

広報

# かいなん

大変だけど夢中になるよ



海老谷米づくり体験「田植え作業」

2014

7

月号

No. 112

# 熱中症にご注意を

熱中症にならないための予防策をご紹介します。



## 熱中症が疑われる人を見かけたら First aid

**涼しい場所へ** エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など、涼しい場所へ避難させる

**からだを冷やす** 衣服をゆるめ、からだを冷やす（特に、首の周り、脇の下、足の付け根など）

**水分補給** 水分・塩分、経口補水液などを補給する



※自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう！

## Space for a rest



## 屋外で暑さや疲れを感じたら休憩所へ！

下記の公共施設を、7月1日(火)から9月30日(火)までの間、「暑さしのぎ休憩所」として指定しています。外出中など屋外で暑さや疲れを感じた場合、無理をせず、休憩所をご利用ください。

開館時間内でも臨時休館や貸館状況により、利用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 健康課 (☎ 483-8441)

施設名	所在地	開館時間
黒江防災コミュニティセンター	船尾222-21	13時30分～17時（※）
市役所本庁舎	日方1525-6	8時30分～17時15分
海南保健福祉センター	日方1519-10	8時30分～17時15分 ※土曜・日曜・祝日を除く
市民会館	日方1271-108	8時30分～21時30分 ※日曜・祝日は8時30分から17時
日方公民館	日方839	13時30分～17時（※）
物産観光センター（交流コーナー）	名高51-2（JR海南駅構内）	6時30分～22時30分
内海公民館	鳥居650-1	13時30分～17時（※）
総合体育館	大野中1106	9時～22時
海南保健所	大野中939	9時～17時45分 ※土曜・日曜・祝日を除く
大野公民館	大野中600-2	13時30分～17時（※）
亀川公民館	且来272	13時30分～17時（※）
翼コミュニティセンター	阪井274	13時30分～17時（※）
住民センター	沖野々443-5	9時～17時 ※日曜・祝日を除く
北野上公民館	原野326-3	13時30分～17時（※）
中野上公民館	野上中167-5	13時30分～17時（※）
野上支所	野上中167-5	8時30分～17時15分 ※土曜・日曜・祝日を除く
南野上公民館	次ヶ谷80	13時30分～17時（※）
下津行政局	下津町丸田217-1	8時30分～17時15分
下津保健福祉センター	下津町上14-6	8時30分～17時 ※土曜・日曜・祝日を除く
方集会所	下津町上48-7	13時30分～17時 ※日曜・月曜・祝日を除く
市民交流センター	下津町下津500-1	9時～22時 ※祝日以外の月曜日を除く (月曜日が祝日の場合その翌日が休館)

表中（※）：コミュニティセンター、公民館の開館時間は、日曜・水曜・祝日を除きます。

気温の高い日が続くこれまでの季節は、熱中症の発生が多くなります。元気な夏を過ごせるよう、熱中症にならないための予防策をご紹介します。

## 予防策① 暑さを避ける



- 室内では・・・
- ▼扇風機やエアコンで温度調節
- ▼遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ▼WBGT値（※）も参考に
- から算出される暑さの指数

## 予防策② こまめに水分を補給する



- 体の蓄熱を防ぐために
- ▼通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ▼保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす
- ▼日陰の利用、「こまめな休憩」
- ▼天気のよい日は、日中の外出ができるだけ控える

- 外出時には・・・
- ▼日傘や帽子の着用
- ▼日陰の利用、「こまめな休憩」
- ▼天気のよい日は、日中の外出ができるだけ控える

暑さの感じ方は、人によって異なります。その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。体調の変化に気をつけましょう。

## 予防策③ 予防のために注意すること



- ▼高齢者や子ども、障害（児）者は、特に注意が必要です
- ▼高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対する体温調整機能も低下していますので、注意が必要です
- ▼子どもは体温の調整能力がまだ十分に発達しているので、気を配る必要がります
- ▼無理な節電はやめましょう
- ▼無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使いましょう

体温調節は、脳の命令によって行われます。脳は睡眠により休息できますが、睡眠不足になると脳が休息できず、体温調節機能が鈍くなります。体温調節機能が鈍くなると、暑さにさらされた体の体温を下げることが難しくなります。

●朝食は必ず食べる  
起床時は脱水状態に

●病気は放置せずに治療する  
熱中症の発症に影響を与える可能性のある疾患として、糖尿病や高血圧症などがあります。各疾患を理解し、しっかりと治療することが大切です。

●病気は放置せずに治療する  
熱中症の発症に影響を与える可能性のある疾患として、糖尿病や高血圧症などがあります。各疾患を理解し、しっかりと治療することが大切です。

●病気は放置せずに治療する  
熱中症の発症に影響を与える可能性のある疾患として、糖尿病や高血圧症などがあります。各疾患を理解し、しっかりと治療することが大切です。

## 保健師による予防方法の紹介

日常生活の過ごし方を意識する事で、熱中症の発症予防や、重症化予防につながります。

なっているので、起床後には水分を摂ることが重要です。食事そのものから摂る水分量は1日に必要な量の40%を占めており、欠食すると身体に必要な水分量が足りなくなります。

なっているので、起床後には水分を摂ることが重要です。食事そのものから摂る水分量は1日に必要な量の40%を占めており、欠食すると身体に必要な水分量が足りなくなります。

## 災害から地域を守るために～地域の防災リーダーを育成～

### 紀の国防災人づくり塾開講のお知らせ

地域の防災活動の中心的な担い手となる「地域防災リーダー」を育成するために、「紀の国防災人づくり塾」を開催します。自主防災組織などで活動している人や防災活動に興味のある人は、ぜひ受講してください。

また、受講修了者には、NPO法人日本防災士機構が実施する「防災士」試験の受験資格が与えられます。試験は、受講終了後実施予定です。

**日時** 8月31日、9月21日、10月5日、11月16日  
(全日日曜日) 10時～16時45分頃

**場所** 和歌山市役所

### 防災士になりませんか

防災士とは、自助・共助を原則として、社会の様々な場で防災力を高める活動が期待され、そのための十分な意識と一定の知識・技能を修得したことをNPO法人日本防災士機構が認定した人たちです。

