

Kainan

広報かいたん

8

August
2025



地元での暮らし

「利便性」と「暮らしやすさ」が魅力



株式会社
サイバーリンクス
伊藤 大輔 さん

家庭を持ち、子育てや将来の暮らしを見据えてUターン就職を選んだ方もいます。

大阪の大学に進学した伊藤さんは「就職は生まれ育った和歌山で」と心に決めていたといいます。入社後、大阪に配属されましたが、柔軟な働き方を選択できるようになったことから、昨年より地元の海南市に戻り、リモートワーク制度を活用しながら勤務しています。

現在は週の半分がリモートワーク、残りは県外出張という働き方です。

伊藤さんは「海南駅には特急が停車するので、移動がしやすく、その利便性もUターン就職の大きな決め手でした」と話します。

また、地元での生活を考える上で、働く環境だけでなく、日々の生活のしやすさも重視したと

「出張で家を空けることも多いので、妻の実家や私の実家から子育てのサポートを受けられるのは本当にありがたいです。自然が身近にある環境もいいですね。子どもと一緒に出かけやすい海南nobbinsがあるのも、子育て世代には嬉しいポイントです」と笑顔で話します。

伊藤さんは、慣れ親しんだまちで、家族との時間を大切にしながら暮らす日々の中で、地元で暮らすことの心地よさを実感しているようです。



いいいます。都市部よりも家賃や物価の面で生活コストを抑えられることに加え、子育てしやすい環境が整っている点にも、地元で暮らす魅力を感じているそうです。

就職内定後も活用できます

奨学金返還助成制度

(令和8年3月卒業者向け)

問 産業振興課 ☎ 483-8460

大学等を卒業後、市の指定を受けた登録企業に就職し、3年以上勤務した方に、最大100万円の奨学金の返還を助成します。

対象(支給要件) 次の全てを満たす方

- ・日本学生支援機構の奨学金等を借り入れている大学等進学者
- ・市の指定を受けた登録企業が実施するインターンや説明会への参加を予定する方
- ・他の奨学金返還助成制度の対象となっていない方
- ・大学等を卒業後、海南市に住所を有し、市の指定を受けた登録企業で正社員として3年以上勤務する予定の方

※大学等卒業前に申し込みが必要です。助成金は、登録企業に正社員として入社後、3年が経過してから交付します。

申込期限 令和8年2月20日(金)



参画企業や申込方法など詳しくはこちら

和歌山最大級の就活イベント

第63回きのくに就職フェア

問 きのくに就職フェア実行委員会事務局
(和歌山県経営者協会) ☎ 431-7376

2日間で県内企業約140社が参加する就職フェアです。海南市の企業も複数社参加予定ですので、地元就職をお考えの方はぜひご参加ください。

日時 8月18日(月)、19日(火) 13時～17時

場所 ホテルグランヴィア和歌山6階

対象 令和8年3月卒業予定の学生と一般就職希望者(令和9年以降の卒業予定者、保護者の見学可)



参加企業や申込方法など詳しくはこちら



海南市内の企業の採用情報を紹介する「海南市で働こう!」コーナーも出展します。

地元で働こう!

今月号では、進学や就職で地元を離れたものの、生まれ育ったふるさとでの就職を考える人、これから仕事を探す人に、地元企業の声や地元で働く魅力をお伝えします。

8月18日(月)・19日(火)には「地元で働きたい」という思いをもつ学生や、Uターン就職を希望する皆さまに向けた就活イベント「第63回きのくに就職フェア」も開催されますので、ぜひご参加ください。

ハローワークかいなんに聞きました! 地元就職のオススメポイント3選



地元で貢献できる!

地元で暮らせる安心感!

生活コストが安い!

地元企業の声

Uターン人材は企業にとっても大きな力です



株式会社サンコー
管理本部 副本部長
三崎 裕司 さん

Uターン人材は、一度地元を離れたからこそ、企業に新しい視点や発想をもたらしてくれる貴重な存在です。また、地元への貢献意欲が高い方が多く、地域産業の活性化にも大きく寄与してくれると感じています。

私自身も、入社12年目に東京オフィスに配属され、20年間、東京で暮らした経験があります。今までは大きく違う環境で仕事をする中で視野が広がり、仕事への取り組み方や考え方が大きく変わりました。

また、都会での生活を経て、改めて実感したのが、地元の暮らしやすさ、人の温かさ、自然の豊かさといった、かつては当たり前感じていたもののありがたさです。

社員が住み慣れた土地で、しっかりと生活の基盤を整えながら仕事ができるということは、企業側としても安心です。

こうした魅力を改めて見つめ直しながら、地元で働くという選択肢もぜひ考えてもらえればと思います。

若手社員の声

頼れる家族が近くにいる安心感

大学在学時は、大阪で一人暮らしをしていました。そのため大阪での就職も考えましたが、実家の両親に相談したことをきっかけに今の会社を知り、地元での就職を考えるようになりました。

現在の会社に就職を決めたのは、家庭用品という海南の代表的な地場産業に携わることで、地元貢献できると感じたからです。

仕事では、これまでの経験や興味を活かせる場面も多く、やりがいを感じながら日々を過ごしています。

帰宅後は家族と食卓を囲み、食後はゲームや動画を楽しんで、リラックした時間を楽しんでいます。

大阪では自然が少なく、ペットも飼えず、気が休まらないこともありましたが、今は家族との何気ない会話や愛犬と過ごす時間に癒やされ、心穏やかに過ごせています。

すぐそばに頼れる家族がいる安心感は、想像以上に心強く、地元で暮らすことの良さをあらためて感じています。



株式会社サンコー
森下 陽香 さん

■ 定額減税調整給付金（不足額給付）を支給します

所得税と個人住民税で定額減税しきれないと見込まれる方に対し、令和 6 年度に調整給付金を支給しました。
このうち、所得税分の支給額は、令和 5 年分の所得税に基づき推計で算出していましたが、令和 6 年分の所得
税確定により、支給金額に不足があることが判明した方などを対象に、不足額を支給します。
対象となる方には 7 月下旬以降に通知書を郵送しますので、内容をご確認ください。

● 不足額給付の対象となるケース

1. 調整給付金に不足が生じた方

令和 7 年度個人住民税が海南市で課税される方のうち、令和 6 年分所得税等が確定したのち再算定した結果、
当初の調整給付金の支給金額に不足があることが判明した方に、不足額を支給します。

