

「ガンバレ！」のまち 橋本市

hashimoto
city

はしもと

10月号
2015 Vol.116



今月の表紙：元気いっぱい！リズム体操（応其こども園）

主な内容

- 2 マイナンバー制度スタート
- 4 紀の国わかやま大会いよいよ開幕！
- 6 平成28年度 保育園・幼稚園・こども園の園児を募集します

10 きらり vol.39

14 情報ワイド

ウォーキングを楽しもう！！
地域の創業を支援します！

平成27年度 橋本市民総合文化祭
保健福祉センター臨時休館などのお知らせ

- 16 情報ひろば
お知らせ / 催し / 講座・講習
税 / 相談会 / 市民相談
- 24 タウン情報
- 25 子育てぱーく
- 26 本のひろば
- 27 健康カレンダー
- 28 フォトトピックス



はしもと
2015年10月号（通巻116号）

平成27年10月1日発行

【編集・発行】橋本市企画部 秘書広報課
〒648-8585 和歌山県橋本市東家一丁目1番1号
20736(33)1111

■ホームページ <http://www.chw.jp/>
■業務時間 8:30～17:15
(土・日曜、祝日、12月29日～1月3日を除く)



フォトトピックス

ソフトバレーボール



庭球野球 TE-YA



いよいよ国体開幕
みんなで国体を
盛り上げよう

紀の国わかやま国体に先駆けて、デモンストレーションスポーツが行われました。

9月6日・13日、県立橋本体育馆で、ソフトバレーボールと庭球野球 TE-YAが開催され、白熱した試合展開に会場は盛り上がりいました。

また、9月13日、橋本市運動公園で、紀の国わかやま国体開催を記念してなでしこリーグが行われ、市外から多くの人が観戦に訪れました。



なでしこリーグ

市の人口(平成27年8月30日現在)

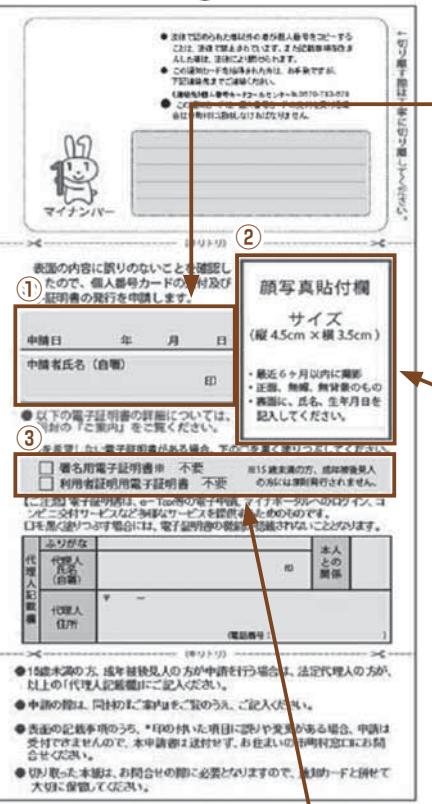
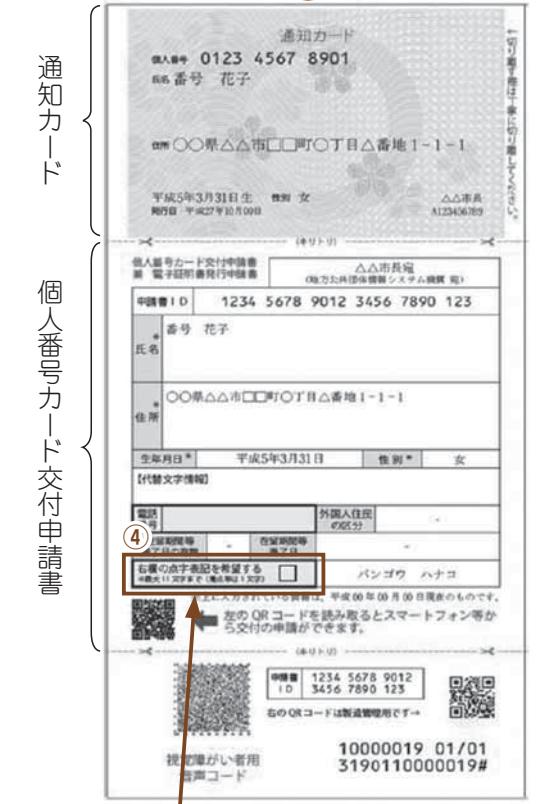
65,253人(前月比-24人)／女 34,424人／男 30,829人／世帯数 27,010世帯

個人番号カード交付申請書の記入方法

おもて

うら

※個人番号カードの交付申請はスマートフォンなどからでもできます。おもて面のQRコードからWEBサイトにアクセスし、必要事項を記入し、顔写真を添付して送信してください。



①署名および押印

おもて面に印刷されている氏名・住所・生年月日・性別に誤りや変更がないか確認して、申請日を記入し、署名・押印してください。

②顔写真の貼付

大きさは「縦4.5cm×横3.5cm」で最近6ヶ月以内に撮影し、無帽、正面、無背景のもので、裏面に氏名、生年月日を記入してください。

④点字表記希望

個人番号カードへ点字表記を希望する場合はレ点を記入してください。

⑤郵送にて申請

切り取り線で切り離し、同封されている返信用封筒に入れて郵送してください。

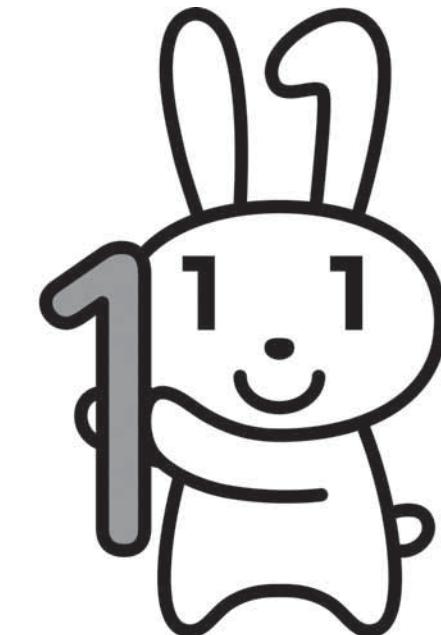
③個人番号カードに搭載する電子証明書の発行希望の有無

電子証明書の発行を希望する場合は黒塗りせず申請してください。(希望しない人は黒塗りしてください。)

- 「署名用電子証明書」
インターネットでの申請など(e-Taxの電子申告など)に必要です。15歳未満や成年被後見人には原則交付されません。
- 「利用者証明用電子証明書」
マイナポータルや、証明書のコンビニ交付サービス(平成28年1月以降に開始予定)などを利用する際、本人であることを認証するために必要です。

平成27年10月5日から マイナンバー制度スタート

1人に1つ マイナンバー



10月5日以降、住民票の世帯主あてにマイナンバーが記載された「通知カード」が送られます。

今月号は、通知カードについてお知らせします。

【市民課】

通知カードは、簡易書留(転送不要)により住民票の住所地に郵送されます。住民票の世帯主あてに同一世帯の人の通知カードを同封します。転送不要の郵便なので、郵便局に届けている転送先などに届かない場合がありますのでご注意ください。

全国で順次郵送されるので地域によっては、お手元に届くまで時間がかかります。11月中に配達が完了する予定ですが、12月になつても届かない場合は、10月5日現在の住所地市町村にお問い合わせください。

通知カードは紙のカードで、マイナンバーの他、氏名、住所、生年月日、性別などが記載されており、透かしなどの偽造防止技術も施されています。マイナンバーは、漏えいなどにより不正に使われるおそれがあります。マイナンバーは、漏えいな場合を除き生涯変更されません。平成28年1月以降、社会保険・税・災害対策における各種手続を行う際や、個人番号カードの交付を受けた際にも必要となりますので、受け取った通知カードは大切に保管してください。

「通知カード」は大切に保管

「個人番号カード」はとっても便利です!