ぜひこの機会に防災士の資格を取得し、地域の防災力向上に向け活動しましょう。

#### 防災士に期待される役割

- ▶ 災害時の、公的支援が到着するまでの被害拡大の軽減
- ▶ 災害発生後の被災者支援
- ▶ 平常時の防災意識の啓発、自助・共助活動の訓練など

資格を取得するには 「紀の国防災人づくり塾」

**定員** 100人(先着順)

※定員になり次第受付終了

**対象** 全講座に出席可能で、地域の防災活動に関心のある16歳以上の人

**受講料** 無料

※防災士資格取得にかかる経費は別途必要

**申込期間** 7月1日(火)～25日(金)

**申し込み・問い合わせ**

〒640-8585 和歌山市小松原通1-1  
和歌山県総合防災課 (☎ 441-2271)

修了後、防災士試験に合格すること。別途、普通救命講習(消防本部で実施)の受講が必要。

#### 資格取得にかかる費用

防災士教本購入費 3,000円

受験料 3,000円

資格登録料 5,000円

※資格取得費用は、自主防災組織育成事業補助金の対象となります(全額補助)。

※資格取得費用以外の交通費などは自己負担。また、自主防災組織の会長を通して補助金申請・支給となります。

**申請について** 「紀の国防災人づくり塾」の受講前に、危機管理課(☎ 483-8406)までご相談ください。

## 平成26年 和歌山県知事表彰受賞

### 塩津区防災会



平成15年の結成以来、地域一体となり創意工夫した実践的な津波避難訓練や避難所運営訓練の実施、地域住民による海拔表示板や防災井戸の設置など、地域の安全と防災意識の高揚に努められました。

また、平成24年度には国、県、市、自衛隊、警察等と連携した和歌山県津波災害対応実践訓練の実施、平成25年度には和歌山県自主防災組織情報連絡会における事例発表、先進的な自主防災組織に対する県外からの視察対応など、他の自主防災組織の模範となる活動が評価されました。

## 臨時福祉給付金および子育て世帯臨時特例給付金

4月からの消費税率8%への引き上げに伴う低所得者及び子育て世帯への影響を緩和するため、暫定的・臨時的な措置として、「臨時福祉給付金」および「子育て世帯臨時特例給付金」を支給します。

**申請期間** 7月1日(火)～10月1日(水) (当日消印有効)

### 臨時福祉給付金

**対象者** 平成26年1月1日現在で本市に住民登録があり、平成26年度の市民税(均等割)が非課税の人で、市民税が課税されている人の被扶養者や生活保護の被保護者等でない人

**支給額** 1人につき10,000円(老齢基礎年金等の受給者には5,000円を加算)

### 子育て世帯臨時特例福祉給付金

**対象者** 平成26年1月1日現在で本市に住民登録があり、平成26年1月分の児童手当受給者で、平成25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満の人で、児童が臨時福祉給付金支給対象者や生活保護の被保護者ではない人

**支給額** 1人につき10,000円

#### ●通常相談窓口

開設場所	日 程	時 間
海南保健福祉センター 1階特設窓口	7月1日(火) ～ 10月1日(水) (土・日・祝除く)	8時30分 ～ 17時15分
下津行政局 野上支所 巽・亀川出張所		

#### ●臨時相談窓口

開設場所	日 程	時 間
北野上・南野上公民館 市民交流センター 大崎会館 塩津コミュニティセンター 中児童館 旧加茂第二小学校玄関ロビー 旧仁義小学校ランチルーム	7月8日(火) ～ 7月17日(木)	9時 ～ 17時
黒江防災コミュニティセンター 内海・大野・亀川公民館 冷水集会所 巽コミュニティセンター	7月10日(木) ～ 7月15日(火)	9時 ～ 17時

#### ●休日相談窓口(7月のみ)

開設場所	日 程	時 間
海南保健福祉センター 1階特設窓口	5日(土)・6日(日) ～ 12日(土)・13日(日)	8時30分 ～ 17時15分

#### 問い合わせ

臨時福祉給付金担当 (☎ 483-8627)

子育て世帯臨時特例給付金担当 (☎ 483-8777)



## 7月は「社会を明るくする運動」強調月間 ～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

問い合わせ  
市民交流課人権推進係  
(☎ 483 - 8439)

罪を犯した人たちの再犯を防いで立ち直りを助けるとともに、犯罪や非行のない地域社会をつくるための取り組みを「更生保護」といいます。更生保護は、地域に住む多くの人たちに支えられ、進められています。

本市では、更生保護活動の一環として、「社会を明るくする運動」をはじめ、様々な取り組みを推進しています。社会を明るくする運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と、罪を犯した人の改善更生

について理解を深め、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。

「社会を明るくする運動」海南市推進委員会では、街頭啓発活動、薬物乱用防止運動など、様々な活動に取り組んでいます。

街頭啓発実施日 7月1日(火)

場所 J R 海南駅・加茂郷駅・  
下津駅前、スーパーなど



### 活動紹介

#### 第64回「社会を明るくする運動」海南市推進委員会

更生保護活動の一環である社会を明るくする運動で、6月11日に法務大臣・県知事のメッセージを市長に伝達しました。



## 海南省ファミリーサポートセンター 「保育サポーター養成講座」受講者募集

申し込み・問い合わせ  
海南省ファミリーサポート  
センター (☎ 483 - 8506)

子育て中の保護者が安心して仕事や様々な活動をしやすくするために、子どもの一時託児等の受け入れに必要な人材(提供会員)を育成する講座を開催します(ファミリー・サポート・センターでは保育サポーターを提供会員とよびます)。

