



みはま

No.442

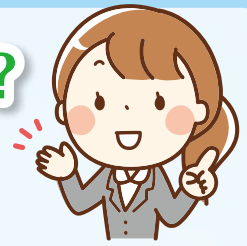


町の人口と世帯数 ※令和4年9月1日(対前月比)

総人口：6,661人 (-15人) 男：3,110人 (-10人) 女：3,551人 (-5人) 世帯数：3,070 (-2)

稲刈り

正しく大型ゴミを出せていますか？



最近、大型ゴミ集積場において、収集できないゴミが非常に目立ちます。収集できないゴミをみると、見た目や大きさ、用途などから、誤って出しているものと思われる。出し間違いが多い品目について正しい分別を紹介しますので、捨てる前にもう一度確認をお願いします。

こたつの天板

外面や外枠部分がプラスチック等で加工されたものが多く、燃えない大型ゴミに思われがちですが、多くの中身(素材)は木製であり、その場合は「燃える大型ゴミ」が正しい分別です。可能であれば外枠部分を剥がし、中身(素材)を確認してから出してください。

電気カーペット・電気毛布

ともに電化製品であり、「燃えない大型ゴミ」が正しい分別です。
※電気式でないものは「燃える大型ゴミ」です。

座椅子

木製の場合は「燃える大型ゴミ」として収集できますが、その骨組み(フレーム)が金属やスチールのパイプによるものは「燃えない大型ゴミ」が正しい分別です。外から触り、その骨組み(フレーム)を確認してから出してください。

ソファ

純粋な木製の場合は「燃える大型ゴミ」として収集できますが、中にスプリング(金属のバネ)が入ったものは、燃える・燃えないに関係なく収集することができないため、ご自身で「直接清掃センターへ持ち込んで処分」してください。スプリングの有無は、座面裏側の布地などのシートを剥がすと確認できます。座面の反発が強い場合は、スプリングが入っている可能性が高いのでご注意ください。

マットレス

クッション材の違いで、スプリングタイプとノンスプリングタイプの2種類に分かれます。

スプリングタイプ

内部にスプリング(金属のバネ)が入っており、弾性が強いのが特徴で、厚さが30cm程度あるものはこのタイプである可能性が考えられます。燃える・燃えないに関係なく収集することができないため、ご自身で「直接清掃センターへ持ち込んで処分」してください。

ノンスプリングタイプ

柔らかく、加重に対し沈みこむものはこのタイプである可能性が高く、クッション材としてスポンジやウレタンなどが使用されています。「燃える大型ゴミ」が正しい分別です。※クッション材に金属類は使用されていません。タグ部分などでご確認ください。

小型プラスチックゴミ・燃えない(複雑)ゴミ・資源ゴミ

小型プラスチックゴミや燃えない(複雑)ゴミ、資源ゴミ等を大きな袋に入れて出しているのが目立ちます。大型ゴミとして回収できませんので、それぞれ指定袋に分別し、各収集日に出してください。
※傘は複雑ゴミです。

テレビ等家電リサイクル品

テレビ(ブラウン管・液晶)、洗濯機、衣類乾燥機、冷蔵庫、冷凍庫、エアコンは家電リサイクル対象のため、燃えない大型ゴミでは出せません。処分する際は、リサイクル料金と収集運搬料金を負担し、販売店に引き取ってもらってください。
※リサイクル料金と収集運搬料金は各販売店で確認ください。

昨年10月の大型ゴミの日に出し間違われていた品目

燃える大型ゴミの日に出されていたもの	正しい出し方
座椅子(金属・スチール製)	燃えない大型ゴミ
掃除機・電器カーペット	燃えない大型ゴミ
マットレス(スプリング入り)	直接清掃センターへ持ち込み処分
燃えない大型ゴミの日に出されていたもの	正しい出し方
コタツの天板	燃える大型ゴミ
家具(木製)	燃える大型ゴミ
傘	燃えない複雑ゴミ(指定袋)
発泡スチロール	砕いて小型プラスチックゴミ(指定袋)



問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904



「分別」と「リサイクル」 ゴミの減量にご協力を!



