

広報

くしもと

2018

6

No.158

どこへでも駆けつける

串本町消防本部 ほふく救出訓練





協定書を交わす田嶋町長と北本支配人（右）

串本町は、4月27日にグラウンドオープンした温泉宿泊施設の大江戸温泉物語南紀串本（北本哲也支配人）と「災害時における一時避難場所（津波避難ビル）および避難所としての使用に関する協定」を結び、同日開催された同施設のオープンセレモニーにおいて、協定締結式が行われました。

同施設は、鉄筋コンクリート地上5階、地下1階の建物で、平成29年度に耐震改修工事を実施。地上10・9m以上の高さになる4階



避難所にもなる大江戸温泉物語南紀串本の外観

津波避難ビル・避難所の役割も果たす

大江戸温泉物語 南紀串本オープン

から屋上までが、津波発生時の一時避難場所になります。

災害時には、収容人数の半数となる257名の避難者を受け入れ、食事や飲料水、風呂、布団、トイレの提供を行う避難所としての役割も果たします。

協定書を取り交わした田嶋町長は「いつ地震や津波が起こるか分からないこの時代に、このように立派な施設を避難所として利用させていただけることを本当にうれしく思います。」と話しました。

大会に向けて串本町実行委員会が設立

ねんりんピック紀の国わかやま2019

平成31年11月9日から11月12日にかけて和歌山県内で開催される第32回全国健康福祉祭和歌山大会（ねんりんピック紀の国わかやま2019）に向けて5月9日、串本町地域保健福祉センターで「ねんりんピック紀の国わかやま2019串本町実行委員会」の設立総会が行われました。

同委員会は、串本町で実施するサッカー競技の交流大会と関連イベントの円滑な大会運営を図ることを目的に設立。田嶋町長が会長となり、役場福祉課内に事務局が置かれました。今後は、大会実施計画等の策定や関係機関・関係団体との連絡調整、リハーサル大会の実施、広報・啓発活動などを行い、大会に向けて準備が進められます。

「ねんりんピック」の愛称で親しまれる「全国健康福祉祭」は、60歳以上の方々を中心としたスポーツと文化の祭典で、昭和63年から毎年各都道府県で開催されています。



実行委員会設立総会の様子

和歌山大会におけるサッカー競技は、串本町、田辺市、新宮市、上富田町の4市町が開催地となり、60チームが参加。そのうちの20チームが、串本会場のサン・ナンタランド・多目的グラウンドで試合を行う予定です。

田嶋会長は「串本の素晴らしい自然や歴史、文化に親しんでいただけるようなおもてなしをし、いっそうの健康増進に努めるきっかけになるような大会にしたい。」と挨拶しました。

労働トラブル等の相談窓口を設置しています！

ご存知ですか？和歌山労働局では『総合労働相談コーナー』を開設しています。

解雇、雇止め、配置転換、賃金の引下げ、募集・採用、いじめ・嫌がらせ、パワハラなどの労働問題全般について、電話や面接での労働相談を行っております。

労働者、事業主どちらからの相談、学生のアルバイト先でのトラブル相談もお受けします。

ご利用は無料で、専門の相談員が対応いたします。

相談者の方のプライバシーの保護に配慮した相談対応を行っておりますので、お気軽に最寄りの総合労働相談コーナーにご相談ください！

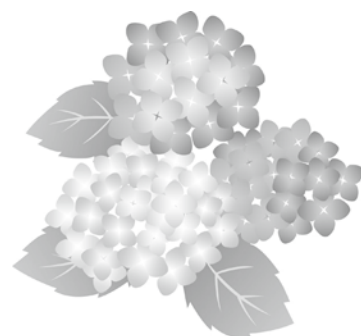
■総合労働相談コーナー（相談受付時間：平日8：30～17：15）

和歌山労働局総合労働相談コーナー	和歌山市黒田2-3-3	073-488-1020
和歌山総合労働相談コーナー	和歌山市黒田2-3-3	073-488-1200
御坊総合労働相談コーナー	御坊市湯川町財部1132	0738-22-3571
橋本総合労働相談コーナー	橋本市東家6-9-2	0736-32-1190
田辺総合労働相談コーナー	田辺市明洋2-24-1	0739-22-4694
新宮総合労働相談コーナー	新宮市清水元1-2-9	0735-22-5295

※平成30年7月から12月まで「ハラスメント特別相談窓口」を開設します。

◇お問い合わせ先◇ 和歌山労働局雇用環境・均等室 Tel 073-488-1170

6月



くしもと

June. 2018 No.158

Contents
もくじ

- 労働トラブル等の相談窓口設置／コンテンツ
- まちのわだい
- 町営住宅入居者募集のお知らせ
- ひとり親家庭医療費受給資格更新手続きについて／児童手当の現況届の提出について／母子生活支援施設「白浜なぎさホーム」のご案内
- 消費者行政について／オオキンケイギク・ナルトサワギクは特定外来生物です
- 国保財政の健全化に向けて（40）
- 里親相談会のご案内／消費税軽減税率制度説明会を開催します
- 不法投棄監視カメラ設置中／地域おこし協力隊です
- よるこびかなしみ
- 保健センターだより
- くしもと町立病院コーナー
- 火災・救急件数／人口と世帯／募集
- お知らせ
- 相談／今月の納税