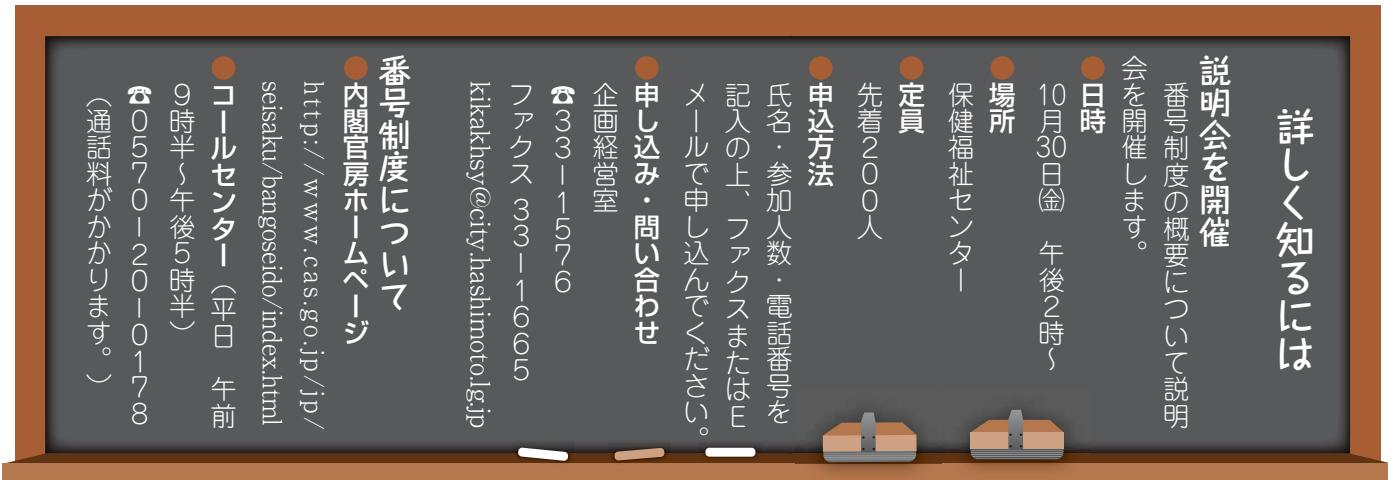
平成28年1月から、公的な機関でマイナンバーを確認する際に、同時に本人確認をさせています。「通知カード」でマイナンバーを提示した場合は、別途、運転免許証や旅券などの本人確認書類が必要となります。「個人番号カード」には、マイナンバー、氏名、住所、生年月日、性別その他、顔写真が記載されることがあります。番号確認と本人確認が1枚で行えます。

また、橋本市ではコンビニ交付サービスを実施する予定です。「個人番号カード」を使って住民票の写しや印鑑登録証明書をお近くのコンビニエンスストアで取得することができます。

郵送された通知カードの下に「個人番号カード交付申請書」が付いています。交付を希望される人は、申請を行なつてください。交付手数料は初回は無料で、再交付には手数料がかかります。

「通知カード」が届きます

「個人番号カード」の申請を



保育園

2号認定

3号認定

●入園対象児

平成28年4月1日現在、市内に在住し、保育を必要とする事由（保護者が仕事や病気、介護のため家庭で保育できないなど）がある子ども。通園区域なし。

●手続き方法

第一希望の保育園の受付日時・場所に提出書類と印鑑を持って、お子さんと一緒に来てください。
※受付日時に手続きができない場合は、平日にこども課までお越しください。なお、10月31日(土)午前9時～午後5時もこども課で受け付けします。

●提出書類

支給認定申請書兼利用施設申込(届出)書、面接調査票、保育が必要であることを証明する書類（就労証明書など）

●認定申請および入園申込の受付（面接）の日時・場所など

▶公立保育園

保育園名	電話番号	受付（面接）日時・場所	受入年齢	開園時間
岸上保育園 岸上200	32-2238	10/26(月) 13:30～16:00 岸上保育園	6ヶ月～5歳	7:30～18:30
柏原保育園 柏原372	32-2239	10/19(月) 9:00～11:30 柏原保育園	1歳～5歳	7:30～18:30
山田保育園 山田628	32-2246	10/19(月) 13:30～16:00 山田保育園	2歳～5歳	7:30～18:30
紀見保育園 胡麻生323-1	36-1556	10/21(水) 9:00～11:30 紀見保育園	1歳～5歳	7:00～19:00
しみず保育園 清水321	33-0858	10/21(水) 13:30～16:00 しみず保育園	2歳～5歳	7:30～18:30

▶公設民営保育園

保育園名	電話番号	受付（面接）日時・場所	受入年齢	開園時間
三石保育園 三石台3-22-5	36-2220	10/28(水) 9:00～12:00 三石保育園	6ヶ月～5歳 ※4歳児以上は若干名募集	7:00～19:00

▶私立保育園

保育園名	電話番号	受付（面接）日時・場所	受入年齢	開園時間
あやの台保育園 あやの台2-30-2	34-7870	10/15(木) 13:00～16:00 あやの台保育園	2ヶ月～5歳 ※3歳児以上は若干名募集	7:00～19:00
香久の実保育園 高野口町名古曾849	43-1015	10/23(金) 9:00～11:30 高野口地区公民館	3ヶ月～5歳 ※2歳児以上は若干名募集	7:00～19:00
橋本さつき保育園 さつき台2-476-5	39-1230	10/16(金) 13:00～16:00 橋本さつき保育園	3ヶ月～5歳 ※2歳児は若干名募集	7:00～19:00

平成28年度 保育園・幼稚園・こども園の 園児を募集します

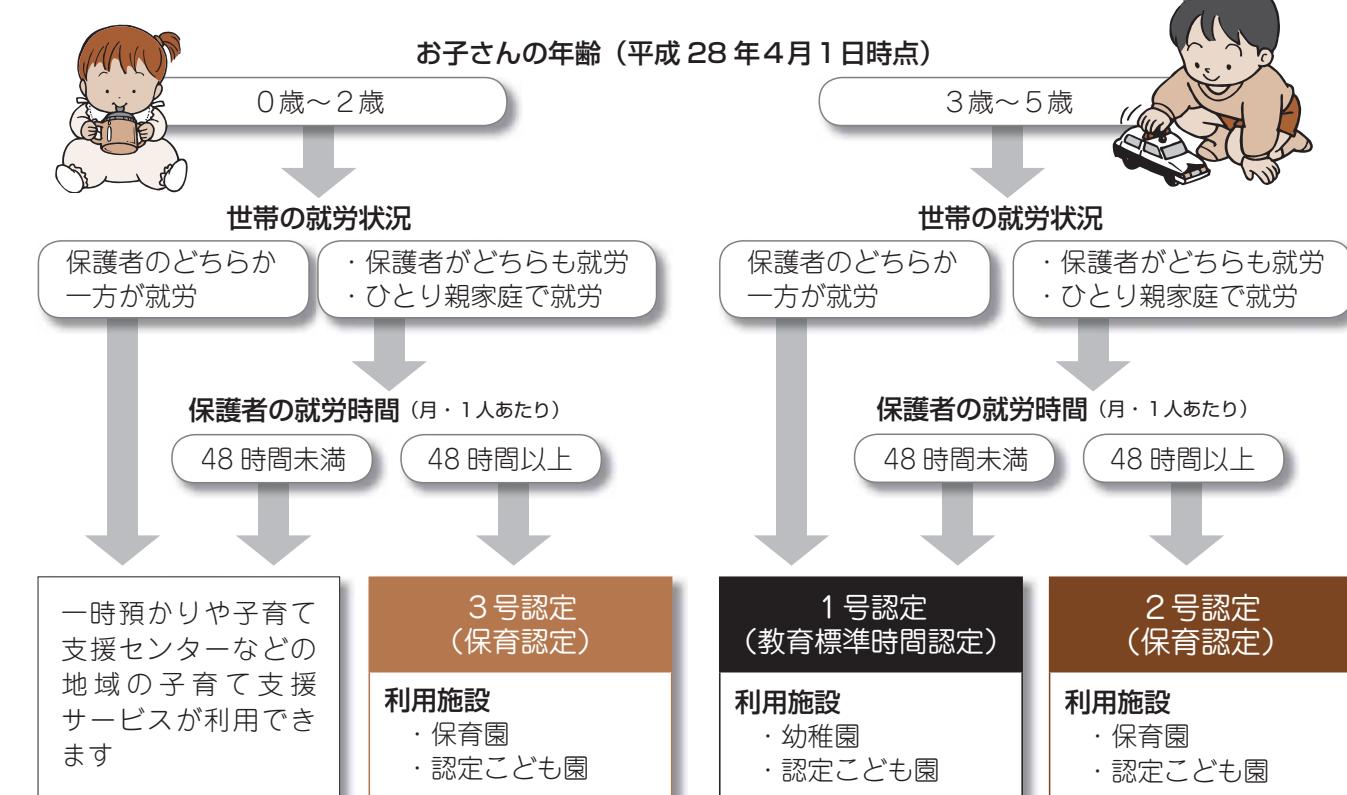
今月号では、保育園や幼稚園、こども園を利用するための手続きや園児募集についてお知らせします。

【こども課】



利用施設と認定区分

保育園や幼稚園、こども園を利用するには、教育・保育の必要性の認定（支給認定）を受ける必要があります。支給認定の申請は、保育園などの入園手続きと同時にを行うことができます。



保育認定を受けるための基準

●保育の必要量（2号認定・3号認定は、保護者の就労状況により施設の利用時間が区分されます）

1日6時間以上かつ月20日以上、
または月120時間以上の就労の場合

保育標準時間利用（最長11時間）

※主にフルタイム就労を想定

1日3時間以上かつ月16日以上の
就労の場合

保育短時間利用（最長8時間）

※主にパートタイム就労を想定

●優先利用の該当有無

ひとり親家庭、生活保護世帯、生計中心者の失業、お子さんに障がいがある場合など、
保育の優先的な利用が必要と判断される場合があります。



こども園(公立)

1号認定

2号認定

3号認定

●入園対象児

- 教育保育時間児（保育園部分）

平成28年4月1日現在、市内に在住し、保育を必要とする事由（保護者が仕事や病気、介護のため家庭で保育できないなど）がある6ヶ月～5歳の子ども。通園区域なし。（2号・3号認定）

