あなたと市政をつなぐ情報紙

Tanabe Publicity

広報田辺

2020年 No.183

8

令和２年 葉月

広報田辺8月号
令和2年8月1日発行



特集 回って、災害に備えるスタンプラリー

ローリングストック

編集・発行　田辺市企画広報課

〒646-8545 和歌山県田辺市新屋敷町1
☎0739（26）9963 FAX 0739（22）5310
メール kikaku@city.tanabe.lg.jp
ホームページ http://www.city.tanabe.lg.jp/



令和２年度クリーンアップ運動

スポGOMI大会

「スポGOMI大会」は、制限時間内に定められたエリア内で拾ったごみの量と質でポイントを競い合う、子供から大人まで年齢を問わず参加できる競技です。
楽しくごみを拾い、ごみ一つないきれいな和歌山にしませんか。

日時　8月29日（土）
8時30分～11時（ごみ拾いの時間は1時間程度）
※雨天等で中止する場合は当日6時30分頃までにチーム代表者へ連絡します。

参加チーム募集

場所　扇ヶ浜海水浴場周辺

募集チーム数　1チーム3～5名で、20組100名程度を募集します。
ただし、小学生以下の参加については、保護者（1名以上）との混合でご参加ください。

申込み方法　申込み用紙に必要事項を記入し、8月21日（金）までに下記へメール又はFAX、郵送［必着］でお申し込みください。

申込み用紙配布場所
◇和歌山県 県民生活課
※ホームページからも取得できます。
https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/031300/cleanup.html
◇西牟婁振興局 総務県民課

QRコード

その他
◇参加された方に参加賞があります。
◇上位入賞チームには賞品（県産品）があります。
◇ごみ拾いの用具（ごみ袋、軍手、トング）はご用意します。
◇ごみは6分別での回収をお願いします。
（燃えるごみ、資源ごみ、プラスチックごみ、埋立ごみ、たばこの吸い殻、ペットボトルのキャップ）
◇参加費は無料です。ただし、参加に伴う交通費・駐車場料金などは、各自でご負担をお願いします。
◇主催者で参加者全員のボランティア保険を負担します。
◇暑い中での清掃活動です。無理はせず熱中症等に気を付けてください。





問合せ先　◇和歌山県 県民生活課（和歌山市小松原通1-1）
☎073-441-2598　FAX073-433-1771　e0313001@pref.wakayama.lg.jp
◇田辺市 環境課 環境対策係
☎0739-26-9927

食べて、回して、災害に備える ローリングストック

皆さんは、自然災害に対する備えは十分にできていますか。

具体的な必要性が分からず、まだ備えができていないという方も多いのではないでしょうか。

今月号では、簡単に始められる備蓄方法を紹介しますので、皆さんも備蓄品について考えてみませんか。

問防災まちづくり課
☎0739（26）9976



過去の災害から



頻発する自然災害

九州を中心に大雨が降り続いた『令和2年7月豪雨』では、多くの方が被害を受けました。ここ数年は、豪雨や台風等による自然災害も増え、平成23年の東日本大震災をはじめ、多くの地震も発生しています。

当市でも、平成23年台風第12号の記録的な大雨による市内各地での大規模な水害や土砂災害、平成30年台風第20号の大雨による本宮町の河川氾濫や土砂崩れなど、様々な自然災害が発生しています。

さらに、今後30年以内に南海トラフを震源とする大地震が起きる可能性が70～80％程度と予測されており、私たちの生活は、災害と隣り合わせの状況であるとも言えます。



被災後の生活を想像していますか

災害が起きたときは、自宅が被災し、避難所での生活を余儀なくされる場合や、土砂等で道路が通れなくなり、集落が孤立してしまう場合もあります。

さらに、自宅が無事でも電気・水道などのライフラインの復旧が遅れることも考えられ、元の生活にすぐに戻れるとは限りません。

当市でも、平成23年台風第12号の際、53か所の避難所を開設し、災害後も4か所の避難所で11世帯、32名が避難生活を送り、避難所の閉鎖まで最長で約2か月もかかりました。また、道路が被災するなどして集落が孤立してしまった方は、245世帯、403名にのぼりました。

家庭でも備蓄の意識を

災害時に支援体制が本格化するまで、3日間程度が必要だと想定されており、それまで地域の備蓄や流通で過ごす必要があります。

市では、避難所での備蓄も進めていますが、各家庭でも、できれば一週間、最低でも3日間の生活が送れるような備蓄が望ましいとされています。

また、アレルギーや持病がある方や、赤ちゃんがいる家庭などでは、アレルギー対応食品や薬、ミルクなど、それぞれの事情によって必要なものを自分で用意することも大切です。

しかし、県の「平成28年度防災・減災に関する県民意識調査」によると、災害時用の備蓄について、7日分以上を用意できている方は僅か4．9％しかいません。さらに、そもそも備蓄をしていないと答えた方が29．5％もおり、災害時の備えは十分とは言えない状況です。

未来へつながる道 田辺市 JUNCTION TO THE FUTURE

広報田辺　令和２年８月号・目次

02 目次・特集「食べて、回して、災害に備えるローリングストック」

08 トップニュース
田辺市地域活性化商品券の販売を開始します／職員採用試験を実施します　ほか

16 情報ボックス
自然観察教室を開催します／令和３年度田辺市立幼稚園新入園児を募集します　ほか

24 相談日程等

26 みんなの広場

30 みんなの彩時記
やっぱりみんなで遊ぶと楽しいよね／どれだけ飛ぶかな電動飛行機を飛ばそう　ほか



今月の表紙写真

今月の表紙は、井岡さんご家族にアルファ米などの非常食を食べてもらっている様子を撮影しました。意外とおいしかったと好評でした。

紙面で使用するマーク等の説明

日…日付・期間	定…定員
時…時間	料…料金・費用
休…休館日	持…持ち物
場…場所	申…申込み・申請方法
集…集合	問…問合せ
内…内容	［消印］…消印有効
対…対象・参加資格等	［先着］…先着順

◇㊗マークには、振替休日等も含みます。
◇料金や申込み方法の記載のないものは、不要です。
◇市役所の開庁時間（申込み・問合せ等の受付を含む。）は、㊗を除く㊊～㊎の8時30分～17時15分です。毎週㊍は、市民課・保険課・税務課の一部窓口を19時まで延長しています。

備蓄の新しい方法

ローリングストックとは

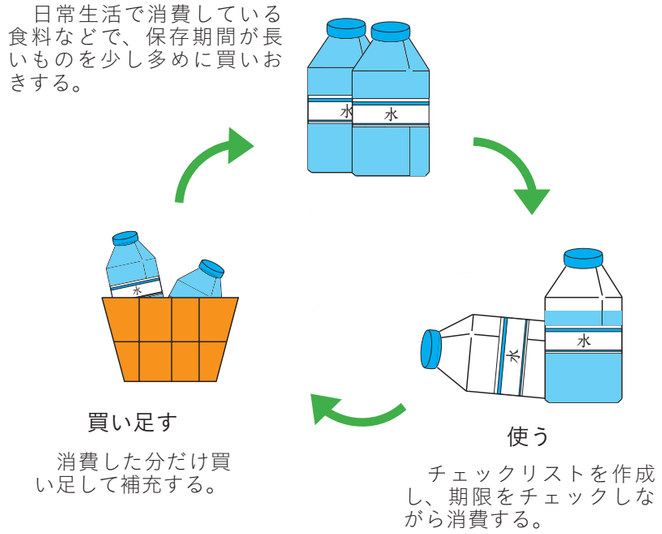
皆さんは、災害時に備えて食料や生活必需品の備蓄をしていますか。

食料の備蓄と聞けば、多くの方は「○年くらいの長期保存の効く非常食を大量に買い込み、保存しておくこと」と答えるのではないでしょうか。

非常食を買い込んでおくこと以外に、日常生活の中に食料備蓄の習慣を取り込む『ローリングストック』という新しい備蓄方法があります。

これは、食料を多めに買っておき、日常的に食べて、食べたら買い足すということを繰り返す方法です。

ローリングストックの流れ



ローリングストックのPOINT

- **古いものから使う**
  備蓄する食料などが古くなってしまわないよう、消費の際には、必ず一番古いものから使うようにしましょう。
- **使った分は補充する**
  ローリングストックでは、備蓄品として保管しているものはいつ食べても構いません。
  ただし、消費した量を必ず買い足すようにしましょう。
- **点検をする**
  備蓄品の点検をするタイミングを決めておき、定期的に確認することで、期限が過ぎてしまうことを防ぐだけでなく、何がどれだけあるのか把握することにもつながります。

もしもの災害に備えて

「準備はいつすればいい?」「何を準備すればいい?」と聞かれることがよくあります。

これからの季節は台風、また南海トラフ地震もいつ起きるか分かりません。準備を始めるタイミングは『今から』です。準備するものは、私自身はアルファ米や乾パン、水を備蓄しています。今は、多くの種類の非常食があるので、自分好みの食料を準備しておくことがいいでしょう。それが日常の中にローリングストックを取り入れる一番のコツです。

備蓄品は、置いているだけで、もしもの災害に役立ち、自分自身の命を守ることができます。まずは備蓄をすること、そして可能な範囲でローリングストックを心掛けてみてはいかがでしょうか。各家庭で備蓄が出来ていると、災害時の買い込みを防ぐことにもつながります。

日常生活で食べ慣れる

災害が起きたとき、食料は確保できたとしても、食料を選べない状況が続くかもしれません。ローリングストックを日常生活に取り入れ、自分好みの食料を置いておけば、災害時にも食べ慣れた食事をすることができ、ストレスの軽減にも役立ちます。

食料以外にも

ローリングストックは、食料だけでなく、日常使いできる生活用品にも応用することができます。日常的に使用するカセットボンベ・乾電池・使い捨てカイロなどは、常に一定量、家庭に置いておくと、災害時にも役立ちます。

ただし、全てのものがローリングストックに向いているというわけではありません。当然ですが、非常時にしか使わないようなものは、ローリングストックには向いていないので注意しましょう。

アルファ米って?

炊いたり蒸したりしたお米を、熱風で急速に乾燥させておいしさを閉じ込めたお米です。長期保存が可能で、今は非常食の定番となっています。災害時、ガスや電気が使えなくても、水があれば食べることができます。

実際に作って食べてみました!



1 袋を開け、熱湯又は水を注ぎます。

2 チャックを閉め、熱湯の場合 15 分、水の場合は 60 分待ちます。

3 出来上がり!
よく混ぜてから食べてください。

カレーやピラフなど様々な味の商品が販売されているので、食べ比べてみてください。

調理方法がとても簡単♪



スプーンも付いてる!