全講座を受講された人は、ファミリー・サポート・センターに登録し、提供会員として活動できます。

#### 日時・内容

①7月14日(月) 9時30分～15時

事業概要・子どもの心と体の発達・子どもの遊びと手作りおもちゃ

②7月15日(火) 9時30分～15時30分

コミュニケーションについて・発達障害の理解と関わり方・はじめての保育

③7月16日(水) 10時～15時  
緊急の対応と応急処置・提供会員体験談・子どもの病気

④7月17日(木) 9時30分～14時30分

事故防止と病気の子どもの世話・子どもの栄養と食生活

⑤7月18日(金) 9時30分～12時

手引き書類の確認・支援料の計算・報告書の書き方

場所 市民会館第1集会室

受講料 無料 定員 20人(先着順)

申込締切 7月10日(木)

※一時保育有(有料)。必要な人は7月10日(木)までに上記までお申し込みください。



## 国民年金保険料免除・納付猶予申請 新年度の受付が始まります

問い合わせ  
保険年金課国保年金係  
(☎ 483 - 8451)

平成26年度(平成26年7月分～平成27年6月分)の免除申請の受付を開始しますので、国民年金保険料の納付が困難な場合は、基礎年金番号の分かるものおよび印鑑を持参のうえ申請してください。

ただし、翌年度以降も継続申請をあらかじめ希望し、平成26年6月分まで、継続審査申出分として承認(または期間延長承認)されている場合は、継続審査の結果通知を確認してください。

**所得基準があります** 被保険者、被保険者の配偶者、世帯主の各平成25年中所得が、右記の所得基準額以下であること。

同様に、若年者(30歳未満)納付猶予は、被保険者、被保険者の配偶者の各所得で審査されます。

※免除(納付猶予)申請は、前年の所得を基準として審査されますので、前年の所得を申告していない人は申告が必要です(無収入を含みます)。

#### 添付書類が必要な場合

▶平成26年1月1日時点の住所地が本市でない場合、前住所地で交付された所得証明書など平成25年中所得を確認できる書類が必要です。

▶離職した場合、離職した人の所得を審査対象外とするため、ハローワーク発行の雇用保険受給資格者証または離職票などの添付が必要です。

▶国民年金制度においては、右記の扶養控除額で審査されます。特に16歳以上19歳未満の扶養親族がいる場合は、窓口備え付けの申立書を記入していただくことがあります。

※保険料の免除や若年者納付猶予を承認された場合は、保険料を全額納付したときに比べて受け取る年金額が少なくなります。

免除・納付猶予の所得基準額	
全額免除 若年者納付猶予	(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円
4分の3免除	78万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
半額免除	118万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
4分の1免除	158万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等

扶養親族の年齢	所得税法上の区分	国民年金制度上の控除額
0歳～15歳	年少扶養親族	38万円
16歳～18歳	控除対象扶養親族	63万円
19歳～22歳	特定扶養親族	63万円
23歳～69歳	控除対象扶養親族	38万円
70歳～	老人扶養親族	48万円

※扶養親族の年齢は、平成25年12月31日時点

## 「住宅リフォーム工事補助事業」追加募集

問い合わせ  
都市整備課(☎ 483-8480)

平成26年度の住宅リフォーム補助事業の事前申込を5月16日に締め切りましたが、申込者数が当初予定期数の枠内でありましたので、次のとおり追加募集します。リフォームをお考えの人は、ぜひご活用ください。

#### 補助対象住宅・補助対象者・補助対象工事

市ホームページ(右記QRコード参照)をご覧

いただきか、都市整備課までお問い合わせください。

補助金額 工事金額の10%で、  
上限は10万円  
(千円未満の端数は切り捨て  
とします。)



申込期間 8月1日(金)～平成27年2月27日(金)  
(平日の8時30分～17時15分)

募集件数 6件(先着順)

応募方法 都市整備課に直接お  
申込みください。申込用紙は  
市ホームページでもダウンロード  
できます。



## 地域福祉計画策定に係る地域福祉懇談会

問い合わせ 社会福祉課  
 (☎ 483 - 8432)  
 (fax 483 - 8429)

誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、地域における福祉課題の解決に向けて、住民や地域でできること、福祉関係機関・施設や団体にできること、また、それぞれが協力し合ってできることは何かをみんなで話し合うため、右記の日程で懇談会を開催します。

地域の皆さんのご意見が大切です。それぞれの地域の課題を話し合っていただくため、お近くの会場へご参加ください。

### 開催スケジュール

開催日	時間	場所
7月25日(金)	19時～	市民会館 ホール
	10時～	市民交流センター 視聴覚室
7月26日(土)	14時～	下津行政局 第4・5研修室
	19時～	住民センター ホール
7月27日(日)	10時～	亀川公民館 ホール
	14時～	大野公民館 ホール
	19時～	翼コミュニティセンター ホール

## アイデアいっぱいのイベントで街を活性化！ まちづくりイベント事業募集中

問い合わせ  
 企画財政課 (☎ 483 - 8405)

自由な発想やユニークなアイデアにより、市民の皆さん自身が企画する「まちづくりイベント」に対し、審査を経たうえで、事業費の一部を支援します。

市民の誰もが参加でき、地域の活性化につながる元気で楽しい手づくりイベントをお寄せください。

対象 次の①～④すべてを満たすイベント

①市民自らが企画・実施するもの

②市民の誰もが参加できるもの

③本市の特性を活かし、地域の活性化、イメージ

アップにつながるもの

④平成26年10月1日(水)～平成27年2月28日(土)  
 の間に実施するもの

申込期間 7月1日(火)～31日(木)

審査方法 選定委員会での書類審査及び応募団体が行うプレゼンテーション(8月中実施予定)

助成限度額 交付対象経費の90% (上限50万円)

その他 応募団体や応募事業の内容、審査の結果などにより、交付対象外になる場合があります。  
 詳しくは、上記までお問い合わせください。

## ふるさと海南まつり 婚活イベントパーティー参加者募集

### JR海南駅北駐車場をご利用の皆さんへ

開催日時 8月13日(水) 17時～20時 (予定)

場所 海南保健福祉センター

対象者 20歳～40歳半ばぐらいの独身の男女

参加費 男3,000円・女2,500円

定員 各30人 受付期限 7月31日(木)

※応募状況により締切日前に締切る場合があります

申込方法 下記①～⑥を明記のうえ、メール、郵送、FAXのいずれかで申し込み。

①氏名 (ふりがな)

