



特集

みんなで元気に
フレイル予防

No.204
広報 たなべ 5月号
May. 2022

令和4年5月1日発行

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 0739(22)5310
✉kikaku@city.tanabe.lg.jp □https://www.city.tanabe.lg.jp/

18歳から 大人!

※飲酒、喫煙などは20歳になるまで認められません。

考える!新成人

2022年4月からは、
18歳の誕生日が来たら**大人**です!

**大人なので、
取り消せません。**

成人として扱われるため、
契約を取り消すことが
できなくなります。

**大人なので、
契約できます。**

成人として契約を
一人で結ぶことが
できるようになります。

**大人なので、
必ず確認。**

契約を結ぶ際には、
事前に契約内容を
確認しましょう。

**大人なので、
無理はしない。**

本当に支払いができるのか、
自分の収入に
見合った買い物を。



契約や買い物は、しっかりと「考えて」から。

若者をターゲットにした悪質な商法にも注意しましょう。

契約や買い物で「困ったな」と思ったら、
消費者ホットラインまでお電話ください。

全国共通の電話番号「消費者ホットライン」
188

【田辺市消費生活相談窓口】

自治振興課 市民生活係 (本庁舎3階)

☎相談専用 0739(34)2460 (月・火・木・金) 13時～16時は消費生活相談員が対応)

※消費者庁作成の「18歳から大人」啓発チラシを基に田辺市が作成したものです。

「18歳から大人」の方に、
今知ってほしい情報はこちら!



消費者庁 HP 消費者庁 Twitter

2022年5月号

CONTENTS 目次

- 2 まちのわだい
- 3 目次
- 4 特集 「みんなで元気にフレイル予防」

市からのお知らせ Pick Up News

- 10 支援金・補助金のお知らせ
- 12 運転免許証自主返納に対する奨励金
軽自動車税（種別割）の減免制度をご利用ください
- 13 新庁舎北側交差点（礪坂交差点）を改良しています
令和4年度高校生レポーターが決定しました
- 14 ビーチスポーツ場を開設します
土砂災害に備えましょう
- 15 第30回文協フェスティバルを開催します
保険税（料）率の改定

市からのお知らせ Information

- 16 自然観察教室「春の生き物を観察しよう」の参加者を募集します
- 17 おたふくかぜワクチン接種費用を助成します
- 18 帯状疱疹予防接種費用を助成します
- 24 相談窓口
- 25 図書館へ行こう
- 26 みんなのひろば

今月の表紙写真



今月の表紙は、立戸町内会館で筋トレ体操をしている「れいわみのり倶楽部」の皆さんです。みんなで楽しく元気に和気あいあいと活動されていました。



女子野球タウンに認定 田辺を拠点に盛り上げる

4月2日㊤、田辺スポーツパーク野球場で全日本女子野球連盟との女子野球タウン認定調印式が行われました。認定書への署名や熊野古道をイメージさせる平安衣装を着た木村副市長と連盟の山田会長による始球式のほか、式の後には小中学生の女子を対象に阪神タイガースWomenの選手による野球教室が開催されました。



美しい景色を満喫しながら トレッキング

3月19日㊤、『内山りゅうさんと行く百間山溪谷トレッキング』が開催されました。参加者は、かやの滝や雨乞の滝などきれいな滝が続く美しい溪谷を満喫しながら、所々で内山りゅうさんから生き物や水のお話を聞き、トレッキングを楽しみました。

市公式 SNS など
最新情報を発信中！

LINE

友達追加は
こちら▶



LINE ID: @tanabecity

Twitter

ページは
こちら▶



紙面で使用するマーク等の説明

回…日付・期間

時…時間

休…休館日

場…場所

集…集合

内…内容

対…対象・参加資格等

定…定員

料…料金・費用

持…持ち物

申…申込み・申請方法

問…問合せ

[消印]…消印有効

[先着]…先着順

◇㊤マークには、振替休日等も含まれます。
◇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。

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、イベント等の中止・延期や施設の休館をする場合があります。市民の皆様には引き続き、手洗いやマスクの着用など、感染予防のご協力をよろしくお願いいたします。

開催まであと1年！ 全日本花いっぱい田辺大会

3月27日㊤、新庄総合公園で第61回全日本花いっぱい田辺大会キックオフイベントが開催され、大会開催までのカウントダウンボードの除幕式やキッチンカーの出店、花苗の配布などを行いました。イベントは、NPO 花つぼみ主催の花まつりと同時開催され、晴天の中、多くの来場者でにぎわいました。

来場されていたご家族は「新庄公園は花がとてもきれいで、気持ちが良いのでよく来ます。子供たちが大好きな場所です」と話してくれました。



✓まずは、自分の状態を確認してみましょう！

フレイルの状態をそのまま放置すると、要介護状態になる可能性があります。早めに気付いて、適切な取組を行うことで、フレイルの進行を防ぎ、健康に戻ることができます。

フレイルの兆候がないか、11の項目に答えてみましょう！

※問4・8・11は「はい」と「いいえ」が逆になっています。

チェックシート		回答欄	
食・口腔 	1. ほぼ同じ年齢の同性と比較して健康に気を付けた食事を心掛けていますか	はい	いいえ
	2. 野菜料理と主菜（お肉又はお魚）を両方とも毎日2回以上は食べていますか	はい	いいえ
	3. 「さきいか」や「たくわん」くらいの固さの食品を普通にかみ切れますか	はい	いいえ
	4. お茶や汁物でむせることがありますか	いいえ	はい
運動 	5. 1回30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか	はい	いいえ
	6. 日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか	はい	いいえ
	7. ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いと思いますか	はい	いいえ
社会参加 	8. 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	いいえ	はい
	9. 1日に1回以上は、誰かと一緒に食事をしていますか	はい	いいえ
	10. 自分が活気にあふれていると思いますか	はい	いいえ
	11. 何よりもまず、物忘れが気になりますか	いいえ	はい

（出典：東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢「フレイル予防ハンドブック」から引用）

～回答欄の右側にチェックが多いほど注意が必要です～

**フレイル予防に
取り組みましょう！**

フレイルはご自身の取組で予防すること、改善することができます。全ての項目が左側の結果になるように、生活を見直してみましょう。

■**食・口腔** 食事のバランスを意識して色々な種類の食べ物を食べましょう。また、お口の筋肉を鍛えるために、しっかりと噛むようにしたり、おしゃべりしたりするなどお口を動かすようにしましょう。

■**運動** 散歩など適度に体を動かすことを意識してみましょう。

■**社会参加** 心身の健康を保つためには、人との交流が大切です。直接会えない時は、電話やメールで話しましょう。また、自分に合った社会参加の形を見つけて、外出の機会を作りましょう。

特集

みんなで元気に フレイル予防



いつまでも健康で元気に生活していきたいですね。
今月号では、健康を意識して楽しく活動している方々を紹介し、健康を維持するためには、誰かと一緒に何かを取り組み、それを楽しみながら継続していくことが

効果的だと言われています。
是非この機会に、仲間を見つけて健康づくりに取り組んでみませんか。
園やすらぎ対策課 高齢福祉係（市民総合センター1階）
☎0739（26）4910



