

Susami Town Public Relations Magazine



広報

すさみ

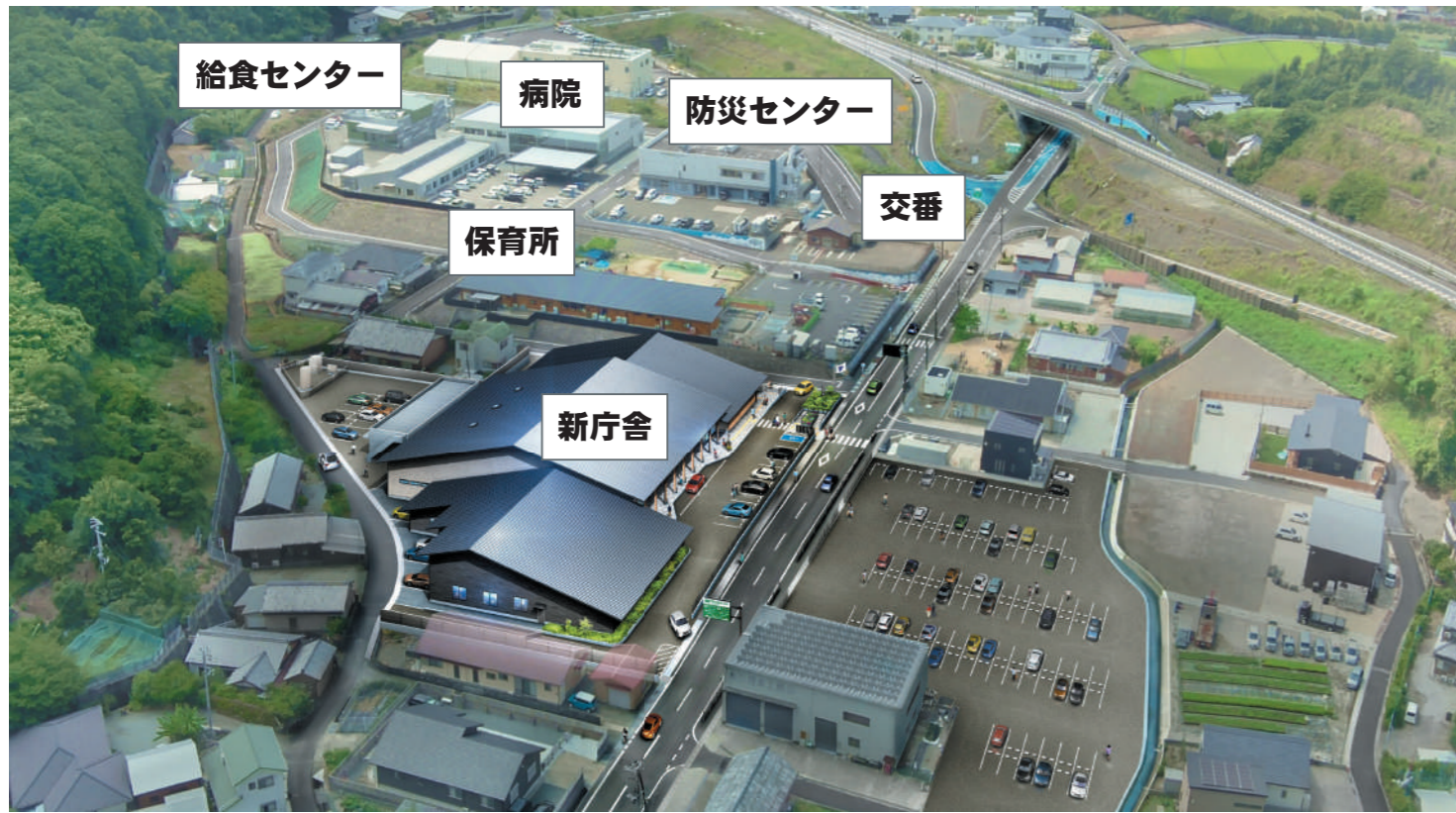
5

May 2026
No.191

わくわくが
いっぱい!

