

広報

INAMI いなみ

2011・2 No.187



平成23年消防団訓練初め式

成人式が開催されました
華やかな雰囲気の中、20歳の門出を祝いました

ネットでスマート！確定申告
インターネットでも確定申告ができます

乳がんの自己触診
検診と並んでとても大切なことです

Contents

成人式開催	2~3
子ども医療制度について	4
確定申告について	5
地デジ印南中継局について	6
合併処理浄化槽補助金交付制度	7
まちのできごと	8~9
表彰・感謝状など	10~11
健康ひろば	12~13
お知らせ	14
あの歌この歌・ぶらす一品	15
町長メッセージ	16

印南町成人式



一月九日(日)、印南町体育センターで印南町成人式が盛大に執り行われ、八十七名が出席しました。

会場では、式典前から多くの新成人が集まり、旧友との再会に歓喜の声を上げる様子や、写真を撮り合う様子が多く見られました。

式典では国歌斉唱に続き、玄素町長から新成人に対し、激励の言葉が贈られました。これを受けて新成人を代表して西田佑介さんと塩路芽以さんが、これまで支えてくれた方々への感謝の気持ちを込めて、誓いの言葉を述べ、大人としての自覚を新たにしました。



新成人誓いの言葉

西田 佑介さん

新成人を代表し、決意と感

▲新成人誓いの言葉を発表する西田佑介さん

謝の気持ちを述べさせていた
できます。

今日こうして、成人式を迎えられたことを、とても嬉しく思っています。成人になり、一人の大人として、これから自分の考えを持って、それに責任を持てる大人になろうと思えます。そして、人に迷惑をかけず頼られる大人になろうと思えます。

今日までの二十年間、数えきれないほどの嬉しいことや楽しいこと、苦しいことがありました。しかしこうして健康に育ってこられたのは、毎日、支えてくれた家族のおかげです。その感謝の気持ちを忘れずに、これからは家族を支えていくような大人になりたいと思います。そして、同じ時間を過ごしてきた友達、地域の方々がいちからこそ、今の自分たちがいるのだと思います。この感謝の気持ちを忘れることなく、これからは一人の大人としての自覚を持っていきたいと思います。

最後に、今日から、今まで以上がんばることを誓います。ありがとうございました。





▲新成人誓いの言葉を発表する塩路芽以さん

新成人誓いの言葉

塩路 芽以さん

新成人を代表し、決意と感謝の気持ち
持ちを述べさせていただきます。

友人たちとお互いの成長した姿を認め合い、これからも切磋琢磨していく将来への期待と、恩師の先生方の私たちを見守る変わらない表情を見た安心感で、胸がいつぱいです。

現在、私は、大学に通うため、一人暮らしをしています。

一人暮らしを始める前は、簡単だろう、と思っていた家事も大変で、毎日帰るとできていたあったかいごはん、たたまれていた洗濯物のありがたさは身にしみました。アルバイトでも、働いてお金を稼ぐことの難しさを感じました。

成人した今、より一層自分の生活を見直し、社会の一員としての自覚を持たなくてはいけないと思っています。

いつもそばで支えてくれた両親・家族、ともに悩み、喜んだ友人たち、

教え、導いて下さった先生方から沢山のことを学びました。その学んだことをこれからの人生に活かしていきたいと思っています。そして、今までのように支えてもらっただけではなく、私たちが、地域の人々とともに、これから成人を迎える子どもたちを温かく見守り支える立場になつたということを自覚して生活していきたいと思っています。

本日、私たちが成人としての第一歩を踏み出すにあたり、このような素晴らしい式典を開催していただき、誠にありがとうございます。

最後になりましたが、今日まで大切に育ててくれた、お父さん、お母さん。無事成人することができました。本当にありがとうございます。



▲成人式を迎えるにあたって、お世話になった人へ「感謝の手紙」を贈りました



成人おめでとうございます!

新年の仕事始めにあたり玄素町長が職員に訓辞

印南町では、仕事納め式及び仕事始め式を住民サービス重視の観点から廃止しています。その代わりに、玄素町長から庁内放送で、全職員に訓辞を行いました。その内容を抜粋して掲載させていただきます。

平成23年の仕事始めに際して、今後の方向性・行政課題について申し上げます。

まず、役場内の改善についてです。日頃の態度、行動、発言、陳情などの返答等、十分留意して、仕事をして欲しいと思います。

また、4月からは、人事評価制度をスタートさせます。人事評価制度は、民間のように、営業成績など客観的な点数で表しにくい分、評価が難しいとされていますが、それを乗り越えない限り、また、組織の活性化もあり得ないと考えておりますのでご協力をお願いいたします。