- 教育時間児（幼稚園部分）

平成28年4月1日現在、市内に在住する3歳～5歳の子ども。通園区域あり。（1号認定）

●手続き方法

第一希望のこども園の受付日時・場所に提出書類と印鑑を持って、お子さんと一緒に来てください。

※受付時に手続きができない場合は、平日にこども課までお越しください。なお、10月31日(土)午前9時～午後5時もこども課で受け付けします。

●提出書類の配布

10月1日(木)から各こども園とこども課で配布します。

●認定申請および入園申込の受付（面接）の日時・場所など

こども園名	電話番号	受付（面接）日時・場所	教育時間児の通園区域（原則）
すみだこども園 隅田町上兵庫267	33-1121	10/13(火) 9:00～12:00 すみだこども園	隅田町全域、あやの台、恋野、赤塚、上田、中道、須河、只野、彦谷、谷奥深、北宿、南宿
高野口こども園 高野口町向島166	43-1302	10/29(木) 9:00～11:30 高野口こども園	高野口町（名倉、大野、向島、名古曾の一部、小田の一部、田原、九重、上中、下中、嵯峨谷、竹尾）
橋本こども園 東家2-1-23	32-9732	10/26(月) 9:00～11:30 保健福祉センター3階	橋本、古佐田、妻、原田、東家、市脇、小原田、岸上、柏原、野、神野々、北馬場
応其こども園 高野口町応其232-1	44-3322	10/14(水) 9:00～11:30 応其こども園	高野口町（名古曾の一部、伏原、応其、小田の一部）

■開園時間 教育保育時間児（保育園部分）：7:00～19:00 ※橋本こども園のみ7:30～18:30

教育時間児（幼稚園部分）：8:30～14:00

こども園(私立)

平成28年度から現在の私立保育園・幼稚園は幼保連携認定こども園へ移行する予定です。詳しくは、各園にお問い合わせください。

●認定申請および入園申込の受付（面接）の日時・場所など

▶教育保育時間児（保育園部分）※手続き方法は、上記こども園（公立）と同じです。通園区域はありません。

こども園名	電話番号	受付（面接）日時・場所	受入年齢	開園時間
(仮称) 輝きの森学園 城山台1-17-4	36-5055	10/9(金) 13:00～16:00 紀見北地区公民館	3ヶ月～5歳 ※2歳児以上は若干名募集	7:00～19:00
(仮称) 三石台幼稚園 三石台2-1-3	37-2236	10/27(火) 9:00～12:00 紀見北地区公民館	3ヶ月～5歳	7:00～19:00
(仮称) あやの台幼稚園 あやの台2-30-1	34-7860	10/15(木) 13:00～16:00 あやの台幼稚園	3歳～5歳	7:00～19:00

幼稚園(公立)

1号認定

●入園対象児

平成28年4月1日現在、市内に在住する3歳～5歳の子ども。通園区域あり。

●手続き方法

入園を希望する幼稚園へ支給認定申請書と入園願を提出してください。
※受付期間に手続きができない場合は、こども課までお問い合わせください。

●支給認定申請書と入園願の配布

10月15日(木)から市立幼稚園で開園日に配布します。

●通園区域

幼稚園名	電話番号	通園区域
紀見幼稚園 御幸辻284	33-0670	菖蒲谷、みゆき台、さつき台、岸上、山田、吉原、出塔、柏原、野、神野々、橋谷、御幸辻、胡麻生、紀見、城山台、三石台、柿の木坂、しらさぎ台、高野口町（大野の一部[信太小学校区]、田原、九重、上中、下中、嵯峨谷、竹尾）
柱本幼稚園 紀見ヶ丘1-18-1	37-2209	柱本、矢倉脇、慶賀野、紀見ヶ丘、光陽台
境原幼稚園 小峰台1-25-1	37-5759	細川、境原、杉尾、小峰台、隅田町全域、あやの台、紀ノ光台
学文路幼稚園 学文路900	32-4255	学文路、南馬場、西畠（1～135番地）、高野口町（名倉、大野、向島、名古曾、伏原、応其、小田）
清水幼稚園 清水2014	32-4370	橋本、古佐田、妻、原田、東家、市脇、小原田、北馬場、恋野、赤塚、上田、中道、須河、只野、彦谷、谷奥深、北宿、南宿、清水、賢堂、向副、横座、西畠（1～135番地を除く）

※特別な事情により、園の変更を希望する場合は、こども課へお問い合わせください。

●認定申請および入園申込の受付の日時・場所など

▶教育時間児（幼稚園部分）※通園区域はありません。

1号認定

2号認定

3号認定

こども園名	電話番号	受付日時・場所
(仮称) 輝きの森学園 城山台1-17-4	37-2050	10/1(木) 10:00～17:00 城山台幼稚園 ※定員に満たない場合は、順次受付
(仮称) 三石台幼稚園 三石台2-1-3	37-2236	10/1(木)、2(金) 9:00～17:00 三石台幼稚園 ※定員に満たない場合は、順次受付
(仮称) あやの台幼稚園 あやの台2-30-1	34-7860	10/1(木)、2(金) 10:00～17:00 あやの台幼稚園 ※定員に満たない場合は、順次受付

※面接の日程は、受付時に説明します。

※平成28年度から私立幼稚園就園奨励費特別補助金が廃止となります。

市内では、各地区で102のクラブがあり、200人を越える大きな老人クラブから20人前後の小さなクラブまで、規模に応じた活動を行なっています。その取り組みは大きく、「生活を豊かにする活動」「地域を豊かにする活動」の2種類に分けられます。

各地区の老人クラブでは、毎年、会員同士が話し合いを行い、それぞれの地域にあつた活動に取り組んでいます。その取り組みは大きく、「生活を豊かにする活動」と「文化の伝承、公共施設の環境整備などを実施してきました。昨年開催された、全国老人クラブ連合会では、平成26年度30年度に、老人クラブ「10

老人クラブ

市内では、各地区で102のクラブがあり、200人を越える大きな老人クラブから20人前後の小さなクラブまで、規模に応じた活動を行なっています。その取り組みは大きく、「生活を豊かにする活動」「地域を豊かにする活動」の2種類に分けられます。

「生活を豊かにする活動」として、介護予防事業や各種シニアスポーツへの取り組み、趣味・文化活動などのサークル活動を行い、「地域を豊かにする活動」として、友愛訪問、地域文化の伝承、公共施設の環境整備などを実施してきました。

0万人会員増強運動」に、取り組むこととしました。これにより、新たな仲間も募り、基本理念である「4つの「づくり」」活動を目指すこととしました。基本理念である「4つの「づくり」」活動とは、趣味・文化・レクリエーションなどを中心とした「生きがいづくり」、健康学習・運動・体力測定などの「健康づくり」、地域における声かけ・友愛・親睦活動などをを行う「仲間づくり」、環境美化・リサイクル・ボランティアなどに取り組む「地域づくり」の4つになります。

その内、橋本市老人クラブ連合会では、同世代の連帯と支え合いに重点を置いた「仲間づくり」の活動を中心に、現在取り組みを続けています。

まだ加入していない人で、興味のある人は、お気軽に問い合わせください。

●問い合わせ

橋本市老人クラブ連合会事務局（社会福祉協議会内）
33-10294



シルバーライフに輝きを。
～高齢者の福祉を身近にわかりやすく～



vol.39 2015.10

主な内容

- ▶いつまでも地域と共に元気に活動
- ▶介護技術講習会を開催します
- ▶100歳おめでとうございます

編集・発行
健康福祉部いきいき長寿課 高齢福祉係

地域には、高齢者がさまざま人と出会い、いきいきと過ごせる場がたくさんあります。

今月号は地域で活動できる場を紹介します。

いつまでも 地域と共に元気に活動

地域に根ざした活動

本市の8月末時点の高齢者

(65歳以上)は18,579人となり、高齢化率は28.5%となっています。

今後、団塊の世代が75歳を迎える平成37年には、高齢化率は35%を越え、3人に1人が高齢者になると推定されています。

病気になつたり、介護が必要になつたり、一人で生活していくことが困難になつても、住み慣れた地域で安心して生活を続けていくためには、お互いに支え合える仕組みづくりが必要です。

そこで、平成37年をめどに、活動を紹介します。

また、地域で働く喜びや生きがいを見つける場として、「シルバー人材センター」があります。

医療と介護、生活支援・介護予防が一体となって高齢者を支える「地域包括ケアシステム」の構築を進めています。

そのうち、生活支援・介護のために重要なのが、地域の人同士の交流です。

本市では、仲間づくりを目的とした「老人クラブ」、健 康づくりを目的とした「げんきらりー教室」、地域の人との交流を目的とした「地域ふれあいサロン」などがあります。

仲間に出会える場所に



各地区の老人クラブの活動にできる限り参加し、地域の声を聞きながら、老人クラブの会員拡大を進めています。

各地区的老人クラブは、花見など季節に応じて集まったり、グラウンドゴルフやペタンクなどのスポーツ活動、カラオケや手芸などの趣味の活動、一斉清掃などの奉仕活動と幅広い活動に取り組んでいます。なかには脳トレーニングを行なって、皆さんで認知症予防に取り組んでいるクラブもあります。

橋本市老人クラブ連合会では、そういった各地区の老人クラブが集まるイベントとして「すこやか交流会」「老人スポーツ大会」「技能作品展」などを開催しており、地域を超えた仲間づくりに取り組んでいます。