②性別 ③住所

④年齢 ⑤電話番号

⑥職業



### 申し込み・問い合わせ

〒642-8501 海南省役所産業振興課内  
 ふるさと海南まつり実行委員会事務局  
 (☎ 483-8460) (fax 483-8466)  
 (✉ sangyosinko@city.kainan.lg.jp)

## 市営住宅等入居者募集 (13戸)

申込用紙の請求・申し込み・問い合わせ  
 管理課 (☎ 483-8488)

家賃 入居者の所得などにより決定

敷金 家賃の3ヶ月分

入居予定期限 平成26年10月上旬

決定方法 申込資格者を選考委員会にはかり決定

申込用紙の配布・受付期間

7月1日(火)～10日(木)

8時30分～17時15分 (土・日を除く)

※今回募集する市営住宅は、先住者が退去した空家住宅を居住に支障のないよう補修したもので、新築住宅のような状態ではなく、修繕できかねる箇所もあります。

申込資格 次のすべてに該当すること

名称	募集戸数	所在地・構造	間取り
春日団地	各1戸 (1・3・4階) 2戸 (2階)	大野中1020-34 中層耐火4階建	6畳、3畳×2、台所、便所
七山団地	1戸 (4階)	七山772-2 中層耐火4階建	6畳、4畳半、多様室、台所、便所、浴室 (浴槽、給湯器などは入居者が設置)
田津原団地	各1戸 (2・3階) 2戸 (4階)	重根1791-1 中層耐火4階建	6畳×2、洋間 (約6畳)、台所、便所、浴室 (浴槽、給湯器などは入居者が設置)
田津原団地 (肢体障害者向)	1戸 (1階)	重根1791-1 中層耐火4階建	6畳、洋間 (約8畳)、台所、便所、浴室
拝待団地	2戸	下津町小原1495 木造平屋建	4畳半×2、台所、便所、浴槽などを設置できるスペース (浴槽、給湯器などは入居者が設置)

## 海南駅前改良住宅店舗入居者募集

所在地 日方1515-14 高層耐火7階建1階部分

店舗面積 107.04m<sup>2</sup>

※水道・都市ガス・電気・トイレの設備あり。

家賃 92,050円

敷金 276,150円 (家賃の3ヶ月分)

入居予定期限 平成26年10月上旬

申込資格 次の各項目のすべてに該当すること

①市内に居住されている人

②現に店舗を営まれている人またはその予定である人

③市税を滞納していない人

④暴力団員でない人

決定方法 申込資格者を選考委員会にはかり決定

申込用紙の配布・受付期間

7月1日(火)～7月10日(木)

8時30分～17時15分 (土・日を除く)

## 障害者就労施設等からの物品等の調達方針

平成25年4月1日に施行された障害者優先調達推進法（国等による障害者就労施設等からの物品等の調達の推進に関する法律）に基づき、本市では障害者就労施設等からの物品や業務の調達を更に推進するため、調達目標や推進の方法等を定めた調達方針を策定しています。

この調達方針は毎年度策定し、前年度の調達実績とともに、市ホームページ等により公表します。

詳しくは市ホームページをご覧ください。

問い合わせ 社会福祉課 (☎ 483-8602)



# まちの話題をお届けします



## 大野地区健康ロードを守る会が清掃活動 美しいまちに

5月17日、大野地区サタデー会の活動として、大野小学校の子どもたちと大野地区健康ロードを守る会の皆さんとの交流会が開催され、健康ロードなど、大野の各地区から学校までの通学路のごみ拾い(清掃活動)を実施しました。

みんなで一緒に歩き、清掃した健康ロードは、ごみがなくなり、とても美しくなりました。皆さん、お疲れ様でした。

空き缶やごみなどを拾う子どもたち

## 作って、食べて、楽しんで 大崎いきいきサロン

6月2日、旧暦の5月5日端午の節句に、旧大崎小学校体育館にて、「いきいきサロン」が地元婦人会により開催され、地域のお年寄りを中心に40人でぎわいました。

こいのぼりや兜・人形で埋め尽くされた館内で、あんこを包むお餅から手作りするかしわ餅作りを参加者で行い、それらを食しながら何気ないおしゃべりを楽しみました。こいのぼりの合唱や音楽に合わせた肩たたき体操で、心と体をリフレッシュ。笑顔のあふれるひと時となりました。



かしわ餅作りを楽しむ参加者たち

## 全県大会に出場します 巽ほがらか少年野球クラブ

5月24、25日に御坊市で開催された「高円宮賜杯第34回全日本学童軟式野球大会マクドナルド・トーナメント和歌山県大会」において、3位入賞し、7月25日から高野町で開催される「第19回高



市長を表敬訪問し、一緒に写真撮影

野山旗全国学童軟式野球大会に出場します。全国9ブロック52チームが出場し、頂点をめざします。

選手の皆さん、日頃の練習の成果が十分発揮できるよう練習に励んでいます。



バットを持って素振りする選手たち

# PhotoNews

## 第3回きのくに海南歩つとウォーク



私たちtoto助成を受けています。

### 第3回きのくに海南歩つとウォーク



『第3回きのくに海南歩つとウォーク』はスポーツ振興くじ(toto)の助成を受けて、豊かな自然と歴史、文化のまち海南を『歩く+食べる+楽しむ』をテーマに、5月24日(土)、25日(日)の2日間にわたって、市内の由緒ある神社や観光名所、海南の町並みを歩く計8コースで開催しました。

コースの途中にある公民館や神社などでは、地域の方々や各種団体の協力によりかき氷やゼリー、フルーツ、ドリンクなど、ウォーカーの疲れを癒すさまざまなおもてなしを行われました。

当日は、天候にも恵まれ、2日間合計で2,297名の参加者があり、主会場となった総合体育馆では、ステージイベントや飲食ブースもあり、多くの来場者でぎわいました。

広報かいなんにお子さんの写真を掲載しませんか。  
広報紙発行月に誕生日を迎えるお子さん(満1~3歳)の写真に名前・ふりがな・生年月日・連絡先を添付して、郵送またはメール(kikakuzaisei@city.kainan.lg.jp)で送付してください。(市内在住の方に限ります)  
郵送先 〒642-8501 海南市日方1525番地6  
海南省企画財政課広報広聴係  
※8月号の締切は、7月13日(日)(当日消印有効)です。



