

広報 きたやま 2006 9月号 No.197

…主な内容…

- ◎防災の日、敬老の日
- ◎AEDを設置しました
- ◎各種お知らせ
- ◎写真館
- ◎新・村民登場(第5回)
- ◎わかりづらいゴミの分別⑤

《村の人口》

(平成18年7月末現在)

人口 530人(=5)

男 248人(=2)

女 282人(=3)

世帯数 284戸(+1)

※()は前号比

9月1日は「防災の日」

昭和35年、関東大震災（大正12年）が発生したこの日が「防災の日」として制定されました。

大災害となった兵庫県南部地震から10年以上経過しましたが、最近でも、平成16年の新潟県中越地震、平成17年の福岡県西方沖地震など記憶に新しく、それぞれに甚大な被害が出ています。

地震は、いつ、どこで、どの程度の規模で起こるのか誰にもわかりませんが、しかし、「必ず起こる。」とは言えます。今後、その発生が心配されている東南海地震や南海地震ですが、東海地震を含めたこの一帯の地震は、100年～150年周期で繰り返し起こると考えられており、2030年（平成42年）までには50%以上の高い確立で発生するおそれがあると予測されています。

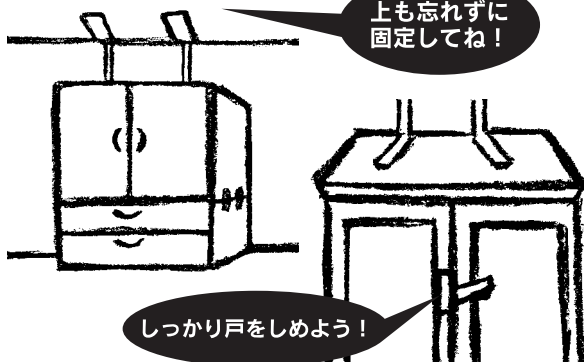
また、前回の昭和19年に発生した東南海地震は、発生時に放出したエネルギーが小さかったため、次に発生する時は、そのエネルギーが増大するのではないかと指摘されており、そのうえ、3つの地震が連動して同時期に発生することも考えられ、多くの人命を一瞬にして奪ってしまう凄惨な被害をもたらすのではないかと危惧されています。

『災害は忘れた頃にやってくる』といわれます。「今後30年に50%の確立で」をどう感じるかはそれぞれだと思いますが、もしかしたら近日中に発生する可能性もあるわけですから、『備えあれば憂いなし』、自分の、家族の、大切な命を守るために普段から少しでもできるだけの備えをしておきたいものです。

地震に向けて準備はできてますか？

家具等の転倒・落下防止対策

- ・タンスや冷蔵庫などは、L字金具や支え棒などで倒れないように壁や天井に固定しておく。
- ・テレビなどもできるだけ低い位置に置いて固定しておく。
- ・タンスの上など高いところに物をおかないようにする。



非常食等の準備

- ・食料や飲料水などを備蓄、確保しておく。（水1人1日3リットル3日分必要）
- ・衣類や生活必需品などをすぐに持ち出せるようにリュックなどにまとめて準備しておく。

これだけは用意しておきたい！ 非常持ち出し袋の中身

- ・懐中電灯・非常食・水・携帯ラジオ・救急セット
- ・靴下・軍手・下着・生理用品・トイレットペーパー
- ・ウェットティッシュ・保険証・現金・通帳など。



木造住宅耐震改修事業の 要件拡充について

前号でお知らせしました木造住宅の耐震改修事業の補助要件が追加拡充されました。

これまででは、総合評点0.7未満の住宅を1.0以上にする耐震改修工事でないとは補助を受けることができませんでしたが、今回、次の要件を満たす住宅の耐震改修工事についても補助を受けられることになりました。