次に、若者定住策の強化についてであります。これについては、医療費の18才までの無料化、保育料を県下一に引き下げる等、子育て支援に力を入れてきたところでありますが、若者定住のためには、「子育て支援」「住むところ」「働くところ」等が特に優先的に整備されなければならないと考えています。そういった中で、今年は「住むところ」に重点を置いた施策を展開したいということをお話しておきたいと思います。

最後に、「町民力」を活かし町を創造していくということです。これは、協働や町施策を通じて町を実質運営している町民一人ひとりが元気になる政策を実施していくことを目指していきます。具体的には自主防災組織への支援、自治力の強化など町単独の予算による各種支援等に取り組んでいきたいと考えています。

職員・住民共に汗をかき、力を合わせ、地域の資源を最大限活用しながら、自分たちで考え、自分たちで行動し、自分たちで責任をとるといった自治体運営が求められています。「既存」という概念にとらわれるのではなく、町民にとって大事なことはどんどん実施してほしい、そのことをあきらめないでほしい。柔軟な発想と情熱があれば、必ず解決策はあると思いますので、皆さんの奮起をお願い申し上げるところであります。

結びに、今年一年が、皆さんにとって充実したいい年でありますことを祈念し、仕事始めに当たっての挨拶とさせていただきます。



「子ども医療」制度を18歳(高校卒業相当年齢)まで拡充します

平成23年4月1日から、「子ども医療」制度が18歳まで拡充されます。

子ども医療制度とは、医療機関での保険診療にかかる自己負担を無料にするものです。

対象となる方には、2月下旬に申請書を送付しますので、手続きをお願いします。

※今回新たに対象となるのは、平成5年4月2日～平成8年4月1日生まれの方で婚姻している方は対象となりません。

現在、乳幼児医療・子ども医療受給資格証をお持ちの方へ 受給資格証更新のお知らせ

4月に小学校・中学校に入学される方は、現在お持ちの受給者証の有効期限が3月31日までとなっておりますので更新の手続きが必要となります。対象となる方には、2月下旬に申請書を送付しますので手続きをお願いします。

お問い合わせ先 住民福祉課 ☎42-1738

税務署から確定申告のお知らせ

納税は、所得税・贈与税は**3月15日(火)**が期限となっております。
個人事業者の消費税は**3月31日(木)**

また、ご指定の預金口座から自動的に納付できる便利・安心・確実・手続簡単な振替納税をご利用ください。

なお、口座振替をご利用されている方の振替納付日は、所得税は**4月22日(金)**です。
個人事業者の消費税は**4月27日(水)**

申告会場の開設

○公的年金等受給者・サラリーマンの方の申告会場日程

会場	日程	受付時間	相談対象者
御坊市役所5階 大会議室 (御坊市藪350)	2月7日(月) ～2月9日(水)	9:30～11:30 13:00～15:00	・年金受給者の方 ・住宅借入金(取得)等特別控除を受けられる方 ・給与所得の還付申告の方(中途退職等)

○税理士による無料申告相談会場日程

会場	日程	受付時間	相談対象者
印南町公民館 2階第5研修室 (印南町印南2009-1)	2月25日(金)	9:30～11:30 13:00～15:00	・小規模な事業所得者の方

問い合わせ先

御坊税務署 〒644-0002 御坊市藪430-3
☎0738 (22) 0695 (代表)

上記代表番号におかけいただくと自動音声によりご案内しています。アナウンスに従い操作してください。

印南町役場税務課 〒649-1534 印南町印南2252-1 ☎0738-42-1731



国税庁
「作成コーナー」で、
申告書を作ってね!
申告はお早めに!

確定申告

www.nta.go.jp

e-Taxを利用して所得税の確定申告をすると、

- 最高5,000円の税額控除
(ただし、19年分から22年分の申告で1回のみ)
- 国税庁ホームページから電子申告
- 添付書類の提出省略
- 還付金がスピーディー

e-Taxの利用に際しては、開始届出書の提出、電子証明書の取得(手数料が必要です)、ICカードリーダーの購入などの事前準備が必要です。

e-Tax作成コーナー ヘルプデスク ☎ 0570-015901

電子証明書 (CARD) と ICカードリーダライタ (ICカード) を準備して

さあ! ネットで申告

e-Tax
国税電子申告・納税システム

ネットでスマート!
確定申告

所得税	2月16日(水)～3月15日(火)
贈与税	2月1日(火)～3月15日(火)
消費税及び地方消費税	1月4日(火)～3月31日(木)