※商品によって異なる場合があります。



日本防災士会 本部理事・和歌山県支部長
和歌山レスキューサポートバイクネットワーク 理事長
早稲田 眞廣(まさひろ) さん

各地で防災に関する講演会やイベントに参加し、防災グッズの紹介や最近では避難所における感染症の対策についての講演をされています。また、被災地に赴き、精力的にボランティア活動も行っています。

備蓄品の一部を見せていただきました!



食料以外にもカセットボンベや簡易トイレ、懐中電灯、ラジオ、ヘルメット、テント、ハンマーなど様々な備蓄品がありました。

特集 ローリングストック

家族で話し合う機会に



適切な避難行動を取るには、日頃から避難方法等について、家族で共有しておくことが重要です。定期的に期限が近い食料を食べてみながら、防災について家族で話し合ってみましょう。

避難経路を確認しよう！

避難場所までの経路を調べる際は、スマートフォンアプリの「和歌山県防災ナビ」が便利です。このアプリでは、現在地近くの避難場所と避難経路を検索できたり、グループ登録した方の居場所を地図上で確認したりすることなどができます。

■和歌山県 防災ナビアプリ

QR コードから無料で取得できます。



避難場所を決めよう！

各種ハザードマップで危険な場所と安全な避難場所を確認しましょう。一時的に身を守るための「緊急避難場所」と災害後に一定期間避難生活をする施設の「避難所」が記入できる「和歌山県避難カード」も記入し、災害発生時に避難場所を確認できるように常に避難カードを携帯しましょう。

■和歌山県 避難カード

県庁防災企画課で配布又はホームページから取得できます。
https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/011400/hinancard.html

■各種ハザードマップ

配布については市防災まちづくり課へお問い合わせください。
ホームページでも閲覧できます。
http://www.city.tanabe.lg.jp/bousai/index.html







コロナ対策も忘れずに！

現在は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、避難所での過密を防ぐことも必要です。

しかし、災害時に感染をおそれ、避難しないのは何よりも危険です。避難が必要なときには避難してください。その上で、可能な方は、安全な場所に住んでいる親族や知人宅への避難も検討しましょう。

また、実際にそのような避難を行うためには、協力していただける方と日頃から頼れるような関係性を築いておくことや、避難したときに自分の分の備蓄品は持って行けるように準備しておくこともいいでしょう。

日頃から防災意識を

毎年のように全国各地で災害が起きています。

災害に対する備えとしては、備蓄にローリングストックを取り入れる、通勤・通学時などに危険箇所や避難経路を考えるなど、日常生活の中でも防災について意識を持つことが大切です。

また、市では、避難生活のための備蓄を進めていますが、一時的な避難などでは、各家庭での備蓄も必要となってきます。さらに、これからは新型コロナウイルス感染症対策も必要となりますので、普段の備蓄に加えて、マスクや除菌シートなどの準備にもご協力ください。

災害から一人でも多くの命を守るために、一人ひとりが防災意識を高めていきましょう。



防災まちづくり課
地域防災係
大山 直矢

☑オリジナルのチェックリストを作成しよう

非常時の備蓄品チェックリスト

★目標：7日分程度

・このチェックリストは一例です。空欄に追記し、オリジナルのチェックリストを作ってみましょう。

・チェック時には賞味期限・消費期限も確認するようにしましょう。

・非常時に持ち出すべきものはあらかじめリュックサックに詰めておきましょう。（3日分程度）

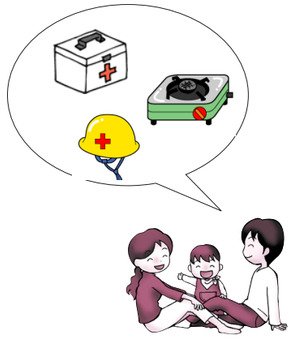
・マスクなど感染症対策品の準備もしましょう。

■食料品	数量	期限
□ 飲料水　※1人1日3ℓ目安		
□ アルファ米		
□ 米　※無洗米が望ましい		
□ パン缶・乾パン		
□ 缶詰類　※缶切りも準備		
□ インスタントラーメン		
□ レトルト食品		
□ ビスケット・クラッカー		

■日用品等
□ カセットコンロ
□ カセットボンベ
□ ろうそく・ランタン
□ 懐中電灯
□ 携帯ラジオ
□ 電池
□ 救急医療品（消毒薬・包帯等）
□ 携帯・スマホ充電器
□ 非常用簡易トイレ
□ 安全器具（ヘルメット等）
□ マッチ・ライター
□ 使い捨て食器
□ ボディーペーパー（体ふき）
□ ティッシュペーパー
□ トイレットペーパー
□ 防寒具（毛布等）
□ 緊急連絡先メモ

■個人・家庭に合わせた備え
□ メガネ・コンタクトレンズ
□ 処方薬
□ お薬手帳・処方箋
□ 赤ちゃん用品
□ 高齢者用品・介護用品
□ 生理用品
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□

■感染症対策品
□ マスク、フェイスガード
□ 除菌シート
□ 消毒用アルコール
□ 体温計
□ 室内履き（サンダル・スリッパ）
□ 使い捨てのビニール手袋
□ ビニール袋



田辺市地域活性化商品券の販売を開始します



問合せ　田辺市商店街振興組合連合会（☎ 0739-22-2960）

新型コロナウイルス感染症の影響により、落ち込んでいる地域内の需要の喚起を目的として、「田辺市地域活性化商品券」（以下、商品券）を販売します。

【商品券の概要】

■**発行総額**　8億7200万円

■**販売価格**　1セット＝1万円（1000円券×13枚＝1万3000円分）

■**販売上限**　1人1セット

■**販売上限**　令和2年7月1日時点（以下基準日）で市に住民票がある方（中学生以下除く。）

※対象者には商品券購入引換券を郵送します。

■**無料配布**　基準日時点で中学生以下及び妊婦の方（市健康増進課で把握している方）には、5000円分の商品券を書留にて郵送します。

■**利用期間**　8月17日㈪～令和3年2月28日㈰

【商品券の販売について】

■**販売期間**　8月17日㈪～9月30日㈬

■**購入方法**　商品券購入引換券を持参の上、下記購入引換所へお越しください。

■**購入引換所・受付時間**

◇**市内27郵便局（簡易郵便局を除く。）**　平日9時～17時（田辺郵便局のみ平日9時～19時、㈯9時～15時）

◇**田辺市商店街振興組合連合会**　平日9時～16時、㈯9時～15時

◇**田辺商工会議所**　平日9時～16時

◇**各商工会（牟婁商工会（上秋津農村環境改善センター）・龍神村商工会・中辺路町商工会・大塔村商工会・本宮町商工会）**　平日9時～16時

■**取扱店**　購入時にお渡しする取扱店一覧表をご覧ください。

【注意事項】

◇商品券の交換、譲渡及び売買はできません。

◇商品券による購入の際はつり銭は支払われません。

◇債務の支払い、換金性の高いものの購入、たばこの購入、事業上の取引など、商品券の利用対象にならないものがあります。

その他の注意事項等、詳しくは上記までお問い合わせください。

tanabe en+（たなべえんぷらす）が8月10日㈪㊗からオープンします

問合せ　下記参照

市では、国の「景観まちづくり刷新モデル地区」の指定を受け、平成29年度より、「世界遺産のまち田辺市」の玄関口にふさわしい、賑わいのある商店街づくりをめざすとともに、世界遺産「闘雞神社」へ通じる商店街として景観に配慮した外観修景に取り組み、魅力的な商店街へとするため、駅前商店街外観修景整備及び市街地活性化施設整備等の田辺市景観まちづくり刷新支援事業を実施してきました。

この度、JR紀伊田辺駅前に整備していました、田辺市市街地活性化施設【愛称】：tanabe en+が8月10日㈪㊗の10時にオープンします。

本施設は、街なかの情報発信や起業・創業支援など来訪者と市民の多様な交流機会の創出を図り、地域経済の活性化につなげることを目的に整備しており、施設の1階は田辺の魅力ある地域産品を紹介するプロモーションカフェ、2階は起業・創業に関するセミナーの開催やテレワークで利用できるワーキングスペース等を運営することにより、皆さんの縁を結び、交流と協働を生み出す新たな拠点となります。

どうぞ、気軽にお立ち寄りください。

問◇南紀みらい株式会社（施設の指定管理者）☎0739（25）8230

◇商工振興課 創業立地推進係 ☎0739（26）9970



▲ tanabe en+ 外観

9月6日㊐に防災訓練（A地区）を実施します



問合せ　防災まちづくり課 地域防災係（☎ 0739-26-9976）

次のとおり防災訓練を実施しますので、該当する地域にお住まいの皆さんは積極的にご参加ください。なお、訓練時は、マスクの着用、「密」を避けるなど、避難における新型コロナウイルス感染拡大防止を意識した行動をお願いします。

■訓練内容

◇**避難訓練**

右記時間に訓練を開始します。

サイレンや防災放送を合図に訓練を開始しますので、家族や自治会等で決めている避難場所に避難してください。

なお、田辺地域では避難訓練の際にFM TANABEが訓練放送を流しますので、携帯ラジオをお持ちの方は、是非ご活用ください。

また、各避難所運営訓練会場では、避難者数の集計を行いますので、ご協力ください。

◇**体験訓練**

8時30分頃（龍神・中辺路・大塔）、9時30分頃（田辺）、9時40分頃（本宮）から各訓練会場において、新型コロナ感染症対策を踏まえた体験訓練を行いますので、是非ご参加ください。

※新型コロナウイルス感染症の地域の感染状況により、訓練内容等を一部変更する場合があります。

■体験訓練の会場について

それぞれの地域ごとにチラシ等で事前に訓練会場をお知らせします。

■前年度の様子



▲消火訓練



▲避難所設営訓練

■対象地域（A地区）

田辺地域	西部ブロック	目良、天神、益穂、御所谷、西郷、古尾、江川、江川桝潟、立戸、目良団地、シーサイド天神崎
	芳養ブロック	松原、井原、大坊、団栗、崖、境、田中、田川、芋、上芳養、中芳養、明洋、元町明洋団地、芳養団地、千津ヶ谷宿舎、青葉台
龍神地域	上山路地区	上宮代、下宮代、西、東、殿原、丹生ノ川
中辺路地域	栗栖川地区	北郡、西谷、真砂、石船、大内川、峰、小皆、熊野川、澤、水上、下芝、中芝、上芝上、上芝下、内井川
大塔地域	鮎川地区	下附、宇立、向越、能登、蕨尾、小川、愛賀合、地ノ谷、赤木、内ノ井、下平、射場、鉛山
本宮地域	三里地区	萩、竹ノ本、福寿、菊水、発心門、中下番、小森、一本松、大居、下向、九鬼、上切原、切畑、八木尾、土河屋