フレイルって？

「フレイル」とは、加齢とともに心身の活力が低下した「虚弱」を意味する言葉で、健康と要介護の中間の状態をいいます。

健康長寿の大切な要素は、「食・口腔」「運動」「社会参加」の3つです。これらはお互いに影響し合っており、例えば、外出の機会が減ると、活動量が減って筋力が低下したり、お腹が空かなくなると食欲が低下することで疲れやすくなり、さらに外出が難しくなります。

このように3つの要素に注意することで、フレイルを予防・改善することができます。



運動不足は筋力を低下させ、フレイルを進行させる大きな要因となります。高齢期になると筋肉量が急激に減少し、これまでの運動では筋肉が不足がちになるので、それを補う筋力トレーニングを習慣に加えましょう。



フレイル予防× 運動

■まずはグループを
条件を満たす団体を対象に、
体操用DVDの貸出し及びス
タッフの派遣を行います。
◇市に在住の65歳以上の方が5
人以上いる団体（代表者1人を
設けてください。）
◇週に1回以上実施し、3か月
以上継続して取り組むことがで
きること
◇集会所等の実施会場、椅子、
テレビ、DVDプレーヤーの必
需品を会場で準備できること

市では、仲間と一緒に楽しく
体操し、生きがいとなるような
通いの場所づくりのスタート部
分を支援する「みんなで筋トレ
体操」を行っています。DVD
を見ながら行う40分程度の簡単
な筋力向上体操です。体力に自
身のない方でも気軽に始めるこ
とができます。

みんなで筋トレ体操

気軽に始められるウォーキン
グなどの有酸素運動は、脂肪の
燃焼や心肺機能の強化などに有
効です。さらに、筋力トレーニ
ングもプラスすると足腰の衰え
を予防するために効果的です。



れいわみのり倶楽部の皆さん

週に1回の運動ですが、意識
しながら体を動かすことで筋力が
少し強くなったり、体が軽くなつ
たりと効果を実感しています。ま
た、体を動かしているだけでも安
心感につながりますし、家にいる
だけで体を動かすことも少ない
のでこれからも続けていきます。

楽しみながら健康に
「れいわみのり倶楽部」を立
ち上げて3年ほどが経ちまし
た。活動は毎週火曜日に立戸町
内会館へ集まって、DVDを見
ながら40分程度のゆっくりと
した動きの簡単な運動をしてい
ます。

お口の健康状態が悪くなると、食欲低下から低栄養になり、筋力や免疫力が落ち、言葉を発するのも難しくなってきます。今のうちから口腔ケアを行って、いつまでもおいしく食べて話せるように、お口の健康を守りましょう。



フレイル予防× 食・口腔

男の料理教室

老人クラブを対象に、地域で
できるフレイル予防として、男
の料理教室を開催しています。
料理を学び、仲間と一緒に料理
を作る達成感を味わいませんか？

老人クラブへの参加方法など
詳しくは、やすらぎ対策課へご
連絡ください。
※男性だけでなく、女性の方で
も歓迎です。

将来に備えて始めた料理



しょく
食じいの会
ひろし
鈴木 博さん

私は全く料理をしたことがなかったので、この先何かあったらと考えると心配になっていました。そこで男の料理教室の開催を知り、参加しました。おかげで今では家族のために食事バランスや栄養を考えたり、野菜やカルシウムの摂取を意識しながら料理を作れるようになりました。

料理教室に参加したのがきっかけで「食じいの会」という自主グループを結成し、男13名で活動を始めました。定期的にレシピなどを決めながら、皆で楽しく料理をしています。

またこれに加え、体操教室などにも参加するようになり、新たな交流も増えました。



古尾福美会の皆さん

家でできる フレイル予防

お口の体操、筋トレ
体操は動画でも♪



お口体操（パタカラ体操）

お口の体操はかむ力、飲み込む力を付けることができます。パタカラ体操とは、「パ」「タ」「カ」「ラ」と声を出す体操で、食事をするときの舌や唇の動きを再現したものです。その他、歯合わせ体操など、お勤めのお口の体操を動画で紹介しています。



口救レシピ

お口の健康状態を保つために、かむ力や舌の簡単なトレーニング、今のお口の状態に合った食べやすい料理の紹介など、お得な情報が満載です！

奇数月に市民総合センター・各行政局・各公民館等の窓口にて配布します。

5月から
スタート！



筋トレ体操（歩くときに大事！）

①太もも前面を鍛える体操

椅子に浅めに腰をかけます。4秒かけてゆっくりと脚が床と平行になるように膝を伸ばし、4秒かけて元に戻します。連続して10回動かしたら、深呼吸を2〜3回して呼吸を整えます。



②お尻の筋肉を鍛える体操

椅子の背もたれに両手をつき立ちます。4秒かけてゆっくりとかかとを後ろに持ち上げ、4秒かけて元に戻します。連続して10回動かしたら、深呼吸を2〜3回して呼吸を整えます。



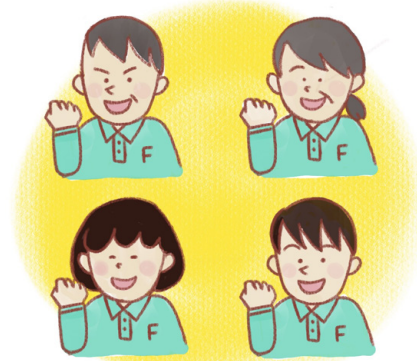
健康づくりをサポートします

市では、健康づくりをサポートするため、今回紹介している以外にも様々な取組や住民主体の介護予防活動グループのサポートを行っています。お住まいの地域で人が通う場を作りたいけどどうすればいいのか分からないなど、疑問があればやすらぎ対策課へご相談ください。また、今後地域の皆さんが主体となり、地域の高齢者にフレイル予防を周知するフレイルサポーター養成講座を開催する予定です。是非ご興味のある方は以下の講演会や講座にご参加ください。

フレイルサポーター 養成講座

フレイルサポーター養成講座を10月頃から開催予定です。

フレイルサポーターとは、健康づくりの担い手として地域の高齢者にフレイルチェックを実施し、フレイル予防の普及に取り組む住民の皆さんのことです。住民の皆さんが主体となり、地域全体で健康づくりを進めていくとともに、社会参加を促進していきます。



フレイル予防講演会

～ 100 年時代を元気にフレイル対策 !! ～

日時 9月2日(金) 13時～15時

会場 紀南文化会館4階「小ホール」

講師 神谷 哲朗さん（東京大学高齢社会総合研究機構）



神谷 哲朗さん

地域包括ケアのモデル事業の「柏プロジェクト（千葉県柏市の高齢者を対象にした調査・研究から、健康長寿に必要な要素を分析）」に参画し、高齢者の健康づくり、フレイル予防、生活支援サービス、住宅ケア、住宅医療関係の研究や全国自治体でのフレイルチェック事業の導入支援等に從事してきました。