主な電話番号

市外局番 0735

串本町役場本庁舎	62-0555
串本町役場古座分庁舎	72-0081
くしもと町立病院	62-7111
串本町教育委員会	72-0017
文化センター	62-0006
串本町図書館	62-4653
保健センター	62-6206
地域包括支援センター	62-6005

防災行政無線（町内）放送の
電話音声案内サービス
0120-928-649（無料）

町営住宅入居者募集のお知らせ

■募集団地

団 地 名	建設年度	所 在 地	住宅の間取り	募集戸数	月 額 家 賃
大島田代団地 (2号室)(3号室)	昭和54年度	大島 1685番地の1	3DK 簡易耐火構造 2階建て	2戸	11,100円～ 16,500円
前地西団地 (A02号室) (B12号室)	平成26年度	和深453番地6 和深453番地10	2LDK 木造平屋建て	2戸	11,900円～ 17,700円
西向C団地 (14号室)	昭和53年度	西向426番地の1	4DK 簡易耐火構造 2階建て	1戸	16,500円～ 24,600円

※入居の際には、連帯保証人2名および家賃3カ月分の敷金が必要です。

■お申し込み等の日程

・申込用紙の配布

- 【期 間】 平成30年6月4日(月)～平成30年6月15日(金)
※ただし、土・日は除きます。
- 【時 間】 午前8時30分～午後5時15分
- 【場 所】 串本町役場本庁舎 総務課
または串本町役場本庁舎・分庁舎 住民課でも配布します。

・申込用紙の受付

- 【期 間】 平成30年6月4日(月)～平成30年6月15日(金)
※ただし、土・日は除きます。
- 【時 間】 午前8時30分～午後5時15分
- 【場 所】 串本町役場本庁舎 総務課
※分庁舎では、受付をしておりませんのでご注意ください。

■お申し込み資格

- (1)串本町内に住所または勤務先を有する方。
 - (2)現に住宅に困窮していることが明らかな方。
 - (3)同居しようとする親族があり、本人を含めて2人以上の世帯であること。
ただし、老人、身体障がい者、その他特に居住の安定を図る必要がある方として条例で定める方については、単身で入居することができる。
 - (4)町税等の滞納が無いこと。
 - (5)本人および同居人の収入を加算して、年間所得金額が条例の規定以内であること。
 - (6)本人および同居人が暴力団員でないこと。
 - (7)現在公営住宅に入居していないこと(ただし、世帯分離し独立される方を除く)。
- ※ その他の事項については法令を遵守します。

■お申し込みに必要な書類

- ①町営住宅入居申込書 ②収入証明書(課税証明書および源泉徴収票等)
③町税等納付状況調査同意書 ④住民票 ⑤婚約証明書(※該当者のみ)
※②(課税証明書)、④の書類については、町営住宅入居申込書にマイナンバー(個人番号)をご記入いただくことで、提出を省略できます。

◇お問い合わせ先◇ 串本町役場 総務課 Tel 0735-62-0555

町消防隊員が全力で競技に挑む

串本町消防本部 県救助技術会選考会

6月5日に開催される第47回和歌山県消防救助技術会に出場する消防隊員を決めるため、5月10日、串本町消防本部で選考会が行われました。

選考会は、5人(要救助者含む)1組で要救助者を地上7mの高さまで引き揚げる「引揚救助」、3人(要救助者含む)1組で煙道から要救助者を搬送する「ほふく救出」、垂直のはしごを15mの高さまで登る「はしご登はん」の3種目の競技が実施され、26名の隊員

が参加。隊員たちは、非番や公休日を利用して訓練に励み、競技に挑みました。

競技終了後、寺島正彦消防長は「どのチームが県大会に出場しても問題のない、高いレベルであったと思います。」と隊員たちを称えました。

安全性、確実性、所要時間を基準とした減点方式による審査の結果、引揚救助1組、ほふく救出2組、はしご登はん1名の計11名が県大会の代表に選ばれました。



①要救助者を抱えて搬送 ②7mの高さからロープを使って降りる ③垂直のはしごを一気にかけ登る ④空気呼吸器を装着して煙道から救助

串本町産ポンカンを使った頭皮液完成

串本ふるさと大使が商品開発を手がける

東京で化粧品品の企画製造や販売をする会社を経営している串本ふるさと大使の前田裕子さんが5月11日、田嶋町長を表敬訪問し、串本町産のポンカンを使った頭皮液「紀州串本 青ポンカン頭皮液」が完成したことを報告しました。

