様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

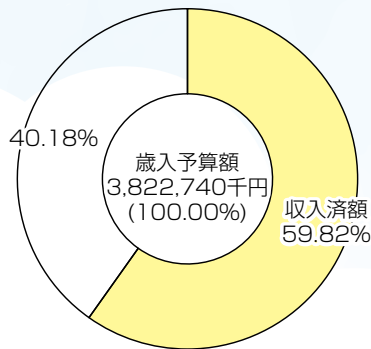
高齢者や障害者、児童の福祉に要する経費

令和3年度美浜町一般会計予算執行状況 (令和3年9月末現在)

歳入

単位：千円

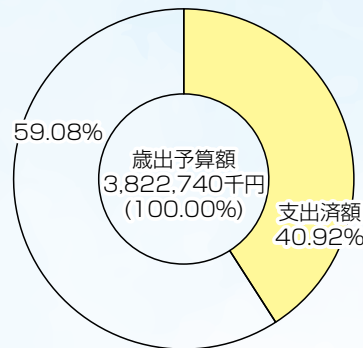
区分	予算現額	収入済額	執行率
町税	580,320	382,798	65.96%
地方譲与税	17,718	6,683	37.72%
利子割交付金	500	475	95.00%
配当割交付金	3,000	1,329	44.30%
株式等譲渡所得割交付金	2,000	0	0.00%
法人事業税交付金	2,000	1,878	93.90%
地方消費税交付金	130,000	84,520	65.02%
環境性能割交付金	1,000	569	56.90%
地方特例交付金	5,105	5,105	100.00%
地方交付税	1,531,844	1,208,041	78.86%
交通安全対策特別交付金	600	0	0.00%
分担金及び負担金	58,955	19,991	33.91%
使用料及び手数料	40,873	19,089	46.70%
国庫支出金	430,104	166,960	38.82%
県支出金	235,848	46,331	19.64%
財産収入	2,824	463	16.40%
寄附金	305,000	118,520	38.86%
繰入金	181,840	0	0.00%
繰越金	71,230	219,599	308.30%
諸収入	24,479	4,602	18.80%
町債	197,500	0	0.00%
歳入合計	3,822,740	2,286,953	59.82%



歳出

単位：千円

区分	予算現額	支出済額	執行率
議会費	70,019	34,595	49.41%
総務費	713,842	318,446	44.61%
民生費	981,921	382,586	38.96%
衛生費	443,606	197,464	44.51%
農林水産業費	198,160	73,794	37.24%
商工費	20,086	5,306	26.42%
土木費	263,112	81,220	30.87%
消防費	246,339	116,300	47.21%
教育費	559,766	203,376	36.33%
公債費	320,889	151,091	47.09%
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	3,822,740	1,564,178	40.92%



令和3年度美浜町特別会計予算執行状況 (令和3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	1,000,071	502,853	393,551	50.28%	39.35%
農業集落排水事業特別会計	79,785	29,615	26,887	37.12%	33.70%
公共下水道事業特別会計	139,162	59,618	56,280	42.84%	40.44%
介護保険特別会計	841,059	373,588	349,869	44.42%	41.60%
後期高齢者医療特別会計	238,648	112,937	103,469	47.32%	43.36%
水道事業会計(収益的収支)	130,680	50,858		38.92%	
	123,995		25,264		20.38%
水道事業会計(資本的収支)	1,815	20,972		1155.48%	
	84,354		38,208		45.29%

令和3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
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

補助費等

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

■ 秋の味覚『ぶどう狩り』ごっこ

保育教諭手作りの「ぶどう棚」に美味しそうなぶどうがたくさん実りました。洗濯バサミでとめられた手作りぶどうを0・1歳児が収穫して、ごっこ遊びを楽しみました。



■ お月見会

9月21日は中秋の名月。各学年ごとにお月見会を行いました。

お月見の由来を聞いたり、お月見にちなんだ手遊びや歌を歌ったり、お話に合わせてペープサート遊びなどをしました。



■ 避難訓練（地震・津波）

今年度初めて、全園児合同で園舎屋上に避難する訓練を行いました。

4・5歳児は、落ち着いた様子で保育教諭の指示に従ってダンゴムシのポーズで身を守ったり、自分でライフジャケットを着用したりしていました。

乳児や3歳児の中には、突然の訓練に泣き出してしまったり、どう行動すれば良いのかわからず戸惑っている姿も見られました。



■ 11月の予定

- 10日 乳児組参観日
- 11日 5歳児 遠足
- 12日 4歳児 遠足
- 19日 3歳児 遠足

■ 保育教諭

詳しくは、ひまわりこども園（TEL22 - 3650）までお問い合わせください。

和田小学校

■ 1階児童トイレ改修

本校の施設設備面で長年大きな課題となっているのが、児童用トイレの問題です。ご存知のように男女別になっておらず、入り口は一つしかありません。



11日（土）、本館1階の児童トイレの改修工事をしていただきました。中が仕切られて入り口が男女別になり、スライド式のドアが付いています。これで、廊下から中が見えなくなりました。