※申込み日等、詳細は改めて広報紙等でお知らせします。

フレイル予防× 社会参加

社会参加の機会が減少すると、フレイルの入り口になりやすいことが分かってきました。地域のボランティア活動に積極的に参加したり、老人クラブに入会したり、自分に合った活動を見付けることが大切です。



頭と身体がいきいき！
脳リフレッシュ教室

脳トレに加え、モルックやアル野球盤など、身体を動かして誰でも楽しめます。

回 6月7日(火)、16日(木)、23日(木)、28日(火)、7月5日(火)、20日(水)、26日(火)、8月2日(火)
※全8回予定
開 13時30分～(2時間程度)



赤坂 勝子さん

友達の輪がどんどん広がる

「パンジー」という主に体操などで身体を動かす団体と、「令和会」という麻雀を楽しむ団体に参加しています。どちらも、市が開催している「わかわか教室」「脳若返り塾」の卒業生で集まって作った団体です。

きっかけは、広報紙で様々な教室が開催されていることを知ったことでした。当時65歳で、仕事も辞めていたので、何か始めたいと思い参加しました。団体のメンバーは、教室で知り合った方ばかりですが、皆さん良い方ばかりで、今では友達です。それぞれ週1回の活動ですが、前日からわくわくするほど楽しく、私にとって生きがいになっています。

今日は、先日参加した「脳リフレッシュ教室」で教えていただいたモルックをパンジーのみなんで楽しみました。新しいことにチャレンジすることは、何歳になっても楽しいです。

場 市民総合センター
函 市に住民票がある65歳以上の方で、全ての教室に参加できる方
定 12名程度「先着」
開 動きやすい服装・室内用シューズ・タオル・飲み物・筆記用具
用 5月16日(月)～30日(月)に、やすらぎ対策課へお申し込みください。

パンジー（モルック）、令和会（麻雀）の皆さん



フレイルは予防・改善できます

皆さん、「フレイル」という言葉は知っていましたか。コロナ禍という状況もあり、ここ数年で徐々にこの言葉が世の中に浸透してきました。

長引くコロナで「人との交流がなくなってきた」「筋力がなくなってきた」「食欲がなくなってきた」などと感じている方がいるかもしれません。このような日常生活に生じた小さな変化がフレイルへの入り口となります。

5ページにチェックシートも掲載していますが、まずは自分の状態を正しく理解することが大切です。何気なく過ごしている今の生活は本当に大丈夫なのか、この機会に振り返ってみませんか。そして、何か足りないと感じたら、今回紹介しているような「食・口腔」「運動」「社会参加」を意識した生活を心掛けてみてください。毎日の積み重ねで健康寿命を伸ばしていきます。



やすらぎ対策課
高齢福祉係
太田 功

【小規模事業者持続化補助金(国の制度)】

小規模事業者が販路開拓等に取り組む経費に対して幅広く活用できます。

■申請期限（第8回） 令和4年6月3日㊟

㊟地域の商工会・商工会議所に関係書類を提出の上、必要書類の作成・交付の依頼が必要です。事前に商工会・商工会議所にご相談ください。

また、市も同様に「田辺市小規模事業者持続化補助金制度」を設けています。国の制度の第8回申請受付で不採択となった市内の事業者で、改めて市

に申請を行った事業者から審査により対象者を決定し、その経費の一部を支援します。国の制度において、不採択となった事業者には、商工会・商工会議所を通じて市から手続のご案内を行う予定です。

□ https://www.city.tanabe.lg.jp/shoukou/jibasan_syoukousinkou.html



	国の制度	市の制度
補助対象経費	機械装置等費、広報費、ウェブサイト関連費、展示会等出展費、旅費、開発費、資料購入費、雑役務費、借料、設備処分費（補助対象経費総額の1/2が上限）、委託・外注費、車両購入費（※市の制度にある買い物弱者対策事業の場合に限りです。）	
補助率・補助額	補助対象経費の2/3以内 補助上限額 50万円	補助対象経費の1/2以内 補助上限額 37万5,000円 ※以下の場合、補助上限額75万円に引き上げ ◇認定市区町村による特定創業支援等事業の支援を受けた小規模事業者 ◇買い物弱者対策等の事業を行う事業者

【田辺市雇用維持支援補助金及び奨励金】

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、国の雇用調整助成金等を活用し、市内の労働者の雇用維持・安定に取り組んでいる事業主の方は是非ご活用ください。

■申請期限 令和4年9月30日㊟

※令和2年4月1日～令和4年6月30日の休業等が対象です。

㊟9月30日㊟[消印]までに、申請書等を商工振興課へお持ちいただくか、郵送してください。

申請書及び申請要領は、商工振興課で配布するほか、ホームページからも取得できます。

◇田辺市雇用維持支援補助金

□ <https://www.city.tanabe.lg.jp/shoukou/koyouijisienn.html>



◇田辺市雇用維持奨励金

□ <https://www.city.tanabe.lg.jp/shoukou/koyoiijishoreikin.html>



	田辺市雇用維持支援補助金	田辺市雇用維持奨励金
交付要件	◇国の雇用調整助成金等の支給決定を受けた事業主 ◇市内に事業所を有する個人事業主又は法人など	◇国の雇用調整助成金等の支給決定を受けた事業主 ◇国の雇用調整助成金等の助成率が100%であること ◇労働者に支払う休業手当等の支払率が100%であること など
交付上限額	◇判定基礎期間の初日が令和4年3月31日以前の休業分…40万円 ◇判定基礎期間の初日が令和4年4月1日以降の休業分…15万円	◇判定基礎期間の初日が令和4年3月31日以前の休業分…20万円 ◇判定基礎期間の初日が令和4年4月1日以降の休業分…20万円

事業者の皆様へ

支援金・補助金のお知らせ



問合せ先

㊟商工振興課（本庁舎別館3階） ☎ 646-8545 新屋敷町1 ☎ 0739（26）9970

【田辺市地域経済持続化支援金＜令和4年1月～3月対応型＞】

■交付対象者 市内に事業所・店舗等を有する中小企業者（商工業又は農林漁業の法人・個人事業主）のうち、新型コロナウイルス感染症拡大により著しく影響を受けた方

※個人事業主とは、事業を行う個人であって、主たる収入が給与、年金、不動産収入等でない方をいいます。ここでいう「主たる収入」とは、1年間の収入の半分以上が、「事業収入」であることとします。

■申請要件

◇令和4年1月～3月の3か月(対象期間)の月平均の事業収入額と令和3年、令和2年又は平成31年の同期の3か月(比較期間)の月平均の事業収入額を比較して、20%以上減少していること
※和歌山県からの時短要請等により支給を受けた協力金については、対象期間の事業収入額に加えます。

◇令和3年12月31日時点において、市内で事業を営み、今後も継続して事業を行う予定であることなど

■申請方法等

◇郵送で申請する場合

新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、郵送で申請される場合は、簡易書留等の追跡ができる方法により申請書及び添付書類を商工振興課へ送付してください。

◇特設窓口で申請する場合(完全予約制)

予約日時に申請書及び添付書類を持参の上、申請会場までお越しください。

・予約連絡先

☎ 0739（33）7796

※予約受付時間は8時30分～17時15分です(㊟㊟㊟を除く。)

