



紀の川と街道が織りなすまち

はしもと

9

September 2026
Vol.247

はしもと
紀の川と街道が織りなすまち

2026年9月号(通巻247号)
令和8年9月1日発行

【編集・発行】橋本市 総合政策部 秘書広報課
〒648-8585 和歌山県橋本市東家一丁目1番1号
☎0736(33)1111

■ホームページ <https://www.city.hashimoto.lg.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)

笑顔が一番!!
一緒に長生きしよーな!

Topics

みんなでつくる、みんなの居場所

特集 地域食堂を紹介します

笑顔と花火がはじける夏の夜

フォト特集 紀の川橋本SUMMERBALL2026

シルバーライフに輝きを

きらり vol.76

9月1日は防災の日

特集 災害のその後を考えてみよう

はしもと 散歩



ナイス、レスキュー!
夏休み消防士体験

7/26

橋本北消防署で、市内
小学校の参加希望者に向
けて消防士体験が行われ
ました。

現役消防士のサポートを受けながら
ななめ降下訓練や放水訓練などを行い、
「ナイス、レスキュー」の声を掛け合
いながら、楽しくも真剣に消防業務を
学びました。



練習の成果を胸に
第31回和歌山県消防操法大会

7/26

県内から集まった各地
区の消防団が消防技術を
競う消防操法大会が県消
防学校で開催されました。
橋本市からは、小型ポンプ操法の部で、
高野口第3分団から2チームが出場し
ました。日ごろの練習の成果を発揮し、
5位・6位と両チームとも揃って入賞
を果たすことができました。



めざせ!図書館マスター
図書館探検

7/27

市内の子どもたち
に図書館をもっと
知ってもらおうと、
ヘスティアのメン
バーによる「図書館探検」が開催
されました。

普段は静かな図書館を舞台に、
本を使ったゲームや探検を通じて
楽しく図書館について学びました。



熊本地震被災地の
支援について

7月28日に発生した令和8年
熊本地震における地震被害への支
援として、市は、応急給水支援や
住家被害認定業務などを行う職員、
医療チーム(DMAT)を現地へ
派遣しました。

また、義援金など市が行なっ
ている支援活動の詳細は市のホーム
ページからご確認できます。

被災された人が一刻も早く安心
して過ごせるよう、引き続き支援
を続けていきます。



▲市が行う
被災地支援



市の人口(令和8年7月31日現在)
57,458人(前月比-11人) / 女 30,280人 / 男 27,178人 / 世帯数 27,503世帯

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です

みんなでつくる、みんなの居場所

地域食堂を紹介します！



地域食堂（こども食堂）とは安価で温かい食事を通じて、子どもや高齢者、幅広い世代の地域住民が交流できる「居場所」を提供するコミュニティのことです。本市では14の地域食堂が、NPO法人や地域のボランティアの皆さんによって運営されています。参加を希望する人は、各食堂へお問合せください。

【家庭教育支援室】

名称（問合せ）	場所	日時	費用	申込み
わいわい子ども食堂はしもと （☎090-7092-9839）	保健福祉センター	第3火曜日 17:30～19:30	子ども 無料 大人 300円	要
はしもと東こども食堂 （☎32-5095）	原田区集会所	第1・3金曜日 17:00～19:00	子ども 無料 大人 300円	要
かむかむ食堂 （☎32-0079）	学文路小学校	（休止中）	子ども 100円 大人 200円	要
高野口つれもて寺子屋食堂 （☎090-3972-1999）	高野口地区公民館	原則第3土曜日 10:30～12:00	子ども 無料 大人 300円	不要
みんなの食堂「いこら」 （☎26-8454）	胡麻生テラス	第2木曜日 17:30～19:30	子ども 100円 大人 300円	要
げんき食堂 （☎090-4305-2886）	山田地区公民館	第2土曜日 11:00～12:30	子ども 無料 大人 300円	要
柿の木坂なかよし食堂 （☎090-6915-6406）	紀見地区公民館	第4土曜日 12:00～13:00	子ども 100円 大人 400円	要
キッチンスペース クローバー （☎080-8178-0008）	春風デイサービス	第4日曜日 11:30～13:30	子ども 100円 大人 300円	要
フリースクール食堂 （☎070-1051-8342）	つくるがっこう イホルラ舎	第2金曜・第4火曜日 11:30～13:30	子ども 無料 大人 300円	要
みんなの食堂「すみっしーのおうち」 （☎090-3489-3505）	隅田地区公民館	第2土曜日 11:30～14:00	子ども 無料 大人 300円	要
きみきた食堂 （☎080-5332-7140）	紀見北地区公民館	第4日曜日 11:30～13:00	子ども 無料 大人 300円	要
キッチンカーこども食堂 （☎080-2482-0526）	①配達 ②たまご絵本館	①月から金曜日 18:00～ ②第3日曜日 11:00～	子ども 無料 大人 無料	要
地域食堂「たまり場」 （☎080-5302-2996）	城山台近隣センター内	第2日曜日 11:00～13:00	子ども 100円 大人 300円	要
ひまわり食堂 （☎090-9618-1876）	伏原1・2区自治会館	第2土曜日 11:30～13:30	子ども 無料 大人 300円	不要

ボランティアスタッフ募集

調理・配膳・受付・子どもの話し相手など、地域食堂の運営にご協力いただける人は、直接各食堂へお問合せください。

寄附などのご協力をお願いします

各食堂は、皆さんのご支援により運営しています。寄附金をはじめ、玄米や食材など、随時受け付けていますので、ご協力をお願いします。

地域食堂を始めませんか

市や県などの支援や補助金交付制度があります。詳しくは市ホームページ（右のQRコード）をご覧ください。



問合せ

家庭教育支援室 ☎33-2129
Eメール hestia@city.hashimoto.lg.jp

今月のかけ橋

瓢箪
から
絆

ひょうたん
かける
橋本人



全国の瓢箪愛好家が出展する全日本愛瓢会総会・展示会において、文部科学大臣賞を受賞

さいとう かつひこ
齊藤 捷彦さん（神野々）

瓢箪との出会いは、孫が学校で作ったものを持って帰ってきたことでした。その後、市の土産物にできるような物を自分でも何か作れないかと考えていた時期があり、ふと瓢箪のことを思い出し、作り始めるようになりました。

作り始めて14年ほどになりますが、文部科学大臣賞の受賞は、まさに青天の霹靂でした。丹精込めた作品が認められた嬉しさはありましたが、喜びより驚きが強かったと記憶しています。

私は主に豆瓢箪を作っていますが、瓢箪づくりを通じて、全国に共通の趣味を持つ友人が増え、交流や縁を揚げられたことが自分にとっての一番の財産だと感じています。市内でも瓢箪に興味を持つ人が増え、一緒に活動できるような機会が生まれれば、嬉しい限りです。

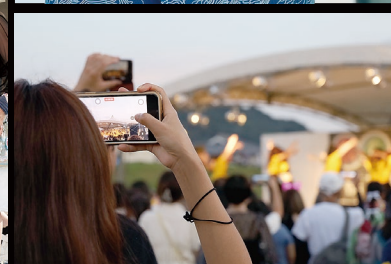
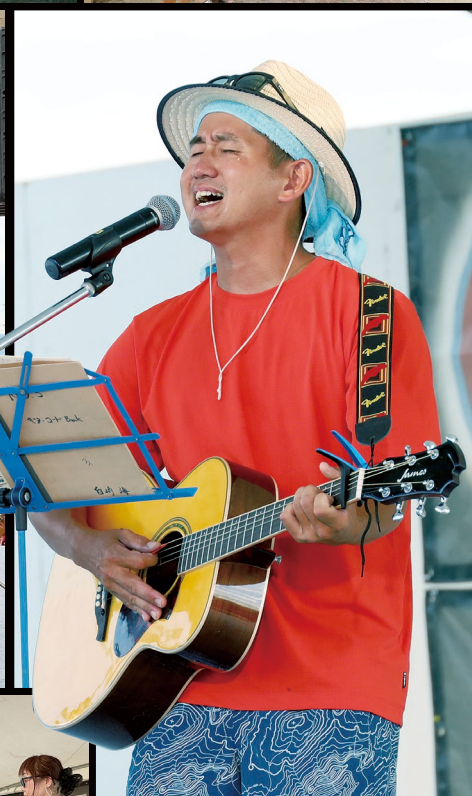
目次

- 3 特集
地域食堂を紹介します
- 4 フォト特集
紀の川橋本SUMMERBALL2026
- 6 特集
きらり vol.76
- 10 特集
災害のその後を考えてみよう
- 11 情報ワイド
▶行かない・書かない窓口について
▶プレミアム付デジタル地域通貨2026を販売します
▶母子保健推進員になりませんか
▶「受ける」から「つなげる」検診へ など
- 16 情報ひろば
- 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 はしもと 散歩

今月の表紙



いきいき百歳体操で元気に汗を流すご夫婦



フォト特集
紀の川橋本
SUMMERBALL
2026



当日の様子を
動画で見る

待 ち 焦 が れ た 一 日 が 今 年 も



「タイププロモーション課」

8月1日、南馬場緑地広場にて「紀の川橋本サマーボール2026」が開催され、過去最多の約69,000人が来場されました。快晴の夏空の下、屋台やキッチンカーの他、消防団・自衛隊による展示コーナーなど個性豊かなブースが出揃い、会場はそれらをめぐる多くの人たちの笑顔で溢れていました。また市民ステージでは、ダンスやバンド演奏、歌唱などが披露され、集まった観客とともに祭りの盛り上がりの後押ししていました。

午後8時からの花火大会では、1尺玉を含む約3,000発の花火が橋本の夏の夜空を彩り、観る人を魅了しました。



利用者の声

フレカツ教室参加者の
池中さんにお話を伺いました

教室参加のきっかけ

昨年に長期入院をして以来、体が思うように動けなくなってしまう、退院してからでもベッドで過ごす時間が多くなってしまう。家事は夫がしてくれませんが、一日中家で過ごすことに不安を覚え、地域包括支援センターに相談し、フレカツ教室を勧められました。