2. 定額減税、低所得世帯向け給付（※）ともに対象とならなかった方

令和 7 年 1 月 1 日時点で海南市に居住されている方で、本人および扶養親族等として定額減税の対象外で
あり、低所得世帯向け給付金の対象世帯の世帯主・世帯員にも該当しなかった方に、原則 4 万円を支給します。
＜対象となりうる例＞ 事業専従者の方、または合計所得金額が 48 万円超の方

※低所得世帯向け給付金とは、以下の給付金を指します。

1. 令和 5 年度個人住民税非課税世帯への給付金（7 万円）
2. 令和 5 年度個人住民税均等割のみ課税世帯への給付金（10 万円）
3. 令和 6 年度新たに個人住民税非課税または均等割のみ課税となる世帯への給付金（10 万円）

● 申請手続き（対象となる方には次の A または B の通知書を郵送します）

A 「定額減税調整給付金（不足額給付分）支給のお知らせ」が届いた場合

手続きは不要です。「お知らせ」に記載されている口座へ、8 月 15 日(金)に給付金を振り込む予定です。口座
変更や給付辞退などの場合は手続きが必要となりますので、「お知らせ」をご確認ください。

B 「定額減税調整給付金（不足額給付分）支給確認書」が届いた場合

オンラインまたは書面で期限内にお手続きください。詳しくは「確認書」をご覧ください。

● その他

海南市にお住まいの事業専従者の方で、事業主が海南市外に居住されている場合など、
海南市で支給要件を確認できないことがあります。不足額給付の対象になると思われる方
は下記までお問い合わせください。

【問い合わせ】 税務課（調整給付金担当） ☎ 483 - 8627

詳しくはこちら



■ 海南市公式Instagramフォトコンテスト2025 開催中！

今回は、3つの部門で幅広いテーマの写真を募集します。また、審査には海南高校
の生徒が参加します。たくさんのご応募お待ちしております。

応募期間 7月15日(火)～9月30日(火)

部門 ①ポスター選手権部門 ②まちの仕事、まちの人部門
③海南の「なんかええ」図鑑部門

応募方法

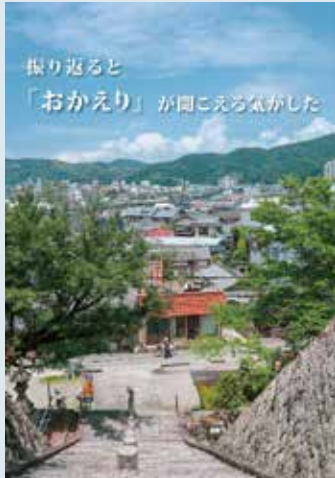
- ・海南市公式Instagramアカウント「@kainan_official」をフォロー
- ・応募する部門の専用ハッシュタグをつけて投稿

賞 各部門最優秀賞 計3名 副賞 商品券10,000 円分

※審査結果は10月下旬に市ホームページおよび海南市公式イン
スタグラムアカウントで発表します。

【問い合わせ】 シティプロモーション課 ☎ 483 - 8408

詳しくはこちら



■ 海南市職員を募集します

▷全職種とも、民間企業志望者や転職をお考えの方にも受験しやすい試験内容です。

▷民間企業や公的機関などで職務経験がある方を対象とした募集（一般事務職 B（社会人枠）、土木技術職 B（社会人枠））も行います。

▷インターネットで受験の申し込みができます。

募集職種	募集人員	受験資格
一般事務職	若干名	平成 3 年 4 月 2 日以降平成 20 年 4 月 1 日以前に生まれた方
一般事務職 （社会人枠）	若干名	昭和 61 年 4 月 2 日以降に生まれた方で、民間企業または公的機関などにおいて 正社員、正規職員として職務経験が 10 年以上ある方
土木技術職 A	2 名程度	平成 3 年 4 月 2 日以降に生まれた方で、土木の専門課程を修了した方
土木技術職 B （社会人枠）		昭和 56 年 4 月 2 日以降に生まれた方で、土木の専門課程を修了し、民間企業ま たは公的機関などにおいて正社員、正規職員として土木工事の設計、施工監理な ど土木に関する職務経験が 10 年以上ある方
消防職	3 名程度	平成 8 年 4 月 2 日以降平成 20 年 4 月 1 日以前に生まれた方

●採用予定日 令和 8 年 4 月 1 日

●一次試験日 9 月 21 日(日)

● 申込受付期間

- ・インターネット 8 月 27 日(木) 17 時 15 分まで ※市ホームページから申し込んでください。
- ・郵送（簡易書留） 8 月 27 日(木)必着
- ・持参 8 月 27 日(木)までの土日祝を除く 8 時 30 分～ 17 時 15 分に総務課（市役所 4 階）で受付

● 募集要項などの配布

募集に関する詳細は、「募集要項」をご確認ください。募集要項は、市ホームページからダウンロードできます。
また、市役所 1 階受付、総務課、下津行政局、各支所・出張所、物産観光センター（土日祝は、市役所 1 階受付、
下津行政局、物産観光センター）でも配布しています。

※地方公務員法第 16 条の規定に該当する人および、日本国籍を有しない人は受験できません。

● 社会人枠採用の初任給、昇任

民間企業等での従事期間の全てを前歴として換算するなど、通常の採用枠よりも有利な前歴換算や昇任制度を
適用します。（ただし、採用後の勤務成績などにより、個々異なりますので、具体例は下記までお問い合わせ
ください。）

【問い合わせ】 総務課 ☎ 483-8407

職員採用プロモーションページ を開設しています

先輩職員の声や勤務条件、福
利厚生などを掲載しています
ので、ぜひご覧ください。

詳しくはこちら ▶



■ 障害年金制度をご存じですか？

病気やけがで重い障害が残り、生活や仕事に制限を受ける状態となった場合、受給要件を満たせば、申請により障害年金を受けることができます。

障害年金の相談については、下記の各相談窓口をご利用ください。

- **障害年金の種類** 障害の原因となった病気やけがで初めて医師の診察を受けた日（初診日）に加入していた年金制度によって、障害年金の種類が異なります。

年金の種類	原因となった病気やけがの初診日	相談窓口
障害基礎年金	・国民年金の被保険者であったとき（1号被保険者） ・20歳前や60歳以上65歳未満の年金未加入期間のとき	保険年金課 ☎ 483 - 8436
	・厚生年金の被保険者に扶養されている配偶者であったとき（3号被保険者）	和歌山西年金事務所 ☎ 447 - 1660 自動音声①→② または 日本年金機構ねんきんダイヤル ☎ 0570 - 05 - 1165
障害厚生年金	・厚生年金の被保険者であったとき	
障害共済年金	・共済年金の被保険者であったとき	勤務先もしくは共済組合