・申請会場(特設窓口)

㊟9時～18時

㊟本庁舎別館3階「大会議室」

※申請書類の確認作業等に時間を要するため、予

「事業収入額」は、令和3年分、令和2年分又は令和元年分の確定申告書B 第一表中、「収入金額等」の欄の原則「㊟営業等、㊟農業」の項目に該当する収入の合計額となります。

※令和3年分、令和2年分の事業収入額については、新型コロナウイルス感染症の影響により支給を受けた国・県・市等の給付金等を除いた額とします。

■交付基準額

市内事業所等の常用雇用者数	基準額（上限額）
0人～5人	10万円
6人～10人	15万円
11人～20人	20万円
21人～30人	30万円
31人～50人	40万円
51人以上	50万円

※事業規模別（令和3年12月31日時点の市内事業所等の常用雇用者数）に応じた支給額

約時間よりも申請手続の開始時間が遅くなる場合がありますので、ご了承ください。

◇各行政局で申請する場合

事前に各行政局産業建設課(23ページ参照)へお問い合わせください。

■申請期限 令和4年6月30日㊟[消印]

■申請書類の取得方法

申請書類や申請手引き等は商工振興課・観光振興課・各行政局産業建設課等で配布しているほか、ホームページからも取得できます。

申請書等の郵送を希望される場合は、商工振興課へお問い合わせください。

□ <https://www.city.tanabe.lg.jp/shoukou/tiikeizaijizokuka1-3.html>



通行の際はご注意ください

新庁舎北側交差点（礪坂交差点）を改良しています

現在工事中の新庁舎北側交差点について、以前は交差点中央付近で車線変更し、駅前方面へ通行していましたが、現在は改良が進み、写真の矢印で示すような通行をしていただいています。また、看板等でお知らせしていますのでご注意ください。

信号機も設置され、矢印で左右に通行できます。信号機の左矢印が駅前方面の通行、右矢印が宝来町方面の通行となっています。

なお、北側交差点の改良工事は令和6年3月の



新庁舎完成後に全て完了する予定です。詳しくはホームページをご覧ください。

☎新庁舎整備室(本庁舎2階)

☎0739 (34) 3336

📄 https://www.city.tanabe.lg.jp/choshaseibi/kitagawakousaten_kairyougo.html



高校生目線で市内を取材します

令和4年度高校生レポーターが決定しました

広報紙への親しみやすさにつなげるため、高校生ならではの目線で地域話題を取材する広報たなべの人気コーナー「青春キラリ！高校生レポーター」の作成を市内の高校生が担当しています。

令和4年5月号～令和5年4月号まで、次の高校生7名が担当します。また、昨年度に引き



続き SDGs（持続可能な開発目標）で掲げた17のゴールに関連した記事を書いていただきます。今後の活躍をご期待ください。

※今月号は27ページに掲載しています。

☎企画広報課 広聴広報係（本庁舎3階）

☎0739 (26) 9963

■氏名（敬称略）・高校名〔写真左から〕

◇後列 ^{リョウガ}大谷 涼雅（南紀高校）
^{まりな}西 真利奈（南部高校龍神分校）
^{しょうの}正木 照乃（田辺高校）

◇前列 ^{りつ}萩原 律（神島高校）
^{かえで}泉 楓（田辺工業高校）
^{ゆい}柴田 結依（南部高校）
^{のぞみ}宮本 望美（熊野高校）

自主返納について考えてみませんか？

運転免許証自主返納に対する奨励金

運転に不安を感じる高齢者に運転免許証の自主返納を促し、高齢運転者の交通事故抑止を図るため、運転免許証を自主返納又は失効された高齢者に奨励金を支給します。



☎65歳以上の市に住民票がある方で、次のいずれかに該当する方

◇令和4年4月1日以降に運転免許証を自主返納された方

◇運転免許を更新せず、令和4年4月1日以降に免許を失効された方のうち、運転経歴証明書を取得された方

※申請できるのは、運転免許の取消通知書又は運転経歴証明書の交付日から1年以内に限りです。

■奨励金の額 5,000円

■申請手順

①◇自主返納される方 警察署又は運転免許セン

ターで運転免許証を自主返納してください。運転免許取消通知書が発行されます。

◇失効された方 警察署又は運転免許センターで、運転経歴証明書の交付を受けてください。（交付手数料1,100円）

②申請書類等は、警察署又は運転免許センターで配布されますので、運転免許の取消通知書又は運転経歴証明書の写し、振込口座が確認できる通帳等の写しを添えて下記へ郵送又は直接提出してください。

☎自治振興課 市民生活係(本庁舎3階)

☎0739 (26) 9911

減免制度のお知らせ

軽自動車税（種別割）の減免制度をご利用ください



【身体障害者手帳等をお持ちの方に対する減免】

身体障害者手帳等（※障害の程度によります。）をお持ちの方が所有する軽自動車等で、次の①～③に該当する方が運転する場合、対象となります。※身体障害者手帳をお持ちの方が18歳未満の場合や、療育手帳又は精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方の場合は、生計を一にする方が所有する軽自動車等を含みます。

☎①当該身体障害者等本人

②当該身体障害者等と生計を一にする方

③当該身体障害者を常時介護する方（身体障害者等のみで構成される世帯に限る。）

※既に減免を受けている方でも車両の変更等があれば再度申請が必要となります。

※減免できるのは一人一台限りです。既に重度障害者福祉タクシー券の交付又は県の自動車税（種別割）の減免を受けている方は対象となりません。※身体障害者等と生計を一にする方が運転する場

合（身体障害者等と同一世帯の方は必要ありません。）や身体障害者のみで構成される世帯のうち、常時介護する方が運転する場合はそれらを証する書面が必要です。

【その他の減免】

◇身体障害者等が利用するために構造を変更した車両に対する減免

◇公益のために直接専用する車両に対する減免

◇生活保護を受けている方の車両に対する減免

【減免申請の共通事項】

☎減免申請については、下記へお問合せの上、納税通知書が届いてから納期限の5月31日④までに、下記又は各行政局住民福祉課（23ページ参照）で手続きをしてください。なお、納税通知書は5月10日④から順次送付します。

☎税務課 庶務係（本庁舎2階）

☎0739 (26) 9919

展示部門と舞台部門があります

第30回文協フェスティバルを開催します

【展示部門】

📅 5月21日⑤・22日⑥ 9時～17時

📍 紀南文化会館

◇展示ホール（1階） 書・洋画

◇小ホール（4階） 生花・紀州てまり・草細工・収集色紙・川柳・盆石

【舞台部門】

📅◇第1部 5月29日⑥

日本舞踊・箏曲・三絃・詩舞・民謡・津軽三味線・新舞踊・詩吟



◇第2部 6月5日⑥

アコーディオン・大正琴・バレエ・フラダンス・社交ダンス・合唱・タヒチアンダンス・津軽三味線

📅 両日とも13時～

📍 紀南文化会館「大ホール」

※出品、出演団体などが変更になる場合があります。

📍 田辺市文化協会事務局（文化振興課内 市民総合センター3階）

☎ 0739（26）9943

令和4年度の保険税（料）額の通知は、7月中旬に郵送します

保険税（料）率の改定

【国民健康保険税率】

国保の税率は、国保制度の安定化を図るため、都道府県単位で運営し、和歌山県が示す「国保事業費納付金」及び「市町村標準保険料率」を参考に見直しを行っています。

県内の一人当たり医療費は増加傾向にあり、国から交付される前期高齢者交付金の減少等により、市町村に割り振られる一人当たりの「国保事業費納付金」が増加していることから、税率を改定します。

