

広報 [Public Relations]

# ひだか

2018. **8**月号  
vol.250



かんぱらう  
日本

## contents

- ◆まちのわだい ..... 2
- ◆町内全世帯を対象に自治会保険に加入しています... 5
- ◆児童扶養手当 特別児童扶養手当 現況届のお知らせ... 7
- ◆スポーツ・文化に対する助成金の拡充 ..... 9
- ◆国民健康保険税の税率が変わります ..... 12
- ◆保健だより  
「糖尿病について知ろう～今日から始める生活改善～」..... 14
- ◆日高町職員採用試験のご案内 ..... 18
- ◆クエっころんど♪だより..... 19
- ◆在宅育児支援が始まります!..... 22
- ◆町内、サークル・クラブ名鑑..... 24

# まちの わだい

## My Town Topics



### 飛び出しはしません！ —保育所で交通安全教室開催—

6月26日(火)に志賀保育所(岩橋かをる所長)で、内原保育所(田村真由美所長)、比井保育所(川端雅子所長)と合同となる交通安全教室が開催されました。

教室では和歌山県警察本部から安全教育係(通称：ひまわり隊)に来てもらい、歩道の右側を歩くこと、道に飛び出さないことなどを、歌や踊り、人形劇を交えて勉強。

園児たちはしっかりと話を聞き、交通ルールを守ることを約束しました。



## 不戦の誓い新たに —日高町戦没者追悼法要—

6月27日(水)、町中央公民館において、町社会福祉協議会主催による日高町戦没者追悼法要が執り行われました。

法要には、遺族関係者を始め、松本町長、清水町議会議長らが、戦没者400余柱の冥福を祈るため参列。

町社会福祉協議会の寺井陽子会長が「多くの方々が国難に殉じ、また、ご遺族の方々が、多くの苦しみと耐え国を発展させてきたことに深く感謝し、世界中で戦争が無くなることを願っています。日高町の発展と安寧をどうか見守ってください。」と追悼の言葉を述べられると、松本町長も「国や家族のために散華された皆様に深く哀悼の意を表します。戦争を次の世代に語り継ぎ、安全、安心に暮らせる社会を作るために、これからも尽力していきます」と、戦没者、遺族の方々への感謝と誓いを述べました。



緊急時に子どもたちの身を守るため、町内の学童保育所で訓練が実施されました。

救命訓練では、日高広域消防本部から講師を招いて、指導員15人が心臓マッサージやAEDの使用方法を勉強。子どもの場合は、人工呼吸が重要だということを知りました。

また、避難訓練では、巨大地震が来て津波警報が発令された想定で訓練を実施。児童らは机の下や落下物の無いところで頭を守り、揺れがおさまるのを待ってから高台へ避難しました。

来るべき災害に備えて、訓練は今後も定期的に行われる予定です。



## もしもの時に備えて —学童保育所で訓練実施—





尾崎氏は昭和53年に日高町職員となってから、建設課、総務課を経て企画財政課長、総務政策課長を務め、平成15年から副町長に就任。日高町の人口増の基盤作りなどに力を注いできました。

長い間本当にありがとうございました。

6月29日(金)、同月30日をもって辞任する尾崎稔副町長の退任式が、役場3階にて行われました。

## 町政伸展に尽力 —尾崎副町長退任式—

## 役場ってどんな仕事？ —日高町内職場見学—



6月27日(水)、日高中学校の生徒が職場訪問で役場を訪れました。

この学習では、1年生が町内の様々な職場を見学しており、役場には8人の生徒が訪問。

「役場で働くにはどんな人が向いていますか?」、「どのような時にやりがいを感じますか?」といった質問をした後、庁舎内を見学し、実際に職員が働いている様子を見学しました。

最後は町長室で松本町長を訪問し、記念撮影をして職場訪問は終了。

「役場を見てみてどうだった?」と聞く松本町長に、生徒たちは「役場は思った以上に広くて、大勢の人が働いていることに驚きました。」と話していました。

## 総務政策課 お知らせ



お問い合わせは、  
(☎63・2051)まで。



## 町内全世帯を対象に 自治会保険に加入しています

各地区で行っている奉仕活動やスポーツ大会、お祭りなどに参加している間におこったケガは、ケガをされた方も関係者の方も大変です。

住民のみなさまが自治会活動に参加している間のケガによる入院・通院・後遺障害・万一の死亡を補償するため、町では町内全世帯の住民を対象に自治会活動保険に加入しています。補償内容と保険金の限度額は下表のとおりです。

もし事故にあったら、すぐにご連絡ください。保険事故の連絡が遅れた場合などは保険金の

自治会活動保険		
補償内容		保険金額
賠償責任(対人・対物補償)		1億円
傷 害	死亡・後遺障害	300万円
	入院(1日につき)	2,000円
	通院(1日につき)	1,000円

受け取りができなくなる可能性がありますので、ご注意ください。

## 8月29日(水) Jアラート試験放送

8月29日(水)に、Jアラートによる緊急情報伝達の試験放送を行います。

町内一円に設置している防災行政無線施設から、次の内容が放送されます。

### 【内容】

(上りチャイム音)

「これは、Jアラートのテストです」  
(3回)

「こちらは防災日高町です」

(下りチャイム音)

【日時】8月29日(水)