10月のゴミ回収についての注意

- ・不燃物の袋にゴミを入れる際は、**黒色の袋等でゴミを隠さない**てください。中身の確認作業が必要となり、**収集時間が大幅に遅れる可能性があります。**
- ・今月は、燃えない(複雑)ゴミの収集はありません。次回は11月の第3水曜日です。
- ・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。
- ・段ボール、本、雑誌、古新聞は集団回収にご協力ください。
- ・**傘は、必ず不燃の指定袋に入れ、燃えない(複雑)ゴミの日に出してください。大型ゴミとしては収集できませんのでご注意ください。**
- ・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。
- ・**発泡スチロールは、不燃の指定袋に入るよう細かく砕いて、(小型)プラスチックゴミの日に出してください。大型ゴミとはなりませんのでご注意ください。**
- ・**スプレー類は必ず穴を開けてガスを抜いてください。中身が残っている場合、ゴミ収集車にて火災が発生したこともあり、大変危険です。ご協力よろしくお願いします。**

正しく分別されていない場合は、回収できない場合がありますのでご注意ください。

問い合わせ先 住民課 TEL 23-4904



行政相談所を開設します

～10月17日～23日は行政相談週間です～

総務省では、行政相談制度に関する国民の理解と認識を深め、同制度の利用を促進するよう努めており、毎年度「行政相談週間」を設け、全国一斉に各種相談活動を実施しています。

本年度は、10月17日から23日の1週間を「行政相談週間」と定めていますが、町でも行政相談委員による巡回相談所を開設します。

相談は無料で、秘密は固く守られますので、気軽に利用してください。

問い合わせ先 総務課 TEL 23-4901

新型コロナウイルス感染症の影響による減免について

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた方は、介護保険料・後期高齢者医療保険料・国民健康保険税が減免になる場合があります。

詳しくは、各担当課までお問い合わせください。

■ 対象となる方

- ア. 新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った世帯の方(※)
 - イ. 新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入減少が見込まれる世帯の方(※)で、次の1～3のすべてに該当する方
 1. 事業収入や給与収入など、収入の種類ごとに見た収入のいずれかが、前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること
 2. 前年の所得の合計額が1,000万円以下であること(介護保険は除く)
 3. 収入減少が見込まれる種類の所得以外の前年の所得合計額が400万円以下であること
- ※世帯の方……介護保険料のみ【第1号被保険者(65歳以上の方)】と読み替えてください。

■ 対象となる保険料(税)

令和4年4月1日～令和5年3月31日までに納期限が設定されているもの

■ 申請期限

令和5年3月31日まで

※減免申請書は役場窓口にあります。申請の際は事前にお問い合わせください。

■ 担当課・問い合わせ先

介護保険料 かがやく長寿課 TEL 23-4950

後期高齢者医療保険料

担当課 かがやく長寿課 TEL 23-4950

問い合わせ先 後期高齢者医療広域連合

TEL 073-428-6688

国民健康保険税 税務課 TEL 23-4903



■ 日時 10月19日(水) 午後1時～午後3時

■ 場所 松原地区公民館

■ 相談担当者 谷口 芳弘 行政相談委員(総務大臣委嘱)

※町では、毎月第2水曜日 午後1時～午後3時 地域福祉センターにて、心配ごと相談と併設して行政相談も開設しています。



ひまわりこども園

■ いろいろな水遊びを楽しみました

8月は、コロナウイルス感染拡大予防に配慮しながら各学年ごとに水遊びを楽しみました。



猛暑の中、水に触れて遊ぶ子ども達はとても気持ちよさそうでした。

■ トウモロコシの皮むき

2歳児が、トウモロコシの皮むき体験をしました。



トウモロコシの実が出てくると驚いた様子で「うわ〜」と声をあげながらむいていました。



むいたトウモロコシはおやつでいただきました。

■ 県支援訪問（幼小連携の取り組み）

8月4日、県教育委員会指導主事や幼児教育アドバイザー、町の教育長や指導主事、町内両小学校1年生担任が来園し、5歳児を対象に、5歳児担任による教育保育と和田小1年生担任による出前授業の相互参観を行いました。その様子を見ていただいた後、幼小連携の取り組みの現状や今後の課題を話し合い、助言や他市町の取り組み例を紹介していただきました。



■ 10月の行事予定

4日（火） 内科検診（4・5歳児）

18日（火） 内科検診（0～3歳児）

和田小学校

■ 夏休み

7月21日（木）から、夏休みが始まりました。今年は39日間の長い休みでした。3年ぶりに行動制限のない夏休みということで、子どもたちも久しぶりにご親戚を訪ねたり旅行を楽しんだりすることができたのではないのでしょうか。

夏休み中に学校では、いろいろと修繕工事などが行われました。エアコンの修理をしていただいたり、1年教室の黒板を上下可動式のものに交換していただいたりしました。2学期からの学習をいっそう快適かつ効率的に行うことができそうです。