ぜひ、近くの老人クラブに参加してみませんか。



橋本市老人クラブ連合会会長
澤村嘉津美

老人スポーツ大会は大盛り上がり



▶日々の活動を
交流会で発表

げんきうりー教室

げんきらりー教室は、平成18年に開始し、今年で10年の節目を迎えます。平成26年度には24期生が卒業しました。下

筋力を鍛えるために、踏み台の昇降運動やストレッチ、筋力トレーニングなどを行なっています。下肢筋力をつけることで、心肺機能向上をもたらし、脳卒中や転倒による寝たきりなどの要介護状態になることを防ぎます。



シルバー人材センター

橋本市シルバー人材センターは、高齢者がこれまで培つてきた技能、印鑽、経験

生きがいを見つけることを支援しています。

橋本市シルバー人材センターに登録していただくと、
が家庭や企業、公共団体など
から引き受けた、地域社会の
日常に密着した臨時的・短期
的な仕事や、軽易な仕事（特
別な知識、技能を必要とする
仕事）を紹介します。



▲パソコン教室の様子

長岡	ながおか	武田	たけだ	竹田	たけだ	森脇	もりわき	大竹	おおたけ
峯	みね	ノブ	ひさ	久	ひさ	智恵子	ちえこ	敏夫	はるお
子	こ	エ	え	久	さん	(城山台)	さん	夫	さん
子	こ	さん	(隅田町河瀬)	久	さん	大正4年9月生まれ	大正4年9月生まれ	大正4年9月生まれ	大正4年9月生まれ

草刈り、清掃といった屋外での軽作業や、建物の管理などの仕事以外に、最近ではパソコン教室の講師や、小学生を対象とした塾の講師といつた知識や専門技術を生かす仕事も増えています。

また、シルバー派遣という働き方もできることとなり、さまざまな分野から仕事の要

橋本市シルバー人材セレクション
タリーホームズ

望も多く、現在会員の拡大をはかっています。会員登録していただき、皆さんと一緒に元気に働きましょう。

対象者

- ①原則60歳以上の健康で働く意欲のある人
- ②橋本市内に在住の人
- ③シルバー人材センターの趣旨に賛同する人

会員登録方法（随時募集）

- ①橋本市シルバー人材センターに入会申込書を提出する。
- ②後日、入会説明会に参加し、年会費1,000円を支払った後、正式に登録。

介護技術講習会を開催します

高齢化の進行により、介護保険などを利用しながら在宅で介護を受ける人も増加してきます。在宅での介護の参考に、知っておくと便利な介護技術を勉強してみませんか。

- ② 橋本市内に在住の人
③ シルバー人材センターの
趣旨に賛同する人

会員登録方法（随時募集）

① 橋本市シルバー人材セン
ターに入会申込書を提出
する。

② 後日、入会説明会に参加
し、年会費1,000円を
支払った後、正式に登録。

第1回 (10月27日(火)) 時間 午後1時半～3時半 場所 高野口地区公民館 講話
・高齢者サービスについて
・認知症について

第2回 (11月6日(金)) 対象 現在介護している人または将来する可能性のある人
実技実習 定員 20人

- ・車いすやベッドへの移動
- ・体位変換・衣類の着脱など

第3回 (11月13日(金)) 参加費 無料 申込締切 10月16日(金)
● 申し込み・問い合わせ 機会 本市地域包括支援センターネットワーク
・とろみ食や調理の工夫など
調理実習 タイムスケジュール 32-11957

地域ふれあいサロン

地域ふれあいサロンは、地域の高齢者などの助け合いを目的としたボランティアグループや地域住民が中心となつて運営されています。

べりや、レクリエーション、体操など、さまざまです。多くの人が気軽に参加できるように工夫されており、高齢者の閉じこもり予防に役立っています。

平成27年9月現在、44カ所（3カ所休会中）のサロンがあり、1,595人が登録しています。

開催場所など詳しくは、広報はしもと7月号をご覧いた

だくか、お問い合わせ
●問い合わせ
いきいき長寿課
33-3705



▲▶調理をした後、
楽しくいただ
きます



▲おしゃべりは 尽きません



サロン街ツチ箱

平成27年度 橋本市民総合文化祭

市民の皆さん一年間の文化・芸術活動の成果が一堂に会する橋本市民総合文化祭を開催します。

市展、文芸展、福祉施設作品展のほか各種の展示や大会などもあります。

皆さんのご来場をお待ちしています。

【中央公民館】



日程・場所・内容

日程	場所	内 容	時 間
10月31日(土) ～ 11月3日(祝)	教育文化会館 1階 教育文化会館 3・4階	国際交流展 市展、文芸展、福祉施設作品展、人権啓発パネル展、切手展	午前9時～午後5時 ※3日は午後4時まで
10月31日(土)	教育文化会館 2階 教育文化会館 3・4階	市展表彰式、文化祭セレモニー 短歌大会、お茶席	
11月1日(日)	教育文化会館 2階 教育文化会館 3階	吟詩発表会 盆踊り講習会、人形劇場、狂言装束展と着付け体験、子どもアニメ	午前9時～午後5時 ※3日は午後4時まで
11月3日(祝)	教育文化会館 2階 教育文化会館 3階 市民会館	創作ダンスと歌 俳句大会、囲碁大会 橋本市音楽協会合同演奏会	
11月1日(日)	東部コミュニティセンター	ビデオ映像祭	午後1時開場 (午後1時30分上映)

問い合わせ 橋本市文化協会事務局（中央公民館内）☎32-0034

保健福祉センター臨時休館などのお知らせ

10月10日(土)は、だんじりの「橋本市民会館前パレード」に伴って、保健福祉センター周辺が午後1時から6時まで交通規制されるため、保健福祉センターを臨時休館します。

また、コミュニティバスの運行経路も一部変更します。ご理解とご協力をよろしくお願いします。

【福祉課・総務課】



保健福祉センターの臨時休館について

10月10日(土)は、終日休館します。また、休館に伴い、館内各施設もご利用できません。

●利用できない施設

- ・いきいきルーム
- ・市民活動サポートセンター
- ・ファミリーサポートセンター
- ・遊戯室、屋外遊戯場
- ・足湯、急速充電ステーション

※伊都地方休日急患診療所（内科系）は、通常通り午後6時～9時まで診療を行います。

●問い合わせ 福祉課

コミュニティバスの運行経路変更について

10月10日(土)は、午後1時以降、「保健福祉センター前」停留所には停車せずに運行します。なお、運行ダイヤの変更はありません。

●東ルート・中ルート

「保健福祉センター前」停留所を経由せずに運行します。

●西ルート

発着停留所が、「車庫前」停留所に変更となります。

●北ルート

発着停留所が、「車庫前」停留所に変更となり、「保健福祉センター前」停留所を経由せずに運行します。

●問い合わせ 市役所 総務課

南海りんかんバス株式会社 ☎32-0779

ウォーキングを楽しもう!!

橋本市ではみなさんの健康づくりをサポートするために「らくらくウォーキング講座」と「ウォーキングデー」の2つの事業を実施しています。

「ウォーキングを始めてみたい」「日ごろの運動不足を解消したい」と思っている人は、健康づくりの一環としてウォーキングを始めてみませんか。 【保険年金課】



らくらくウォーキング講座

専門の講師の指導のもと、正しいウォーキングの知識の習得と実践を通して健康増進を図り、ウォーキングによる効果を体感できます。

- 日程 11月2日(月)・9日(月)・16日(月)・30日(月)
12月7日(月)
- 時間 午前9時30分～11時30分
(受付：午前9時～)
- 場所 保健福祉センター
- 定員 30人（定員数を超過した場合は抽選）
- 参加費 無料
- 参加資格 ウォーキング講座未受講で、上記日程において、3日以上受講できる人
- 申込期間 10月1日(木)～14日(水)
- 問い合わせ 保険年金課 国保給付係 ☎33-1271

ウォーキングデー

毎月第3金曜日、市内各コースを約1時間かけて歩きます。運動しやすい服装でお越しください。

らくらくウォーキング講座を受講していない人でも参加できます。

10月のウォーキングデー

日程 10月16日(金) ※雨天中止
時間 午前10時出発（受付：午前9時30分～）
集合場所 紀見小学校運動場
コース 錦織の杉村公園を歩くコース
参加費 無料
申し込み 不要
問い合わせ 保険年金課 国保給付係 ☎33-1271

地域の創業を支援します!