うれしい
ね





町産材を活かした「3棟構成」の平屋

構造材から内装まで紀州材をふんだんに使用した、温かみのある木造平屋建て。建物は、役割ごとに「執務」「議会」「ホール」の3つのエリアに分かれています。

執務エリア：壁のないオープンな配置により、職員がチーム一丸となって対応できます。

議会エリア：議場は、議会のない時には「会議室」としても有効活用できます。

ホールエリア：町民の皆さまが主役となる「オープンなホール」。休憩やサークル活動、地域行事など、誰もが気軽に集える「憩いの拠点」として活用いただけます。

令和9年春、新庁舎完成へ



なぜ移転するの？

現在の役場庁舎は南海トラフ巨大地震発生時、最大6.8mの津波が押し寄せ、2階天井付近まで浸水することが想定されています。新庁舎は、津波の心配がない高台(津波浸水区域外)に建設します。

周辺の病院、消防署、交番と連携し、災害時には町全体を指揮する「防災の司令塔」の役割を担います。

災害に強い拠点づくりと、将来を見据えた行政機能の再開

町では、将来の人口減少や職員不足を見据えた「持続可能な役場の仕組みづくり」を進めています。

今回の移転の大きな目的は、大規模災害時に町民の皆さまを守る「防災拠点」の確保と、限られた人員でも質の高い行政サービスを維持するための「組織改編」です。

新庁舎概要

〈敷地面積〉5,975.04㎡
 〈延べ床面積(構造)〉
 庁舎 2,644.95㎡(庁舎木造)
 書庫 154㎡(書庫RC造)
 〈階数〉1階
 〈駐車台数〉
 庁舎：40台

建設スケジュール

	2025年(R7)	2026年(R8)		2027年(R9)
	下半期	上半期	下半期	春
土台づくり	■	■	■	
建造物		■	■	
中身/設備			■	
仕上げ				■

令和8年4月現在、建物の土台となる「基礎工事」を進めています。工事のスケジュールについては、今後の社会情勢による資材供給への影響や天候などにより、変更となる場合があります。現時点での目安としてご理解いただけますと幸いです。



令和8年4月8日現在

【近隣の皆さまへ】

工事中は車両の通行や騒音などでご不便をおかけしますが、安全第一で進めてまいります。ご理解とご協力をお願い申し上げます。

南海トラフ巨大地震 基準水位6.8m(最大値)