午前11時00分頃

詳しくは、総務政策課  
(☎63・2051)まで。



## ご意見箱を 設置しています!

日高町では、町内にご意見箱を設置して、町民の皆様からご意見やご感想を募集しています。

町に対するご意見やご感想、ご相談のある方は、記入用紙に記載のうえ、ご意見箱に投函してください。



### 【ご意見箱の設置箇所】

- ・役場玄関
- ・公民館カウンター
- ・保健福祉総合センター玄関
- ・温泉館和室

※回答を希望される場合は「公表希望」欄に○印をしたうえで、お名前・ご住所・電話番号・年齢・性別を必ずご記入ください。

また公表希望であっても、町として回答することが適当ではないと判断することもありますので、あらかじめご了承ください。

# 平成30年度 地域防災リーダー育成講座 「紀の国防災人づくり塾」

地域の自主防災組織、企業等の各種団体で、防災の中心的な担い手となる「地域防災リーダー」を育成するため、防災に関する知識、技術を学ぶ講座を開設します。  
自主防災組織で活動されている方、企業などで防災に携わる方、これから地域で活動をしたいと考えている方など、ぜひご応募ください。

**開催日時・場所** ※天候等により、急遽中止する場合がございますので、予めご了承ください。

会場	開催場所	開催日	講座数	備考
和歌山市 会場	和歌山市役所14階 大会議室 (和歌山市七番丁23番地)	9月2日(日)	60分の講座を 各日3～6講座、 3日間実施	11月11日の講座のみ、田辺市教育研究所3階(田辺市中屋敷町24番地の1)で実施
		9月30日(日)		
		10月14日(日)		
田辺市 会場	田辺市役所本庁舎別館3階 大会議室 (田辺市新屋敷町1番地)	10月28日(日)		
		11月11日(日)		
		12月2日(日)		

講座修了者には、防災士資格取得試験の受験資格が付与されます。  
防災士資格取得試験は、以下の日程で実施されます。

会場	開催場所	開催日
和歌山市 会場	和歌山市役所14階 大会議室 (和歌山市七番丁23番地)	10月27日(土)
田辺市 会場	田辺市役所本庁舎別館3階 大会議室 (田辺市新屋敷町1番地)	12月16日(日)



- 募集期間** 平成30年7月17日(火)～平成30年7月31日(火)  
(応募者多数の場合は先着順となります。早めの申し込みをお願いします)
- 対象者** 和歌山県内に在住、在勤、在学の16歳以上で全講座出席可能な方  
※欠席があった場合は、修了となりませんのでご注意ください。
- 受講料** 無料(ただし、防災士の資格取得を行う場合の費用は別途必要になります)  
**資格を取得される方は町の補助金制度をご利用ください。**
- 募集人員** 和歌山市会場 **60名程度**  
田辺市会場 **30名程度**  
※応募者多数の場合は、申し込み先着順とさせていただきます。
- 受講決定** 申し込み者宛に通知いたします。
- お問い合わせ先** 役場総務政策課 ☎63・2051
- お申し込み先** 〒640-8585 和歌山市小松原通1-1  
和歌山県 総務部 危機管理局 防災企画課 企画班  
☎073・441・2271 FAX 073・422・7652  
E-mail e0114001@pref.wakayama.lg.jp





お問い合わせは、  
(☎63・3800)まで。

## 児童扶養手当 特別児童扶養手当 現況届のお知らせ

児童扶養手当及び特別児童扶養手当を受けている方は、毎年『現況届』を提出する必要があります。

期間は、児童扶養手当が8月1日～8月31日まで、特別児童扶養手当は8月10日～9月11日までとなっています。

この現況届は、受給者の前年の所得状況などを確認するものです。

現況届の提出がない場合、手当の受給資格があっても8月分以降の手当が受けられませんので、忘れずに手続きをしてください。2年間この届を提出しないと受給資格がなくなります。

## 児童扶養手当

父母の離婚、死亡などによって父または母と生計を同じくしていない子どもや、父または母に一定の障害がある家庭の子どもを育てている方に、子どもが18歳に達する日以後の最初の3月31日（一定の障害がある場合は20歳未満）まで支給される手当です。

申請を受け付けた翌月分から手当の対象になります。

手当の額(平成30年4月～)

児童扶養手当		
児童数	月 額	
子1人	全部支給	42,500円
	一部支給	42,490円～10,030円
第2子加算	全部支給	10,040円
	一部支給	10,030円～5,020円
第3子以降加算 (1人につき)	全部支給	6,020円
	一部支給	6,010円～3,010円

支給の時期 年3回(4か月分ずつ支給)

- 4月(12月～3月分)
- 8月(4月～7月分)
- 12月(8月～11月分)

## 特別児童扶養手当

20歳未満で身体や知的または精神に中程度以上の障害もしくは長期にわたる安静を必要とする病状にある児童を監護している父もしくは母、または父母に代わって児童を養育している方に支給されます。

申請を受け付けた翌月分から手当の対象になります。

手当の額(平成30年4月～)

特別児童扶養手当	
級	月 額
1級	51,700円
2級	34,430円

支給の時期 年3回(4か月分ずつ支給)

- 4月(12月～3月分)
- 8月(4月～7月分)
- 12月(8月～11月分)

## 野焼きは法律で禁止されています

「近所でごみを燃やしている、煙で困っている」「ごみの焼却で灰や燃えかすが、田んぼに入っている」などの苦情が多く寄せられています。

家庭でのごみの焼却は、近隣の人に迷惑を掛けるだけでなく、ダイオキシン類発生や火災の危険など、さまざまな問題となっています。

ドラム缶・ブ  
ロック囲い・素  
ぼりの穴を利  
用したものや、



法で定められた構造基準を満たしていない焼却炉などによる焼却は、法律で禁止されています。家庭ごみは焼却せずに、決められた収集日に分別して出してください。

農林漁業を営むためのやむを得ない焼却などは、法律で例外的に認められていますが、焼却量や時間帯、風向きなどを考慮しましょう。



# 75歳以上の方のお出かけを応援します

高齢者  
外出支援事業

町では、高齢者の方が元気に安心して、買い物や通院などをしていただけるよう、バス・タクシー利用料金の一部を助成しています。是非ご利用ください。

## 助成額および有効期限

- ①お一人につき、1冊目は年間1万2000円分を助成券で交付します。
- ②2冊目以降は同様のものを、1万円で販売します。
- ③利用者証および助成券の有効期限は、交付した日から平成31年3月末までです。



