



広報 [PublicRelations]

ひだか工鍋

2018. 3月号

vol.245

contents

- ◆ まちのわだい 2
- ◆ 「戦没者等の遺族に対する甲斐金川について」 8
- ◆ 春季全国火災予防運動 11
- ◆ 図書室に本が寄贈されました 13
- ◆ クエッコラソッドだより 14
- ◆ 保健だより「みんなを守りましよう～大切ないのち～」 16
- ◆ 駐在所だより 18
- ◆ 町内、サークル、クラブ名鑑 24





クエ鍋が見事日本一に輝く!! -ニッポン全国鍋グランプリ2018-



1月27日(土)・28日(日)の2日間、埼玉県和光市で開催された日本最大級の鍋料理コンテスト「ニッポン全国鍋グランプリ2018」にて、日高町のクエ鍋が見事優勝を果たしました。

GPには、九絵の町づくり推進実行委員会の山田理司委員長、松本町長をはじめ、旅館民宿組合や役場のスタッフ計20人が参加。2年ぶり2回目の参戦となる今回は、前回の3位を超えるべく、クエ270*_g、2000食分を用意して臨みました。

クエ鍋のブースは長蛇の列が出来るほど盛況で、食べたみなさんも「身がぷりぷりして美味しい!」と大満足。来場者の投票で見事1位を勝ち取りました。

実行委員会の山田委員長は「絶対日本一になろうと思っていた。スタッフ一同団結して頑張ったおかげで、天然クエ鍋のおいしさを存分にPRできた」と大満足。松本町長も「夢にまで見た日本一に感無量です。スタッフや関係者の皆さまに感謝申し上げます」と喜びを語りました。

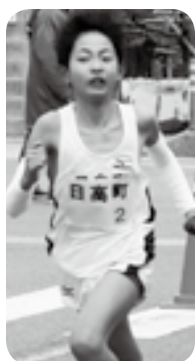


(写真：日高新報社より提供)

想いをタスキでつなぐ —日高地方駅伝競走大会—



1区・松本選手



2区・白井選手



3区・鈴木選手



4区・笹本選手



5区・皆川選手



6区・前田選手



7区・澤田選手



8区・崎山選手



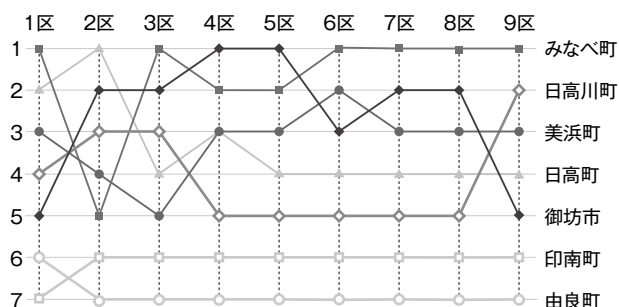
9区・森澤選手

1月28日(日)、美浜町で第54回日高地方駅伝競走大会が、美浜町役場前発着のコースで開催されました。

大会には7市町の代表チームが出場。選手達は力強く走り抜け、熱戦を繰り広げました。

日高町チームは、1区、2区ともに区間2位の走りを見せ、優勝争いを繰り広げる好走。最後は3区美浜町まで16秒差と惜しくも入賞はなりませんが、ジュニア駅伝に向けて大きく弾みをつけました。

選手および各チームの結果は、以下の通りとなります。(敬称略)



(選手)一般

川瀬卓兒、前田賢二、梶真也、鈴木健斗、森澤清太

小学生男子

白井誉、皆川大生、崎山陸生、雑賀柊人、深尾樹希哉

小学生女子

松本舞、原星空、原優心、笹本明里、澤田奈歩、
最明希香、丸山さくら

(コーチ) 白井信吾、川瀬卓兒(選手兼任)

(監督) 辻村昌宏

【総合成績】

- ①みなべ町(1時間4分49秒) ②日高川町(1時間5分57秒)
- ③美浜町(1時間5分57秒) ④日高町(1時間6分13秒)
- ⑤御坊市 ⑥印南町 ⑦由良町





税金について学ぼう！
—内原小・租税教室—

1月19日(金)、内原小学校(山口謙校長)にて、役場職員による租税教室が行われました。

教室には、6年生47人が参加。税金についての勉強や「日高町にはどんな税金があるのか」「払った税金はどのような事に使われているのか」などを役場職員に説明してもらおうと、児童らは真剣な表情で耳を傾けていました。

上を目指して頑張ります!!
—全国中学生長身選手発掘育成合宿に選抜—



1月30日(火)、全国中学生長身選手発掘育成合宿の参加メンバーに選ばれた鈴木美柚さん(日高中2年)が、町長室を表敬訪問しました。

この合宿は、未来の日本バレーボール界を担う選手の発掘・育成を目的にしたもので、鈴木さんは中学2年生にして175cmという長身で見事選抜入り。

松本町長に「何事にも、上を目指すという強い意志を持つことが大事。日高町からオリンピック選手が出ることを期待しています」と激励の言葉を贈られると、「選ばれたからには、頑張るって次のステージへ進みたい」と闘志を燃やしていました。

おいしいお餅になあれ —志賀保・餅つき—

1月19日(金)、志賀保育所(岩橋かをる所長)で毎年恒例の餅つきが行われました。

餅つきは、臼と杵を使った昔ながらの方法で実施。まず保護者会の役員が、蒸し上がったもち米を米粒がほぼ無くなるまで潰しました。年長園児27人は、順番に杵を持って餅つきに挑戦。他の子が応援する中、ぺったんぺったんとお餅をつきました。

つきあがったお餅は、先生らが丸めておやつに登場。味はきなこ、あんこの2種類が用意され、みんなで「いただきます!」。自分達でついたお餅を、美味しそうに頬張りました。

餅つきに挑戦した園児らは「うまくお餅をつくことが出来た!」と笑顔で話してくれました。



—志賀小・たちはな支援学校交流会— いっしょに遊ぼう!

