



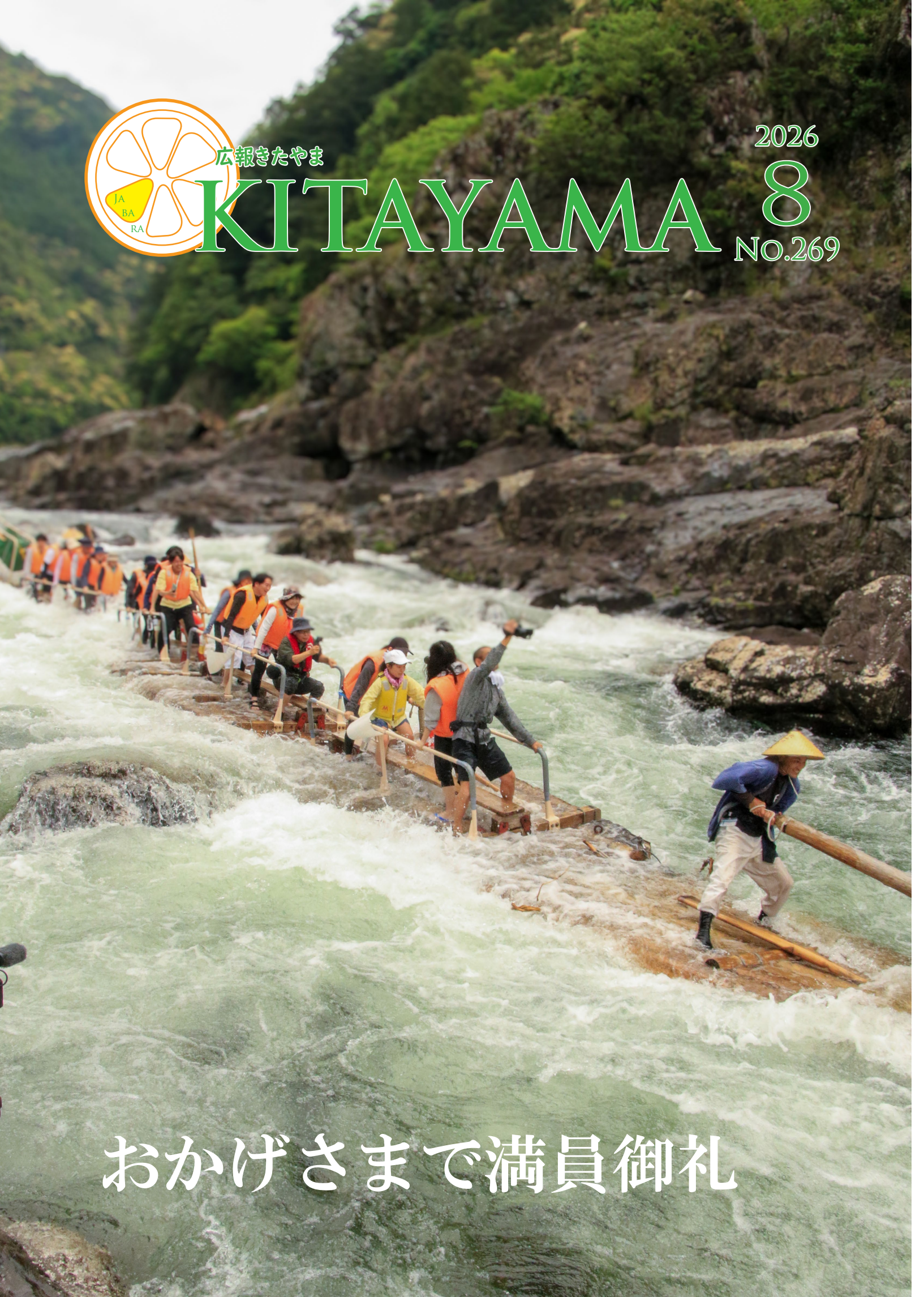
広報きたやま

2026

8

NO.269

KITAYAMA



おかげさまで満員御礼

北山村の筏文化が 国際舞台へ

北山川観光筏下りをはじめとする本村の筏文化が、世界の木材筏文化を継承する国際団体「International Association of Timber Rafting (IATR)（国際筏協会）」に、特別会員として加盟しました。