教室に参加してみ

専門家がメニューを考え、丁寧に教えてくれるので、安心できます。家では、夫と一緒に楽しんで取組んでおり、教室では、偶然昔の知人に出会うことができ、こちらも楽しく通っています。友

* フレカツ教室の様子 *

マシンを使って太ももの前やお尻の筋力アップを行います。



家での自主トレーニングの方法を担当の理学療法士と確認します。



体力測定の結果を比較することで、筋力アップを実感します。



人と目当ての古民家カフェでお茶できるようなことを楽しみにしています。

通い始めてからの変化

参加する前は、ベッドから立ち上がることができず、お風呂の時は、夫に手伝ってもらっていました。フレカツ教室に参加して1ヵ月半ですが、体は安定し、お風呂は手すりを持てば、一人で入ることができるよう

家族から見て

私の体がフラフラして、心配で仕方がなかったと言いますが、最近は体が安定してきたと実感しており、フレカツ教室に参加して、本当に良かったと2人で話しています。

理学療法士の思い

紀和リハビリ倶楽部
理学療法士 谷口 椋右氏



「もっと早く来ればよかった」「自信が付きました!」そんな言葉を利用者からいただきます。フレカツ教室は、「住み慣れた地域で、自分らしくいつまでも元気に過ごす」ことを目指し、担当のリハビリ専門職が、利用者一人ひとりに合わせた運動や、生活のアドバイスを行います。最初にしつかり話を聞いた上で、一緒に目標を設定し、利用者が主体となって取り組めるよう、サポートしていきたいと思っています。

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.76 2026.9

主な内容

- ▶ フレカツ教室参加レポート
- ▶ 永年活動団体を市長が訪問
- ▶ げんきらり～教室26期生募集
- ▶ 新しい通いの場ができました
- ▶ 100歳おめでとうございます

編集・発行 健康福祉部 いきいき健康課
☎33-3705

かんたん! 下肢筋力チェック

- ☐ 15分くらい続けて歩けますか。
 - ☐ 手すりや壁を使わず階段を登れますか。
 - ☐ 椅子に座った状態から、何にもつかまらずに立ち上がれますか。
 - ☐ この1年間に転んだことはありますか。
 - ☐ 転ぶことに対する不安は大きいですか。
- ▶▶ 3つ以上あてはまる人は下肢筋力の低下が心配されますので、一度ご相談ください。

フレカツ教室

- **対象** 事業対象者、要支援 1・2の人
 - **内容** 週1、2回の通所とリハビリ専門職による家庭訪問
 - **期間** 3ヵ月
 - **費用** 1回200円
 - **実施事業所**
 - 隅田クラブ (隅田町真土 325-1)
 - 紀和リハビリ倶楽部 (神野々1103)
 - グリーンガーデン橋本 (隅田町山内1919)
- ※介護保険の通所サービスとの併用はできません。
※教室の利用を希望する人は、担当ケアマネジャーまたは左記へ相談してください。
- **問合せ**
- 地域包括支援センター ☎32-11957
 - いきいき健康課 高齢福祉係 ☎33-3705

★
筋力アップで毎日が変わる!
フレカツ教室参加レポート

「最近、疲れやすくなった」「足腰が弱ってきた気がする」、そんなフレイルのサインはありませんか。フレイルは、適切なケアで改善できます。

フレカツ教室は、フレイル状態から抜け出すための「短期集中の生活機能改善プログラム」で、リハビリ専門職が関わり、無理なく元気を取り戻すサービスです。今回は、紀和リハビリ倶楽部を利用されている人の声をお届けします。

永年活動団体を市長が 表敬訪問しました

20年以上の長きにわたり地域で活動されている地域ふれあいサロンを紹介します。

しみずサロン

平成18年5月から活動しています。

7月8日に、市長がサロンを訪問し感謝状を贈呈した後、参加者と一緒にこれまでの活動の報告や現在の様子について意見交換しました。

来年100歳を迎える人も参加しており、皆さんの目標になっているとのこと話がありました。また、普段の活動で制作した折り紙が市長にプレゼントされました。



すずめのお宿

平成18年7月に開設され、体操やダンス、食事会など毎週工夫した活動を実施しています。

7月9日に、市長がサロンを訪問し感謝状を贈呈した後、参加者と一緒に歌を歌ったり、体操で身体を動かしたりしました。

代表の田村さんから「この

ように表彰式をしていただけるなんて、夢にも思っていなかった。これからも頑張っていきます」と挨拶があり、参加者からは、「こんな楽しいところに参加できてよかった。一人で家にいてもなにもせずにぼーっとしているだけ。毎週本当に楽しい」とのお話をいただきました。



げんきらり〜教室26期生募集

市では、和歌山県が推奨する筋力向上トレーニング「わかやまシニアエクササイズ」を「げんきらり〜教室」という名称で実施しています。

毎週1回3カ月間（12回）開催し、健康チェック、準備体操、ストレッチ、椅子を使用した筋力トレーニング、ステップ台昇降などを実施します。参加されたほとんどの人の筋力、体力が上がり生活の満足度が向上しています。「げんきらり〜教室」を通じて元気になりたい。地域も元気にしたい。そんな人を募集します。



●日程

10月2日(金)〜12月25日(金)
毎週金曜日

※12月11日(金)はお休み

●時間 10時〜11時30分

●場所 保健福祉センター

●定員 先着20人

●申込方法

申込みフォーム（下のQRコード）、
電話、窓口

●申込開始 9月1日(火) 9時

●申込み・問合せ

いきいき健康課 高齢福祉係
☎ 33-3705



新しい通いの場ができました

中下親睦サロン会

令和8年4月に始まりました。

健康麻雀、カラオケ、グラウンドゴルフなどの活動をしています。

●実施日時

第1・3木曜日 13時30分〜16時

第2土曜日 13時30分〜15時30分

第4土曜日 15時〜17時

第2・4日曜日 10時〜12時

●場所 中下区集会所ほか



100歳おめでとうございます

上平順太郎さん（隅田町下兵庫）大正15年6月生まれ

大野榮美子さん（岸 上）大正15年6月生まれ

小泉 炤子さん（御 幸 辻）大正15年6月生まれ

多田 宏さん（隅田町下兵庫）大正15年6月生まれ

藤林 照代さん（橋 谷）大正15年6月生まれ

行かない・書かない窓口をご利用ください

10月から、市役所の開庁時間（窓口・電話受付時間）が9:00～16:30に変わります。証明書などを「行かない・書かない」で取得できる便利なサービスを順次拡充していますので、ぜひご利用ください。

【政策企画課】



▼詳細ページ



1 市役所でセルフ発行！ らくらく窓口 証明書発行サービス

※9月中旬にスタートします

マイナンバーカードを利用して、住民票の写しなどの証明書を取得できます。操作がわからないときは職員がサポートします。

- ▶**対象** 橋本市に住民登録がある人
- ▶**必要なもの** 利用者証明用電子証明書（4桁の暗証番号）を搭載したマイナンバーカード
- ▶**場所** 市民課窓口周辺
- ▶**利用時間** 開庁時間と同じ
- ▶**取得できるもの** 住民票の写し、印鑑登録証明書
※戸籍謄抄本、戸籍の附票の写しは令和9年1月下旬以降対応予定

2 申請書を書かずに手続き！ 申請書作成支援 システム

端末にマイナンバーカードなどをかざし、顔認証を行うだけで住所・氏名などの基本情報が自動で読み取られ、申請書への記入が不要になります。窓口にお越しの際は、ぜひご利用ください。



3 コンビニで簡単取得！ 証明書自動交付 サービス

マイナンバーカードを利用して、お近くのコンビニエンスストアのマルチコピー機で証明書を取得できます。

- ▶**利用時間** 6:30～23:00
※年末年始・保守点検時を除く
- ▶**取得できるもの** 住民票の写し、印鑑登録証明書、市・県民税課税（所得）証明書
※戸籍謄抄本、戸籍の附票の写しは令和9年1月下旬以降対応予定



4 自宅から申請・届出！ オンラインによる 各種手続き

スマートフォンや自宅のパソコンから申請・届出が完結できるオンライン手続きを拡充しています。橋本市公式LINEや市ホームページの申請フォームなどから申請が可能です。



- ▶**問合せ**
- 政策企画課 ☎33-1576（オンライン申請について）
 - 市民課 ☎33-1131（らくらく窓口証明書発行サービス、証明書自動交付サービスについて）
 - 税務課 ☎33-6212（証明書自動交付サービスについて）

》》》 10月1日(木)から試行する開庁時間の変更について 《《《

- ▶**変更後の開庁時間** 9:00～16:30
- ▶**対象** 市役所本庁舎、保健福祉センター（1階）、教育文化会館（教育総務課、学校教育課、生涯学習課、学校再編推進室）、上下水道庁舎
- ▶**問合せ** ●財政課 ☎33-3722
●職員課 ☎33-1193

▼詳細ページ



どこへ避難する？

避難とは災害の危険から命を守るため、安全な場所へ移動することです。必ずしも、避難所へ行くことではありません。災害の種類や自宅の状況に応じて、自分に合った避難方法を選ぶことが大切です。

在宅避難

自宅で安全に生活できる場合、住み慣れた自宅で生活を続ける方法です。

親戚・知人宅への避難

安全な場所に住む親戚や知人宅へ避難する方法です。日ごろから相談しておきましょう。

指定避難所への避難

自宅で生活できない場合や危険な場所にいる場合は、指定避難所に避難します。

避難生活で困ること

避難したあとも、次のような困りごとが考えられます。

- ✓水道が使えない
- ✓飲み水や生活用水が不足します
- ✓トイレが不足する
- ✓水不足や建物の倒壊などで、トイレが不足します
- ✓食料が不足する
- ✓食料が手に入りにくくなります
- ✓停電で不便になる
- ✓明かりや電源が使えず、生活に大きな支障が出ます
- ✓情報が入りにくい
- ✓正確な情報が得られず、不安が大きくなります
- ✓暑さ・寒さがつらい
- ✓季節や気候に応じた対策がないと、体調を崩してしまいます
- ✓睡眠不足・疲労
- ✓慣れない環境や不安で十分に休めない日が続くことがあります
- ✓持病の悪化・体調不良
- ✓持病の悪化や体調不良が起こり、重症化することがあります

