



妙寺の  
**藤岡 愛さん・翔斗ちゃん**  
(平成28年11月29日生まれ)



「いつも元気でいてね」



### 人口と世帯数

	3月末日現在	3月のうごき
人口	17,366人	出生 7人
男	8,138人	死亡 21人
女	9,228人	転入 68人
世帯数	7,253世帯	転出 72人
	人口の前月比 -18人	



4月1日(土)、かつらぎ町と大阪府和泉市を結ぶ国道480号鍋谷峠道路・父鬼バイパスの開通式が道の駅くしがきの里で行われました。

笠田中学校・妙寺中学校吹奏楽部の演奏や四郷千両太鼓の演武から始まり、式典では来賓の方々による祝辞をいただきました。

また当日は餅まきや通り初めなどが行われ、会場に訪れた皆さんと共に開通を祝いました。



**国道  
480号**

## 鍋谷峠道路・父鬼バイパス 開通式開催





和歌山県と大阪府を結ぶ重要な府県間道路である国道480号鍋谷峠道路・父鬼バイパスが4月1日開通しました。これにより、かつらぎ町と大阪府和泉市の所要時間が約18分短縮され、農業や観光、人口交流などさまざまな分野での発展が期待されます。

## 今月の主な内容

- 道の駅くしがきの里オープン 2～3
- 農業振興に関する補助金について 4～5
- 犬を飼っている皆さんへ 11
- まちのわだい 13
- 5月のお知らせ 14～16
- 図書館だより 17
- 健康ひろば 保健カレンダー 18～23
- 鍋谷峠道路が開通しました 24

4月2日  
オープン

# 道の駅 くしがきの里

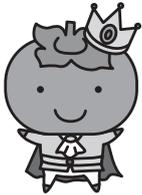


大阪府和泉市と連絡する国道480号鍋谷峠道路・父鬼バイパスが4月1日(土)開通しました。町では北の玄関口として町内の豊富な地域資源を活用して、交流人口の拡大と農業所得の向上、地域のにぎわいの創出を図ることを目的として「道の駅くしがきの里」を建設しました。

施設オープンに先立って4月1日に竣工式典を開催、また同月2日(日)よりグラウンドオープンし、町内外からの多数の来訪者でにぎわいました。

施設の指定管理者である「株式会社セイコーグループ」は、町内各施設の案内、観光農園の紹介をはじめ、町内の農産物や加工品、また鮮魚や精肉などの安心安全な食材をそろえ、町のPR・活性化に取り組みんでいます。

また当施設は、物産販売施設のほかに、レストラン、パン工房が併設され、訪れる多くの方の憩いの場となっています。



営業時間	午前9時～午後5時 ※駐車場・トイレは24時間利用できます。
休館日	第1・3水曜日、年始1月1日～3日 ※平成29年5月のみ第2・4水曜日休館
駐車場	72台 (大型車6台、普通車64台、身障用2台) 二輪車 10台
主な施設	物産販売施設棟、レストラン棟、パン工房棟、情報提供コーナー

## 施設概要





物産販売施設棟



地場産農産物や加工品、精肉、鮮魚などを販売しています

### 道の駅くしがきの里 施設の紹介

レストラン棟



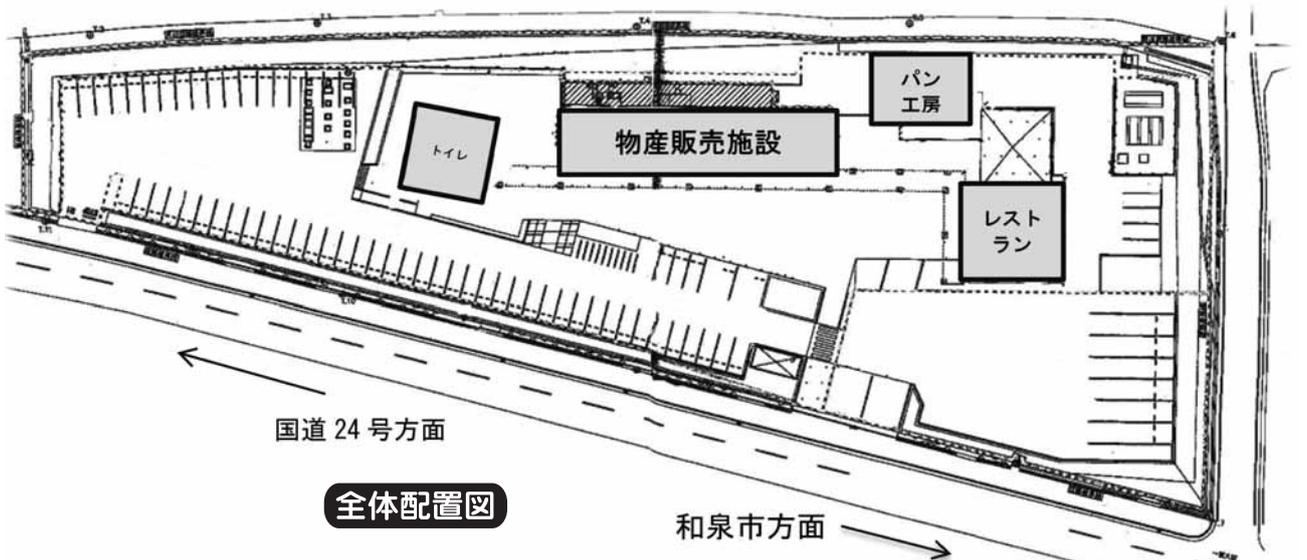
ヒュッフェスタイルで楽しめます



パン工房棟



手作りパンを販売しています



国道 24 号方面

全体配置図

和泉市方面

# 農業振興に関する 補助金について



現在、本町の農業は、農家の高齢化や担い手不足、耕作放棄地の増大など大きな問題を抱えています。

このような問題の改善を図るため、本町ではさまざまな取り組みを実施しています。ぜひご活用ください。

これらの制度以外にも農林業に係る各種制度や事業がありますので、詳しくは町ホームページをご覧ください。



## 果樹産地競争力強化

### 総合支援事業

対象

園内道、スプリンクラーの整備、循環送風機、ヒートポンプ、予冷・保冷库、マルチ・節水型かん水施設などを導入する農家  
補助額 資材費などの3分の1、6分の1（上限50万円）  
※事前に整備・購入されたものは対象となりません。

## 耕作放棄地

### 再生利用緊急対策

対象

農用地区域内の耕作放棄地を買入れ、または借入れ、耕作される予定の農家

補助額

・再生作業

10aあたり5万円

※重機などを利用する場合は事業費の2分の1以内

## 経営所得安定対策

対象

水田において、主食用米や麦・大豆・そば・飼料用米などの作物、野菜などを栽培・販売する農家に、対象面積や作目に応じて交付金を交付

## 農業次世代人材投資事業

### (経営開始型)

対象

独立就農時の年齢が45歳未満の独立・自営就農者の方  
補助額 年間（最大）150万円  
※就農時から5年目まで交付します。

## 遊休農地解消促進事業

対象

遊休農地を買入れ、または借入

## 機構集積協力金交付事業

### ◆経営転換協力金交付事業

対象

経営の柱としていた作物を一部やめる場合や、農業をリタイヤし農地を貸し出す農家

補助額 貸付面積が0.5ha以下は30万円、0.5ha～2.0haの場合は50万円、2.0ha超は70万円

※対象となる農地を中間管理機構に10年以上貸し付けかつ、機構から受け手農家に貸し付けられていることが必要です。

### ◆耕作者集積協力金交付事業

対象

2筆以上の隣接する農地を貸し出す農家

補助額 10aあたり1万円

※対象となる農地を中間管理機構に10年以上貸し付けかつ、機構から受け手農家に貸し付けられていることが必要です。

・営農再開・定植  
10aあたり2万5000円  
・農道・排水などの基盤整備  
事業費の2分の1以内  
※簡易な整備の場合は10aあたり2万5000円

れ、解消し、栽培が可能な農地として、3年以上耕作する場合  
補助額 10aあたり3万円  
(初年度のみ)  
※解消前にご相談ください。

## 中山間地域等 直接支払交付金

対象

中山間地における農振農用地区域内において、農業者などで構成された集落を単位とする協定を締結し、農業生産活動を継続するための活動などを行う場合  
交付単価（10 aあたり）