印南中継局

地上デジタルテレビ放送が 開始されました。

民放印南デジタルテレビ放送中継局が完成し、印南地区テレビ共同受信施設組合エリアでは平成22年12月25日から地上デジタルテレビ放送がおおむね受信できるようになりました。地上デジタルテレビ放送を視聴する為には、地上デジタル放送対応のテレビ（アナログ対応テレビには地デジチューナーの取り付けが必要）と地上デジタル放送を受信する為のアンテナが必要です。

組合員のみなさまは、役員さん等、印南地区テレビ共同受信施設組合にご確認ください。

テレビを買ったのに
地デジが映らない…



お問い合わせ先 総務課 ☎42-0120

第5回切目川ダム検証に係る検討会議が開催されました



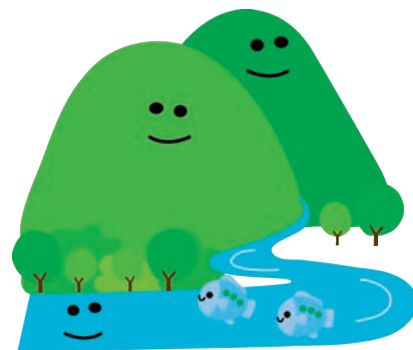
県が国の補助を受けて建設を進めている高串地区の切目川ダムについて、事業の必要性を再検証している県と町が検討会議を開き、「ダム建設を継続するのが妥当」とする検討結果報告書の原案を承認しました。原案では、治水・利水・流水の正常な機能の維持の3つについてダムとダム以外の代替案で検討した結果、「コストや実現性、費用対効果などを総合的に判断してダム建設案が妥当」とし、なお、環境への影響については「今後も継続的に監視し、必要な環境保全措置や環境配慮により影響の軽減に努め、問題が生じた場合には早期に対策を検討する」となっています。

この後、県は県公共事業再評価委員会から意見聴取し、県の方針を正式決定した後、国土交通大臣へ報告することとなり、報告を受けた国は有識者会議から意見を聞いた上で切目川ダムへの対応を決める事になります。

お問い合わせ先 建設課 ☎42-1734

平成23年度 合併処理浄化槽補助金交付制度について

平成23年度(平成23年4月1日から平成24年3月上旬まで)に合併処理浄化槽を設置される方で補助金を要望される場合は、希望届を下記の期日までに役場生活環境課に提出して下さい。用紙は生活環境課にあります。但し、申込基数の関係から年度途中で追加募集を行う場合があります。



- ◎補助対象地域 町内全域
(但し、下水処理事業実施地区<古井・山口・宮ノ前・古屋の集合処理区域>を除く)
- ◎補助対象者 ・印南町に住民登録をしている者。
・これから印南町に住民登録をして居住する者。
- ◎申込期日 平成23年3月1日から平成23年3月31日まで
- ◎申込に必要なもの 印鑑・住宅の延べ床面積のわかる図面
- ◎補助制度の内容 [補助金の額は、概ね次の通りです。]

区分	5人槽	6~7人槽	8~50人槽
補助金額	332,000円	414,000円	548,000円

※人槽は5人家族だから5人槽というのではなく住宅の延べ床面積から何人槽になるかを算定します。
(例:床面積150㎡以下5人槽 150㎡以上7人槽等)

- ◎補助対象基数 50基程度
- ◎対象合併浄化槽 住宅用であること。(但し店舗等兼用住宅も含む)
処理対象人員50人槽以下であること。

浄化槽は維持管理(有料)が必要です

浄化槽は微生物により水をきれいにしていますので微生物が活動しやすい環境をつくる必要があります。

そのため **1. 保守点検** **2. 清掃** **3. 法定検査** の項目を必ず受けなければなりません。管理を怠ると浄化槽の機能が発揮されず汚い水や臭いのついた水がでて大切な自然をこわしてしまうことになります。

お問い合わせ先 生活環境課 ☎42-1732

まちの できごと



12月5日(日)

秋の文化祭演芸の部「かえる座」開催



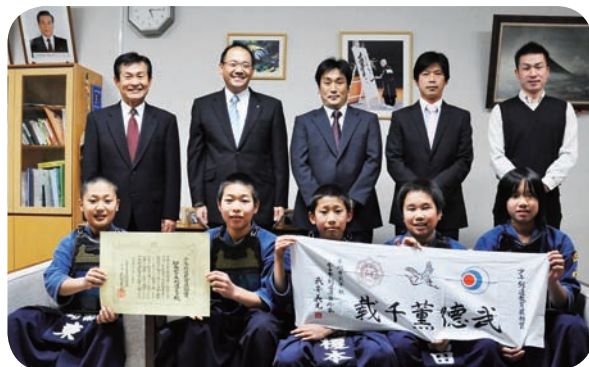
印南町文化協会主催の「かえる座」が開かれ、子どもから大人までが舞踊や和琴、ダンスなどを披露し会場は大変盛り上がりしました。