1月22日(月)、志賀小学校(保田勉校長)にて、たちはな支援学校との交流会が開かれました。

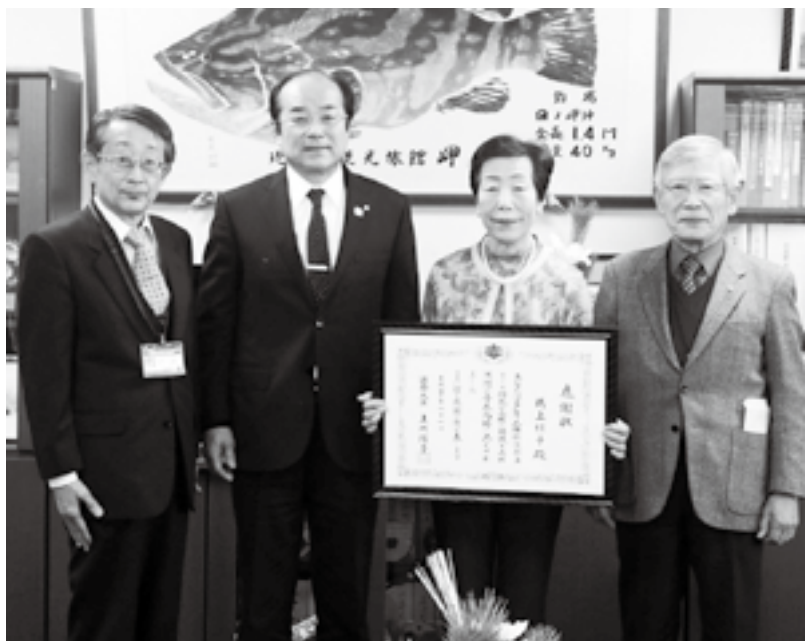
交流会には、5年生20人と、たちはな支援学校から嶋田雄気くん(5年生)が参加。ドッチボールや鬼ごっこ、志賀小学校の児童が自分たちで考えた、障害物レースや靴とばしなどで遊びました。

嶋田くんから「すごく楽しかった!ありがとうございました」とお礼を言われると、児童らも「楽しい時間をありがとう!」と返礼。最後は皆で片付けをし、交流会を楽しみました。

地域の人権擁護活動に尽力 ― 鶴上さん(荊木)に感謝状 ―

1月11日(木)、昨年12月をもって人権擁護委員を退任された鶴上桂子さんに、松本町長から感謝状が贈られました。

鶴上さんは、昭和62年5月に人権擁護委員に就任されると、30年以上にわたり人権擁護活動に尽力。地域の方の相談に乗ったり、子どもたちに人権教育を行うなど、日高町における人権思想の普及に努めました。



法務大臣からも感謝状を贈られた鶴上さんは、「人権について学び、心の持ち方や考え方など、色々と勉強させていただきました。」と話してくれました。

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】

仕事のご依頼を お待ちしております！

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 9:30～12:00 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



お問い合わせは、
(☎63・3800)まで。

廃乾電池を回収します

回収箱を設置しますので、回収袋から取り出して、廃乾電池のみを回収箱に入れてください。
以前のように回収袋に入れたままでは、出さないでください。
回収袋は保管用としてご使用ください。

●場所：各地区の粗大ごみ
収集場所

回収日：3月25日(日)



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」「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ますが、焼却量や時間帯、風向きなどを考慮しましょう。

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

3月19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。
相談は無料で、秘密は固く守られますので、お気軽にご相談ください。

利用ください。
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、行政相談委員の方々です。
詳しくは、日高町社会福祉協議会(☎63・2751)まで。



100歳おめでとございます!



鈴木静枝さん

大正7年1月20日生

1月19日(金)に、松本町長がお祝いに訪問しました。いつまでもお元気で!

「戦没者等の遺族に対する弔慰金」について

「戦没者等の遺族に対する特別弔慰金支給法の一部を改正する法律」に基づき、戦没者等の遺族の方に対する特別弔慰金（第十回特別弔慰金）を支給しております。

支給内容 額面25万円

5年償還の記名国債

請求期限

平成30年4月2日まで

（請求期間を過ぎると第十回特別弔慰金を受けることができなくなりますので、ご注意ください）

請求窓口

住民福祉課（☎63・3800）



支給対象者

平成27年4月1日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受け方（戦没者等の妻や父母等）がない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給。

- 戦没者等の死亡当時のご遺族で
1. 平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
 2. 戦没者等の子
 3. 戦没者等の
 - ① 父母
 - ② 孫
 - ③ 祖父母
 - ④ 兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有している事等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります

4. 前項の1から3以外の、戦没者等の三親等内の親族（甥、姪等）

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限りです

特別弔慰金についてのQ&A

Q1 戦没者等の死亡後に生まれた孫は、支給対象になりますか？

A1

特別弔慰金は、「弔慰」の意を表するという制度の趣旨を踏まえ、戦没者等の死亡当時のご遺族（三親等内）を対象としていますので、戦没者等の死亡後に生まれた方は対象になりません。