また、体育館のトイレも全面改修していただけることになり、子どもたちはもちろん、社会体育等でご利用いただく方々にも快適な環境になりそうです。ご配慮いただいたことに感謝いたします。

コロナの感染拡大状況はたいへんきびしくなりましたが、全ての子どもたちが楽しい夏の思い出を作ることができたことと思います。

■ 2学期スタート

8月29日（月）、2学期の始業式を行いました。感染防止のため、体育館に集まることは避け、運動場で行いました。式辞では、2学期を「充実」の時期にしてほしいと子どもたちに話しました。知・徳・体の全てが充実した学校生活を送ってほしいと願います。



始業式の後、各教室で各学級の2学期がスタートしました。通知表を担任に返却し、仕上げた課題を提出しました。久しぶりに担任と顔を合わせ、子どもたちは勉強や運動にがんばっていかうという決意を新たにしたことと思います。



子どもたちの2学期が充実した素晴らしいものとなるよう、感染防止に努めながら、教職員一同努力していく所存です。

■ 10月の行事予定

5日（水） ちろこ会様環境整備作業

12日（水） 県学習到達度調査

13日（木） 就学時健康診断



松原小学校

■ 水泳 ～6月28日～

今年は7月8日までプール水泳を行いました。1・2・3年生は小・中プール、4・5・6年生は大プールで授業を受けました。6月末から気温が高い日が多かったため、子供達は寒がることもなく気持ちよくプールに入っている様子でした。



水泳の授業には、危機回避といった観点からは水難事故に遭わないようにするといった意味があります。また体を鍛えるといった観点からは全身運動によりバランスよく体を鍛えるという意味があります。

そういった意味から、今年度は1学期の授業で獲得した成果を夏休みに更に定着させクロールや平泳ぎなどで「楽に長く」泳げるようになることを期待していましたが、新型コロナウイルス感染症対策として今年も夏休みのプール水泳実施は見送りとなりました。非常に残念ですが、また来年度の取り組みに期待したいと思います。

■ 臨海学校 ～7月6・7日～

前日からの台風情報にはひやひやしましたが、両日ともに好天に恵まれました。松原小学校から町バスに揺られて約30分、今年は白崎青少年の家にお世話になりました。



由良町の西岸にある白崎海岸近くの丘に位置する施設です。

1日目は、入館後のオリエンテーションを済ませて、まずはグラウンドゴルフに臨みました。全8ホールを班ごとに回りました。見るとするでは大違いで悪戦苦闘している状況も見られましたが、90分間のプログラムを楽しく過ごすことができましたようです。夕方からのキャンプファイヤーでは、火の神役の2人から各班長に分火された火を薪につけてキャンプファイヤーの開始となりました。各班からの出し物や青少年の家の方が準備してくれたゲームを楽しみました。2日目にはそれぞれが海の中などをテーマとしたデザインを考えて臨海学校記念のマグカップ作りも行いました。1泊2日、24時間に渡る思い出深い宿泊体験学習となりました。

■ 10月の行事予定

- 12日(水) 和歌山県学習到達度調査
- 17日(月) 更衣

松洋中学校

■ 県・通信陸上大会の結果 (7/2・3)

- 800m 記録 2:00.42 狩谷 悠世
※標準記録突破により全国大会へ
- 1500m 5位 狩谷 悠世
- 2年男子 100m 2位 瀧本 瑛太
- 1年男子 1500m 6位 森口 能有

■ 県・中学校総合体育大会の結果 (7/23～26)

- 陸上の部 〈紀三井競技場〉
800m 男子 1位 狩谷 悠世 近畿大会へ
- 卓球の部 〈県立体育館〉
女子シングルス 3位 面山 光莉 近畿大会へ
- 柔道の部 〈白浜町立体育館〉
男子 50kg級 3位 小藪 偉大

■ 県吹奏楽コンクール

銅賞



■ 1年生・キッズサポート実施 (6/3)

県警察から派遣職員に來校して頂き、身近な問題「いじめ」を例に挙げながら、「いやなおもいをさせる(なかまはずれ)」を題しての話をして頂きました。生徒たちは、パネルを通してその時の気持ちを問いかけられながら、法律などの話題も交えて説明を受けました。



各自が「助ける勇気」「とめる勇気」を持つことが、自分の助けにもなることを学びました。

■ 不審者対応避難訓練 (7/1)