## 対象者

- 町内に住民登録を有する75歳以上の方(昭和19年4月1日以前に生まれた方)



## ご利用方法

- ①利用されるご本人が、利用料金のお支払いの際に「利用者証」を乗務員に提示のうえ、助成券をお渡しください。
- ②利用できるバス、タクシーは、下表の事業者です。

### ■タクシー会社

御坊第一交通	☎63・2002	愛あいケアタクシー	☎20・1090
川上タクシー	☎24・0200	印南交通	☎42・0105
中紀河南タクシー	☎24・1001	南部タクシー	☎0739・72・2133
港タクシー	☎65・3100	介護タクシーふくしん	☎20・5272

### ■バス会社

御坊南海バス	☎22・1020	中紀バス	☎65・2222
--------	----------	------	----------



詳しくは、日高町社会福祉協議会(☎63・2751)まで。

相談員は、社会福祉協議会会長・副会長、民生児童委員、人権擁護委員、行政相談委員、弁護士の方々です。

相談は無料で、秘密は固く守られますので、お気軽にご利用ください。

8月20日(月)、人権相談・行政相談・心配ごと相談の合同相談所を、日高町保健福祉総合センター12階会議室で午後1時から4時まで開設します。

人権相談・行政相談。  
心配ごと相談合同相談  
所開設のお知らせ



下水道の整備ができて、みなさまに使っていただかなければ効果がありません。下水道事業に加入済みで、まだ接続工事をされていない方は早めに工事をされますよう、よろしくお願ひします。

なお、接続工事は『日高町排水設備指定工事店』しか施工できません。指定業者の中から工事業者をご自分で選び、ご相談ください。借家やテナントの場合は、貸し主との協議も必要となります。指定工事店は役場ホームページで紹介しています。

**下水道への接続はお済みでしょうか？**



お問い合わせは、  
(☎63・3805)まで。

詳しくは、教育委員会(☎63・3812)まで。

詳しくは、教育委員会(☎63・

【今年度】  
・ 近畿規模の大会 5千円  
・ 全国規模の大会 1万5千円

【昨年度】  
・ 全国規模の大会 2万円

また、拡充に伴い交付基準額が変更となります。

**スポーツ・文化に対する助成金の拡充**

**教育委員会  
お知らせ**



お問い合わせは、下記まで。  
学校教育班(☎63・2038)  
生涯学習班(☎63・3812)

## 仕事のご依頼をお待ちしています!

センターには、永年の職業を通じて豊かな経験と能力をもつ高齢者の方々が会員として登録されており、多岐にわたる仕事が可能です。



仕事のご依頼のほか、会員への登録についてなど、詳しいお問い合わせ、お申し込みは下記連絡先までお願いします。

〒649-1213 日高町大字高家630番地  
(日高町農村環境改善センター内)

月曜～金曜 9:00～12:00 13:00～16:00  
(昼休みは不在)

**日高町シルバー人材センター**

**☎70・0385**

E-mail:hidakacho.sjc@za.ztv.ne.jp

## 日高消費生活相談窓口・巡回相談窓口 開設のお知らせ

日高郡の自治体と御坊市で、共同の消費相談窓口、日高地域消費生活相談窓口と巡回相談窓口を開設しています。

専門の相談員が消費生活に関する相談を受け付けます。「事業者との契約トラブル」など、「おかしいな」と思った時はすぐに消費者相談窓口にご相談ください。

●日高地域消費生活相談窓口

日 時：平日(年末年始を除く)  
午前9時～午後5時

場 所：御坊市役所一階  
電話番号：☎23・5531

●巡回相談窓口(日高町)

日 時：毎月第2・第4火曜日  
(祝日・年末年始を除く)  
午後1時～午後4時

場 所：日高町役場一階  
電話番号：☎63・3800 (住民福祉課)



お問い合わせは、下記まで。  
産業振興班(☎63・3806)  
建設班(☎63・3804)

## 森林の立木を伐採するときには

森林の立木を伐採しようとするときは、森林法に基づく伐採の届出等が必要です。

無届け、無許可による伐採をした場合、罰金に処せられる場合があります。

なお、1ヘクタール(10000㎡)を超える森林の開發行為を行う場合は、県への許可申請(林地開發許可申請)が必要です。



### 【届出等の時期について】

■普通林の場合  
・伐採する90日～30日前までに届出が必要

### ■保安林の場合

・皆伐は、伐採面積の限度公表日から30日以内に県への許可申請が必要  
・天然林の択伐は、伐採する30日前までに県への許可申請が必要

・間伐または人工林の択伐は、伐採する90日～20日前までに届出が必要

### 【無届伐採に対する罰則】

#### ■普通林の場合

・100万円以下の罰金に処せられる場合があります

#### ■保安林の場合

・150万円以下の罰金に処せられる場合があります

詳しくは、町ホームページ

([http://www.town.wakayama-](http://www.town.wakayama-hidakajg.jp/)

[hidakajg.jp/](http://www.town.wakayama-hidakajg.jp/)を)ご覧くださいか、産

業建設課(☎63・3806)まで。

## 森林の土地の所有者届出制度

森林の土地を取得したときは届出が必要です。

### ■届出対象者

個人・法人を問わず、売買や相続等により森林の土地を新たに取得した方は、面積に関わらず届出をしなければなりません。

### ■届出期間

土地の所有者となった日から90日以内に、取得した土地のある市町村の長に届出をしてください。



### ■届出に必要な書類

①森林の土地の所有者届出書(役場産業建設課に用意しています。ホームページからダウンロードすることもできます。)

②その森林の土地の位置を示す図面(任意の図面に大まかな位置を記入)