なお、保険税の年間税額は、世帯で算定した「医療保険分」「後期高齢者支援金等」「介護保険分」の合計額となります。

■国民健康保険税率

	医療保険分		後期高齢者支援金等		介護保険分	
	改定前	改定後	改定前	改定後	改定前	改定後
所得割率	6.1%	6.7%	2.1%	2.1%	1.9%	1.8%
資産割率	24.9%	22.2%	6.1%	4.6%	6.8%	5.1%
被保険者均等割額	24,600円	27,500円	8,700円	8,900円	12,700円	12,100円
世帯別平等割額	21,200円	22,500円	7,300円	6,900円	6,700円	6,400円

※資産割は、県内の統一的な国保の運営方針を示した「和歌山県国民健康保険運営方針」で、令和9年度までの期間で廃止することをめざすとしています。

【後期高齢者医療制度の保険料率等】

保険料率は、和歌山県後期高齢者医療広域連合により県内均一で定められ、2年ごとに見直されており、令和4・5年度の保険料率等が決定しました。

また、高齢者の医療の確保に関する法律施行令の改正により、保険料の賦課限度額（上限）が66万円に変更されました。

📍 保険課 保険税係（本庁舎2階）

☎ 0739（26）9965

■後期高齢者医療制度の保険料率等

	均等割額	所得割率	賦課限度額（上限）
改定後	50,317円	9.33%	66万円
改定前	50,304円	9.51%	64万円

田辺扇ヶ浜海水浴場に無料開放

ビーチスポーツ場を開設します

扇ヶ浜海水浴場（南側）にビーチスポーツ用コートを設置しています。無料開放ですのでご自由にお使いください。

■解放期間 5月1日⑥～10月31日⑥

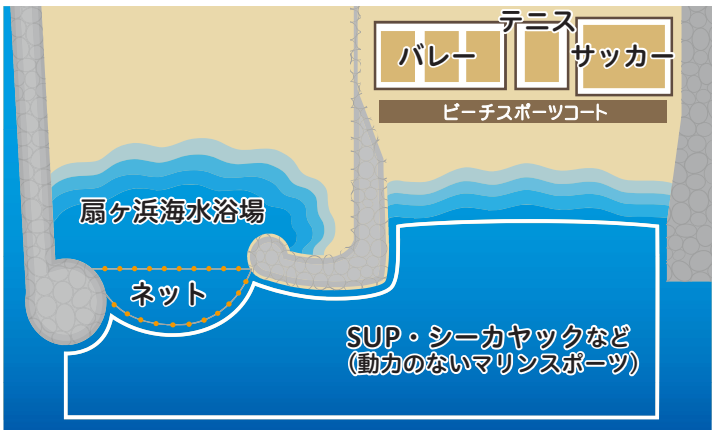
■設置コート バレーコート3面、テニスコー

ト1面・サッカーコート1面

※やむを得ない事情により予告なく設備を撤去する場合があります。

📍 観光振興課 地域観光係（本庁舎3階）

☎ 0739（26）9929



土砂災害ハザードマップや土砂災害に関する情報について

土砂災害に備えましょう

【土砂災害ハザードマップ】

これから雨が多くなる時期を迎えます。大雨や集中豪雨による「土石流」「地滑り」「崖崩れ」といった土砂災害が発生しやすくなります。今回土砂災害のおそれがある区域などを示した「土砂災害ハザードマップ」を新たに作成しました。

土砂災害から身を守るためには「日頃からの備え・早めの避難」が重要です。普段から防災意識を高め、土砂災害に備えましょう。特に大雨時や土砂災害警戒情報が発表された時は、早め早めの避難を心掛けてください。

■配布対象 土砂災害のおそれがある区域（土砂災害警戒区域等）が指定されている町内会等
※ホームページでも確認することができますので、避難等にお役立てください。

📍 土木課 土木係（本庁舎別館1階）

☎ 0739（26）9934

📄 <https://www.city.tanabe.lg.jp/doboku/doshasaigai.html>



【土砂災害に関するメール配信】

土砂災害の危険度を県からメールで配信しています。自宅など周辺の土砂災害警戒区域等を確認するとともに、避難行動に活用してください。

■希望される方

「防災わかやまメール配信サービス」を検索又は下記二次元コードから手続をお願いします。

📍 和歌山県砂防課

☎ 073（441）3171

📄 <http://mail.bousai-wakayama.jp/doc/index.html>



すくすく 子育てクラブ

第101回 パパの子育てで、大切なことは？



◇「共感」すること

子育ては、共同プロジェクト。同じ方向を向いて育てていきましょう。話を耳を傾け、共感することでママの気持ちも楽になります。週末だけ子供と遊んでいいとこ取りの育児をするのではなく、ぐずったり、病気になったり、時には叱ったり、子育ての苦労やつらさを共有してこそ、お互いの信頼関係が育われます。

◆数をこなしてスキルアップ

「習ったことも、やったこともない」と
尻込みせず、育児も家事もとにかく体験し
てみるのがとても大切です。1週間の育

休でも、取らないよりは取った方がいいです。ミルク作りや授乳後のゲップのお世話、オムツ替えなどは回数をこなせば、グンと上達します。

◇仕事と子育てのハッピーバランスを模索しよう

「仕事か生活か」のどちらかを取る二者択一ではなく、自分なりのハッピーバランスを考えて、それらが融合して日々の暮らしがスムーズに運ぶよう、マネージメントすることが大切。子供が生まれ、パパになったときが生き方を見直すターニングポイントです！

電気自動車用急速充電器の
利用を再開しました

左記道の駅に設置している電気自動車用急速充電器の利用を再開しました。

■再開施設

◆ふるさとセンター大塔

◇熊野古道中辺路

◇奥熊野古道ほんぐう

◇田辺市龍神ごまさんスカイタワー

※紀州備長炭記念公園、龍神（木族館）の設備は撤去となります。

おたふくかぜワクチン接種費用を助成します

1人につき1回助成します。（自己負担金2000円が必要）

本市に住民票がある1歳〜6歳の小学校就学前の方（ただし、既におたふくかぜに罹患りかんしたことがある方は、接種対象となりません。）助成を希望される方は、左記又は各行政局住民福祉課（23ページ参照）へお問い合わせください。

閩健康増進課 母子保健係（市民総合センター2階）

0739 (26) 4901

5月の納税等

■市県民税 給与特別徴収…4月徴収分

■軽自動車税 種別割…全期分

※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。

市の人口
令和4年3月末現在

人口 男 33,110 人 (-148)
女 37,304 人 (-170)
計 70,414 人 (-318)