こだわり  
小谷 架瑠ちゃん  
H25.7.3生



やまとひ  
山野井 暖真ちゃん  
H25.7.14生



みき はな  
三木 花奈乃ちゃん  
H25.7.23生

# 子育て情報局



対象	年生以下は保護者同伴
場所	歴史民俗資料館
申込方法	7月2日(水)～6日(日)までに電話にて申込。
日時	7月12日(土)
午前の部	9時30分～
午後の部	13時～

## 土錦づくり

対象	4歳6ヶ月児健診終了後、過去3ヶ月(90日)以内に4歳誕生日の前日まで。
持ち物	母子健康手帳、歯ブラシ、ハンドタオル
申込期限	当日の正午まで
健康課	(☎ 483-8441)
申し込み・問い合わせ	フツ素塗布をしていない人。

対象	1歳6ヶ月児健診終了後、過去3ヶ月(90日)以内に4歳誕生日の前日まで。
申込期限	当日の正午まで
健康課	(☎ 483-8441)
申し込み・問い合わせ	歴史民俗資料館
歴史民俗資料館	申込は原則親子で。

## 成長のために

定員 各25人（ただし、受付は9時から先着順。）

料金 400円

（当日受付で徴収します）

持ち物 ぞうきん、えんぴつ、エプロン

申し込み・問い合わせ

歴史民俗資料館

（☎ 487-3808）

## ふるさと講座

対象 親子共同「荷造り紐（力

ラ）」クラフト制作講座

日時 7月29日(火)～8月1日(金)

（全4回）14時～16時

申込期間 (先着順)

募集人数 10組20人

内容 制作活動

場所 市民会館

（☎ 487-3808）

申し込み・問い合わせ

歴史民俗資料館

（☎ 487-3808）

## 親子でリトミック

対象 乳幼児～年長

内容 親子一緒にリズム遊び

場所 黒江・船尾公民委員会

（事務局 社会福祉課）

（☎ 483-8432）

問い合わせ

黒江・船尾公民委員会

（☎ 483-8432）

定員 30人（先着順）

参加費 100円（保険料

持込物 タオル、飲み物

※動きやすい服装で来て下さい

申し込み・問い合わせ

NPO法人すまいるはづく

（☎ 090-7340-5765）

（FAX 493-2858）

## 子育てひろば番外編 トウモロコシとプチトマトの収穫

子育てひろばセンターが大切に育てくれたトウモロコシとプチトマト。どんな味がするかな？皆で楽しく収穫にチャレンジしましょう。お父さんの参加も歓迎しています。

日時 7月26日(土) 10時～

集合場所 北野上公民館

持ち物 長靴(なければ汚れてもいい靴)、ナイ

ロン袋、あればスコップ・軍手等

参加費 1家族100円

応募方法 7月7日(月)14時より生涯学習課へ電話にて申し込み（先着順）

定員 親子15組

申し込み・問い合わせ

教育委員会生涯学習課（☎ 492-3349）

## 温山荘プール オープン！

期間 7月19日(土)～8月31日(日)

※期間中定休日なし

開館時間 10時～17時

料金 大人（16歳以上）210円

小人（6～15歳）100円

幼児（6歳未満）50円

その他 ①7、8月号添付の優待券で20円割引

②身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を窓口で提示すると無料。

③駐車場が満車の場合は、温山荘園有料駐車場（300円）をご利用ください。

問い合わせ 市民温水プール（☎ 483-8731）

温山荘プール（上記営業期間のみ）

（☎ 483-8471）

温山荘プール  
優待割引券  
(20円引)

優待割引券  
優待割引券  
優待割引券  
優待割引券  
優待割引券

有効期間 平成26年7月19日～8月31日  
海南省温山荘

有効期間 平成26年7月19日～8月31日  
海南省温山荘

有効期間 平成26年7月19日～8月31日  
海南省温山荘

有効期間 平成26年7月19日～8月31日  
海南省温山荘

## ひろば



内容 水あそび

（左表の※は別内容）

時間 10時～11時30分

※ベビーマッサージは10時

～10時45分～。わんぱく

く公園は10時30分～。

※ベビーマッサージは10時

～10時45分～。わんぱ

く公園は10時30分～。

※ベビーマッサージには必

ずバスタオルが必要です。

程度まで

お水をはって、水あそびを

楽しめましょう。スイカも

冷やして、皆を待っています。

対象 幼稚園・保育所に入

る前の子どもとその保護者

程度まで

# Health information



世界肝炎デー in 和歌山2 014 「最適なC型肝炎治療が受けられるように」	
日時	7月27日(日)
開場	13時
14時～16時	(講演)
16時～17時	
(健康相談Q&A)	
場所	和歌山県立医科大学
入場料	無料
講演・講師	内講堂
①肝がんは予防できる	

②画期的なC型肝炎治療薬  
消化器内科 新垣直樹先生  
③肝がん検診を受けましょ  
う

消化器内科 玉井秀幸先生  
④安心して最新治療を受け  
るには

看護師 魚海明美さん

問い合わせ

和歌山県立医科大学肝疾  
患相談支援センター

(☎ 441-0850)

(FAX 441-0851)

休日在宅当番医(7月)(受付9時~16時)

夜間の問い合わせは 財和歌山県救急医療情報センター(☎ 426-1199)	
6日(日) 木村医院	沖野々 ☎487-3100
13日(日) さいかクリニック	下津町丁 ☎494-1111
20日(日) 田伏医院	紀美野町 下佐々 ☎489-5500
21日(月) さくらクリニック	名高 ☎484-5001
27日(日) 山本胃腸科 外科内科	岡田 ☎483-7755

献血にご協力ください (7月)