橋本市では、地域の創業を促進させ、民間事業者などとともに創業者を支援する取り組みを実施します。

創業を希望される場合は、ぜひ、ご相談ください。

●ワンストップ窓口の設置

創業時の課題を解決するため、橋本商工会議所と高野口町商工会にワンストップ窓口を設置します。

- ・橋本商工会議所
(市脇一丁目3番18号 ☎32-0004)
- ・高野口町商工会
(高野口町名倉1028-1 ☎42-2943)

●創業セミナー（仮称）の開催

経営・財務・人材育成・販路開拓に関する知識の習得を行うセミナーで、本市における創業について具体的な情報を得られる機会を提供します。

※開催時期や内容については、決定次第、市ホームページや広報紙などでお知らせします。

●利子補給の内容

- ・利子補給率：1.0%以内
- ・補助期間：3年（当初償還月から起算）
- ・対象となる融資の限度額：3,000万円

●問い合わせ

商工観光課 ☎33-6106

橋本市創業支援資金利子補給助成金制度

市内での創業を支援するため、日本政策金融公庫の新規開業関係資金融資を受けた場合、この融資に係る利子補給を行います。（平成27年10月1日以後に受けた創業支援資金が対象です）

●利子補給の対象条件（次の全てを満たすこと）

- ・中小企業信用保険法第2条第1項に規定する中小企業者
- ・市内に住所および事業所を有している個人または市内に本店登記を有している法人
- ・事業を開始する前に創業支援資金を受ける者または事業を開始した日から1年以内に創業支援資金を受ける者
- ・市税を完納している者
- ・各償還期日に償還している者

お知らせ

橋本市農業委員地区割のお知らせ

【農業委員会】

橋本市農業委員の地区割が決まりましたので、下記のとおりお知らせします。

なお、任期は平成27年8月1日から平成30年7月31日までとなっています。

●橋本市農業委員地区割

氏名(敬称略)	担当地区
木下 善久	橋本、古佐田、東家、市脇
那須 久司	妻、原田、小原田、菖蒲谷
宮田 英之	山田、吉原
田中 良男	岸上、出塔、柏原、野、神野々
中村 義和	紀見峠、沓掛、柱本、慶賀野、矢倉脇、紀見ヶ丘、三石台、光陽台
田中 公二	橋谷、御幸辻、胡麻生、北馬場、城山台、柿の木坂、しらさぎ台、みゆき台、さつき台
土井 清美	紀見、細川、境原、杉尾、小峰台
岡本 光司	河瀬、下兵庫、上兵庫、中島
北脇 優	中下、芋生、垂井、真土、あやの台
浦木 博行	山内、霜草、平野
芋生 孝治	恋野、須河、只野、谷奥深
中山 光弘	赤塚、中道、上田、彦谷、北宿、南宿
廣田 征男	学文路、西畠
恩地 秀岳	南馬場、清水
井上 鼎	賢堂、向副、横座
池田 泰子	大野、名倉
福井 博一	名古曾、伏原、応其
林 義文	小田、向島
平田 秀規	田原
井尻 丈士	九重、上中
守内 慶次	下中、嵯峨谷、竹尾

●問い合わせ 農業委員会

広告

全国道路・街路交通情勢調査のお知らせ

国土交通省では、都道府県、政令指定都市および高速道路会社と連携して、全国道路・街路交通情勢調査を実施します。

道路と道路交通の実態を把握し、道路の計画、建設、管理などについての基礎資料を得ることを目的とし、道路の状況調査や自動車の利用実態に関するアンケート調査を行います。

なお、アンケート調査は、自動車をお持ちの人の中から無作為に抽出されたご家庭に調査票を配布しますので、ご協力をお願いします。

●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 調査第二課 ☎073-424-2471

市有地・市有財産を売却します

【管財課】

●市有地<一般競争入札>

所在地	地目	面積	最低価格
東家三丁目928番1	宅地	555.71m ²	4,260,000円
柏原229番6	宅地	543.28m ²	10,690,000円
柏原433番7	宅地	305.04m ²	9,700,000円

●市有財産(公用車) <一般競争入札>

種別(車名)	型式	年式	最低価格
塵芥車(三菱)	KK-FE53CB	H13	100,000円
普通自動車(ホンダ)	LA-GD1	H14	1,000円
軽自動車(三菱)	GF-H58A	H13	500円
軽自動車(スズキ)	E-CV21S	H8	500円
軽自動車(三菱)	V-U42V	H9	500円
軽自動車(ホンダ)	GD-HH6	H12	500円
軽自動車(ダイハツ)	GD-S210V	H13	500円

※最低価格は、消費税および地方消費税を含みません。

●入札参加方法(詳細は売却要項をご覧ください)

入札参加申込書を提出してください。申込書と売却要項は10月5日(月)から管財課で配布します。(市ホームページからもダウンロード可)

●申込期間

10月5日(月)～23日(金) ※土・日曜、祝日を除く

●入札日 11月13日(金)

●申し込み・問い合わせ 管財課 ☎33-1218

下水道に有害物質を流さないでください
【下水道課】

市内において、可燃性の有害物質が下水道に流入し、周辺住民の皆さんに多大な迷惑をかける事件が発生しています。

下水道に有害物質(ガソリン、灯油、ベンジン、シンナー類など)を流すと、下水道管の詰まりや火災・爆発などの原因となります。

また、浄化センターの処理機能にも悪影響を及ぼしますので、十分注意してください。

●問い合わせ 下水道課 ☎33-3150

橋本都市計画用途地域の変更に係る素案の
縦覧と公聴会の開催について 【まちづくり課】

都市計画の変更に伴う計画案の作成にあたり、広く住民の皆さんの意見を反映するため、素案の縦覧および公聴会の開催を行います。

●都市計画を変更する土地の区域

- 杉村公園北東部(御幸辻の一部)
- 紀見ヶ丘東部(慶賀野、柱本、細川の一部)

●素案の縦覧

- 期間 10月2日(金)～15日(木)
※土・日曜、祝日を除く
- 場所 まちづくり課

●公聴会

- 日時 10月22日(木) 午後2時～
- 場所 市役所 会議室B

●公述の申し出

公聴会での公述を希望する人は、まちづくり課で配布する公述申出書を10月15日(木)までに提出してください。

●問い合わせ まちづくり課 ☎33-6103

10月は3R推進月間です!

【市民生活環境課】

3Rとは、ごみをできるだけ出さない(Reduce)、使えるものを再利用する(Reuse)、資源として再生利用する(Recycle)のことをいいます。

循環型社会を形成するためには、3Rに取り組み、ごみを減量することが大切です。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

●家庭でも取り組める3Rを実践しよう!

- Reduce
不要なものは買わない。食べ残しをなくす。
- Reuse
フリーマーケットの利用。ものを大切に使う。
- Recycle
ごみを正しく分別する。生ごみの堆肥化。

●問い合わせ 市民生活環境課

国民年金保険料「5年の後納制度」が
始まります

【保険年金課】

過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することができる「後納制度」が、平成27年10月1日から3年間に限り始まります。

ただし、老齢基礎年金を受給している人などは、後納制度を利用できません。

後納制度を利用するには、申し込みが必要です。詳しくは下記へお問い合わせください。

●問い合わせ

- 国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570-011-050
- 和歌山東年金事務所 ☎073-474-1841

介護者交流会

【地域包括支援センター】

介護に関する不安や悩みを少しでも軽減できるように、介護されている家族や介護経験のある人を対象に交流会を開催します。

●日時 10月14日(木) 午後1時30分～3時30分

●場所 保健福祉センター

●問い合わせ 地域包括支援センター ☎32-1957

※介護が必要な人と一緒に参加される場合は、事前に連絡してください。

老人ホーム国城寮非常勤職員募集

【伊都郡町村及び橋本市老人福祉施設事務組合】

●募集職種・募集人数 介護員・若干名

●雇用期間

随時～平成28年3月31日(更新の可能性あり)

●勤務時間

- 日勤 午前8時15分～午後6時の間で要相談
- 夜勤 午後4時45分～翌朝8時45分

●賃金 時給800円～(その他通勤補助、夜勤加算などを条件に応じて支給)

●受け付け・問い合わせ

養護老人ホーム国城寮 ☎32-1321

※平日 午前9時～午後5時

悪質な訪問購入業者に注意してください

「不要品を何でも買い取るので訪問してよいか」と業者から電話を受け、訪問を了解したところ、事前に用意していた不要品ではなく、貴金属や宝石類を要求されたという相談が寄せられています。

これは「訪問購入」という事業者と消費者の取引です。もし契約した場合は、契約書を受け取った日から8日間はクーリング・オフができる、物品の引き渡しもこの間はしなくともかまいません。また、売りたくない場合はきっぱりと断りましょう。

困った時や悩んだ時は消費生活窓口に相談してください。

●問い合わせ 市民生活環境課 協働・消費生活係 ☎33-1227

催し

橋本市制10周年記念
第10回 橋本市民総合体育大会【文化スポーツ室】

●総合開会式

- 日時 10月18日(日) 午前8時45分～
- 場所 橋本市運動公園 多目的グラウンド
※雨天の場合は県立橋本体育館

●開催種目(会場は市内各所)

ソフトテニス、ソフトボール、剣道、水泳、柔道、軟式野球、陸上競技、バレーボール、少林寺拳法、バドミントン、卓球、テニス、バスケットボール、ゲートボール、サッカー、グラウンドゴルフ、ソフトバレーボール、ラージボール卓球、ハイキング、太極拳、少年軟式野球、少女ソフトボール、少年サッカー、中学生硬式野球(ヤングリーグ)、小学生バレーボール、中学生サッカー、空手道、3B体操、総合型地域スポーツクラブ(キッズダンス、ズンバなど)