気象警報や避難勧告などの各種情報をお届けします

市では「防災行政無線」による放送以外に下記の方法でも同様の内容を発信しています。是非ご活用ください。

■防災行政メール

登録している携帯電話及びパソコンに放送内容をメールで配信します。下記又は23ページのQRコードからご登録ください。

http://bousaigyousei.aamail.aikis.jp/

■防災行政テレフォンガイド

放送内容を電話で聞くことができる電話案内サービスです。放送を聞き逃した際等にご利用ください。

☎0120（963）910（通話料無料）

職員採用試験を実施します



問合せ　総務課 人事係（☎ 0739-26-9916）

対試験区分ごとに下表（10～11ページ参照）の要件を満たす方。ただし、次のいずれかに該当する方は受験できません。
◇日本国籍を有しない方（保育士、看護師、保健師を除く。）
◇禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの方
◇田辺市の職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない方
◇日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、又はこれに加入した方
※受験資格を満たさないこと（資格・免許の失効を含む。）又は申込書の記載事項が正しくないことが判明した場合は、採用されません。また、一般事務職4種（文化財専門員）、保育士、看護師、保健師、美術館学芸員の資格・免許を取得見込みの方で、資格・免許を取得できなかった場合には、この試験に合格しても採用資格を失います。

■採用時期　令和3年4月1日

【第一次試験（一般事務職1種・一般事務職2種・一般事務職4種（文化財専門員）・土木技術職・建築技術職・保育士・看護師・保健師・消防職・美術館学芸員）】

日時　9月20日㊐　9時30分～
場　紀南文化会館・本庁舎（新屋敷町1）

【第一次試験（一般事務職3種）】

日時　10月18日㊐　9時～
場　本庁舎

■申込受付期間
8月3日㊊～17日㊊

■申込書の配布場所
本庁舎受付（本庁舎2階）・総務課（本庁舎3階）・福祉課（市民総合センター2階）・各行政局総務課（23ページ参照）・田辺消防署・各分署
※ホームページからも取得できます。

※郵便で請求する場合は、封筒の表に「採用試験申込書請求」と朱書きし、94円切手を貼った宛先明記の返信用封筒（長形3号、縦23．5㎝×横12㎝程度の大きさ）を必ず同封して、左記へ請求してください。

■申込受付場所
〒646-8545　新屋敷町1
総務課 人事係
☐ http://www.city.tanabe.lg.jp/soumu/

職員紹介

採用1年目の職員に、担当業務の内容や今後の抱負等についてインタビューしました。



稲成保育所
根岸 枝里

1歳児クラスを担当しています。保育士は、子供の成長や言葉が増えていく様子を感じられ、毎日が楽しいです。
これからは、子供の成長に一番合った保育方法を考えながら、保護者の方にも安心して預けてもらえるような保育士を目指したいです。

事業者の方と一緒に地域産品や観光資源をPRする田辺市地域ブランド推進協議会事務局を担当しています。
田辺の魅力を全国に届けるため、積極的に情報発信を行うとともに、事業者の方からの相談にもしっかりと応えられるように頑張りたいです。



商工振興課
森 洸介

試験区分	採用予定人数	受験資格
一般事務職1種（大学卒業程度）	17名程度	昭和60年4月2日～平成11年4月1日に生まれた方 ただし、飛び級入学等により大学を卒業した方又は令和3年3月末日までに卒業見込みの方は、平成11年4月2日以降に生まれた方でも受験することができます。
一般事務職2種（高等学校卒業程度）	6名程度	平成3年4月2日～平成15年4月1日に生まれた方 ただし、次の①又は②に該当する方については受験できません。 ①大学（短期大学を除く。）を卒業した方や令和3年3月末日までに卒業見込みの方など、令和3年3月末日現在で大学における在籍期間が通算して3年を超える方 ②外国の大学における在籍期間が通算して3年を超える方など、①と同等であると認める方 ※在籍期間とは、休学等の状態にかかわらず、入学した日以降の大学に籍が置かれている期間をいいます。

試験区分	採用予定人数	受験資格
一般事務職3種（障害者対象・高等学校卒業程度）	1名程度	次に掲げる要件1の全てを満たす方で、要件2のいずれかに該当している方 ■要件1 ◇昭和60年4月2日～平成15年4月1日に生まれた方 ◇活字印刷文（文字の大きさは11ポイント程度）による出題（点字による出題も可）及び個別面接試験に対応できる方（介助等のための付添人が同伴することはできますが、解答時間中は別室でお待ちいただきます。） ◇通勤（家族等による送迎などを含む。）ができる方 ◇週38時間45分の勤務が可能な方 ■要件2 ①身体障害者手帳の交付を受けている方 ②身体障害者福祉法第15条の規定により都道府県知事の定める医師が、当該都道府県において同条の申請に用いられる様式により作成した、障害の種類及び程度並びに障害者の雇用の促進等に関する法律別表に掲げる障害に該当する旨が記載された診断書・意見書を提出できる方 ③都道府県知事若しくは政令指定都市市長が交付する療育手帳の交付を受けている方 ④児童相談所、知的障害者厚生相談所、精神保健福祉センター、精神保健指定医若しくは地域障害者職業センターによる知的障害者であることの判定書等を提出できる方 ⑤精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方 ※上記①～⑤の手帳等は受験申込日、受験日当日及び採用日において有効であることが必要です。（該当しない場合は受験できないほか、最終合格後であっても採用されません。） ※上記②の診断書・意見書については、診断日から6か月間を有効とし、上記④の判定書等については、判定日から1年間を有効とします。申込日において有効であっても、受験日までに有効期限が到来することや採用日までに有効期限が到来することが想定されますので、期限に余裕をもって再度取得手続等を行ってください。 ※上記手帳や書類等には有効期限や再判定期日等の記載がある場合があります。有効期限にご注意ください。再発行や更新手続に時間を要する場合がありますので、必ず確認してください。 ※点字による出題を希望される方は申込書にその旨を記載してください。
一般事務職4種（文化財専門員）	1名程度	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、大学又は大学院において考古学若しくは歴史学を専攻し、卒業若しくは修了又は令和3年3月末日までに卒業見込み若しくは修了見込みで、かつ、博物館法に規定する学芸員の資格を有する方又は令和3年3月末日までに取得見込みの方
土木技術職	2名程度	昭和60年4月2日～平成15年4月1日に生まれた方で、土木設計技術を習得するための専門課程を卒業した方又は令和3年3月末日までに卒業見込みの方
建築技術職	1名程度	昭和60年4月2日～平成15年4月1日に生まれた方で、建築設計技術を習得するための専門課程を卒業した方又は令和3年3月末日までに卒業見込みの方、若しくは建築士免許（1級又は2級）を有する方
保育士	4名程度	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、保育士資格を有する方又は令和3年3月末日までに保育士資格を取得見込みの方
看護師	1名程度	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、看護師免許を有する方又は令和3年3月末日までに行われる国家試験により看護師免許を取得見込みの方
保健師	2名程度	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、保健師免許を有する方又は令和3年3月末日までに行われる国家試験により保健師免許を取得見込みの方
消防職	6名程度	昭和60年4月2日～平成15年4月1日に生まれた方
美術館学芸員	1名程度	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、大学（短期大学を除く）又は大学院において日本近世の美術又は文学を専攻し、卒業若しくは修了又は令和3年3月末日までに卒業若しくは修了見込みで、かつ博物館法に規定する学芸員の資格を有する方又は令和3年3月末日までに学芸員資格を取得見込みの方

※「短期大学」、「大学」、「大学院」とは、学校教育法に基づく短期大学、大学又は大学院をいいます。
※一般事務職1～3種の大学卒業程度、高等学校卒業程度とは試験問題の程度を示すものであって、学歴により受験を制限するものではありません。最終学歴が中学校卒業等であっても受験することができます。例えば、昭和60年4月2日～平成3年4月1日に生まれた方で、最終学歴が大学卒業ではない場合でも一般事務職1種を受験することができます。

各種健康イベントを開催します

問合せ　下記参照



講演会「ひきこもり」経験から伝えられること～地域とつながりを考える～

日 9月26日㊏
時 13時30分～15時30分
場 たなべる2階「大会議室」
内 講師本人もひきこもり経験をされ、現在もひきこもりに悩むたくさんの方々と出会いながら活動されています。今回は、自身の経験を基に家族支援や社会参加等について分かりやすくお話をしていただきます。
■講師　泉翔（しょう）さん（NPO法人ウィークタイ代表理事）
定 50名［先着］
持 筆記用具
申 8月31日㊊～9月11日㊎に下記へ電話又は申込書をFAXでお申し込みください。申込書は下記で配布するほか、下記ホームページからも取得できます。
※新型コロナウイルス感染症の影響で開催しない場合、9月11日以降に申込者に連絡します。
※新型コロナウイルス感染症の影響で定員が例年の半数となっていることから講演後、左記で動画配信を予定しています。
□http://www.city.tanabe.lg.jp/kenkou/hik

～これならつづけられる～「速歩き健康塾」

誰でも簡単に運動習慣を身に付けられるよう、活動量計を使った「速歩き健康塾」を開催します。
　糖尿病や高血圧の予防に効果があると言われている1日8000歩、20分の速歩きを体験してみませんか。皆さん気軽にご参加ください。
日 9月4日㊎、9月11日㊎、10月2日㊎、10月30日㊎
時 13時30分～15時30分（受付は13時～）
場 市民総合センター4階「交流ホール」
内 ◇速歩き健康法について（活動量計を実際に使ってみよう）
◇速歩き体験
◇理学療法士による「ウォーキングについて」の講話と実技（食事について考えよう・ストレッチなどの室内運動）
※ウォーキングを続けていけるようサポートします。
対 市に住民票がある40歳～74歳の運動可能な方
※原則4回とも参加できる新規お申込みの方を優先します。
定 20名［先着］
持 筆記用具・眼鏡（必要な方）・飲物・運動靴・動きやすい服装
※参加当日、自宅での体温測定にご協力お願いします。
申 8月11日㊋～28日㊎に下記へ直接又は電話でお申し込みください。