避難生活を支える備え

日ごろから備えておくことで、避難生活の負担を減らし、安心して過ごすことができます。

- ◆**飲料水・生活用水**
1人1日3リットルが目安です。
- ◆**食料**
すぐに食べられるものを多めに備え、使いながら買い足すローリングストックがおすすです。
▼今日からできる食品備蓄。ローリングストックの始め方（政府広報オンライン）
- ◆**携帯トイレ**
自宅のトイレが使えない場合などに備え、携帯トイレを準備しておきましょう。
- ◆**常備薬・おくすり手帳**
持病のある人は薬を切らさないようにしましょう。
- ◆**携帯ラジオ・モバイルバッテリー**
情報収集や連絡手段の確保に役立ちます。

災害が発生したとき、大切な命を守る行動だけではありません。普段からの備えが、自分や家族の命と健康を守ります。この特集を読み終わったら、ぜひ一度、災害の「その後」のことを考えながら備えを見直してみてください。

- ◆**衛生用品**
マスク、ウェットティッシュ、生理用品、おむつなどを備えておきましょう。
- ◆**暑さ・寒さ対策用品**
季節に応じた対策で体調を守りましょう。
- ◆**家族との話し合い**
もしものとき、どこへ避難するかなど前もって家族と話し合っておきましょう。



9月1日は防災の日 災害のその後を考えてみよう

災害が発生したとき、大切な命を守る行動だけではなく、普段からの備えが、自分や家族の命と健康を守ります。この特集を読み終わったら、ぜひ一度、災害の「その後」のことを考えながら備えを見直してみてください。

【危機管理室】

市営住宅の入居者を募集します

12月入居分の市営住宅の入居者を募集します。申込資格など、詳しくは市ホームページを確認していただくか、担当課へお問合せください。

【建築住宅課】

11 住み続けられるまちづくりを



▶募集住宅

住宅名	所在地	階数	建設年度	募集戸数		家賃月額* (円)	間取り	便所	備考
					優先*				
原田 改良	原田278-1	2階建	昭和62年	1	0	27,200~53,400	4DK	洋式	告示事項有

※優先枠…母子・父子世帯や多子世帯などは、入居者の選定について優先的な取扱いを受けられます。
※市営住宅の家賃…入居者の所得額などによって毎年改められます（上表は令和8年度の家賃額です）。
※前入居者が退去した住宅を補修した物件のため、修繕などに対応しかねる箇所があります。

▶入居予定日 12月28日(月)

▶申込受付期間 9月1日(火)~10月2日(金)

▶必要書類および申込方法

窓口配布の申込書（市ホームページでも入手可）に記入の上、持参または郵送（受付期間内必着）で申込んでください。オンライン申請もできます。

▶申込み・問合せ

〒648-8585（住所記載不要）

橋本市 建設部 建築住宅課 住宅係 ☎33-1115



◀市営住宅入居者募集ページ

地域優良賃貸住宅 橋本駅前団地の制度改正について

地域優良賃貸住宅の入居促進を目的として、より幅広い世帯に入居を検討していただけるよう、対象世帯や入居者負担について制度の見直しを行いました。

【建築住宅課】

▶見直し1 対象となる世帯を拡大しました

従来の対象者に加え、新たに若者世帯*を入居対象者に追加しました。

▶見直し2 敷金の金額を見直しました

入居時に必要となる敷金額を従来の3カ月分から2カ月分へ見直し、入居時の負担を軽減しました。

間取り	家賃月額	敷金額 (改定前)	敷金額 (改定後)
3DK	65,000円	195,000円	130,000円
2DK	50,000円	150,000円	100,000円
2K	42,000円	126,000円	84,000円

※若者世帯とは

39歳以下の人を含み、入居後5年以上橋本市に定住する意思のある世帯を指します。



◀入居申込受付はこちら

▶問合せ 建築住宅課 ☎33-1115

11 住み続けられるまちづくりを



プレミアム付デジタル地域通貨 2026を販売します

市内での消費喚起、市内事業者への支援を行うため、地域通貨加盟店舗で使用できる10%のプレミアム付デジタル地域通貨を販売します。

【産業振興課】

9 産業と技術革新の基盤をつくろう



▶販売開始・終了時期

- 販売開始 11月2日(月) 10:00
- 販売終了 令和9年1月31日(日) 23:59

※予算上限に達し次第、販売終了

▶有効期限 令和9年2月28日(日) 23:59まで
※有効期限を過ぎると全ポイントが失効し、払い戻しはできません。

▶販売額

- 一人スマートフォン1台またはカード1枚あたり10,000円まで購入可能です。
- 購入額の10%をプレミアム分として付与します（10,000円購入の場合、11,000円分の地域通貨が使えます）。
- 1,000円単位で購入することが可能です（郵便局でのチャージは5,000円単位）。

▶地域通貨加盟店舗

市ホームページ（右のQRコード）から確認できます。「購入分」「プレミアム分（上乗せ10%分）」で利用できる店舗が異なるため、店舗掲示のポスターなどをご覧ください。



▶プレミアム付デジタル地域通貨とは

橋本市デジタル地域通貨「Hashi-Mo」を利用して発行する電子通貨のことで、スマートフォンの専用アプリ「chiica」を利用するアプリ型と、専用カード「Hashi-Moカード（市内在住者限定）」を利用するカード型があります。

▶購入方法

- chiicaアプリ（クレジットカード決済）
- セブン銀行ATM（現金でのチャージ）
- 市内郵便局窓口（学文路・高野口伏原・高野口・隅田・橋本古佐田・橋本城山台・橋本東家・橋本三石台・橋本山田・橋本）

▶問合せ

- プレミアム付デジタル地域通貨について 産業振興課 ☎33-1247
- アプリ導入・カード発行支援について 政策企画課 ☎33-1576
- アプリ利用、チャージ（購入）方法について chiicaお問い合わせコールセンター ☎0120-111-164

▼詳細ページ



安全生活支援サービス事業の利用条件が変わります

市では高齢者が安心して自宅で生活できるよう「安全生活支援サービス」を実施しています。9月から、自宅に固定電話がなくても携帯電話をお持ちであれば利用できるようになりますので、お知らせします。

【いきいき健康課】

3 すべての人に健康と福祉を



▶安全生活支援サービスとは

自宅での急病や事故などの緊急時に通報ができる専用機器を貸し出します。ボタンを押すと警備会社に連絡が入り、緊急時の対応をします。また、定期的に安否確認をします。

▶対象者 以下①~⑤すべてにあてはまる人

- ①65歳以上の一人暮らし、または配慮が必要な高齢者のみの世帯
- ②所得税非課税世帯
- ③身体上の疾患があり、緊急時に助けを呼ぶことが困難な人
- ④固定電話または携帯電話（9月1日から）をお持ちの人
- ⑤民生委員を含む3人の協力員から協力の承諾が得られる人

▶費用 無料

▶問合せ

いきいき健康課 高齢福祉係 ☎33-3705



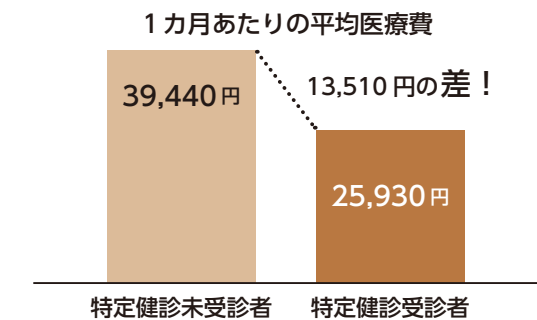
「受ける」から「つなげる」検診へ

検診（健診）を受けたとき、そこから見えるのは「今の健康」だけではありません。受診という一歩が、数年後のあなたを、そして大切な家族との生活を守ることにつながります。対象となっている人は、ぜひ受診しましょう。【いきいき健康課】



特定健診で医療費を節約？！

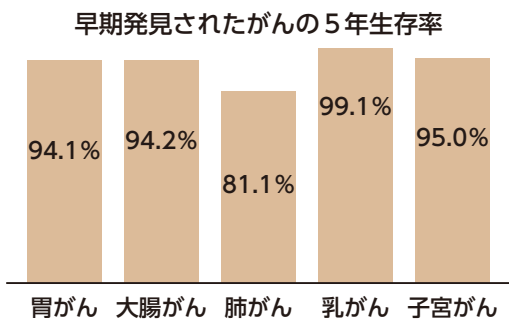
今の体の状態を知ることが、未来の家計と自由な時間を守ること。橋本市国民健康保険加入者でも、特定健診受診者と未受診者では月々の医療費に大きな差が出ています。