● 障害基礎年金の受給要件

下記の要件をすべて満たす方で、本人もしくはご家族による申請が必要です（手続きが複雑ですので、事前にご相談ください）。

1. 障害の原因となった病気やけがの初診日が次のいずれかである方

- ①「初診日」に国民年金に加入していた方
- ②「初診日」が20歳になる前であった方
- ③日本国内に住んでいる60歳以上65歳未満の方で、年金制度に加入していない期間に「初診日」がある方

2. 障害等級認定基準の障害の程度が1級もしくは2級の状態である方

※該当するかどうかは、主治医などにご相談ください。

※障害者手帳の等級とは判断基準が異なりますのでご注意ください（例えば、身体障害者手帳2級をお持ちでも、障害年金2級に該当しない場合があります）。

3. 下記の①②のいずれかを満たしている（保険料を納付している）方

- ①初診日の前日において、保険料の納付済期間や免除期間などが一年以上あること（初診日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付期間と免除期間を合わせた期間が、被保険者期間の3分の2以上）
- ②初診日の前日において、初診日の属する月の前々月までの直近1年間に保険料の未納期間がないこと（令和18年3月31日までの特例措置）



- ▶ 老齢基礎年金を繰上げ受給（65歳前に受給開始）している人は、障害基礎年金の申請はできません。
- ▶ 65歳以降に障害の原因となる病気やけがになられた場合、障害基礎年金の申請はできません。

【問い合わせ】 保険年金課 ☎ 483 - 8436

■ 医療費が高額になりそうなときは申請を

● 限度額適用認定証があれば一部負担金が自己負担限度額までになります

入院や外来医療で医療費が高額になりそうなとき、事前に限度額適用認定証などを保険医療機関に提示することによって、1カ月に医療機関ごと（入院・外来、医科・歯科ごと）の窓口で支払う医療費の一部負担金（保険適用分）が自己負担限度額までとなります。

ただし、入院中の食事代、差額ベッド代、個室代や保険適用外の診療費及び諸経費は対象になりません。住民税非課税世帯の場合、入院時の食事代も減額されます。

限度額適用認定証などの交付を希望される場合は、保険年金課、下津行政局、支所・出張所の窓口で申請を行ってください。

（対象者）

- 70歳未満の方
- 70歳以上の方で次の(1)(2)のいずれかに該当する方
 - (1) 住民税非課税世帯
 - (2) 被保険者ごとの住民税課税所得の合計額が145万円以上690万円未満

● 限度額適用認定証をお持ちの方へ（更新）

認定証の有効期限は令和7年7月31日までです。引き続き、限度額認定証などが必要な方は再度申請の手続きをお願いします。

● マイナ保険証をお持ちの方は、申請の必要はありません

- ・マイナ保険証を利用すれば、限度額適用認定証を提示しなくても、窓口でのお支払いを自己負担限度額までに抑えることができます。
- ・これまで事前に窓口で申請し、限度額適用認定証の交付・更新が必要でしたが、マイナ保険証を利用することで手続きが不要となります。

《マイナ保険証をご利用にあたっての注意事項》

- ・「マイナ保険証での受付」を導入していない医療機関などではご利用できません。
- ・国民健康保険税、後期高齢者医療保険料に滞納がある場合は、医療機関などで限度額が確認できません。
- ・住民税非課税世帯で、申請月以前の12カ月に90日を超える長期入院をされており、入院時の食事療養費などの減額をさらに受ける場合は、別途申請が必要です。

【問い合わせ】 保険年金課 ☎ 483 - 8404

困ってない？悩んでない？

全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

「いじめにあって学校に行きたくない」「家の人に嫌なことをされる」「部活動で暴言や暴力を受けている」「先生や親には話しにくい」などでお困りの場合は、一人で悩まず相談してください。

- **強化週間** 8月27日(水)～9月2日(火) ● **相談受付時間** 8時30分～19時（土日は10時～17時）

※上記以外の期間でも相談することができます（平日8時30分～17時15分）。

● 相談は電話または LINE アプリから

☎ 0120 - 007 - 110（通話料無料） LINE ID @linejinkensoudan

【問い合わせ】 和歌山地方法務局人権擁護課 ☎ 422 - 5131

もしもに備えて学んでおこう！ 防災出前講座

大きな地震や豪雨などの災害は、いつどこで起こるか分かりません。日頃から備えているつもりでも、いざという時に本当に行動できるのか不安を感じる方も多いのではないでしょうか。実際に災害が発生すれば、**"自分たちで何とかしなければならない状況"**が必ずやってきます。

防災出前講座では、市職員が自治会や自主防災組織、企業や団体、サークルなど、皆さんのもとに直接伺い、避難や備蓄、災害時の判断・行動など、すぐに役立つ知識を分かりやすくお伝えし、実際に体験していただくことができますので、ぜひご活用ください。

テーマや日時はご希望に応じて調整できますので、お気軽に危機管理課までお問い合わせください。

▶こんな体験ができます！



避難行動を考える「シミュレーションゲーム」



みんなで挑戦「簡易ベッド組立体験」



ワンタッチパーテーションで「避難所体験」

このほかにも、「家の中の安全対策」や「ハザードマップの使い方」など、日頃からできる備えについて学ぶことができます。また、「地震や洪水などの災害リスクと避難のポイント」や「南海トラフ地震への備え」などの実践的な内容、「自助・共助の大切さ」など、地域で取り組む防災活動をテーマとした講座も実施しています。

開催実績はこちら



停電情報を確認したいときは

停電に関する情報は、関西電力送配電のホームページで確認できます。停電が発生しているときは、発生地域の停電軒数、復旧見込みなどが表示されます。

なお、停電の発生に備えて、懐中電灯や携帯ラジオ、電池やモバイルバッテリー、調理不要の食品などを備蓄しておく心安です。

関西電力送配電
ホームページ



防災行政無線の試験放送を行います

地震や津波、武力攻撃などの発生に備え、国による全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いた情報伝達試験が行われます。なお、震度5以上の地震の発生や津波警報の発表、気象状況などにより、中止することがあります。