加盟は、2026年5月16日にラトビア共和国ストレンチ市で開催されたIATR総会において正式決定されたもので、日本からの加盟は初であり、アジア地域としても初めての加盟となります。

IATRは、ヨーロッパを中心に各国の木材筏文化の保存・継承を目的として活動する国際組織で、オーストリア、ドイツ、ポーランド、ラトビア、スペインなど12か国の団体・研究者らが加盟しており、伝統技術の継承、若手育成、文化交流、国際会議などを通じて、失われつつある河川文化・木材輸送文化の保護に取り組んでいます。

今回の加盟は、日本に残る北山村の筏文化が、世界の伝統筏文化ネットワークの一員として認められたことを意味します。

北山村のように観光筏下りとして実際に運航している例は極めて珍しい一方で、木材を川で運ぶという世界共通の歴史文化が、北山村と世界を結ぶ大きな架け橋となっています。



国際筏協会の旗を持つ筏師達



北山川観光筏下り 開航式

5月3日、北山川観光筏下りの開航式が、多くのご来賓や関係者の皆様にご出席いただき、執り行われました。神事では、今シーズンの安全運航と多くのお客様のご来村を祈願し、新たなシーズンの幕開けを祝いました。昨シーズンは、過去最高となる一万六千八百七十七人のお客様にご乗船いただき、多くのお客様に筏師の卓越した技術と北山川の大自然を存分に楽しんでいただくことができました。今シーズンも大変多くのご予約をいただいております、現時点で9月までの予約はほぼ満席となっています。このまま順調に推移すれば、昨シーズンと同程度のお客様にご乗船いただける見込みです。北山村を代表する観光資源である北山川観光筏下りを、安全第一で運航するとともに、訪れる皆様の心に残る体験を提供できるよう、関係者一丸となって取り組んでいます。

奥 瀬道路Ⅲ期事業の要望

奥瀬道路Ⅲ期事業促進協議会（会長 泉村長）は、事業の早期完成に向け、和歌山県、三重県、近畿地方整備局、国土交通省、関係国会議員等に対して要望活動を行いました。近畿地方整備局の斎藤局長からは、「しっかりと取り組んでいきます。」との回答をいただきました。



七 色大橋建設の要望

七色大橋架橋建設促進協議会（会長 泉村長）は、熊野市、下北山村とともに、七色大橋建設の事業化に向け、和歌山県、三重県、奈良県に対して要望活動を行いました。三県の知事、副知事からは、「住民生活、観光振興、救急・災害対応等に必要な道路である。」との認識が示されました。



こども・若者育成支援 知事メッセージの伝達

青少年育成巡回活動隊が北山村役場を訪れ、令和8年度「和歌山県こども・若者育成支援施策」に係る和歌山県知事メッセージを村長へ伝達しました。メッセージでは、地域全体でこどもや若者を支え、「こどもまんなか社会」の実現に向けて取り組む重要性が示されました。村でも関係機関と連携し、こどもたちが安心して健やかに成長できる地域づくりを進めていきます。



自 衛官募集相談員

自衛官募集相談員の委嘱式が行われ、村長から田岡正光さんに委嘱状が手渡されました。自衛官募集相談員は、自衛隊に関する情報提供や募集広報への協力、自衛官という職業への理解を深める活動などを担う地域の身近な相談役です。自衛官を志す方やそのご家族からの相談に応じるなど、自衛隊と地域をつなぐ重要な役割を果たしています。



車 いす贈呈

一般社団法人和歌山県産業資源循環協会から、社会貢献活動の一環として車いす1台が北山村へ寄贈されました。同協会は、廃棄物の適正処理や生活・自然環境の保全に取り組みとともに、大規模災害時の災害廃棄物処理に関する協定の締結や、防災訓練への参加など、安全・安心な地域づくりに向けた活動を積極的に行っています。寄贈された車いすは村民会館に配置されています。