▲理学療法士による講話



▲速歩き体験

笑いの講演会2020年にこにこ楽落寄席

日 8月29日㊏
時 13時30分～14時30分
場 市民総合センター2階「交流ホール」
■講師　わかやま楽落会
対 市内にお住まいの方
定 30名［先着］
持 筆記用具
申 8月11日㊋～21日㊎に左記へ直接又は電話でお申し込みください。
※新型コロナウイルス感染症の影響で講演を開催しない場合、8月24日以降に申込者に連絡します。

問 健康増進課 健康管理係（市民総合センター2階）
☎0739（26）4901
FAX 0739（26）4911
□http://www.city.tanabe.lg.jp/kenkou/

ニュースポーツ教室を開催します

問合せ　下記参照



運動を楽しみたい方を対象として、誰でも気軽に楽しめるニュースポーツの指導、体験教室を開催します。
定 各日とも30名［先着］
持 飲物・室内用運動靴（屋外実施時は屋外用運動靴）・運動のできる服装・タオル 等
申 左記へ電話又は参加申込書に住所・氏名・年齢・電話番号をご記入の上、FAX・Eメールでお申し込みください。
問 スポーツ振興課 市民スポーツ係（田辺スポーツパーク管理事務所内）
☎0739（25）2531
FAX 0739（25）0387
✉ sports@city.tanabe.lg.jp



▲ノルディックウォーキング

■令和2年度　ニュースポーツ教室予定一覧
※表中の「田辺SP」は田辺スポーツパークの略です。
※屋外の種目については、雨天中止とします。

日程		種目	場所
8月27日㊍	13時30分～15時	室内ペタンク	田辺SP体育館
	19時～20時30分	囲碁ボール	田辺SP体育館
9月17日㊍	13時30分～15時	ターゲットバードゴルフ	田辺SPサブグラウンド
	19時～20時30分	スカイクロス	田辺SP室内練習場
10月20日㊋	13時30分～15時	グラウンドゴルフ	田辺SP陸上競技場
	19時～20時30分	モルック	田辺SP室内練習場
11月18日㊌	13時30分～15時	古道ウォーク	田辺市内
	19時～20時30分	カローリング	田辺SP体育館
12月16日㊌	13時30分～15時	モルック	田辺SPサブグラウンド
	19時～20時30分	グラウンドゴルフ	田辺SP陸上競技場
1月19日㊋	13時30分～15時	囲碁ボール	田辺SP体育館
	19時～20時30分	カローリング	田辺SP体育館
2月18日㊍	13時30分～15時	ノルディックウォーキング	田辺SP敷地内
	19時～20時30分	室内ペタンク	田辺SP体育館
3月16日㊋	13時30分～15時	モルック	田辺SPサブグラウンド
	19時～20時30分	スカイクロス	田辺SP体育館



▲室内ペタンク



▲カローリング



▲囲碁ボール

ひとり親世帯臨時特別給付金を支給します



問合せ　下記参照

新型コロナウイルス感染症の影響により、子育てに対する負担の増加や収入の減少により大きな困難が心身に生じている低所得のひとり親世帯を支援するため、「ひとり親世帯臨時特別給付金」を支給します。

対◇基本給付　ひとり親世帯（18歳に達する日以降最初の3月31日までの間にある児童又は一定の障害のある20歳未満の子供を養育している父又は母。父母がいない場合は、その児童を養育している方）で次のいずれかの要件を満たす方

①令和2年6月分の児童扶養手当が支給された方

②遺族年金、障害年金等の公的年金等を受給しており、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止される方

③申請時点でひとり親世帯であり、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となった方

◇**追加給付**　基本給付①又は②に該当する方のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した方

■**給付額**

◇**基本給付**　1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円

◇**追加給付**　1世帯5万円

困◇基本給付①

申請は不要です。なお、追加給付の対象となる方は、事前に送付している追加給付申請書を提出してください。

※基本給付分は、児童扶養手当の振込口座へ振り込みますので、給付金の振込みが済むまでに口座の名義変更や解約をする場合は、届出が必要となります。

◇**基本給付②又は③**

左記の必要書類等を持参の上、下記提出先へご本人（代理人不可）が直接申請してください。申請書や申立書は、提出先で配布します。

なお、市民課庶務年金係で申請される場合は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止及び窓口の混雑緩和のため、事前に電話予約が必要です。

■**必要書類等**

【基本給付②③共通】

◇申請者の本人確認書類

◇該当する給付金【基本給付・追加給付】の申請書（請求書）

◇収入（所得）に関する申立書（本人・扶養義務者）

◇ひとり親世帯であることが分かる書類（戸籍謄本等）

◇振込口座が分かるもの（通帳及びキャッシュカードの写し等）

【基本給付②】

◇平成30年中（平成30年1月～平成30年12月）の年金受給金額が分かるもの（年金決定通知書、年金額改定通知書、年金振込通知書等の写し等）

◇平成31年1月1日の現住所が田辺市外であった方は、住所地の市町村発行の平成31年度（平成30年分）所得証明書

【基本給付③】

◇令和2年2月以降の任意の1か月の収入の分かる給与明細書、帳簿等の写し

◇公的年金を受給している場合は、令和2年2月以降の任意の1か月の年金受給金額が分かるもの（年金決定通知書、年金振込通知書等の写し）

※その他必要書類を求める場合があります。

■**申請期間**　8月12日㈬～令和3年2月26日㈮　平日9時～17時

※市役所2階市民課では、事前予約された方を対象に8月16日、23日、30日㊐の9時～17時でも受付します。

■**提出先**

市民課庶務年金係又は各行政局住民福祉課（23ページ参照）

固制度に関すること

◇ひとり親世帯臨時特別給付金コールセンター

平日9時～18時

☎0120（400）903

市民課庶務年金係への申請予約・制度に関すること

◇ひとり親世帯臨時特別給付金専用電話

☎0739（33）7103

8月3日㈪～　平日9時～17時



新庁舎整備事業の進捗について



問合せ　新庁舎整備室 計画係（☎0739-34-3336）

新庁舎建設工事等発注方法検討報告書が提出されました

新庁舎の建設工事等の発注方法について検討するため、本年1月15日に和歌山大学システム工学部教授の髙砂 正弘氏を委員長とする田辺市新庁舎建設工事等発注方法検討委員会（以下、委員会）を設置しました。

委員会は、学識経験者、弁護士、国の職員、和歌山県の職員、市の職員の5名により構成されています。

委員会では、「工事品質の確保」、「入札の公平性の確保」に加え、「地域経済の振興」の観点を考慮し、「新庁舎の新築工事の発注方法に関すること」、「新庁舎の建設用地内に存する既存建物の改修工事及び解体工事の発注方法に関すること」について慎重に検討を重ね、去る6月24日㈬、市長に報告書が提出されました。

報告書の要旨は次のとおりです。

■**解体工事**

◇解体工事は、3階より上部躯体を分離し、市内業者に発注すること

■**新築工事＋改修工事**

◇入札参加者の要件として、必要な総合力及び施工能力の両方を求めること

◇十分な入札参加候補者数を確保するため、市外業者に参加の枠を広げること

◇市外業者の入札参加要件は、十分な入札参加候補者数を確保できるよう設定した上で、必要十分な総合力を求めること

◇JVの結成方式は、入札後結成方式を採用すること

◇JVの代表者以外の構成員は、市内業者を原則2者とした上で、一定水準以上の総合力及び施工能力を求めるとともに、出資比率を緩和すること

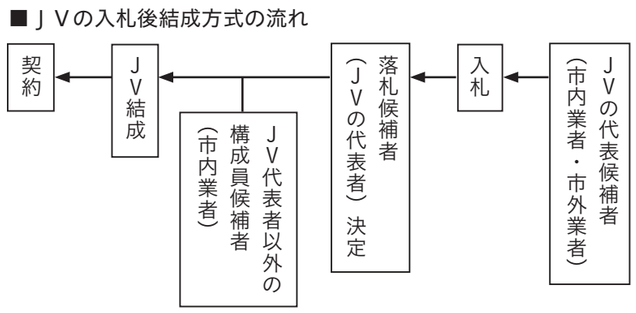
◇落札者決定方式は、総合評価方式を採用すること

報告書の詳しい内容や委員会の会議録は、ホームページで閲覧できます。

□https://www.city.tanabe.lg.jp/choshaseibi/hattyu_houhou.html

※JV（ジョイントベンチャー）とは、複数の建設企業が一つの建設工事を受注、施工することを目的として形成する共同企業体のことです。

■JVの入札後結成方式の流れ





▲報告書提出の様子

店舗・駐車場棟の整備状況について

オークワ社が施主となって整備を進めている店舗・駐車場棟（1階 店舗、2階 店舗駐車場、3階～屋上 市役所公用車等駐車場）について、令和2年1月20日より工事に着手しており、現在鉄骨工事を行っています。

今後、8月中旬頃に鉄骨工事が完了予定となっており、引き続き、床のコンクリート工事、外壁工事、内装工事を行い、工事完成は令和3年2月、オークワ社の店舗開業は令和3年3月の予定です。



▲令和2年6月23日 鉄骨工事状況

みんなで健康ウォークの参加者を募集します

ウォーキングには様々な効果があり、身体的な面だけでなく、リラックス効果や、認知症予防にもつながることが分かっています。

体力作りはもちろん、仲間作りを通して、ウォーキング習慣を身に付けませんか。これから運動を始めたいと考えている方も是非ご参加ください。

日9月16日～12月2日（毎週㈬・全12回）
時13時30分～15時30分
場市民総合センター1階「機能訓練室」
内◇ウォーキングについて、参加者同士で学びあう
◇ウォーキング体験（毎回30分程度）
◇ウォーキングコースを考え、マップを作り、みんなで歩く（1時間程度のコース）
※教室終了後は自主活動に移行します。
対市に住民票がある65歳以上の運動が可能な方
定10名［先着］
持筆記用具・眼鏡（必要な方）・飲物・上履・運動靴・動きやすい服装・マスク
※わかやまシニアエクササイズ（椅子を使った簡単筋力トレーニング、ステップ運動、ストレッチ）、健康講座など
対市に住民票がある65歳以上の運動が可能な方
定10名［先着］
持飲物・上靴・動きやすい服装・タオル・マスク
申8月12日㈬～21日㈮に左記へ電話でお申し込みください。
問やすらぎ対策課 高齢福祉係
☎0739（26）4910



わかわか教室の参加者を募集します

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため延期していました第34期わかわか教室を開催します。

日8月27日～11月12日（毎週㈭・全12回）
時13時30分～15時30分
場市民総合センター1階「機能訓練室」
内年齢に負けない体作りをめざして、自宅でも簡単に行える体操を紹介します。