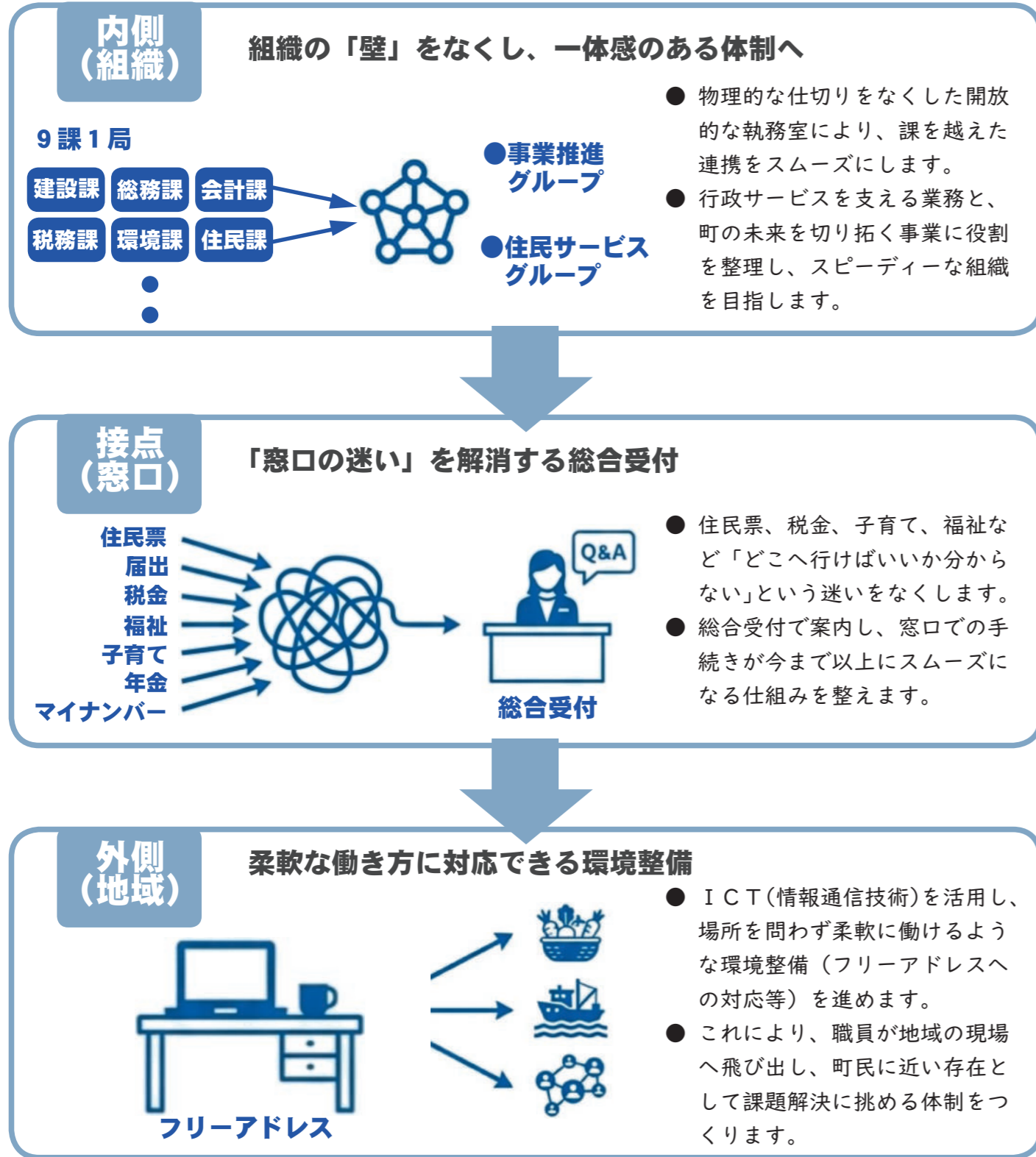
現庁舎

防災拠点

新庁舎 / 病院 / 消防署 / 交番

新しくなるのは「建物」だけじゃない

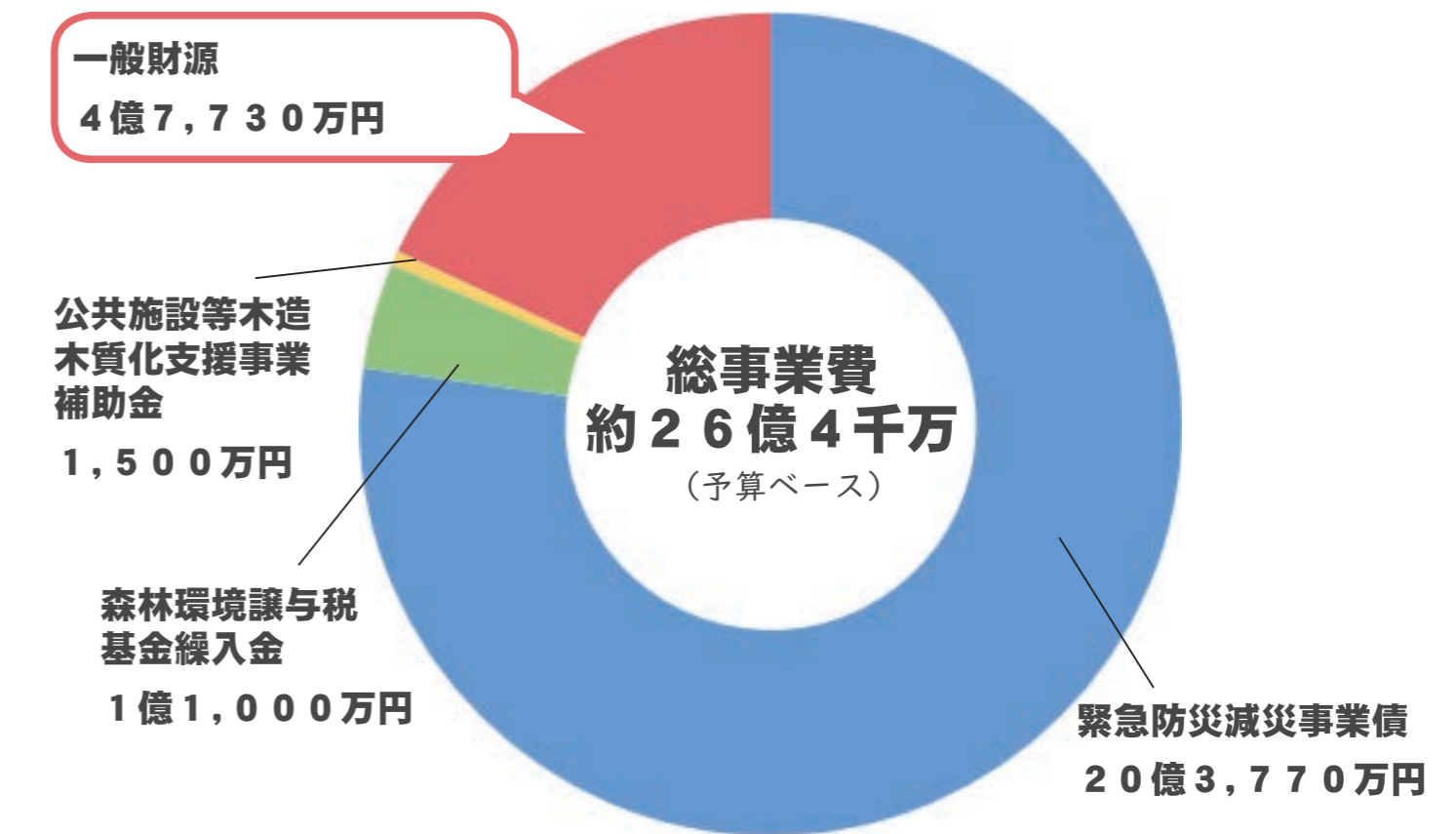
壁のないオープンな新庁舎に合わせて、役場の「サービス」そのものを大きく刷新します。