今は1階のみですが、10月中には2階も3階も改修され、男女別のトイレになります。男子も女子も快適な環境で学校生活が送れるようにご配慮いただき感謝しています。

■ 6年修学旅行

9月27日（月）・28日（火）と、6年生が修学旅行に行ってきました。

今年も県外に行けず、南紀方面への旅行でしたが、郷土和歌山の自然、歴史、文化にふれることができたことは、子どもたちにとっ



て有意義であったと考えます。

1日目の朝は少し雨に降られ、大島での見学がゆっくりできませんでしたが、予定されていた行程を変更することなく、全員無事に帰校することができました。

この2日間で学んだこと（集団行動の決まりや社会のルールを守ること、郷土和歌山を愛する心）を大切にして、残り半年の小学校生活を立派なリーダーとしてがんばってくれることを信じています。

■ 4年稲刈り体験

9月29日（水）、4年生が稲刈りを体験しました。



6月に田植えをさせていただいた吉原地内の田で、自分たちが植えた稲を自分たちの手で収穫しました。

初めは鎌の使い方もこわごわでしたが、慣れてくるとザクザクと心地よい音をさせて刈り取っていました。植えたときは4本だった苗が大きな株となり、たくさんの米が穫れたことは、子どもたちにとって驚きであったようです。

ご指導くださった出口和雄様、稲葉喜宣様、稲葉茂幸様に、深く感謝いたします。

■ 11月の行事予定

- 4日（木） 6年松洋中体験入学
- 5日（金） 避難訓練



松原小学校

■ 通学路安全点検 ～7月28日～

今年も町内合同で点検を行いました。当日は道路管理者、御坊警察署、町教育委員の参加もありました。午前中に和田小学校に集合し、和田校区、松原校区の順に点検をしていきました。毎年の点検とそれに対応した道路管理者や交通安全担当の方々のご尽力により年々通学路環境は改善しています。

しかしながら、校区内には狭い路地から県道および町道につながっているところなど自動車からの見通しが十分でない箇所がいくつかあることも事実です。今後とも交通安全に対する意識を研ぎ澄まし安全な行動につなげていきたいと思ひます。

■ 収穫 ～7月30日～

たんぼぼ学級で栽培していたトマトを収穫しました。立派でおいしそうなたマトに成長しました。水やり等、せっせと世話をした成果です。栽培は根気が必要になってくる学習です。今回の栽培学習で



培った根気を様々な学習や生活に生かしていくことができると思ひます。

■ 教育実習 8月30日～9月28日

2学期初めから4週間に渡って教育実習生を受け入れていました。今回は本校の卒業生2人が実習に励んでいました。初日は運動場での始業式で挨拶をしました。子供達は興味津々かつ温かい眼差しで2人を見守っていたように感じました。前半の2週間には学校からの講義を受けたり授業観察を行ったりしました。また、後半は実際に授業を行いました。教室の後ろから授業観察している場合と、教卓の前に立って実際に授業を行う場合では大きな違いがあったと思ひますが、今後に向けての貴重な経験となったこととしよう。



子供達にとっては年の近い実習生に勉強を教えてもらったり、休み時間に遊んでもらったりと、楽しみな時間が増えた4週間となりました。

■ 11月の行事予定

- 1日(月) 避難訓練
- 24日(水) マラソン大会試走

松洋中学校

■ 第53回吹奏楽部定期演奏会

9月25日(土)に、御坊市民文化会館で吹奏楽部定期演奏が行われました。13時30分の開演より、休憩を挟んで15曲を演奏しました。

3年生にとっては最後の演奏会ということもあって、部員たちは日頃の練習の成果を存分に発揮していました。

当日は200名以上の来場者もあり、大いに盛り上がった素晴らしい演奏会となりました。



■ 避難(火災)訓練! ～9月24日～

6時間目に2Fの調理室から火災が発生したという想定で避難訓練を行いました。



生徒達は、落ち着いたようすで担当教員の指示に従い火災発生から、約2分16秒で全員無事に運動場に避難することができました。

また、学校長から、自身の経験をもとに正常性バイアスの話から逃げるスイッチを自分で押せるようにという講評をしました。

■ 3年 食育指導 ～9月9日～

学校栄養士の山本千賀子先生から「食事ができる」ということについて講話がありました。給食センターの紹介や今、問題になっている「食品ロス」などについて語られ、食べ物を粗末にしないよう自分たちに出来ることはないか考える機会となりました。