【急傾斜地】

田 2万1000円  
畑 1万1500円

【緩傾斜地】

田 8000円  
畑 3500円

## 鳥獣害関連補助金

◆わな設置支援事業

対象

イノシシ、ニホンジカ、アライグマ捕獲用のわなを購入する場合  
補助額 資材費の4分の3

・イノシシ・シカ用箱わな

1基あたり上限11万円

・アライグマ用箱わな

1基あたり上限2万4000円

・イノシシ・シカ・サル用くくりわな  
1基あたり上限5000円

・サル用囲いわな  
1基あたり上限20万円  
（1団体につき1年度に1基以内）

◆防護柵設置支援事業  
（県補助事業）

対象

2戸以上の農業者で、農地に電気柵、メッシュフェンス、トタンなどを設置する場合

補助額 資材費の3分の2

（上限単価1mあたり9000円）

※サル用の場合は、上限単価1mあたり2000円となります。

※県への申請締切は5月末となりますので、設置前にお早めにご相談ください。

◆農作物鳥獣害防止対策事業  
（町単独補助事業）

対象

個人で農地および人工林に電気柵、メッシュフェンス、トタンなどを設置する場合

補助額 資材費の2分の1

（上限25万円）

※設置前にご相談ください。

◆狩猟免許取得支援事業

対象

新たに第1種銃狩猟免許および、わな免許を取得する場合  
補助額

・講習会費用補助

1万円以内

・射撃教習費用補助

3万7000円以内

※例年7、8月ごろに実施しますが、詳細は伊都振興局農業水産振興課（☎0736-33-4930）へお問い合わせください。

◆有害鳥獣捕獲補助金

対象

有害鳥獣として捕獲した、イノシシ、ニホンジカ、サル、アライグマ

補助額 捕獲鳥獣により異なる

※有害捕獲区域の申請は、被害農家が地区区長を通じて申請します。その他

メジロの捕獲は原則禁止です。

捕獲・飼養には許可が必要です。

## 多面的機能支払交付金

対象

農振農用地区域内において、農業者などで構成された活動組織を設立し、多面的機能の維持・発揮を目的に農用地・水路・農道などの地域資源を適切に保全管理する共同活動を行う場合  
交付単価（10 aあたり）

【農地維持支払】

田 3000円  
畑 2000円

【資源向上支払（共同活動）】

田 2400円  
畑 1440円

【資源向上支払（長寿命化）】

田 4400円  
畑 2000円

※事業により申請期限が異なります。また補助金は事前申請が基本となります。  
※詳細はお問い合わせください。

問い合わせ

産業観光課振興係（内線2101）、  
林業係（内線2102）



# ごみ処理の状況をお知らせします

## ■ごみの排出量と処理費用

本町のごみ排出量は年々増加傾向にあり、内訳としては可燃性ごみが大半の重量を占めています。その中でも特に生ごみは水分が多く、重量が増える原因となっています。また、ごみ排出量の増加に伴い処理費用も増加しています。

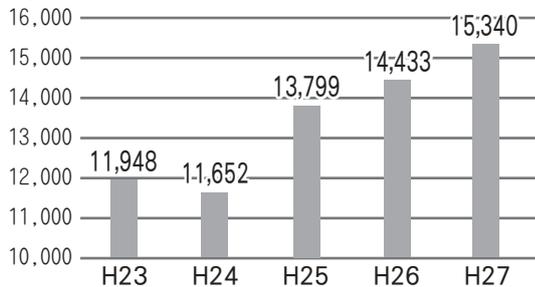
かつらぎ町のごみ排出量 (トン)

	可燃	不燃	合計
H23	3,784	549	4,333
H24	3,743	513	4,256
H25	3,893	503	4,396
H26	3,910	479	4,389
H27	3,892	482	4,374

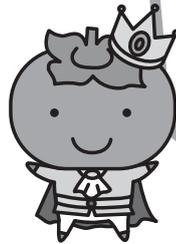
かつらぎ町のごみ処理費用

	支出	収入	合計
H23	2億6507万円	4232万円	2億2275万円
H24	2億7062万円	5648万円	2億1414万円
H25	3億 487万円	5456万円	2億5031万円
H26	2億9620万円	3787万円	2億5833万円
H27	3億 992万円	3956万円	2億7036万円

(円) かつらぎ町のごみ処理費用 (1人あたり)

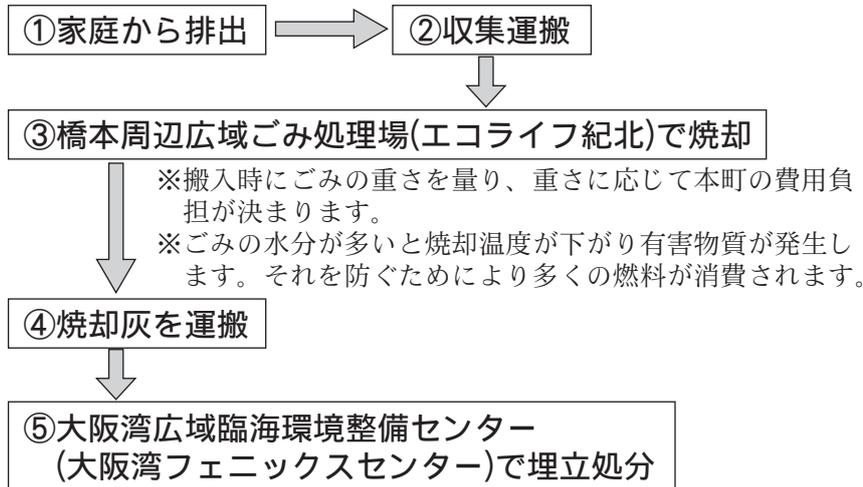


収入には、皆さんが購入したごみ袋代金や分別していただいた資源ごみ等による収益が含まれています。また、収益の一部は自治区を通じて地域の皆さんにお返ししています。



## ■ごみ処理の工程

排出量の多い可燃性ごみの処理工程についてご紹介します。本町の場合は次のように処理されています。



4カ所の埋立処分場があります。

(平成28年3月31日現在)

処分場	埋立状況
尼崎沖埋立処分場	98.2%
泉大津沖埋立処分場	93.9%
神戸沖埋立処分場	71.5%
大阪沖埋立処分場	26.1%
合計	77.8%

近畿圏内の利用している各市町村や事業所が搬入しており、平成40年にはすべての処分場が許容量に達すると想定されています。

新しい処分場の建設には莫大な費用がかかるため、持込量を減らし延命化を図る必要があります。

## ●可燃性ごみの排出量を抑えましょう

ごみは生活するうえで必ず出るものです。しかし、その処理には多額の費用が生じ、少なからず自然環境に悪影響を与えます。皆さん一人一人のごみの分別徹底や排出量の削減により、処理費用節約と自然環境保護にご協力ください。

【例】

可燃性ごみの排出量を毎回1人あたり100g減らすと…

排出量 → 約170トン減  
処理費用 → 約1000万円減

生ごみを搾る、食べ残しを減らすなどの工夫で簡単に100g減らすことができます。



問い合わせ 生活環境課 (内線 2 2 3 1)

## 町内清掃土砂類の受け入れについて

町内清掃の時期を迎え、生活排水路に係る土砂類の処理が困難な場合、受け入れを行います。



**場所** 保健福祉センター西側に一時仮置き用地を設置

**期間** 6月30日(金)まで

※受け入れは土砂類に限ります。カン・ビン類、草木竹類、ブロックなどの受け入れはできません。

※事前にご相談が必要です。相談は、自治区、町内会単位でお願いします。

※運搬車両に対し一部補助を実施していますので、詳細はお問い合わせください。

**問い合わせ** 生活環境課(内線2232)

## 軽自動車税の納付について

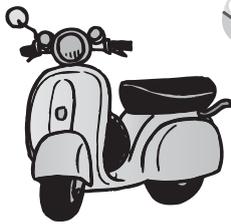
### 納期限

納付書発送日

5月10日(水)

※各納税義務者宛に発送。  
**納期限** 5月31日(水)

軽自動車税は、4月1日を基準日として課税します。4月2日以降に廃車の手続きをした車両は、平成29年度の税金を納める義務がありますのでご注意ください。



### 身体障害者等減免申請手続き

期間 5月31日(水)まで

必要書類 手帳(注1)、運転免許証、印鑑、納付書(注1)：身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳

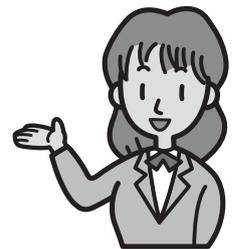
**申請場所** 税務課(⑤番窓口)

※初めて申請する方は、事前に税務課へ問い合わせください。なお、申請期限後の届出は、減免の対象となりません。

※口座振替をご利用の方は、金融機関への引き落とし停止の連絡が必要です。申請期限1週間前までに申請手続きをお済ませください。

**問い合わせ** 税務課住民税係(内線2042)

お問い合わせ 生活環境課(内線2232)