●訓練実施日時 8月20日(水)11時 (予備日:9月10日(水))

●放送内容 「これは、Jアラートのテストです」を3回繰り返す



第21回海南市美術展の作品を募集します

●会期 9月27日(土)～10月5日(日) 9時～17時(初日は11時開場、最終日は14時閉場)

●会場 海南保健福祉センター2階 多目的ホール

●部門「洋画」「日本画」「書道」「写真」「工芸・手芸」

●応募資格 次の①～③のいずれかに当てはまる方

①海南海草地方に在住、在勤、在学している方

※市外の学校に在学の方でも、海南市出身者であれば応募可能です。

※中学生以下は応募できません。

②市内にある教室やサークルなどに所属している方

③過去3年の間に海南市美術展に出品したことがある方

●規格

洋画 6号以上30号以内で額装(デザインも同規格とし、版画の場合はサム・ホール以上可。額装は10cm以内)、彫塑作品は1㎡以内(ただし、最長寸法は150cm以内)

日本画 6号以上30号以内で額装(額装は10cm以内)、掛軸は不可

書道 額装・軸ともに仕上り縦240cm、横185cm以内(釈文を添付、仮巻は不可、高校生は「臨書」可)

写真 A3以上全紙以内の単写真、木製のパネル張りまたはアクリル額装

工芸・手芸 平面作品は縦150cm、横100cm以内(額装を含む)、立体作品は彫塑(洋画部門)と同規格

●注意事項 ・応募作品は創作とし、未出品のものに限ります。

・デザイン・彫塑・版画は洋画部門、切り絵・ちぎり絵は工芸・手芸部門とします。

・作品の額装表装について、ガラスは不可、アクリルは可(押花作品はガラス可)とします。

・一般の出品は各部門2点までとします。

●搬入日時 9月6日(土)9時30分～16時、7日(日)9時30分～15時

●搬入場所 海南保健福祉センター2階

●申込料 一般1作品につき800円、無鑑査・招待は500円、高校生は無料

●授賞式 9月27日(土)

【問い合わせ】 海南市美術展実行委員会事務局(生涯学習課内) ☎ 492 - 0143

詳しくはこちら



都市計画審議会委員を募集します

都市計画とは、まちが健全に発展し、秩序ある整備が図られるよう「土地利用のルール」や「骨格となる幹線道路」などを決める計画です。市では、都市計画を審議するため、法に基づき都市計画審議会を設置しています。まちの将来像を描く都市計画を審議するにあたり、これからの時代を生きる若者世代の方もぜひご応募ください。

●応募資格 次の全てを満たす方

・市内在住の都市計画やまちづくりに関心がある18歳以上の方

・平日昼間に開催する審議会に出席可能な方

●募集人数 2人程度

●応募期間 令和7年8月12日(火)～8月26日(火)17時15分(必着)

【問い合わせ】 都市整備課 ☎ 483 - 8480

詳しくはこちら



8月の救急ガイド

●休日在宅当番医 受付 9時～16時

日	当番医	住所地	電話番号
3日	吉川内科循環器科	幡川	☎484-2525
10日	石川医院	下津町黒田	☎492-2200
11日	石本病院	船尾	☎482-5063
17日	みぞばたクリニック	紀美野町動木	☎489-6100
24日	たきもと内科クリニック	阪井	☎485-2322
31日	西本内科外科医院	下津町黒田	☎492-2241

※変更になる場合があります。

夜間の問い合わせ

和歌山県救急医療情報センター ☎426-1199

●献血にご協力をお願いします

日	時間	場所・主催
7日(木)	10:00～12:30	和歌山県海草振興局 海南工事事務所（南赤坂）
	14:30～16:45	ピザ・リトルパーティ駐車場
17日(日)	10:00～12:00	スーパーセンターオークワ 海南店
	13:00～16:30	
28日(木)	10:00～12:00	株式会社海南精密（岡田）
	14:00～16:00	海南医療センター

※諸事情により変更になる場合があります。

献血バスの日程は、海南市公式LINEでも配信しています。



救命講習会

応急手当の正しい知識と技術を習得します。

市民の皆さんにも使用が認められるようになったAED（自動体外式除細動器）は、心筋梗塞や不整脈などで、突然心臓が止まった傷病者の命を救うために大変有効であるため、AEDを用いた心肺蘇生法の講習会を行います。

日時 9月7日(日)（普通救命講習）9時～12時、（上級救命講習）9時～17時

場所 海南消防署3階 防災センター

※駐車場はありません。

対象 16歳以上

定員 30名程度（先着順・受講料無料）

申込方法 8月31日(日)までに、申込フォームまたはお電話でお申込みください。

問い合わせ 海南消防署救急係 ☎482-0119



8月の生きがい教室

対象 50歳以上の方

受講料 無料（材料費などは自己負担）

申し込み・問い合わせ 各公民館まで

開館時間 13時30分～17時、19時～21時30分

※1は下津防災コミュニティセンター（☎492-0251）

※2は生涯学習課（☎492-3349）

までそれぞれお問い合わせください。

実施場所	開催日時	内容	講師
黒江防災コミュニティセンター（☎483-5220）	8日(金) 14:00～	健康体操	水主悦子先生
日方公民館（☎482-6865）	22日(金) 14:00～	防災講座（洪水時の対応について）	県河川課防災班
	25日(月) 14:00～	健康体操	水主悦子先生
内海公民館（☎482-2158）	5日(火) 14:00～	健康体操	水主悦子先生
	7日(木) 14:00～	健康講座（骨粗鬆症予防のお話）	ヤクルト和歌山販売所 中村先生
大野公民館（☎483-5150）	休講		
亀川公民館（☎483-5282）	25日(月) 14:00～	3B体操	寺杣圭子先生
	29日(金) 14:00～	健康体操	水主悦子先生
箕コミュニティセンター（☎487-4753）	8日(金) 14:00～	防災対策	株式会社サンコー
	22日(金) 14:00～	健康体操	水主悦子先生
北野上公民館（☎488-0988）	26日(火) 14:00～	健康体操	水主悦子先生
	30日(土) 14:00～	映画会「こんにちは かあさん」	
中野上公民館（☎487-4726）	4日(月) 14:00～	健康体操	水主悦子先生
	22日(金) 14:00～	二胡コンサート	朋友(ボンヨウ)
南野上公民館（☎487-1481）	21日(木) 14:00～	人権講座「腹話術で学ぶ人権」	宮本年起先生
市民交流センター※1	休講		
下津防災コミュニティセンター（☎492-0251）	休講		
塩津コミュニティセンター（☎492-2066）	休講		
大崎会館（☎492-2110）	休講		
市民交流センターふれあいホール※2	6、20日(水) 14:00～	健康体操	水主悦子先生