缶短料理教室の参加者を募集します

日8月25日㈫
時10時～12時（受付は9時30分～）
場ひがしコミュニティセンター2階「料理実習室」
内年齢や体力的な理由から「調理時間が短くなってきた」「調理が疲れる」という方に、非常食にも役立つ缶詰を使って、短時間でできる料理を紹介します。
※コロナ感染対策のため会食はありません。
対市に住民票がある65歳以上の運動が可能な方
定6名［先着］
料500円
持筆記用具・エプロン・三角巾・手拭きタオル・上靴（すべりにくい物）・料理の持ち帰り容器・保冷剤・マスク等
申8月11日㈫～20日㈭に左記へ電話でお申し込みください。
問やすらぎ対策課 高齢福祉係
☎0739（26）4910



救急医療・救急業務に関する各種イベントを開催します

9月9日㈬は救急の日です。市民の皆さんに救急医療や救急業務に対する理解と認識を深めていただくとともに、応急手当の重要性を普及啓発するため、次の行事を開催します。

【救急功労者表彰】
9月3日㈭、医療従事者等で救急業務及び救急医療について、特に功績のあった方々に、左記の表彰を行います。
内◇市長表彰1名
◇市長・医師会会長連名表彰3名
問田辺市救急医療週間推進協議会事務局（田辺市消防本部警防課）
☎0739（22）0119

【上級救命講習会】
日時9月6日㈰　9時～17時
場田辺市消防本部3階「講堂」
内成人・小児・乳幼児を対象とした心肺蘇生、AEDの取扱い、外傷の応急手当、搬送法 等
対中学生以上の方
定10名［先着］
持筆記用具・動きやすい服装・マスク等
申8月31日㈪までに、下記へ電話でお申し込みください。

■その他　事前学習として、ホームページ内の「eラーニング救命講習」をご覧ください。
問田辺消防署 上富田分署
☎0739（47）0119
□ http://www.city.tanabe.lg.jp/shoubo/e-raning.html



自然観察教室を開催します

【採集した標本の同定】
日時8月23日㈰　9時30分～16時
場ふるさと自然公園センター
持採集した植物、昆虫・筆記用具・マスク 等

【夜鳴く虫をさがそう】
日時9月5日㈯　19時～20時30分
場ひき岩群周辺
持懐中電灯・ビニール袋・長ズボン・長袖・長靴・手袋・マスク等

【共通事項】
■講師　ふるさと自然公園センター専門員ほか
対小・中・高校生・一般（小学生は保護者同伴）
申前日までに、左記へはがき又は電話・FAX・Eメールで住所・氏名・年齢・電話番号をご連絡ください。
場ふるさと自然公園センター
〒646-0051
稲成町1629
☎FAX0739（25）7252
✉ hikiiwa@mb.aikis.or.jp
休毎週㈪（休館日が㊗の場合はその翌日）

和歌山大学南紀熊野サテライトの令和2年度後期受講生を募集します

和歌山大学南紀熊野サテライトは、大学の研究・教育機能を活用して地域づくりに貢献する「大学の地域ステーション」をめざしています。地域社会と共に育ちあう、創造的な教育、研究、社会連携活動を行なっています。

【大学院科目（定員各10名）】
◇金融トラブルと法的解決
◇現代社会における知的情報通信システム
料検定料5000円、入学料1万円、受講料（1科目）2万8800円
■申込期限　8月18日㈫～28日㈮［必着］

【学部開放授業（定員各15～30名程度）】
◇現代社会と宗教・心のあつかい方
◇地域づくりの理論と実践A
◇『ことば』の哲学
◇熊野郷土学2C
料登録料7000円、聴講料（1科目）1万円
■申込期限　8月18日㈫～9月17日㈭［必着］

【共通事項】
■受講期間　令和2年10月～令和3年2月の㈮夜間及び㈯㈰に順次開催します。
場授業はオンラインにより遠隔で行います。
※科目や受講申込み等について、詳しくは南紀熊野サテライトホームページをご覧いただくか、左記へお問い合わせください。
問和歌山大学 南紀熊野サテライト
☎0739（23）3977
□ http://www.wakayama-u.ac.jp/nanki-kumano



自衛官候補生、一般曹候補生及び航空学生の募集と募集説明会を実施します

【自衛官候補生、一般曹候補生及び航空学生の募集】

対日本国籍を有し、自衛隊法第38条第1項の規定に該当しない方で、次のとおりです。

◇自衛官候補生
採用予定月において、18歳以上33歳未満の方（32歳の方は、採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない方）

◇一般曹候補生
採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満の方（32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない方）

◇航空学生
海上自衛隊は、18歳以上23歳未満（平成10年4月2日～平成15年4月1日に出生）の方。航空自衛隊は、18歳以上21歳未満（平成12年4月2日～平成15年4月1日に出生）の方

【自衛官募集説明会の実施】
自衛官という職業に関して、個別説明会を実施します。

日8月8日㈯
時◇午前の部　10時～12時
◇午後の部　13時～16時
場本宮行政局3階「大会議室」
問自衛隊和歌山地方協力本部 田辺地域事務所
☎0739（24）6219

■試験区分・試験日時 等

試験項目		受付締切日	試験日（一次）	試験会場
自衛官候補生（任期制コース）		9月24日㈭	9月25日㈮	田辺市民総合センター
			9月26日㈯	和歌山県民文化会館
一般曹候補生		9月10日㈭	9月18日㈮	紀南文化会館
			9月19日㈯	和歌山県民文化会館
航空学生	航空		9月22日㈫㊗	自衛隊和歌山地方協力本部庁舎
	海上			

県立田辺産業技術専門学院の令和3年度生徒の募集をします

日時10月24日㈯　9時30分～
場田辺産業技術専門学院（田辺市）及び東牟婁振興局（新宮市）
■選考方法　筆記試験（国語・数学）、面接
対高卒（見込み）者以上等
定◇自動車工学科　20名程度
◇観光ビジネス科　20名程度
◇情報システム科　10名程度
料2200円（県証紙）
申10月14日㈬までに令和3年3月高校卒業予定の方は在籍学校、それ以外の方はハローワークにお申し込みください。願書は、左記又はハローワークで配布します。
問田辺産業技術専門学院
☎0739（22）2259

みんなでまちづくり補助金の2次募集をします

【施設整備補助（ハード事業）】
■補助対象事業　令和2年4月1日～令和3年3月31日に民間が所有する用地に公共性の高い施設等を整備する事業
■補助金額　補助対象経費の4分の3以内（上限1100万円）

【事業実施補助（ソフト事業）】
■補助対象事業　令和2年4月1日～令和3年3月31日に実施する公益に寄与する地域づくり事業
■補助金額　補助対象経費の2分の1以内（上限50万円）

【共通要項】
対市内で地域づくりに取り組む、市民により組織された団体
申9月1日㈫～10月30日㈮に、所定の申請書に必要書類を添えて、左記に直接提出してください。申請書は、左記で配布するほか、ホームページからも取得できます。

【注意事項】
補助対象とならない団体・事業・経費があります。詳しくは左記又は各行政局総務課（23ページ参照）へお問い合わせください。
問◇自治振興課 市民活動係（本庁舎3階）
☎0739（26）9911
http://www.city.tanabe.lg.jp/jichi/index.html



令和3年度田辺市立幼稚園新入園児を募集します

対下表の通園区域に居住する満4歳と満5歳の幼児
◇満4歳（平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ）
◇満5歳（平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ）
申各市立幼稚園で9月1日㈫から配布する願書を、直接希望する園に提出してください。
■募集期間　9月1日㈫～30日㈬（平日のみ）の8時30分～16時30分
■入園決定の通知　入園決定した方には、11月30日㈪までに「入園許可通知書」を発送します。
※幼稚園では給食を実施しています。
※希望者には「預かり保育」を行っています。詳細は願書と併せて配布します。
※年間行事や各園の様子をホームページに掲載しています。
問学校教育課 指導係
☎0739（26）9942
http://www.city.tanabe.lg.jp/gakkou/shiritsuyouchien.html

■通園区域

園名	基本的な通園区域	4歳児	5歳児	電話
新庄幼稚園	新庄小・新庄第二小学校区	35名	25名程度	0739-22-3826
三栖幼稚園	三栖小・長野小学校区			0739-34-0104
上秋津幼稚園	上秋津小・長野小学校区			0739-35-0330
中芳養幼稚園	中芳養小学校区			0739-24-0510

◇応募者が定員を上回る場合は抽選等により調整します。
◇定員に満たない場合は、9月30日㈬以降も随時受け付けます。
◇定員に満たない場合は、隣接地区やその他地区からの応募者の入園が可能です。



農作物鳥獣害防止対策事業（防護柵設置）の2次募集をします

内野生鳥獣による農作物等への被害を防止するため、農作物鳥獣害防止対策事業（防護柵設置）を実施する農林業従事者等に対し、資材費の一部を補助します。
対市内在住の方が農地に防護柵及び防護ネットを設置する場合の資材費（労務費は除く。）
※防鳥ネットについては、園地全体を覆うものに限ります。
※交付決定前に着手すると補助対象外となります。
※年間で1人1申請のみとなります。（対象事業費範囲内での複数箇所の申請は可）
■補助金額　事業費（資材費）の2分の1以内
◇事業費上限30万円～下限3万円（補助金額15万円～1万5000円）
◇イノシシ・シカ用1m当たり800円以内（補助金額400円以内）
◇サル用1m当たり2500円以内（補助金額1250円以内）
◇防鳥ネット10a当たり5万4000円以内（補助金額2万7000円以内）
■その他　原則として5年以上の使用に耐えるもの
申9月2日㈬～10月30日㈮に、申請書類を左記へ直接提出してください。申請書類は、左記で配布しています。
※予算の上限に達した場合は受付を終了します。
問◇農業振興課 農政係（庁舎別館2階）
☎0739（26）9930
◇各行政局 産業建設課
☎23ページ参照

和歌山県下水道排水設備工事責任技術者資格認定共通試験を行います

日11月15日㈰
場和歌山商工会議所（和歌山市西汀丁36）
申8月11日㈫～9月4日㈮に、申込書に必要事項をご記入の上、和歌山県下水道協会へ郵送（特定記録郵便）してください。申込書は左記並びに県庁下水道課、県下水道公社及び各振興局で配布しています。また、11月3日㈫㊗に同会場で希望者に受験講習を実施します。
問◇環境課 生活排水係（本庁舎2階）
☎0739（26）9927
◇和歌山県下水道協会
☎073（435）1093