2年前に重畳山を訪れた前田さんは、串本町産の竹田敏明さんが地元で採れたイセエビの殻などから作った有機堆肥を使って栽培する無農薬のポンカンに心ひかれ、かんきつ類の青い実が育毛に効果



完成した「紀州串本 青ポンカン頭皮液」

があることに目をつけて、付き合っている無添加化粧品の製造会社商品開発を働きかけました。摘果する青いポンカンから半日かけて低温で抽出したエキスを、用し、石油系由来の成分は加えられていないため、誰でも安心して使えるものとなっています。

前田さんは「地元のものを使っておもしろい商品ができました。」と話され、田嶋町長は「観光客が増え、串本独自のお土産がほしいという声がある中で、このような商品ができたことは町としてもうれしいこと。」と感想を述べました。竹田さんが営む農園「四季彩園」のほか、町内の観光施設などで販売される予定で、串本町ふるさとのもちづくり応援寄付の返礼品にも追加されています。

産業課からのお知らせ

消費者行政について ー第4回 架空請求ハガキー

今回は、長期に渡り全国的に被害が多発している架空請求ハガキについてです。

報告されている手口は、『ハガキの文面で不安をあおり、記載された電話番号へ連絡した人に対し、劇場型詐欺を演じて、最終的に恫喝する』というものです。

高齢者の方の中には、説教してやろうという思いから電話をされる方もいますが、電話番号を知られることで迷惑電話が頻繁にかかってくるなど生活に支障がでる事例も報告されていますので、絶対にハガキに記載された電話番号に連絡しないでください。

詐欺業者は、電話がかかってくる確率の高い文章へと次々に変えていきますので、『この文言が出てきたら詐欺』という認識は危険です。

現にマスメディア等で、「嘘の訴訟でも、無視して裁判所に出廷しないと、架空の債権が確定し不利益を被る」と報道されたところ、詐欺グループ側は「裁判を欠席すると、相手方の言い分通りの判決が出されるので、電話してください。」と文言を変えています。

訴訟が起こされたという文書は、裁判所の封書で届きます。**重大な個人情報（滞納、訴訟）は、大勢の目に触れるハガキでは絶対に届きません。**もし、裁判所からの封書が届いた場合は、最寄りの裁判所に問い合わせることをおすすめします。

◇ご相談先◇ 消費者ホットライン TEL 188（局番なし）



住民課からのお知らせ

\\ご注意ください\\ オオキンケイギク ナルトサワギク は特定外来生物です

オオキンケイギクは、毎年5月から7月にかけて直径5cmほどのオレンジがかった黄色の花を咲かせ、ナルトサワギクは、1年をとおし一円玉大（直径2～2.5cm）の黄色の花を咲かせる植物で、町内でも確認されています。繁殖力が非常に強く、生態系に悪影響を与えるおそれがあるとして、特定外来生物に指定されています。

生息地が拡大することを防止するため、外来生物法により、生きたまま移動させる、保管するなどの行為が禁止されています。きれいな花だからといって絶対に持ち帰ったり、栽培しないでください。

処分する場合は、根から引き抜いたものをビニール袋等に詰め、現場付近で2～3日天日にさらして枯死させてから、可燃ごみ袋に入れて

燃えるごみの日に出してください。

皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

※特定外来生物の詳細は、環境省HPに掲載されています。(https://www.env.go.jp/nature/intro/)

①コスモスに似た形の花を咲かせるオオキンケイギク



1



②通常13枚の花びらをつけるナルトサワギク（写真は環境省HPから引用）

2

住民課からのお知らせ

ひとり親家庭医療費受給資格更新手続きについて

ひとり親家庭医療費の受給資格は、毎年、更新手続きが必要となります。6月中旬に受給資格者の方へ更新申請書を送付しますので、必要事項をご記入のうえ、役場住民課までご提出ください。

なお、申請書の提出がない場合、8月以降の受給者証を交付することができませんので、ご了承ください。

提出期限は
平成30年7月6日(金)



◇提出・お問い合わせ先◇ 串本町役場 住民課 福祉医療係 TEL 0735-62-0561

こども未来課からのお知らせ

児童手当の現況届の提出について

児童手当を受給されている全ての方は、毎年6月中に「現況届」を提出しなければなりません。この届出書は、毎年6月1日における状況を記載し、児童手当を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。現況届の提出がない場合、6月以降の児童手当を受けることができなくなります。対象者には届出用紙を送付します。

■現況届に必要な添付書類

◎健康保険証の写し(受給者が国民健康保険以外の場合)
※その他、必要に応じて提出する書類があります。
※公務員の方は、勤務先にお問い合わせください。

■受付期間

平成30年6月29日(金)まで

◇提出・お問い合わせ先◇

串本町役場 こども未来課(本庁舎) TEL 0735-67-7027
住民課 (古座分庁舎) ※受付のみ



こども未来課からのお知らせ

母子生活支援施設「白浜なぎさホーム」のご案内

「県立白浜なぎさホーム」は、18歳未満の子どもを養育している母子家庭のお母さんが生活上の問題を抱え、子どもの養育を十分できない場合に、母子で一緒に利用できる児童福祉施設です。