※国保データベース（KDB）「地域の全体像の把握（令和6年度）」より
特定健診受診者または未受診者1件あたり医科レセ点数×10点で算出。

がん検診で早期発見を

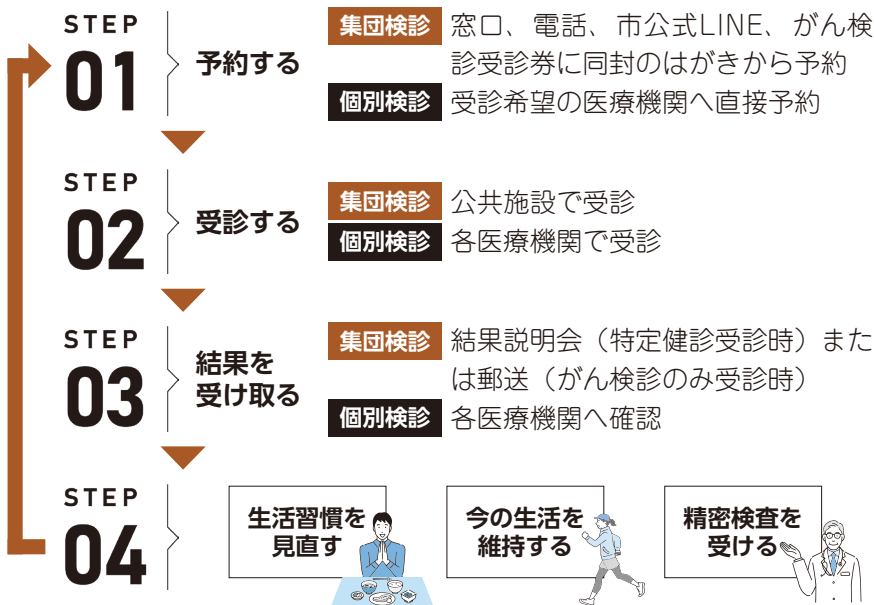
2人に1人が「がん」になる時代。だからこそ、定期的な受診で「早期発見・早期治療」につなげることが大切です。早期発見できれば、ほとんどの人が元の生活に戻れます。



※国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」より
全国がん登録：5年相対生存率（2016-2018年診断例）

受診はゴールではない

検診（健診）は「受けて終わり」ではありません。そこで得た結果をどう活用するかが大切です。今日からできる、未来に「つなげる」ための受診の流れを紹介します。



毎年（特定健診、肺がん・大腸がん検診）または
2年に1回（胃がん・乳がん・子宮頸がん検診）受診しましょう

▶検診（健診）対象者

- 特定健診
40～74歳の橋本市国民健康保険加入者
- 胃がん検診
50歳以上の市民
- 肺・大腸・乳がん検診
40歳以上の市民（乳がんは女性のみ）
- 子宮頸がん検診
20歳以上の市民（女性のみ）

申込み&費用など
詳しくは市ホームページ
（下のQRコード）から！



▶問合せ

いきいき健康課
保健予防係 ☎33-6111

令和9年度私立こども園の園児（1号認定子ども）を募集します

私立こども園の園児（1号認定子ども）を募集します。保育園、公設こども園、私立こども園（2号・3号認定子ども）の園児募集については広報はしもと10月号でお知らせします。【こども課】

▶入園対象児

令和9年4月1日時点で、市内に在住する3～5歳の子ども（あやの台幼稚園は満3歳から）。通園区域はありませんが、小学校就学時は通学区域があります。

▶私立こども園 1号認定子ども（幼稚園部分）

園名・連絡先	願書配布開始	受付日時	その他
みついしこども園（三石台2-1-3） ☎37-2236	9月1日(火)	10月1日(木) 9:00～16:00	入園説明会の日程は市ホームページ（下のQRコード）に掲載しています。説明会終了後や説明会を開催しない園についても随時見学できますので、希望する場合は各園にお問合せください。 
輝きの森学園（城山台1-17-4） ☎36-5055		10月1日(木) 10:00～16:00	
あやの台幼稚園（あやの台2-30-1） ☎34-7860			
山田さつきこども園（柏原372-1） ☎26-8233	9月5日(土)	10月1日(木) 9:00～16:00	
学文路さつきこども園（清水388-1） ☎26-8666	9月12日(土)		

▶問合せ こども課 保育幼稚園係 ☎33-6102

母子保健推進員になりませんか

市内で安心して子育てができるようにサポートする「母子保健推進員」を今回から一般公募します。地域の子育てを応援したい人、子育ての経験を生かしてみたい人は、ぜひご応募ください。【子育て応援課】

- ▶任期 令和9年4月1日～令和12年3月31日
- ▶対象 下記募集地域にお住まいで、令和9年4月1日時点で75歳未満の人
- ▶募集地域
 - さつき台 ●学文路・南馬場 ●西畑・清水 ●賢堂・横座・向副 ●岸上 ●山田・吉原 ●神野々（国道より北側）
 - 柱本・慶賀野・矢倉脇 ●三石台・橋谷 ●細川・境原・杉尾 ●紀ノ光台 ●北馬場・紀見・しらさぎ台 ●隅田町上兵庫 ●隅田町下兵庫 ●隅田町垂井・芋生・中下 ●あやの台 ●上田・赤塚・中道 ●恋野 ●高野口町大野 ●高野口町南名古屋 ●東名古屋 ●高野口町伏原（1・2・3）・平山城・ベルビュー

▶応募方法

申請フォーム（右のQRコード）

▶応募期限 9月30日(水)

▶母子保健推進員の仕事

保健師と連携して、家庭訪問や乳児健診など、母子保健事業のお手伝いをさせていただきます。詳しくは市ホームページ（右のQRコード）で紹介しています。

▶問合せ 子育て応援課 ☎33-0039



お知らせ

最高裁判決を踏まえた生活保護費などの追加給付について【福祉課】

現在生活保護を受けていない世帯について、以下の対象の人は、当時保護を受けていた自治体に申し出ていただくことで追加給付が受け取れます。

- ▶ **対象世帯**
平成25年8月から令和8年3月の間に生活保護を受給していた世帯
- ▶ **申出受付期限**
令和9年7月31日まで
- ▶ **申出先** 対象期間に生活保護を受給していた自治体
問 最高裁判決を踏まえた保護費の追加給付相談センター（厚生労働省委託事業） ☎0120-179-445

マイナンバーカードの時間外受取り窓口の開設について【市民課】

マイナンバーカードの受取りができる時間外窓口を開設します。なお、戸籍、住民票の写し、印鑑証明などの証明書の交付や住所変更などの届出はできません。

- ▶ **日時** ● 9月11日(金) 17:30～20:00
● 9月27日(日) 9:00～15:00

問 市民課 住民係 ☎33-1131

社会教育関係団体の追加認定申請を受付けます【生涯学習課】

社会教育や社会体育活動を目的とした団体で、橋本市内に活動の拠点がある団体が対象です。

- ▶ **受付期間** 9月1日(火)～30日(水)
- ▶ **認定期間** 11月1日～令和9年6月30日
- ▶ **申請書配布場所** 生涯学習課、各地区公民館

- 問 ● 文化部門
生涯学習課 地域教育係 ☎33-6112
- スポーツ部門
生涯学習課 スポーツ係 ☎33-3704

手話言語をブルーライトで輝かせよう【福祉課】

毎年9月23日は「手話言語の国際デー」「手話の日」です。各国の手話言語を尊重しあい、世界中のきこえない・きこえにくい人ときこえる人がひとつになるイベントとして、市役所本庁玄関前を「世界平和」を表す色としてブルーにライトアップします。

- ▶ **日時** 9月23日(祝) 日没～20:00頃
- ▶ **場所** 橋本市役所玄関前
問 福祉課 ☎33-3708

コンビニ交付による証明書自動交付サービスの一時停止について【市民課・税務課】

下記期間中、マイナンバーカードを利用した「コンビニ交付」による証明書の自動交付サービスは、システムのメンテナンスなどのため利用できません。ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

- ▶ **サービス停止期間** 9月15日(火) 6:30～23:00
- 問 ● 市民課 住民係 ☎33-1131
● 税務課 市民税係 ☎33-6212

「Hashi-Mo」さんかくポイント・推進ポイントについて【政策企画課】

ボランティアや協働のきっかけとしていただくため、対象事業への参加で、Hashi-Moの付与を行なっています。

- ▶ **さんかくポイント**
市主催事業のボランティアやセミナーなどへ参加
- ▶ **推進ポイント**
市への関心や協働のきっかけとなる対象事業へ参加
- ▶ **対象事業やポイントについて**
詳しくは市ホームページ（右のQRコード）をご確認ください。
問 政策企画課 ☎33-1576



空き地などの適切な管理について【生活環境課・農林振興課】

例年、空き地の不適切な管理によって雑草が生い茂り、多くの相談が市へ寄せられています。空き地の雑草などを放置していると、周辺的美観を損なうだけでなく、害虫の発生源にもなります。



市では「橋本市空き地の適切な管理に関する条例」に基づき、土地所有者に対し適切な管理をお願いしています。また、農業従事者の高齢化や後継者不足により、耕作放棄地や遊休農地が増えています。農地についても空き地と同じように、近隣の皆さんに迷惑をかけないように、適切な管理をお願いします。

- 問 ● 生活環境課 生活衛生係 ☎33-6100
● 農林振興課 農業委員会係 ☎33-6113

光回線の勧誘の電話に注意してください【消費生活センター】

光回線（インターネットなど）の契約についてトラブルが起きています。

- ▶ **事例**
 - 安くなると言われ契約したら、追加オプションを複数つけられており高額になっていた。
 - 「サービスが終了となるため、変更手続きが必要」と言われ、契約中の事業者と思い手続きを行なった。契約書面を確認すると、契約相手は契約中の事業者でなく、別の事業者だった。



- ▶ **トラブルに遭わないために**
 - 契約締結前にサービス内容・事業者名などを確認
 - 急かされてもすぐに契約せず、一度落ち着いて考える
 - 契約意思がない場合は、はっきりと断る
 - 不明点がある場合は、納得するまで聞く
- 問 消費生活センター ☎33-1227

被害者支援無料相談【人権・男女共同推進室】

犯罪や交通事故などの被害者やその家族などを対象に、電話および面接による相談を受付けます。弁護士・臨床心理士・紀の国被害者支援センターの相談員が相談に応じます。秘密は厳守されます。

- ▶ **日時**
10月3日(土) 10:00～16:00（最終受付 15:00）
- ▶ **場所** 教育文化会館
- ▶ **費用** 無料
- 問 公益社団法人紀の国被害者支援センター
☎073-427-1000

就職・働き方に関するアンケート【産業振興課】

市では、市内で求職中の皆さんから就職や働き方に関する考えをお聞きし、今後の就職支援や地域で働く環境づくりに活かしていくため、Webアンケートを実施しています。いただいたご意見は、統計的に処理し、個人が特定されることはありません。皆さんの率直なご意見をお聞かせください。

- ▶ **回答期限** 9月30日(水)まで
- ▶ **回答方法**
回答フォーム（右のQRコード）
- 問 産業振興課 ☎33-1247



橋本・伊都精神障がい者家族のつどい【福祉課】

精神障がいのある人の家族のための集まりです。初回参加時は、事前に連絡してください。

- ▶ **日時** 9月16日(水) 13:30～15:30
※途中の入退室も可
- ▶ **場所** 橋本保健所
- ▶ **参加費** 無料
- 問 橋本保健所 保健課 ☎42-5440

広告

入院相談・病院見学随時受付中

医療法人 弘生会
老寿やすらぎ病院
令和5年4月1日「老寿サナトリウム」より
病院名を変更いたしました

医療療養病床(内科)281床

☎0721(55)0200
大阪府河内長野市
小山田町379-5
http://roujyu.jp

老寿 検索

働く楽しみたいきがいづくり！あなたの笑顔みたくから。

今私にちょうどいい!!
10日はたろき 10日遊び 10日休もう!!