Q2 国債の償還金は、いつ、どこで受け取ることができるのでしょうか？

A2

特別弔慰金の支給は、無利子の記名国債により行われ、平成28年から毎年1回、償還日（4月15日）以降に均等に支払い（年5万円）を受けることができます。償還金の支払いを受ける場所は、請求手続きの際に、ご希望の郵便局等を指定していただくことになっていきます。



詳しくは、住民福祉課（☎63・3800）または、和歌山県援護担当課（☎073・441・2476）まで。

先月号の記事に関するお詫び

広報ひだか2月号（先月号）の「人権擁護委員を紹介します」記事につきまして、楠山護さん（萩原）を（荊木）と誤って標記いたしました。関係されるみなさまには、大変ご迷惑をお掛けしましたことをお詫びいたします。



健康推進課 お知らせ

お問い合わせは、
(☎63・3801)まで。

ほんまに悩まなうで

元気をなくしたり、登校しなくなったりした子どもたちのため、御坊市親の会による「居場所」ができました。

美浜町の民家をお借りして、困っている親同士・子ども同士が集い、安心して自由に過ごせる場所となっています。

人と出会い、それぞれのペースで交流できる「居場所」に、是非お気軽にお越しください。個別の相談もお受けしています。

■「居場所」開設日

日時
3月2日・9日・16日・23日・30日
(毎週金曜日午後2時～5時)

場所などのお問い合わせや、詳しくは日高郡・御坊市親の会
(☎22・0199)まで。

子宮頸がん検診のついで

子宮頸がん検診は、町指定の左記医療機関で受診することができます。

●国保日高総合病院

●天津病院

●日高マタニティクリニック

子宮頸がん検診受診券(ハガキ)をご持参のうえ、受診されま
すようよろしくお願ひします。

受診券は20歳以上74歳以下の
女性の方に、平成29年4月にお
送りしています。

受診券を紛失された方は、健康
推進課までご連絡ください。

今年度

成人用肺炎球菌予防接種 公費助成対象の方へ

1月31日までに、予防接種がお
済みでない方は、3月31日までに
接種が可能となっています。

詳しくは、健康推進課(☎
63・3801)まで

路線バス利用促進キャンペーン

少子高齢化やマイカー普及により路線バスの利用者が年々減少しています。ひとりでも多くの利用者が、一度でも多く公共交通を利用していくことで地域の資源が守られます。みんなでバスを利用しましょう。

安心・安全

環境に優しい

公共交通の確保

この線を切り取ってご使用ください。

路線バス利用乗車券 750円

阿尾線 御坊南海バス前～アメリカ村

平成30年3月25日から平成30年3月31日まで有効

- 当乗車券で券面の路線バスに1回ご乗車いただけます。
- お降りの際、当乗車券を乗務員に直接お渡しください。
- 750円以下の区間で降りられても払い戻しはいたしません。
- 750円以上の区間で降りられる方は不足分をお支払い下さい。



日高町総務政策課 御坊南海バス株式会社
お問い合わせは TEL(0738)22-1020

こんにちは

日高町地域包括支援センター

です！

地域包括支援センターは、

介護や健康、医療などさまざまな面から、地域で暮らす高齢のみなさまを支えるための拠点です。住み慣れた地域で、安心してすこやかに暮らせるよう、関係機関・専門職と力を合わせて支援させていただきます。

本町では、日高町役場(健康推進課)内に開設しています。

お気軽にご相談ください



地域包括支援センターが行う主な事業

1. 介護予防ケアマネジメント

高齢のみなさまが自立して生活ができるように、生活の仕方やサービス利用などについて助言・紹介するなど、現状に合った健康づくりや介護予防のお手伝いをします。

2. 総合相談・支援

高齢のみなさまやご家族・地域の方からの相談やお悩みにお答えし、情報の提供やサービスを紹介します。介護や健康のことだけでなく、生活全般について、何でもご相談ください。

3. 権利擁護・虐待発見、防止

安心して日常生活が送れるよう、高齢のみなさまの権利を守る取り組みをします。たとえば、成年後見制度の紹介や虐待の早期発見、消費者被害の未然防止などに対応します。

4. 包括的・継続的 ケアマネジメント支援

高齢のみなさまが住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、ケアマネジャーの指導・支援など、地域のさまざまな機関・専門職と連携・協力できる体勢づくりに取り組みます。

【お問い合わせ先】日高町地域包括支援センター
(日高町役場健康推進課内)

☎ 63・3801 FAX 63・3846

■お申し込み・お問い合わせ
和歌山県発達障害者支援センター「ポラリス」
〒641-0044
和歌山市今福3の5の41
☎ 073-413-3200

■日時
毎月第3金曜日 11時～16時

■場所
御坊保健所

■対象
発達障害者ご本人やご家族、
支援者など

和歌山県発達障害者支援センター「ポラリス」では、発達障害の理解・子育て・問題行動など、発達障害に関する様々な相談に応じており、今年度も日高・御坊地域の方を対象に巡回相談を行います。

和歌山県発達障害者
支援センター「ポラリス」
巡回相談



お問い合わせは、
(☎63・3805)まで。

下水道への接続は
お済みでしょうか？

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みなさま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。



総務政策課
お知らせ

お問い合わせは、
(☎63・2051)まで。

3月14日(水)
Jアラート伝達訓練

3月14日(水)に、Jアラートによる緊急情報伝達の訓練を行います。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】3月14日(水)

午前11時00分頃

詳しくは、総務政策課(☎63・2051)まで。

春季全国火災予防運動

3月1日(木)～7日(水)