新 入社員研修会

北山村商工会主催による新入社員研修会が開催され、村内事業所などから5名が参加しました。この研修会は、社会人として必要な基礎知識やビジネスマナーを身に付け、円滑な業務遂行につなげることを目的に開催されたものです。講師には株式会社社紀の州コンサルティングの濱田智司氏を迎え、社会人としての心構えや挨拶・言葉遣い、電話応対や名刺交換などについて実践を交えながら学びました。



観光創発連携協定

新宮市観光協会・一般社団法人那智勝浦観光機構・太地町観光協会・北山村観光協会の4者が、広域観光推進を目的とした「観光創発連携協定」を締結しました。今後は、国内・国外で協同プロモーション活動を行ったり、各地域が持つ観光資源や強みを相互に補完し合うことで新たな価値を生み出し、持続可能な観光地域づくりを推進していきます。



糸掛け曼茶羅づくり

村民会館にて「糸掛け曼茶羅づくり」を開催しました。小学5年生から大人まで計10人が参加し、制作を楽しみました。糸掛け曼茶羅は、板に打った釘に糸を掛けて幾何学模様を描くアートです。作品作りを通して、集中する楽しさを感じる機会となりました。



ボッチャ大会

村民会館にて「公民館長杯ボッチャ大会」が開催されました。ボッチャは、自分のチームのボールを目標球にどれだけ近づけられるかを競うスポーツです。小学一年生からシニアまで計30人が参加し、和気あいあいと楽しみました。世代を越えて笑顔と笑い声があふれ、交流を深める機会となりました。（公民館ではボッチャの貸し出しを行っています。）



寄付（株じゃばらいず北山）

「株じゃばらいず北山」から、木琴や冷蔵庫、石油ストーブなど、学校や社会福祉協議会、避難所で活用する物品をご寄付いただき、目録の贈呈式が行われました。寄贈いただいた物品は、教育・福祉の向上や防災用品の充実に役立てられます。温かいご厚意に感謝するとともに、地域の安全・安心と住民福祉の充実に活用してまいります。



今後のイベント

北山村の夏祭り

日時

8月11日（火）午後6時～

場所

おくとろ公園

主な催し

柱松（19時～）
盆踊り（19時50分～）
抽選会（20時30分～）

敬老会

日時

9月11日（金）午前10時～

場所

北山村村民会館

主な催し

敬老祝い金授与
模範高齢者表彰
保育園児による出し物
小中学生による歌等

村民運動会

日時

10月17日（土）午前9時～

場所

北山小中学校グラウンド

主な催し

保育所出し物
小中学校競技
一般種目



高血圧は何のために 治療するのでしょうか？

今回は、多くの方が治療を受けている「高血圧」についてお話しします。

健康診断や家庭で血圧を測ると、「今日は160もある」「今日は120だから安心」と、その日の数字が気になる方は多いと思います。しかし、高血圧の治療は、血圧の数字を良くすること自体が目的ではありません。本当の目的は、脳卒中や心筋梗塞、心不全、腎臓病などの重大な病気を予防し、健康で長く自分らしい生活を送ることです。

自覚症状がない！？

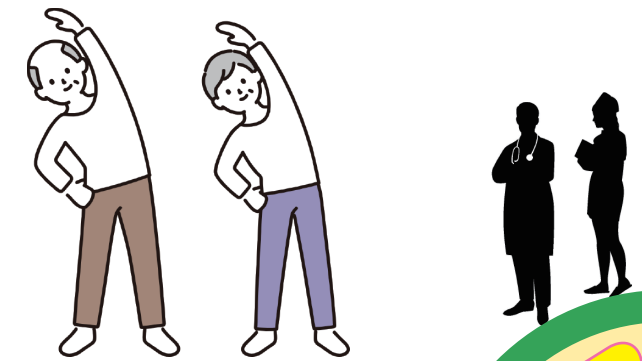
高血圧は「サイレントキラー（静かな病気）」とも呼ばれます。その理由は、多くの場合、自覚症状がほとんどないからです。「血圧が高いから頭が痛い」「体がしんどいから血圧が高い」と思われることがありますが、実際には痛みや発熱、ストレス、不安などで体が緊張すると、一時的に血圧が高くなることは珍しくありません。