ワクワクする未来に向けて、挑戦してまいります。

新庁舎の完成はゴールではなく、新しいすさみ町をつくるためのスタート地点です。失敗を恐れず大胆な改革を進め、町民の皆さまとともに新しい価値が生まれる町へ。役場一丸となって挑戦してまいります。

新庁舎建設の事業費と財源内訳について



総事業費と主な内訳

新庁舎建設に関する総事業費は、システム整備や備品購入費などを含め、全体で約26億4,000万円(予算ベース)となっています。

このうち、建物本体の建設や設計、用地取得などに直接かかる事業費は約23億8,560万円を見込んでいます。

このうち、建物本体の建設や設計、用地取得などに直接かかる事業費は約23億8,560万円を見込んでいます。

●事業費

内訳		現計画
庁舎建設	庁舎建設工事	22億円
	庁舎用地購入	0.67億円
	建設工事設計	0.43億円
	造成工事	0.35億円
	建設工事監理	0.20億円
	諸経費	0.17億円
庁舎備品購入		1.13億円
システム関係		1.46億円
合計		26.40億円

将来負担を軽減する財源構成

大規模な事業を行うにあたり、将来世代への財政負担を軽減するため、国や県の補助制度を最大限に活用しています。

【主な財源内訳】

- 緊急防災減災事業債(20億3,770万円): 借入額の70%が後日、国から地方交付税として補填される制度です。
- 森林環境譲与税基金繰入金(1億1,000万円): 地元の木材活用や森林整備のための財源を充当しています。
- 公共施設等木造木質化支援事業補助金(1,500万円): 和歌山県からの補助金を活用しています。

●財源

内訳		現計画
補助金	公共施設等木造木質化支援事業補助金	0.15億円
地方債	緊急防災減災事業債	20.38億円
その他	森林環境譲与税基金繰入金	1.10億円
	一般財源	4.77億円
合計		26.40億円

※総事業費は契約額の確定により、減少する見通しです。

SUSAMI TOPICS

まちの話題

町内で行われたイベントや行事の様子をお届けします。



3/20 みんなで卓球!