『火の用心 ことばを形に 習慣に』

平成29年度全国統一防火標語

☆「住宅防火 いのちを守る 7つのポイント」
—3つの習慣・4つの対策—

- 3つの習慣
 - ・寝たばこは絶対やめる
 - ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する
 - ・ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す
- 4つの対策
 - ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する
 - ・寝具・衣類及びカーテンからの火災を防ぐために防災品を使用する
 - ・火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する
 - ・お年寄りや、身体の不自由な人を守るために隣近所の協力体制を作る

総務省消防庁・日高町消防団



平成30年春の火災予防運動ポスター
(一財)全国消防協会作成

日高町消防団

消火器 幹旋料金一覧表

消火器の耐用年数

10年程度



新規購入

消火器具等	税込価格	消火器種類	税込価格
簡易消火具(スプレー式)	¥1,800	消火薬剤1.2kg型	¥2,000
消火薬剤1.2kg型	¥6,500	消火薬剤1.5kg型	¥2,000
消火薬剤3.0kg型	¥7,500	消火薬剤2.0kg型	¥2,600
住宅用火災警報器	¥4,000	消火薬剤3.0kg型	¥3,500

詰め替え

●消火器の引き取りのみ…¥1,000

※消火薬剤型の消火器を新規購入された場合のみ、古い消火器の引き取りが無料になります

注意

消火器を販売するために、こちらから訪問することはありません。
悪徳商法や詐欺には十分注意してください。

—【連絡先】日高町消防団事務局(☎63・2051)

詳しくは、日高町選挙管理委員会(☎63・2051)まで。

平成30年4月22日執行予定の、日高町長選挙における立候補予定者の説明会を、左記のとおり開催します。
関係される方は、忘れずに出席をお願いします。

■日時 平成30年3月26日(月) 13時30分
■場所 日高町役場3階 大会議室

立候補予定者説明会



自衛官等募集案内

試験項目	受験資格	内容	給与・手当等	受付期間	試験日	
自衛官候補生	採用予定月の1日現在 18~27歳未満の男子	自衛官になる一般的コース (任期制) 任期は陸2年、海・空は3年とし、選抜試験により、曹・幹部自衛官への道も開かれています。	【平成29年2月1日現在】 候補生手当(月額) 130,800円 自衛官任用一時金 176,000円 自衛官初任給(月額) 166,500円 特例退職手当 陸 (1任期) 約56万円 (2任期) 約142万円 (累計) 約199万円 海・空(1任期) 約93万円 (2任期) 約148万円 (累計) 約241万円	年間を通じて 受付しています		
予備 自衛官補	一般	18~34歳未満の方	3年以内に50日の教育訓練を受け、予備自衛官として必要な知識および技能を習得します。	教育訓練招集手当(日額) 7,900円	平成30年 4月6日まで	平成30年 4月中旬
	技能	18歳以上で国家免許資格等を有する者 (保有資格により 53~55歳未満まで)	2年以内に10日の教育訓練を受け、専門技能を活用した予備自衛官として必要な知識および技能を習得します。	教育訓練招集手当(日額) 7,900円	平成30年 4月6日まで	平成30年 4月中旬



【お問い合わせ先】 自衛隊御坊地域事務所
御坊市湯川町小松原410-1
丸仁第1ビル1階
☎23・0020

図書室に本が寄贈されました

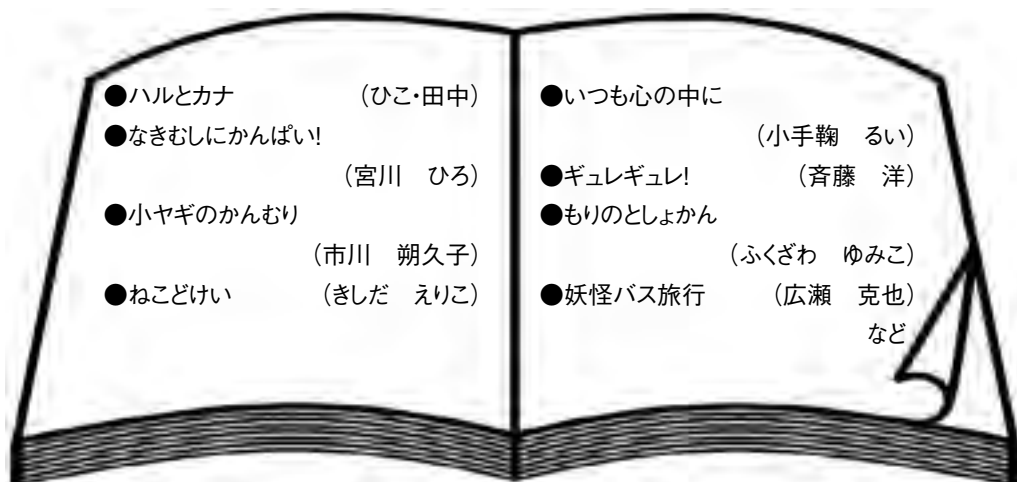
九絵の町づくり推進実行委員会より、公民館図書室に児童書・絵本66冊が寄贈されました。

貸し出しを行っておりますので、お気軽に公民館(☎63・3811)までお問い合わせ・お越しください。

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)