認知症カフェ

認知症の方やご家族だけでなく、地域の方も参加することができ、情報交換や交流ができる場です。

時間内は出入り自由となっておりますので、お気軽にご参加ください。

●日時		8月21日(木)	13時30分～15時30分
●場所		こころハウス集会所（下津町丸田237・1）	
●内容		アルトサックス演奏・茶話会	
問い合わせ		ケアプランセンターこころ	
☎499・8753			
高齡介護課		☎483・8762	
ナラティブカフェ（参加費100円）			
●日時		8月19日(火)	13時30分～15時30分
●場所		ライフパートナー重根1階（重根348・2）	
●内容		音楽療法・認知症相談	
問い合わせ		NPO法人紀伊の風	☎487・3447
高齡介護課		☎483・8762	
やすらぎカフェ（参加費100円）			
●日時		8月26日(火)	13時～15時
●場所		内海中央地区集会所（名高287・7）	
●内容		音楽療法・認知症相談	
問い合わせ		公益社団法人認知症の人と家族の会 和歌山県支部	☎432・7660
高齡介護課		☎483・8762	

乳房のしこり、気になっていませんか

海南医療センター 外科医師 落合 実

乳房にしこりを感じたとき、「気になるけれど、乳がん検診にも行っていないし、そのままにしている」という方はいませんか？

乳がんは、早期に見つけて治療すれば治すことができるとされています。しかし、日本では患者数が増加傾向にあり、毎年約10万人が新たに乳がんと診断されています。特に、35歳を過ぎると乳がんが見つかるケースが増えており、今や、女性の10人に1人が乳がんになると言われています。

ご家族や親族に乳がん、卵巣がん、前立腺がんなどにかかった方がいる場合はリスクが高まるとされていますが、「うちにはそんな人いないから大丈夫」と思わず、どなたにも可能性があることを知っておきましょう。

では、乳がんはどのようにして見つければよいのでしょうか。

まず大切なのは、日頃からの自己チェックです。

これまでなかったしこりに気づいたときや、乳房の形の変化（陥没やひきつれなど）、乳首から血の混じった分泌物が出るといった症状がある場合は、乳腺外来のある医療機関の受診をおすすめします。

また、症状がない場合でもマンモグラフィー検診を受けておく心安いです。乳房を機器でしっかりと挟んで撮影するため、多少の痛みを感じる方もいますが、触ってもわからない小さな病変を見つけることができます。2年前の検診では写っていなかった変化が、今回見つかるということもあります。

なお、検診結果が「異常なし」だった場合も油断せず、月に1回、入浴後などに鏡の前で乳房の見た目や感触を確認する習慣をつけましょう。

日ごろからの小さな気づきが、早期発見につながります。

【問い合わせ】 海南医療センター ☎482-4521

不登校やひきこもりの子をもつ保護者の居場所

「ほっとスペース」の取り組み

問 市民交流課 ☎ 483 - 8439



「まさかうちの子が学校に行けなくなるなんて…」そう感じたことのある保護者は、今や珍しくありません。

近年、不登校の子どもの増加しており、文部科学省の調査によると、令和5年度の小中学生の不登校は約34万6千人と過去最多となりました。海南市でも、市内の小中学校に通う児童・生徒のうち約34%が不登校の状況にあります。

子どもたちは、生活リズムの不調や、親子の関わり方に関する問題、友人関係をめぐる問題など、学校へ行きたくても行けないさまざまな悩みを抱えています。

また、長期間にわたってひきこもるケースも増えており、支援の方法が多様化・複雑化するなかで、対応の難しさも指摘されています。

一方で、子どもを支える保護者自身が「どこに相談すればいいのかわからない」「身近な人には話づらい」と、悩みを抱えて孤立してしまいうことも少なくありません。

そうした中で、市内には、不登校やひきこもりの子どもをもつ親が自由に交流し、思いを語り合う場があります。一人で悩まず、気持ちを少しでも誰かに話してみませんか？

「私もそうだった」から始まった支え合い



《ほっとスペース例会》

▶日時 第4金曜日
13時30分～15時30分
▶場所
下津保健福祉センター

「子どもから『学校に行きたくない』と打ち明けられて悩んでいた時期、同じ悩みを持つ人たちと出会う中で、気持ちを話せる場があることの大切さを実感したんです」

そう話すのは、不登校やひきこもりの子どもをもつ保護者が自由に交流できる場を提供するボランティアグループ「ほっとスペース」の皆さんです。過去の経験から「今、悩んでいる人がほっとできる場所をつくりたい」という思いで活動を始めたと言います。

参加者からは「ここで話をして共感してもらえただけで、心が軽くなり、子どもと向き合う力が湧くんです」といった声も聞かれます。

ほっとスペースの皆さんは「ここに来れば話を聞いてくれる人がいる、そんな安心感を持ってもらえたら嬉しい。一人で抱え込まずに、雑談するような気持ちで気軽に立ち寄ってくださいね」と話してくれました。

ほっとスペース
主催

子育てすこやか講演会「第22回学習会」

コミュニケーションが苦手な子どもたちを支えるために

コミュニケーションが苦手な子どもが増えている現状を踏まえ、そもそもコミュニケーションの「力」とは何か、その力をどう育んでいけばよいのかを一緒に考えます。

▶日時 9月21日(日) 13時～16時 ▶場所 市民交流センター2階第2研修室
▶講師 ころもみカウンセリングセンター所長 西部 美志 さん
(公認心理士・臨床心理士・特別支援教育士)

▶参加費 500円 ▶申込期限 9月18日(木) (電話またはメール)