女性会員も活躍中です♪

各事業所様へ 様々なお仕事引き受けます!! シルバーにおまかせ下さい!!

お問合せ先 **公益社団法人 橋本市シルバー人材センター** 電話(0736)33-3133
橋本市市脇一丁目1番24号

厚生労働省委託事業 高齢者活躍人材確保育成事業 **公益社団法人 和歌山県シルバー人材センター連合会**

広告

暮らしにそっと
寄り添う一枚を。

ヒロ画廊
Hiro Art Gallery

絵画・美術品の販売
ご自宅に、贈り物に。

☎ 0736-32-8320
橋本市学文路861
11:00-18:00 / 不定休

社会生活基本調査のお知らせ

総務省統計局（和歌山県）では、9月から10月にかけて社会生活基本調査を実施し、1日の過ごし方や、過去1年間の自由時間の使い方などについて調査します。調査結果は、仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の推進や男女共同参画社会の形成など、各種施策のための基礎資料として活用されます。調査員が対象地区の世帯に伺いますので、調査へのご協力をお願いします。

問 和歌山県調査統計課 ☎073-441-2388

催し

世界遺産高野地域体験学習会

【生涯学習課】

子どもを対象に、秋の高野山で世界遺産の魅力や寺社仏閣の歴史を楽しく学ぶ体験学習会を開催します。

▶日時 10月18日(日) 8:30～17:30

▶行程 壇上伽藍～昼食～奥之院～金剛峯寺

▶参加費 無料

▶定員 先着30人

▶対象 小学校5年生～中学校3年生

▶申込方法 申込みフォーム(右のQRコード)

▶申込期間 9月1日(火)～9月30日(水)

問世界遺産高野地域協議会事務局(生涯学習課内)

☎33-3704



語り部と歩く 第13回 世界遺産高野山町石道ウォーク

【生涯学習課】

世界遺産高野山町石道の自然や文化遺産に触れながら歩くことにより、青少年の健全育成・地域のコミュニティの構築を促進し、地域の観光振興・活性化に寄与することをめざします。

▶日時 11月1日(日) 11:00～(受付 10:30～)

▶行程 J R高野口駅～慈尊院～丹生官省符神社～六本杉～丹生都比売神社(約10km)

▶参加費 4,000円

▶定員 先着20人

▶申込開始日 9月15日(火)

▶申込方法 Eメール(住所、氏名、年齢、性別、連絡先を記入)

▶その他 持ち物など詳しくは実行委員会ホームページ(上のQRコード)をご確認ください。

問世界遺産高野山町石道ウォーク実行委員会(一般社団法人ファインクラブ高野口) ☎43-1001
Eメール info@koyaguchi.net



陸奥宗光伯没後130年プレ・イヤー顕彰企画展

【郷土資料館】

来年(令和9年)は、陸奥宗光伯の薨去から130年という節目の年です。陸奥宗光伯は青年期に伊都地方で臥薪嘗胆の日々を送り、後にその辣腕が「カミソリ外務大臣」と称されました。幕末期に結ばれた不平等条約を改正し、日清戦争後の三国干渉では陸奥外交とも呼ばれる交渉術を見せ、国難を救い日本を平和に導きました。

節目の前年となる今年、陸奥宗光伯の命日8月24日を含む下記の期間に顕彰企画展を開催します。

▶展示期間 9月30日(水)まで

▶展示場所 郷土資料館

▶入館料 無料

▶共催 伊都・高野山ユネスコ協会

問郷土資料館 ☎25-5150

橋本市民総合スポーツ大会

【生涯学習課】

第21回橋本市民総合スポーツ大会を開催します。詳しい内容は市ホームページ(右のQRコード)をご確認ください。

▶開催日 10月18日(日)

※開催種目により違いあり

▶開催種目(会場は、市内など各所)
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・空手道・ソフトバレーボール・ラージボール卓球・武術太極拳・総合型地域スポーツクラブ・パークゴルフ・少年軟式野球・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・シニアサッカー

問橋本市スポーツ協会事務局(生涯学習課内) ☎33-3704



それいけ! わんパーク

広い体育館の中でたくさんの遊具を使って自由に遊ぶことができます。ぜひ遊びに来てください。

▶日時 9月14日(月) 10:00～11:30

▶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

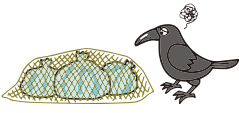
一家族につき100円(傷害保険代)

問福祉課 社会福祉係 ☎33-3708

カラスなどに荒らされないための対策

カラスなどの鳥獣によりごみが荒らされる相談が増加しています。ごみネットを準備しているごみ置き場でも、被せているだけではネットをめくり、ごみを引き出してしまいます。カラスなどは賢く、生ごみが入っていると餌場として認識してしまい、対策を取らない限り荒らされ続けます。ごみネットをごみ袋の下に巻き込むか、重石(角が尖っていないもの)などで押さえつけ、めくれないように、対策をとりましょう。

問生活環境課 環境企画係 ☎33-3702



地域をむすぶ葛城修験 ～桑原正明水彩画で巡る歴史と文化～

【生涯学習課】

日本遺産「葛城修験」について広く知っていただくため、紀の川流域の4市町で公開講座を開催します。

▶日時 12月5日(土) 13:30～15:00

▶場所 かつらぎ総合文化会館(かつらぎ町丁ノ町2454番地)

▶参加費 無料

▶講師 桑原正明氏、宮本佳典氏、的場八重子氏

▶定員 150人(申込み多数の場合は抽選)

▶申込方法

●郵送: 往復はがきに氏名、連絡先、同行者(最大3人)を記載

●申込みフォーム(右のQRコード)

▶申込期間 9月1日(火)～10月30日(金)

▶郵送先 〒649-6492 紀の川市西大井338 紀の川市教育委員会 生涯学習課

問生涯学習課 ☎33-3704



第3回橋本市小・中学生リレーマラソン

【生涯学習課】

市内小・中学生を対象としたリレーマラソン大会を開催します。走るのが得意な子も苦手意識がある子も、友達をお誘いあわせの上、ぜひ気軽にご参加ください。詳しくは市ホームページ(右のQRコード)をご確認ください。

▶開催日 10月12日(祝)

▶場所 サカイキャニングスポーツパーク(橋本市運動公園)

問橋本市スポーツ協会事務局(生涯学習課内)

☎33-3704



猫の譲渡会

【生活環境課】

飼い主を探す目的で、猫の譲渡会を開催します。

▶日時 9月26日(土) 13:30～15:30

▶場所 垣花集会所

問生活環境課 生活衛生係 ☎33-6100

広報はしもとの有料広告を募集しています

▶掲載料

1スペース(縦52mm×横57mm)あたり22,000円(税込み)

▶申込期限 掲載希望月の2カ月前の25日

▶割引 連続月(号)や3スペース以上申込み場合、割引があります。

●3～5スペース以上申込みの場合 2割引

●6スペース以上申込みの場合 3割引

※申込方法や広告掲載取扱基準など、詳しくは市ホームページ(右のQRコード)をご覧ください。

問秘書広報課 ☎33-2676

事業者

橋本市の未来を応援! 企業版ふるさと納税

【政策企画課】

市では、地方創生や地域の課題解決に向けた取組みを応援してくださる企業の皆さんから、「企業版ふるさと納税」によるご寄附を募集しています。橋本市の未来をともにつくるパートナーとして、市外に本社がある企業の皆さんは、ぜひ本制度をご活用ください。

▶企業版ふるさと納税とは

国が認定した自治体の地方創生事業に対して企業が寄附を行なった場合、法人関係税から寄附額の最大9割が税額控除となる制度です。詳しくは市ホームページ(右のQRコード)をご確認ください。

▶対象企業

橋本市外に本社(主たる事務所)を置く企業

▶寄附額

1回あたり10万円以上(物品による寄附也可)

▶注意事項

寄附に対して、市から企業へ経済的な利益の供与(返礼品など)を行うことは禁止されています。

問政策企画課 ☎33-1576



事業承継のご相談をお受けします

【産業振興課】

和歌山県事業承継・引継ぎ支援センターは、国が設置する公的な相談窓口です。事業のスムーズな承継を支援します。「後継者がいない」「誰かに引き継いでほしい」「従業員に会社を任せたい」「新分野に進出したい」「子どもが後を継ぐ場合の手続きは」などのご相談があればお気軽にお問合せください。詳しくは県事業承継・引継ぎ支援センターホームページ(右のQRコード)をご確認ください。

▶開催日時 毎月第2火曜日

▶費用 無料

問和歌山県事業承継・引継ぎ支援センター ☎073-499-5221



1スペース(実寸大)

毎月25,000部以上を発行し、区・自治会を通じた市内各戸への配布、公共施設などへの設置を行なっています。



講座

くずし字入門講座（大人向け）

【生涯学習課】

古文書など昔の人が書いた文字は、筆でくずして書かれているため、現代ではなかなか読むことが難しくなっています。本講座では前編・後編の2回に分けて、くずし字の解読の仕方を解説します。