世帯数 35,003 世帯 (-22)

※ () 内は前月比

3 月の出生 男 20 人 女 18 人

里親巡回パネル展と相談会を開催します

県内では、約400人の子供たちが、様々な事情で家族と離れて暮らしています。そうした子供たちを自分の家族に迎え、共に過ごしてくださる制度、それが「里親」です。里親制度の概要や里親になるまでの流れなどをパネルで紹介します。

また、里親相談会も左記日時で開催します。希望の方はお気軽にご連絡ください。

■展示期間

5月23日(月)～6月6日(月)

■相談日時

6月3日(金) 14時～16時

場新庄公民館

問里親支援センターほつと
☎0739(34)2735

 <https://www.wfi.or.jp/hot>

住宅耐震診断費用等を補助します

【耐震診断・耐震改修工事等】
図次の要件を満たす住宅にお住まいの方

- ◇平成12年5月31日以前に着工（非木造住宅の場合は昭和56年5月31日以前に着工）
- ◇2階建以下
- ◇延べ面積200㎡以下
- ◇専用住宅・併用住宅

■補助金額

- ◇木造住宅の耐震診断費用は無料
- ◇非木造住宅耐震診断補助金 上限8万9000円
- ◇耐震改修工事補助金（現地建替えを含む） 上限116万6000円
- ◇耐震シェルター・耐震ベッドの補助金 上限26万6000円

■募集件数「先着」

- ◇耐震診断 200件
- ◇耐震改修工事補助（現地建替えを含む） 45件
- ◇耐震シェルター・耐震ベッド購入・設置補助 1件

【がけ地近接等危険住宅移転事業】
図金融機関より借入れを行い、土砂災害特別警戒区域等に建つ自己所有の既存住宅を除却し、市内の安全な土地に住宅を建築（購入）

※借入金の子相当額を補助します

■補助金額

- ◇既存住宅の除却等費 上限9万5千円
- ◇既存住宅に代わる住宅の建築（購入）費 上限421万円（建物325万円、土地96万円）

■募集件数「先着」 1件

【共通事項】
図改修着手前に、申込書にご記入の上、左記へお持ちください。申込書は、左記又は各行政局産業建設課（23ページ参照）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

- ◇募集件数は、予算の都合により増減する場合があります。
- ◇補助申請後、工事を完了しない限り補助金は交付されません。
- ◇現地建替えの場合、建替え後の住宅が省エネ基準に適合する必要があるため、事前にご相談ください。
- ◇令和5年3月1日までに事業が完了すること

図建築課 建築係（社会福祉センター1階）
☎0739（26）9935
□ <https://www.tanabe.lg.jp/kenchiku/2018taisinjigyou.html>

自家製梅酒を造る場合は、ご注意ください

家庭で梅酒を造る際には、酒税法の規定により使用できる酒類等に制限があります。

■使用できる酒類 アルコール分20度以上の酒類

※一般に市販されている清酒やワインは、使用前にアルコール度数を必ずご確認ください。

■使用できる物品 糖類・梅等

■使用できない物品 米・ぶどう（やまぶどうを含む）等

右記以外にも使用できない物品がありますのでご注意ください。

■その他

- ◇自家製梅酒等は、あくまでも自ら飲むことを目的としてのみ認められていますので、他人に提供・販売・譲渡することは禁止されています。
- ◇飲店や旅館等で自家製梅酒等をお客様に提供する場合には、事前に書類の提出が必要となります。

詳しくは、左記へお問い合わせいただくか、国税庁ホームページをご覧ください。

図田辺税務署
☎0739（22）1250
□ <https://www.nta.go.jp/index.htm>

斎場使用料の所得制度特例還付・補助金制度について

図田辺市斎場・白浜町斎場・清浄苑の各施設で市内（町内・管内）料金の取扱いを受けた方で、火葬許可申請者の同一世帯全ての世帯員が、住民税非課税かつ生活保護を受けていないこと。

■還付・補助額

- ・12歳以上 1万円
- ・12歳未満 5000円

図火葬を行った日から30日以内に左記へ申請してください。

図環境課 環境対策係（本庁舎2階）
☎0739（26）9927

個別避難計画の作成に伴う訪問調査を実施します

市では、南海トラフ地震や台風等の風水害に備えた避難支援対策を推進しており、災害時に自ら避難することが困難な高齢者や障害者等の避難行動要支援者を対象として、個別避難計画を作成します。

事前に個別避難計画作成のための同意書を提出された方の自宅を、民生委員・児童委員が訪問しますので、調査にご協力ください。

■調査予定時期 5月～9月頃

図福祉課 庶務係（市民総合センター2階）
☎0739（26）4900

大規模な土地取引には国土利用計画法に基づく届出が必要

売買、交換、営業譲渡、代物弁済、地上権や賃借権の設定、譲渡などの土地取引について、法定面積以上の土地であれば、契約の日から2週間以内に届出をする必要があります。

■届出対象となる土地取引

- ◇所有権・地上権・賃借権又はこれらの権利の取得を目的とする権利の移転又は設定
- ◇対価の授受を伴うもの
- ◇契約（予約を含む）により行うもの

■法定面積（面積要件）

- ◇都市計画区域内 5000㎡以上
- ◇都市計画区域外 1万㎡以上

■届出者 譲受人（権利取得者）

■提出期限 契約後2週間以内（契約日を含む）

提出書類等、詳しくは左記へお問い合わせください。

図土地対策課 庶務係（本庁舎第2別館1階）
☎0739（26）9915

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、直接広告主をお願いします。

田辺市 LINE 公式アカウント

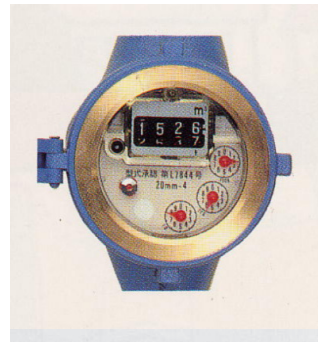
友だち募集中です♪

友だち登録はこちらから♪

★欲しい情報だけをお届け！ ★市役所のよくある質問を検索！ ★LINEで気軽に相談！

有料広告

2 枠連結（縦 46mm × 横 174mm）



■暮らしに欠かせない水
蛇口をひねると当たり前のように出てくる水、無駄に使っていません。6月1日～7日は水道週間です。暮らしに欠かせない水の大切さをこの機会に考えてみましょう。

■漏水に注意しましょう
家庭の水道設備は、皆さんに管理責任がありますので、もし漏水が発生した場合、漏水分の料金は皆さんのご負担となります。このようなことを避けるため、時々点

水を大切に使いましょう

検をしてください。家中の蛇口を全て閉め、水道メーターのパイロットマークが回っていれば、漏水している可能性があります。

■水道の修繕等について
市では、漏水など家庭内の水道の修繕を行っています。家庭内の水道の修繕や新増設等の工事は、田辺市指定給水装置工事業者に依頼ください。詳しくはホームページをご覧ください。