若い頃は血管に弾力があるため、多少の体調変化では血圧は大きく変動しません。しかし、年齢とともに血管が硬くなると、体調や気温、ストレスなどの影響を受けやすくなり、血圧も変動しやすくなります。そのため、

診察室で一度高かったから悪い、一度低かったから安心ということではなく、長い目で見て血圧を安定させることが大切です。

正常血圧は、「以前は140mmHg未満と言われていたのに、今は130mmHg未満と言われるようになった」と疑問に思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、近年の高血圧治療ガイドラインでは、これまでより厳格な血圧管理が推奨されるようになりました。これは、基準が厳しくなったというだけではなく、それだけ血圧をしっかり管理することの効果が、多くの研究で明らかになったためです。

実際に、収縮期血圧（上の血圧）を約10mmHg下げることによって、脳卒中や心筋梗塞などの心臓・血管の病気になる危険性を約20%減らせることが報告されています。つまり、高血圧の治療は、毎日の血圧の数字をきれいにするためではなく、将来の大きな病気を防ぎ、元気に長生きするための治療なのです。



野田先生・山崎保健師の

健康講座

Health Course

いつでも相談ください

一方で、体調が悪い時に血圧が高かったからといって、自己判断で降圧薬を追加して飲むことはおすすめできません。一時的な血圧上昇は体の反応であることも多く、薬が効き過ぎると、めまいやふらつき、転倒につながる場合があります。薬の飲み方を変えたい場合は、必ず医師や薬剤師に相談してください。

高血圧は、自覚症状がないからこそ、毎日の積み重ねが大切な病気です。家庭で血圧を測り、適切な治療を続けることで、将来の脳卒中や心筋梗塞を予防することができます。

「まだ症状がないから大丈夫」と思わず、これからも元気な生活を続けるために、ご自身の血圧と上手に付き合ってください。気になることがあれば、お気軽に北山村診療所までご相談ください。



野田医師

けっかん 血管くん

みんなの健康を支える、がんばり屋さん！

ボクの仕事は、体中に血液を送り届けること！

やさしい心
みんなの元気を支えるのが大好き！

がんばり屋さんー
24時間休まずに、血液を送り続けています！

しなやか
若いころは、弾力があって丈夫なんだ！



血管くんからのメッセージ

血圧が高い状態が続くと、ボクは疲れて傷ついてしまいます。だから、血圧を安定させて、ボクを守ってあげてくださいね！

●● いろいろな血管くんの状態 ●●

元気なとき	ちょっと疲れたとき	がんばりすぎるとき	ボロボロのとき
血液がスムーズに流れているよ！	ストレスや疲れで血圧が一時的に上がることもあるんだ…	血圧が高い状態が続くと、ボクは傷ついて硬くなってしまうよ…	このままだと、動脈硬化や脳卒中・心筋梗塞などの原因になることも…

みんなにできること＝ボクを守ること！

塩分をひかえよう 1日6g未満が目安だよ！ 	バランスよく食べよう いろいろな食品を、バランスよくね！ 	体を動かそう ウォーキングがおすすめ！ 	お酒はほどほどに 飲みすぎると血圧が上がるよ！ 	禁煙しよう タバコは血管を傷つけるんだ… 	血圧を測ろう 朝と晩に測るとわかりやすいよ！
------------------------------	-------------------------------------	----------------------------	--------------------------------	-----------------------------	-------------------------------

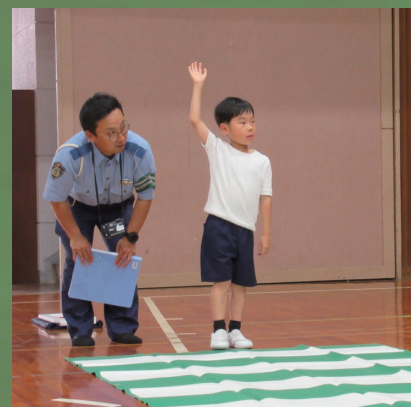
！ CKD（慢性腎臓病）の人へ
果物や野菜のとりすぎで、カリウム（K）が上がる場合があります。医師や管理栄養士の指導を受けながら、バランスよく食べましょう。