【申し込み・問い合わせ】

ほっとスペース ☎ 090-6986-4575 メール: hotspaceshimotsu@yahoo.co.jp

申込受付中です！
お気軽にご参加ください



子育てひろば ～夏休み特別企画～

問 生涯学習課 ☎ 492 - 3349

※スポセンひろば外遊び、ベビーマッサージはお休みです。

①県立自然博物館バックヤードツアー

学芸員さんの話を聞きながら、いつもと違う角度から魚を見ることができます。



▶日時 8月22日(金) 10時15分～11時頃
▶集合 10時15分 県立自然博物館
▶対象 未就園児とその保護者 15組

※入館料が必要です。年間パスポートがある場合は持参してください。

▶申込期間 8月1日(金)～15日(金)
(応募多数の場合は抽選)

▶その他 滑りやすく危険な場所がありますので、動きやすい服装、スニーカーでお越しください。

②人形劇鑑賞会

亀川人形劇サークル「はちの巣」の皆さんによる人形劇(『大きなかぶ』『赤ずきん』)を鑑賞します。



▶日時 8月28日(木) 10時30分～
▶場所 総合体育館 第二体育室
▶対象 未就園児とその保護者 20組
▶申込期間 8月1日(金)～22日(金)
(応募多数の場合は抽選)

〈申込フォーム〉



幼稚園・支援センターからのお知らせ

マリア幼稚園

問 ☎ 482 - 2190

園庭開放(子育て相談可)

▶日時 8月6日(水)、20日(水)、27日(水)
10時～11時30分

子育て支援センター五月山

問 ☎ 483 - 7778

講座「保険」

▶講師 宮本徹先生
▶日時 8月6日(水)
10時30分～11時30分

※両施設ともに未就園児とその保護者が対象です(無料)。



健康課からのお知らせ

問 健康課 ☎ 483 - 8441

歯のフッ化物塗布

▶日時 8月20日(水) 14時～14時30分
▶場所 海南保健福祉センター
▶対象 1歳6カ月健診終了後から6歳の誕生日の前日まで
▶持ち物 母子手帳、歯ブラシ、タオル
▶申込期限 8月19日(火)



モグモグ教室(離乳食)

離乳食の作り方などについて学ぶことができます。
▶日時 9月3日(水) 13時30分～
▶場所 海南保健福祉センター
▶対象 令和7年4月1日～5月31日生まれのお子さんとその保護者、妊娠中の方
▶持ち物 母子手帳、マスク
▶申込期限 8月27日(水)



子育て講座

問 生涯学習課 ☎ 492 - 3349

9月の申し込みを受け付けています

①だっこたいそう for パパ

▶日時 9月6日(土) 10時～
▶場所 海南 nobinos 多目的室1
▶対象 0歳児とその保護者
▶申込期限 8月26日(火)

②野菜の性格と意外と知られていない植物のはなし

▶日時 9月9日(火) 10時～
▶場所 海南 nobinos 会議室A
▶対象 未就園児とその保護者
▶申込期限 8月28日(木)

③みんなで！リトミック

▶日時 9月25日(木)
①10時～ ②10時45分(入替制)
▶場所 海南 nobinos ノビノスホール
▶対象 未就園児とその保護者
▶申込期限 9月16日(火)

(申し込み)



本人通知制度のご案内

本人通知制度とは、不正請求防止のため、戸籍謄本や住民票の写しなどの証明書を第三者に交付した場合に、事前登録した本人に対してお知らせする制度です。

※第三者とは、本人から委任された代理人、弁護士など職務上請求が認められている方、自己の権利行使または義務履行などの理由があり、その身分を証明して申請する方のことです。

登録方法など詳しくはこちら



【問い合わせ】

市民課 ☎ 4 8 3 ・ 8 5 0 1

医療費助成制度のご案内

次の①～③は医療費（保険外診療等を除く）が無料に、④は医療費が2割負担になります。

- ①子ども医療費助成（所得制限なし）
- ②対象 18歳に達する日以後の最初の3月31日までの児童
- ③ひとり親家庭医療費助成（所得制限あり）
- ④対象 ひとり親家庭などの親と、その親に養育されている児童（18歳に達する日以後の最初の3月31日まで）

新規就農者機械等購入補助金

就農開始時の経費負担を軽減するため、新規就農者が、就農後すぐに必要な小規模農業用機械購入に係る補助金を交付します。

- 補助対象 自らが農業経営を開始して以降、1年未満の方で、自ら使用する農業用機械を購入する方
- 補助率 3分の1以内
- ※上限30万円

詳しくはこちら



【問い合わせ】

産業振興課

☎ 4 8 3 ・ 8 4 6 4

イノシシ防護柵設置支援事業

イノシシなどの有害鳥獣から農作物を守るため、防護柵の設置について、市と県で次の支援を実施しています。

市の支援事業

- 対象 市内の農地で耕作する1戸（単独）の農業者
- 対象経費 合計3万円以上の防護柵の資材費
- 補助率 資材費の3分の1（上限5万円）

※既に購入済みの場合や、過去5年間に同地番で国・県・市・J Aが

③重度心身障害児者医療費助成（所得制限あり）

●対象 身体障害者手帳1級～3級、療育手帳A、特別児童扶養手当1級、精神障害者保健福祉手帳を所持している方など

※65歳以上で新規該当者は対象外

④老人医療費助成

●対象 67歳～69歳で、世帯全員が市民税非課税かつ収入要件などを満たす方

【問い合わせ】

- ①②子育て推進課 ☎ 4 8 3 ・ 8 4 3 0
- ③社会福祉課 ☎ 4 8 3 ・ 8 6 0 2
- ④保険年金課 ☎ 4 8 3 ・ 8 4 0 4

各種手当の現況届の提出をお忘れなく

ひとり親家庭医療費助成または児童扶養手当を受けている方（児童扶養手当の場合、全額支給停止の方を含む）は毎年、現況届の提出が必要です。提出がない場合、11月分以降の助成が受けられなくなります。現況届は子育て推進課から送付しますので、必ず提出してください。

（ひとり親家庭医療費助成）

- 提出期限 8月29日（金）
- 提出方法 郵送
- ※持参の場合は、子育て推進課、下津行政局、各支所・出張所に提出ください。
- （児童扶養手当）
- 提出期間 8月1日（金）～29日（金）

ら防護柵の設置支援を受けている場合は対象外です。

●申込期限 令和8年1月30日（金）

県の支援事業（令和8年度）

- 対象 市内の農地で耕作する2戸以上の農業者で構成される団体
- 補助率 資材費の3分の2（資材支給）

※支援を希望する場合、まずは要望の提出が必要です。要望がない場合、令和8年度の支援を受けることができませんのでご注意ください。

- 受付期間 8月8日（金）～29日（金）
- ※各支援事業について、詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】