③その森林の土地の登記事項証明書、又は、土地の権利を取得したことがわかる書類(土地売買契約書・相続分割協議の目録等)の写し

詳しくは産業建設課(☎63・3806)または日高振興局林務課(☎24・2912)までお問い合わせください。

# あなたのお家は大丈夫！？ ～住宅の耐震化を助成します～

## 大地震は、必ず発生します。

今後30年以内に南海トラフ地震が発生する確率は70%～80%とされています。

このとき和歌山県内では最大で震度7の揺れが生じる可能性があり、昭和56年5月までの旧耐震基準の建物は、大地震により倒壊する恐れがあります。

大地震から生命を守るには、診断により建物の耐震性を明らかにし、必要に応じて適切に補強することが重要です。



## 確認しよう！

### 耐震診断

#### 木造住宅

耐震診断が**無料**

#### 木造以外の住宅

費用の2/3(最大8万9千円)を補助



## 耐震性が低い場合は…

### 補強設計と耐震改修の総合的实施

#### 補助要件

- ・耐震診断の結果、耐震性が不足していると判断されていること
- ・設計から改修まで一連で実施し、耐震性を一定以上まで向上させること
- ・すでに設計の補助金を受けていないこと

#### 補助率と補助額

500,000円 + 定額666,000円  
(工事費の40%が上限)

## 「補強設計と耐震改修の総合的实施事業」の補助額について

### 計算表

1. ①と③の空欄に金額を記入し、AとBの金額を計算してください。

① 工事費×0.4 =	円	①と②の小さい方	→	A	円
② 500,000円					
③ 工事費×0.6+設計費 =	円	③と④の小さい方	→	B	円
④ 666,000円					

2. AとBの合計が補助金の額になります。 ※注意！工事費と設計費は区別してください。

**補助金額** A+B = 円

また、設計費に工事監理費を含めないようにしてください。

# 国民健康保険税の 税率が変わります

国民健康保険は、病気やけがをしたときに安心して医療が受けられるよう、加入者が国民健康保険税を出し合い、お互いに助け合う制度です。

平成30年度からは、和歌山県が国保制度の安定化を図るために、財政運営の責任主体となり納付金制度へと変更されました。

この制度変更に伴い、日高町の国民健康保険を運営するに当たり、和歌山県に納める納付金を確保するために、税率を下表のとおり改正することとなりました。

ご負担をおかけしますが、このたびの税率改正について、加入者の皆様のご理解をお願いいたします。



お問い合わせは、  
(☎63・3802)まで。



## ◎平成30年度の税率等

項目	基礎課税分 (医療給付費分)		後期高齢者 支援金分		介護納付金分	
	改正前の 税率・金額	改正後の 税率・金額	改正前の 税率・金額	改正後の 税率・金額	改正前の 税率・金額	改正後の 税率・金額
所得割額	7.90%	5.60%	2.10%	2.05%	1.95%	1.70%
資産割額	33.00%	14.00%	9.20%	5.30%	11.60%	5.80%
均等割額	33,600円	22,700円	9,500円	8,600円	12,000円	9,200円
平等割額	26,600円	17,700円	7,500円	6,700円	6,300円	4,800円
賦課限度額	54万円	58万円	19万円	19万円	16万円	16万円

◎倒産や解雇、雇い止めなどによる離職をされ、国民健康保険に加入された方へ

離職された翌日から翌年度末までの期間、国民健康保険税が軽減されます。

軽減を受けるには申請が必要です。雇用保険受給者証、保険証、印鑑をご持参の上、税務課で手続きを行ってください。

◎年金からの特別徴収  
(天引き)されている方  
または予定の方へ

国民健康保険税納税通知書を  
確認してください。

年金からの納付方法を、申請により口座振替へ変更することができます。その場合は認め印が必要になりますので、ご持参ください。

詳しくは、税務課国民健康保険税係(☎63・3802)まで。

# 教室のご案内

日高町では介護予防事業として2つの教室（健康運動教室・脳トレーニング教室）を開催しています。

9月から、平成30年度 第2回目の**健康運動教室**と**脳トレーニング教室**が始まります。  
参加対象者は、満年齢65歳以上の方です。

## 健康運動教室

参加者募集!!

気功を中心に脚・腰の筋力強化や体力アップを図り、運動機能の低下を予防・改善します。また、お口のケアや食生活のアドバイス等のお話もあります。

- 期 間：平成30年9月～11月（全12回）  
毎週木曜日 午前9時00分～午後1時30分
- 場 所：メディカル&フィットネス・アクト
- 定 員：15名程度（定員になり次第締め切ります）
- 内 容：気功とプールまたはジム（お口のケア、栄養のお話）
- 参加費：1回につき345円と昼食代毎回520円

## 脳トレーニング教室

参加者募集!!

楽しく楽に、脳トレーニングができる!!楽しいから続く、続けるから、能力アップ!!  
らくしゅう式機能訓練による多種多様のプログラムで楽しみながら脳トレーニング。  
脳を活性化させ、認知症を予防・改善します。

- 期 間：平成30年9月～11月（全12回）  
毎週金曜日 午後1時00分～午後2時30分
- 場 所：コミュニティケア キタデ ゆうゆう
- 定 員：15名程度（定員になり次第締め切ります）
- 内 容：音読・計算・両手指の運動・脳トレ体操・ゲームなど
- 参加費：1回につき220円

※各教室とも、送迎があります。

**申し込み期間：8月1日（水）～8月10日（金）まで**

■お問い合わせ・申込先  
健康推進課・地域包括支援センター ☎ 63・3801

介護が必要な状態にならないために 元気にうちから  
積極的に 介護予防事業に参加しましょう!!