血管くんは、みんなの毎日の積み重ねで元気になります！一緒に、健康で長生きできる未来をつくらうね！





救命講習



交通安全教室



北山村の子どもたち



Tリーグから卓球台寄付



クリーン作戦



修学旅行



遠足



紀南くろしお乗放題券購入費補助について

実質12,000円で乗り放題

紀勢本線活性化促進協議会新宮白浜区間部会では、特急「くろしお」を便利にご利用いただけるよう、JRが新たに発売するサブスクリプション型特急券「紀南くろしお乗り放題特急券」の購入費に対し、5,000円の補助を行います。

内 容

1か月間、新宮・白浜間の特急「くろしお」が何度でも利用可能

販売価格

17,000円

※補助適用で実質12,000円

補助金額

5,000円

販売期間

令和9年1月31日(日)まで

※利用月の1日を利用開始日とし、利用開始日の14日前から前日まで、主要駅(新宮・紀伊勝浦・串本・白浜)の「みどりの券売機」で購入可能です。

詳しくは左記QRコードまたはお問い合わせ先へ。

お問い合わせ先

串本町役場企画課

☎0735-6210556



住民福祉課からのお知らせ

特定健診・後期高齢者健診・がん検診・肝炎ウイルス検査

日 時

令和8年9月18・19日(金・土)
8時〜9時30分

対象者

- ・特定健診(40歳以上の国保加入者)
- ・後期高齢者健診(75歳以上の後期医療加入者)
- ・がん検診(胃・肺・大腸40歳以上・前立腺50歳以上)
- ・肝炎ウイルス検査(40歳以上で過去に検査を受けていない方)

乳がん・子宮がん健診

日 時

令和8年10月21日(水) 13時〜15時

対象者

乳がん40歳以上・子宮がん20歳以上

どちらの健診も共通

場 所

北山村村民会館

自己負担・申込方法

無料 住民福祉課に電話申し込み

総務課からのお知らせ

4月1日から、「北山村村税等の滞納に対する制限措置に関する条例」が施行されました。

この条例は、村税等を納付する義務がある者(法人にあつては、その代表者)が、定められた納期限を経過しても納付しない場合に、村の行政サービスの提供を制限するものです。

対象となる村税等

個人村民税、法人村民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料、村営住宅使用料、駐車場使用料、水道使用料など

提供を制限される行政サービスの例

子育て応援祝金(出産祝金、入園入学祝金、結婚新生活支援事業補助金)、敬老祝金、火葬場使用料助成金、浄化槽設置整備事業補助金、交通空白地有償運送利用料助成金、高等学校通学費助成金、中学生海外語学研修補助金など

公証役場だより 第一話



皆さん、はじめまして！新宮公証役場公証人の三橋と申します。

このたび、「広報きたやま」に記事を連載させていただくことになりました。どうぞよろしくお願いいたします。

高齢者や障がいのある方の権利を守り、先代から引き継いだ、また、自身で築いてきた財産を、次代に引き継げるように、地域の皆様に、後見や相続・遺言などに関する情報を、読みやすい内容でお届けします。

◎公証人って、どんなことをする人ですか？はじめに、「公証人」の仕事を紹介します。

公証人とは、法務大臣により任命され、所属する法務局・地方法務局の指定を受けた公務員で、公証役場において「公証事務」を担当しています。

主な公証事務は「公正証書」の作成で、公正証書とは、遺言など当事者の意思に基づいて作成する文書や、金銭の支払いがない場合に裁判手続きを経ることなく直ちに強制執行のできる文書などのことです。その中で、皆さんに身近な遺言の公正証書を例に、簡単にその必要性やメリット等を紹介しましょう。

納期内納付を忘れずに！

村税や保険料は納期限を過ぎると延滞金が発生します。納め忘れがないように、村税や保険料等の納付には**口座振替**をご利用ください。

取扱金融機関

和歌山県農協、ゆうちょ銀行、三十三銀行

事業継承・引継ぎ支援センター

からのお知らせ

事業承継のご相談をお受けします

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。事業の円滑なバトンタッチをサポートし、スムーズな承継を支援します。