※諸事情により変更する場合があります。	
3日(木)	10:00～12:30 下津行政局
	9:30～11:30 丸山組
4日(金)	13:00～14:00 特別養護老人ホーム天美苑
	15:00～16:30 亀川中学校
27日(日)	10:00～12:00 スーパーセンター
	13:00～16:30 オークワ海南店

項目	内容	定員
胃がん検診	問診、レントゲン撮影(バリウム)	各 20～30 人程度
肺がん検診	問診、レントゲン撮影、必要に応じて喀痰検査	
大腸がん検診	問診、便潜血反応検査	
乳がん検診	問診、視触診、マンモグラフィ	
子宮頸がん検診	問診、視診、頸部細胞診	



日時	8月31日(日)
場所	海南保健福祉センター
費用	無料（ただし、乳がん検診は2年度に1回）
対象者	40歳以上（ただし、子宮頸がん検診は20歳以上）の市民
申込方法	7月31日(木)までに左記へ電話で申込み・問い合わせ
健康課	(☎ 44833-8441)

## 追加募集！集団がん検診のご案内

4月に募集を行つたところ、定員枠に空きがあるため追加募集します。この機会にぜひ受診してください

医療センターだより

**「医療センターだより  
「栄養科の紹介」**

病院給食は、医師の指示に基づき、患者さまの栄養状態や病状に合わせた食事を提供しています。入院患者さまの年齢層は0歳から100歳近くと幅広く、個人の嗜好も様々ですが、食事も楽しみのひとつであると考え、行事食や選択メニューの実施など、少しでも多くの方に喜んでいただけの工夫しています。

また、栄養状態の低下、術後や化学療法による食欲不振、摂食嚥下機能の低下が見られる患者さまに対しより良い栄養管理を行うため、医師・看護師・薬剤師・臨床検査技師・理学療法士・作業療法士・管理栄養士などで「NUT」（栄養サポートチーム）や摂食嚥下



医療センターから

**医療センターから**

7月から水曜日の整形外科の一般外来は、当面の間、終日休診とさせていただきます。（手術件数の増加に伴い、終日手術日となります。）

**問い合わせ**

海南医療センター

（☎ 482-4521）

は、栄養指導も行っています。正しい食生活は、生活習慣病の予防や重症化防止に繋がるため、患者さまが主体的に取り組んでいただけのよう、一人ひとりに合わせた内容で「ミニユニーク」ションを大切にしながら実施しています。





## やすらぎ園職員募集

募集職種  
①看護師 ②介護職員  
採用予定 ①②とも若干名  
応募資格 ①看護師又は准看護師免許取得者②なし  
※①②とも年齢制限なし  
選考方法 面接試験

※待遇等詳しくは、左記まで  
申込方法 電話連絡のうえ、  
履歴書（写真貼付）・資格証明書（写し）持参  
申し込み・問い合わせ 特別養護老人ホームやすらぎ園事務局

選考日 随時

※待遇等詳しくは、左記まで  
申込方法 電話連絡のうえ、  
履歴書（写真貼付）・資格証明書（写し）持参  
申し込み・問い合わせ 特別養護老人ホームやすらぎ園事務局

選考日 隨時

## 自衛隊種目説明会を開催

日時 7月6日(日)  
場所 市民交流センター  
日時 7月26日(土)  
18時～21時  
場所 市民会館  
問い合わせ 自衛隊和歌山地  
方協力本部有田募集案内所

日時 7月21日(月)・祝  
10時30分～12時  
場所 海南保健福祉センター  
内容 講演会「介護者の気持ち～ストレス」と交流会  
問い合わせ 一般社団法人和歌山県認知症支援協会

日時 7月21日(月)・祝  
10時30分～12時  
場所 高齢介護課地域支援係

(☎ 483-8762)

日時 7月21日(月)・祝  
10時30分～12時  
場所 海南保健福祉センター  
内容 講演会「介護者の気持ち～ストレス」と交流会  
問い合わせ 一般社団法人和歌山県認知症支援協会

(☎ 460-1456)

申込方法 7月6日(日)18時より総合体育館で受付  
※定員を超えた場合は、18時45分より抽選  
問い合わせ 海南省テニス協会 奥田さん

(☎ 090-1247-7090)

## 教室・講座

## ぴあサロン

♪「認知症」家族のつどい

認知症または認知症ではないかと思う人がいる家族を対象に、相談交流会を毎月1回定期開催しています。

○ 幼児（3歳～就学前）火・木・金（各曜日15時～16時、16時～17時）  
○ 小学生 水・土  
○ 大人（各種）

○ 駅前一番街商店街  
○ 駅前一番街商店街

問い合わせ 産業振興課  
(☎ 483-8464)

## 一番街青空マルシェを開催

一一番街商店街で朝市を開催します。野菜・果物、服飾、飲食物など多彩な店が出店します。

青空のもと買い物を楽しみませんか。

## 問い合わせ 産業振興課

(☎ 483-8464)

## 有料広告

## 有料広告

## 海の日記念行事

海上安全祈願祭のほか、下津小学校児童による金管バンドパレードや海南海上保安署による巡視艇「わかづき」の一般公開（船内見学）などを行います。  
問い合わせ 下津港湾防災会館管理事務所

(☎ 492-0565)

## 第4回黒江七夕まつり

黒江川端通り沿いに笹飾りが立ち並びます。  
期間 7月1日(火)～7日(月)  
場所 黒江川端通り  
受講料 3,300円

①フリーマーケット  
②願成就のご祈祷

日時 7月6日(日)  
9時～16時  
場所 黒江公民館周辺

※巡視艇一般公開は、11時頃から1時間程度を予定。  
なお、当日、海上で事故等が発生した場合は中止。  
問い合わせ 下津港湾防災会館管理事務所

(☎ 492-0565)

## 初心者テニス教室

日時 7月9日(水)から9月17日(水)のうち全8回  
場所 市民テニスコート  
受講料 30人

③(☎ 483-8762)

## イベント

日時 7月13日(日)  
16時～19時  
場所 黒国寺本堂  
内容 「オールディーズ」による懐メロ歌謡。入場無料。  
問い合わせ ①②NPO法人ぐるえ(☎ 080-6133-6421)  
③(☎ 482-5484)