居室を提供するほか、支援員がお母さんの生活相談に応じたり、お子さんの学習指導などを行い、退所後の生活の安定が図られるように支援します。

詳しくは、下記にお問い合わせください。

◇お問い合わせ先◇

串本町役場 こども未来課 TEL 0735-67-7027
西牟婁振興局健康福祉部 TEL 0739-22-1200



里親支援センターからのお知らせ

里親相談会のご案内



子どもの成長には、家庭で暮らす時間や経験がとても大きな役割を担っています。ところが今、様々な理由から親と一緒に暮らすことのできない子どもたちがいます。そんな子どもたちを自分の家庭に迎え入れ、温かい愛情と正しい理解でその成長をサポートする人が「里親」です。里親制度について詳しい話を聞いてみたい方は、「里親支援センターほっと」までご連絡ください。

また、次の日程で里親相談会を開催します。少しでも話を聞いてみたい方は、予約のご連絡をお願いします。

《串本会場》

■場所 串本町文化センター 2階C会議室
(串本町串本2427番地)

■日時 ①平成30年 6月13日(水)
②平成30年 6月17日(日)
③平成30年10月 3日(水)
④平成30年10月14日(日)
いずれも10:00~12:00

《新宮会場》

■場所 新宮市保健センター
(新宮市新宮451番地)

■日時 ①平成30年 7月 2日(月)
②平成30年 7月 8日(日)
③平成30年11月 4日(日)
④平成30年11月 7日(水)
いずれも10:00~12:00

◇お問い合わせ先◇

里親支援センター ほっと

和歌山県西牟婁郡上富田町岩田2456-1 社会福祉法人 和歌山県福祉事業団 本部内
Tel 0739-34-2735(直通) / Tel 080-8349-9632(専用携帯電話)

新宮税務署からのお知らせ

消費税軽減税率制度説明会を開催します

「消費税軽減税率制度」が平成31年10月1日から実施され、個人・法人に関わらず、消費税免税事業者を含む全ての事業者の方が関係します。次のとおり説明会を開催し、よくある質問や制度のポイントを説明しますので、ぜひお越しください。

《新宮会場》

■日時 平成30年6月4日(月)
13:30~14:30

■場所 新宮商工会議所
(新宮市井の沢3-8)

■定員 200名

《串本会場》

■日時 平成30年6月7日(木)
13:30~14:30

■場所 和歌山県水産試験場
(串本町串本1557-20)

■定員 100名

※どなたでも参加できますが、収容人数を超えた際は、入場できない場合もあります。
※会場付近の駐車場には限りがありますので、公共交通機関等でお越しください。

◇お問い合わせ先◇ 新宮税務署 法人課税部門 Tel 0735-22-5261

住民課からのお知らせ

国保財政の健全化に向けて(40)

「病院に通院しているので、特定健診は対象外ではないの?」という声をよく聞きますが、対象外ではありません。

特定健診の対象外となる方

特定健診は、年度中に40歳以上である方全員が対象となります。健診の実施は、社会保険や国民健康保険、後期高齢者医療制度など、加入している医療保険が担当し、年1回、特定健診を受けられることになっています。

この方々のうち、対象外となるのは次の条件の方と国が定めています。

1. 妊婦または出産後1年以内の方
2. 福祉施設等に入所している方
3. 連続して6カ月以上入院している方
4. 国内に住所を有しない方
5. 刑事施設等に収監されている方

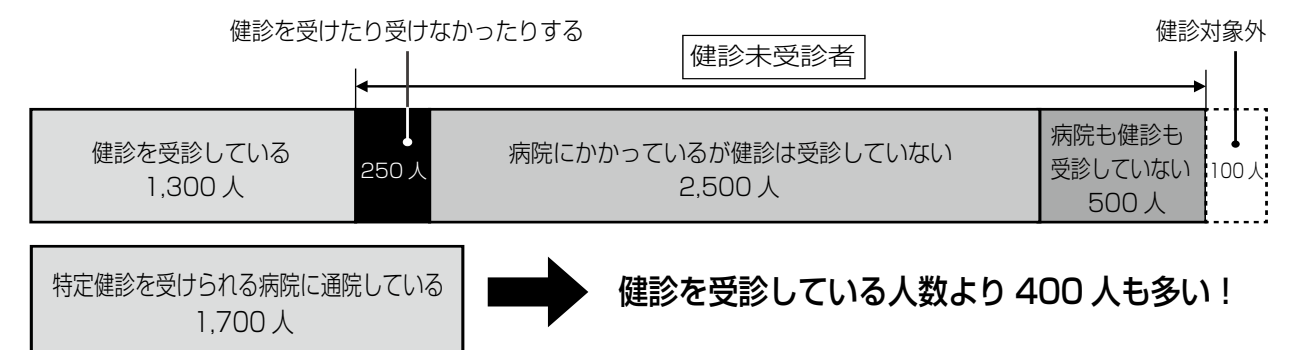
医療機関受診によって対象外となるのは、3番の長期入院の方だけであることが分かります。そのほかの条件もかなり特殊であり、40歳以上の方は、ほぼ全員が特定健診を受けていただく必要があります。