日高町農業委員および 日高町農地利用最適化推進委員募集

産業建設課では、「農業委員」及び「農地利用最適化推進委員」の募集を行います。

農業委員会等に関する法律の改正により、農業委員の選出方法が選挙制から推薦・公募制(農業者等からの推薦・自らの応募)に変わりました。

また、農地等の利用の最適化の業務の重点化に伴い、農業委員会に農地利用最適化推進委員が新設されました。

農業委員及び農地利用最適化推進委員は、推薦・応募された候補者の中から決定されます。

詳しくは、産業建設課へお問合せいただくか、町ホームページをご覧ください。

	農業委員	農地利用最適化推進委員
募集人数	12人	6人
任期	平成30年7月24日～平成33年7月23日	平成30年7月下旬(委嘱日)～平成33年7月23日
職務内容	農業委員会総会等における許認可業務等	農地利用最適化の推進のための現場活動等
報酬	120,000円/年	120,000円/年
資格	農業に関する識見を有し、農地等の利用の最適化の推進に関する事項等の職務を適切に行うことができる方	農地等の利用の最適化の推進に熱意と識見を有し、この職務を適切に行うことができる方
募集期間	平成30年4月2日(月)～5月1日(火)	
その他	委嘱予定日に、次のいずれにも該当しないこと ①破産手続開始の決定を受けて復権を得ない者 ②禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで、または、その執行を受けることがなくなるまでの者	

お問い合わせ/産業建設課 農業委員会(☎63・3806)

クエっコランド♪だより

お正月遊び&凧あげ

羽つきやコマ回し、獅子舞遊びとお正月ならではの遊びを楽しみました♪



ボールやフラフープを使用して親子で体操！23組29人の親子が参加。次回は6月に予定しています。
5、6か月のお友だちから参加できます。

親子体操教室 1月11日(木)

ベビーマッサージ 1月18日(木)

2か月～9か月の赤ちゃん9組がベビーマッサージに参加♪
ママと赤ちゃんのスキンシップから免疫アップ！
夜泣き・便秘解消マッサージをしました。



おはなしの会 1月23日(火)

おはなしの会は、第4火曜日 10:30～11:00です。
長いおはなしも座って上手にみられるようになってきました！

※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)



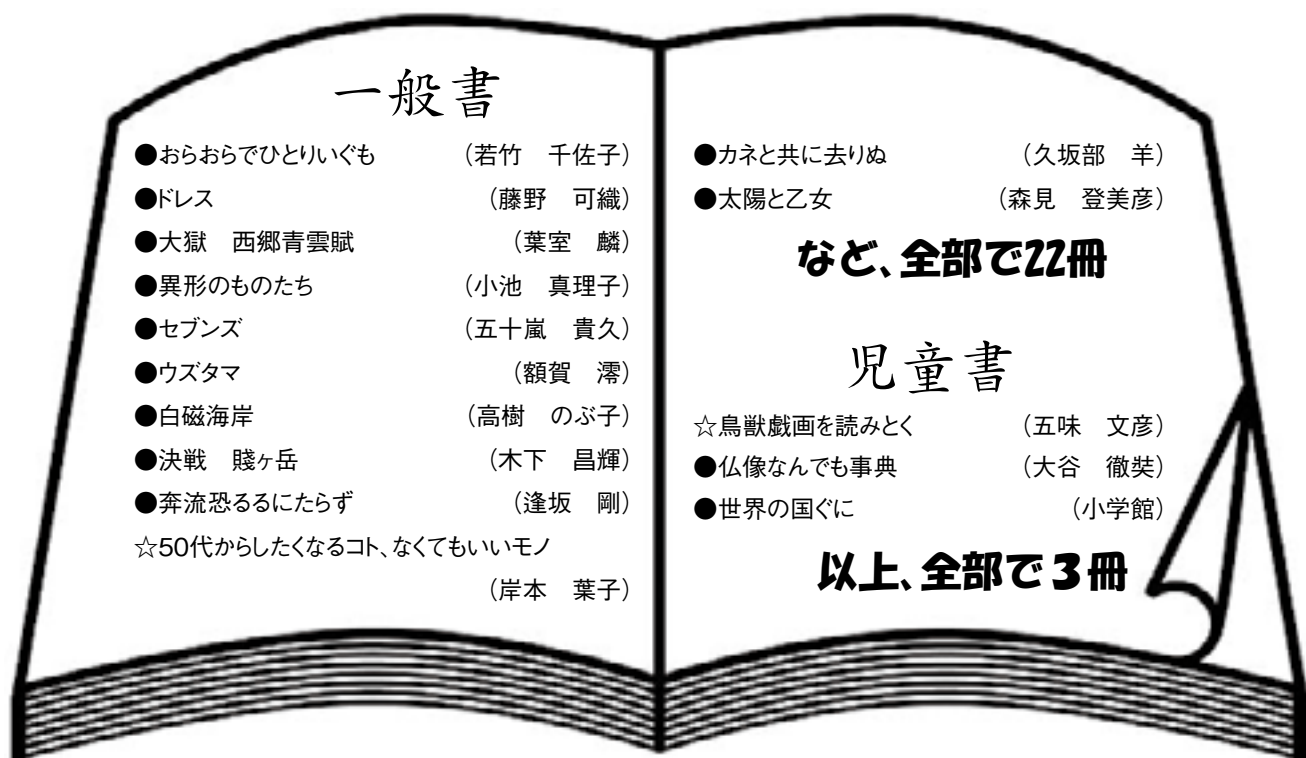
♪♪3月の行事予定♪♪

- 2日(金) ひな祭り 10:30～
- 13日(火) 子育て広場 9:30～11:00
- 20日(火) お楽しみ会 10:30～
- 27日(火) おはなしの会 10:30～11:00
- ※第3金曜日・2日(金)・20日(火) 午後から
休館、30日(金) 休館
(行事予定は、変更する場合があります)

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
日高町中央公民館 (☎63・3811)

新着図書のご案内



※新着図書は、一人2冊までの貸出となります

新着図書のご紹介



《一般書》

☆ 50代からしたくなるコト、
なくてもいいモノ (岸本 葉子)

今からなら、できる。悔いのない日々への準備。確かな自分の生き方をみつけるヒントが満載のエッセイ集。
「大人が知っておきたい季節のことば」も収録。

《児童書》

☆鳥獣戯画を読みとく (五味 文彦)

平安時代に描かれた、日本に今残っている絵巻物でもっとも古いもののひとつである「鳥獣戯画」。「どんな動物が描かれている」「何のために、いつ、だれが描いたの」など、鳥獣戯画についてやさしく説明します。

みなさんのお越しをお待ちしています!!