※拡充補助要件

昭和45年以前に着工した既存木造住宅については、0.7以上となる耐震改修工事であること

現実として、昭和45年以前の古い木造住宅を1.0以上に耐震補強することはなかなか困難であり、またその分費用も多くかかります。

よって、これらの木造住宅については、とりあえずすぐに倒壊しないことを目的とした簡易な改修工事についても補助の対象として、耐震改修工事をしやすくしました。

なお、木造住宅耐震改修事業の補助を受けるには、耐震診断を受けておく必要がありますので、耐震改修工事をお考えの方は、まず耐震診断をお申し込み下さい。

診断手数料は無料ですのでお気軽に役場防災係方へご相談下さい。



AED (自動体外式除細動器) が役場等に 設置されました！



「AED」とは、Automated External Defibrillatorの略で、日本名では「自動体外式除細動器」と呼ばれる心臓に電気ショックを加える機械のことです。

心疾患（心筋梗塞や不整脈）により突然に人が倒れた場合、心臓が不規則に痙攣して血液を送れない状態になる「心室細動」というものを起こしている場合があります。そのまま放置すると急速に死に至るため、心臓のリズムを正常な状態に戻す必要があります。心臓に電気ショックを加えて心室細動を取り除く「除細動」を早期に行うことが重要です。そのための機械がこのAEDです。

これまでAEDの使用は、医師や看護師、救命救急士などにしか許可されていませんでしたが、平成16年7月から一般にも認められるようになりました。傷病者の心電図を診断し、電気ショックが必要かを自動で判断するだけでなく、操作手順を音声で指示してくれるなど誰でも簡単に操作することができるため、現在、役所などに設置する自治体が増えています。

村でもとりあえず役場と高齢者福祉センター、中学校の3箇所に設置しました。

心室細動になってから除細動をするのが1分間遅れると7%～10%の割合で救命率が低下するといわれていますので、「いざっ！」という時、このAEDによる救命率の向上が期待されます。



9月18日は 「敬老の日」

「敬老の日」の始まりは、1947年に兵庫県多可郡野間谷村（現在の多可町）の門脇村長が提唱した「としよりの日」です。

門脇村長は、「老人を大切に、お年寄りの知恵を借りて村づくりを」と、農閑期であり、気候も良い9月中旬の15日を「としよりの日」と定め、敬老会を開いたそうです。これが兵庫県全域、そして全国へとひろがり、1966年、「敬老の日」として国民の祝日になったわけです。

現在では、祝日法の改正によって9月の第3月曜日が祝日となっています。

ところで、老化現象とは、年齢とともに脳や臓器の機能、筋肉などが衰えをみせることをさしますが、総理府調査によれば、「70歳以上」を老人と考えている人が6割近くいるそうです。

ちなみに、北山村の70歳以上の人口はというと、8月現在で188人（人口の約35%）おりますので、3人に1人以上が「老人」ということになります。

しかし、ひとくちに老人といっても、年より若く見える人もいれば、逆に老けて見える人もおり、その様子は様々で個人差があります。

老化現象はどんな人にも必ずおとずれるものですが、老後を快適に暮らしていくためには、自分自身の老化現象とうまくつきあっていくことがポイントです。そのためには、次のようなことに気をつけ、少しでも老化の進行を遅らせるような生活習慣を心がけることが大切です。

高齢者の食事



食事と健康の間には密接な関係があります。高齢者は、若い人に比べて代謝機能が衰えてきているため、カロリーの摂り過ぎに注意しながら、栄養バランスのとれた食事を摂るよう心がけてください。普段から甘い物や塩分は控えめにし、タンパク質やカルシウムを不足させないようにし、できるだけ多くの食品群を組み合わせた食事を摂ってください。

高齢者の運動

現在の体力を維持するために、できるだけ適度な運動をしましょう。

老化は、足腰が弱まることから始まる場合も多くありますので、「歩く」ということが非常によい運動になります。



歩くことで心肺機能にもよい影響を与え、動脈硬化の予防にも効果があります。しかし、決して無理をしてはいけません。

高齢者の睡眠



高齢者は、一般に眠りが浅いという傾向があり、70歳以上の3分の1の人が睡眠に悩んでいるといわれています。

安定した睡眠を得るためには、日光を浴びるような昼間の活動性を維持し、できるだけ規則正しい生活を心がけてください。

しかし、不眠はなかなか難しい問題なので、時に医師に相談することも大切です。

浄化槽の

維持管理は

大丈夫ですか？

10月1日は「浄化槽の日」となっています。

浄化槽は、微生物の働きを利用して汚水処理しますので、微生物がよく働いてくれるような環境を保持することが大切です。浄化槽の維持管理がしっかりされていないと、その機能が低下し、最悪の場合、処理されないままの汚水が流れることになります。