▶日時 9月20日(日)・27日(日) 14:00～15:00

▶場所 郷土資料館

▶参加費 無料

▶定員 先着10人

▶申込期間 9月1日(火)～19日(出)

▶申込方法 申込みフォーム（右のQRコード）

☎郷土資料館 ☎25-5150



橋本市手話教室（初級・中級）

【福祉課】

▶日程 初級：9月8日(火)、中級：9月15日(火)

▶時間 18:30～20:30

▶場所 保健福祉センター

▶対象 市内在住・在勤で以下にあてはまる高校生以上の人

初級：はじめて手話を学ぶ人

中級：手話で簡単な会話ができる人

▶定員 各回先着25人

▶費用 無料

▶申込方法 電話、ファクス、申込みフォーム（上のQRコード）

▶申込締切 各開催日の前日まで

☎福祉課 ☎33-3708 ファクス32-2515



ヘスティア主催講座

【家庭教育支援室】

▶親子で作ろう！ハロウィンリース

●日時 9月26日(出) ①10:00～11:30
②13:30～15:00

●場所 保健福祉センター

●定員 ①②親子8組ずつ
（申込み多数の場合はキャンセル待ち）

●参加費 150円

●申込方法 電話、申込みフォーム（右のQRコード）



▶子育て講座「MY TREE 子育てプログラム」

●日程 10月7日(水)・21日(水)、11月4日(水)・18日(水)、12月2日(水)・9日(水)・23日(水)

●時間 10:00～12:00

●場所 保健福祉センター

●講師 中川和子氏、藤井裕子氏

●定員 15人（申込み多数の場合は抽選）

●参加費 無料

●申込方法 電話、申込みフォーム（右のQRコード）



●申込締切 9月24日(木)

☎家庭教育支援室 ☎33-2129

らくらくウォーキング講座

【保険年金課】

専門の講師の指導の下、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 10月2日(金)・9日(金)・20日(火)

▶時間 13:30～15:30

▶場所 保健福祉センター

▶定員 20人（申込み多数の場合は抽選）

▶参加費 無料

▶対象 昨年度ウォーキング講座未受講で、上記日程において、2日以上受講できる人

▶申込期間 9月1日(火)～15日(火)

☎保険年金課 国民健康保険係 ☎33-1271

人権研修会

【人権・男女共同推進室】

不登校支援や夜間中学・識字学級などの事例から、人権の中でもとりわけ大切な学習権について一緒に考えてみましょう。

▶日時 9月26日(出) 13:30～15:00

▶場所 教育文化会館

▶テーマ 国籍や年齢を問わず誰もがもっている学習権や子どもの権利について考えよう！

▶講師 江口怜氏（大学講師）

▶定員 先着80人

▶費用 無料

▶申込方法 電話、申込みフォーム（右のQRコード）

☎人権・男女共同推進室 ☎33-1229



健康

がん患者医療用補正具購入費を助成します

【いきいき健康課】

がん治療に伴う心理的・経済的負担を軽減し、治療と社会生活の両立を支援するため、医療用ウィッグや人工乳房などの購入費の一部を助成します。

▶対象 次のすべてに該当する人

●申請日および購入日に市内に住所を有する人

●がんと診断され、がん治療を受けた、または現に治療を受けている人

●がん治療による脱毛や乳房切除に伴い補整具が必要な人

●申請を行う補整具について、他の同様の法令などに基づく助成を受けていない人

●市税の滞納をしていない人

▶助成内容

●医療用フルウィッグ

●乳房補正具

※詳しくは市ホームページ（右のQRコード）をご確認ください。

☎いきいき健康課 保健予防係 ☎33-6111



税

納期限のお知らせ

【税務課】

▶9月30日(水)

国民健康保険税……………3期

後期高齢者医療保険料……………3期

介護保険料……………3期

☎税務課 収納係 ☎33-6109

QRコードを使った市税納付サービスなどの停止について

【税務課】

システム更改に伴い、下記の期間中スマホ決済アプリや地方税お支払いサイトなどによるQRコードを使った市税の納付手続きやeLTAXを利用した市税の電子申告などが行えません。ご不便をおかけしますが、コンビニなどで納付をお願いします。

▶期間 9月19日(出) 0:00～24日(木) 8:30

☎税務課 収納係 ☎33-6109

納税は便利・安心・確実な口座振替で

【税務課】

▶手続方法

申請用紙に必要な事項を記入し、金融機関窓口提出するか、市ホームページ（右のQRコード）から申込み。



▶口座振替のメリット

●便利 納付のために何度も金融機関などに出向く必要がありません。

●安心 現金を持ち運ぶ必要がありません。

●確実 納付忘れの心配がありません。

▶取扱金融機関

紀陽銀行、南都銀行、関西みらい銀行、三菱UFJ銀行、和歌山県農業協同組合、きのくに信用金庫、近畿労働金庫、ゆうちょ銀行（郵便局）

☎税務課 収納係 ☎33-6109

令和8年度「東京橋本会」総会・親睦会のお知らせ

東京およびその近郊に在住する橋本市出身者や橋本市に縁故のある人と、東京橋本会を設立しています。郷土橋本市をアピールするとともに会員同士の親睦を深め、情報交換を行うために東京都内で総会・親睦会を開催しています。新規会員も常時募集していますので、事務局までご紹介ください。大学生の入会も歓迎です。

▶日時 10月31日(出) 11:00～14:00

▶場所 ルポール麹町（東京都千代田区平河町2丁目4番3号）

☎東京橋本会事務局（企業誘致室内） ☎33-1211



▲昨年の総会・親睦会の様子

市民と市長の輝けはしもとトーク

市民と行政の協働で元気なまちづくりをより一層進めるため、市長と意見を交わしませんか。申込方法など詳しくは市ホームページ（右のQRコード）を確認していただくか、お問合せください。



▶対象 市内に在住や在勤、在学する人で構成する団体

▶人数 5～10人程度

▶内容 市政や地域のまちづくりの推進に関するもので、参加団体の普段の取組みに沿ったもの。

☎秘書広報課 秘書係 ☎33-1141

遺言に関する説明会の開催

自分で書いた遺言書を法務局に預けることで、トラブルを防ぐことができる制度について法務局職員が説明します。

▶日時 9月15日(火) 14:00～15:30

▶場所 和歌山地方法務局橋本支局

▶定員 先着20人（完全予約制）

▶参加費 無料

▶申込期限 9月14日(月)

☎和歌山地方法務局 ☎32-0206

市民相談 Citizen consultation

相 談 名	相 談 日	時 間	場 所 ・ 相 談 番 号	事 前 予 約	問 合 せ
行政相談会 国の行政機関などに関する 苦情・要望について対応	9/29(火)	13:30～16:00	保健福祉センター3階 栄養指導室（洋室）	当日15:30までに相談 場所へ（先着順）	市民課
年金出張相談（予約制） 厚生年金や国民年金の相談 や手続き	10/8(木) 10/22(木)	10:00～15:00	教育文化会館3階 第3研修室	右記へ電話予約 9/10(木)受付開始	和歌山東年金事務所 ☎073-474-1841
こころの相談（予約制） こころの健康についてお悩 みの人や周囲の人	9/4(金) 9/24(木)	午後	橋本保健所	右記へ電話予約	橋本保健所保健課 ☎42-5440
ひきこもりの相談（予約制） ひきこもりの当事者やその家 族（専門の相談員が対応）	月・火・ 木～土曜日 ※祝日を除く	10:00～18:00 ※受付は17:00まで	橋本市役所 河南別館2階	右記へ電話予約	とらいあんぐるカ ンパニオ ☎32-1705
認知症電話相談 認知症やその介護について の電話相談	月～金曜日	13:00～17:00	☎0120-555-294	——	地域包括支援セン ター ☎32-1957
心配ごと相談所 生活での心配ごと全般	①9/4(金) ②9/7(月)	13:00～16:00	①高野口地区公民館 ②保健福祉センター 2階会議室4	——	社会福祉協議会 ☎33-0294
NPO相談会（予約制） NPO法人の設立・運営管 理・各種手続きなど	9/9(水) 9/24(木)	10:00～16:00	市民活動サポートセ ンター	右記へ電話予約	市民活動サポート センター ☎33-0088
法律相談会（予約制） 弁護士が対応します （各日先着9人）	①9/10(木) ②9/16(水)	13:00～16:45	①高野口地区公民館 ②橋本市役所 相談室	直通番号へ電話予約 ☎39-7200 9/3(木)9:00受付開始	消費生活センター
消費生活相談会 悪質商法の被害、消費者の 契約・取引トラブルなど	①9/1(火) ②9/15(火) ③9/24(木)	13:00～16:00	①かつらぎ町役場 ②橋本市消費生活センター ③九度山町役場	——	消費生活センター
多重債務等無料相談会 司法書士による相談	9/12(土)	13:00～16:00	橋本商工会館5階	右記へ電話予約 ※予約者優先	司法書士総合相談 センター ☎073-422-4272
人権相談（※） いじめ、差別、虐待、家族 や近隣間の悩みごとなど	9/18(金)	13:30～16:00	東部コミュニティセ ンター	当日15:00までに相談 場所へ（予約可）	人権・男女共同推 進室 ☎33-1229
女性電話相談 女性が抱える心配ごと全般	月～金曜日 ※祝日を除く	9:00～13:00 ※1回30分程度	☎33-8525	——	人権・男女共同推 進室
女性相談支援 女性のさまざまな悩みの相 談や支援	火・金曜日 ※祝日を除く	14:00～17:00 ※受付は16:30まで ※Eメールは随時受付	☎33-1687 Eメール hashi.jo2026@ gmail.com	面談・同行支援は右記へ電 話予約（火・金曜日のみ）	G E はしもとサピ ュイエ ☎33-1687
その他の相談（詳しくはお問合せください）					
子育て相談（妊娠期から18歳までの子どもに関する悩みなど）				☎子育て応援課	☎33-0039
教育相談（子どもの不登校、いじめ、生活上で気になる点など）				☎教育支援センター	☎32-1512
家庭児童相談（子育ての悩み、児童虐待や不登校など）				☎家庭児童相談室	☎33-2111
消費生活相談（悪質商法や多重債務に関する悩みなど）				☎消費生活センター	☎33-1227
耐震相談（耐震診断や耐震改修など）・空き家相談				☎建築住宅課	☎33-1115