みんなで守りましょう ～大切な「いのち」～

3～4月は、環境の変化が多く、気持ちが不安定になりやすい時期です。国では3月を「自殺対策強化月間」と定めています。

仕事や家庭、健康上の悩みや経済的な問題など、誰もがさまざまなストレスを抱えており、こうした悩みを解決する方法が見つからない場合、やがて「うつ病」などのこころの病気を引き起こしてしまい、「自殺」へと向かう大きな原因となります。

もしも、こころや身体に変調があれば、少しでも早く周囲の人や専門機関などに相談してください。

ストレスが多いあなたへ

ストレスが過剰に蓄積されると、心理面や身体面、行動面にサインが現れます。思いあたることがないかチェックしてみましょう。

《心理面》

イライラする、怒りっぽくなる、不安感、無気力、疲労感、集中力の低下

《身体面》

食欲の低下、頭痛、動悸・めまい、肩こり、下痢・便秘

《行動面》

深酒、過食、多動、ケアレスミス、遅刻、人との交流を避ける



「うつ病」には兆候がある

「うつ病」は知らず知らずのうちにかかっているもの。周囲の人はもちろん、本人が気づかないケースも珍しくありません。

次のような兆候があった時は、早めの対処が必要です。

- 今まで楽しんでやれていたことが楽しめない
- これまで楽にできたことがおっくうに感じる
- 自分が役に立つ人間だとは思えない
- わけもなく疲れたような感じがして、元気がでない
- なかなか寝付けない、夜中に目が覚めた後眠れない



上手にストレス発散を

こころの病気を防ぐためには、ストレスを溜め込まず、自分なりの方法で上手に発散することが大切です。

- ・入浴やマッサージなど、のんびりリラックスできる時間をもつ
- ・熱中できる趣味やスポーツなどで楽しい時間を過ごす
- ・家族や友人、同僚と積極的にコミュニケーションをとる
- ・安眠できる環境を整えて、翌日に疲れを残さない睡眠をとる
- ・規則正しい生活を心がけ、疲れたら無理せず休養をとる



周囲の人がサインに気付いてください

こころの病気を抱える人は、助けを求めている場合が多く、さまざまなサインを発しています。家族や周囲の人は、まずそのサイン(以下の項目)に気づき、声をかけ、悩みを打ち明けるきっかけを作ってあげてください。

- ・口数が減って元気がない
- ・孤立している
- ・「消えてしまいたい」「死んでしまいたい」などと口にする
- ・大量のお酒を飲むようになる
- ・自分の健康をかえりみない



☆精神保健福祉の相談機関☆

健康推進課 ☎63・3801

御坊保健所 ☎22・3481

和歌山県精神保健福祉センター 相談専用電話こころの電話

☎073・435・5192

健康講演会のお知らせ

内容：生活習慣病について知ろう

講師：古田医院

医師 古田浩樹先生

日時：平成30年3月29日(木)

午後1時30分～3時

場所：日高町保健福祉総合センター



生活習慣病に関する疑問について先生をお招きして、健康教室を開催します。糖尿病、高血圧、脂質異常について気になる方、治療中の方、そのご家族の方など、どなたでもお気軽にご参加ください。

お問い合わせ/健康推進課(☎63・3801)

駐在所だより

不審な電話に注意!

和歌山県内では、オレオレ詐欺や架空請求詐欺、還付金等詐欺の被害が発生しています。

これまでに、御坊警察署管内においても被害が発生していることから、警察としても、犯人検挙はもちろんのこと、各家庭を訪問して、特殊詐欺についての注意喚起などをして被害防止に努めています。

また、金融機関への立ち寄り警戒や金融機関職員との連携を図っています。

☆お孫さん ☆警察官 ☆銀行職員 ☆役場職員
などになりすまして電話をかけてきて、嘘の話をして信じ込ませ

■ATMを操作させて現金を振り込ませる

■レターパック等で現金を郵送させる

■直接現金を受け取りにくる

■電子マネーを買わせる

など、様々な方法で犯人はお金をだまし取ろうとしています。

一度手放してしまったお金は、ほとんど戻ってくることはありません。

高齢の方が多く被害に遭っていますので、ご家庭みんなで注意してください。

現金をやりとりする前には、一度家族の方に相談する等、被害に遭わないようにしましょう。



～交通事故に注意!～

夕方の帰宅時間帯に交通事故が多発しています。車が傷つく程度程度の軽微な事故や、負傷者がいて重傷に至る事故など様々な事故が発生しています。特に帰宅時間帯は日暮れによって辺りの様子が確認しにくい為、事故が起こりやすくなり、重大事故になる可能性も高くなります。