■消火栓の使用等による濁り水について
消火栓の使用や水道管破裂による漏水などがあると、水道管の中を流れている水の速さや方向が変わり、水道水が赤茶色に濁ることがありますので、飲み水等への使用には十分ご注意ください。通常はしばらく流し続けるときれいになります。濁りが取れないときは、左記へご連絡ください。

※時間外
☎ 0739 (24) 7920
☎ http://www.city.tanabe.lg.jp/suidou/index.html

主な電話番号等

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

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
※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

田辺広域休日急患診療所 (市民総合センター玄関右側)
☎ 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。)
☎ 0739-26-4909



防災行政メール等



全国版救急受診ガイド「Q 助」



第 61 回全日本花いっぱい田辺大会

第 1 回 花いっぱい運動

花いっぱい運動の原点は、昭和 27 年、長野県松本市で当時小学校の教員をされていた小松一三夢先生によって始められた運動で、まだ戦争の影響が残り、人々の心にも余裕が持てない時代の中で「社会を美しく・明るく・住みよくする」、「花を通じて人々の気持ちをより豊かに」との願いが込められています。昭和 30 年に第 1 回大会が松本市で開催され、社会を明るく美しくする願いを込めた精神運動の種は、全国、そして世界各地の人々の心に花を咲かせています。

和歌山県内では、平成 14 年 4 月に和歌山市 (第 45 回大会兼第 5 回世界大会) で

開催され、今回の田辺大会で 2 回目となります。

令和 5 年 3 月 25 日㊥・26 日㊦の大会に向け、プレイベントとして、2 ページに掲載のキックオフイベントを皮切りに、花に関するコンテストやワークショップなどを開催するほか、各種イベント会場で大会の啓発を行っていきます。

最新情報については、広報たなべ、大会ホームページ、市公式 SNS をご覧ください。

☎ https://www.city.tanabe.lg.jp/kanri/hanaippai_tanabe/index.html



■大会開催まであと 328 日(5 月 1 日現在)

花咲かそう！街咲かそう！人咲かそう！

世界農業遺産住民提案型地域活動支援事業を募集します

みなべ・田辺地域世界農業遺産推進協議会では、世界農業遺産に認定された「みなべ・田辺の梅システム」の保全・活用に関する取組を推進するため、地域の自主的な活動を支援します。

田辺市及びみなべ町に活動拠点のある組織・グループ

■対象事業 世界農業遺産「みなべ・田辺の梅システム」の保全・活用を推進する活動

■事業実施期間 補助金交付決定日：令和 5 年 2 月 28 日㊤
☎ 5 月 9 日㊥～20 日㊦ 17 時「必着」までに、梅振興室 (本庁舎別館 2 階) へ申請してください。申請書類は、梅振興室で配布するほか、世界農業遺産「みなべ・田辺の梅システム」専用サイトから取得できます。

選考方法等、詳しくは左記へお問い合わせください。

みなべ・田辺地域世界農業遺産推進協議会事務局 (みなべ町うめ課内)
☎ 0739 (33) 9310
☎ https://www.giahs-minabetanabe.jp/

大麻や一部のけしは法律で栽培、所持、使用等が禁止されています

大麻やアツミゲシなどのけしは法律で栽培、所持、使用等が禁止されています。当地域の耕作地や空き地にも自生していることがあり、見付けた場合は、左記へご連絡ください。

■アツミゲシの特徴

◇花は花びら 4 枚で色は薄紫や赤があります。

◇開花期の草丈は 50～100 cm です。

◇葉、茎、つぼみなどの外観は緑色でよく枝分かれします。

◇毛が多く、つぼみのがく片やつぼみの下の茎は毛で覆われています。

◇葉は互い違いに茎につき、上部の葉は柄がなく、その基部は茎を抱き込むような形をしています。

田辺保健所衛生環境課
☎ 0739 (26) 7934





おすすめ図書紹介



ビジネスモデルの未来予想図 51
著／齊田 興哉
発行／CCCメディアハウス

近未来に予想されるテクノロジーの進化とそれに伴う新しいビジネスについて、現在社会の中で実際にある企業の事業内容と合わせてイラストを使って、分かりやすく解説しています。



きめつけないで! 「女らしさ」「男らしさ」(全3巻)
著／治部 れんげ
発行／汐文社

はっきり意見を言う女の子、転んで泣いている男の子をどう思いますか? 男らしさ、女らしさを決めつけてしまっている場面は、日常生活にもたくさん。大人も子供と一緒に考えてみませんか。

図書館へ行こう

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベント等の中止、利用制限、臨時休館となる場合があります。

■開館時間

◇本館＝㊸～㊴ 9時30分～19時30分
㊵・㊶ 9時30分～18時

◇分室＝9時～17時

※龍神分室は、㊸～㊴ 20時まで時間延長。
中辺路分室は、㊴のみ16時45分まで。
※移動図書館の運行日時は、お問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

■休館日

◇本館＝毎週㊸、5/26㊶（整理日）

◇龍神分室＝毎週㊵

◇中辺路分室＝毎週㊵

◇大塔分室＝第1・2・3㊴、毎週㊵

◇本宮分室＝毎週㊴㊵

※全分室で、5/3㊸㊶、5/4㊶㊷、5/5㊶㊸は休館です。

📍 市立図書館

☎ 0739-22-0697

🌐 <https://www.city.tanabe.lg.jp/tosho/index.html>



お子さんと一緒に おはなしイベント

★ひよこタイム（対象：0～2歳くらい）
絵本の読み聞かせやわらべうたあそびなど
本館＝5/18㊸（11時～）
※定員5組（受付開始：5/4㊶㊷～）
電話でお申し込みください。

★こぐまタイム（対象：2～3歳くらい）
絵本の読み聞かせやわらべうたあそびなど
本館＝5/18㊸（11時30分～）
※定員5組（受付開始：5/4㊶㊷～）
電話でお申し込みください。

★おはなし会（対象：4歳くらい～）
絵本の読み聞かせや紙芝居など
本館＝5/1・8・15・22・29、6/5全㊵（11時～）
大塔分室＝5/28㊴（10時30分～）
中辺路分室＝5/28㊴（11時～）

★おはなしタイム（対象：4歳くらい～）
おはなしや絵本の読み聞かせなど
本館＝5/7・14・21・28、6/4全㊴（11時～）



▼今回老人クラブさんの料理教室の取材では、皆さん和気あいあいとされていて、私まで楽しく過ごさせていただきました。普段から集まっ
てはいろんなイベントをされているそうです。将来はご近所さんでこんなに楽しめ
たらいいなあ。（古久保）

▼特集の取材で、体操教室に行きました。「ちょっとやってみたら」と言われたので少し体験。おそらく皆さんより30歳は若いのですが、一番ふらつき、息は上がり、汗はかき、すぐにグブアップしてしまいました。継続って大切だと実感しました。（上村）

（池田）
▼全日本花いっぱい田辺大会の1年前イベントが開催されました。今月号は22ページにコラムも追加しています。開催までに広報たなべでもたくさんアピールし、来年の開催に向けて機運を高めていきたいと思っています。