周参見中学校体育館で、卓球フェスを開催しました。

正しいラケットの持ち方や打ち方を丁寧に教えてもらい、いざ実践。

参加者たちは、順番にラリーをしたり試合をしたりと、少し本格的な卓球を楽しみました。

3/22 音楽で盛り上がる休日

イコラでミュージックフェスが開催されました。軽音楽部によるライブ演奏の後、片岡ゆきさんらによるレコ発ツアーが行われ、ステージでは素敵な音楽が優雅に響きました。

来場者は、曲にのってリズムをとったり、ゆったりと流れる時間を感じたり、それぞれに音楽を楽しんでいる様子でした。



4/4 華やかに春を迎える

平松女性部の皆さんが主催の、おひなまつりが開催されました。

3月から展示されている、美しく華やかな雑壇が来場者をお出迎え。当日はあいにくの雨模様でしたが、販売されたお寿司は早々に売り切れになるなど、たくさんの方に華やかな春の訪れをお届けできた1日となりました。



3/26 さようなら保育園!

周参見保育所で卒園式が行われ、9名の園児が大きく成長した姿で園舎に別れを告げました。



Congratulations!

はじまりの春。 新しい一歩。

4月8日に周参見中学校、小学校で入学式が行われ、中学生26名、小学生9名が新たな学校生活をスタートしました。

中学校では、真新しい制服に身を包んだ新入生が真剣なまなざしで校長先生からの「小さな目標でもいい。小学校よりも短い学校生活を目標に向かって有意義に過ごしてほしい。」という言葉聞き、身を引き締めました。

小学校では、ピカピカのランドセルを背負い校門をくぐった新入児が、先生から呼ばれた名前に元気よく「はい」と返事し、それぞれこれから始まる学校生活に心を躍らせていました。

Welcome to your journey!



お知らせ
03

合併処理浄化槽修繕事業
補助金の実施

問 環境保健課 環境衛生係
☎55-4803

経年劣化により破損した合併処理浄化槽本体の更新・改築に対し、補助事業を実施します。
※申請される際には、事前に担当までご連絡ください。

◆補助額

人槽	区分	1基あたりの限度額	備考
5～50人槽	ブロワの交換	21,000円	修繕に係る実支出額の50%と、この表の1基あたりの限度額を比較して少ない方の額を交付。
	水中ポンプの交換	54,000円	
	マンホールの交換（樹脂製）	14,000円	
	マンホールの交換（鉄製）	60,000円	
	躯体・仕切り版の補修	61,000円	
5人槽	合併処理浄化槽本体設置（更新）	210,000円	
6～7人槽		270,000円	
8～50人槽		360,000円	
5～50人槽	合併処理浄化槽撤去費	90,000円	清掃費用、撤去工事費用および処分に要する費用に限る。

◆事業期間 令和8年5月1日（金）～令和9年2月26日（金）

- ◆要件
- ①浄化槽法に定められた適正な維持管理（保守点検・法定検査・汲み取り）を申請日から過去3年間継続実施し、今後も継続実施すること。
 - ②合併処理浄化槽本体の更新に関しては設置から10年以上が経過している。
 - ③劣化や破損があり、技術的・経済的な要因から補修等を行うより更新を行うことが合理的である。
 - ④その他（すさみ町合併処理浄化槽修繕補助金交付要綱参照）
- ※予算の上限に達した場合は、年度途中でも受付を終了します。

お知らせ
04

簡易水洗設置整備事業

問 環境保健課 環境衛生係
☎55-4803

非水洗トイレを簡易水洗トイレに改修する工事に対し、補助事業を実施します。

- ◆補助率 2分の1（補助金の上限は20万円）
- ◆補助対象経費（概要） 簡易水洗トイレの設置に必要な経費（物品・工事費）
- ◆申請受付件数 3件（先着順）
- ◆申請期間 令和8年5月1日（金）～令和9年2月26日（金）
- ◆要件
- ①町に住民登録されている方 ※設置時に住民登録されることが確実な方含む
 - ②町内の居住地に合併処理浄化槽の設置が困難な方
- ◆申請方法
- ・本人が申請してください
 - ・申請書等は役場環境保健課、江住支所、佐本出張所、町のホームページから入手できます。
- ※申請される際には、事前に担当までご連絡ください。