安全運転をこころがけ、万が一事故を起こした場合は、必ずすぐに警察に届け出るようにしましょう。

また、必要があれば
・負傷者の救護
・消防署への救急要請
もするようにしましょう。



巡回連絡にご協力をお願いします

警察官は事件事故がなくても、ご自宅を訪問することがあります。

この活動を「巡回連絡」といいます。

巡回連絡とは、警察官が各戸を訪問して防犯指導や防犯連絡、住民の方から意見要望を聞いたりする活動です。

その際、災害や事件事故の被害が発生した場合などに、家族や親族の方に迅速に連絡を取らせていただく事を目的として、名前や連絡先を教えてください。

警察官が突然訪ねてくると、驚かれる方もいるかと思いますが、ご協力よろしくお願い致します。



御坊警察署
高家駐在所 谷村 陽一
比井駐在所 岸田 國弘
☎ 23-0110

(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。



きしゅう君



～自転車に鍵かけを～

駅の駐輪場やスーパーの敷地内などで無施錠の自転車の盗難が発生しています。

少しの時間でも自転車から離れる時には、必ず鍵をかけ、大切な自転車を盗まれないようにしましょう。



農林漁業に関するやむを得ない焼却などの例外を除き、家庭ゴミなどを自ら焼却することは、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」違反になります。

また、野焼きが原因で火災が起き、広い範囲が焼損した事案も発生していますので、ゴミの野焼きは絶対にしないでください。

ゴミは決められた方法で処分するようにしましょう。

野焼きはダメ!



山百合短歌会詠草

初詣心弾ませ運をかけ今年最初のおみくじをひく

串柿の串に刺されし蛙早や小春日和に干からびおりぬ

大役を仰せ付かりし輪番の御忌を終りて皆と勞う

十年のグラウンドゴルフの赤ボール気儘に動き運任せなり

ゲートボール誉めいし言葉賜るも近畿大会今年も四位

突風に箱入り犬は怖気づき散歩止めてと我を見上げる

猪肉を氣遣わないでと頂きし幼ななじみに心温くとし

母の世話御苦勞様と姉の言い金沢の旅をねぎらいくれる

久々のユニバーサルのクリスマスツリーと共に皆も輝く

年の瀬や補いにつつ老い二人風邪におののき急きて春待つ

グラマンに追い廻されたみなさんへオキナワノソラニホンデハナイ

日常の語彙と心が話し合う三十一文字の不思議なパズル

夕べには上り朝に下りゆく雨雲時に陰しやさしも

母親の顔が見たいと子を叱るすずに子育て終えたる今に

関ヶ原に汲みし真清水凍てるなど師走の半ばの冷え込む夜半に

断ちゆかむ修羅うつりる朝鏡背すじをシャキッと伸ばして

和田 路子	奥田 房子	鍵本 和代	深海 三千代	小山 和代	中西 優	那須 久枝	坂本 清子	庵戸真知子	亀井てる代	曾根 邦子	玉井かをる	仲田美智子	中 てるみ	米倉眞佐美	田坂 行曠
-------	-------	-------	--------	-------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

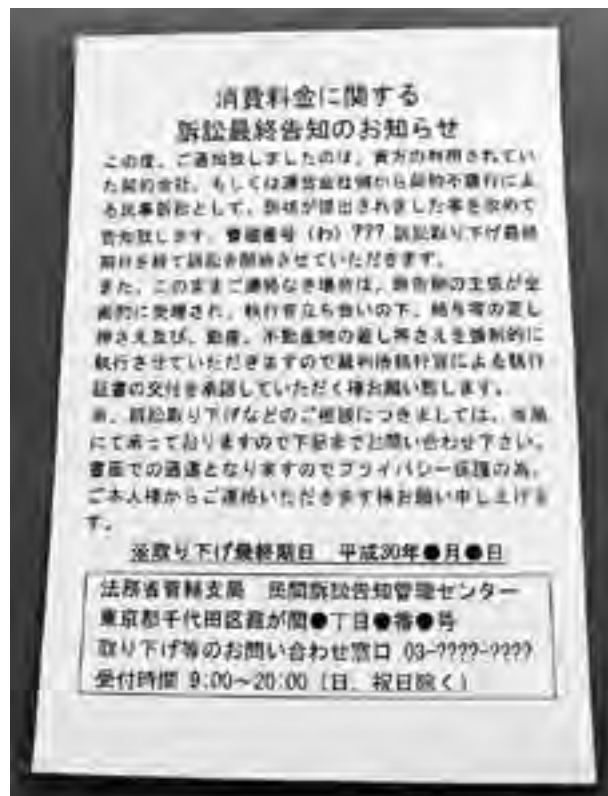
注意 こんなハガキは詐欺です!!

最近、御坊市内、日高郡内において、「訴訟最終告知のお知らせ」などと記載されたハガキが住民の方々へ多数送られています。このハガキは詐欺です。

ハガキには、契約不履行により民事訴訟を起こされたなど記載され、電話番号が記載されていますが、電話は絶対にかけないでください。

これらハガキのほか、電話や電子メールによる詐欺も多発しておりますので、身に覚えのないお金の要求については、一度家族や警察に相談するなど、詐欺被害防止にご協力いただきますよう、お願いいたします。

お問い合わせは、御坊警察署(☎23・0110)まで。



このようなハガキが届いたらご注意ください

全自動洗濯機



・二槽式洗濯機



をご愛用の皆様へ

指を大けがする 事故に気を付けてください!!

洗濯・脱水槽が完全に停止してから
洗濯物を取り出してください。

止まる前に取り出そうとすると、
洗濯物が指にからまり
大けが(時には指を切断)を
します!!