御坊警察の協力のもと、不審者が東階段から2階・教室に侵入したという想定で訓練を行いました。



その後、不審者に遭遇した際の対処法と薬物乱用防止に関する講話もして頂きました。

■ 10月行事予定

- 3日(月)～6日(木) 中間テストため、部活動停止
- 6日(木) 中間テスト・給食なし
- 7日(金) 中間テスト・交通安全教室(1年生)
- 12日(水) ノーメディアデー
- 21日(金) 火災避難訓練
- 30日(日)～11月1日(火) 3年生修学旅行

館報 美は万 第66回 町長杯争奪 野球大会の結果



9月11日、第1若もの広場・松洋中学校グラウンドにて、5チームが参加し大会を行いました。
どのチームも、暑さに負けない熱いプレーで会場を沸かせていました。



優勝 濱ノ瀬若中野球クラブ

監督 平井 晃都

選手 岡田 圭太・松下 祐希・小川 彩晴・山本 力翔
志賀 皓太・三原 佑介・坂井 梨空・森本 悠介
田中健大朗・白総 裕也・白総 貴也



準優勝 ラグラッツ

監督 東 大輔

選手 池下 尚則・大江 悠介・阪本 浩司・前原 寛
津村憲司郎・坂田 陽祐・中嶋 千洋・森澤 元貴
宮本 怜央・田口 雄大・高垣 直樹



MVP賞 山本 力翔
(濱ノ瀬若中野球クラブ)

敢闘賞 森澤 元貴
(ラグラッツ)

祝 二十歳の集いについて

町では『祝二十歳の集い』を下記のとおり予定しています。

令和4年9月1日時点で美浜町に住民登録をされている方には、順次出欠確認票を送付します。それ以前に進学・就職等で転出されている方で、式典への出席を希望される場合は、町教育委員会（中央公民館）までご連絡ください。出席確認票を送付させていただきます。

- 対象者 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの方
- 日時 令和5年1月4日（火）午前10時30分開式（午前10時受け付け開始）
- 会場 地域福祉センター 3階
- 連絡先 中央公民館 TEL 22-7309

※受付は、午前8時30分～午後5時です。

氏名、性別、住所（出席確認票送付先）、連絡先をお伝えください。

※ご出席される方は基本的な感染症対策にご協力をよろしくお願いいたします。

※式典出席対象者以外は、ご入場いただけません。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況によって、式典開催場所の変更、または式典を延期する場合があります。



美浜町
人権教育
講演会

『夢と絆』



講師

新潟産業大学経済学部准教授

蓮池 薫 氏

1957年新潟県出身。中央大学法学部3年在学中の78年に拉致され、24年間北朝鮮での生活を余儀なくされる。帰国後、1年間の市役所勤務を経て、新潟産業大学嘱託職員・非常勤講師として働くかたわら、2005年4月に中央大学に復学。2005年、初の訳書『孤将』を刊行。2008年3月復学していた中央大学を卒業。2013年3年新潟大学大学院博士前期課程 修了。2013年4月より新潟産業大学経済学部 准教授。韓国語、韓国文化などを教える。

2005年から韓国語の翻訳を始め、小説『孤将』、『私たちの大切な時間』、『トガニ』、詩集『ハルル 哲学する犬』、ノンフィクション『走れ、ヒョンジン!』など20冊以上出版。著書としては、『蓮池流韓国語入門』（08年10月）、『私が見た「韓国歴史ドラマ」の舞台と今』（09年3月）、『半島へ、ふたたび』（09年6月）で09年10月新潮ドキュメント賞受賞。『拉致と決断』（12年10月）。趣味はドライブなど。

日時

11月5日(土)

開演 13:30 (開場 13:00)

場所

松洋中学校体育館

(美浜町吉原958)

入場無料

手話通訳あり

ご入場の際は、下記にて配布を行う**整理券**が必要です

- ・美浜町内にお住まいの方へは、10月11日(火)より配布します。
- ・その他の地域の方へは、10月17日(月)より配布します。

配布場所：中央公民館 (8:30 ~ 17:00) ひとり2枚まで

※新型コロナウイルスの影響により、講演会の内容を変更、または開催を中止にする場合があります。

主催 美浜町・美浜町教育委員会

後援 町人権尊重推進委員会・町老人クラブ・町PTA 連絡協議会・町青少年育成町民会議・町社会福祉協議会

問い合わせ先 中央公民館 TEL 22-7309

ひまわりこども園

保育教諭 募集

(会計年度任用職員)