12月16日(木)

印南町少年剣道クラブが奨励賞を受賞

印南町少年剣道クラブが「少年剣道教育奨励賞」を受賞され、その報告に役場を訪れました。この賞は、(財)全日本剣道連盟から剣道の普及・発展に貢献した団体などに贈られる賞で日高郡からは初めての受賞となりました。



12月23日(木)

クリスマスコンサート・イン・いなみ

印南町体育センターにおいて印南町教育委員会・印南町公民館主催の「クリスマスコンサート・イン・いなみ」が開催されました。和歌山県警察音楽隊のすばらしい演奏と元気いっぱい可愛らしい町内の幼稚園・保育園児とのコラボレーションなどが行われ会場は大変盛り上がりしました。



12月18日(土)

テントが寄贈されました

御坊南ロータリークラブより、創立35周年記念事業として、印南町にテント1張りが寄贈されました。



▲寄贈されたテント

12月28日(火)

消防団年末警戒激励訪問

年末特別警戒を実施している消防団を激励するため、玄素町長をはじめ新井消防団長、濱中副団長、岡本副団長、山下副町長、藤本町議会議長、町議会総務常任委員会の岡本委員長、榎本副委員長、堀口委員と一緒に消防団詰め所10ヶ所を訪問し、消防団員を激励しました。

写真は山口集会場▶



1月7日(金)

町内の小・中学校で始業式

日高郡内の小・中学校の中で一足早く冬休みを終え、3学期のスタートを切りました。子どもたちは、冷たい風が吹く中、元気よく登校。久しぶりに会う友達や教諭らと笑顔で挨拶を交わしていました。

◀稲原小学校へ登校する子どもたち

受賞おめでとうございます

紀の国チャレンジド・サポート感謝状(知事感謝状)

かどわき ひでかず
門脇 秀和さん

門脇さんは、印南町身体障害者連盟、日高郡身体障害者連盟、和歌山県身体障害者連盟の役職を歴任され、常に建設的な提言を行うなど連盟の運営に大きく貢献されました。また、地域のリーダーとして町および郡団体をまとめ、連盟の厚生相談委員として相談件数も数多く受けるなど障害者福祉の向上に寄与されたことなどが認められこの度の受賞となりました。

すぎむらぎょくほう

印南地区在住、杉村玉鳳さんの作品が「日展」で展示されます

大阪市立美術館において、特別展「第42回日展」が開催されます。日本最大規模の公募展である本展に見事入選を果たされた印南地区在住の杉村玉鳳(本名：明信)さんの「書」が展示されます。

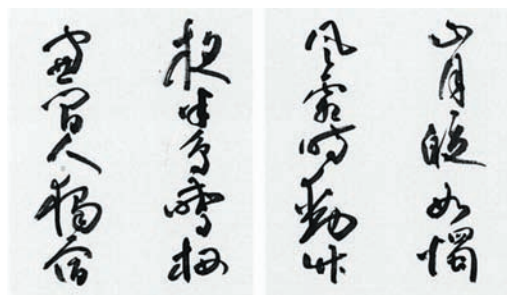
展覧会は、2月19日(土)～3月21日(月・祝)迄で、休館日は月曜日(最終日除く)です。詳しくは下記問い合わせ先まで。

【お問い合わせ先】 大阪市総合コールセンター なにわコール

☎06-4301-7285

<美術館> 大阪市天王寺区茶臼山町1-82 (天王寺公園内)

URL : <http://www.osaka-art-museum.jp>



▲杉村玉鳳さんの作品「韋応物詩七首」

受章おめでとうございます

和歌山県消防協会長表彰 永年勤続功労章(20年勤続)



▲写真左から右記のみなさま

受章されたみなさま

第5分団	班長	にしかわ かつみ 西川 勝己さん
第5分団	班長	にしだ けいじ 西田 佳司さん
第1分団	団員	なりた みのる 成田 稔さん
第2分団	団員	ひろの みつる 廣野 満さん
第2分団	団員	おそ のりふみ 尾曾 紀文さん
第2分団	団員	ゆかわ たみお 湯川 民男さん
第2分団	団員	みずた ひろひと 水田 廣人さん
第4分団	団員	つじはら こうじ 辻原 幸二さん

和歌山県消防協会日高郡支部長表彰 勤続章(10年勤続) 印南町長表彰 勤続章(10年勤続)