ゆっくりした
回転でも
危険です。



こんな時は故障のおそれがあり危険です

- 1 脱水途中にフタを開けても 15 秒以内に洗濯・脱水槽が止まらない時。
- 2 フタロックが解除されても(脱水終了音が鳴っても)、洗濯・脱水槽が止まらない時。

速やかにご購入の販売店もしくは、下記問い合わせ先までご相談ください。
ただし、機種によっては修理ができない場合もございますので、ご了承ください。

一般社団法人 日本電機工業会 洗濯機安全啓発活動 参画会社 お問い合わせ先

会社名	電話番号
LG Electronics Japan株式会社	0120-813-023
シャープ株式会社	0120-078-178
東芝ライフスタイル株式会社	0120-584-488
ハイアールアジア株式会社	0120-880-292
パナソニック株式会社	0120-871-353
三洋電機製は	0276-61-9826
日立アプライアンス株式会社	0120-3121-11
三菱電機株式会社	0120-139-365

※受付時間 9:00~17:00 (土日・祝日は除く)

※お問い合わせの際に提示された個人情報は、
当目的以外には使用致しません。



※一般社団法人 日本電機工業会ホームページ
<http://www.jema-net.or.jp/>

2015年 6月作成

マイナンバーのセキュリティは大丈夫?



個人情報を保護する制度やシステムの整備、
法律に違反した場合の罰則強化など、
安心・安全の確保に万全を期しています。

マイナンバー制度のセキュリティ

- 番号確認と本人確認でなりすましを防止しています。
- マイナンバーの利用範囲や情報連携の範囲を法律で制限しています。
- 情報の分散管理やシステムへのアクセス制御、通信の暗号化などが講じられています。
また、マイナンバーのみで個別の情報にはアクセスできないため、
手づる式に情報が漏れることはありません。
- 独立性の高い第三者機関(個人情報保護委員会)による監視、監督を行っています。
- 法律違反には厳しい罰則があります。

カードのセキュリティ

- ICチップには、税や年金などのプライバシー性の高い個人情報は記録されません。
- ICチップの利用には設定したパスワードが必要です。
- 情報の不正な読み取りや、偽造ができないよう対策が施されています。
- マイナンバーカードを紛失しても、365日・24時間、コールセンターで対応します。



 内閣府

救急車の適正利用についてお願い

全国的に救急件数が増加しており、日高広域消防本部管内でも、同様に年々増加しています。救急車の台数には限りがあります。

救急出動が増加すると、同時期に119番をした時、一番近くにある消防署の救急車が出動している可能性が高くなり、遠くの救急車が出動することになって、到着が遅れ、救える命が救えなくなる恐れがあります。救急車の正しい利用について考えてください。

- ・緊急性のない状態で救急車を呼んでいませんか？
- ・夜間、休日の病院がわからないという理由で利用していませんか？
- ・タクシーなどの交通機関の代わりに利用していませんか？

本当に救急車を必要としている人がそこにいます 救急車の適正利用をお願いします

	軽 症	中 等 症	重 症	死 亡	合 計
急 病	675	628	207	55	1,565
交通事故	183	37	15	3	238
一般負傷	200	133	79	9	421
そ の 他	65	83	36	5	189
合 計	1,123	881	337	72	2,413



(平成29年中 救急搬送人員数)

平成29年中の救急出動件数は、2,543件で、1日平均7件出動しています。

救急搬送した傷病者は2,413人で、その内訳を見てみると、軽症(入院の必要がない)が1,123人、中等症(3週間未満の入院が必要)が881人、重症(3週間以上の入院が必要)が337人、死亡が72人で、傷病者の半数近くが、入院の必要がない軽傷者を搬送していることとなります。

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。

2018年3月
March

暮らしのカレンダー

1日 木	13日 子育て広場 (ふれあいセンター) 火 時間:9時30分~11時	23日 金
2日 金	14日 資源ごみ 水	24日 土
3日 土 	15日 運動教室(中央公民館) 木 時間:10時~11時30分	25日 日
4日 日	16日 金	26日 月
5日 月	17日 土	27日 火
6日 火	18日 粗大ごみ (谷口・小中・高家) 日	28日 資源ごみ 水
7日 複雑ごみ 水	19日 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) 月 時間:13時~16時	29日 木
8日 木	20日 おはなしの会 (中央公民館) 火 時間:10時~ 	30日 金
9日 金	21日 春分の日 水 小型プラスチックごみ	31日 土
10日 土	22日 2歳児健診 (ふれあいセンター) 木 対象:H27年8月~ 9月生 受付:13時~ 13時50分 	
11日 粗大ごみ (上志賀・久志・中志賀・下志賀・小池) 日		
12日 月		

※気象警報が発表された時は、中止または延期になる場合があります。

(掲載広告募集中)

サイズ 縦80mm×横85mm

(お問い合わせ先)

日高町役場 総務政策課 企画政策班

☎63・2051

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。



駅伝部



走ることを楽しんで活動しています

駅伝部は、毎年駅伝のシーズンに結成され、現在は週3回、日高中学校や日高町若もの広場で練習しています。

メンバーは小学生、中学生の男女から社会人まで入っており、駅伝の選抜メンバーを目指して、日々練習に励んでいます。

監督の辻村昌宏さんは「長距離走は苦しいイメージを持たれていますが、走るというのは色々なスポーツの基本になることですので、走ることを嫌になって欲しくない、面白いと思えるように心掛けています」と話してくれました。

TOWN information

町の人口と世帯

平成30年1月31日現在	
人口	7,947人
男	3,845人
女	4,102人
世帯数	3,126戸

日高町民憲章

- 人が町をつくり町がひとをつくる
- 一 恵まれた自然を大切にし、快適で住みよい町をつくります
 - 一 歴史と伝統を愛し、心豊かな町をつくります
 - 一 スポーツを楽しむ
 - 一 健康で明るい町をつくります
 - 一 知恵を出し、汗を流し、活力ある町をつくります
 - 一 故郷に誇りをもち、ふれあいを大切にす町をつくります