# 糖尿病についてしるう

～今日から始める生活改善～

食事(糖質)をとると、胃で消化されてブドウ糖となります。

ブドウ糖はからだを動かすエネルギー源として使われますが、糖尿病はこのブドウ糖が血液中で増えすぎてしまう病気です。

平成28年の厚生労働省の調査では、20歳以上の人で糖尿病が強く疑われる人、糖尿病の可能性を否定できない人の推計人数は2000万人と推計されています。

糖尿病は誰もがかかりうる身近な病気ですが、生活習慣を改善することで予防することができます。



## 健診数値の見方

糖尿病は血液検査における空腹時血糖、HbA1c (NGSP値)、尿検査における尿糖により判断することができます。

	正常	生活習慣の見直しが必要	治療が必要
空腹時血糖 (mg/dl)	～99	100～125	126～
HbA1c (NGSP値) (%)	～5.5	5.6～6.4	6.5～
尿糖	－	±	＋

## 糖尿病の危険性

血糖値が高い状態が続くと、血液中にあふれた糖が全身の血管を傷つけ、動脈硬化などが進行し、全身にさまざまな障害が起こります。

### 糖尿病の3大合併症

#### ・糖尿病性神経障害

末端の神経に異常が生じ、手足のしびれなどが起こります。進行すると壊疽(皮膚や皮下組織などが死滅して黒色に変色する病気)を起こし、足を切断しなければいけなくなることもあります。

#### ・糖尿病性網膜症

網膜の血管が傷つき、視力低下や白内障が進み、失明することもあります。

#### ・糖尿病性腎症

腎臓の血管が傷つき、ひどくなると腎不全に陥り、人工透析が必要になることもあります。



## 糖尿病を予防・改善するための3ステップ

### STEP 1 適度な運動

運動によって血糖値を下げる働きをするホルモン(インスリン)の働きが活発になります。

ウォーキングなどの有酸素運動が効果的です。細切れでもできるだけ毎日運動するようところがけましょう。運動にまとまった時間がとれない場合は、「通勤時に歩く」「スーパーまで歩いていく」など生活の一部を運動に置き換えるのもよい方法です。

おすすめの運動：ウォーキング、水中ウォーキング、階段昇降、サイクリング、ラジオ体操、筋力トレーニング



### STEP 2 食生活の工夫

1日3食規則正しく食べましょう。食物繊維を多く含む食品(野菜、海藻類、きのこ類など)を積極的にとりましょう。薄味を心がけましょう。

ゆっくりよく噛んで食べることで、満腹感が得やすくなります。

### STEP 3 規則正しい生活

毎日の生活リズムが整うと、食習慣の改善や運動もしやすくなります。

寝起きの時間、食事の時間、運動の時間を決めましょう。

また、定期的に健診を受けて糖尿病の予防、早期発見・早期治療につなげましょう。

現在、集団健診を実施中です。まだ受診されていない方はお早めにお申し込みください。



## 特定健診、胃・大腸・胸部・乳房・前立腺検診、肝炎ウイルス検査



実施日	受付時間	場所
8月5日(日)	7:30～9:00	内原保育所
8月9日(木)		萩原公民館
8月17日(金)		荊木公民館
8月28日(火)		日高町保健福祉総合センター
9月12日(水)		健診センター キタデ

お問い合わせ/健康推進課(☎63・3801)

# 駐在所だより

## 戸締まりをしっかりと

町内で空き巣が発生しています。犯人は留守宅の鍵のかかっていない窓から侵入しています。

泥棒などの犯罪被害から身を守るために、自分の手ですぐにできる大切なことは、戸締まりをしっかりすることです。

少しの外出でも、家にいたとしても、玄関や勝手口、お風呂場や2階の窓などもしっかり閉めて、確実に鍵をしましょう。

泥棒は私たちが思う以上に家をよく見ています。隙を見つければわずか5分ほどで犯行を終えることができます。



また、泥棒は狙った家が人目につかない事よりも逃げやすい事を重要視しています。人目につかない袋小路の家よりも、人目にはつくが逃げやすい大通りに面した家を狙うのです。

自分の家は人目につきやすい大通りに面しているから大丈夫という油断は禁物！

人目は24時間あるわけではありません。そのわずかな隙を泥棒は狙ってきます！

油断することなく、まずは身近な対策をして、防犯意識の高い地域作りをすすめていきましょう。

御坊警察署  
☎23-0110  
高家駐在所  
玉置 昌宏

(お知らせ)  
Eメールによるご意見、ご感想、ご相談を受け付けています。  
和歌山県警のホームページは  
<http://www.police.pref.wakayama.lg.jp>です。  
ご利用ください。



## どこにいますか？避難場所

今後30年以内に和歌山県で大地震が起こる確率は、70%を超えると言われていています。

また、台風シーズンを迎え、河川の増水なども心配されます。

地震や津波、水害から大事な家族や自身の命を守るには、非常時持ち出し袋などの日頃の備えに加え、高台などの避難場所やそこまでの経路を知ることが大切です。

この機会に家族みんなまで再確認してみましょう！



## ◎食料・飲料の備蓄は十分ですか？

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて普段から飲料水や保存の効く食料などを備蓄しましょう。

防災のため特別に用意するのではなく、できるだけ、普段の生活の中で利用されている食品などを備えるようにしましょう。

☆大規模災害発生時には一週間分の備蓄が望ましいとされています。

☆飲料水とは別に、トイレを流したりする生活用水も必要です。日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意する、お風呂の水をいつも張っておくなどの備えをしましょう。