## 町税の口座振替へのおすすめ

町税を納期限ごとに納付書を持参して指定金融機関などで納付していただく代わりに、自動的に指定預貯金口座から振替納付することが出来る「口座振替」をご利用いただけます。

「町税等口座振替申込書」は税務課および指定金融機関などにありますので、口座振替ご希望の方は必要事項を記入し、口座届印を押印のうえ税務課もしくは指定金融機関などに提出してください。

なお、口座振替後の領収証書は発行していません。また、軽自動車税納税証明書(継続車検用)については、6月中旬に発送予定しています。

**問い合わせ** 税務課徴収係(内線2041、2044)

## 各種税務証明の発行開始日について

◆平成29年度分(平成28年中所得分)町民税・県民税所得(課税・非課税)証明

・特別徴収分(給与から天引きされる方) 5月10日(水)

・普通徴収分(本人が納付される方) 6月13日(火)

◆固定資産税課税台帳登録事項証明

・評価証明書 4月3日(月)

・公課証明書 4月3日(月)

**問い合わせ** 町民税・県民税、国保税などについて

税務課住民税係(内線2042)

・固定資産税・都市計画税などについて

固定資産税係(内線2043)

・納税、証明書発行などについて

徴収係(内線2041、2044)



# 住宅の

耐震診断・設計審査(無料)  
耐震補強設計・耐震改修(建替え)  
耐震ベッド・シェルター設置工事

## 一部補助について

「木造住宅無料耐震診断」、「非木造住宅耐震診断」の診断結果により耐震補強・建替え設計、耐震補強設計審査、耐震補強・建替え費用の一部補助ならびに、耐震ベッド・シェルター設置工事の一部補助を行います。この機会にぜひ一度ご検討ください。

申込書配布 5月8日(月)～  
受付期間 5月15日(月)～  
※今年度の各実施件数になり次第受付を締め切ります。  
※午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日を除く)  
◆申込書は建設課建築係で配布します。  
◆郵便での申込書の請求・提出はできません。

### 木造住宅無料耐震診断

- 実施件数 30棟予定(先着順)
- 診断費用 無料
- 申込方法 住宅耐震診断申込書に必要事項を記入し、必要書類を添えて申し込んでください。
- 対象 次のすべてに該当する住宅  
●建築基準法改正前(昭和56年5月31日以前)に建てられた木造住宅
- 延べ面積の半分以上を住居として使用している住宅
- 2階以下かつ延べ面積が200平方メートル以下の住宅
- 木造の在来工法(軸組工法・伝統的工法)の住宅
- 町内に所在する一般木造住宅
- 人が居住している住宅

### 非木造住宅

#### 耐震診断費補助

- 実施件数 2棟予定(先着順)
- ※申請前に診断を行うと補助できません。また、平成30年1月末までに完了する必要があるります。
- 対象 次のすべてに該当する住宅  
●建築基準法改正前(昭和56年5月31日以前)に建てられた住宅

- 延べ面積の半分以上を住居として使用している住宅
- 2階以下かつ延べ面積が200平方メートル以下の住宅
- 鉄骨造、鉄筋コンクリート造の住宅であり、ハウスメーカー住宅ではないこと
- 町内に所在する一般住宅
- 人が居住している住宅

#### 補助内容

耐震診断の実施に要する費用の3分の2以内の額かつ8万9千円を限度として補助します。

### 耐震補強・建替え設計費補助

- 実施件数 3棟予定(先着順)
- ※申請前に設計を行うと補助できません。また、平成30年1月末までに完了する必要があります。

#### 対象となる補強(建替え)設計

#### 木造住宅

本町の木造住宅耐震診断において総合評点が1.0未満または0.7未満と診断された住宅で、総合評点を1.0以上(一般型)または、0.7以上1.0未満(避難重視型)とする耐震改修工事を行うための耐震補強設計または、町の木造住宅耐震診断

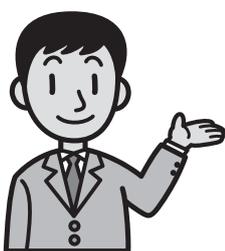
において総合評点1.0未満と診断された住宅で現地建替え工事を行うための設計で平成30年1月末までに完了するもの。

#### 非木造住宅

非木造住宅耐震診断においてIs値が0.6未満またはq値が1.0未満(第1次診断法による場合はIs値が0.8未満)と診断された住宅で、Is値を0.6以上かつq値を1.0以上(第1次診断法による場合はIs値が0.8以上)とする耐震改修工事を行うための耐震補強設計または、非木造住宅耐震診断においてIs値が0.6未満またはq値が1.0未満(第1次診断法による場合は、Is値が0.8未満)と診断された住宅で、現地建替え工事を行うための設計で平成30年1月末までに完了するもの。

#### 補助内容

耐震改修または現地建替え工事の実施に必要な設計図書作成に要する費用の3分の2以内の額かつ13万2千円を限度として補助します。



## 木造住宅無料耐震補強 設計の審査

実施件数 3棟予定（先着順）

※平成30年1月末までに完了する  
必要があります。

審査費用 無料

申込方法 申込書に必要事項を記入し、必要書類を添えて申し込んでください。

対象 町の耐震補強設計済みで耐震改修工事を実施する木造住宅

## 住宅耐震改修・建替え費補助

実施件数 2棟予定（先着順）

※申請前に工事を行なうと補助できません。また、平成30年1月末までに完了する必要があります。

### 木造住宅

#### ①一般型

対象となる補強工事

本町の木造住宅耐震診断において総合評点が1.0未満と診断された住宅で、改修計画により総合評点を1.0以上とする耐震改修工事で平成30年1月末までに完了するもの。

#### ②避難重視型

対象となる補強工事

本町の木造住宅耐震診断において

て総合評点が0.7未満と診断された住宅で、改修計画により総合評点を0.7以上1.0未満とする耐震改修工事で平成30年1月末までに完了するもの。

#### ③建替え

対象となる建替え工事

本町の木造住宅耐震診断において総合評点が1.0未満と診断された住宅で、建替え計画により現地建替え工事を平成30年1月末までに完了するもの。

#### 補助内容

各工事に要する費用（工事費に限る）の3分の2以内（1棟あたり上限60万円）を補助します。また、国費の補助もあります。

①②は耐震改修工事費の、③は建替え工事費の11・5%と15万円を加算します。ただし次の要件があります。

※耐震改修工事の上限は、3万3500円/m<sup>2</sup>、加算上限56・1万円、リフォーム工事や設計・監理費などは含めません。

※建替え工事費の上限は、加算上限56・1万円、外構工事や設計・監理費は含めません。

### 非木造住宅

#### ①一般型

対象となる補強工事

非木造住宅耐震診断においてIs

値が0.6未満またはq値が1.0未満（第1次診断法による場合は、Is値が0.8未満）と診断された住宅で、改修計画によりIs値を0.6以上かつq値を1.0以上（第1次診断法による場合はIs値が0.8以上）とする耐震改修工事で平成30年1月末までに完了するもの。

#### ②建替え

対象となる建替え工事

非木造住宅耐震診断においてIs値が0.6未満またはq値が1.0未満（第1次診断法による場合は、Is値が0.8未満）と診断された住宅で、建替え計画により現地建替え工事で平成30年1月末までに完了するもの。

#### 補助内容

各工事に要する費用（工事費に限る）の3分の2以内（1棟あたり上限60万円）を補助します。また、国費の補助もあります。

①は耐震改修工事費の、②は建替え工事費の11・5%と15万円を加算します。ただし次の要件があります。

※耐震改修工事の上限は、3万3500円/m<sup>2</sup>、加算上限56・1万円、リフォーム工事や設計・監理費などは含めません。

※建替え工事費の上限は、加算上限56・1万円、外構工事や設計・監理費は含めません。

## 耐震ベッド耐震シエルトー

実施件数 1戸予定（先着順）

※申請前に工事をを行うと補助できません。

また、平成30年1月末までに完了する必要があります。

対象となる補強工事

本町が実施した耐震診断事業において、評点が1.0未満と診断された旧基準木造住宅に居住する世帯に対して補助します。

※町指定の耐震ベッド・シエルトー設置工事で、1階に設置が必要です。

※応募者多数の場合は、高齢者、障害者を優先して補助します。

#### 補助内容

設置に要する費用の3分の2以内（1戸あたり上限26万6千円）を補助します。

#### 申込方法

診断申込書または補助金交付申請書に必要事項を記入し、必要書類を添えて申し込んでください。

受付・問い合わせ

建設課建築係（内線2085）



5月12日は

## 「民生委員・児童委員の日」

全国民生委員児童委員連合会では、5月12日を「民生委員・児童委員の日」と定めています。

民生委員は、民生委員法により厚生労働大臣から委嘱を受けた民間の奉仕者で、児童福祉法により児童委員を兼ね、担当する地域において次のような役割を担っています。

◆福祉に関する要望や問題点の把握  
◆福祉に関する悩み事や心配事の相談に対する助言

◆福祉サービスの情報の提供、周知  
◆役場、児童相談所などの関係行政機関へのパイプ役

◆児童の健全育成などの福祉施策について、地域住民の立場での意見提出およびその充実

町では72人の民生委員・児童委員と、児童福祉に関する事項を専門的に指導・助言する3人の主任児童委員が地域福祉向上のために活躍しています。



民生委員・児童委員、主任児童委員は相談を受けた内容などについて秘密を守ることが義務付けられていますので、福祉に関してお困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。