●問い合わせ

橋本市体育協会事務局(文化スポーツ室内)
☎33-3704

橋本市制10周年記念
第43回 橋本市民菊花展【商工観光課】

杉村公園芝生広場で橋本市民菊の会により開催される恒例のイベントです。毎年、菊愛好家をはじめ、小学校などからも多数出品されています。

丹精込めて作り上げられた菊の大展覧会にぜひお越しください。

●開催期間 10月中旬～11月中旬

●問い合わせ はしまと広域観光案内所 ☎33-3552
午前9時～午後5時(水曜日を除く)

第1回 はしまと de 婚パ ~柿のはっぱまつり~

橋本の魅力を体験しながら、素敵な出会いを見つけてみませんか。

今回は、橋本の柿の葉を使ったお寿司づくりを行います。料理初心者も大歓迎です。ぜひご参加ください。

●日時 11月23日(祝) 午前10時～午後2時

●場所 保健福祉センター

●対象(次の条件をすべて満たす人)

- 20歳から39歳までの独身の人
- 市内在住の人、または橋本市に定住する意思のある人

●定員 男女各15人(先着順)

●参加費 2,000円

※知人や友人と誘い合わせの上、参加する場合、参加費は1,000円となります。(誘い合わせの上限人数は3人)

嵯峨谷里めぐりハイキング

【農林振興課】

森林浴と景観が楽しめるコースです。終点の高野口山村体験交流促進センターでは地元農産物の販売のほか、餅まきや木工体験などのイベントも開催します。



●日程 11月3日(祝)

●受付時間 午前8時～10時(受付後、順次出発)

●受付場所

- JR高野口駅前(駐車場なし)
- 橋本市エコパーク「紀望の里」(駐車場あり)

●参加費 1,000円(昼食、保険代込み)

●申込期限 10月15日(木)

●申し込み・問い合わせ

●嵯峨谷里めぐりハイキング実行委員会 井本

☎090-3487-9517

●市役所 農林振興課

吉野川・紀の川流域協議会主催
「水環境に関する講演会」

【企画経営室】

●日時 11月7日(土) 午後1時30分～3時

●場所 高野町中央公民館(高野町高野山486)

●定員 先着100人

●演題 生き物の「多様性」に学ぶ流域再生へのヒント

●講師 山田健氏(サントリーホールディングス株)

●申込方法

住所、氏名、電話番号、参加人数を企画経営室へ電話、ファックスまたはEメールで申し込んでください。

●申し込み・問い合わせ

企画経営室 ☎33-1576 ファックス33-1665

Eメール kikahsy@city.hashimoto.lg.jp



●申込期間 10月7日(水)～11月16日(月)

●申込方法

住所、氏名、性別、生年月日、年齢、電話番号、メールアドレスを企画経営室へEメールまたは申込フォームで申し込んでください。

●申し込み・問い合わせ

企画経営室 ☎33-1576

Eメール

kikahsy@city.hashimoto.lg.jp

※詳しくは、市ホームページで「婚パ」と検索。

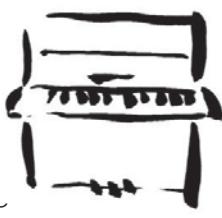


▲申込フォーム
への携帯電話
用バーコード

橋本市制10周年記念
人権啓発の集い

【人権・男女共同推進室】

終戦70年、広島で多くの人々と同じように原爆に遭遇した「被爆ピアノ」の平和コンサートを開催します。ぜひご参加ください。



●日時 11月14日(土) 午後1時～

●場所 市民会館

●定員 650人

●参加費 無料 ※入場整理券が必要です。

●申込期限 10月28日(水)

●申し込み・問い合わせ 人権・男女共同推進室

第10回 歩行者天国

【高野口地区公民館】

高野口駅前大通りで、秋まつり恒例の歩行者天国を開催します。

会場では、模擬店やフリーマーケット、保育園・こども園児の演奏や演技、高野口中学校吹奏楽部や木の国庚申太鼓の演奏などが行われます。

●日時 10月11日(日)(小雨決行)

午前11時30分～午後4時

●場所 高野口駅前大通り(駐車場はありません)

※午前10時～午後5時は車両通行規制を行います。

●問い合わせ

歩行者天国実行委員会事務局(高野口地区公民館内)

☎33-3111



▲保育園児の演奏の様子(昨年)

第22回 全国金魚すくい選手権大会
和歌山県予選大会を開催します【商工観光課】

上位3名は、平成28年夏に大和郡山市で開催される全国大会に出場できます。(団体戦を除く)

豪華景品も用意しています。ぜひご参加ください。

●日時 11月22日(日) 午後1時～

●場所 産業文化会館

●参加資格

和歌山県在住で、来年の全国大会に出場できる小学生以上の人

●種目および定員

- 個人戦 小・中学生の部 100人
- 一般の部 100人

●団体戦 20チーム(3人1チーム)

●参加費 無料

●申込方法

高野口町商工会で配布している参加申込書(高野口町商工会ホームページからも入手可)に必要事項を記入の上、郵送またはファックス、Eメールで、11月6日(金)までに申し込みください。

●申し込み・問い合わせ

〒649-7205 橋本市高野口町名倉1028-1
高野口町商工会

☎42-2943 ファックス42-0608

Eメール info@k-shokokai.com

駅前にぎわいパフォーマンス

【商工観光課】

駅前にぎわい創出事業として毎月楽しいイベントを企画しています。

10月はバルーンアートの大道芸人や橋本高等学校新体操部・バトン部が登場します。

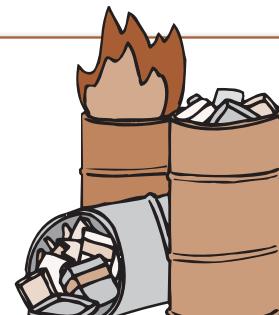
また、物産市もありますので、ぜひお越しください。

●日時 10月17日(土)(雨天中止) 午前10時～正午

●場所 橋本駅前広場 ※有料駐車場があります。

●問い合わせ

はしまと広域観光案内所 ☎33-3552
午前9時～午後5時(水曜日を除く)



野外焼却(野焼き)はやめましょう!

「近所でごみを燃やして、煙がすごくて困る」などの苦情が多く寄せられています。ごみを燃やすと煙や悪臭により生活環境の悪化をまねくだけでなく、ダイオキシン類などの有害物質の発生により健康にも悪影響がでます。また、火災発生の危険も伴うため、野外焼却はやめましょう。

●野外焼却とは?

- 畠や空き地などの焼却
- ドラム缶などを使用しての焼却
- 地面に穴を掘っての焼却
- ブロックなどで囲んでの焼却

●野外焼却には罰則があります

廃棄物の野外焼却は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により罰せられ、行為者は5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金またはこの併科に処せられます。また、法人にあたっては3億円以下の罰金に処せられます。

講座・講習

橋本市制10周年記念
タニタの社員食堂健康セミナー

【健康課】

「おいしく食べていたら、知らないうちにやせていた」をコンセプトに、レシピ本や映画などで話題の『タニタの社員食堂』。タニタの管理栄養士を招き、健康づくりについて学べます。

ご自身またはご家族の健康を「食」を通じて見つめてみませんか？

●日時 11月15日(日) 午後1時30分～3時30分

●場所 市民会館

●内容

- タニタ食堂500kcal定食ヘルシーレシピのコツ
- 健康アトラクション
- 特定健診、特定保健指導の紹介

●定員 先着500人

●費用 無料

※入場整理券が必要です。整理券は10月6日(火)から健康課で配布します。

●問い合わせ 健康課 ☎33-6111

無理のない禁煙講座(全2回)

【健康課】

「たばこをやめたい」「何度も禁煙に失敗している」そんな人のために禁煙講座を実施します。

薬剤師から禁煙のための薬剤などを紹介します。

●日時 10月30日(金) 午後7時30分～8時30分

11月6日(金) 午後7時30分～8時30分

●場所

伊都薬剤師会館(小峰台二丁目12番43号)

●費用 無料

●内容

ニコチンパッチの紹介、呼気一酸化炭素濃度測定

●申込期限 10月26日(月)

●申し込み・問い合わせ

健康課 保健予防係 ☎33-6111

栄養教室「ごちそうさん教室」6期生を募集します

生活習慣病予防のための食生活を考えてみませんか。テーマに沿った講話と調理実習を行います。

●日程・テーマ(全5回)

日程	テーマ
11月4日(水)	適正体重とバランス食
12月9日(水)	血糖値をコントロールする食事
1月13日(水)	コレステロールを下げる食事
2月10日(水)	骨密度を維持する食事
3月9日(水)	血圧にやさしい食事



【健康課】

●時間 午前10時30分～午後1時30分

●場所 保健福祉センター

●対象 40歳～64歳の市民(先着25人)

●持ち物 エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

●材料費 400円(毎回)

●申し込み 10月1日(木)から健康課で受付

●問い合わせ 健康課 ☎33-6111

平成27年度 地域支援者養成講座(全5回)

【社会教育課】

地域で、子どもの成長を見守り、育していくためのちょっとしたヒントを学んでみませんか。

講座の内容に興味のある人、地域で活動してみようという人は、ぜひご参加ください。

●第1回

- 日時 10月15日(木) 午前10時～正午
- 場所 教育文化会館
- 内容 乳幼児期の子どもの発達と関わり方～よりよい発達を保障するために～
- 講師 松岡有希氏(こども課発達相談員)