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

汝、星のごとく



凧良 ゆう 著

瀬戸内の島に育った高校生の暁海と、自由奔放な母の恋愛に振り回され島に転校してきた權。ともに心に孤独と欠落を抱えた二人は、惹かれ合い、すれ違い、そして成長していき…。『小説現代』掲載を加筆改稿し単行本化。

ウクライナにいたら戦争が始まった



松岡 圭祐 著

単身赴任中の父と過ごすため、母・妹とともにウクライナに来た高校生の琉唯。ロシアによる侵攻が近いとのニュースが流れ、一家は自宅から出ることができないまま、町は一瞬にして戦場と化し…。凄絶な体験を描く実録的小説。

10歳からの学校では教えてくれない健康とからだ



野口 緑 著

「太っちゃった」「いつもお腹が痛い」「朝起きられない」「イライラしちゃう」「生理のこと」…。からだやこころに関する悩みや素朴な疑問に答える、10代のための健康書。

おおきくなったら、なんになる？



刀根 里衣 著

宇宙飛行士、消防士、デザイナー、美容師…。おおきくなったら、なんになる？ うさぎのモカが変身を繰り返しながら、みんなの憧れの職業をユーモラスに紹介します。

10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
⑳	25	26	27	28	29	30
㉑						

※○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。

今月のテーマは「食欲の秋」です。秋といえば実りの秋、食べ物がおいしい季節です。そこでおいしそうなお料理が出てくる本やレシピ本をテーマに展示しています。ぜひ手に取ってみてください。



子育てつどいのへや

ひまわりこども園



10月の予定

- 5日(水) お散歩に行こう
- 12日(水) さつまいも掘りをしよう
- 19日(水) どんぐり拾いに行こう

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、急遽、変更や中止になる場合もありますので、ご理解をお願いします。
参加申し込みは、通常のホットルーム利用と同じで、当日の朝、電話連絡をお願いします。



★ 8月はこんなことをしたよ

～水遊び～

きれいな色水が
できたよ～!



参加した保護者から、「プールや水遊びを家ではなかなかさせてあげられない」「来てよかった」という声が聞かれました。



冷たくて気持ちいい～



落とさないように
そ〜っと、そ〜っと

ジャジャ〜ッ
このカップ使いやすいよ!



問い合わせ先 ひまわりこども園 TEL 22-3650・22-3611



お知らせ

忘れず納付！ 町県民税・国保税

10月末日が納期限となる町税は、町県民税 第3期分、国民健康保険税 第4期分です。

10月31日までに納めてください。

口座振替の手続きをされている方は、納期限日が口座引き落とし日となります。

納期限の前日までに、残高確認・口座への入金をお願いします。



問い合わせ先 税務課 TEL 23-4903

献血にご協力ください！

献血バスによる献血を、美浜町役場前にて行います。ご協力をお願いします。

■実施日時

10月13日(木)

午前9時30分～午後0時

午後1時～午後4時



問い合わせ先 子育て健康推進課 TEL 23-4905

防災ひとくちメモ 消火栓と防火水槽に注意

火災が発生したとき、消防車が消火に使う水をどこから吸い上げているかご存知ですか。

池や川の水を使うこともあります。多くの場合は道路脇や歩道上にある「消火栓」や「防火水槽」と書かれたマンホールから取水しています。その位置を示すために標識を掲げているものや、路上などにマーキングをしているものもあります。

消火栓や防火水槽は定期的に点検を行い、いつ火災が発生しても消火活動ができるようにしていますが、消火栓や防火水槽の上や近くに車が停まっており、消火活動を妨げるケースもあります。