これからも、地域社会での孤立や孤独をなくす取り組み、消費者トラブルの防止、子育て支援にかかわっての支援活動などを行っていきます。

### 問い合わせ

住民福祉課福祉係（内線2063）

## 紀の川の洪水情報の配信について

国土交通省では、平成27年9月の関東・東北豪雨を契機に、流域住民の主体的な避難を促進するため、昨年9月から緊急速報メールを活用した洪水情報のプッシュ型配信※を一部地域で開始しています。

この度、かつらぎ町においても紀の川で大規模な洪水が発生した場合に、皆さんの携帯電話やスマートフォンに対し、緊急速報メールによる洪水情報の配信が開始されます。このことにより、住民の皆さんが自ら水害の危険性を早期に察知することが可能となります。

### ※プッシュ型配信とは

受信側が要求しなくても発信者側から情報が配信される仕組みのことです。

### ■洪水情報のプッシュ型配信の開始時期

平成29年5月上旬



### ■配信エリア

かつらぎ町内全域

### ■配信対象者

配信エリア内の携帯電話（NTTドコモ、KDDI・沖縄セルラー、ソフトバンク（ワイモバイル含む））のユーザー

### ■配信する情報

紀の川において、河川氾濫のおそれがある（氾濫危険水位を超えた）情報および河川氾濫が発生した情報

### ■留意事項

- ・携帯電話などの基地局の関係により、配信エリア近郊の方にも届くことがあります。
- ・携帯電話の電源が入っていない場合や、圏外、電波状況の悪い場所、機内モード時、通話中の場合は受信することができません。
- ・ご利用の機種により、緊急速報メールに対応していない場合があります。

### 問い合わせ

総務課消防防災係（内線2023）

## <犬の登録および狂犬病予防注射日程表>

### 5月1日(月)

9:30~10:15	笠田ふるさと交流館(笠田公民館)
10:25~11:00	笠田東児童館
13:00~13:20	新城農作業準備休養施設
13:40~14:10	(旧)志賀小学校前
14:25~14:45	美嶋荘駐車場
15:00~15:20	四邑公民館

### 5月2日(火)

9:30~10:30	四郷地域交流センター(ともがき)
10:50~11:10	西方寺(東谷)
13:30~14:15	笠田駅前付近
14:30~15:10	新規作物・地域ブランド定着施設(笠田中)

### 5月8日(月)

9:30~10:00	中飯降地域交流センター
10:10~10:40	中飯降児童館
10:50~11:20	妙寺東部集会所
13:30~14:20	萩原コミュニティセンター
14:30~15:00	極楽寺(高田)

### 5月9日(火)

9:30~10:15	天野診療所
10:40~11:25	西洪田児童館
13:30~14:30	大谷公民館
14:50~15:20	かつらぎ体育センター駐車場

### 5月10日(水)

9:30~10:15	妙寺小学校前
10:30~11:00	丁ノ町地域交流センター駐車場
11:10~11:30	丁ノ町児童館
13:30~14:30	三谷公民館
14:45~15:30	寺尾集会所

### 5月11日(木)

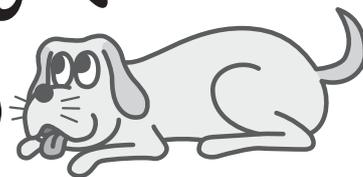
9:30~9:40	星山選果場
10:20~11:20	見好公民館
13:30~14:00	佐野ふれあい館(笠田公民館佐野分館)
14:20~14:50	柏木第1ちびっ子広場
15:05~15:40	役場前駐車場

### 5月12日(金)

10:00~15:00(予定) 花園地区  
 ※詳細は花園支所まで問い合わせください。

# 犬を飼っている 皆さんへ

平成  
29年度



## 犬の登録と狂犬病予防注射

最寄りの会場で登録と予防注射を済ませてください。

**登録**  
 飼い主は、犬を飼った日(生後90日未満の犬は90日を経過した日)から30日以内にやすらぎ対策課衛生係に申請してください。  
 ※犬の登録は生涯1回ですが、犬が死亡したときや、飼い主の住所変更などがあった場合は、その都度届出が必要です。

**料金**  
 ・登録料金(鑑札交付含む) 3000円  
 ・注射料金(済票交付含む) 3190円

**予防注射**  
 狂犬病は大変恐ろしい病気です。犬をこの病気から守るため、また、人への感染を防ぐためにも予防注射を受けましょう。



問い合わせ やすらぎ対策課衛生係 (内線2053)

## 「障害のある人の人権」

笠田中学校2年 澤本拓歩

(受賞当時)



今回、障害のある人の人権について書こうと思ったきっかけは、一月程前に、僕自身が左足をケガしてしまい、三週間程松葉杖生活を経験したからです。

小学生の頃、夏休みに、ボランテニア体験スタンプラリーに何度か参加して、車椅子生活の不便は経験しましたが、松葉杖を使ったことはなかったのが、正直、日常生活で、どこまで不便なのかは分かりませんでした。

病院で松葉杖を使う練習をして家に帰ると、早速玄関から段差。登るのも家族の助けが必要。家の中も思ったより段差が多く、すごく不便だと感じました。

学校では、大好きな運動ができないのはもちろん、友達や先生に助けてもらいながらの日々を過ごしていました。一日の中で一番辛かったのは、朝学校に行って、二階の教室までの階段を登る時です。毎日仲いい友達や、自分の荷物を持って上げてくれました。

そんなある日、いつもの様に階段を登っていると、運動でのライバルである子が、「早く足治して、また運動で勝負しよな。」と、声をかけてくれたので、「頑張つて治すわ。」と言葉を交わしました。この一言で、僕はすごくホツとし、胸につかえていたものが取れた感じがしました。それまでは、毎日みんな助けてくれるけど、どんな気持ちなんだろう？と、すごく不安で、毎晩このことばかり考えていました。しかし、友達の一言葉を聞いて、不安はなくなりました。

僕は、今回の松葉杖の経験で、自分がこんなにも不安になること、そして、友達の一言葉で、こんなにも勇気づけられたこと、色々考えさせられた、いい意味での三週間だったと思います。

以前小学生の頃、母の実家へ行くため、フェリーに乗っていた時のことを思い出しました。その日は風が強く、船がいつもより揺れていました。僕は暇だったので、その辺を歩

いていました。するとその時、船が急に大きく揺れ、前にいた杖をついたおじいさんが転びかけたので、手で支え助けてあげました。おじいさんは、「助けてくれてありがとう。」と、言ってくれました。その一言を聞いた僕は、笑顔になり、何だか温かい気持ちになりました。

困っている人に声をかけることは、少し勇気がいることだと思います。しかし、その少しの勇気を出せないでいると、困っている人は、困ったままだし、自分の心の中もモヤモヤした気持ちのままだと思います。

母も先月、友達と電車に乗り、座っていたら、だんだん満員になってきたところ、目の前に妊婦さんが立っていたので、声をかけて席をゆずったそうです。妊婦さんは、恥ずかしそうに遠慮していたそうですが、母たちの声かけに、温かい気持ちになったことと思います。

これらの経験で僕は、助け合うことは、生きていく中で、すごく大切なことだと改めて感じました。『相手の気持ちになれば、声かけすることとは難しいことではない』と、考える様になりました。もしかすると、全ての場面で、一人で手助けすることではできないかも知れません。でも、まず声をかけてみることは簡単なことだと思います。僕はこれから、まずは少しの勇気を出して、困ってい

る人に声かけをすることを心がけていきたいです。

病気やケガをした人は、身体の活動が制限されることがありますが、人である限り、人権に違いはありません。しかし、現実には車椅子の人が、自分の思う様に行動しようとしても、他の人の介護が必要だったり、介助があっても行けない所もあるのが現実です。そこには人権の課題があり、例えば、社会の構造である道路、バス、電車、施設などや、人の心の中にある、「車椅子が来て迷惑だ。」と思う気持ちなど、どうすれば、みんなが共存できる世の中になるのか？まだまだ一人一人が考えなければいけないことは沢山あると思います。