④(☎ 497-9111)

## 平成26年全国消費実態調査が実施されます

9月から11月にかけて、全国消費実態調査が実施されます。この調査は、全国のすべての世帯から統計的な方法に基づいて選定された世帯に、主に家計簿をつけていただき調査です。調査結果は、経済・社会施策の基礎資料として、また、消費・経済分析の貴重なデータとして広く利用されます。

問い合わせ 住民センター

(☎ 487-1839)

## お知らせ

調査地域の世帯の確認のため、7月以後、「調査員証」を携帯した調査員が、この地域にお住いのすべてのお宅を訪問して、世帯主の氏名などをお尋ねしますので、よろしくお願いします。なお、統計調査により集められた個人情報は、「統計法」によって保護されますので、安心してご記入くださいようお願いします。

問い合わせ 総務課

(☎ 483-8603)

～消費者生活啓発情報～  
うまい話に、ご用心!安いはずが…プロバイダ変更の電話勧誘  
<主な手口>

電話で「今、契約しているプロバイダ料金がより安くなるプランがある。」と勧誘されます。プロバイダ変更は、パソコンを立ち上げ、業者に指示された番号などを入力すれば、あとは業者が遠隔操作で簡単に変更手続きを完了させます。しかし後日届いた契約書では、不要なサービスが追加されており、かえって高額になっていたために、解約を申し出ると、高額な違約金を請求されます。また大手通信会社の代理店だと勘違いさせる業者もいます。

## &lt;解説、対応方法&gt;

プロバイダ契約など通信サービス契約には、クーリング・オフの規定はなく、一旦契約すると解約が難しく、解約料金を請求されるのが現状です。パソコン画面を見ながらの説明だけなので、契約内容を十分理解できないうちに契約てしまいがちです。単に安いというだけで安易に契約せず、契約内容や料金などよく検討してから契約しましょう。また、勧誘業者に自分のパソコンを遠隔操作させることは自分のパソコン内にある情報も見せることになりますので、注意が必要です。

問い合わせ 市民交流課(☎ 483-8455)

和歌山県消費生活センター(☎ 433-1551)

# 相談 (7月)

consult information

## 法律(弁護士)相談(予約制)

日 8日(火) 時 13時～15時30分  
場 住民センター ☎ 487-1839

日 22日(火) 時 13時～16時

場 海南保健福祉センター  
1階 相談室1  
☎ 483-8454

※申込は相談日の1週間前から  
(休日除く、9時～17時)  
先着10人

## 障害者相談(予約制)

### 身体・知的

日 9日(水) 時 9時30分～12時  
場 下津保健福祉センター  
日 9日(水) 時 13時30分～16時  
場 海南保健福祉センター  
相療育センター A.O.I.  
☎ 483-0454  
相障害児者相談支援事業所らん  
☎ 494-3539

### 精神(予約制)

日 23日(水) 時 9時30分～12時  
場 下津保健福祉センター  
日 23日(水) 時 13時30分～16時  
場 海南保健福祉センター  
相野上厚生病院  
☎ 489-2908  
相障害児者相談支援事業所らん  
☎ 494-3539

## 教育相談

日 月～金 (祝日除く)  
時 8時30分～17時  
場 市民会館 ☎ 482-2507  
日 月～金 (祝日除く)  
時 8時30分～17時15分  
場 教育委員会 ☎ 492-3348

日…日程 時…時間 場…場所 ☎…電話番号

※相談はすべて無料です

## 健康相談

日 15日(火) 時 14時～15時  
場 住民センター  
※血圧測定や検尿も無料。  
健康手帳持参(お持ちの人)。  
☎ 483-8441

## 子育て何でも相談(予約制)

日 11日(金) 時 10時～15時  
場 海南保健福祉センター  
相和歌山児童家庭支援センター  
きずな  
☎ 483-8430

## 心配ごと相談

日 4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金)  
時 10時～16時  
場 海南保健福祉センター 1階  
相談室1 ☎ 483-6777  
日 10日(木)・25日(金) 時 13時～16時  
場 下津保健福祉センター 2階  
ボランティア活動室  
☎ 493-2711  
※詳細は、広報紙「かいなんし社協」をご覧ください。

## 行政相談(国)

日 10日(木) 時 13時30分～16時  
場 下津保健福祉センター  
日 11日(金)・25日(金) 時 10時～16時  
場 海南保健福祉センター  
☎ 483-8455

## 市民相談・家庭児童相談

日 月～金 (祝日除く)  
時 9時～16時30分  
場 市役所1階 市民相談室・家庭  
児童相談室・母子相談室  
☎ 483-8454

■固定資産税 第2期 税務課 収納係(☎ 483-8418)

■国民健康保険税 第1期 保険年金課 収納係(☎ 483-8435)

■介護保険料 第1期 高齢介護課 介護保険係(☎ 483-8761)

■後期高齢者医療保険料 第1期 保険年金課 収納係(☎ 483-8435)

※納付の際には、ご使用いただぐ納付書の「期別」「納期限」などの再確認をお願いします。



## 2015 紀の国わがやま国体

第70回国民体育大会 跳動と歓喜、そして絆

## 2015 紀の国わがやま大会

第15回全国障害者スポーツ大会 跳動と歓喜、そして絆



## 第3回きのくに海南歩っとウォークで「銃剣道」体験!

5月24日(土)～25日(日)に開催された歩っとウォークの初日に、本市開催競技の一つである「銃剣道」のPR・体験コーナーを開設しました。

参加者の皆さんには、初めは木銃を恐る恐る手に取っていましたが、県銃剣道連盟の皆さんアドバイスのもと、「突き」や「かわす」技にチャレンジしました。

9月14日(日)9時から、銃剣道競技リハーサル大会を総合体育館にて開催します。県選手団も参りますので、是非皆さん応援に来てください!