通院中の方で特定健診を受けていない人数

平成30年2月診療分の診療記録を見ると、串本町国保の特定健診(個別)を受けられる病院に外来でかかっている方は、約1,700名でした。

現時点でわかっている平成29年度の特定健診受診者数は約1,300名の見込みですので、少なくともあと400名は、いつも通っている病院で特定健診を受けることができるはずです。

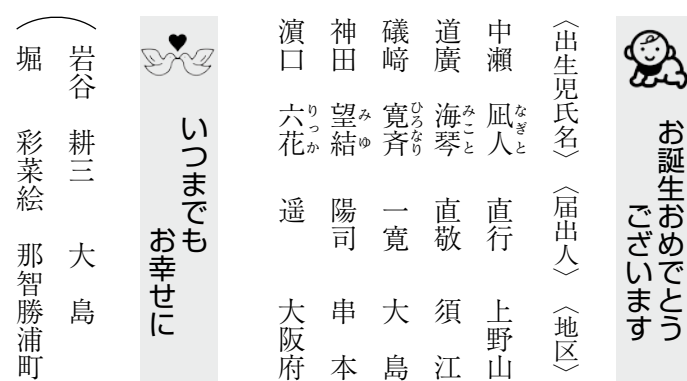
【特定健診対象者の内訳】



これは、受診率になおすと11%に相当し、一般的な中長期の受診率向上目標よりも高い数値になります。

特定健診の受診率は、国からの補助金額を左右する重要な数値です。通院中の方で特定健診を未受診の方は、ぜひ一度医療機関と相談していただきますようお願いいたします。





南	松原	師崎	西	中野	尾野	勝山	南出	露谷	南地	山口	松下	松原	坂本	塩崎	板野	鶴間	西野	 ご冥福を お祈りいたします
キミ	重子	淳	和子	武	健三	一雄	坦	ふぎに	せつよ	昭二	清澄	淳子	ツナエ	幸治	松美	祐子	光男	
81	87	86	90	81	78	84	85	99	85	90	81	89	90	84	96	90	80	
二色	串本	串本	串本	串本	串本	伊串	串本	串本	潮岬	潮岬	串本	串本	上田原	上田原	串本	潮岬	鬺野川	

広報くしもと 2018年6月号 10

骨粗しょう症検診のお知らせ ～ 節目女性（５０歳、５５歳）の皆さまへ～

骨粗しょう症は、長年の生活習慣病などにより骨がスカスカになって骨折しやすくなる病気です。閉経期以降の女性に多くみられますが、若い人でも栄養や運動不足、薬剤などの影響で生じる場合もあります。

今年度、骨粗しょう症検診の対象となっている方には個別通知していますので、この機会にぜひ受診しましょう。

■期 間 平成３１年１月３１日（木）まで

■自己負担 なし

■検診内容 骨塩定量検査（ＤＸＡ〈デキサ〉法）
※腰椎や大腿骨（太もものつけ根）の骨密度を計測します。

■受診方法 次の医療機関に電話で予約してください。

①くしもと町立病院（串本町サンゴ台６９１－７） Tel ０７３５－６２－７１１１

②けんゆうクリニック（串本町串本１７９０） Tel ０７３５－６２－５０８０

※けんゆうクリニックは、月・火・水・土曜日の検診となります。

■対 象 者

生 年 月 日	年 齢
昭和４３年（１９６８年）４月１日～ 昭和４４年（１９６９年）３月３１日	５０歳
昭和３８年（１９６３年）４月１日～ 昭和３９年（１９６４年）３月３１日	５５歳