世界に自分は一人だけしかない。しかし、人権についての自分の考えを分かってくれる人は沢山いると思います。全ての障害を持った方々に、配慮を示し、みんなが住みやすい世の中になることを願っています。一気に変えることはできないかも知れませんが、よりよい社会のために、できることを考え、将来すべての人の人権が守られる社会をみんなで作っていきたいと思います。





## 厚生労働大臣表彰

平成28年12月6日(火)、第66回更生援護功労賞厚生労働大臣表彰が行われ、山本敏一さん(丁ノ町)が受賞されました。

山本さんは、平成7年に視覚障害者になりましたが、平成15年から社会福祉法人和歌山県身体障害者連盟の理事に就任され、視覚障害者のサポートを行う団体「アイサポート紀の川ネット」を紀北地域に立ち上げ、現在もその中心となって活動されています。自らの障害を克服し、自立更生をするなど、多くの障害者の模範となる活動に対して功績が認められたものです。



## 消防功労者定例表彰

3月22日(水)、県民文化会館小ホールにおいて、「平成28年度和歌山県消防功労者定例表彰式」が行われ、消防団活動に功績のあった次の方々が表彰されました。



《敬称略》

- ◆消防庁長官表彰 永年勤続功労章  
副団長 田村 公一
- ◆県消防協会総裁表彰 功績章  
第8分団分団長 西浦 直樹

- ◆県消防協会総裁表彰 竿頭綬  
第2分団 (代表 分団長 内田 正人)
- ◆日本消防協会会長表彰 勤続章 (30年)  
第6分団分団長 山添 伸  
第8分団班長 千代木 実

## かつらぎアドバンスSC 県大会出場

3月5日(日)、日高川町南山陸上競技場で開催された「第41回和歌山県少年サッカーリーグ決勝大会(Bリーグ戦)にかつらぎアドバンスSCが会場入りし、4位と健闘しました。

同チームの田畑和也監督は、「4年ぶりの県大会出場でした。選手全員が初出場で、緊張から動きが固かったけれど、徐々に本来の動きになって、プレーすることができました。今持っている力を出し切ってくれたように思います。」と語られました。



## 中学選抜ビブリオバトル 東京大会優秀賞

3月29日(水)、中学生がお気に入りの本を紹介し、聴衆の投票で一番読みたくなった本を決定する書評合戦「中学選抜ビブリオバトル東京大会」が青山学院大学で開催され、和歌山県代表として出場したの柳澤建臣さん(笠田中学校・受賞当時1年生)が優秀賞に輝きました。

同大会は、府県大会の優勝者など計27名が出場したものです。

柳澤さんが紹介した「ジュニア空想科学読本2」(柳田理科雄著)は、図書館にも所蔵していますので、皆さんお気軽にご利用ください。



# 5月の Information お知らせ



かつらぎ地域  
花園久木  
0736

市外局番  
0737

花園地域

## 募集

### 河川愛護モニター募集

河川を見守り、日常生活で知り得た情報を河川管理者に定期報告(月1回以上)していただく、河川愛護モニターを募集します。

期間 7月1日(土)から1年間

応募資格 町内在住で紀の川付近に住む20歳以上の方

対象河川 紀の川  
手当 月額4580円予定  
募集人員 県内で若干名

応募締切 6月2日(金)

※詳細は、お問い合わせください。  
お問い合わせ 国土交通省近畿地方整備局和歌山河川国道事務所河川管理課(☎073-402-0267)

## 職員人事

### ●退職(3月31日付)

▽総務課長 山本孝幸▽住民福祉課長兼任住民相談員 山下勝美▽生活環境課長 松岡淳郎▽地籍調査室調査員(地籍調査推進担当)兼室長補佐 北田郁雄▽住民福祉課統括専門員兼年金係長 西浦さとみ

### ●異動(4月1日付)

《町長部局》( )は前職  
◆企画公室  
▽情報推進係長 海野恭弘  
(やすらぎ対策課介護保険係長)▽契約係長 曾和雅人(総務課企画員)▽主事 中尾圭佑(税務課主事)  
◆検査長

東勝己(上下水道課長)  
◆総務課  
▽課長 南典昌(税務課長)  
▽課長補佐兼文書係長 上野由佳(同文書係長)▽庶務係長 上西功二(企画公室契約係長)▽消防防災係長 野口修二(建設課事務係長)▽企画員 笠本富紗子(新規採用)  
◆税務課  
▽課長 亀田昌幸(同課長補佐兼固定資産税係長)▽課長補佐兼固定資産税係長 植田尚雄(企画公室長補佐兼情報推進係長)▽課長補佐兼徴収係長 田中靖章(同統括専門員兼徴収係長)▽住民税係長 北山隆祥(総務課消防係長)▽主事 東賢一(青少年センター事務局長主事)  
◆出納室  
▽統括専門員兼会計係長 溝口仁美(産業観光課統括専門員)  
◆住民福祉課  
▽課長兼任住民相談員 前田恵三(税務課調査員(町債権確保担当))▽課長補佐 田所俊幸(総務課長補佐兼庶務係長)▽統括専門員兼年金係長 尾鼻嘉浩(同統

括専門員兼社会福祉法人設立担当)▽企画員 中崎善子(企画公室企画員)▽企画員 東詩乃(教育委員会総務課企画員)▽企画員 阪木彩那(新規採用)  
◆やすらぎ対策課  
▽課長補佐 宮本勝人(税務課長補佐兼任住民税係長)  
▽統括専門員兼介護保険係長 西山佳友己(出納室統括専門員兼会計係長)▽保健師 新極公子(新規採用)  
▽保健師 野上貴司(新規採用)  
◆生活環境課  
▽課長 森脇市郎(上下水道課長補佐)▽課長補佐 九保秀康(同統括専門員兼生活環境係長)▽統括専門員兼生活環境係長 東山和義(同統括専門員)  
◆産業観光課  
▽観光係長 坂田学(花園地域振興課振興係長)▽統括専門員兼町振興施設活性化担当 大西雅子(町振興施設活性化担当(係長相当職))▽企画員 南美穂(住民福祉課企画員)▽企画員 森本耕司(花園地域振興課企画員)  
◆建設課

▽調査員兼課長補佐兼工務第1係長 井本恭弘(同課長補佐兼工務第1係長)▽統括専門員兼事務係長 木下良典(地籍調査室企画員)  
▽住宅係長 堀内尚毅(上下水道課企画員)▽企画員 井本篤志(上下水道課企画員)  
◆地籍調査室  
▽室長補佐兼調査係長 森本光(同統括専門員兼調査係長)▽企画員 中岡樹識(建設課企画員)▽企画員 寺中和明(建設課企画員)  
◆上下水道課  
▽課長 楠眞明(検査長)  
▽企画員 森本芳生(産業観光課企画員)▽企画員 中前由美(総務課付)  
◆花園地域振興課  
▽課長補佐兼振興係長 草田恒弘(建設課統括専門員兼任住宅係長)  
《教育委員会》  
◆総務課  
▽課長補佐 木村敬(産業観光課長補佐兼観光係長)  
▽統括専門員兼家庭児童相談担当 松本肇(同家庭児童相談担当(係長相当職))  
◆生涯学習課  
▽企画員 井尾明日香(住

民福祉課主事)▽技能員  
東山直弘(新規採用)▽技  
能員 中兀大也(新規採用)

◆青少年センター事務局  
▽局長補佐兼指導係長 前  
勢千恵美(花園幼稚園主任  
教諭)▽企画員 小高陽子  
(やすらぎ対策課企画員)

《かつらぎ町社会福祉協議  
会派遣》  
▽奈良畑政幸(住民福祉課  
長補佐)

《益城町災害派遣》  
▽奈良畑利之(青少年セン  
ター事務局指導係長)

《和歌山県派遣》  
▽大植貴裕(地籍調査室企  
画員)

# 相談

## 心配ごと・法律相談

5月8日(月)、22日(月)  
6月12日(月)  
受付 午後1時30分～  
3時30分(先着順)  
場所 地域福祉センター  
問い合わせ 社会福祉協議  
会 ☎22-4311