■ 11月は、学校開放参観月間です。

11月 1日(月)～12日(金)

この機会に是非学校にお越しください。

※参観に来られる際には、マスク着用のうえ、生徒玄関で消毒をし、お名前のご記入のご協力をよろしくお願い致します。

■ 11月行事予定

- 4日(木) 小学生体験入学
- 5日(金) 避難訓練(津波)
- 11日(木) 校内音楽会 3年・進路説明会
- 13日(土) 県駅伝 23日(火) 郡駅伝
- 17日(水) 期末テスト時間割発表・部活動停止
- 24日(水)～26日(金) 期末テスト

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。

埋蔵文化財包蔵地をホームページで閲覧される場合

- ・和歌山県教育委員会文化遺産課
- 和歌山県埋蔵文化財包蔵地所在地図



■ 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



無灯火自転車特別指導の実施について

町青少年補導委員連絡協議会・町交通指導員会による無灯火自転車特別指導を、下記日程のとおり実施します。日没時間も早くなりますので、自転車を利用している皆さんは早めの点灯を心がけ、安全運転をお願いします。

※悪天候等で実施予定日を変更する場合があります。

■日時 11月9日(火) 午後5時30分～午後6時30分まで

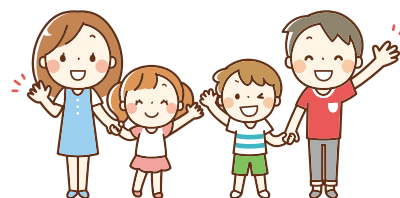
■場所 町内

※道路交通法の規定により違反すると罰則を受ける場合があります。日頃から自転車のライトの点灯等を確認し、安全運転を心がけましょう。

きしゅう君の家について

和歌山県では平成9年から、子供を犯罪から守り保護するためという趣旨に賛同の一般家庭や事業所を「きしゅう君の家」として防犯ポスター等を貼り、子供の安全を確保に努めてきました。当町では135件のご協力をいただき安全確保に努めております。

今後も、「きしゅう君の家」にご協力頂き、地域で子供達の安全を守っていただけるようよろしくお願いします。



人権教育講演会の中止について

例年11月に開催しておりました「人権教育講演会」は、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止し、皆様の健康と安全を守る観点から、今年度は中止とさせていただきます。

講演会の開催を楽しみにされていた皆様には誠に申し訳ございませんが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

問い合わせ先 中央公民館 TEL 22-7309

ひまわりこども園 会計年度任用職員 (保育教諭)

随時募集中!!



詳細は、ひまわりこども園 (TEL 0738-22-3650)
または、美浜町教育委員会教育課 (TEL 0738-23-4955)
までお問い合わせください。

美浜町ホームページにも掲載していますのでご覧ください。



新刊案内

あのころなにしてた？



綿矢りさ 著

2020年、コロナ禍により変化した家族との生活、創作への影響、目まぐるしい世界の動きについて、パンデミック収束への願いをこめて綴った日記。2021年の心境を綴った「あとがき」も収録。『新潮』掲載を書籍化。

民王



池井戸潤 著

高西環境大臣が人を凶暴化させる謎のウイルスに感染した。陰謀論者の台頭で、危機に陥る第二次武藤泰山内閣。ウイルスはどこからやってきたのか。泰山は国民を救うべく…。『小説野性時代』掲載に書き下ろしを加えて単行本化。

ようかいむらのずんちゃかおんがくかい

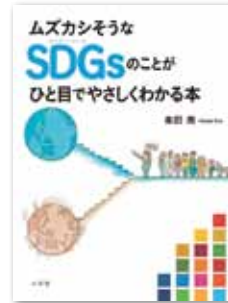
たかいよしかず 著



もうすぐ、ようかいむらの音楽会。みんな毎日練習しますが、好き勝手に演奏しているので、なかなか音がそろいません。そこへ、じょうろぐものようかいのむらさきごぜんがあらわれて…。「おまけ」のこたえも探してみましょう。