児童扶養手当現況届の提出について

児童扶養手当の受給資格のある方は、8月31日㊊までに現況届を提出してください。（受給資格者には8月上旬に案内を郵送します。）受給から5年経過した方等は、児童扶養手当一部支給停止適用除外事由届出書と関係書類も提出してください。

現況届を未提出のままでいると、11月分以降の手当を受給することができなくなります。

また、現況届を未提出のまま2年間経過すると、時効により受給権がなくなりますのでご注意ください。

問市民課 庶務年金係
☎0739（26）9925

特別障害者手当、障害児福祉手当、特別児童扶養手当の現況届を提出してください

下表の手当を受給されている方は、8月31日㊊までに下記又は各行政局住民福祉課（23ページ参照）へ提出してください。（該当者には事前に案内します。）

現況届を未提出のままでいると、8月分以降の手当を受給することができなくなりますのでご注意ください。

手当	対象	支給額（月額）
特別障害者手当	在宅で重度の重複障害（国民年金法におけるⅠ級の障害が重複する程度等）により、日常生活で常時特別の介護を必要とする20歳以上の方。（医療機関に継続して3か月を超えて入院している方は対象外。）所得制限あり。	2万7,350円
障害児福祉手当	在宅で重度の障害（身体障害者手帳Ⅰ級程度等）により、日常生活において常時介護を必要とする20歳未満の方。所得制限あり。	Ⅰ万4,880円
特別児童扶養手当	在宅で身体や知的又は精神が中程度以上の障害の状態にある20歳未満の児童を養育している方。所得制限あり。	Ⅰ級5万2,500円 2級3万4,970円

問障害福祉室（市民総合センター1階）
☎0739（26）4902

医療費助成制度のお知らせ

現在、助成を受けていない方で次の助成制度の対象であると思われる方は、下記へお問い合わせください。

【子ども医療費助成制度】
内保険診療の自己負担分を助成
対中学校卒業まで（15歳到達日以後、最初の3月31日まで）の子供（所得制限なし）

【ひとり親家庭等医療費助成制度】
内保険診療の自己負担分を助成
対配偶者のいない方等で、18歳以下（18歳到達日以後の最初の3月31日まで）の子供を扶養している方及びその子供（所得制限あり）

【老人医療費助成制度】
内保険診療の自己負担分（3割）の3分の1を助成
対67歳～69歳の方（収入制限の他、受給資格要件あり）

【精神障害者通院医療費助成制度】
内当該医療を受けた場合の1割自己負担分を助成
対自立支援医療（精神通院）受給者証をお持ちの方

【重度障害者等医療費助成制度】
内保険診療の自己負担分を助成（身体障害者手帳3級の方は入院医療費のみ対象）
対65歳までに身体障害者手帳（1～3級）又は精神障害者保健福祉手帳1級、療育手帳Aを取得された方、特別児童扶養手当1級を受給されている方（所得制限あり）
※精神障害者保健福祉手帳1級取得にかかる保険診療の自己負担分の助成は、令和元年8月1日以降診療分から対象となります。

【各助成制度の受給者証をお持ちの方へ】

重度障害者等医療、老人医療の受給者証が8月1日㊏から新しくなっています。医療機関で受診されるときには、必ず新しい受給者証を健康保険証とともに提示してください。なお、古い受給者証は、左記まで返却いただくか、裁断処分してください。

また、過去5年間に県外で受診される等、医療費（保険診療分のみ）を支払っている場合は、払戻し申請ができますので、受診時の領収書・印鑑・振込先の分かるものをお持ちの上、左記でお早めに手続をしてください。

問◇保険課 医療係
☎0739（26）9926
◇各行政局 住民福祉課
☎23ページ参照

国民健康保険「限度額適用認定証」の更新をお忘れなく

国保では、入院や高額な外来診療を受ける場合に、医療機関等の窓口での自己負担を所得に応じた限度額までとする「限度額適用認定証」を、申請により交付しています。

限度額適用認定証は、毎年7月31日が有効期限となっています。8月から、入院等で引き続き必要な方は、左記又は各行政局住民福祉課（23ページ参照）で再度交付申請の手続をお願いします。

なお、申請した月の初日からの適用となります。

■申請に必要なもの
◇該当者の国保被保険者証
◇世帯主の印鑑
◇個人番号カード又は通知カードと本人確認書類
※国保税を滞納している場合は、限度額適用認定証を交付できません。

問保険課 庶務係
☎0739（26）9924



令和3年度ごみ収集カレンダーへの広告を募集します

■枠の大きさと金額 収集日程を掲載したページの12月・1月を除く下段の10枠



◇**1枠を1広告とする場合**（縦35㎜×横130㎜）
1万6500円（消費税込み）
◇**2枠を1広告とする場合**（縦35㎜×横270㎜）
3万3000円（消費税込み）

申8月3日㊊～31日㊊に申請書類を左記へ直接お持ちください。申請書類は左記で配布するほか、ホームページからも取得できます。

問廃棄物処理課 施設業務係（市ごみ処理場）
☎0739（24）6218

###事業者用分別指定袋の取扱いを行います

10月～令和3年3月末までの6か月分の事業者用分別指定袋の取扱いを行います。

購入には、事業者本人又は代理人の方が、ごみ処理手数料をお持ちの上、取扱場所へお越しください。

■購入できるごみ袋のセット数
①**燃えるごみ** 11セット（110枚）まで
②**資源ごみ・プラスチックごみ・埋立てごみ** 4セット（40枚）まで
※セット内で部分購入もできます。
※②は4セットの枠内で任意に選択し、購入することができます。

■ごみ処理手数料 1セット各10枚入り880円（消費税込み）

■取扱場所及び期間
◇**環境課（本庁舎2階）**
9月1日㊋～4日㊎
◇**廃棄物処理課（市ごみ処理場）・各行政局住民福祉課（23ページ参照）**
9月1日㊋～令和3年3月31日㊌

問廃棄物処理課 廃棄物対策係
☎0739（24）6218

□http://www.city.tanabe.lg.jp/seisou/index.html

プラスチックごみを出す場合はご注意ください

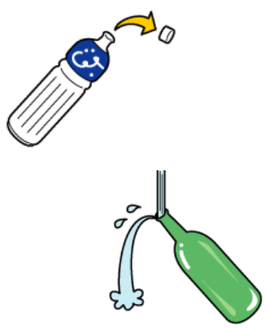
■在宅医療に伴う家庭から排出されるペン型注射器やインスリンカートリッジなど 基本は掛かり付けの病院などにお返しください。

■プラスチック容器 食品などの内容物を取り除き、きれいに水洗いしてから出してください。

■プラスチックごみ レジ袋などに小分けして入れずに、直接、プラスチック指定ごみ袋に入れてください。

■ボトル類 中身がない状態で蓋やラベルを外し、ボトル類・蓋・ラベル類ともにプラスチック指定ごみ袋に入れてください。
※ペットボトルはできるだけ資源類拠点回収（スーパーや公共施設）へ出してください。

問廃棄物処理課 廃棄物対策係
☎0739（24）6218



景観保全地区内行為（変更）許可申請書について

世界遺産の文化的景観を保全するため、重要な地域を特定景観形成地域として定めています。

特定景観形成地域とは、バッファゾーンを含む参詣道や文化的景観の保全を図るため配慮していただく範囲のことで、参詣道は、道の両側約50mを指定しています。

この地域内で、左記等を行う場合は、面積・高さ・色彩等を基準に合わせていただくとともに、事前に申請書が必要となります。

◇建築物（工作物）の新・増・改築
◇広告物（看板）等の設置又は改修
◇土地の形状変更
◇鉱物の掘採、土石の採取
◇水面の埋立て
◇木竹の伐採

問文化振興課 文化財係
☎0739（26）9943

建設業退職金共済（建退共）制度をご利用ください

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。この制度は、事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことを辞めたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

■加入できる事業者　建設業を営む方
■対象となる労働者　建設業の現場で働く方
■掛金　日額310円
■建退共から事業主の皆さんへのお願い
◇共済証紙は、労働者の就労日数に応じて適正に貼付してください。
◇「建設業退職金共済手帳」を所持している労働者が、建設業界を引退する時は、忘れずに退職金を請求するように指導してください。

問独立行政法人勤労者退職金共済機構 建設業退職金共済事業本部 事業推進課
☎03（6731）2866

9月1日～10日は、屋外広告物適正化旬間です

看板などの屋外広告物は、無秩序に設置されてしまうと街の景観を損ね、風雨により劣化すると、落下や倒壊といった事故につながります。和歌山県では屋外広告物条例により、景観保全と事故防止のために屋外広告物の設置許可、管理を義務付けています。条例に沿った適正な設置、管理をお願いします。

問都市計画課 計画整備係
☎0739（26）9937

広報活動に関する市民アンケートの結果について

令和2年2月に実施しました市民2000名の方を対象とするアンケートにご協力いただき、ありがとうございました。今回のアンケート結果を参考にさせていただき、今後ともより良い広報ができるよう務めてまいりたいと考えています。結果は、ホームページでも公表していますので、是非ご覧ください。

問企画広報課 広聴広報係
☎0739（26）9963
□ http://www.city.tanabe.lg.jp/kikaku/index.html



公式ツイッター、フェイスブックのご案内

市では、情報発信手段の一つとして、民間ソーシャル・ネットワーキング・サービス（SNS）を活用し、ツイッター及びフェイスブックにて田辺市公式ページを開設しています。行政情報及び地域の情報等、様々な情報を積極的に発信していますので、皆さん是非ご活用ください。

■ツイッターアカウントページ
□ http://twitter.com/tanabecity
■フェイスブックアカウントページ
□ http://www.facebook.com/tanabecity

問情報政策課 情報政策係
☎0739（26）9917
□ http://www.city.tanabe.lg.jp/jyouhou/sns.html

お盆の精霊送りについてのお願い

故人の御霊（みたま）をお迎えするお盆が近付いてきました。お盆には、海浜や河川等で精霊送りをしている光景をよく見掛けることと思います。この伝統ある行事をいつまでも続けていくためにも、市民の憩いの場である海浜等をきれいにするよう心掛けましょう。