## 警察官募集のお知らせ

平成30年度第2回和歌山県警察官A(大卒程度)、警察官B(高卒程度)採用試験の受付をしています。

受付期間 平成30年8月14日(火)まで

受験資格

警察官A: 昭和61年4月2日以降生まれで大学を卒業した人または平成31年3月末日までに卒業見込みの人

警察官B: 昭和61年4月2日～平成13年4月1日生まれで警察官Aの受験資格に該当しない人

採用試験に関するご不明点については、警察本部警務課採用係(☎0120-217-314)または御坊署にお尋ねください。



## 夏季の交通渋滞予想について

8月は帰省・行楽などで車両が集中し、高速道路などで長時間の交通渋滞が発生しています。今年も紀南方面を中心に交通渋滞が予想されます。

お出かけ前に交通情報を確認しましょう。  
☆テレホンサービス(夜間は電子音声対応)  
日本道路交通情報センター

☎050・3369・6630  
※携帯電話からは、短縮ダイヤル#801へ

◎ドライバーのみなさんへお願い  
高速道路などでは、居眠り運転や考え事などの漫然運転による交通事故が多発しています。高速道路を運転する際は、早めに休息を取りましょう。

# 泥棒があなたの家を狙っています！

# 公民館図書室だより

開室日…月曜日～土曜日  
AM8:30～PM5:00  
閉室日…日曜日、祝日、  
年末年始、特別整理期間  
中央公民館(☎63・3811)

## 新着図書のご案内

### 一般書

- ペインレス 上・下 (天童 荒太)
- ☆日の出 (佐川 光晴)

など、全部で15冊!

### 児童書

- ☆よくわかる銀行  
-仕事の内容から社会とのかかわりまで- (戸谷 圭子)
- もりのほうせきねんきん (新井 文彦)

など、全部で5冊!

### 読書感想文課題図書

#### 《小学校低学年の部》

- ルラルさんのだいくしごと (いとう ひろし)
- きみ、なにがすき? (はせがわ さとみ)
- なずずこのっぺ? (カーソン・エリス)
- がっこうだっぺどきどきしてる (クリスチャン・ロビンソン)

#### 《小学校中学年の部》

- レイナが島にやってきた! (長崎 夏海)
- 森のおくから (レベッカ・ポンド)
- 最後のオオカミ (マイケル・モーパゴ)
- すごいね!みんなの通学路 (ローズマリー・マカーニー)

#### 《小学校高学年の部》

- 奮闘するたすく (まはら 三桃)
- こんびら狗 (今井 恭子)
- ぼくとベルさん (フィリップ・ロイ)
- クニマスは生きていた! (池田 まき子)

#### 《中学校の部》

- 一〇五度 (佐藤 まどか)
- 太陽と月の大地 (コンチャ・ロペス=ナルバエス)
- 千年の田んぼ (石井 里津子)

※新着図書は、一人2冊までの貸出となります。ただし、課題図書は一人1冊までです。

## 新着図書のご紹介

### 《一般書》

☆日の出 (佐川 光晴)

明治末、13歳の清作は徴兵から逃れ故郷を飛び出す。一方、清作を曾祖父にもつ現代の女子大生・あさひは、教師を目指し猛勉強中だった。時代をへだてたふたりの希望の光が、小さく輝きはじめ……。『すばる』掲載を単行本化。

### 《児童書》

☆よくわかる銀行  
-仕事の内容から社会とのかかわりまで- (戸谷 圭子)

銀行ってどんなところ?どんな人が働いているのかな?お金はどこから来て、どこへ行くの?銀行のしくみと、そこで働く人たちの仕事を紹介するとともに、世の中のお金の流れや金融政策など、経済の基礎知識も解説する。

みなさんのお越しをお待ちしています!!

## 山百合短歌会詠草

降誕会おつとめ後の餅まきに数多ひろいて孫と数える

鳴子百合宝鐸草の揺れゆれて葉擦れひそやか俯きて咲く

賜りし初めて使うタクシー券有り難きかな病院の前

亡き夫の多忙な日々を顧みる十二冊なる残せし手帳

白馬山に並みいる風車は蒼昊を双手にかかげ真白くかがやく

活きのよき鯖は煮られて身を反らすふつつ汗のたぎつ厨辺

トウシューズを履きたる友の晴れ舞台母でもないのに手に汗握る

丁寧な虎ウリ苗を植えおえて午後こちよき雨だれを聞く

君逝きて九年余りを生きている君知る孫は中学生ぞ

暑い照り若葉の皐月はや夏日乱れ氣象に無為によろめく

母の日に淡き紫陽花届きたる嫁の気遣い玄閑清し

やんわりと主人に聞いてからにするそんな言葉の言えない私

唐突に受けしショックの叢雲の晴れず打ち込む雨の卓球

朝空にゆうゆうと飛ぶ白さはあくせくとした吾を見下ろす

しっとり八十八夜の雨に濡れひととき映える青きもみじは

五輪から南北対話始まった三十八度線は平和ラインに

坂本 清子

小山 和代

奥田 房子

中 てるみ

深海三千代

和田 路子

米倉眞佐美

曾根 邦子

玉井かをる

那須 久枝

庵戸眞知子

鍵本 和代

仲田美智子

亀井てる代

田坂 行曠

中西 優

# 日高町職員採用試験のご案内

—日高町の未来を担う仲間を募集!—

(平成31年4月1日採用予定)

### 採用試験申込書受付期間

平成30年8月1日(水)～8月15日(水)  
(午前8時30分～午後5時15分・ただし土日及び祝日は除く)  
郵送の場合は、8月15日(水)までの消印有効

### 募集職種・採用予定人員・主な職務内容

試験区分	採用予定人員	主な職務内容
一般行政職	5人程度	町長部局または教育委員会等の事務

### 受験資格

- (1) 一般行政職：平成5年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方。
- (2) 地方公務員法第16条に該当する方および日本国籍を有しない方は、受験できません。

### 試験方法及び内容

#### ★1次試験

試験日 平成30年9月16日(日)午前9時～  
試験会場 日高町中央公民館 2階大会議室  
試験内容 教養試験、適性検査、作文試験

#### ★2次試験(1次試験合格者のみ)

試験日 平成30年10月21日(日)午前9時～  
試験会場 日高町役場 3階大会議室  
試験内容 面接試験

※試験案内および申込書を総務政策課にて配布しています。  
(日高町公式ホームページからもダウンロードできます)