▲写真左から右記のみなさま

受章されたみなさま

第1分団	班長	まるた しゅうじ 丸田 修司さん
第1分団	団員	かたやま まさかず 片山 正一さん
第1分団	団員	しばなか たかのぶ 芝中 隆暢さん
第4分団	団員	くぼ そうすけ 久保 惣俊さん
第4分団	団員	みなみ ひとし 南 一志さん
第4分団	団員	たまき あおみ 玉置 青美さん
第4分団	団員	やまがた けんいち 山方 健一さん
第4分団	団員	なかし ひでゆき 中地 秀之さん
第5分団	団員	おかもと まさみ 岡本 昌己さん

これからも町民の安全・安心のため消防団活動をよろしくお願いいたします！

長年にわたる消防活動への功績をたたえ、 平成21年度をもって退団されたみなさまへ 感謝状が贈られました

和歌山県消防協会長 感謝状
町長 感謝状



▲代表して山下前団長に感謝状が贈られました

長い間消防団活動おつかれさまでした



授与されたみなさま

※役職は在団時

団本部	団長	やました よしひこ 山下世之彦さん
団本部	副団長	ひうら かつみ 日裏 勝己さん
第3分団	分団長	やまさき としたか 山崎 敏孝さん
第4分団	分団長	さこう あきら 左向 公さん
第1分団	副分団長	きたがわ やすひろ 北川 靖洋さん
第4分団	副分団長	ぬまの みのも 沼野 稔さん
第5分団	副分団長	くほり よしお 久堀 嘉雄さん
第5分団	副分団長	むらかみ せいはち 村上 誠八さん
第1分団	機械班長	すぎもと としかず 杉本 俊一さん
第1分団	班長	くまもと まさなり 熊本 成孝さん
第1分団	班長	たかぎ しげる 高木 茂さん
第1分団	班長	なかいえ まさゆき 中家 雅之さん
第1分団	班長	たまき かずゆき 玉置 一之さん
第3分団	班長	ほり まさる 堀 勝さん
第5分団	班長	はやた かずや 早田 和弥さん
第5分団	班長	たまき よしゆき 玉置 善是さん
第2分団	団員	かわぐち こういち 川口 公一さん
第4分団	団員	なつめ こうじ 夏目 光治さん
第5分団	団員	さかい こうじ 坂井 鋼治さん
第2分団	団員	よこたに としみつ 横谷 俊光さん

健康ひろば

乳幼児健診

場 所：印南町保健センター

◆乳幼児健康相談：2月14日(月)

平成22年7月生・平成21年12月生・平成20年11月生。

* 6か月児にはブックスタート・1歳、2歳児にはむし歯予防のお話もあります。ぜひご参加ください。

◆4か月・10か月児健診：2月24日(木)

平成22年3～4月生。平成22年9～10月生。



はつらつママ教室

日 時 2月7日(月)午後1時30分～3時

場 所 印南町保健センター

内 容 助産師による「妊娠中を快適に過ごすには」のお話と、沐浴の練習もあります。ご夫婦でのご参加も大歓迎！



ひまわり教室

月 日	内 容
2月18日(金)	からだを使って遊ぼう！

《集 合》午前9時30分 印南町保健センター
《持ってくるもの》お茶・タオル・出席ノート

こころの健康家族教室 ～御坊保健所で開催～

日 時 2月23日(水) 午後1時30分～3時30分

講 演 「家族の想いを語ってみませんか～元気になる〇〇な話～」

講 師 御坊保健所職員

参加申込み・お問い合わせ 御坊保健所 ☎22-3481

感染性胃腸炎が流行してます!!