検診費用は
無料です



◎検診についてのお問い合わせは、串本町保健センター（Tel ６２－６２０６）まで

パパママ教室を開催します

はじめてパパ、ママになる方やベテランパパ、ママのための教室です。妊娠期のこと、産後の育児のことについて一緒に勉強しませんか？



■日 時 平成３０年６月３０日（土）
１０：００～１１：３０

■場 所 串本町保健センター ２階ホール

■講 師 かつこ助産院
もとだて かつこ 先生

■対象者 妊婦さんとパートナー

■持ち物 母子手帳

出席していただける方は、**６月２７日（水）までに**保健センター（Tel ６２－６２０６）にご連絡ください。

産後ヨガ教室を開催します

出産後、休む間もなく育児を頑張っているお母さん。産後の身体を、ヨガを通してリフレッシュしましょう！

■日 時 平成３０年６月１９日（火）
１０：３０～１２：００

■場 所 子育て支援センター
にこにこひろば

■講 師 ヨガインストラクター
じょう ちひろ 先生

■対象者 産後４か月頃から１０か月頃までのお母さん（赤ちゃんも一緒にご参加いただけます。）

■持ち物 飲み物・汗ふきタオル・母子手帳
健康保険証

※動きやすい服装でお越しください。

お申し込みは、**６月１５日（金）までに**保健センター（Tel ６２－６２０６）にご連絡ください。

保健センターだより

※健診・教室等についてのお申し込み・お問い合わせは、
保健センター（Tel ０７３５－６２－６２０６）まで

6月の行事カレンダー

母子・成人事業

◎各事業の対象となる方には個別にご連絡しております。

日 (SUN)	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)
					1 きらきらくらぶ	2 集団健診 (町立体育館)
3 集団健診 (町立体育館)	4 日本脳炎予防接種	5	6	7 2歳6か月児 歯科健診・相談	8	9 おひさまくらぶ
10	11	12 かるがもひろば 健康相談 (※)	13 日本脳炎予防接種	14 3歳6か月児健診	15 きらきらくらぶ	16 集団健診 (古座分庁舎)
17	18	19 産後ヨガ教室	20	21 日本脳炎予防接種	22	23
24	25	26	27 有酸素運動教室	28 4か月児・ 10か月児健診	29	30 パパママ教室

※健康相談は、保健センターにて１３時３０分から１５時まで実施します。

希望者（４０歳以上の女性）には骨密度測定を実施しますので、６月１１日（月）までにお申し込みください（先着３０名様）。

歯周疾患検診 無料のお知らせ

６月１日（金）～１２月２８日（金）までの期間で歯周疾患検診が始まります。

対象者の方には、５月下旬に無料受診券を送付しますのでご利用ください。

【対象者】

平成３０年４月～平成３１年３月までの間で
４０歳・５０歳・６０歳・７０歳になる串本町民

6月4日（月）～6月10日（日）は「歯と口の健康週間」です。

年に１回、歯と口腔の健康確認をしましょう。

「早めに治療しておけば良かった・・・」と後悔しないように。勇気を出して受診を！！



個別健（検）診のお知らせ

次の期間で個別健（検）診が始まります。

■がん検診：平成３０年 ６月 １日（金）～
平成３０年１２月２８日（金）

■特定健診：平成３０年 ６月 １日（金）～
平成３１年 １月３１日（木）

▶健（検）診の申込みをされている方は、お手元の通知をご覧ください、受診してください。

▶まだ健（検）診の申込みをされていない方は、保健センターまでご連絡ください。



献血にご協力ください

下記の日程で献血を行います。皆さまのご協力をよろしくお願いします。

■日時 平成３０年６月２８日（木）
１３：１５～１６：００

■場所 串本町役場古座分庁舎前

栄養部だより【認知症にならないために ～ 予防と食事 ～ 】

認知症の予防に大切なことは、脳の健康を維持することです。
そのためには、生活習慣病の改善と食事からの老化予防が重要です。



認知症予防のための食事とは

■バランスの良い食事を摂取する

たんぱく質・脂質・炭水化物・ビタミン・ミネラルなどの様々な栄養素をバランスよく摂取することは、脳に必要な栄養を補うことにつながります。

■摂取カロリーを守る

摂取カロリーに気を付けることで、肥満を予防できます。肥満は、アルツハイマー型認知症になりやすいだけでなく、内臓脂肪の蓄積によって、高血圧や糖尿病、たいとうのういじょう耐糖能異常を引き起こします。
※耐糖能異常とは、糖尿病と診断されるほどではないものの、血糖値が正常より高い状態のことです。

同じ食事内容でも、量や調味料を変えることによって、摂取カロリーや塩分量を調整することができます。病院で作っている2種類の食事と比べてみます。



《糖尿病食》

米飯150g、鶏肉のパン粉焼き（ソース付き）、コンソメスープ、大根ゆかり和え



《減塩食》

米飯200g、鶏肉のパン粉焼き（ソース付き）
コンソメスープ（1/2量）、大根ゆかり和え

- | | |
|------------------|---------------------|
| ○主食（米飯）量を変える | → カロリーを調整することができます。 |
| ○ソースの種類やスープ量を変える | → 塩分量を調整することができます。 |

認知症の原因と、認知症に関連深い生活習慣病である脳卒中、糖尿病、高血圧、脂質異常症、肥満（メタボリックシンドローム）を予防する食材には、次のようなものがあります。積極的に食事に取り入れましょう。