お知らせ
01

ご確認ください！
大型連休の休業日

問 各担当・事務所に
お問い合わせください

【休日の対応】

休日は出生・婚姻・死亡届の受付のみ。
各種証明書の発行はできません。

		5月					
		1日 (金)	2日 (土)	3日 (日)	4日 (月)	5日 (火)	6日 (水)
役場	☎55-2004	開庁	休み				
すさみ病院	☎55-2065	開院	休み				
総合センター	☎55-3037	開館	休み				
イコラ	☎33-7773	開館					
ごみ 収集	周参見・太間川地区	収集	休み				収集
	上記以外の地区	収集	休み				
ごみ焼却場（持ち込み）☎55-3200		開場	休み				
埋立処分場	☎52-2652	休み	開場	休み			
し尿収集	☎55-2424	収集	休み				

お知らせ
02

消費者相談窓口
共同設置

問 消費者ホットライン
☎188（局番なし）
総務課
☎55-4802

田辺市、白浜町、上富田町、すさみ町で、消費者生活相談窓口を共同設置しました。
従来よりも相談できる日が増えます。困ったときはお気軽にご相談ください。

- ◆対象
田辺市または西牟婁郡に在住の個人消費者
- ◆相談内容
消費者と事業者との商品やサービス、契約などに関するトラブル
※個人間のトラブルや事業者からの相談は受け付けていません。
- ◆開設日時
平日 13時～16時（相談員対応時間）

対面相談
場所：田辺市役所5階 自治振興課

電話相談
消費者ホットライン
☎188（局番なし）

WEBフォームによる相談受付
申し込みフォームより受付。
※お急ぎの場合は対面か電話
でご相談ください。



お知らせ
07

気軽にご相談ください！
ひきこもり・就職相談の実施

問 環境保健課 ☎55-4803
ひなたの森 ☎33-7850
南紀若者サポートステーション
☎25-2111

誰にも相談できずに家族だけで抱え込んでいませんか。お悩みや気になっていることなど、まずはお話しください。

◆対象

*ひきこもり相談：ひなたの森

15歳以上で、ひきこもり状態(学校や仕事、家族以外との親密な対人関係がない状態が6か月以上続いている状態)にある方。

ひきこもりから外出できるようになり、居場所を必要とする方、もしくはそのご家族

*就職相談：南紀若者サポートステーション

働くことに不安のある15～49歳の方や、そのご家族

◆日程

令和8年5月20日(水)
8月19日(水)
11月18日(水)
令和9年2月17日(水)

◆時間

午後1時30分～3時

◆場所

住民福祉会館
(家庭訪問もできます)

◆申込方法

相談は予約制です。

学校に行けていない

就労に不安がある

コミュニケーションが苦手



お知らせ
08

フレイル予防教室に
参加しませんか？

問 地域包括支援センター
☎55-4670

いつまでも元気で！若返りの実施講座を開催します。お申込みは地域包括支援センターまでご連絡ください。

◆日時・場所

13:30～15:30

口和深集会所

5月22日(金)
6月19日(金)
7月17日(金)
8月21日(金)
申し込み締め切り
5月15日(金)
*定員：20名

イコラ

8月7日(金)
9月18日(金)
10月16日(金)
11月20日(金)
申し込み締め切り
7月31日(金)
*定員：20名

*できるだけ4回の講座を受講してください。

運動講座・体操

体を動かして元気に

健康運動指導士



お口の体操

話す・食べる力を大切に

歯科衛生士



低栄養予防

しっかり栄養補給

栄養士



お知らせ
05

しっかり予防しましょう
带状疱疹予防接種の費用を助成します

問 環境保健課 保健師
☎55-4803

带状疱疹(胴巻きともいわれている)は、水ぼうそうのウイルスが原因で起こります。ピリピリとした痛みから始まり、赤い発疹が帯状に広がります。失明、難聴などの後遺症や神経痛が残る場合があります。

◆対象者

①法に基づく予防接種の対象者

・令和8年4月2日～令和9年4月1日の期間に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方。

※対象の方には個別通知します。

詳しくは案内をご覧ください。

費用助成の種別

ワクチンの種類	接種回数	自己負担額
生ワクチン 「ビケン」 (水痘ワクチン)	1回	3,000円
組換えワクチン 「シングリックス」 (带状疱疹ワクチン)	2回	7,000円/回

次の方で接種を希望する場合は、担当までご連絡ください。

・60歳～65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスにより日常生活が極度に制限される程度の障がいがある方。

②町独自の助成事業

(該当する方はご連絡ください)