### 【申込先・お問い合わせ先】

〒649-1213 和歌山県日高郡日高町高家626  
日高町役場 総務政策課 (☎63・2051)

# クエっ♡ランド♪だよ

## 父の日製作



大好きなお父さんにプレゼントする  
カードを作りました♪

ベビーマッサージで気持ちよくなった後で  
寝相アートをチャレンジ！七夕先取りです



ベビーマッサージ 6月7日(木)

## 親子体操 6月18日(月)

お母さんと一緒に身体を動かして  
楽しい時間を過ごしました。



## 散歩 6月15日(金)

サンフルさんへ  
パン作りの見学もさせてもらいました♪  
その後は、お買い物も楽しみました！

※0～3歳の未就園児とその  
保護者の方が、対象となっています。  
※月～金  
午前 9:00～12:00  
午後 13:00～16:00  
お問い合わせは、子育て支援センター  
(☎70・4140)まで。  
(保健福祉総合センター内)

## ♪♪8月の行事予定♪♪

- 6日(月) ベビーマッサージ 10:30～
- 21日(火) 子育て広場 9:30～11:00
- 24日(金) しゃぼん玉遊び 10:30～
- ※9日 研修のため午後休館
- ※28日 特定健診のため休館
- ※第3金曜日 午後から休館  
(行事予定は、変更する場合があります)

# 太陽福祉会から「資源回収」のお知らせ

社会福祉法人太陽福祉会「ワークステーションひだか」では、下記の日程で資源回収を行います。

みなさまのご協力をお願いします。

なお、お手数ですが、下記指定の収集場所へお出してください。

ワークステーションひだか(中紀地域職業訓練センター内)に直接お持ち頂いても結構です。



●と き **8月19日(日)**  
**8:00-13:00**  
(小雨決行・9時より収集開始)

●収集物 新聞・雑誌(古書含む)  
段ボール  
アルミ缶・スチール缶  
ペットボトル



## ●収集場所(内原)

- ・池田公民館前
- ・東光寺公民館前
- ・内ノ畑公民館前
- ・農協原谷支所北
- ・小中作業所前
- ・高家北集会場前
- ・高家南集会場前
- ・萩原公民館前
- ・前川運輸第2車庫横  
(坂中木工所三叉路付近)
- ・荊木公民館裏
- ・紀伊内原駅南駐車場

## ●収集場所(志賀)

- ・旧上志賀バス停付近
- ・大原橋付近
- ・志賀小北 おろす橋東町有地
- ・下志賀コミュニティセンター
- ・川上重信氏宅三叉路付近
- ・谷口文化会館
- ・柏コミュニティセンター横

(お問い合わせ)  
社会福祉法人 太陽福祉会  
ワークステーションひだか  
☎20・5179

## 紀勢本線を利用しよう

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



しかし、近年道路交通網の進展により、紀勢本線の乗降客数は年々減少しています。生活基盤であることはもとより、地域振興や産業振興にとっても欠かせない紀勢本線を、地域で支えることも必要です。私たち地域の鉄道を守るためにも、旅行などお出かけの際には、

- ☆ 安全性が高い
- ☆ 地球環境への影響が少ない
- ☆ 渋滞なしで時間に正確

といった利点の多い電車を、ぜひご利用ください。

【紀勢本線活性化促進協議会】

## 8月は電気使用安全月間です

電気は大変便利なエネルギーですが、取扱を誤ると感電や火災の原因になります。電気事故をなくするため、毎年8月に「電気使用安全月間」運動が、全国一斉に実施されています。

今年の重点テーマは

- 日頃から電気の安全を心がけ、かしこく上手に使いましょう
- 自家用設備の電気事故は、適切な保守点検と計画的な更新で防ぎましょう
- 地震、雷、風水害などの自然災害に備え、日頃から電気の安全に努めましょう

日頃から電気使用の安全を心掛けてください。

【お問い合わせ】  
関西電気保安協会  
和歌山支店 御坊営業所  
☎23・2368





# 平成30年度自衛官募集案内



募集種目	応募資格	受付期間	試験期日(場所)	入隊時期
自衛官候補生	18歳以上 27歳未満の者	試験日の前日 まで	8月7日(県民文化会館)	平成31年 3月下旬～ 4月上旬
一般曹候補生			9月28日(田辺市民総合センター)	
	9月23日(県民文化会館)			
航空学生	18歳以上23歳未満の者 (高卒者または高専3年 次修了者(見込含))	7月1日～ 9月7日まで	1次:9月21日(田辺市民総合センター) 9月22日、23日(県民文化会館)	
			1次:9月17日(県民文化会館)	
				18歳以上21歳未満の者 (高卒者または高専3年 次修了者(見込含))

※応募資格欄中の年齢は、平成31年4月1日現在の年齢を示します。

◆説明会：日時 平成30年8月25日(土)・26日(日) 午前10時～午後12時 午後1時～3時  
場所 自衛隊御坊地域事務所(来所の方から順番に約30分～1時間程度の個別説明)

◆お問い合わせ：御坊市湯川町小松原410-1 自衛隊御坊地域事務所 ☎23・0020

## 平成30年度 各種講習日程表(8月～11月)

講習	日時	受講料	受付開始日
現場管理者統括管理講習 (リスクアセスメント含む)	8月22日(水)	¥8,230	7月23日(月)～
職長・安全衛生責任者教育 (リスクアセスメント含む)	8月29日(水) ～8月30日(木)	¥12,860	7月30日(月)～
地山の掘削及び土止め支保工作業主任者 (1・2級土木施工管理技術検定合格者のみ)	9月19日(水) 午後1時～	¥9,050	8月20日(月)～
鋼橋架設等作業主任者	9月26日(水) ～9月27日(木)	¥10,490	8月27日(月)～
施工管理者等のための足場点検実務者研修	10月9日(火) 午後1時～	¥6,940	9月10日(月)～
建築物等の鉄骨組立て等作業主任者	10月17日(水) ～10月18日(木)	¥10,490	9月18日(火)～
コンクリート造の工作物の解体等作業主任者	11月7日(水) ～11月8日(木)	¥10,800	10月9日(火)～
型枠支保工の組立て等作業主任者	11月14日(水) ～11月15日(木)	¥10,590	10月15日(月)～