産業振興課

☎ 4 8 3 ・ 8 4 6 4

合併浄化槽への転換をご検討ください

市では、水環境を守るため、合併処理浄化槽への転換費用を補助しています。

単独処理浄化槽や汲取りトイレは、生活排水を処理できず、河川などを汚す原因となる一方、合併処理浄化槽は、トイレや台所、風呂などの生活排水をまとめて処理し、きれいな水にして放流します。

8月1日からの一週間は水の大切さについて改めて考え、関心と理解を深める「水の週間」です。この機

●提出方法 持参

※全額支給停止の方は郵送でも提出いただけます。

●提出場所 子育て推進課、下津行政局、各支所・出張所

【問い合わせ】

子育て推進課 ☎ 4 8 3 ・ 8 4 3 0

新規漁業就業者向け補助金

漁業の担い手を確保するため、新たに漁業を始める方に対し、左記の補助金を交付します。

①初期投資支援事業

●補助対象 新規漁業就業者の漁船や漁具の整備などにかかる経費

●補助率 3分の2以内

※上限200万円

②担い手育成支援事業

●補助対象 漁業担い手育成のための研修受講者を指導する方

●補助額 最大67万5千円

③資格取得者支援事業

●補助対象 新たに漁業に就業しようとする方の小型船舶操縦士免許等の資格取得における講習会受講料、受験料

●補助率 2分の1以内

※上限5万円

詳しくはこちら



【問い合わせ】

産業振興課

☎ 4 8 3 ・ 8 4 6 4

会に、合併浄化槽への転換を考えてみませんか。

詳しくはこちら



【問い合わせ】

環境課

☎ 4 8 3 ・ 8 4 5 6

クビアカツヤカミキリの早期発見で農作物を守りましょう

特定外来生物であるクビアカツヤカミキリによる被害が、昨年初めて市内で報告されました。果樹園やさくら、ハナモモでフラス（幼虫の糞と木くずが混ざったもの）を発見した際は、連絡してください。

クビアカツヤカミキリ情報



赤い胸部が特徴

【問い合わせ】

和歌山県海草振興局

▼農業水産振興課（農地で発見した場合）

☎ 4 4 1 ・ 3 3 7 8

▼林務課（森林で発見した場合）

☎ 4 4 1 ・ 3 3 6 6

▼衛生環境課（公園で発見した場合）

☎ 4 8 3 ・ 8 8 2 5

不用品・粗大ゴミ代行サービス

【営業区】海南市・紀美野町（旧野上地区）



ゴミ処理
無料相談
承ります

遺品整理
も承ります

明るい環境づくりをめざす

小椋リビングクリーン株式会社

〒642-1121 海草郡紀美野町下佐々70番地2

TEL 073-489-3041 FAX 073-489-3838

■一般廃棄物収集運搬許可（海南市）許可番号 第7号 ■一般廃棄物収集運搬許可（紀美野町）許可番号 第303045001号



詳しくはホームページをご覧ください。
<http://www.komuku.com> 小椋リビング 検索

お気軽にどうぞ！



塗装&防水

創業50年 安心と実績

地元で育てていただいた町のペンキ屋さん

海南市の外壁・屋根塗装・雨もり修理のことならお任せください。

診断・お見積もり
無料

SAKAGUCHI TOSOU
有限会社 阪口塗装



お気軽に電話ください

☎ 0120-533-218

<http://www.sakaguchitosou.com>

海南市重根258番地5 TEL 073-487-3321

限りある資源を有効活用
しましょう

8月8日は「リユースの日」です。
リユースとは、一度使ったものを
捨てずに繰り返し使うことです。
リユースをすることは、廃棄物を
減らし、資源の無駄をなくすことに
繋がるだけでなく、地球環境への負
荷を軽減する効果があり、ゴミ処理
費の削減、社会全体の環境意識向上
にも繋がります。環境負荷を少なく
するため、資源の有効活用に取り組
みましょう。

詳しくはこちら



【問い合わせ】

環境課 ☎ 4 8 3 ・ 8 4 5 6

8月のマイナンバーカード
手続き臨時窓口（要予約）

● 8月の臨時窓口開設予定日時
10日（日）・24日（日） 9時～12時
19日（火） 17時20分～19時30分

● 場所 市役所1階（市民課）
臨時窓口でできること

マイナンバーカードの交付申請・
受け取り、電子証明書の更新、暗
証番号の再設定・初期化
予約はこちら



【問い合わせ】

市民課 ☎ 4 8 3 ・ 8 5 0 1

イベント

女性会作品展

地域を中心に活動している女性会
員による作品展を開催します。

● 日時 ①9月6日（土） 10時～16時

②9月7日（日） 10時～15時

● 場所 海南保健福祉センター2階
第3研修室（入場無料）

※異女性会による「帽子のブローチ」
の手芸実習もあります。

【問い合わせ】

生涯学習課 ☎ 4 9 2 ・ 3 3 4 9

黒江銭湯フェス

海南の夏祭りの
ひとつである下駄
市に合わせて、「黒
江銭湯フェス」を
開催します。

歴史ある黒江の

銭湯を起点に、賑わいを創出します。
フードマーケットやテントサウナ、
当日限定風呂もありますので、ぜひ
お越しください。



● 日時 8月14日（木） 15時～22時

● 場所 宝湯（フードマーケット
は宝湯隣敷地）

【問い合わせ】

黒江銭湯フェス実行委員会

☎ 4 9 8 ・ 8 3 3 9

「全国戦没者追悼式」に合わせ
黙とうをしましょう

8月15日（金）は、戦没者を追悼し平
和を祈念する日です。当日は日本武
道館で、政府主催の「全国戦没者追
悼式」が行われます。

先の大戦で亡くなられた方々を追
悼し、恒久の平和を祈念するため、
職場やご家庭などで、正午から1分
間の黙とうをお願いいたします。

【問い合わせ】

総務課 ☎ 4 8 3 ・ 8 4 0 0

ワークサロンかいなん
をご利用ください

● 利用時間 9時～17時（閉庁日を
除く）

● 場所 市役所5階
● 内容 求人情報の紹介や応募書類
の添削、面接対策など

【問い合わせ】

ワークサロンかいなん

☎ 4 8 8 ・ 1 3 7 1

農地パトロール強化月間

農業委員会では、8月から10月を
農地パトロール強化月間として、耕
作放棄地や無断転用された農地はな
いか、農地転用許可後の状況が申請
内容と一致しているかなどを調査