●第2回

- 日時 11月13日(金) 午後1時30分～3時30分
- 場所 教育文化会館
- 内容 子どもとの関わり方について～親として 地域として～
- 講師 林民和氏(臨床心理士・城山小学校長)

●第3回

- 日時 12月10日(木) 午後1時30分～3時30分
- 場所 教育文化会館
- 内容 子どもとのかかわり～こころの成長を支えるために～
- 講師 玉井千鶴氏(橋本市教育相談センター主幹)

●第4回

- 日時 1月15日(金) 午後1時30分～3時30分
- 場所 教育文化会館
- 内容 ブックスタートとは～活動の目的 他自治体の事例紹介～
- 講師 NPOブックスタート職員

●第5回

- 日時 2月18日(木) 午後1時30分～4時30分
- 場所 橋本市消防本部 3階講堂
- 内容 普通救命講習
- 講師 橋本消防署員
- 定員 30人

●申し込み・問い合わせ 社会教育課 ☎33-6112

平成27年度 郷土資料館講座

【郷土資料館】

幅広いテーマで郷土の歴史・民俗などを学べる講座です。ぜひご参加ください。

●第1回

- 日時 10月16日(金) 午前10時30分～正午
- 内容 前田邸蔵乃木希典自筆『爾靈山詩』～司馬遼太郎『坂の上の雲』の誤り～
- 講師 勢田勝郭氏(橋本市文化財審議会委員)

●第2回

- 日時 11月20日(金) 午前10時30分～正午
- 内容 地震の民俗～龍からナマズへ～
- 講師 藤森寛志氏(和歌山県立紀伊風土記の丘学芸員)

●第3回

- 日時 12月18日(金) 午前10時30分～正午
- 内容 民俗芸能の記録と伝承
- 講師 秋宗正男氏(橋本市文化財審議会委員)

●第4回

- 日時 1月15日(金) 午前10時30分～正午
- 内容 高野山と丹生都比賣神社
- 講師 大河内智之氏(和歌山県立博物館学芸員)

●定員 各回先着30人

●参加費 無料

●場所・申し込み・問い合わせ

郷土資料館 ☎32-4685



税

休日と夜間の納付・納税相談

【納税課】

病気や失業、事業の経営不振など、やむを得ない理由で一時的に市税を各納付期限内に納付することが困難な場合は、納税課にご相談ください。

生活状況など事情をお聞かせいただいたうえで、徴収の猶予や一定の期間内の分割納付などをすることができます。

通常の業務時間のほか、休日・夜間窓口も開設していますので、ご利用ください。



●相談日時(毎月第4曜日および第4水曜日)

- 10月25日(日) 午前8時30分～午後5時
- 10月28日(水) 午後5時15分～8時

●場所・問い合わせ

納税課 ☎33-6109

納付期限のお知らせ

【納税課】

●11月2日(月)	個人市・県民税	3期
	国民健康保険税	4期
	後期高齢者医療保険料	4期
	介護保険料	4期



第3回はしもとCaféミーティング～女性や子どものための防犯・防災～

市民が求めるまちづくりの実現に向け、多くの皆さんからの多様なニーズや意見を聞くために「はしもとCaféミーティング」(市民会議)を開催しています。

第3回は、総務部が、参加者を女性に限定し、防犯・防災について、テーマごとにグループに分かれて、女性目線でワイワイ話し合いたいと考えています。ぜひご参加ください。

●日時 10月28日(水) 午前10時～正午

●集合場所 きしかみ子ども館

※午前9時50分までにお越しください。

●募集人数

30人程度(各テーマ7～8人程度)

※乳幼児同伴での参加も可能です。

●ミーティングテーマ

- 犯罪から身を守るにはどうしたらいいの？
- 大切な子どもを犯罪から守りたい！
- 突然の大地震！子どもを守りたい！
- 避難生活、想像できますか？

●申込方法

総務課および防災推進室で配布している参加申込書(市ホームページからも入手可)に必要事項を記入の上、郵送、ファックス、またはEメールで、10月16日(金)までに申し込みください。

※手話および子どもの同伴を希望される人は申し出てください。

●申し込み・問い合わせ

〒648-8585(住所記入不要)

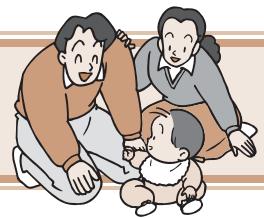
橋本市 総務部 防災推進室

☎33-6105 ファックス33-1665

Eメール bousai@city.hashimoto.lg.jp

子育てばーく

問い合わせ▶こども課 33-6102



もっと知ろう
食育
育児の工夫シリーズ⑦
親子で楽しく昼食作り

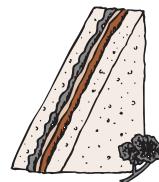
子どもたちの「おいしい気持ち」「感謝の気持ち」は、「自分で作って食べる」経験から自然と感じることができます。時間に余裕のある休日などは、子どもと一緒にキッチンに立ってみませんか？

前回に引き続き、「親子で楽しむレシピ」の昼食編をご紹介します。

初めて挑戦するなら、サンドウィッチはどうでしょうか？サンドウィッチは、「バターを塗る→具材を挟む→パンを重ねる」など包丁を使わなくてもできる作業が多いのがポイントです。

【材料】

食パン・バター・卵・レタス・きゅうり・トマト・ハム・ツナなど好きな具材



慣れてきたら、お好み焼きはどうでしょうか？「材料を切る→混ぜる→焼く」という作業があるので、子どものできる程度に合わせて、お手伝いをしてもらいます。

家族に、「具材はなにがいい？」と注文を取ってもらって焼くのも楽しいですね。

初めて包丁にチャレンジする場合は、子ども用のものを使うのもおすすめです。

【材料】

薄力粉・卵・キャベツ・山いも・紅しょうが・桜エビ・天かす・豚肉など



それいけ！わんパーク

ふれあい遊びやリズム体操、大型遊具などで、親子が一緒になって元気いっぱい遊べます。

申し込みは不要です。開催時間内にご自由にお越しください。

日時 10月19日(月) 9:30~11:30

場所 県立橋本体育館

対象 市内在住の未就園児と保護者

費用 一家族につき100円（傷害保険代）

問い合わせ 福祉課 33-3708



す。ほ。し。い。ど。も。に。育。つ。る。か。な。子。直。太。朗。に。は。名。前。の。通。り。芯。が。太。く。素。直。で。直。太。朗。に。う。れ。しい。で。す。

子育てママにインタビュー vol.42

住 所

あやの台

マ マ

木 戸 麻 生 さ ん

お 子 さん

直 太 朗 く ん

今 回 は



タウン情報

日期日 時時間 場場所・会場 対対象・資格 定定員 費費用
申込先 期申込期間 持持ち物 他その他事項 問問い合わせ

やま だくにこ
乳がんいちプロジェクト市民公開講座～山田邦子さん講演～
大丈夫だよ、がんばろう！

障がいのある人と市民の集い
第15回 むくのき祭り
日10/17(土) 時11:00~15:00 場むくのき (高野口町名古曾724) 費無料 他コーラスや吹奏楽などの舞台発表や模擬店があります 問むくのき 曽和 34-2414

童話から古典まで幅広く大人の朗読をお楽しみください
第2回 テープはしもと朗読の会

日10/18(日) 時13:30~15:00 場教育文化会館 対小学生以上 定先着50人 費無料 問朗読ボランティアテープはしもと 漆畠 37-3613

高野山開創1200年 ちょういしみち はオハオ クス クス らくらくある
なぜ!町石道が世界遺産に登録されたの?

日①慈尊院前→矢立:10/11(日)・17(土)・25(日)・31(土)、11/3(祝) ②矢立→大門:10/12(祝)・18(日)・24(土)、11/1(日) ③慈尊院前→大門:10/10(土)、11/7(土) 時場7:50にコース別の集合場所へ 定各回先着15人 費①1,000円、②③1,500円(保険代など) 期実施日の1週間前まで 申問好・俱楽部事務局 三宅 080-6119-4228(平日正午~)

子育てタウン情報

3カ月のBaby～今年3歳になるお友だち集まれ！
①③ハッピーハロウィン！ ②風船あそび

日①10/8(木)・9(金)・14(水)・21(水) ②10/22(木)・28(水)・29(木) ③10/30(金) 時10:30~11:30 対①平成25年4月2日~平成26年4月1日生まれ ②平成26年4月2日以降生まれ ③平成24年4月2日~平成25年4月1日生まれ 定①②各日先着10組 ③先着20組 費無料 期実施日前日まで 場申問三石台幼稚園 37-2236

第6回 家庭教育支援チームヘスティア主催講座
思春期の子どもとのつきあい方で大切なこと

日10/27(火) 時10:00~12:00 場教育文化会館 対子育てに関わる人 定先着30人 費無料 期実施日の1週間前まで 申問事務局(社会教育課内) 33-6112

※12月号への掲載依頼の締め切りは10月26日(月)です。



第3回 ダイヤモンドトレール・ウォーク

ダイヤモンドトレールとは、和歌山県と大阪府、奈良県の3府県にまたがる長距離自然歩道です。金剛山の山頂を目指し、ブナ林の紅葉を楽しみながら、葛城修驗道や俳人・藤岡玉骨の話しを聞き、地域の文化に触れてみましょう。