## ひきこもり青年のための 居場所・家族のためのごい ◆居場所

5月1日(月)、2日(火)、  
8日(月)～10日(水)、15日(月)  
～17日(水)、22日(月)～24  
日(水)、29日(月)～31日(水)、  
6月5日(月)～7日(水)  
午後1時30分～3時30分  
場所 居場所スペース寄楽  
◆家族のごい  
5月10日(水)、6月7日(水)  
午後7時～9時  
場所 柿の茶屋  
主催・問い合わせ よりみ  
ち ☎22-7024 木曜  
除く

※ひきこもり支援について  
の問い合わせ 住民福祉課  
福祉係(内線2067)

## 理学療法士相談

「退院はしたものの…」  
「リハビリは卒業したもの  
の…」と自宅での自主リハ  
ビリや健康体操の方法など  
でお悩みの方の相談に応じ  
ます。  
5月19日(金)、6月2日(金)  
午後1時～5時  
場所 保健福祉センター

1階機能訓練室  
問い合わせ やすらぎ対策  
課衛生係(内線6031)

## 児童虐待相談ダイヤル

「虐待を受けていると思  
われる子どもを発見した」、  
「子育てが辛くてつい子ど  
もにあたってしまう」また  
は「虐待を疑われて困って  
いる」という場合には、一  
人で抱えないでお気軽にこ  
相談ください。  
※秘密は厳守されます。

かつらぎ町児童虐待相談  
ダイヤル ☎22-8877

設置時間 午前8時30分～  
午後5時15分(土、日、祝  
日、年末年始を除く)

時間外の通告先 伊都振興  
局健康福祉部 ☎0736  
-42-3210、和歌山  
県子ども・女性・障害者相  
談センター(189番)  
※緊急を要する場合は警察  
(110番)まで

## 就職相談

5月9日(火)  
笠田公民館佐野分館

5月16日(火)  
笠田東児童館  
5月10日(水)、24日(水)  
かつらぎ総合文化会館

## こころの健康相談

5月12日(金)、25日(木)、  
6月2日(金)各日、午後  
※電話予約必要  
場所 橋本保健所(内容に  
よっては訪問も行います)  
申し込み・問い合わせ 伊  
都振興局保健福祉課 ☎0  
736-42-5440

## 発達障害巡回相談

5月18日(木)、6月15日(木)  
※午前11時～午後4時まで  
の間で申込者と調整  
場所 橋本保健所  
問い合わせ 和歌山県発達  
障害者支援センター『ポラ  
リス』 ☎073-413  
-3200

## 納期限

○5月31日(水)

- 軽自動車税 全期
- 町外固定資産税 全期・第1期

町税などの納付は便利で確実な  
口座振替をご利用ください。

## 相談料 0円

出張相談会開催決定!  
日程:5月24日(水)、25日(木)  
※上記期間外でも出張相談可能です。まずはお電話を!

大阪弁護士会所属  
森岡満広  
登録番号 39852

債務整理の弁護士費用(すべて税別)

- 着手金 完済の場合 無料 / 完済していない場合 1社あたり40,000円
- 成功報酬 ①減額報酬10% ②過払い報酬 任意交渉による場合 20%訴訟による場合25%
- 事務手数料 1社あたり30,000円(着手金が無料の場合)

※貸付した場合の費用となります。※費用の分割払いもご相談ください。※弁護士への依頼は直接面談が必要になります。  
※過払金請求、借金問題、民事訴訟、交通事故の相談は無料、それ以外については原則30分5,000円

なごみ法律事務所 Naogomi Law Office  
☎0800-080-7532 通話料 無料  
〒561-0831 豊中市庄内東町2-2-4生島ビル401号

# 有 料 広 告

# かつらぎ 未来ちゃん NAO



**消費生活相談**  
NPO法人消費者サポートネット和歌山の専門相談員による「消費生活相談会」を開設しています。  
悪質な訪問販売や契約・取引に関するトラブルなどの消費者問題でお悩みの方の相談に消費生活専門相談員が応じます。  
① 5月2日(火)  
かつらぎ町役場2階会議室B  
② 5月9日(火)  
高野町役場  
③ 5月16日(火)  
橋本市役所会議室C  
④ 5月23日(火)  
九度山町ふるさとセンター  
各日、午後1時～4時  
※どの会場でも相談できます

**若者サポートステーション就職相談**  
キャリアコンサルタントや臨床心理士などの専門家が豊富な経験やスキルを見極めて、きめ細やかなサポートをしていきます。  
対象 15～39歳までの方とそのご家族  
内容 個別相談、職場体験、

**被害者支援無料相談**  
弁護士、臨床心理士、センター相談員が犯罪や交通事故などの被害者やそのご家族からの相談に応じます。  
日時 5月27日(土)午前10時～午後4時

す。  
問い合わせ ①産業観光課 商工係(内線2212)、②高野町総務課(☎0736-56-3000)③橋本市市民生活部市民生活環境課(☎0736-33-1165)、④九度山町産業振興課(☎0736-54-2019)

スキルアップ講座などを通じて就労に向けた支援をします。  
日時 月～金曜日の午前10時～午後6時(祝日を除く)  
※電話での事前予約が必要です。  
費用 無料  
予約・問い合わせ 若者サポートステーションWith Youきのかわ(☎0736-33-2900)

## 平成29年 工業統計調査を実施

平成29年工業統計調査は、従業者4人以上のすべての製造事業所を対象に、平成29年6月1日時点で実施します。

工業統計調査は、我が国における工業の実態を明らかにすることを目的とする政府の重要な調査で、統計法に基づく報告義務のある基幹統計調査です。

調査の結果は中小企業施策や地域振興など、国および地域行政施策のための基礎資料として利活用されます。

調査票に御記入いただいた内容は、統計作成の目的以外(税の資料など)に使用することは絶対ありません。

調査の趣旨・必要性を御理解いただき、御回答をよろしくお願いいたします。

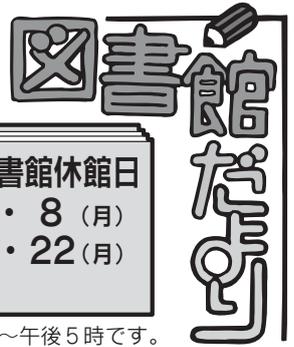
問い合わせ 総務課庶務係 (内線2300)



工業統計キャラクター  
コウちゃん

場所 橋本市教育文化会館  
相談方法  
①電話相談  
☎0736-39-8035  
(当日のみ)  
②面接相談  
できるだけ事前に予約して

ください。  
※予約受付は午前10時～午後4時(土、日を除く)  
予約・問い合わせ 公益財団法人紀の国被害者支援センター(☎073-427-11000)



5月の図書館休館日  
 1(月)・8(月)  
 15(月)・22(月)  
 29(月)

\*開館時間は午前9時～午後5時です。  
 \*花園分館の開館日時は、水曜・土曜日  
 (年末年始は除く)の午後1時～5時です。

## 新着図書のご案内

小説・エッセイなど

居酒屋ぼったくり7

秋川 滝美

紙のピアノ

新堂 冬樹

不発弾

相場 英雄

終りなき夜に生れつく

恩田 陸

帰郷

今野 敏

救急病院

石原 慎太郎

戦友たちの祭典

森村 誠一

敵の名は、宮本武蔵

木下 昌輝

燕雀の夢

天野 純希

物件探偵

乾 くるみ

再起動

岡本 学

## 図書館ホームページから 下記のサービスなどが利用できるようになりました

- ・資料の予約、予約状況の確認
- ・予約確保のメール連絡(メールアドレスの登録が必要です)
- ・貸出状況の確認
- ・貸出期間の延長(貸出期限内で1回のみ、予約のある本およびDVDの延長はできません)

図書館の利用券をお持ちの方なら、どなたでも利用できます。初めて利用する方は、図書館ホームページの「蔵書検索」から、ログイン画面で、貸出利用券の番号、仮パスワード入力を行い、利用してください。仮パスワードは生年月日(西暦)となります。

【例】生年月日が昭和50年8月20日の場合、19750820  
 ※仮パスワードは必ず変更し、他人に分からないパスワードで利用してください。また、その後は慎重に管理し定期的に更新されることをお勧めします。

問い合わせ 図書館 (☎22-0303)

## 趣味・実用書など

定年男子定年女子

大江 英樹

11歳からの正しく怖がるインターネット

小本 健

1年ずっと手ぬい服

高橋 恵美子

毎日が楽しくなるきらめき文房具

菅 未里

ピアノで奏でるやさしいクラシック

自由現代社編集部

自由現代社編集部

わたしの好きな仏さまめぐり

瀬戸内 寂聴

硬くゆがんだ体を整えて痛みをトルヤわらかい体のつくり方

高橋 順彦

児童書

ぼくらのエコー

荒井 良二

天の川のラーメン屋

富安 陽子

ときめき百人一首

小池 昌代

## ● 文芸の窓 ●

### 俳句

玉葱をどつさり貰ひ好きと言ふ

前尾五月夫

舗装路の蟹の行方を見届けり

山元 桂子

総出して袋掛けをり桃畑

谷岡 清灯

胸までの長靴を干す鮎の宿

市川 晴茂

雛粟の揺れてそこより風生まる

中畑 隆男

### 短歌



(麦句会)