こまめな手洗いと、外出から戻ってきたらうがいもしっかり行いましょう！

手洗いは15秒以上かけて、手の甲、指の間、手首までしっかり洗いましょう。

また、すすぎは流水で十分に行い、清潔なタオルまたはペーパータオルで拭くようにしましょう。

子宮頸がん予防教室

～お母さんは検診を、娘さんにはワクチンを～

今年春から開始予定の子宮頸がん予防接種の話題をはじめ検診の大切さについて正しく理解していただきたいと思ひます。

日時：2月27日(日) 12時30分～受付
13時～講演開始

場所：印南町保健センター

対象：現在、小6～高2該当の年齢のお子さんの保護者の方

内容：講演「子宮頸がん予防の正しい知識について」
講師 天津産婦人科 院長 天津 實 医師

申し込み：2月23日(水)迄

保健センター(43-8060)へ

*本講演会は、子宮頸がん予防を目的にしていますので、どなたでも参加していただけますが、保護者の方が優先となりますことをご了承ください

お問い合わせ先

保健センター ☎43-8060 FAX.43-8061

2月	
1	火 川又倒れんジャー
2	水 いきいき運動教室 倒れんジャー 認知症予防教室⑥
3	木
4	金 お腹すっきりスリム教室④
5	土
6	日
7	月 はつらつママ教室
8	火 川又倒れんジャー お腹すっきりスリム教室⑤
9	水 いきいき運動教室 倒れんジャー いきいきサロン
10	木
11	金
12	土
13	日
14	月 乳幼児健康相談
15	火 川又倒れんジャー 脳トレサロン
16	水 倒れんジャー デイケア教室
17	木 認知症予防教室⑦
18	金 ひまわり教室 お腹すっきりスリム教室⑥
19	土
20	日
21	月
22	火 川又倒れんジャー
23	水 倒れんジャー いきいきサロン こころの健康家族教室 (保健所)
24	木 4か月・10か月児健診
25	金 お腹すっきりスリム教室⑦
26	土
27	日 子宮頸がん予防教室
28	月 山口健康相談



子宮頸がん・乳がん検診はもう受診されましたか？

1981年以来、日本人の死因のトップとなっている「がん」。生涯のうちにがんになる確率は、男性の2人に1人、女性の3人に1人と言われます。しかし、最近では、医学の進歩で「治るがん」も増えています。特に女性特有の「乳がん」や「子宮頸がん」は早期発見・早期治療で治る確率が高いがんです。早く見つければ、それだけ完治の可能性も高くなり、治療にかかるお金や時間の負担も軽くなります。自分の健康状態を確認し、がんを早期に発見する意味でも、乳がん・子宮頸がん検診を定期的に受けることが重要です。

しかし、検診受診率は国全体でも20%程度と低く、さらに印南町では乳がん検診10.6%、子宮頸がん検診にいたっては6.6%（平成22年12月1日現在）と低いのが現状です。今回は、女性のがんについてお話したいと思います。

《印南町の女性のがん検診について》

印南町では、現在、乳がん検診は30歳以上、子宮頸がん検診は20歳以上の方なら皆さん無料で受診していただくことができます。保健センターにお申し込みいただけますと、無料受診券をお届けします。

また、国の女性特有のがん検診推進事業で対象になった方には6月に「がん検診無料クーポン券」と「検診手帳」を送付しておりますので、それを医療機関にご持参の上、受診してください。

クーポン券の対象の方は、平成22年4月20日時点で印南町に住所を有している、下記の該当生年月日の方です。まだ受診されていない方は、再度、ご確認ください。

子宮頸がん検診クーポン券対象		乳がん検診クーポン券対象	
年齢	生年月日	年齢	生年月日
20歳	平成 元年4月2日～平成 2年4月1日	40歳	昭和44年4月2日～昭和45年4月1日
25歳	昭和59年4月2日～昭和60年4月1日	45歳	昭和39年4月2日～昭和40年4月1日
30歳	昭和54年4月2日～昭和55年4月1日	50歳	昭和34年4月2日～昭和35年4月1日
35歳	昭和49年4月2日～昭和50年4月1日	55歳	昭和29年4月2日～昭和30年4月1日
40歳	昭和44年4月2日～昭和45年4月1日	60歳	昭和24年4月2日～昭和25年4月1日

《乳がんの自己触診》 ～検診受診と並んでとても大切なことです～

自己触診は、しこりの区別や乳がんとその他の病気との判別など「自己診断」をする必要はありません。いつもと違う状態やしこりに気づくことが目的です。そのためには普段から自分の乳房を見て（視診）・触って（触診）、少しでも普段と違う違和感があったら受診をしてください。

自己触診の方法：月経が終わって1週間以内の乳房の柔らかい時に。閉経後の方は月1回、日を決めて！

1. 鏡の前で乳房に異常がないかをよく見ましょう。



両手をあげた姿勢で



両手を腰に当てて

- 1. 左右の乳房の大きさや形に変化がありませんか？
- 2. 乳房のどこかにくぼみやひきつれたところはありませんか？
- 3. 乳頭がへこんだり、湿疹のようなただれができていませんか？

2. 乳房や脇の下を触り、しこりがないか調べましょう。

片方の腕を上げ、もう片方の指（親指以外の4本の指の腹）で乳頭の周りから乳房、脇の下までいろいろな方向を触り調べましょう。仰向けになり、検査する方の肩の下に座布団などを入れると、乳房の厚みが薄くなるので、しこりを発見しやすくなります。