- 青魚（サバ、イワシ）、まぐろ、ブリ、ウナギ、鮭
- 大豆製品
- しいたけ
- オリーブオイル



今日も明日も おたっしやで。

■くしもと町立
病院コーナー■
Vol.74

小児の脱水について

脱水とは、体の中の水分が足りなくなった状態のことを言います。子どもたちは脱水になりやすいですが、それは一体なぜなのでしょう？理由は3つあります。

理由1. 体重に占める水分の量が多い

普通の大人では、体重の60%が水分でできているといわれていますが、乳児では体重の70%、さらに、新生児では80%を水分が占めています。

理由2. 体重あたりの必要水分量が多い

人の体の中では、水分は吸収されたあと、体の機能維持に使われたり、尿として老廃物を排泄したり、体温調節するために汗などで使われたりします。「子どもは汗っかきだ」、「子どもは代謝が良い」といわれるように、その分水分が必要となります。1日に必要な水分量は、大人では体重1kg当たり30mL程度（60kgの人なら1800mL）ですが、幼児では100mL（15kgの幼児なら1500mL）、乳児では150mL（8kgの乳児なら1200mL）くらいといわれています。体重がこれほど違うのに、必要な水分の総量はあまり変わらないのです。

理由3. 水分がより必要な状況のときほど、水分を摂取してくれない

子どもたちは、発熱や嘔吐、おうと下痢など、水分がより必要な状況のときほど、摂取してくれないことがよくあります。これは、ご家族の方が一度は経験したことがあるのではないのでしょうか。

これらのことがあって、子どもたちは脱水になりやすいと考えられています。

脱水になると、子どもたちはだるさを感じたり、いつもよりも遊ばなくなったりします。泣くときも涙を流さなかったり、口の中が乾燥したり、尿の回数が減ったりもします。よりひどい脱水では、体の中の塩分のバランスまで崩れてしまい、意識がぼんやりとして寝てばかりいたり、けいれんが起こったりします。

脱水の症状が出たときは、早めに病院を受診することが大切ですが、脱水にならないようにするために、こまめに水分補給をすることが重要です。特に、熱が出たり、下痢や嘔吐があったり、外の気温が高いときなどは、よりこまめな水分補給を心がけてください。できれば腸での吸収がよく、塩分のバランスも調節してくれる経口補水液などが好ましいと考えられます。体内の水分を汗などで余分に飛ばさないように、部屋の温度の調節や、湯船につかるのを控えることなども有効です。



これからの時期、日差しが強くなり、気温も上がりますので、脱水や熱中症などの危険性も高まります。脱水や熱中症などにならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。

（小児科より）

公開講座の開催について

くしもと町立病院公開講座を次のとおり開催しますので、ぜひご参加ください。

「生活習慣病と関連疾患」 ～健診結果にそって～

- 日時 平成30年6月1日（金）
午後7時00分～
- 場所 串本町商工会 2階研修室
- 講師 くしもと町立病院
消化器内科医員 南 知宏 医師
- ※午後6時30分から看護師による健康相談を行います。



（昨年の公開講座の様子）

小児科からのお知らせ

小児科では、5月から次のとおり午後診療を始めました。
午後診療は、**火曜日・木曜日・金曜日の午後2時から午後4時まで**です。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	×	×
午後	×	○	×	○	○	×	×

- 受付時間 午前診療は、午前7時30分から午前11時30分まで
午後診療は、午前7時30分から午後 3時45分まで

※平日の小児科診療は、救急の場合に限り、月曜日から金曜日の午後5時まで診療を行います。
ただし、夜間および土・日・祝日・年末年始は診察しておりませんので、ご注意ください。



患者さまにお願い

本人確認のご協力を
お願いいたします



診察のとき



注射のとき



検査のとき



手術のとき

患者さまを正しく確認させていただくために、次のときには
患者さまのお名前や生年月日を名乗っていただいております。



お知らせ

INFORMATION

火災件数（1月からの累計）



建物	2件
林野	0件
その他	5件
合計	7件

※平成30年4月30日が基準日

救急件数（1月からの累計）



交通	21件
急病	300件
その他	108件
合計	429件

※平成30年4月30日が基準日

串本町の人口と世帯

平成30年4月末現在（前月比）	
人口	16,433人（-24）
男性	7,716人（-21）
女性	8,717人（-3）
世帯	8,700世帯（23）

募集

放送大学 の入学 生募集

放送大学では、平成30年度第2学期（10月入学）学生を募集しています。

放送大学は、テレビ・ラジオ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。「働きながら大学を卒業したい」「学びを楽しみたい」など様々な目的で、10代から90代までの幅広い世代の方が学んでいます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

出願期間

- ・第1回 平成30年8月31日（金）まで
- ・第2回 平成30年9月20日（木）まで

お問い合わせ先

放送大学和歌山学習センター
TEL 073・431・0360
※資料を無料で差し上げています。

航空自衛隊ヘリコプタ 体験搭乗者の募集

航空自衛隊串本分屯基地では、航空自衛隊ヘリコプター（機種・CH・47J）の体験搭乗希望者を募集しています。

開催日

平成30年7月28日（土）（予定）
※天候等により中止になる場合があります。

開催場所

航空自衛隊串本分屯基地

対象者

小学生以上（小学生は保護者1人の同伴が必要です。）の健康状態に問題のないと認められる方
※妊娠中の方、健康に不安のある方、介添者の同伴が必要な方および車椅子が必要な方は搭乗をご遠慮ください。