大天狗高尾の山を見守りてむささびの棲む古樹の繁れる

上岡 潤子

空青くウォーキングに足軽し樹樹の間に露の薔見ゆ

田中 宏子

来て嬉し帰りに嬉しと聞きしこと思い出しつつ曾孫見送る

新田ひとみ

八十路にてめぐり来たれる我が家にも垣根がこいに鶯の初音

松本 弘信

寒緋桜さかりの花の残りつつ次なる命双葉芽吹ける

山元 晃

(笠田短歌サークル)

(笠田短歌サークル)



皆さん、「ロコモティブシンドローム」、略して「ロコモ」という言葉を聞いたことがあるでしょうか？数年前「メタボ（メタボリックシンドローム）」という言葉が大変流行しましたね。今でもよく知られている言葉ですが、これはある内科の偉い先生が、成人病に気をつけましょう！ということで考えられた概念です。これに対抗？する言葉で整形外科でも、寝たきりにならないようにしましょう！という概念のもとに考えられた言葉がこの「ロコモ」という訳です。

具体的には、加齢による腰・膝などの障害により動きにくくなり、要介護である、また、要介護になる一步手前の状態を表す言葉です。一昔前は医療者も、社会全体的にもとにかく、「長生き」を目指していました。しかし、現在、高齢者は大変多く、今後も増加の一途を辿っており、これと共に介護が必要となる方も増加していくこととなります。このため、最近では国全体として、「健康で長生き」を目指すようになりました。

それでは、実際どのような疾患を持たれる方が要介護となるのでしょうか？厚生労働省の調べによると、介護が必要となった原因疾患の第1位は脳卒中(21%)、第2位は認知症(15%)でした。整形外科疾患では関節疾患(11%)と骨折・転倒(10%)の2項目を認めましたが、これらを運動器疾患とするならば第1位の脳卒中と同じ頻度となり、介護の原因はその4分の1ほどが運動器の障害ということになります。この運動器の障害について具体的な疾患名は、腰部脊柱管狭窄症、骨粗鬆症からの骨折、変形性膝関節症の3つが挙げられます。

ご高齢者の中にはこの3疾患のどれかを、また併発している方もいらっしゃると思います。思いあたる疾患があり、病院に行かれていない方はお近くの整形外科を受診し、早期診断・加療をしていただくのがよいでしょう。なぜなら早期であれば運動を中心とした保存療法の効果が高いと言われているからです。また、腰痛・下肢痛のない方でも運動・体操をすることがロコモ予防になるため、いつもより早足で歩く、万歩計を持ち前日より歩くようにするなどの工夫をしていただければよいと考えます。痛みや、腰が曲がるのは年齢のせいだとあきらめず、ぜひ加齢に逆らっていただきたいと思います。

(脊椎ケアセンター 助教 石元 優々)

問い合わせ 和歌山県立医科大学附属病院紀北分院 (☎ 22-0066)

### 認知症相談

～認知症に関わることなどでお悩みの方の相談に応じます～

日時 5月1日(月)、15日(月) 両日とも午後1時～3時

場所 かつらぎ町地域福祉センター2階 (かつらぎ町地域包括支援センター)

※相談者が多数の場合は受け付けさせていただき、後日ご連絡・ご訪問します。

※介護、福祉、健康面など生活に関わる相談は随時受け付けています。

問い合わせ かつらぎ町地域包括支援センター (☎ 22-2322)



## ヤング健診のお知らせ

若年者向けのヤング健診を実施します。ぜひこの機会に健診を受診してください。

日 程 7月22日(土) 受付：午前8時30分～10時  
 場 所 保健福祉センター3階  
 対 象 者 昭和53年4月2日～平成10年4月1日生まれ  
 実施科目 血液検査、身体計測、血圧測定、尿検査  
 自己負担 無料  
 申込方法 電話でお申し込みください。  
 申込締切 5月31日(水)

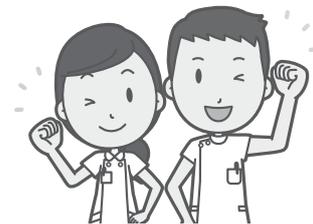


申し込み・問い合わせ やすらぎ対策課衛生係 (内線2053)

## ヤングミニドック健診のお知らせ

本町が実施している集団健診と同時に35歳～39歳の方を対象にヤングミニドック健診を実施します。この機会に健診を活用していただき、今後の健康管理にお役立てください。

日 程 7月23日(日)～29日(土)、31日(月)～8月2日(水) 受付：午前7時30分～10時  
 場 所 保健福祉センター3階  
 対 象 者 昭和53年4月2日～昭和58年4月1日生まれ  
 実施科目 血液検査、尿検査、心電図、身体計測、血圧測定、  
 胃・肺・大腸がん検診  
 自己負担 5,000円  
 申込方法 電話でお申し込みください。  
 申込締切 5月31日(水)



申し込み・問い合わせ やすらぎ対策課衛生係 (内線2053)

## 胃内視鏡検査について



厚生労働省の「がん検診実施のための指針」に基づき、本町が実施している胃内視鏡検査では、原則として静脈注射による鎮痛薬・鎮静薬は使用できなくなりました。これは、検診をより安全に行うことを目的としています。

ただし、咽頭麻酔（喉をしびれさせる飲み薬）や鼻腔麻酔（鼻をしびれさせる薬）などの薬剤を使用して胃内視鏡検査は従来どおり可能ですので、ご理解いただきますようお願いいたします。

問い合わせ やすらぎ対策課衛生係 (内線2053)



## 大学連携事業

# 『かつらぎ町健康レシピ』



かつらぎ町産の野菜を使用し、栄養学の観点から減塩レシピ、年代別のヘルシーレシピなどを学生に考案してもらい、日常の食生活に取り入れてもらうことにより住民の健康増進を図ることを目的にかつらぎ町と大阪樟蔭女子大学が連携し健康レシピを作成しました。

今後、下記内容で皆さんに紹介しますので、ぜひ作ってみてください。

### ダイエットレシピ

- ◆しいたけハンバーグ
- ◆大根おろしカレーライス
- ◆里芋グラタン

今月号で紹介します



### 40代50代の減塩レシピ

- ◆彩りマリネ
- ◆鶏の柿ジャム煮
- ◆トマトのカップサラダ
- ◆ほうれん草の梅おかかあえ
- ◆白菜の豆乳スープ
- ◆小松菜とえのきのおかかあえ

### 子どもの減塩レシピ

- ◆煮込みハンバーグ・トマトソース
- ◆豚汁
- ◆芋もち
- ◆さつまいもサラダ
- ◆コールスロー
- ◆トマト春巻き

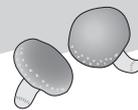
## ダイエットレシピ

### しいたけハンバーグ



#### <材料…1人分>

牛ひき肉	50g	たまねぎ	40g
にんじん	20g	はくさい	20g
しいたけ	60g	水煮大豆	25g
全卵	15g	パン粉	5g(大さじ2弱)
塩こしょう	少々	ケチャップ	5g(小さじ1)



#### 一人当たり

エネルギー	: 254kcal	たんぱく質	: 17.0g
脂質	: 14.4g	炭水化物	: 16.0g
食塩	: 0.8g		

#### <作り方>

- ①野菜をすべてみじん切りにする。
- ②しいたけの軸もみじん切りにし、野菜と混ぜる。
- ③野菜としいたけの軸を一緒に炒める。
- ④ひき肉と③、粗く潰した大豆、卵、パン粉を一緒に混ぜる。
- ⑤塩こしょうで味付けをする。
- ⑥⑤のタネをしいたけのかさに乗せる。
- ⑦フライパンで焼く。

#### ポイント♪

- \*大豆と本町産の野菜をたっぷり使用
- \*しいたけに肉詰めする  
→肉の使用量を減らすことで、エネルギーは抑えていても、満腹感が得られます！

#### ちょっと工夫♪

- \*牛ひき肉を鶏ムネミンチにしても◎



## 大根おろしカレーライス



### <材料…1人分>

米	80g	じゃがいも	35g
たまねぎ	20g	にんじん	15g
牛肉	20g	油	3g (小さじ1弱)
水	140ml	コンソメ	1g (小さじ1/3)
大根おろし	20g	カレールー(市販)	9g
片栗粉	0.8g(小さじ1/3弱)		