また、入浴の際に手に石けんをつけて行くと手が滑りやすくなり、小さなしこりも見つけやすくなります。



3. 分泌液がないかを確認しましょう。

乳房の付け根から乳頭にかけて、やさしく押してしぼるようにして、乳頭からの分泌がないかを確認しましょう。



第10回和歌山県市町村対抗ジュニア駅伝競走大会のお知らせ

今年も下記のとおりジュニア駅伝競走大会が開催されます。印南町代表選手の応援よろしくお祈りします。

日時 平成23年2月20日(日)11時スタート
 コース 紀三井寺公園陸上競技場から和歌山県庁前まで、10区間21.1km
 出場者 小学5・6年生男女各2名、中学生男女各3名の計10名

自動車保険請求相談センター

交通事故にあわれた方のご相談に専門の相談員が応じます。

相談無料

相談日 月曜日～金曜日(祝日を除く)
 9:00～12:00 13:00～17:00
 ※来訪される場合、事前にご連絡ください。

弁護士相談日 毎月第2・第4木曜日
 13:00～16:00
 ※予約制要面談



【お問い合わせ先】和歌山自動車保険請求相談センター
 〒640-8331 和歌山市美園町3丁目32-1-5F
 ☎073-431-6290

NHK学園 受講者募集中!

NHK学園では、生涯学習通信講座の受講者を募集しています。まずは、無料の案内書をご請求ください。

■募集内容 生涯学習通信講座(趣味から資格まで全200コース以上)

■募集期間 通年申込受付

【お問い合わせ先】NHK学園 ☎042-572-3151(代表)
 案内書請求フリーダイヤル 0120-06-8881
 ホームページ: <http://www.n-gaku.jp/life>

今月の表紙



士気高揚と組織力の向上を目的に行われる消防団訓練初めに団員220名と婦人防火クラブ52人が参加し、勇ましく力強い行進やポンプ操法、勤続表彰、感謝状の授与などが行われました。

プ操法、勤続表彰、感謝状の授与などが行われました。

平成23年度自衛官採用試験のお知らせ

○自衛隊幹部候補生【一般(飛行を含む)・技術】

1. 応募資格
平成24年4月1日現在、22歳以上26歳未満の者。細部はお問い合わせください。
2. 第1次試験
平成23年5月14日(土)
平成23年5月15日(日)飛行要員のみ
大学教養課程修了程度

○医科・薬剤科幹部候補生

1. 応募資格
ア 歯科幹部候補生
平成24年4月1日現在、20歳以上30歳未満で学校教育法に基づく大学において正規の歯学課程を卒業した者(平成24年3月卒業見込み含む)
イ 薬剤科幹部候補生
20歳以上、28歳未満で学校教育法に基づく大学において正規の薬学課程を卒業した者(平成24年3月卒業見込み含む)

2. 第1次試験
平成23年5月14日(土) 大学教養課程修了程度

○医科・歯科幹部自衛官

1. 応募資格
医師免許又は歯科医師免許を取得し、条件を満たす者。条件についてはお問い合わせください。
2. 試験
平成23年5月20日(金)
筆記試験(小論文)、口述試験、身体検査

○一般曹候補生

1. 応募資格
平成24年4月1日現在18歳以上27歳未満の者
2. 第1次試験
平成23年5月21日(土)
3. 試験科目
筆記試験(国・数・英・作文)、高等学校卒業程度

○受付期間

上記の種目については平成23年2月1日～5月6日(締切必着)

○予備自衛官補(一般公募)

1. 応募資格
日本国籍を有し、18歳以上34歳未満の者
2. 試験
平成23年4月15日～18日の間何れか1日
3. 試験科目
筆記試験(国・数・英・理・社・作文)、口述試験、適性検査、身体検査

(技能公募)

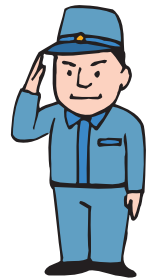
1. 応募資格
日本国籍を有し、18歳以上で国家免許資格等を有する者。細部はお問い合わせください。
2. 試験
平成23年4月15日～18日の間何れか1日
3. 試験科目
筆記試験(小論文)、口述試験、適性検査、身体検査

○受付期間

予備自衛官については平成23年1月11日～4月6日(締切必着)

【お問い合わせ先】

自衛隊和歌山地方協力本部 御坊地域事務所
 〒644-0012 和歌山県御坊市湯川町小松原410-1
 丸仁第1ビル1階(JR御坊駅前) ☎0738-23-0020





人の動き

平成23年1月4日現在

世帯：3,235世帯 (-3)
 人口：9,189人 (-14)
 男性：4,373人 (-6)
 女性：4,816人 (-8)
 ※()内は12月1日との比較です。



心配事相談所開設予定

開設日	会場	相談時間
2月10日(木)	印南社会福祉センター	10:30 ~15:00
2月24日(木)	みずほ会館	13:30 ~15:30
3月10日(木)	印南社会福祉センター	10:30 ~15:00