ムズカシそうなSDGsのことがひと目でやさしくわかる本

本田亮 著



SDGsの全体像がやさしくわかる一冊。世界中の大自然を施し、地球のリアルを見てきた著者がSDGsの17の目標と主要なターゲットを楽しいイラストで紹介する。

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
⑳	㉓	24	25	26	27	28
㉑	㉒					

※○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。



今月の展示

11月のテーマは「ベストリーダ」です。昨年1年間で借りられた回数が多い人気の本ベスト50を展示しています。

一般書と児童書のBEST 3をご紹介します！

一般書		児童書	
1	希望の糸 東野圭吾 // 著	1	ノラネコぐんだん カレーライス 工藤ノリコ // 著
2	ライオンのおやつ 小川糸 // 著	2	はたらくるるまたちと ちいさなステアちゃん シェリーダスキー リンカー // 著
3	クスノキの番人 東野圭吾 // 著	3	ノラネコぐんだん アイスのくに 工藤ノリコ // 著





11月の予定

- 2日(火) 保健の先生のお話
- 9日(火) お散歩に行こう
- 17日(水) 園庭で遊ぼう



行事は、密を避ける為に人数制限など規模を縮小しての開催となっています。
また、変更、中止の場合もありますので、ご理解ご協力の程、お願いします。
参加申し込みは通常のホッとするルーム利用と同じで、当日の朝、電話連絡をお願いします。

9月はこんなことをしたよ

トンネルくぐり、積木の橋渡り、台の上に登ってジャンプしたり、走ったりと体をいっぱい動かして遊びました。



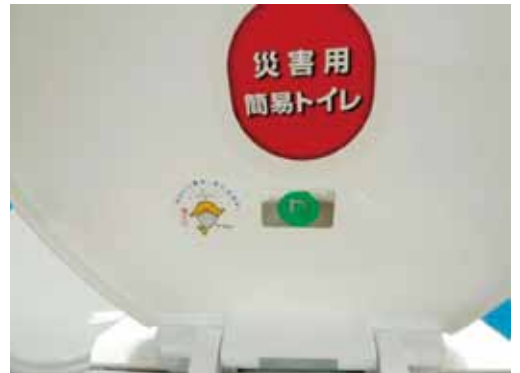
おじいちゃん・おばあちゃんへのプレゼントに、子どもたちの顔付き小物入れを作りました。



宝くじ助成金 【地域防災組織育成事業】

田井畑区自主防災会に防災資機材を整備しました。

宝くじ助成事業は、財団法人自治総合センターが宝くじの事業収益を還元する目的で、市町村や地区住民のコミュニティ組織、自主防災組織などが行う活動に助成を行い、コミュニティの健全な発展を図ると共に宝くじの普及広報を行っています。





美浜町消防団に消火栓用ホース、消防車用ホースを整備しました。

宝くじ助成事業は、財団法人自治総合センターが宝くじの事業収益を還元する目的で、市町村や地区住民のコミュニティ組織、自主防災組織などが行う活動に助成を行い、コミュニティの健全な発展を図ると共に宝くじの普及広報を行っています。



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。11月30日までに納めてください。

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』にご協力をお願いします。

■ 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。

問い合わせ先 税務課 TEL 23-4903

美浜町チャイルドシート 購入助成について

美浜町では子どもの安全を守るため、6歳未満のお子さまがいる家庭においては新しくチャイルドシートを購入された際、購入費の一部を助成しています。

道路交通法では、「自動車の運転者は、幼児用補助装置(いわゆるチャイルドシート)を使用しない6歳未満の幼児を乗車させて自動車を運転してはならない」と定められており、違反した場合は違反点数1点が科せられます。

また、チャイルドシート不使用者の死亡重傷率は、適正使用者の約8.1倍(警視庁ホームページ抜粋)となっており、命を守るためにはなくてはならないものです。

お子さまが乗る際にはチャイルドシートを必ず使用しましょう。

■ 対象

美浜町に住民登録があり、6歳未満の子どもがいる父母または保護者。

■ 申請方法

領収書・保証書の写し・印鑑・申請者名義の口座がわかるものをもって、役場2階総務政策課までお越しください。

■ 助成金額

購入に要する経費の1/2(1,000円未満の端数は切り捨て)。
助成上限金額 10,000円

問い合わせ先 総務政策課 TEL 23-4901

防災ひとくちメモ 11月5日は「世界津波の日」

11月5日を「世界津波の日」としたのは、1854年の安政南海地震の際に、和歌山県広川町の浜口梧陵が稲わらに火をつけ、村人を高台に導いて大津波から命を救った話に由来しています。