「後継者がいない」「子供や従業員に事業を継がせたい」「会社やお店を譲りたい」「何から準備すればよいか分からない」等々、お気軽にお問い合わせください。早めのご相談で不安を解消しましょう。詳しくは左記QRコードからご確認ください。



本人が亡くなった後で、残されたご家族は、その財産の相続のために、どんな手続きが必要になるでしょうか？

遺言がなければ、相続人間で、遺産の話し合いをしなければなりません。そのために、相続人は、本人の財産を把握し、他に相続人がいないか本人の過去に遡った戸籍謄本を取り寄せる必要があります。その上で、財産の配分について協議をし、分割協議書を作成して、相続人全員の署名・押印、印鑑証明書の添付などの手続きをします。手間が掛かり、とても面倒です。これら作業は、遺言がなければ、相続財産の多少に関係なく必要です。

もし、遺言の公正証書があれば、遺言者の死亡事実が記載された戸籍謄本と相続の手続きをする遺言執行者の本人確認資料のみで、比較的簡単に、短時間で、本人口座からの解約や払出し、相続登記の手続きなど、相続手続きを済ませることがができます。

新宮公証役場 公証人 三橋 豊

☎0735-2112344

平日午前9時〜午後5時

(無料)



消防団だより NO.7

消防団は、消防組織法に基づき各市町村に設置されている公的な消防機関です。

普段は別の仕事や学業に就いている地域住民が、「非常勤の地方公務員」として、火災時の消火活動や地震・風水害などの大規模災害時の救助・避難誘導を行い、地域の安全を守っています。

女性消防団より

令和8年4月より女性消防団に2名が入団しましたので、ご紹介させていただきます。

七色地区 岡田 香代 さん

七色地区 池田 愛莉 さん

女性消防団員 合計16名

新メンバーを迎え、気を引き締め頑張ります。



令和8年3月15日に消防団の訓練があり、背負い式水のう（ファイヤーハンター）や無線の訓練等を行いました。右の写真が訓練時の様子です。

5月2日に奈良県で発生したM5.7の地震では、奈良・和歌山・三重の各地で最大震度4が、北山村では震度3が観測されました。大きな地震のように感じ、南海トラフ？と思った方も多かったのでは……。その日の夜は枕元に履物と非常持出袋をおいて眠りました。

6月下旬には台風7号・8号が連続して襲来しましたね。大きな被害がなくて良かったです。台風はある程度の予測ができるので、明るい時間帯に避難所を開設して、早めの避難が呼びかけられています。



女子消防団頑張っております

ひとこと！

避難したら「役場の職員が待機してくれるから悪いわ」という声を聞きましたが、現在、避難所が開設されれば、避難者がいなくても、職員は待機する事になっています。

特に夜間や早朝、風雨がひどくなってからの避難は非常に危険ですので避難が困難になる前にためらわず早めの避難を心がけましょう！



命を守る行動を、レベルに合わせて。

新しい防災気象情報は、5段階の警戒レベルでわかりやすくお知らせします。

大きく
変わりました

警戒 レベル	高潮 海水面の上昇や 波の打上げによる浸水	土砂災害 急傾斜地のがけ崩れや 土石流。	大雨 低地の浸水や 大河川以外の氾濫	河川氾濫 1級河川などの 大きな河川の氾濫	住民が とるべき行動	避難情報等 (市町村が発令)
5 相当	レベル5 高潮特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 氾濫特別警報	命の危険 直ちに安全確保！	5 緊急安全確保