※相談日・相談場所について変更する場合がありますのでご了承下さい。



俳句
 茅屋根に初日かがよふ古道茶屋
 師と仰ぐ縁の切れし賀状かな
 プランタに花新しく庭小春
 川柳
 三食を揺り平凡と積み重ね
 酌ぎ足して相槌打って本音聞く
 耳高く立てて聴き入る新春の章

田守としと
 里森 素子
 坂井マチ子
 桑野 真弓
 海山千之助
 高木みのる

あの歌 この歌 紹介
 短歌
 補聴器も眼鏡も替えて天高し八十路の坂をいざ登らなむ
 初春の海鈍色に暮れゆきて蔵かに入る夕陽うるわし
 授かりし未熟の孫は精一杯泣き叫んでは乳を求むる
 杉村 弥生
 塩路みら子
 片山 邦一

通信文芸いなみより



paraす一品のおかず かす汁



材料 (4人分)

豚肉(薄切り).....80g
 大根.....40g
 人参.....30g
 こんにゃく.....1/4丁
 青ねぎ.....1本

酒かす.....120g
 煮出汁.....4カップ
 A { 塩.....小さじ1と1/3
 淡口しょうゆ.....小さじ2/3
 酒.....小さじ2

作り方

- ①酒かすは手で小さくちぎり、ひたひたの煮出汁を加えて浸けておく。やわらかくなれば、すり鉢に移し、トロリとして滑らかになるまでよくすり混ぜる。
- ②豚肉は3cm幅に切り、大根、人参、こんにゃくは4cmくらいの長さの短冊切り、青ねぎは細切りにする。
- ③煮出汁に豚肉、大根、人参、こんにゃくを加えて火にかける。
- ④煮立ったら火を弱くして溶きのばした酒かすを加える。
- ⑤中火でしばらく煮て材料がやわらかくなればAの調味料で味をととのえ最後に青ねぎを散らして火を止める。



(レシピ提供：小田 美津子)



『住んで良かった』 印南町を目指して

町長メッセージ



人口下げ止まりに向けて

若者定住策をしっかりやっていく。これは1月号にも書かせていただきましたが、私が目指す政策の大きな柱。そんなこともあり、毎月、報告される、住民基本台帳による人口推移、また、新聞に掲載される慶弔欄には、自ずと意識がいつてしまいます。

そんな中、昨年下半期くらいから人口の減り方が少なくなってきたように感じたので、担当職員に住民基本台帳による人口推移を調べてもらいました。

H17年からH21年の10月1日時点の定点観測で、年間約130人が印南町では減っていることがわかりました。しかし、注目すべきはH22年のデータ。74人の減にとどまっています。偶然なのかどうなのか？

国立社会保障・人口問題研究所のデータをみると、H17年からH47年までの平均人口減は120人弱との予想がでていますから、単年といえども70人台になることは、いい意味で数字を裏切っているということができると思います。

ではその理由は？ということになるのですが、H17年からH22年の年少人口（0～14才）の減少幅が年間40人平均に対しH22年は19人。お亡くなりになった方の数は、ここ5年間は毎年120人台で動きがないことを考えても、若い世代の流出が止まったか、もしくは、他町からの転入が増えるなどの変化が起きたのではないかと考えています。

ではなぜ、そのような変化が起こったのか？それは「保育料の半額や医療費の無料化年齢を県下一にする」など定住策に積極的な方針を出したからではないか？行政が政策のPRをしなくても、住民の皆さんが、その政策に誇りを持っ

てくれて、町内・町外に対して発信してくれているからではないか？と考えています。

昨年したことだけなので、ぬか喜びはできないのですが、もしそうだとすると…。期待がふくらみます。

『人口の減少を抑える政策』。人口減少社会を迎える中で、どこの自治体も苦慮しているところだと思います。印南町では人口が一人増えると約20万円の交付税がアップします。調査によると一人あたり年間121万円の個人消費の増加が見込まれます。住んでくれれば固定資産税や住民税なども期待できますし、国民健康保険や介護保険の支えをつくるということや町づくり

においても若い力の参加が見込まれます。人口は自治体の基礎といわれる所以です。

『人口を増やす』政策を実施しようとする、いろんな角度からの取り組みができると思うのですが、わたし

は、その優先事項として、「雇用の確保」「子育て支援」「住む場所の提供」が必要と考えています。来年度予算においてもそのあたりを中心とした積極的な予算措置を予定しています。昨年の数字が幻に終わらないように、しっかりとやっていきたいと思いますので、皆様方のご理解とご協力をお願いして、今月のメッセージとさせていただきます。