市では、例年精霊送り後、町内会との連携を図り、一斉清掃等環境美化活動に取り組んでいます。

精霊送りの際は、次のことを守るとともに、地区の町内会にもご相談ください。

◇精霊送りの舟にバッテリーや乾電池・電球等を積んで流すことは、環境汚染になりますので、船を流す前に必ず取り外しましょう。
◇海浜や河原では、送り火やお線香にとどめ、果物などのお供え物は自宅で処分しましょう。
※配置しているドラム缶は、せともの・焼却灰のみを入れるためのものです。利用する際は、十分ご留意ください。
※新型コロナウイルスの影響により、中止する地区もありますので、事前にご確認ください。
◇田辺扇ヶ浜海水浴場内では、精霊送りはできません。

問環境課 環境対策係
☎0739（26）9927

イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、左記イベントの中止が決定しました。

◇第67回田辺市美術展覧会（市展）
◇第36回紀南合唱祭
◇第48回吹奏楽祭

問文化振興課 文化振興係
☎0739（26）9943

◇トップニュース・情報ボックス（8～23ページ）に掲載している各イベントや講座などに参加をされる際は、マスクの着用など新型コロナウイルス感染防止対策をお願いします。また、体調不良の場合は参加を見合わせていただくようお願いします。
◇気象警報発表時及び新型コロナウイルス感染症拡大の状況等により延期・中止する場合があります。開催の有無等が分からない場合は、各担当課へご連絡ください。

主な電話番号等

■田辺市役所　〒646-8545 新屋敷町1
☎0739-22-5300㈹　FAX0739-22-5310
■市民総合センター　〒646-0028 高雄一丁目23-1
☎0739-26-4900㈹　FAX0739-26-4914
■龍神行政局　〒645-0415 龍神村西376
☎0739-78-0111㈹　FAX0739-78-0116
■中辺路行政局　〒646-1492 中辺路町栗栖川396-1
☎0739-64-0500㈹　FAX0739-64-0966
■大塔行政局　〒646-1192 鮎川2567-1
☎0739-48-0301㈹　FAX0739-49-0359
■本宮行政局　〒647-1792 本宮町本宮219
☎0735-42-0070㈹　FAX0735-42-0239
■市水道事業所　〒646-0028 高雄三丁目18-1
☎0739-24-0011㈹　FAX0739-24-7910
■市ごみ処理場　〒646-0053 元町2291-6
☎0739-24-6218㈹　FAX0739-24-4068

電話案内サービス

■防災行政テレフォンガイド　☎0120-963-910
※防災行政無線を確認する電話案内サービスです。
■救急安心センター　☎#7119
※#7119につながりにくい場合は、市消防本部（☎0739-22-0119）へご連絡ください。

休日急患診療

場田辺広域休日急患診療所（市民総合センター玄関右側）
内内科、小児科系、歯科の応急診療
日時㊡㊗　9時～11時30分、13時～16時
（※小児科のみ、㊏18時～21時30分も診療を行っています。）
問☎0739-26-4909

モバイル用ホームページ　防災行政メール等　全国版救急受診ガイド「Q助」

市の人口（令和2年6月末現在）

		前月比	6月の出生
男	34,052人	(-56)	22人
女	38,227人	(-41)	17人
計	72,279人	(-97)	39人
世帯	35,186世帯	(-11)	



	相談日（予約受付）	時間	相談場所等	問合せ
市民法律相談 （対象は市民の方で先着 8 名。相談日の 11 時までに要予約。）	8/17 ㊊（8/ 4 ～）・倉谷弁護士 8/24 ㊊（8/18 ～）・中松弁護士 9/ 7 ㊊（8/25 ～）・木戸弁護士 9/14 ㊊（9/ 8 ～）・岡田弁護士	14 時～ 16 時のうち、1 人 15 分間	社会福祉センター 3 階「相談室」（本庁舎東隣 3 階）	自治振興課 市民生活係（本庁舎 3 階） ☎ 0739-26-9911
市民相談	平日	8 時 30 分～ 17 時 15 分	右記	
行政相談	8/ 7 ㊎・森本篤	13 時 30 分～ 15 時 30 分	龍神行政局	
	8/21 ㊎・中村恒夫	10 時～ 11 時	中辺路行政局	
	8/25 ㊋・岡本美彦	13 時～ 15 時	社会福祉センター 3 階「相談室」	
	8/25 ㊋・折戸冨子	13 時～ 15 時	本宮行政局	
消費生活相談	㊊㊋㊍㊎・消費生活相談員	13 時～ 16 時	自治振興課 市民生活係（本庁舎 3 階） ◇相談専用　☎ 0739-34-2460 消費者ホットライン　☎ 188	
人権・登記・相続相談 （登記・相続相談は要予約。法務局でも平日に相談可）	新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、8 月分の相談は中止となりました。			法務局 田辺支局（文里一丁目 11-9） ☎ 0739-22-0698
女性電話相談	平日・女性相談員	9 時～ 12 時	◇相談専用　☎ 0739-26-4919	
生活相談 （生活困窮者自立支援）	平日・相談支援員	8 時 30 分～ 17 時	生活相談センター（市民総合センター 1 階） ☎ 0739-33-7641	
愛あい子育て相談	平日	8 時 30 分～ 17 時 15 分	地域子育て支援センター愛あい（もとまち保育所内）☎ 0739-22-9285 ※「愛あいルーム」での面接相談可	
家庭児童相談	平日	9 時～ 17 時	家庭児童相談室（市民総合センター 1 階） ☎ 0739-26-4926	
介護相談	平日	8 時 30 分～ 17 時 15 分	やすらぎ対策課 地域包括支援センター係（市民総合センター 1 階） ☎ 0739-26-9906 ※認知症については、第 1 ㊌ 10 時～ 12 時に「よりみちサロンいおり」でも相談可	
ひきこもり相談 （窓口に来られる場合は要予約）	平日	8 時 30 分～ 17 時 15 分	健康増進課 健康管理係 ☎ 0739-26-4901 ◇相談専用　☎ 0739-26-4933 ✉ shc@city.tanabe.lg.jp	
妊娠期から出産、子育て相談 （原則、就学前まで）	平日 ※㊍は助産師による相談可	8 時 30 分～ 17 時 15 分	母子健康包括支援センター「たなっこ」（市民総合センター 2 階） ◇相談専用　☎ 0739-33-7115 ✉ kenkou@city.tanabe.lg.jp	
いじめホットライン	平日	9 時～ 16 時	◇相談専用　☎ 0739-26-3224 ◇いじめ相談ダイレクトメール ✉ ijime110@city.tanabe.lg.jp	
不登校・いじめ・教育相談	平日	9 時～ 16 時	教育研究所（本庁舎北隣 2 階） ☎ 0739-25-1511	
外国人相談（English） （事前に要問合せ）	㊊㊌㊍㊎	9 時～ 16 時	国際交流センター　☎ 0739-33-9019	

親子健康カレンダー

◇**4 か月児健診**　8/11 ㊋＝田辺、19 ㊌＝本宮、25 ㊋＝田辺、27 ㊍＝大塔、9/15 ㊋＝田辺
◇**7 か月児健診**　8/7 ㊎＝田辺、19 ㊌＝本宮、26 ㊌＝田辺、27 ㊍＝大塔、9/11 ㊎＝田辺
◇**11 か月児相談**　8/19 ㊌＝本宮、21 ㊎＝田辺、27 ㊍＝大塔、28 ㊎＝田辺
◇**1 歳 6 か月児健診**　8/6 ㊍＝田辺、19 ㊌＝田辺、25 ㊋＝中辺路、9/2 ㊌＝田辺・大塔、3 ㊍＝龍神
◇**2 歳児相談**　8/3 ㊊＝田辺、20 ㊍＝田辺、25 ㊋＝中辺路、9/2 ㊌＝大塔、3 ㊍＝龍神、8 ㊋＝田辺
◇**3 歳 6 か月児健診**　8/18 ㊋＝田辺、25 ㊋＝中辺路、27 ㊍＝田辺、9/1 ㊋＝田辺、2 ㊌＝大塔、3 ㊍＝龍神、9 ㊌＝田辺
◇**マタニティスクール**　8/29 ㊏＝田辺
◇**パパママ教室**　8/23 ㊐＝田辺
田辺…市民総合センター、**龍神**…龍神保健センター、**中辺路**…中辺路保健センター、**大塔**…大塔健康プラザ、**本宮**…本宮保健福祉総合センター
問時間など、詳しくは、対象者に送付している通知をご覧いただくか、健康増進課母子保健係（☎ 0739-26-4901）又は各行政局住民福祉課（☎ 23 ページ参照）までお問い合わせください。

8 月の納税等

■**市県民税 普通徴収**…第 2 期分、**年金特別徴収**…8 月徴収分、**給与特別徴収**…7 月徴収分
■**国民健康保険税 普通徴収**…第 2 期分、**特別徴収**…8 月徴収分
■**介護保険料 普通徴収**…第 2 期分、**特別徴収**…8 月徴収分
■**後期高齢者医療保険料 普通徴収**…第 2 期分、**特別徴収**…8 月徴収分
※納期限後の納付は、督促手数料及び延滞金を加算する場合があります。

施設の予約

【生涯学習センター】
■**貸室**　9 室
（市民総合センター内の交流ホール・会議室・料理実習室など）
申令和 2 年 11 月分は 9/1 ㊋から予約可
問生涯学習課 公民館係
☎ 0739-26-4925

編集後記

マスクや消毒などのコロナ対策をしっかりとしながら▼徐々にイベントが開催されるようになってきました▼皆さん本当に楽しそうな笑顔▼早く本来の生活に戻ってほしいですね（イケマサ☆）

有料広告　広告主及び広告内容については、市が推奨等するものではありません。広告内容についてのお問合せは、直接広告主にお願いします。

有料広告
2 枠連結（縦 46mm × 横 174mm）

有料広告
2 枠連結（縦 46mm × 横 174mm）

たなべスマイル





植野 元樹（げんき） さん

本宮町本宮

子供の頃から将来は実家の米農家を継ぎたいと考えていました。高校卒業後、京都府で自衛官として務めていましたが、農家を継ぐため３年前に地元にＵターンしました。

今は介護施設の職員として働きながら、休日は父に農業を教えてもらっています。子供の頃は、父は厳しい人だと感じていましたが、今では、私のために叱ってくれていたのだと分かるようになりました。仕事でも教わることが多く、改めて父を尊敬しています。これからは、父から農業を引き継ぎつつ、新しい方法も模索して地域の農業を引っ張れるように頑張りたいです。

また、昨年には息子が生まれ、妻と一緒に子育ても頑張っています。息子には自然豊かな環境でのびのびと育っていってほしいと考えています。ゆくゆくは一緒に農業もできればうれしいです。