※ 人権相談は、和歌山地方法務局橋本支局（☎32-0206）でも随時実施しています。

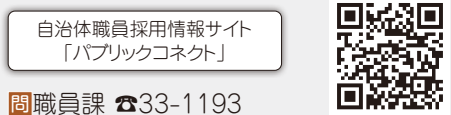
介護サービス相談

地域包括支援センター …… ☎0120-555-294 紀和病院在宅介護支援センター … ☎33-5000
ひかり苑在宅介護支援センター …… ☎37-3000 在宅介護支援センターさくら苑 …… ☎44-1189

災害情報の入手方法 ☎危機管理室 ☎33-6105



職員採用情報を随時配信中



環 境

10月1日は「浄化槽の日」です

【下水道課】

浄化槽は微生物の働きで汚れた水をきれいにします。微生物が活動しやすい環境を保つためには、適正な維持管理が必要です。浄化槽が正常に機能しないと、河川の汚染や悪臭の原因となります。下記の「3つの義務」を守り、浄化槽の適正な管理に努めてください。

▶浄化槽法で定められている3つの義務

1. 浄化槽の保守点検
浄化槽本体の機器の調整や薬剤の補充などを行います。県知事登録の専門業者に委託してください。
2. 浄化槽の清掃
浄化槽内の汚れを取り除き、装置の洗浄などを行う作業をいい、浄化槽の機能を正常に保つため、年1回以上必要です。市の許可を受けた浄化槽清掃業者に委託してください。
3. 浄化槽の法定検査
毎年1回の水質検査が必要です。和歌山県水質保全センターで法定検査を受けてください。

☎下水道課 計画係 ☎33-3160

浄化槽管理講習会

【下水道課】

浄化槽に関する手続きや維持管理（保守点検・清掃・法定検査）などについての講習会を開催します。

▶日程 9月17日(木)、令和9年1月21日(木)

▶時間 19:00～20:00

▶場所 保健福祉センター

▶対象

- 新たに浄化槽の設置を予定している人または浄化槽を既に設置している人。
- 浄化槽設置整備事業補助金を申請予定の人。

※当日は本人確認ができる書類をお持ちください。

☎下水道課 計画係 ☎33-3160

9月10日は「下水道の日」です

【下水道課】

下水道の役割や使い方について考えてみましょう。

▶下水道の役割

家庭から出る汚れた水は、かつらぎ町にある「伊都浄化センター」に集められ、きれいな水にして川へ流すので、川や海の水がきれいに保たれます。また、汚れた水が側溝や水路に流れなくなるので、蚊やハエの発生を抑制し、伝染病の予防にもなります。

▶みんなの下水道を大切に

下水道に流せるのは、し尿と生活排水だけです。次のようなものは流さないでください。

- トイレットペーパー以外の紙類、布類
- 天ぷら油などの廃油、残飯、野菜くず
- ガソリン、シンナーなどの有害物質

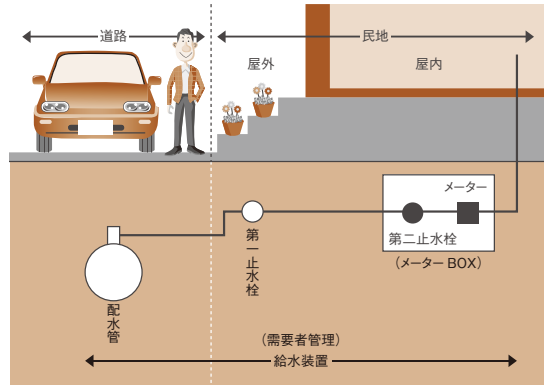
☎下水道課 計画係 ☎33-3160

給水装置の管理区分について

【水道施設課】

道路下の配水管から蛇口までは需要者（水道の利用者や所有者など）に管理責任があります。

修繕は、橋本市指定給水装置工事事業者に依頼してください。ただし、配水管から水道メーター（なお、集合住宅などの場合は第一止水栓）までの漏水は下記まで連絡してください。



※近年施工の給水装置にはすべて第二止水栓が設置されています。

☎水道施設課 ☎33-2861

※夜間・休日の場合は、浄水場（☎33-0260）

住宅用火災警報器は10年を目安に交換しましょう

住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の劣化や電池切れなどで火災を感知しなくなる恐れがあり、とても危険です。定期的に点検を行い、おおむね10年を目安に機器の交換をお願いします。

▶設置時期を確認しましょう

設置時期を調べるには、設置した時に記入した「設置年月日」または機器本体に記載されている「製造年」を確認してください。

※設置時期がわからない場合は、こまめに点検を行なってください。

▶作動確認を行いましょう

機器本体にある「ひもを引く」または「ボタンを押す」などを行い、正常を知らせる警告音やメッセージが鳴るか確認してください。

☎橋本市消防本部 ☎33-0119

伊都消防組合消防本部 ☎22-0119





問合せ
▶こども課 ☎33-6102
▶学校給食センター ☎39-2338



日 期 日 時 時間 場 場所・会場 対 対象・資格
定 定員 費 費用 申 申込先 期 申込期間 持 持ち物
他 その他事項 問 問合せ

おうちでつくろう！ 給食レシピ vol.6

学校給食の
人気メニューを
ご紹介！

今月は…

ほねくの 米粉カレー揚げ



材料（4人分）■

ほねく …………… 4枚
揚げ油 …………… 適量
【A】
米粉 …………… 大さじ2
カレー粉 …………… 小さじ1
水 …………… 大さじ2と1/2



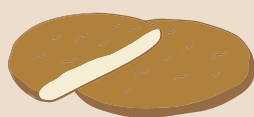
「ほねく」は、太刀魚を骨ごとすりつぶして作られているため、カルシウムが豊富に含まれています。カレー味にすることで、魚が苦手な子どもでも食べやすくなっています。

作り方 ■

- ①【A】を混ぜ合わせ、衣を作る。
- ②ほねくに衣をつけて、こんがりするまで揚げる。

「ほねく」ってな～に？

有田市周辺は太刀魚がたくさん水揚げされます。それを石臼を回して骨ごとすりつぶし、揚げたものを「骨くり天ぷら」といい、昔から「ほねく」と呼ばれ親しまれています。



県外から移住してきたため心細かったのですが、子育て支援センターで温かくサポートしてもらい、友人にも恵まれました。週末は家族みんなで、パパがリサーチした公園や水族館などへおでかけしています。

子どもたちには健康第一で、やりたいことにどんどん挑戦してほしいと願っています。



子育て支援センター

ポトフのおなべ（あやの台チルドレンセンター内）☎34-7870
開設日時 平日10:00～15:00

こののほっとルーム（神野々ふれあい会館内）☎32-9345
開設日時 平日10:00～12:00、12:30～15:30
※9月17日(休)・29日(火)午後は休み

キオラクラブ（高野口こども園内）…… ☎43-1302
開設日時 平日10:00～15:00

さくらんぼルーム（すみだこども園内）☎33-1121
開設日時 平日9:00～14:00

ひまわりルーム（応其こども園内）… ☎44-3322
開設日時 平日9:00～14:00

カナカナクラブ（橋本こども園内）… ☎33-7070
開設日時 平日9:45～14:45

ハッピールーム（学文路さつきこども園内）☎26-8669
開設日時 平日9:00～14:00

たまごくらぶ（香久の実保育園前スタジオ）☎43-1015
開設日時 平日9:00～14:00

めだかのおへや（紀見こども園内）… ☎20-4249
開設日時 平日9:30～14:30

子ども館・児童館

子ども館・児童館は、0～18歳の子どもとその保護者が利用できます。また、親子を対象とした各種教室やイベントを行なっています。親子の憩いや集いの場として、お気軽にご利用ください。

きしかみ子ども館（岸上203）…… ☎32-5094

はらた子ども館（原田239）…… ☎33-0330

友愛児童館（高野口町伏原1068-2）… ☎42-5004

名古屋児童館（高野口町名古屋1190）☎42-5560
開館日時 火曜日～土曜日 9:00～17:00

子育て ママ・パパに インタビュー vol.170

住所

高野口町大野

ママ・パパ

北野 咲希子 さん

奨 さん

お子さん

純也 くん・寛也 くん

9月で純也は4歳2カ月、寛也は2歳5カ月になります。

純也は家ではとてもにぎやかですが、こども園では真面目な一面を発揮しているようです。手先が器用で、ブロックでいろいろなものを作って見せてくれることも。最近私たちが体調を崩したら頭をなでて心配してくれたり、相手を思いやる行動ができるようになってきました。

寛也は天真爛漫で思い切りがいい性格です。おしゃべりが上手になってきて、出てくる言葉に驚かされることもしょっちゅうあります。お兄ちゃんのやることを何でも真似したが、よくケンカもしています。が、気づくと一緒に遊んでいる、仲の良い兄弟です。

県外から移住してきたため心細かったのですが、子育て支援センターで温かくサポートしてもらい、友人にも恵まれました。週末は家族みんなで、パパがリサーチした公園や水族館などへおでかけしています。

歌って心も体も元気に！楽しく歌ってストレス発散 ピアノ演奏で懐かしい歌謡曲を歌おう！

日 9/16(水) 時 13:30～14:30 場 教育文化会館 対 懐メロの好きな人 費 600円（運営協力費） 問 楽リズム 石橋 ☎080-9128-2578

手を動かし、心が安らぐ場所に参加しませんか！

①折り紙 ②中国水墨画体験教室

日 9/15(火) 時 ①9:00～10:15 ②10:30～12:00 場 高野口地区公民館 対 大人 定 各回先着6人 費 各回1,000円 期 開催3日前まで 申 問 ファインクラブ高野口 ☎43-1001