・法に基づかない予防接種の対象者
・①以外の方で令和9年3月末までに50歳以上になる町民の方。

・過去に公費による助成を受けていない方。

※1人1回限り4,000円を助成



お知らせ
06

後期高齢者医療制度にご加入の方へ
ジェネリック使用促進のご案内

問 住民生活課 後期高齢者係
☎55-4804
和歌山県後期高齢者医療広域連合会
☎073-428-6688

5月から6月にかけてジェネリック医薬品使用促進の案内を送付しています。

この案内は、現在処方を受けている薬をジェネリック医薬品に切り替えると、薬代がどれくらい軽減できるのかをお伝えするもので、ジェネリック医薬品への切り替えを強制するものではありません。切り替えの参考としてご活用ください。

◆対象の方

※すべての方が対象ではありません

1か月に14日以上のお薬を処方され、ジェネリック医薬品に切り替えた場合、1か月の自己負担額が200円以上軽減される可能性がある方。

◆ジェネリック医薬品とは

先発医薬品(新薬)の特許が終了したあとに発売される、新薬と同等の品質・有効性・安全性を持つと国から認められた医薬品です。開発費が抑えられるため、新薬より低価格で提供され経済的です。

お薬によっては、ジェネリック医薬品への切り替えができない場合もあります。

切り替えを希望される方は、かかりつけの医師又は薬剤師にご相談ください。

医療保険財政の改善を図るためにも、ジェネリック医薬品の普及が重要です。お薬代の軽減につながる、ジェネリック医薬品の利用をご検討ください。



募集
01

人を守る。という、やりがい。
自衛官を募集します！

問 自衛隊和歌山地方協力本部
☎24-6219



幹部候補曹を募集します。

*幹部候補曹：数年間、曹として勤務を経て将来幹部として活躍する者を採用する制度。

◆受験資格

日本国籍を有し、自衛隊法第38条に該当しない者で以下のとおり。

・20歳以上33未満の方

◆試験

試験項目	受付期限	試験期日	試験区分	試験会場
幹部候補曹	6月5日(金)	1次：6月13日(土)	筆記試験 ・一般教養専門	自衛隊和歌山 地方協力本部庁舎

※1次試験は、各都道府県に設けた試験会場での受験が可能です。



smart city project
すさみスマートシティ事業

今日のテーマ

スマートシティ実行計画
改定しました

すさみスマートシティ推進コンソーシアムではスマートシティ実行計画を策定し、関連する実証実験と実装化を進めています。

令和8年4月10日に計画を改定しました。
詳しくは町ホームページのスマートシティ実行計画のページをご確認ください。

すさみ町3Dマップ(立体地図)

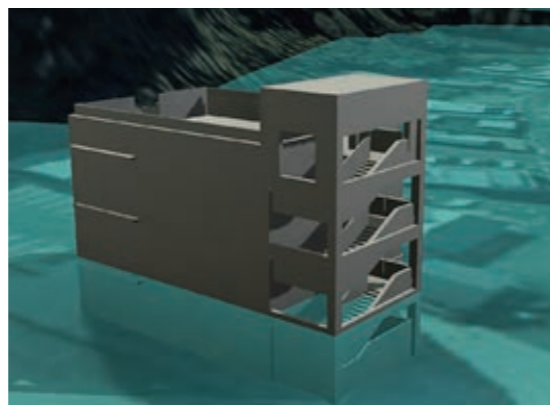
安心安全なドローン航路作成、立体的で分かりやすいハザードマップの可視化のため町内全域の3Dマップを作成しました。

3Dマップはインターネットでも公開されていますのでご覧ください。

すさみしるべ
町の情報を地図で確認！
防災時にも役立ちます。



津波避難ビル津波浸水シミュレーション



←町全域の南海トラフ地震発生時の最大津波浸水想定と津波避難所一覧

問 地域未来課 ☎55-4801

お知らせ
11 高校通学等 補助事業

問 教育総務課 ☎55-2146

高校通学等に要する費用を補助します。
助成額は、町内のご自宅の最寄り駅から、学校所在地の最寄り駅までの定期券購入代です。9月末(上期)と3月末(下期)に助成しています。申込書を年2回(6月上旬頃、11月下旬頃)、対象となるご家庭に送付します。期日までに必要書類を教育総務課に提出してください。