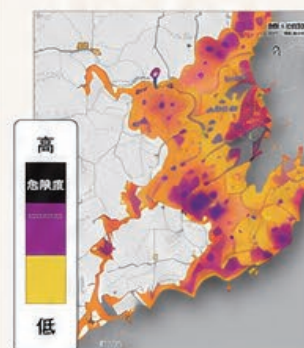
< 警戒レベル4までに危険な場所から かならず避難！ >

4 相当	レベル4 高潮危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 氾濫危険警報	危険な場所から 全員避難	4 避難指示
3 相当	レベル3 高潮警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 大雨警報	レベル3 氾濫警報	避難に時間を要する人 は早めに避難、避難の 準備など	3 高齢者等避難 (警戒レベル3(高齢者等避難)に相当)
2 (気象台が 発表する情報→)	レベル2 高潮注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 氾濫注意報	避難行動を確認 (避難場所や避難ルート、 避難のタイミングなど)	2 —
1 (気象台が 発表する情報→)	早期注意情報				災害への心構えを高める	1 —

このあとどうなる？ をチェックしよう

警報等の情報が発表された際には、危険度を地図上に示したキキクルや、今後の危険度の推移を示した時系列情報（明日までの警報等の見通し）などを、気象庁ホームページで確認してください。

▼キキクル画面イメージ
10分ごとに更新される



▼時系列情報
(明日までの警報等の見通し)

	今日	明日
	18 21 0 3 6 9 12 15 18	
大雨 (土砂災害)		
大雨 (浸水害)		
洪水		

災害が起きる前に何をすべきか、レベルごとにチェック！

時間推移のイメージ

数日前～
1日前

レベル1 早期注意情報

・災害への心構えを一段高める

半日前～
数時間前

レベル2 注意報

・ハザードマップ等で災害リスクを再確認する
・自治体から発表される避難情報の把握手段を再確認する
・避難に時間がかかる高齢者等は危険な場所から避難する

数時間～
3時間前

レベル3 警報

・高齢者等以外の人も必要に応じて
避難の準備や自主避難
・危険な場所から全員避難する

2時間～
0時間前

レベル4 危険警報

※台風などにより暴風が予想される場合は、
暴風が吹き始める前に避難を完了
・すでに安全な避難ができず、命が危険な状況

災害発生

レベル5 特別警報

・今いる場所よりも安全な場所へ直ちに移動等する

災害の情報、どう受け取る？



警報・注意報や気象防災情報は、テレビ、ラジオ、インターネット、防災アプリ、自治体の防災無線などを通じて伝えられます。あらかじめ情報入手手段の確認をお願いします。

詳しくはこちら



Be prepared
for tomorrow.



広報きたやま
2026 NO.269

■発行 北山村役場 企画振興課
〒647-1603 和歌山県東牟婁郡北山村大沼42番地
TEL: 0735-49-2331 FAX: 0735-49-2207

村の人口
7月1日現在
人口 372人(-5) 男性 182人(-1)
世帯数 229戸(-3) 女性 190人(-4)
高齢化率 41.7% ※()内は前号比

世界で学び、ふるさとで活躍

北山村では、保育所から中学校までのALT（外国語指導助手）による英語教育に加え、中学生を対象とした海外語学研修を実施し、国際感覚や実践的な英語力を育む取組を進めています。

高校1年生の中村心優さんは、海外語学研修で体験した現地での生活や交流を通じて、英語で伝える楽しさや異文化への理解を深めました。

中村さんは、これまでに培った語学力と経験を活かして、現在、北山村観光センターでアルバイトとして海外から訪れる観光客の筏下りの受付や観光案内などを担当し、さまざまな国や地域から訪れる外国人観光客とのコミュニケーションに積極的に取り組んでくれています。

村は、これからも子どもたちが世界に目を向け、将来、地域や国内外で活躍できる人材へと成長できるよう、英語教育や海外語学研修を通じた学びの機会を大切にしていきます。



広報担当の粹

ただいま

1年ぶりに広報担当へ戻ってきました。また、この広報担当を任されたことに身の引き締まる思いです。これまでの8年間の経験を大切にしながらも、初心に返り、心機一転、新たな気持ちで広報誌づくりに取り組んでまいります。村の魅力や身近な情報を分かりやすく、親しみを持って読んでいただける広報誌を目指して頑張ります。

余談ですが、最近ジムに通い始めました。早朝から筋トレに行くので少しつらい日もありますが、健康維持のために何とか現在半年間続けています(笑)。広報きたやまも筋トレと同じく、コツコツ積み重ねながら作っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

(広報担当：橋爪 大希)