日本では、東日本大震災が起きた後の2011年6月に、津波対策推進法によって「津波防災の日」としています。

国連の共通記念日には、「水の日」や「難民の日」など100以上の記念日があります。

問い合わせ先 防災企画課 TEL 23-4902

けんびそう 健美操教室

健美操とは、ヨガや太極拳などの東洋医学の動きをとり入れた健康体操です。

呼吸・身体・精神を調和させることにより、新陳代謝や自然治癒力を高め健康維持に役立てることができます。

年齢は問いません。申し込みは不要ですので、お気軽にご参加ください。

■ 日時 11月16日(火)

① 10時から11時30分 (和田地区の方)

② 13時30分から15時 (三尾・松原地区の方)

■ 場所 地域福祉センター3階

■ 講師 メディカル&フィットネス アクオインストラクター

■ その他 運動できる服装、飲み物・タオル持参

問い合わせ先 健康推進課 TEL 23-4905

実践コース パソコン事務科 受講者募集！

ハロートレーニング ～急がば学べ～

求職者支援訓練 訓練番号 :5-03-30-002-03-0042

「就職」を目指す方のための公的な職業訓練です。

■ 募集期間：10月20日(水)～12月2日(木)

■ 訓練期間：12月24日(金)～3月23日(水)

■ 定員：15名

(申込者が定員の半数に満たない場合、訓練を中止することがあります。)

■ 自己負担額：テキスト代 7,590円(税込)

職場見学先への交通費

■ 申し込み：事前にハローワークで職業相談を必ず受けてください。

問い合わせ先
職業訓練法人 中紀技能訓練協会 TEL 63-1500



自治体職員を名乗る 還付金等詐欺に注意！

自治体職員を名乗り、医療費や健康保険料等の還付金手続きのために ATM へ誘導して送金させる還付金詐欺の相談が、全国の消費生活センターに多く寄せられています。

『お金が返ってくるので ATM に行くように』と言われてたら、それは還付金詐欺です！自治体職員が ATM で操作するよう誘導することは、絶対ありません！



「あやしいな？」と思ったら

●消費者ホットライン
(局番なしの3桁番号)

188 (いやや) に
遠慮なくご相談ください。



問い合わせ先 消費者ホットライン TEL 188
総務政策課 TEL 23-4901

不幸な猫をなくすために、ルールやマナーを守ろう！

飼い猫の不適切な飼育や、野良猫への無秩序な餌やりなどによる苦情が多く寄せられています。猫を飼っている方も、飼っていない方も、今一度、周囲に配慮した猫との接し方ができているか確認してください。

飼い猫には、必ず身元表示を！

迷子になったときや突然の災害時などのためにも、名札や首輪、またはマイクロチップなどを装着してください。



排泄物はきちんと取り除く！

自宅以外の場所でフンをする、不快を与えることはもちろん、子どもが誤って触れることもあります。必ず適切に処理してください。



室内で飼いましょう！

猫の行動範囲は広く、把握は困難です。放し飼いでは、事故に遭ったり、よそで排泄したりするなど、周囲に迷惑をおよぼします。屋内で飼うよう努めてください。



問い合わせ先 健康推進課 TEL23-4905

人権チェックリスト

「認知症」について知っていますか？

認知症について

「認知症」とは、脳の病気や障害など様々な原因により、記憶・判断力などの認知機能が低下し、意識障害はないものの社会生活や日常生活に支障が出てくる状態をいいます。

年をとれば誰でも思い出したいことがすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えるのが困難になったりしますが、「認知症」は、このような「加齢によるもの忘れ」とは違います。



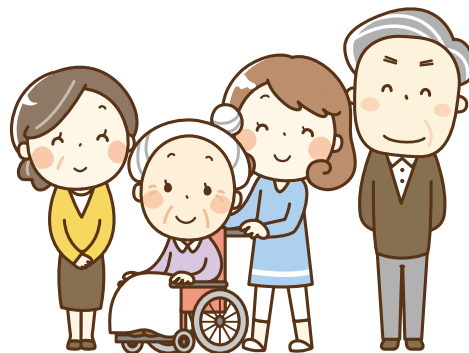
加齢によるもの忘れ	認知症の記憶障害
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人が誰なのかわからない
何を食べたか思い出せない	食べたことじたいを忘れている
約束をすっかり忘れてしまった	約束したことじたいを忘れている
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある

認知症には、「中核症状」と「行動・心理症状」の2つの症状があります。中核症状は、記憶障害、現在の年月日や場所がわからないといった見当識障害、理解・判断力の障害、買い物で同じものを何度も買ってしまおうといった実行機能障害が起こり、行動・心理症状は、ささないことで怒りっぽくなったり、うつ状態になる、徘徊するなどの症状が見られます。