銃剣道とは・・・銃剣道は、木銃と呼ばれる長さ160cm以上ある道具を使用し、相手の左胸・喉を突いて勝敗を競うスポーツです。日本の伝統的古武道である槍術を源流としているため「突き技」を基本とし、1チーム3人の団体戦で行われます。5分間の3本勝負を原則として、2本先取した者を勝ちとします。勝敗を決める「有効な突き」は、充実した気勢・正しい姿勢で剣筋正しく有効部位を突き、引き抜いた後に残心(油断のこと)のある技でなければならず、これを氣・剣・体の一致した技と言いますが、銃剣道はこのように懐の深い武道です。

問い合わせ 国体推進室 (☎ 483-8629)

## 海南市わんぱく公園

開園時間 9時～17時  
休館日 月曜(祝日の場合翌日)

問い合わせ ☎ 484-5810 ホームページ <http://wanpaku.pya.jp/>

## 7月のイベント

▶ 7/26より園長の昆虫採集&標本教室☆受付開始!

日時は要相談のため、必ずご予約ください。(材料費1回500円)

▶ 7/29・30貯金箱工作(要予約 材料費500円)

▶毎週土曜日 14時より夏休み限定☆コルクのコースター作り(200円)☆

▶田村まさみさんの粘土教室 新規生徒募集中!! 第1・3火曜 10時～12時

5 日 (土)	13時 クヌギ、コナラの樹液に集まる昆虫の観察とスケッチ (要)20名 300円 園長	20 日 (日)	13時 ジャンボパズル作り～アンパンマンを作ります～
6 日 (日)	10時 第15回こがねぐも相撲大会INわんぱく公園～海南市長杯～(ビオトープ孟子主催) (要)30名 500円)※お楽しみ抽選会有	14時 フラワーアレンジメント (要)10名 500円)講	14時 フラワーアレンジメント (要)10名 500円)講
21 日 (月)	13時 木工作～わかやまの名所～ (要)10名 200円)講	第3回水まつり	13時 ジャンボプールでびしょんこゲーム大会～びしょんこ水はこび、びしょんこリレー等～
12 日 (土)	13時 羽化をはじめたナニワトンボを探そう! (要)20名 300円 園長	27 日 (日)	13時 コーンフレーク入りクッキー (要)10名 300円)講
13 日 (日)	13時 田村まさみによる☆ライブペイント☆～星に願いを～ 音楽を聴きながらイメージして絵を描きます♪	13時 30分 たまごの殻を使ったクラフト (要)10名 400円)講	13時 30分 たまごの殻を使ったクラフト (要)10名 400円)講

※要…要予約 講…外部講師による教室

## <その他自主定例イベント(毎週土曜・日曜)>

12時30分 ウルトラクイズ 12時45分 ジャンボけんぼん大会 14時頃 クラフト体験

15時 ビンゴゲーム大会

※天候その他により変更・中止する場合があります。

## 下津ふるさとまつり

出演者および  
模擬店出店募集**日時** 8月16日(土)18時～21時(予定)**場所** 下津小学校運動場**応募資格** ○市内に在住在勤のグループまたは団体で営利を目的としないものであること

○留意点および注意事項を厳守できるグループまたは団体であること

**申込方法** 申込時に代表者の住所・氏名およびグループ名等を申込用紙に記入して(模擬店出店の場合は、協賛金を添えて)申し込むこと**申込受付期間** 7月1日(火)～15日(火)

9時～17時(土・日を除く)

**出演者注意事項** 出演者は実行委員会で審査のうえ決定します。(出演時間も含む)**模擬店出店注意事項**

- ①協賛金(テント占有料)が必要です。  
2間×2間(3.6m×3.6m)の場合 5,000円  
2間×4間(3.6m×7.2m)の場合 10,000円
- ※模擬店出店の申し込みは先着順とします。テント数は原則26テントとします。
- ②模擬店出店説明会を開催します。  
7月24日(木)19時～下津行政局1階第2研修室  
※出店する人は必ず出席してください。
- 申し込み・問い合わせ** ふるさと祭り下津実行委員会事務局(下津行政局内 ☎492-1212)

**「ライトダウン2014」の実施****啓発期間** 6月21日(土)～7月7日(月)

※7月7日(クールアース・デー<七夕>)の夜8時から10時までの2時間を特別実施日として、一斉消灯が呼びかけられます。特別実施日には本市もこのキャンペーンに取り組みますので、ご参加いただけるご家庭のご協力をお願いします。

**ライトダウンキャンペーンとは**

環境省では2003年より地球温暖化防止のため、ライトアップ施設の消灯を呼び掛ける「CO<sub>2</sub>削減/ライトダウンキャンペーン」を行っています。2008年からは、夏至ライトダウンに加え、「七タライトダウン」の呼びかけを実施しています。これらの取組はライトアップに慣れた日常生活の中、電気を消すこといかに照明を使用しているかを実感し、地球温暖化問題について考えていただくことを目的としています。

**関連リンク** ライトダウンキャンペーンホームページ  
(<http://funtoshare.env.go.jp/coolearthday/>)**問い合わせ** 環境課(☎483-8457)**関西電力からのお願い  
夏の節電にご協力をお願いします**

この夏の需給見通しは、平成25年度並みの猛暑を想定した場合でも、引き続き、無理なく継続してご協力をいただけることが期待できる節電(定着した節電)を織り込むことや、中西日本に加えて東日本の電力会社からの応援融通等により、予備率は、電力の供給に最低限必要とされている3%を辛うじて確保できる見通しです。

しかし発電所のトラブルなど、不測の事態により、電力需給が逼迫することも考えられます。

そのため、電力需給の逼迫が予想される場合には、お客様の健康に影響を与えない範囲、ライフライン機能等の維持や生産活動に支障のない範囲で、可能な限りの節電にご協力いただきますよう、お願い申し上げます。

**節電に関するお問い合わせ****【電話番号】** 0800-123-0171(通話料無料)**【受付時間】** 平日9時～17時(7月1日より開設、土日祝および8月13日～15日は除く)

人口/54,439人(男25,567人 女28,872人)

(平成26年5月末日現在)

世帯数/22,573世帯

出生22人 転入73人 死亡68人 転出117人(5月1日～31日)



市の木 サクラ

市の花 ミカン