●日時 11月14日(土) 午前9時40分~

(受付:午前9時15分~)

●コース 「金剛登山口」バス停

●コース 金剛登山口～ブナ林～転法輪寺～藤岡家住宅～JR北宇智駅

●定員 先着100人(中学生以上)

●参加費 200円(保険代など)

※昼食や飲み物は各自でご用意ください

●申込期限 11月5日(木)まで

●申込方法

住所、氏名、年齢、電話番号を電話、ファックスまたはEメールでお知らせください。

●問い合わせ

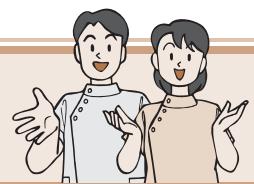
ダイヤモンドトレール活性化実行委員会
(大阪府南河内農と緑の総合事務所地域政策室内)

0721-25-1131 ファックス 0721-24-3231

Eメール minamikawachinotomidori-g03@sbox.pref.osaka.lg.jp

健康カレンダー

問い合わせ▶▶健康課☎33-6111



本のひろば

問い合わせ▶▶橋本市図書館 ☎33-0899
利用時間：9:00～18:00
休館日：毎週月曜日



休日診療 医療機関の紹介

橋本市消防本部 ☎33-0119
伊都消防組合消防本部 ☎22-0119

休日・夜間の診療所

伊都地方休日急患診療所 ☎33-1903
▶土曜日（内科系）

18:00～21:00

▶日曜・祝日（内科系、外科系）
9:00～12:00（受付は11:30まで）
13:00～17:00（受付は16:30まで）

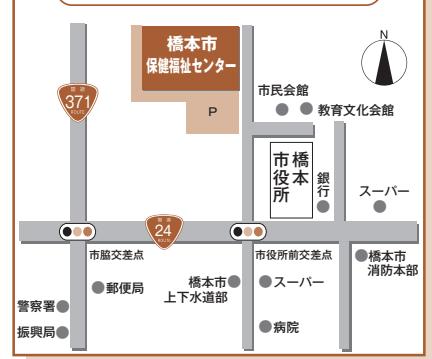
伊都地方休日急患歯科診療所 ☎33-1905
▶日曜・祝日 9:00～12:00

※事前に電話で連絡してください。また、受診の際は健康保険証をお持ちください。

休日・夜間の小児医療電話相談

☎#8000 または 073-431-8000
▶平日 19:00～23:00
▶土・日曜、祝日 9:00～23:00

保健福祉センター案内図



予防接種

※母子健康手帳をお持ちください

BCG

日 時	対 象	場 所
10月7日(水) 13:15～14:30	生後3ヶ月～12ヶ月未満	保健福祉センター

不活化ポリオ

初回3回と追加1回、合計4回の接種が必要です。接種が未完了の人は実施医療機関に予約の上、早めに接種を完了してください。
なお、生ワクチンを2回接種している場合や四種混合で接種を進めている場合は、不活化ポリオでの接種を受ける必要はありません。

献血 (400ml)

※医師の判断でお断りする場合があります

男女とも体重が50kg以上の人のが対象です。

実 施 日	時 間	場 所
10月4日(日)	10:00～11:45 13:00～16:00	スーパーセンターオークワ 橋本店
10月11日(日)	10:00～11:00 12:00～16:00	紀陽銀行 高野口支店前 (歩行者天国)
10月17日(土)	10:00～11:45 13:00～16:00	オークワ 彩の台店

ママパパ教室

これからあかちゃんを迎えるママとパパのための教室です。

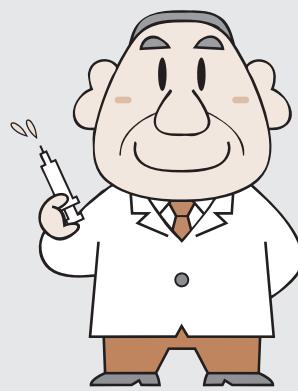
- 日 時 ①10月17日(土) 午後1時30分～3時30分
②11月7日(土) 午前11時～午後2時30分
- 場 所 保健福祉センター
- 内 容 ①パパの妊娠体験・沐浴実習など
②調理と試食・口の検査とブラッシングなど
- 対 象 妊婦とその家族
- 申しうみ 健康課



高齢者のためのインフルエンザ予防接種

高齢者がインフルエンザにかかると、肺炎などを合併し重症化することがあります。流行する前に、ぜひ予防接種を受けましょう。

- 対 象 ・65歳以上の人
・60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスにより身体障がい1級相当の障がいを有する人
- 期 間 10月1日(木)～平成28年1月31日(日)
- 費 用 年1回 1,500円（生活保護受給者は無料）
- 場 所 市内または伊都郡内の医療機関
(実施医療機関に事前予約の上、接種を受けてください)
- 持 物 健康保険証や運転免許証など、年齢や住所のわかるもの



司書のオススメ



ABC！曙第二中学校放送部

著者／市川朔久子

出版社／講談社 発行年／2015年

曙第二中学校三年生のみさとが所属しているのは放送部。部員がたった二人だけで存続の危機にありましたが、謎めいた転校生が現れ、状況はどんどん変わっていきます。

中学生の繊細な心や、成長していく姿がいきいきと描かれています。

新しく入った本

- バイバイ、おねしょ！ 富部志保子／著 [朝日新聞出版]
ぐるっと！プレゼン 西原猛／著 [すばる舎リンクージ]
希望のかたわれ メヒティルト・ボルマン／著 [河出書房新社]
挑戦する図書館 大串夏身／著 [青弓社]

こどもの本

- べんり屋、寺岡の秋。 中山聖子／作 [文研出版]
カメくんとアップルパイ 谷口智則／作 [アリス館]
あしによきによきによき 深見春夫／作・絵 [岩崎書店]
おばけ道、ただいま工事中！？ 草野あきこ／作 [岩崎書店]

今月の催し

催 し	日 程	時 間	場 所	
近代文学 (石井照千代)	10/4(日)	12:00～13:50	教育文化会館	
源氏物語 (石井照千代)	10/4(日)	14:10～16:00		
English News(英字新聞)	10/4(日) 10/18(日)	9:30～11:45		
English Café(英語の随筆)	10/6(火) 10/20(火)	9:30～11:45		
English Lounge (実践ビジネス英語)	10/11(日) 10/25(日)	9:30～11:45	図書館	
English Camp (英語の短編小説など)	10/13(火)	9:30～11:45		
あかちゃんと絵本のひととき	10/13(火)	11:00～11:30		
大人のためのストーリーテリング	10/16(金)	11:00～12:00		
よみきかせ会	毎週土曜日	14:00～、15:00～		

第8回 図書館講座

日 時 10月17日(土) 午後2時～4時

場 所 教育文化会館

テマ おはなしが好き！本が好き！

—古代紀国女王名草戸畔の伝説をいとぐちに—

講 師 奥平眞子氏

移動図書館ブッキー

日 程	時 間	場 所
10/7(水)	10:00～11:00	応其こども園
	11:15～11:45	神野々ふれあい会館
	13:30～14:00	学文路地区公民館
	14:15～14:45	学文路集会所
10/8(木)	15:10～15:40	恋野地区公民館
	10:15～10:45	[御幸辻]天理教紀北分教会
	11:00～11:30	さつき台東公園
	13:30～14:00	西部地区公民館
10/9(金)	14:20～14:35	産業文化会館
	15:00～15:30	つくしんぽ園
	10:30～11:00	霜草集会所
	11:20～11:35	紀見区民会館
10/14(水)	13:10～13:40	北馬場集会所東
	14:00～14:45	紀見ヶ丘集会所
	15:00～15:30	紀見峠バス停付近
	10:30～11:15	岸上文化センター
10/15(木)	13:30～14:00	紀見北地区公民館
	14:30～15:45	あやの台小学校
	10:30～11:00	山内防災センター
	11:15～11:45	隅田地区公民館
10/16(金)	13:45～14:00	産業文化会館
	14:10～14:40	高野口地区公民館
	10:10～10:45	悠久の郷(紀之川寮)
	11:15～11:30	[吉原]堀内氏駐車場
10/20(火)	13:30～13:50	JR隅田駅
	14:30～15:45	西部小学校
	10:30～11:05	高野口こども園
	11:15～11:45	JR高野口駅
10/21(水)	13:30～13:50	[中道]中山氏駐車場
	14:30～15:45	柱本小学校
	10:00～11:15	すみだこども園
	13:00～13:30	香久の実保育園
10/22(木)	13:45～14:00	産業文化会館
	14:30～15:45	高野口小学校
	10:30～11:15	しみず保育園
	13:30～14:00	ごもうのいえ
10/23(金)	10:00～11:30	ムーミン谷こども園
	13:30～14:00	境原幼稚園
	14:15～15:30	城山小学校
	10:30～11:00	みゆき台区集会所
10/27(火)	11:10～11:30	菖蒲谷区民会館
	13:30～14:00	橋本ニュータウン集会所
	14:15～14:45	細川区民会館
	15:00～15:30	紀見地区公民館
10/28(水)	10:30～11:15	[柱本]リハビリ橋本
	13:20～13:40	紀伊清水駅
	14:00～15:15	三石小学校