チェック

認知症は誰もがなる可能性があります。

まずは、私たちが認知症のことを正しく理解することが大切です。そして、近くに気になる人がいればさりげなく見守る、認知症になっても友人づきあいを続けていくなど、認知症の人やその家族が安心して生活できる地域づくりを進めていきましょう。



相談窓口

- ・ 認知症コールセンター（公益社団法人認知症の人と家族の会和歌山県支部）
フリーダイヤル TEL 0120-783-007
- ・ 美浜町地域包括支援センター TEL 23-4950

内容についてのお問い合わせ（和歌山県人権施策推進課）

TEL 073-441-2566 FAX 073-433-4540

問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904



全国一斉「女性の人権ホットライン」 強化週間を実施します！

■ 期 間 11月12日(金)から18日(木)までの7日間

■ 時 間 午前8時30分から午後7時まで

ただし、土・日曜日については、午前10時から午後5時まで

■ 電話番号 0570-070-810 (全国共通ナビダイヤル)

(※ 一部IP電話からはご利用できない場合があります。)

■ 相談内容 夫・パートナーからの暴力やストーカー、セクハラなどの女性をめぐる人権の何でも相談。

相談は無料で、秘密は厳守されます。法務局職員又は人権擁護委員が相談に応じますので、お気軽にご相談ください。



問い合わせ先 和歌山地方法務局人権擁護課・和歌山人権擁護委員連合会
TEL 073-422-5131

女性に対する暴力をなくす運動

毎年11月12～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」を実施しており、今年のテーマは「性暴力を、なくそう」です。

令和2年度に全国の性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センターに寄せられた相談件数は、前年度の約1.2倍となる51,114件でした。

相談は10・20代を中心に多く寄せられています。被害を受けてもどこにも相談できずにいる女性もたくさんいます。

身近な人や交際相手・配偶者からであっても、同意のない性的行為の強要は、いかなる理由でもすべて性暴力です。

被害はひとりでも悩まず、まずは#8891に相談してください。

※町ホームページに美浜町男女共同参画計画を掲載していますので、ぜひご覧ください。



問い合わせ先 総務政策課 TEL 23-4901

部落差別のない社会の実現に向けて ～11月1～30日は同和運動推進月間～

和歌山県では、令和2年3月に条例を施行し、行政、県民、事業者等が一体となって、部落差別のない社会の実現を目指して取り組んでいます。しかしながら、インターネット上に同和関係者を忌避する書き込みなどがあり、県が把握した差別書き込みについてはプロバイダ等に対して削除依頼を行っていますが、削除されていないものもあります。

このような状況を踏まえ、より一層、インターネットを利用した部落差別の解消を推進するため、令和2年12月24日に、条例の一部改正を行いました。

県では、引き続き、部落差別の解消のための教育・啓発や、県民の皆さんからの相談への対応などに取り組んでいます。

県民の皆さんには、部落差別は許されないものであるという認識のもと、引き続き、部落差別の解消のための取組をお願いいたします。

【同和问题（部落差別）の相談窓口】(公財)和歌山人権啓発センター
TEL 073-421-7830 FAX 073-435-5421

問い合わせ先 和歌山人権政策課
TEL 073-441-2561 FAX 073-433-4540



御坊税務署からのお知らせ

■ 税を考える週間

11月11日(木)から11月17日(水)は、「税を考える週間」です。
国税庁では様々な取組を行っておりますので、国税庁ホームページやQRコードからご確認ください。



■ の作文列車出発進行!!

中学生・高校生から提出していただいた「税の作文」のうち特に優秀な作品を紀州鉄道車内に掲示した「作文列車」が11月中旬から走行予定です。
心に響く作品ばかりですので、是非一度ご覧ください。



税に関する情報は国税庁ホームページへ <https://www.nta.go.jp/>
お問い合わせは御坊税務署まで TEL 0738 (22) 0695

御坊納税協会からのお知らせ

■ 第30回「ごぼう税金クイズ」

応募期間 : 11月1日(月)～11月17日(水)

当選発表日 : 12月1日(水)

毎年恒例の「ごぼう税金クイズ」が公益社団法人 御坊納税協会の主催により行われます。

応募用紙は、納税協会、市役所、各町役場、税務署に置いてあります。奮ってご応募下さい。

■ 源泉所得税の年末調整等説明会

実施日 : 令和3年11月17日(水) 13時30分～

場 所 : 御坊市民文化会館 大ホール

例年、みなべ町のアグリセンターとの2会場での開催でしたが、**本年は御坊市民文化会館のみ**での開催となります。

新型コロナウイルス感染症拡大の状況によっては、開催を見合わせる場合がありますので、ご了承ください。

お問い合わせは御坊納税協会まで

TEL 0738 (22) 1660

近畿税理士会御坊支部からのお知らせ

■ 税理士による無料相談

実施日 : 令和3年11月12日(金) 10時～16時

場 所 : オークワロマンシティ1階エントランス

この機会に、税金についてお気軽にご相談ください!