### 【場所】

和歌山県建設会館3F 会議室

※定員になり次第締め切ります。また、申込者が少数の場合は、講習会を取りやめさせていただく場合があります。

### 【お問い合わせ】

建設業労働災害防止協会 和歌山県支部

☎073・436・1327

FAX073・426・3987

# 在宅育児支援が始まります！

多子世帯の0歳児を対象に、在宅育児支援が始まります。

## 1. 対象となる乳児

- (1) 日高町内に住民登録を有していること
- (2) 生後2か月を超え、満1歳に満たないこと
- (3) 次のいずれかに該当すること
  - ・ 同一世帯内の第3子以降
  - ・ 市町村民税所得割合算額が77,101円未満である同一世帯内の第2子



## 2. 支給額

対象となる乳児一人当たり月額 : 15,000円(最大10か月で15万円)

※支給を受けることができる方にも要件があります。

- 〔 職場復帰を前提とした育児休業給付金を受給していないこと 〕
- 〔 保育所等に預けていないこと など 〕

## 3. お問い合わせ

住民福祉課(☎63・3800)

## 運動教室のご案内

効果的な運動方法を学んで、いい汗をかいて、メタボリックシンドロームを予防・改善しませんか？楽しく運動したい方、どなたでもご参加ください。

☆医療機関にかかっている方は、運動制限について必ず主治医にご相談ください。

**講師** メディカル&フィットネス アクオ運動指導士

- 内容**
- ストレッチ
  - 初級エアロビクス
  - ウォーキングフォーム
  - 筋力トレーニング



**ご用意いただくもの**

- 動きやすい服装
- 運動シューズ
- 汗ふきタオル
- 飲み物(お茶等)

お申し込み・お問い合わせ先  
健康推進課 ☎63・3801



対象 日高町内にお住まいの方  
お問い合わせ/地域包括支援センター  
(☎63・3801)

メニュー ○コーヒー ○紅茶 ○日本茶  
「サンフルひだか」のパンの販売を  
予定しています！

参加費 100円

※駐車場がありませんのでご注意ください  
場所 萩原集会所 2階  
(萩原768番地の1)

日時 8月31日(金)13時30分～15時30分

みなさんで、お茶を飲みながら、  
楽しい時間を過ごしませんか？

「地域カフェ」を  
開催します！

2018年8月  
August

# 暮らしのカレンダー

1日 水 ・ 複雑ごみ	13日 月 	23日 木 ・ 3歳児健診 (ふれあいセンター) 対象:H26年12月~H27年2月生 受付:13時~13時50分
2日 木	14日 火	24日 金
3日 金	15日 水 ・ 小型プラスチックごみ	25日 土
4日 土	16日 木	26日 日
5日 日 ・ 集団健診 (内原保育所) 時間:7時30分~9時	17日 金 ・ 集団健診 (荊木公民館) 時間:7時30分~9時	27日 月
6日 月 	18日 土	28日 火 ・ 集団健診 (ふれあいセンター) 時間:7時30分~9時
7日 火	19日 日 ・ 粗大ごみ (比井・津久野・小浦・方杭・小杭・柏)	29日 水 ・ 1歳6か月児健診 (ふれあいセンター) 対象:H28年12月~H29年2月生 受付:13時~13時50分
8日 水 ・ 資源ごみ	20日 月 ・ 人権相談・行政相談・心配ごと相談 合同相談所(ふれあいセンター) 時間:13時~16時	30日 木 ・ 国民健康保険税 第3期分納期限
9日 木 ・ 集団健診 (萩原公民館) 時間:7時30分~9時	21日 火 ・ 子育て広場 (ふれあいセンター) 時間:9時30分~11時	31日 金 ・ 介護保険料 第3期分納期限
10日 金	22日 水 ・ 資源ごみ	・ 後期高齢者医療保険料 第2期分納期限
11日 土 ・ 山の日		
12日 日 ・ 粗大ごみ (田杭・阿尾・産湯・小坂)		

※気象警報等が発表された時は、中止または延期になる場合があります。  
**広告** 町収入の一部とするため、有料広告を掲載しています。



# 町内、サークル・クラブ名鑑

町内で活躍されている団体をご紹介しますコーナーです。



切り絵の会



作品の展示なども行っています！

## カッターがあれば、 誰でも楽しく作れます

切り絵の会は、毎月2回、公民館で活動しており、現在は16人の方々が、賑やかに楽しく切り絵を作っています。

代表の玉石守さんは「切り絵は手先や頭を使いますので、脳を活性化することができますし、誰でも練習すれば美しい作品を作ることができます。見学や体験も受け付けていますので、興味のある方は是非一度いらしてください」と話してくれました。

興味のある方は、玉石守さん(☎09 0-8791-4883)までご連絡ください。

### TOWN information

#### 町の人口と世帯

平成30年6月30日現在

人口	7,914人
男	3,826人
女	4,088人
世帯数	3,123戸

#### 日高町民憲章

人が町をつくり  
町がひとをつくる

- 恵まれた自然を大切に  
快適に住みよい町をつくりま
- 歴史と伝統を愛し  
心豊かな町をつくりま
- スポーツを楽しみ  
健康で明るい町をつくりま
- 知恵を出し、汗を流し  
活力ある町をつくりま
- 故郷に誇りを持ち、ふれあいを  
大切にす町をつくりま