浄化槽の維持管理については、「浄化槽法」で次のように実施することが義務づけられており、法定点検を受けていない場合などには罰則が適用されます。

【水質検査】

(社) 和歌山県水質保全センターによる法定検査を毎年1回必ず受けなければなりません。

【保守点検】

定期的(概ね3ヶ月毎)に実施しなければなりません。

【清掃】

少なくとも年1回以上は実施しなければなりません。

行政相談週間

10月16日(月)～

10月22日(日)

「行政相談制度」は、総務省が推進している制度で、役所や特殊法人などの仕事に関する苦情を受け、その解決を図ることで、行政運営の改善に役立てようとするものです。

このため、総務省では、身近な相談役として、公平・中立な立場にある民間の方を「行政相談委員」に委嘱して、全国の市町村に配置しています。

北山村の行政相談委員は、
福田 尚さん(大沼)です。

隔月(偶数月)の10日(予定)に、村民会館におきまして相談所を開設しております。

相談は無料で、秘密は固く守られますのでお気軽にご相談ください。

《相談例》

道路、年金、医療保険、福祉、生活保護、窓口での対応など

詳しくは、役場総合政策課行政グループへ(☎49-2331)

子宮がん検診

個別検診のお知らせ

本年より村の集団検診以外でも次の医療機関で子宮がん検診を受診できます。

☆医療機関

・和田医院(熊野市)

・大石産婦人科医院(熊野市)

☆対象者・・・20歳以上の女性

☆自己負担額・・・500円

乳幼児医療費

支給対象年齢の拡大

平成18年10月より乳幼児医療費の支給対象年齢が6歳(6歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある幼児)までに拡大されました。

支給対象年齢に該当する乳幼児が医療機関を受診された際の領収書は大切に保管し、役場医療福祉グループまで提出してください。

お問い合わせは、役場総合政策課医療福祉グループへ(☎49-2331)

発達障害児・者「巡回」相談

発達障害とは、脳の機能障害が原因といわれ、落ち着きがない、コミュニケーションがとりづらいなど、心身の機能の発達が困難な、あるいは極めて緩慢な状態と定義されています。

和歌山県発達障害者支援センター「ポラリス」では、発達障害の理解、子育て、問題行動等、発達障害に関する様々な相談に応じています。

平成18年度の巡回相談の日程等は、次のとおりです。

◎場所 新宮保健所(東牟婁総合庁舎内)

◎日時 10月12日、12月14日、2月8日 各午前9時～午後2時(1件1時間以内で調整)

なお、申し込みは、相談希望日の2週間前までにお願いします。

◎問い合わせ先 ポラリス 久保(☎073-413-3200)

〈12月以降お生まれの年金受給者の皆様へ〉

現況届の提出が省略されます

年金受給者の皆様には、年に1回、誕生月に現況届（はがき）を提出いただくことで生存確認を行っておりましたが、平成18年度より、12月生まれの皆様から、住民基本台帳ネットワークシステムを活用して現況確認が実施されることとなりました。

ただし、住民票コードが収録できなかった皆様には、従来どおり社会保険庁から現況届を送付しますので誕生月の末までに必ず提出してください。

なお、住民基本台帳ネットワークシステムから提供される情報は、受

給者ご本人様の生存確認情報に限られておりますので、加給年金額を受けられるかどうかを確認する「生計維持確認届」、障害年金の受給にかかる障害の程度を確認する医師による「診断書」については、従来どおり提出が必要です。