新型コロナウイルス感染症拡大の状況によっては、開催を見合わせる場合がありますので、ご了承ください。

お問い合わせは近畿税理士会御坊支部まで

TEL 0738 (23) 0812



今年最後の集団健診!

北出病院アクオ3階で、下記の2日間、日高町・由良町・印南町と合同で総合健診を実施します。

待ち時間を少なくするため、受付時間を30分ごとに調整して行いますので、忙しくて健診を受診する機会を逃していた方は、ぜひこの機会に受診してください。

実施日	場 所	定 員	受付時間	申込締切日
12月 4日 (土)	アクオ3階 会議室 (北出病院北側)	50名	午前8時30分～ 午前11時30分	11月24日 (水)
12月12日 (日)				12月 1日 (水)



健診の種類	内容と注意点	対象年齢	自己負担
国保特定健診	問診・身体測定・腹囲・血圧測定・尿検査・ 血液検査・診察・心電図	40～74歳の 国民健康保険加入者	無料
生活習慣病健診		39歳以下	無料
胃がん検診	胃部レントゲン検査 (バリウム検査)	50～74歳 前年度未受診の方	700円
肺がん検診	レントゲン撮影・喀痰検査 (50歳以上で1日の喫 煙本数×喫煙年数が600以上の方)	40歳以上	無料
大腸がん検診	便潜血検査 (2日分) ※痔や生理中の方は受診不可		400円
乳がん検診	乳房レントゲン検査 (マンモグラフィ)	40歳以上の女性	500円
肝炎ウィルス検診	血液検査 (HCV抗体・HBs抗原検査)	40～74歳の方で、過去に 受けたことがない方	無料

- ・国保特定健診以外は、医療保険の種類に関係なく受けることができます。
- ・70歳以上 (令和4年3月31日時点) の方は、自己負担なく、全て無料で健診を受けられます。
- ・受診希望の方は、健康推進課 (TEL 23-4905) へ申し込みしてください。

★お得な情報★

●若いときから健診習慣を!

39歳以下の方は、健康保険の種類に関わらず国保特定健診と同様の健診を受けることができます。

●1日の塩分摂取量を調べます

国保特定健診を受診された方を対象に推定塩分摂取量を測定します。(尿検査で調べることができます) 血圧が気になる方、塩分摂取が気になる方、国保特定健診の受診をお勧めします。



★アクセス★



問い合わせ先・申し込み先 健康推進課 TEL 23-4905

こんにちは

美浜町地域包括支援センターです！

ウォーキングを始めよう！

風も涼しく感じ、過ごしやすい季節となりました。みなさんは、日頃の生活に運動を取り入れていますか？ウォーキングは、自分のペースでできる身近な運動です。

今月の「元気はつらつ教室」は、「室内でできるウォーキングトレーニング」を予定しています。ウォーキングトレーニングの他に正しい歩き方の指導も行いますので是非、ご参加ください。

ウォーキングを継続するとこのような効果があります

- ・生活習慣病を予防します
- ・骨粗鬆症を予防します
- ・老化を予防します
- ・認知症を予防します
- ・ストレスを解消します

おすすめ!!



正しい歩き方

顔は下げずに、視線だけ少し先の道を見るようにします。

お腹を軽く引っ込めると、腰が安定します。

かかとで着地します。

頭は上から引き上げられるよう意識すると姿勢がよくなります。

肩の力を抜いてリラックスすることで、腕が振り子になり足がしっかり前に出ます。

つま先で地面を押し切ります。



～地域のお宝紹介～

※町では地域の活動を「地域のお宝」と呼んでいます。

「和田東 JA 女性部」

現在、会員 12 名で活動しています。毎年の活動は月に 1 回（7～9 月はお休み）和田東集会場に集まり、ホウ酸団子を作ったり、わらび餅や桜餅などの季節の食べ物を作ったりしています。活動の時は、その日の参加者で会員全員分を作り、参加できなかった会員に配っています。また、会員の一部がひまわりこども園の裏の土地を活用し、ヒマワリやコスモス等の季節の花を栽培したりと素敵な活動をしています。