編集後記

相談窓口



	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。※5/30は先着4名）	5/16㊸（5/10～）・木戸弁護士 5/23㊸（5/17～）・岡田弁護士 5/30㊸（5/24～）・村上弁護士※ 6/6㊸（5/31～）・榎弁護士 6/13㊸（6/7～）・佐久間弁護士	14時～16時のうち、1人15分間（※5/30は14時30分～15時30分）	社会福祉センター3階「相談室」（本庁舎東隣3階） ※5/30は本宮行政局	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	5/24㊸・岡本美彦	13時～15時	社会福祉センター3階「相談室」	
	5/24㊸・折戸富子	13時～15時	本宮行政局	
	5/25㊸・笠松芳和	13時30分～15時	大塔行政局	
	6/3㊴・杉本雅彦	13時30分～15時30分	龍神行政局	
消費生活相談	㊸㊸㊸㊴・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）	6/1㊶・人権擁護委員	13時30分～15時30分 ※受付は15時まで	市民総合センター4階「会議室」	法務局 田辺支局 （文里一丁目11-9） ☎ 0739-22-0698
	6/3㊴・人権擁護委員、法務局職員		龍神行政局	
女性電話相談	平日・女性相談員	9時～12時	男女共同参画センター ◇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	
子供のいる家庭の相談	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	
高齢者の成年後見制度利用相談	平日	8時30分～17時15分	権利擁護センターたなべ（市民総合センター2階 社会福祉法人 田辺市社会福祉協議会内） ☎ 0739-24-8611 ✉ anshin@tanabeshi-syakyo.jp	
障害のある方とその家族等の相談	平日	8時30分～17時15分	西牟婁圏域障害児・者相談センター「にじのわ」（市民総合センター2階） ☎ 0739-26-4923	
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	ひきこもり相談窓口「ひとのわ」（市民総合センター2階） ◇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 ※㊸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	
不登校・いじめ・教育相談	平日	9時～16時	教育研究所（東陽15-32） ☎ 0739-25-1511 いじめホットライン ◇いじめ相談専用 ☎ 0739-26-3224 ✉ ijime110@city.tanabe.lg.jp	
外国人相談（English） （事前に要問合せ）	㊸㊸㊸㊴	9時～16時	国際交流センター ☎ 0739-33-9019	

わが家の愛ドル ～5月生まれ～

写真
募集中！

生駒 まかな 葉ちゃん (3歳)



大好きなまかちゃん、3歳おめでとう!!
たくさん歌って踊って笑って、みんなをいつも笑顔にしてくれてありがとう♡

池本 あいひ 愛飛ちゃん (2歳)



2歳のお誕生日おめでとう! 明るく元気に、泣いたり笑ったりいっぱい素敵な体験を一緒にしていこうね。

中村 みさき 美咲紀ちゃん (4歳)



みーちゃん4歳お誕生日おめでとう♡いつも素敵な笑顔をありがとう♡

道下 さな 然為ちゃん (2歳)



2歳のお誕生日おめでとう♡次の1年もいろんなことにたくさんチャレンジしようね♪

和田 あかりちゃん (5歳)



5さいのおたんじょうびおめでとう! あかりちゃん、だいすき!!

大西 りた 璃汰ちゃん (2歳)



2歳のお誕生日おめでとう! おしゃべりで元気なリタが、みんな大好き♡楽しい1年にしようね!

木下 こまち 瑚都ちゃん (1歳)



1歳のお誕生日おめでとう! いつもニコニコ笑顔がありがとう♡これからも一緒にたくさん遊ぼうね!

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。
6月生まれのお子さんの締切りは、5月10日(火)です。氏名、住所、生年月日、電話番号、コメント(50字まで)を添えてメールでお申し込みください。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。
■宛先 企画広報課 広聴広報係 ✉ kikaku@city.tanabe.lg.jp

たなベスマイル

木工から広がる出会い



村上 教広 さん

下川下

私は、森林組合で育林の仕事をしています。林業に携わっていると、商品にはできない端材や切り株を見付けることがあり、最初はこつこつと集めていました。雨の日などは何日から仕事に出れない時間があり、興味のあった木工を始めました。木材はチェーンソーで形を整え、サンダーで磨いていきます。木は何一つ同じ形のものが無いので、いろんな作品の出来栄を楽しんでいます。中でも、1枚の板を無心でくりぬき、磨き上げてお皿を作っていくのはとても達成感があります。他にも花台や切り株の椅子なども作っています。現在は道の駅へ出品もしています。購入してくださる方や他に出品される方との出会いや交流も生まれています。書道家さんが私の磨いた木の板をキャンパスとして使ってくれ、道の駅でイベントを開催してくれたこともありました。また、多くの方に作品を見ていただくことで、新しい見え方や使い方を知ることができ、作品の幅も広がりました。退職したら、イベントや他のお店などにも出品していき、さらに作品作りや交流を楽しんでいきたいです。

青春キラリ！高校生レポーター

SDGsを考えて



今の景観を大切に

写真・文 神島高等学校 萩原 律

今回は、絵地図を製作している生駒さんにお話を伺いました。生駒さんの描く絵地図では、熊野古道大辺路などの歴史ある道を周辺の見どころや歴史などが絵とともにまとめられています。作品の中には、長さが10mに及ぶものもあり、とても迫力がありました。生駒さんは、現地での取材から下書き、仕上げまで一人で行っています。多くの方に、和歌山の美しい風景とその風景を守って来た人々の豊かな営みを、作品を通じて「守ってきたい!」と思って欲しいという願いを込めて描いているそうです。生駒さんの作品に小栗街道を描いたものがあります。この作品は、田辺で伝統的に作られている和紙や松煙墨が使われており、地元が詰まった作品で、生駒さんの地元愛が深く感じられました。僕も、生駒さんの様に、少しずつ変わっていく田辺のまちの、今の景観を大切に思い、守る意識を持とうと思いました。



ミナラのキラキラ たなべ日記



～ Magical Sakura at Kumano Hongu Taisha Grand Shrine ～
第4回 熊野本宮大社の地で桜景色

アゼルバイジャン生まれ
カナダから来ました
ミナラ・シュキュロワです♪

3月の寒い風が吹く季節が終わり、ようやく春が田辺市に来ました。桜が咲く季節は、日本人も外国人も一番好きですね。カルガリー市の春は気温が20度まで上がらない気候だったのでこんなに暖かい春は久しぶりです。今回、私は世界遺産に登録されている熊野本宮大社を訪問しました。入った瞬間から歴史を感じることができます。社殿へ続く158段の石段を上がり神門をくぐると神々が登場し、参拝すると日本の歴史に一步近づけたようでした。同行していただいた語り部の会(うめざき)の梅崎さんのお話によると、ここは熊野三山の中でも取り分け古式ゆかしい雰囲気、およそ2000年前に神が祭られ、古くから巡礼の地として知られているそうです。もう一つの聖地「大斎原」では、桜に囲まれた日本一の大鳥居の美しさが印象に残りました。やはり人間は自然のエネルギーにあふれ、清々しい空気が流れている場所にいと新たな気持ちになります。世界遺産の地、本宮で見た桜景色を決して忘れることはないでしょう。