壊れたおもちゃ、原則無料で治します

はしもおもちゃ病院

日 9/13(日)・27(日) 時 9:00～12:00 場 教育文化会館 費 無料（部品代200～300円かかる場合があります） 他 当日に治らない場合、次の診療日にお返しします。 問 はしもおもちゃ病院 丹生 ☎090-1223-5678

笑いは心の健康。椅子ヨガで健康寿命をのばそう！

笑いヨガ&椅子ヨガ体験教室！

日 9/11(金)・25(金) 時 13:30～14:30 場 高野口地区公民館 対 大人 定 各回先着6人 費 各回1,000円（運営協力費） 期 開催3日前まで 申 問 橋本市総合型地域スポーツクラブ協会 ☎25-8686

ワッカの森でのんびり遊ぼう

①水彩絵あそび ②森の音楽会

日 ①9/2(水) ②9/16(水) 時 10:00～14:00 場 杉尾地内 対 親子・大人 定 各回先着10組 費 大人700円・小人300円・未就学児無料（昼食代含む） 申 問 たねつちごはんワッカの森 樹田 ☎080-5318-5571

みついいこども園ってどんなところ？

園内探索をしよう ～Let's go～

日 ①9/2(水) ②9/3(木)・4(金) 時 10:00～11:30（給食試食会は12:00まで） 対 ①R7年度以降生まれ ②R3～6年度生まれ 定 各日先着5組 費 無料（給食試食会希望の場合、1食350円） 期 実施日前日まで 場 申 問 みついいこども園 ☎37-2236

本格的な秋に向けて体力作りをしましょう！

パークゴルフ教室

日 9/20(日) 時 9:00～12:00 場 垣花パークゴルフ場 定 先着30人 費 無料 持 飲み物など 申 問 橋本市パークゴルフ協会 藤原 ☎090-8884-6444

聞こえの悩みや心配ごと、私達と話してみませんか？

橋本市中途失聴・難聴者協会月例会

日 9/12(土) 時 13:00～15:00 場 保健福祉センター 対 聞こえの悩みや心配ごとのある人 費 無料 問 橋本市中途失聴・難聴者協会 松山 ファクス33-1387

絵画・書・工芸・音楽などオープンマインドを合言葉に HASHIMOTOたのしいアート展

日 9/18(金)・19(土)・20(日) 時 9:00～17:00（20日は15:00まで） 場 教育文化会館 対 どなたでも 費 無料（一部体験ブースで材料費有） 問 HASHIMOTOたのしいアートの会事務局 ☎090-8384-7051



文字でおしゃべりしませんか。どなた様も大歓迎！

はしもと筆談会

日 9/6(日)・19(土) 時 13:00～15:00 場 教育文化会館 対 難聴者、健聴者 費 無料 問 はしもと筆談会 多田 ☎080-5337-0242

三石保育園の園開放「ブロッサム」

①おもちゃで遊ぼう ②園庭開放

日 ①9/2(水)・9(水)・16(水)・30(水) ②9/4(金)・11(金)・18(金)・25(金) 時 ①10:00～11:00 ②11:00～12:00 対 未就園の親子 費 無料 場 申 問 三石保育園 ☎36-2220



①②どんぐりCafe ③くるみっこ

親子で楽しむ♡輝きの森学園

日 ①9/9(水) ②9/16(水) ③9/8(火)・29(火) 時 ①②10:00～11:30 ③9:30～11:30 対 ①R7年度生まれ ②R6年度生まれ ③R5年度生まれ 定 ①②先着8組 ③先着5組 費 ①②無料 ③500円（親子ランチ代含む） 期 ①②前日15時まで ③1週間前の10時～前日15時 場 申 問 輝きの森学園 ☎36-5055

※11月号への掲載依頼の締め切りは9月25日(金)です。

イベント情報を 掲載しませんか？

問 秘書広報課 ☎33-2676



▶申込方法

- 橋本市公式LINE（右のQRコード）
- タウン情報掲載依頼書（市ホームページより入手可能）を秘書広報課へ持参



休日診療 医療機関の紹介

橋本・伊都地域消防指令センター
☎34-0119
橋本市消防本部 ☎33-0119
伊都消防組合消防本部 ☎22-0119
高野町消防本部 ☎56-0119

休日の診療所

伊都地方休日急患診療所 ☎33-1903
▶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
※事前に電話連絡してください。また、
受診の際はマイナ保険証をお持ちく
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～翌9:00
▶土・日曜、祝日 9:00～翌9:00

保健福祉センター案内図



予防接種

ロタウイルス

生後6週から24週未満に2回、または生後6週から32週未満に
3回、27日以上の間隔をあけて接種してください(使用ワクチンに
よって対象期間・回数が異なります)。

☎子育て応援課

にこにこ歯みがき教室

※1歳～は1組30分程度の個別相談

日 時	対 象	定 員	場 所
9月15日(火) 9:30～11:30	1歳～	6組 (要予約)	保健福祉 センター
9月17日(木) 10:00～11:30	歯の生えた頃～12カ月	8組 (要予約)	

☎子育て応援課

離乳食教室

※1組30分程度の個別相談

日 時	対 象	定 員	場 所
9月29日(火) 9:30～12:00	生後9カ月～1歳半ごろ	6組 (要予約)	保健福祉 センター

☎子育て応援課

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69歳までの体重が50kg以上の人を対象です。

実 施 日	時 間	場 所
9月6日(日)	10:00～12:00	スーパーセンターオークワ橋本店
	13:00～16:00	
9月9日(水)	10:00～12:00	保健福祉センター
	13:00～16:00	
9月11日(金)	9:30～11:30	株式会社紀泉物流

☎いきいき健康課

骨髄移植ドナー登録の助成金を交付しています

9月19日(第3土曜日)は「世界骨髄バンクドナーデー」です。白血病などの血液
疾患の治療には、骨髄移植などが有効といわれています。骨髄移植には、提供者(ド
ナー)の存在が不可欠です。市では、骨髄などを提供した人に対し、骨髄移植ドナー支
援助成金を交付します。ひとりでも多くの命を救うため、ドナー登録にご協力ください。

- 対象 骨髄などの提供時に市内に住所を有し、骨
髄バンク事業において骨髄などの提供を完了
してから1年以内の人
- 助成額 骨髄などの提供に関する通院などについ
て、1日あたり2万円。ただし、1回の
提供につき限度額14万円。

- 申請方法 交付申請書など、詳しくは市ホームページ(下の
QRコード)を確認していただ
く、下記までお問合せください。
- 申込み・問合せ いきいき健康課 保健予防係



新しく入った本

使い切り
高たんぱく献立1か月

著／武蔵裕子
主婦と生活社

世界の美しい水辺の街

編著／パイ イン
ターナショナル
パイ インターナショナル

しんぱいこうさぎと
もりのともだち

作／ブリッタ・
テッケントラップ
訳／三原泉
B L 出版

ゆめみるねこ

著／たけいなぎ
光文社

こどもの本

今月の催し

催 し	日 程	時 間	場 所
English News (新聞)	9 / 6 (日)・20 (日)	9:30～11:45	教育文化 会館
English Camp (英文小説)	9 / 8 (火)		
English Lounge (現代ビジネス英語)	9 / 13 (日)・27 (日)		
English Café(米国短編選集) (自由討論)	9 / 1 (火) 9 / 15 (火)		
よみきかせ会	9 / 5 (土)・12 (土)・ 19 (土)・26 (土)	10:30～ 11:00～	仁昌堂 図書館
みんなのストーリーテリング	9 / 20 (日)	10:30～11:00	

今月のピックアップ 金剛三市の図書館で相互利用ができます！

橋本市在住の人は河内長野市、五條市の図書館で本が借りられます。利用したい図書館へ本人確認書類をお持ちの上、利用者カードの登録手続きをしてください。なお、本の返却は、必ず借りた市の図書館へお願いします。詳しくは利用したい図書館へお問合せください。

●利用できる図書館

- 河内長野市立図書館 Supported by TONE (河内長野市昭栄町7番1号) ☎0721-52-6933
- 五條市立図書館(五條市本町1丁目1番5号) ☎0747-22-4133

移動図書館ブッキー

日 程	時 間	場 所
9 / 1 (火)	9:20～9:50	学文路さつきこども園
	10:25～11:35	紀見小学校
	13:30～14:00	香久の実保育園
9 / 3 (木)	9:30～10:00	山田さつきこども園
	10:20～11:35	西部小学校
9 / 4 (金)	9:30～10:00	恋野地区公民館
	10:25～11:35	清水小学校
	13:30～14:45	橋本小学校
9 / 9 (水)	10:15～11:30	あやの台チルドレンセンター
	13:30～14:00	高野口地区公民館
9 / 10 (木)	9:30～10:30	すみだこども園
	10:50～11:20	悠久の郷
	13:40～14:55	隅田小学校
9 / 11 (金)	9:20～9:50	橋本さつき保育園
	10:15～11:30	城山小学校
	13:35～14:05	たまご絵本館
9 / 15 (火)	10:00～10:40	柱本小学校
	13:30～14:00	ごもうのいえ
9 / 17 (木)	9:30～10:20	応其こども園
	10:40～11:10	つくしんぼ園
	13:20～14:35	境原小学校
9 / 18 (金)	9:30～10:00	サカイキャニング産業文化会館
	10:20～11:35	応其小学校
	13:30～14:00	紀見北地区公民館
9 / 24 (木)	9:25～10:40	学文路小学校
	11:00～11:30	山田地区公民館
	13:20～14:35	あやの台小学校
9 / 25 (金)	9:30～10:45	三石小学校
	11:05～11:35	リハビリ橋本
	13:20～14:30	恋野小学校
9 / 29 (火)	9:25～10:40	高野口小学校
	11:00～11:30	高野口こども園
	13:30～14:00	紀見地区公民館