ホウ酸団子を作る様子



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「ウォーキングフォームを見直そう！」です。

日程	時間	場所	内容
8日(月)	午後1時30分から	地域福祉センター	室内でできるウォーキングトレーニング
22日(月)			

*参加費無料 申し込み等の必要はありませんのでお気軽にご参加ください。

*概ね65歳以上の方が対象です。タオル・飲み物を持って、運動しやすい服装でお越しください。

*イス等を消毒する用のタオルをご持参ください。

問い合わせ先 美浜町地域包括支援センター TEL 23-4950



☆地域巡回いきいきサロンのお知らせ☆

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、皆様お誘い合わせお越しください。

日程	時間	場所	内容
4日(木)	午後1時30分から	入山公民館	御坊警察からのお話・マジックショー・紙芝居・絵手紙
11日(木)		和田東集会場	読み聞かせ(ともしび)・気功(桑原里美先生)・もしばなゲーム
18日(木)		新浜集会場	消費者被害啓発出前講座・弾き語り・絵手紙
30日(火)		和田西畜産センター	消費者被害啓発出前講座・弾き語り・ボールでダーツ

*全ての地区で血圧測定を実施します。

*参加費無料 申し込み等の必要はありませんのでお気軽にご参加ください。

問い合わせ先 美浜町社会福祉協議会 TEL 23-5393

☆家族介護者の交流会☆

ご家族を介護する方たちが集い、同じ悩みや体験などを話し合える場として家族介護者の交流会を行っています。ほっと一息つきながらみんなで情報交換や相談もできます。お気軽にご参加ください。

日程	時間	場所
18日(木)	午後1時30分から	ガラスボックスわいわい(松てるわ広場)

*参加費無料 申し込み等の必要はありませんのでお気軽にご参加ください。

*ご本人様も参加できます。ご本人様の参加のご希望の際は事前に地域包括支援センターまでお問い合わせください。

問い合わせ先 美浜町地域包括支援センター TEL 23-4950

「おいしい」と「元気」を支える丈夫な歯 11月8日は「いい歯の日」

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。

歯周病検診を受けましょう

美浜町では、医療機関での歯周病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。

(対象者の方の生年月日は下記のとおりです。)

40歳：昭和56年4月1日～昭和57年3月31日生まれ

50歳：昭和46年4月1日～昭和47年3月31日生まれ

60歳：昭和36年4月1日～昭和37年3月31日生まれ

70歳：昭和26年4月1日～昭和27年3月31日生まれ

対象の方には、5月に受診券を送付しています。

受診券を紛失された方は健康推進課(TEL 23-4905)までお問い合わせください。



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、しっかり食べる必要があります。

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。歯周病が気づかぬ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



令和3年(2021) 11月号 美浜町カレンダー

※来年4月から美浜町健康カレンダーは廃止となります。下記のカレンダーをご活用ください。

日	月	火	水	木	金	土
	1 町県民税・国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料納期限 可燃1	2 ●認知症予防サークル 13:30～15:30 可燃2	3 文化の日	4 可燃1	5 ●世界津波の日 可燃2	6 ●地震津波避難訓練
7 ●総合健診 7:30～	8 ●元気はつらつ教室 13:30～15:00 可燃1	9 可燃2	10 ●腰痛・膝痛予防サークル ① 13:00～14:00 ② 14:15～15:15 小型プラスチック	11 ●2歳児健診 12:45～ ●健康美体エクササイズ 19:30～20:45 可燃1	12 可燃2	13
14	15 可燃1	16 ●健美操 ① 10:00～11:30 ② 13:30～15:00 可燃2	17 燃えない複雑ゴミ	18 ●4か月児・10か月児健診 13:00～ 可燃1	19 可燃2	20
21 ●クリーン大作戦	22 ●元気はつらつ教室 13:30～15:00 可燃1	23 勤労感謝の日 可燃2	24 ●腰痛・膝痛予防サークル ① 13:00～14:00 ② 14:15～15:15 資源ゴミ	25 ●健康美体エクササイズ 19:30～20:45 可燃1	26 可燃2	27
28	29 可燃1	30 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料納期限 可燃2				

可燃1 (濱ノ瀬・吉原・田井畑・上田井・入山)
今月は大型ゴミの収集はございません。

可燃2 (三尾・和田・本ノ脇・新浜)

広告

有料広告募集
1区画 5,000円/月
(縦40mm×横80mm)

有料広告募集
1区画 5,000円/月
(縦40mm×横80mm)