火災はいつどこで起きるかわかりません。もしもの時のために、消火栓や防火水槽の位置に注意して、付近への駐車はしないようにしましょう。

問い合わせ先 防災まちづくりみらい課 TEL 23-4902

ひとり親家庭医療費 受給資格の更新について

『ひとり親家庭医療費受給資格』の有効期間は1年間です。

現在、上記の受給資格証をお持ちの方の有効期間は、令和4年10月31日までとなっています。

毎年度、当医療制度の受給資格について判定を実施し、申請が必要な方には、10月初旬に受給資格の更新申請案内を郵送します。

更新申請案内が届いた方は、必ず申請が必要となりますので、必要書類（申請案内に記載）を添えて申請期限までに子育て健康推進課へ手続きにお越しください。

※申請により必ずしも「認定」されるとは限りません。

なお、判定基準（所得の状況等）により、前年度から引続き受給資格に該当しなかった方には、なにも通知はしませんのでご了承ください。

問い合わせ先 子育て健康推進課 TEL 23-4905

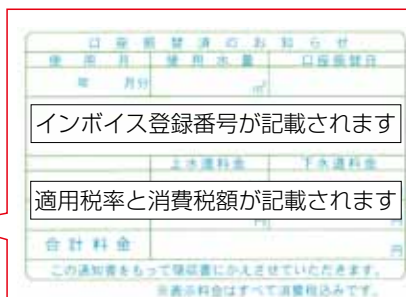
「水道ご使用量・料金等のお知らせ」の様式が変わります

令和5年10月から適格請求書等保存方式（インボイス制度）が導入されることに伴い、町では令和4年10月検針分から「水道ご使用量・料金等のお知らせ」の様式を下記のとおり変更します。

旧



新



口座振替済のお知らせの欄に「登録番号」「適用税率」「消費税額」の記載が新たに追加されます。



問い合わせ先 上下水道課 TEL 23-4954



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気軽にご参加ください。



- 日 時 10月18日(火)
 - ① 10時～11時30分(和田地区の方)
 - ② 13時30分～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
- 持ち物 水分・タオル
運動できる服装でお越しください。

問い合わせ先 子育て健康推進課 TEL 23-4905

男女共同参画ひとくちメモ 「産後パパ育休」

産後パパ育休(出生時育児休業)とは、従来の育児休業とは別に、男性が子の出生後8週間以内に4週間まで休業を取得できる制度です。男性育児休業の取得率の低さを改善することを目的に新設されました。(令和4年10月1日施行)

取得前に申請をすれば2回に分けて取ることができたり、労使協定を締結していれば休業中の就労も可能となったり、要件を満たせば給付金を受けられたり社会保険料が免除されたりと、今までの育児休業等よりも柔軟に利用しやすくなっています。

※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 総務課 TEL 23-4901

最低賃金が改定されました

和歌山県最低賃金

時間額 **889** 円

(効力発生日 令和4年10月1日)

問い合わせ先
和歌山労働局賃金室 TEL 073-488-1152
御坊労働基準監督署 TEL 22-3571

役場職員を名乗る 不審な電話に注意!

役場職員を名乗る不審な電話が相次いでいます。

不審な電話では、還付の手続きを装いながらATMでお金を振り込ませるといった、悪質な手口の詐欺があります。

役場職員がATMでの操作を誘導することは、絶対にありません!

電話には対応しないよう、注意してください。

「あやしいな?」と思ったら、電話を一度切って…

消費者ホットライン
(局番なしの3桁番号)

い や や
188

困った時は、遠慮なくご相談ください!



問い合わせ先 総務課 TEL 23-4901

陸上自衛隊 高等工科大学 生徒募集!

特別職国家公務員(生徒)

※自衛官ではありません

勉強しながら手当が支給

生徒手当 月 額 103,700 円

期末手当 年2回(6月・12月)

【令和4年4月1日現在】

提携校の高校卒業資格が取得できる

	一 般	推 薦
応募資格	男子・中卒(見込含)・17歳未満	男子・中卒(見込含)・17歳未満・成績優秀で学校長が推薦できる者
受付期間	10月1日(土)～令和5年1月6日(金)	10月1日(土)～12月2日(金)
試 験 日	1次:令和5年1月14日(土)	令和5年1月5日(木)～7日(土)の、指定された1日
試験会場	自衛隊和歌山地方協力本部庁舎(和歌山市) 田辺市民総合センター(田辺市)	伊丹駐屯地(兵庫県伊丹市)

※受験料無料

問い合わせ先
自衛隊御坊地域事務所 TEL 23-0020



宝くじ助成金 ～地域防災組織育成事業～

令和4年度の宝くじ助成金（地域防災組織育成事業）を受け、上田井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。



問い合わせ先 防災まちづくりみらい課 TEL 23-4902



みんなで健診を受けよう！ 目指そう！健康寿命の長い町

総合健診のお知らせ

新型コロナウイルス感染防止対策のため受付時間の調整・会場での手指消毒等を行い実施します。

実施日	場所	当日受付時間	定員	申込期日
11月6日(日)	体育センター	午前7時～午前9時	200名	10月27日(木)まで

健診の種類	内容	対象年齢	自己負担額
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歳で前年度未受診の方	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	便潜血反応検査(2回分)	40歳以上	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
肝炎ウイルス検査	血液検査(HCV抗体・HBs抗原検査)	40～74歳で過去未受診の方	無料