応募方法

往復はがきに郵便番号・住所・電話番号・氏名（ふりがな）・年齢・職業（学年）をご記入のうえ、お申し込みください（往復はがき1枚につき4名まで申込み可能）。

宛先

〒649・3632
串本町須江1383・12
航空自衛隊串本分屯基地

【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。

体験搭乗係

▼応募締切

平成30年6月18日（月）必着

※応募多数の場合は抽選となります。
結果は、返信はがきにてお知らせします。

▼お問い合わせ先

航空自衛隊串本分屯基地 広報係

Tel 0735・65・0134

※詳しくは、航空自衛隊串本分屯基地ホームページ（<http://www.mod.go.jp/asdf/kushimoto>）をご覧ください。



お知らせ

水質検査結果および水質検査計画の閲覧について

平成29年度水質検査結果および平成30年度水質検査計画を水道課（役場古座分庁舎）にて開示していますので、閲覧を希望される方はお越しください。

▼お問い合わせ先

串本町役場 水道課

Tel 0735・72・0082

平成30年度労働保険
年度更新について

「労働保険」とは、労災保険と雇用保険を総称したもので、年度当初に労働保険料を概算で申告・納付し、翌年度当初に確定精算することとなっています。このような手続きを「年度更新」といいます。

事業所あてに年度更新用の申告書が郵送されますので、申告書を作成のうえ、次の期間中に申告・納付をお願いします。

▼手続き期間

平成30年6月1日（金）～

7月10日（火）

▼お問い合わせ先

和歌山労働局 総務部

労働保険徴収室

Tel 073・488・1102

和歌山県発達障害者
支援センター
「ポラリス」巡回相談

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、今年度も東牟婁地域の方を対象に巡

回相談を行います。

発達障害とは、脳の機能障害が原因と言われ、自閉症スペクトラム、注意欠如多動症、学習障害などがあります。コミュニケーションがとりづらい、対人関係をうまく築けない、落ち着かない、読み書きが苦手などは、本人の努力のなさや親の育て方が原因ではありません。

特性を正しく理解し、個々にあった関わりを持つことで様々な力を身に付けることが可能です。

▼対象

発達障害者ご本人やご家族、支援者等

▼場所

新宮保健所 串本支所

串本町西向193

▼日時

・奇数月の第2木曜日

平成30年7月12日、9月13日、

11月8日、

平成31年1月10日、3月14日

・午前11時～午後4時までの間で1件1時間

▼お申し込み方法

相談希望日の2週間前までに所定の様式でお申し込みください。

▼その他

電話・メール・来所相談も行つて



相談

▼特設人権相談

6月1日（金）

会場 串本町文化センター

串本町役場 古座分庁舎

▼人権相談

①6月7日（木）

会場 串本町役場 古座分庁舎

②6月21日（木）

会場 姫老人憩の家

※開催時間は各相談とも

午後1時30分～午後3時30分です。



今月の納税

▼納期限 平成30年7月2日（月）

・町県民税（1期）

・国民健康保険税（3期）

・介護保険料（3期）

※納期内に納付されない場合は、地方税法に基づく延滞金加算されます。納税はお早めに。

◎納税に関するお問い合わせは役場本庁舎 税務課へお願いします。

Tel 0735・62・0586



子どもの人権SOS
ミニレターについて

小学校・中学校の児童・生徒の皆さん全員に、レター用紙をお配りします。困ったこと、悩んでいることを書いて送ってください。
ひとりでも悩まずに何でも相談してください。

▼お問い合わせ先

和歌山地方事務局 人権擁護課

Tel 073・422・5131

移動県民相談の
開催について

▼日時

平成30年6月20日（水）

午後1時～午後4時

（相談時間は1件につき約20分）

▼場所

東牟婁振興局

新宮市緑ヶ丘2丁目4・8

▼内容

土地・建物、借地・借家、相続、離婚、金銭関係、損害賠償などの法律問題（弁護士が無料で相談）および行政相談

▼事前受付・お問い合わせ先

平成30年6月6日（水）

午前9時から

※東牟婁振興局 総務県民課へ

電話予約（先着9名）

Tel 0735・21・9607

【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。

【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。



プロ野球独立リーグ公式戦開催 和歌山FB vs 兵庫BS

5月12日、サン・ナンタンランド野球場でプロ野球独立リーグの公式戦が行われ、和歌山ファイティングバーズ（FB）と兵庫ブルーサンダーズ（BS）が対戦しました。

田嶋町長による始球式の後、正午に試合開始。地元少年野球チームも観戦し、元気よく応援歌を歌いました。

試合は2回裏に和歌山FBが1点を先制。その後も得点を重ねましたが、相手に逆転を許し、3時間半におよぶ熱戦の末に4対6で敗れました。

試合終了後、和歌山FBの選手による野球教室が行われ、少年野球チームの子どもたちがバッティングを中心に指導を受けました。子どもたちは、キャッチボールやトスバッティング、試合形式の練習などで汗を流しながら、選手との交流を楽しみました。

【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。