介護と農業の両立は大変ですが、息子の成長を明日への活力にしながら家族とともに大好きな本宮で暮らしていきたいと思います。

ポールのたなべ穴場めぐり



国際交流員のポール・フィンです。「ポール」と気軽に呼んでください。このコーナーでは、私が市内各地の穴場を巡り、見たもの・経験したことを皆さんにお伝えしていきます！

第 12 回　Crack Open a Cold One





アイルランドの最も有名な輸出品の一つは、ギネスと呼ばれる黒ビールです。私は物思いにふけるときにビールを飲みたくなることが多いのですが、最近はクラフトビールもよく飲みます。アイルランドのクラフトビールを日本で見かけることはありませんが、田辺には、地元産のクラフトビールがあります。今月は、田辺で唯一のクラフトビール醸造所にお邪魔しました。

オーナーの真鍋さんが醸造所を立ち上げたきっかけは、近畿地方で一番の広大な面積を持つこの田辺に、醸造所がなかったからだそうです。田辺にもクラフトビールはあるということを多くの人に知ってもらいたい、来てもらいたい、そして何よりも、人と人とがつながる場を作りたいという強い想いを感じました。現在はオンライン販売にも力を入れ、新しいことにも取り組んでいるそうで、コロナウイルスの影響でどこも大変なのに、楽しみながら仕事に取り組むその姿勢が印象に残りました。皆さんもどうですか？もしかしたら僕と会って、つながるかもしれませんね。

備えて安心！防災コラム



第 75 回　防災×キャンプ

本格的な夏を迎え、アウトドアを満喫する人も多いのではないでしょうか。特に近年、キャンプを取り挙げたテレビや雑誌をよく見かけます。電気やガスがないことを想定したキャンプ道具は、災害発生時に役立つものが多くあり、比較的コンパクトで軽量に作られているため、持ち運びにも便利です。

災害で、まず考えられるのは停電ですが、照明として、乾電池を使用するランタンのほか、オイルやガスを燃料とするランタンであれば、ちょっとした暖を取ることもできますし、カセット式のガスコンロとボンベがあれば調理も可能です。また、避難先などでは、寝袋やマットは寒さを凌ぎ、より快適に眠ることができますし、テントは屋外でも避難スペースとして使用でき、プライベート空間の確保が可能です。

災害の状況や場所によって使用できないものがあるかもしれませんので、状況に応じて使用する必要があります。ご家庭に合った形で、防災を意識したキャンプ道具を取り入れ、日頃から使用して慣れておくことも一つの方法です。身近なキャンプという遊びを通じて、いざというときへの備えをしてみてはいかがでしょうか。

いきいき！健康な身体づくり



コロナ禍でのストレス予防

三密の回避や外出時のマスク着用などの感染対策のため、これまでとは違う生活を長く送ることで、「ストレス」を感じやすくなっています。ストレスに負けないために、以下の取組をしてみませんか。

■睡眠　良質な睡眠をとるために、朝日と共に気持ちよく目覚めて活動し、早寝早起きの生活習慣を続けていきましょう。太陽の光を浴びることで、気持ちを落ち着かせる脳内物質セロトニンの分泌も活性化されます。

■食事　バランスのとれた食事はもちろん大切ですが、抗ストレス作用をもつ天然アミノ酸の一種、GABA（ギャバ）をご存じでしょうか。GABAが不足すると、リラックスできずに精神的な緊張が続いてしまうことがあります。発芽玄米やトマト、なす、きゅうりなどの野菜、漬物などの一部の発酵食品に多く含まれていますので、普段の食事に取り入れてみてはいかがでしょうか。

■運動　体を動かすことで、筋肉の緊張がとれリラックスにつながります。体に空気を取り込みながら行うウォーキングなどの有酸素運動や、腹式呼吸でリラクゼーション効果の得られるヨガ、筋肉のコリをほぐす作用のあるストレッチがおすすめです。

我が家の愛ドル ～8月生まれ～



久保　穂華（ほのか）ちゃん（4歳）
ほのかちゃん、4歳のお誕生日おめでとう！笑顔いっぱいで皆を幸せにしてくれてありがとう♡



古久保　陽葵（ひまり）ちゃん（5歳）
5歳のお誕生日おめでとう♪毎日スクスク元気に育ち(*^▽^*)毎日可愛い笑顔に癒されてます♥大好きよ♥
パパ、ママより

広報発行月に誕生日を迎えるお子さん（就学前まで）の写真を募集しています。氏名、住所、生年月日、電話番号、簡単なコメント（50字まで）を添えてください。9月生まれのお子さんの締切りは、8月11日㈫です。掲載できる枠に限りがありますので、先着順とさせていただきます。ご了承ください。
■宛先　〒646-8545 新屋敷町1　企画広報課 広聴広報係　✉kikaku@city.tanabe.lg.jp

すくすく子育てクラブ

第84回　トイレトレーニング



牟婁保育所
太田　賀子

トイレトレーニングは、子供の成長にとって大きなステップです。開始時期や進め方など、不安に思っている方も多いと思います。

大切なことは、子供の成長に合わせてトレーニングを行っていくことです。始める時期も完了する時期も個人差があるため、焦らずゆっくりと進めていきましょう。

■開始時期の目安

おしっこを膀胱（ぼうこう）にためられるようになり、オムツにおしっこをする回数が減ってきたとき

■進め方のコツ

◇トイレに誘うタイミングを決める

朝起きた後や、お昼寝の後など、決めたタイミングでトイレに誘いましょう。

◇成功したときは褒める

トイレでおしっこができるのは嬉しいことだと実感できます。

◇失敗しても怒らない

失敗をして、オムツが濡れて気持ち悪いという感覚を持つことが大切です。

進めていく上で、時期やタイミングの見極めは難しいですが、もしやってみてダメなら一度やめてみるのもいいと思います。無理をせず、親子で楽しく取り組めるといいですね。

みんなの広場

たなべ方言事典

あかせな　駄目だ

図書館へ行こう

司書のおすすめ！ 新着図書



今につながる日本史
編／丸山　淳一
発行／中央公論新社
今起きていることは、以前にもあったという観点から、今と昔の出来事を、比較しながら分かりやすく解説する。



料理はすごい！シェフが先生！小学生から使える、子どものためのはじめての料理本
編・発行／柴田書店
小学校低学年から使える子供のための料理本。テレビ等で見かける4人のシェフが先生です。

ひとことコラム

この夏も暑い日が続いていますが、妖怪や幽霊等の本を読んで、内面的に涼しむのはいかがですか。今年は、アマビエも話題になりましたが、定番と言ったら、河童ではないでしょうか。川や沼にすむ妖怪で、その伝承は日本全国に残されているようです。田辺市でも河童の伝承は残っています。暑さで寝苦しいときには、是非、妖怪体験してみてはいかがですか。（雄）

お子さんと一緒におはなしのコーナー

★おはなし会
絵本の読み聞かせや紙芝居など（対象：4歳くらいから）
本館＝8/2・9・16・30 全㊐（11時～）
中辺路分室＝8/22 ㊏（11時～）

★おはなしタイム
おはなしや絵本の読み聞かせなど（対象：4歳くらいから）
本館＝8/1・8・29 全㊏（11時～）

★夏休みおはなしランド
おはなしや絵本の読み聞かせなど（対象：4歳くらいから）
本館2階「大会議室」＝8/19 ㊌・20 ㊍・21 ㊎・22 ㊏・23 ㊐（11時～）

広報田辺7月号の掲載記事について訂正してお詫びします

7月号26ページ『司書のおすすめ！新着図書』の『ニッポンじゃアリエナイ世界の国』の本の写真に誤りがありました。正しくは次の写真です。訂正してお詫びします。
問企画広報課 広聴広報係
☎0739-26-9963



休館日
本館＝毎週㊊（㊗を除く。）、8/11 ㊋（祝日振替）、8/27 ㊍（整理日）
龍神分室＝第1・3・5 ㊏㊐、8/10 ㊊㊗
中辺路分室＝毎週㊐、8/10 ㊊㊗
大塔分室＝第1・2・3・5 ㊏、毎週㊐、8/10 ㊊㊗
本宮分室＝毎週㊏㊐、8/10 ㊊㊗

開館時間
本館＝㊋～㊏ 9時30分～19時30分
㊐・㊗ 9時30分～18時
分室＝9時～17時
※龍神分室は、㊋～㊎20時まで時間延長あり。中辺路分室は、㊏のみ16時45分まで。

※移動図書館の運行日時は、下記へお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。
問市立図書館　☎0739-22-0697　http://www.city.tanabe.lg.jp/tosho/index.html










やっぱり みんなで遊ぶと楽しいよね

7月11日㊏、上秋津農村環境改善センターで『第4回あいあい広場』が開催されました。大型紙芝居やエプロンシアターを見た後、親子でダンスを踊ったり、電車のおもちゃを作ったりなどし、最後に、七夕の飾りを作って笹飾りをしました。子供たちはとても楽しそうな笑顔で、手作り電車や願い事を書いた短冊を見せてくれました。参加していた親子は、「コロナや梅雨でなかなかこんな機会がなかった。ありがたい。また、是非参加したい」と笑顔で話してくれました。



6月27日㊏、紀菜柑（きさいかん）で神島高校の商品開発プロジェクト『神島屋』が、市内飲食店とコラボし、梅を使った8種類のオリジナル弁当の販売をしました。



6月30日㊋、よってっていなり本館で『令和2年度ノーレジ袋キャンペーン』に伴うエコバッグのPR活動が行われました。環境のため、皆さんにエコバッグの利用を呼び掛けました。

笑顔が彩るまちのたより
みんなの彩時記






どれだけ飛ぶかな 電動飛行機を飛ばそう

7月11日㊏、市体育センターで少年少女発明クラブの『電動ひこうきを飛ばそう！』が開催されました。子供たちは、講師の方々に教えてもらいながら自分たちで飛行機を作成。作り終わると、みんなで飛行機を一斉に飛ばして、何秒間飛ばせられるか競い合いました。1位～3位の子供たちは表彰され、1位の記録は32秒でした。

参加していた子供たちは「思っていたより飛行機作りが難しかった」「こんなに飛ぶ飛行機は初めてで楽しかった」と話してくれました。







7月11日㊏、田辺スポーツパーク野球場でパナソニック野球部のキャンプ歓迎セレモニーが開催され、市長から梅ジュースとみかんジュースなどをチームの皆さんに贈りました。



7月2日㊍、龍神中学校で救命講習会が行われ、消防職員が心肺蘇生法の仕方とAEDの使い方を指導しました。また、7月～8月にかけて市内各地で梅干しや熱中症予防啓発チラシを配布しています。