- 国保特定健診以外は、健康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5年3月31日時点)の方は、無料で対象の健診を受けることができます。
- 下記の年齢(令和5年3月31日時点)の方は、大腸がん検診・乳がん検診が無料です。ぜひこの機会に受診してください。
大腸がん検診：41・46・51・56・61歳 乳がん検診：41・46・51・56・61歳の女性

■若い時から健診習慣を！(生活習慣病健診)

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無料で受けることができます。

■乳がん検診・子宮頸がん検診について

令和4年度より、乳がん検診・子宮頸がん検診が、2年に1回の受診になります。(令和4年度に受診された方は、令和5年度は受診対象外です。)

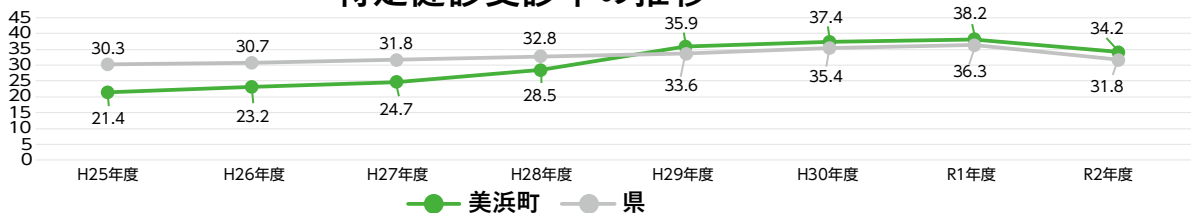
問い合わせ・申し込み先 子育て健康推進課 TEL 23-4905

～特定健診を受けましょう～ ★10月から保健師による電話勧奨が始まります★

特定健診を受診されていない方を対象に、保健師が電話による受診勧奨を実施します。健診等で分からないことがあればお聞きください。(※特定健診対象者は、40歳以上の国民健康保険被保険者の方です。)

- 特定健診は、現在、内科等への通院中の方も対象となります。かかりつけ医での受診をお勧めします。
- 特定健診を受診すると、高血圧症・糖尿病・脂質異常症・腎臓病・肝臓病等の生活習慣病を確認することができます。健診内容は、身体計測・問診・診察・血液検査・尿検査・心電図となっており、健診費用は無料です。
- 国では、特定健診の受診率の目標を60%に設定しています。

特定健診受診率の推移



	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度
●美浜町	21.4	23.2	24.7	28.5	35.9	37.4	38.2	34.2
●県	30.3	30.7	31.8	32.8	33.6	35.4	36.3	31.8

自分の健康確認のため、毎年、特定健診を受けましょう。

問い合わせ先 子育て健康推進課 TEL 23-4905

こんにちは

美浜町地域包括支援センターです！

早くからはじめよう！お口の体操！

私たちの口は、「食べる」「話す」「唾液を出す」「味わう」「表情を作る」など、生きていくために欠かせないさまざまな役割を担っています。口の機能が低下すると、食べ物を上手く食べられなかったり、むせやすくなったりします。また、この状態を放っておくと歯周病や誤嚥性肺炎などの全身的な病気につながる恐れがあります。

日頃の口のお手入れや歯医者さんを受診することに加えて「お口の体操」で口の機能を維持・改善し、おいしく食べて人とおしゃべりを楽しむ生活を送りましょう。

実際に「お口の体操」をやってみよう！！

食事の前に行うとお口の準備運動になり、むせることを予防でき、より効果的です。

いつまでもおいしく食べるためにお口の体操を毎日続けてみましょう。

しっかり唇を閉じたまま
口の中で舌を動かそう！



①上唇の内側を
舌先で強く押す



②下唇の内側を
舌先で強く押す



③頬の内側を舌先で円を
かくように動かす
(左右の頬で行う)



④歯ぐきと唇の境目を通るよ
うに口の中を大きく動かす
(左回り・右回り行う)



⑤頬の内側を
舌先で強く押す
(左右行う)

①～⑤を3回
繰り返そう！

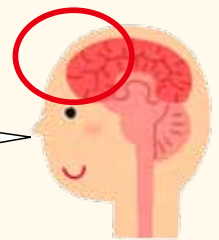


～楽しく脳トレエクササイズ～

認知機能の維持・回復のためには、前頭葉を鍛えることが必要！

脳はおおきく4つの領域に分かれますが、重要な鍵を握るのは前頭葉。

他の領域からの情報を集め、思考や行動を組み立て、命令を出す“脳の最高司令部”です。



■ 数字と文字合わせで脳を刺激！

下の数字の対応表を参考に、下記問題の空欄に対応する文字を早く記入しましょう。

ここから記入

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
あ	か	さ	た	な	は	ま	や	ら	わ
4	1	6	2	3	5	8	0	7	9
2	8	7	1	5	0	4	3	9	6
3	2	6	7	4	1	0	9	8	5