### 一人当たり

エネルギー	: 446kcal	たんぱく質	: 10.4g
脂質	: 9.1g	炭水化物	: 77.3g
食塩	: 1.4g		

### <作り方>

- ①じゃがいも・にんじんは一口大に、たまねぎは薄切りにする。
- ②大根はすりおろしておく。
- ③鍋をあたため油を入れて、たまねぎを炒める。
- ④たまねぎがあめ色に変わり始めたら、肉、にんじん、じゃがいもを入れて炒める。
- ⑤水を入れ、コンソメで味を整えて沸騰したらあくを取る。大根おろしを入れ、野菜に火が通るまで煮込む。(中火～弱火: 15分ほど)
- ⑥カレールーと水溶性片栗粉(同量の水で溶いたもの)を入れ、とろみが出るまで弱火で煮込む。

### ポイント♪

- \*カレールーの量を半分にしてよりヘルシーに！
- \*本町産の大根をおろして使用！
- \*ゴロゴロ野菜をたっぷり満足感アップ！

### ちょっと工夫♪

- \*じゃがいもは「メイクイン」よりも「だんしゃく」を使うと、よりとろみ感が出ます。
- \*カレー粉を小さじ1/4程度加えて煮込むとスパイシーな大人のカレーになります。

## 里芋グラタン



### <材料…1人分>

★ホワイトソース			
牛乳	55g	里芋(小芋)	45g
コンソメ	2g	無塩バター	1g(小さじ1/4)
★具材			
ぶなしめじ	40g	かぼちゃ	20g
ブロッコリー	10g	マカロニ(乾燥)	10g
とろけるチーズ	15g	パン粉	1g(小さじ1)

### 一人当たり

エネルギー	: 230kcal	たんぱく質	: 9.8g
脂質	: 7.6g	炭水化物	: 30.7g
食塩	: 1.4g		

### <作り方>

- ①ゆでた里芋をフードプロセッサーにかける。
- ②鍋に①と牛乳を入れ、コンソメで味を整える。
- ③マカロニをゆでる。
- ④ぶなしめじをレンジで加熱する(600W20秒)。
- ⑤かぼちゃをレンジで加熱する(600W1分)。
- ⑥ブロッコリーをレンジで加熱する(600W20秒)。
- ⑦器に具を盛り、ホワイトソースをかける。
- ⑧とろけるチーズ、パン粉をお好みでかける。
- ⑨200℃に予熱したオーブンで約10分焼く。

### ポイント♪

- \*ホワイトソース不使用  
代わりに本町産の里芋を使いました！
- \*バター・小麦粉 不使用
- \*野菜たっぷり
- \*エネルギー量は一般的なグラタンの1/2！

### ちょっと工夫♪

- \*野菜はお好みでアレンジ幅は無限大例) かぼちゃ→にんじん



## 子育て支援センターからのお知らせ

日・祝以外は開いているのでいつでも遊びに来てね。

### わくわく広場

1歳児以上のお友達とお母さんの遊びの場です。  
・5月11日(木) 午後3時～3時45分

### なかよし広場

子育て講座や親子でふれあう交流の場を開いています。  
・5月25日(木)  
午前10時～11時

公園であそぼう☆  
※平和公園集合・解散  
※持ち物…帽子・飲み物など  
※雨天…『センターであそぼう』

### おしゃべりサロン

子育てについて、いろんなおしゃべりを楽しもう♪  
・5月18日(木) 午前10時～11時

### 赤ちゃんクラブ「よちよち」

1歳未満の赤ちゃんとお母さんのふれあいの場です。  
・5月15日(月) 午前10時～11時

### 育児相談

子育てについて悩んでいませんか？  
・5月18日(木) 午後1時～3時  
※この日以外でも気軽にご相談ください。

親子の  
コミュニケーション遊び  
『ファースト・サイン』  
※要申込

### 「おめでとう」コーナー

誕生日の記念に手形or足形を残しませんか？  
・毎月第1、第2金曜日 午前中(午前9時～11時30分)  
※お誕生月の未就園児のみの対象とさせていただきます。

場所(上記いずれも)：子育て支援センター(保健福祉センター1階)

問い合わせ 子育て支援センターはぐくみ(☎22-0300)



H28年度最後のなかよし広場は『おわかれ会』でした。大正琴の伴奏で歌ったり♪パネルシアターを見たり…楽しい時間を過ごしました。



## ● 育児サークル

サークル名	場所	日時
笠田育児サークル	笠田ふるさと交流館(笠田公民館)	5月19日(金)10:00～11:00
		6月16日(金)10:00～11:00
妙寺・三谷育児サークル	三谷公民館	5月12日(金)10:00～11:00
	丁ノ町地域交流センター	6月9日(金)10:00～11:00
洪田育児サークル	見好公民館	5月11日(木)10:00～11:00
		6月8日(木)10:00～11:00
佐野育児サークル	笠田公民館佐野分館(佐野ふれあい館)	5月24日(水)10:00～11:00
		6月28日(水)10:00～11:00
丁ノ町育児サークル	丁ノ町地域交流センター	5月18日(木)10:00～11:00
		6月15日(木)10:00～11:00



## 園庭開放



	こども園名	日 時
5月	佐野 第2火曜日	5月9日 午前9時30分～10時30分
	三谷 第3火曜日	5月16日 午前9時30分～10時30分
6月	佐野 第2火曜日	6月13日 午前9時30分～10時30分
	三谷 第3火曜日	6月20日 午前9時30分～10時30分



# 5月の保健カレンダー

【問い合わせ】やすらぎ対策課衛生係（内線2054・2059）

## ● 母子の健診・相談・教室

事業名	日時	対象	場所	内容など
4か月・6か月児健康診査	5月30日(火) 13:00～14:00	平成28年11月生まれ 平成29年1月生まれ	保健福祉センター	身体計測・医師による診察・発達観察・育児相談・離乳食指導 [バスタオル持参]
3歳6か月児健康診査	5月26日(金) 13:00～14:00	平成25年10月生まれ 平成25年11月生まれ		身体計測・医師による診察・歯科医師による歯科検診・歯科指導・発達観察・食事指導
10か月児健康相談	5月11日(木) 9:30～10:00	平成28年6月生まれ		身体計測・発達観察・育児相談・歯科指導・離乳食指導
	6月1日(木) 9:30～10:00	平成28年7月生まれ		
2歳児健康相談	5月1日(月) 9:30～10:00	平成27年3月生まれ		身体計測・発達観察・育児相談・食事指導・歯科指導
	6月5日(月) 9:30～10:00	平成27年4月生まれ		
股関節検診	5月16日(火) 13:15～13:30	平成28年11月・12月生まれ 平成29年1月・2月生まれ		股関節異常の有無
子育て教室「すくすく」	6月9日(金) 13:30～15:30	おおむね4か月児健診を受診するまでの子を持つ保護者・妊婦		授乳指導・子育てワンポイント・交流会 [事前に申し込みが必要です]
7か月児教室「さくらんぼ」	5月11日(木) 13:30～14:30	平成28年10月生まれ		ふれあい遊び・子守歌・絵本の読み聞かせ・ペーパーサート・交流会・ブックスタート事業による絵本のプレゼント
	5月25日(木) 13:30～14:30			
11か月児教室「りんごちゃん」	5月10日(水) 10:00～11:00	平成28年5月生まれ	ふれあい遊び・手遊び・お歌・絵本の読み聞かせ・交流会	
	6月7日(水) 10:00～11:00	平成28年6月生まれ		

※いずれの場合も、母子手帳を持参してください。

※4か月・6か月児、3歳6か月児健康診査については、午前11時から会場で受付番号札を配布します。

## ● 糖尿病フォローアップ教室

年間を通して、糖尿病についての正しい知識が学べる教室です。皆で楽しく健康づくりに取り組んでみませんか。途中からの参加も大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

### ◆ 5月の内容

#### 「糖尿病の栄養管理をマスターしよう！」

日時 5月10日(水) 9:30～12:00

場所 保健福祉センター3階

※動きやすい服装でお越しください。  
水分補給の用意も忘れずに！

### ◆ 6月の内容

#### 「血糖値を下げる仕組みについて知ろう！」

日時 6月14日(水) 9:30～12:00

場所 保健福祉センター2階

※動きやすい服装でお越しください。  
水分補給の用意も忘れずに！

## ● 一般健康相談

乳幼児から高齢者までお気軽にご利用ください。また、時間を要するご相談につきましては、事前に予約をお願いします。

日時 5月2日(火)・6月6日(火) 9:30～11:00

場所 保健福祉センター