これらの確認が必要な方には、社会保険庁より届書を送付しますので、必ず提出してください。

詳しいお問い合わせは、「ねんきんダイヤル」（☎0570-07-1165）へ。

9月の行事予定

▼敬老会

9月18日（祝） 10時～
北山村村民会館

10月の行事予定

▼村民運動会

10月1日（日） 9時～
北山中学校運動場

クラブの成績

北山中学校



が1人、1年生も試合に出るという状況での7位という成績は、大変立派ものといえます。個人戦では、数本くんが3回戦、柳原くんが2回戦で惜しくも敗れました。特に数本くんは、あと一歩で近畿大会出場というところだっただけに残念なところです。

年々、県とのレベル差もなくなってきた、新チームにも大きな期待が寄せられます。生徒たちも一生懸命に頑張っていますので、今後も応援をよろしく願います。

7月に行われた新宮市・東牟婁郡大会では、団体戦の部において、男子が3位、女子が2位という好成績を収めました。また、個人戦の部でも、男子3年生の柳原将平くんが3位、同数本昂平くんが4位、女子3年生の田岡未佳さんが5位という活躍をみせました。

この結果、和歌山県大会には、女子チームが団体戦に、男女3人の3年生が個人戦に進みました。

そして、その県大会においては、女子団体が7位に入りました。3年生



写真館



追善盆踊り



今月の表紙

何を写したもののなのか、少しわかりづらい写真ですが、これは8月15日に開催された追善盆踊り大会における「柱松」の様子を撮影したものです。オレンジ色の線となって写っているのが、投げ入れるためのたいまつ（たいまつ）の火です。

ちなみに、今年の柱松の火入れ賞は、大沼出身の山川正浩さんでした。



ご案内

- | | |
|--------------|--------------|
| ◆北山村役場 | 0735-49-2331 |
| ◆観光センター(道の駅) | 0735-49-2324 |
| ◆北山村販売センター | 0735-49-2037 |
| ◆北山村診療所 | 0735-49-2114 |
| ◆北山村社会福祉協議会 | 0735-49-2090 |
| ◆おくところ温泉 | 0735-49-2575 |

- | | |
|------------|---|
| ◇発行 | 北山村
〒519-5603
和歌山県東牟婁郡北山村大沼42 |
| ◇編集 | 総合政策課一般行政グループ |
| ◇北山村ホームページ | http://www.vill.kitayama.wakayama.jp/ |

教えてください

新

村民登場

(第五回)

Q お名前と、よろしければお歳、家族構成を教えてください。

A 中山敏男(なかやまとしお)55歳です。妻と父、母がおります。

Q お仕事は何をされていますか？

A ふるさと振興公社で、筏、じゃばらに携わっています。

Q お住まいは？

A 大沼の村営住宅です。

Q ご出身はどこですか？

A 北山村の下流、紀和町(現熊野市)木津呂です。

Q 北山村にいられてからどのくらいですか？

A 筏に関わって10年、暮らして6年です。

Q 住んでみて、北山村の感想はどうですか？

A 大変良い所です。

Q ところで、今年の観光筏下りも終盤となりましたが、筏を流すときに気をつけていることは何ですか？

A 「安全運航」、「緊張感」、「お客様との会話」、それに「先輩の話」です。

Q 筏(師)の魅力とは何でしょうか？

A 自然を相手にしていると、いつの間にか、

Q ご自分の性格を一言でいいますか？

A ちよつと真面目(かな?)

Q 最後に、これから北山村に望むことは何でしょうか？

A 筏事業に対して早急な後継者確保の努力をしてほしいと思います。現状のままでは、大変な危機です。



わかりづらいゴミの分別

シリーズ⑤

しっかり知って、正しく出してください。

今回は、**化粧品や薬剤などの「スプレー缶」**→

不燃物かな？

それともジュースやビールの空き缶と一緒に出しているのかな？



答えは、

← **「カン」の日です。**

ただし、空き缶には必ずクギなどを利用して穴を開けてください。

スプレー缶は、燃えやすい内容物が多く穴を開けていないと爆発するなど大変危険です。また、付属のプラスチックの部分などは、できるだけはずしてください。(プラスチックなどは、燃えるゴミです。)