講座・教室

市民大学教養講座

〈パッチワークで巾着を作ろう〉

● 日時 8月26日（火） 28日（木） 両日
14時～16時

● 場所 海南nobinos
多目的室2

● 講師 斉藤友紀氏
● 定員 10名（先着順）

● 持ち物 裁縫道具（針・はさみ）、
パッチワーク
用糸（白色）

● 費用（材料費）
1,000円



● 電話申込
8月5日（火） 8時30分～

〈身体バランスを整えましょう！〉

● 日時 8月18日（月） 14時～15時

● 講師 株式会社せつ総合研究所

むつき庵 副所長・鍼灸師 熊井
利将氏

● 定員 20名（先着順・無料）

● 持ちもの タオル、飲み物

● 電話申込 8月5日（火） 8時30分～

※動きやすい服装でお越しください。

【申し込み・問い合わせ】

中央公民館

☎ 4 8 2 ・ 2 5 0 7

し、必要に応じて指導を行います。
耕作放棄地などでお困りの場合
は、お問い合わせください。

【問い合わせ】

農業委員会事務局

☎ 4 8 3 ・ 8 7 7 3

企業向け各種共済制度
のご案内

① 小規模企業共済制度

小規模企業の経営者や役員のため
の退職金積立制度です。掛金は全
額所得控除の対象となります。

詳しくはこちら



② 中小企業退職金共済（中退共）制度

中小企業の事業主が、従業員の退
職金を計画的に準備できる国の退
職金制度です。国からの有利な掛
金助成や、税法上の優遇も受けら
れ手数料もかかりません。家族従
業員やパートタイマーも加入でき
ます。

詳しくはこちら



※①②ともに、加入手続きは商工会
議所、金融機関などで可能です。

【問い合わせ】

①（独）中小企業基盤整備機構

☎ 0 5 0 ・ 5 5 4 1 ・ 7 1 7 1

② 中退共本部

☎ 0 3 ・ 6 9 0 7 ・ 1 2 3 4

「中・上級硬式テニス」教室

● 日時 毎週水曜日 19時～21時

● 場所 東部テニスコート

● 費用 1,000円

● 対象 中学生以上

● 持ち物 飲み物

※ラケットなどは
不要です。



【申し込み・問い合わせ】

海南市スポーツ振興グループ

☎ 4 8 3 ・ 4 3 0 0

募集

自衛官候補生等募集

● 募集種目 ①自衛官候補生②一般
曹候補生③航空学生④防衛大学校
学生（一般）⑤防衛医科大学校学
生（医学科）⑥防衛医科大学校学
生（看護学科）

● 受付期限 ①9月5日（金）②9月
2日（火）③8月29日（金）④10月16日
（木）⑤10月8日（火）⑥10月3日（金）

※詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】

防衛省自衛隊和歌山地方協力本部

有田募集案内所

☎ 0 7 3 7 ・ 8 2 ・ 6 6 3 1

五色台メモリアルパーク

『語らいの小径』のプラン例

プラン	納骨数	価格
家族墓永年	2名～	450,000円
個人墓永年	1名	210,000円
合葬式墓所	1体	50,000円

すべて
永代供養
※納骨費用は
別途必要です

ご希望に添えるプランを他にもご用意しております。

パンフレット無料配布中【お電話またはインターネットで受付中】
和歌山県海草郡紀美野町国木原577番地3
TEL.073-489-5544 電話 9:00-17:00 受付 (水曜定休)

あなたの時間を有効活用! ちょこっとシルバーしませんか。

60歳以上のお仕事したい方に!

会員募集

・介護補助 ・スーパー関連
・広報誌配布 ・工場内軽作業
・植木の手入れや草刈り
などなど（センターにより異なります）

事業主の皆様・ご家庭の皆様
さまざまなお仕事お引き受けしています。
お気軽にご連絡ください。

公益社団法人
海南市シルバー人材センター
電話(073)499-4344
海南市日方1289番地26

厚生労働省委託事業 高齢者活躍人材確保育成事業

FC今治所属（海南省出身）

梅木 怜選手



©FC.IMABARI

第 51 回モーリスレベロトーナメント 「ベストイレブン」に日本で唯一選出！

6月3日(火)から15日(日)にかけてフランスで開催されたサッカーの国際大会「第51回モーリスレベロトーナメント」(旧トゥーロン国際大会)において、海南省出身の梅木 怜選手(FC今治)が、日本代表選手の中で唯一「ベストイレブン」に選出されました。

この大会は、世界各国の20歳以下の代表チームが参加し、将来のスター選手が数多く出場することで知られています。

大会公式ホームページでも、梅木選手について「強固な守備で相手を寄せ付けず、攻撃でも素晴らしいパフォーマンスを見せた。ボールを扱う技術に優れており、小柄ながら存在感を放ち、大会の目玉の一人だった」と高く評価しています。

PROFILE プロフィール

生年月日：2005年8月25日（19歳） 出身地：海南省

出身校：海南省立第三中学校 → 帝京大学系属帝京高等学校

現所属：FC今治 ポジション：ディフェンダー

小・中学生時代は市内のクラブチーム（ミラグロソ海南、ミラグロソ海南U-15）で実力を磨き、サッカーの名門校帝京高校に進学。高校進学後も2023年以降に年代別の日本代表に連続して選出されるなど着実に力をつけ、卒業後はFC今治に加入。今後のさらなる活躍が期待されています。

三社で出会う、やさしい夏の音色

風鈴まつり



伊勢部柿本神社

伊勢部柿本神社風鈴まつり

●期間 8月17日(日)まで

●所在地 日方 600



宇賀部神社

しあわせの宮夢風鈴まつり

●期間 8月1日(金)～15日(金)

●所在地 小野田 917



春日神社

春日風鈴祭

●期間 8月1日(金)～15日(金)

●所在地 大野中 1056



人口／46,007人（男21,483人 女24,524人）

世帯数／21,889世帯（令和7年6月末日現在）

出生20人 転入69人 死亡53人 転出92人（令和7年6月1日～30日）

市公式 SNS アカウント