～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。

「三尾卓球愛好会」

代表の入江さんと稲葉さんが発足させ、平成25年から三尾公民館で活動されています。活動日は、毎週金曜日の午後2時30分から午後4時30分まで、会員は7名、「地域の親睦」「運動不足の解消」「ストレス発散」をモットーに楽しく卓球を行っています。稲葉さんは「参加者を募集しています。三尾地区以外の他の地区からの参加でも大丈夫です。興味のある方は是非来てください。」と話されていました。



10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「毎日10分の体操で免疫力を高めよう！」です。

日程	時間	場所	内容
3日(月)	午後1時30分から	中央公民館	イスに座ってお家体操
24日(月)		地域福祉センター	

- *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☆

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
11日(火)	午後1時30分から	浜ノ瀬住民会館	マジックショー(メモリアルウエストおせっかいやき隊) 銭太鼓(美浜友遊クラブ)ゲーム
21日(金)		松原地区公民館	弾き語り(下垣繁男さん)
27日(木)		吉原西集会場	防災の話(防災まちづくりみらい課) オカリナ演奏(オカリナの会)・ゲーム
20日(木)	午後1時から	上田井集会場	マジックショー(メモリアルウエストおせっかいやき隊)

- *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

☆本人と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
20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。ご本人様の参加を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

介護支援専門員(会計年度任用職員)募集

(フルタイム) 1名



随時
募集中!!

※募集に関する詳細につきましては、右記までお問い合わせください。

問い合わせ先 かがやく長寿課 TEL 23-4950

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。



10月

美浜町

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 ●元気はつらつ教室 13:30~15:00	4 ●認知症予防サークル 13:30~15:00 ●巡回バス検診 三尾・本の脇・和田 13:00~	5	6 ●巡回バス検診 和田 13:00~	7	8
	可燃 1	可燃 2	燃える大型ゴミ	可燃 1	可燃 2	
9	10 スポーツの日	11 ●巡回バス検診 吉原・新浜 13:00~	12 ●腰痛膝痛予防サークル ①13:00~14:00 ②14:15~15:15 ●離乳食教室 10:00~12:00	13 ●巡回バス検診 浜ノ瀬・田井畑 13:00~ ●健康美体エクササイズ 19:30~20:45	14	15
	可燃 1	可燃 2	小型プラスチック	可燃 1	可燃 2	
16	17	18 ●健美操 ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	19	20 ●1歳6ヵ月児・ 3歳児健診 12:45~	21	22
	可燃 1	可燃 2	燃えない大型ゴミ	可燃 1	可燃 2	
23	24 ●元気はつらつ教室 13:30~15:00	25 ●巡回バス検診 入山・上田井 13:00~	26 ●腰痛膝痛予防サークル ①13:00~14:00 ②14:15~15:15	27 ●健康美体エクササイズ 19:30~20:45	28	29
	可燃 1	可燃 2	資源ゴミ	可燃 1	可燃 2	
30	31 ★各納期限 町県民税第3期、国民健康保険税第4期、介護保険料第4期、後期高齢者医療保険料第4期	※ 教室・サークルは地域福祉センターで行います。 (10月3日元気はつらつ教室のみ、中央公民館で開催。) ※ 可燃1(浜ノ瀬・吉原・田井畑・上田井・入山) 可燃2(三尾・和田・本の脇・新浜)				
	可燃 1					

町内に事業所がある方へ

広報みはまに広告を掲載しませんか?

1区画
縦4cm×横8cm
5,000円/月

問い合わせ先 総務課 TEL 23-4901

広告

がんばりすぎず、自分らしく… 人生の定年は、あなた次第!!

今の私にちょうどいい!! (月10日程度、週20時間以内のお仕事です) ※女性会員も活躍中です!

10日働き 10日遊び 10日休もう (原則60歳以上の方)

お仕事だけのシルバーではないですよ~
ボランティア・サークル活動等(左記については、センターにより異なります)
ご家庭の皆様 および 事業所の方々へ、さまざまなお仕事をお引き受けしています

お問合せ先 美浜町シルバー人材センター
日高郡美浜町吉原1093-3 電話(0738)52-7781

公益社団法人 和歌山県シルバー人材センター連合会