◆申請に必要な書類

- ・申込書
- ・在学証明書



お知らせ
09 白浜なぎさホームのご案内

問 住民生活課 ☎55-4804

白浜なぎさホームは、紀南地方児童福祉施設組合で運営している生活支援施設です。

18歳未満の子どもを養育している母子家庭または何らかの事情で離婚の届け出ができないなど、母子家庭に準ずる家庭の女性が子どもと一緒に利用できる施設です。

居室を提供するほか、さまざまな事情で入所されたお母さんと子どもに対して心身と生活を安定するための相談、援助を進めながら自立を支援しています。

詳しくはお問い合わせください。



お知らせ
12 オオキンケイギクの駆除

問 産業振興課 ☎55-4805
環境省田辺管理官事務所
☎34-5061

*オオキンケイギクとは？

明治中期に、鑑賞用・緑化用として輸入された外来種

*なぜ駆除が必要？

繁殖力が強く強健なため、日本に昔からある植物を駆逐してしまいます。
希少な植物を守るため、外来植物の駆除が必要です。

*取り扱いに注意して
除去しよう

- 個人で除去：
花が咲いていることを確認し、地上部のみを刈り取ってください。
- 地区など団体で除去：
担当までご連絡ください。

※根ごと掘り取る場合は、その場でゴミ袋に入れたまま数日、日光に晒すなどして枯死させてから運んでください。



お知らせ
10 被害者支援無料相談

問 (公社)紀の国被害者支援センター
☎073-427-1000

犯罪や交通事故などの被害者やその家族の方などを対象にした「被害者支援無料相談」を開催します。

これは、犯罪や交通事故などの被害に遭われた方やその家族の方などからの電話および面接による相談を受け付けるもので、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。安心してご相談ください。

- ◆料金 無料
- ◆日時 5月30日(土)10時~16時
*最終受付は15時30分
*面接相談はなるべく事前に予約をしてください。
- ◆場所 田辺市民総合センター



#7119は急なケガや病気で不安な住民に安心を提供します

「救急車を呼んだ方がいいのか」、「病院に行った方がいいのか」など判断に迷った場合、「#7119」にかけると電話口で医師、看護師、相談員が話を聞き、適切なアドバイスをしてくれます。

令和8年5月1日から利用できるようになります。ぜひご利用ください。

固定電話（IP電話・ひかり電話を除く）と携帯電話で利用可能。※相談は無料ですが、通話料は利用者負担となります。

- ◆家庭ではどんな備えが必要？**
- 災害時は、自分の身は自分で守る『自助』が基本です。家庭で、水害に対してどのような自助の備えをすべきか、4つのポイントを紹介します。
- (1) 「ハザードマップ」などで自宅や地域の水害リスクを知る
 - (2) 避難場所、避難経路を事前に確認する。
 - (3) 非常時の持ち出し品を事前に準備する。
 - (4) 家族が離れているときの安全確認の方法を決めておく。



「水防月間」とは、毎年のように各地で発生している豪雨や台風による水害から生命や財産を守り、地域住民の水防に関する理解を深めるため、毎年5月（北海道では6月）を「水防月間」と定めています。

5月は水防月間

問 すさみ消防署

5512237

申込

WEB 講習

◆申込方法
電話もしくは左記からお申し込みください。

◆定員 10人程度

◆日時
13日（水）13時～16時
17日（日）9時～12時
27日（水）9時～12時

※eラーニングを受講された方は集合時間が1時間後になります。（例：13日の場合 14時～）

◆会場 白浜町消防本部

毎月定期的に救命講習を開催しています。随時講習も受け付けています。事前にeラーニングで学習することで消防署での講習時間を短縮できます。

eラーニングは、パソコンやスマートフォンなどを利用し、場所や時間を選ばず、自分のペースで学習できます。受講日の1週間以内に学習することをおすすめします。

定期救命講習のお知らせ

救急車の適正利用にご協力ください！

救急車や隊員の数には限りがあります！緊急性のない要請は、重篤な傷病者の搬送に遅れを招きます。本当に救急車が必要な人の命を救うためにも適正利用にご協力をお願いします。

◆日置川消防署へ

署長	日下 晃伸
係長	真鍋 幸伸
主任	森山 好聡
主査	下岡 秀城
主事	戎嶋 一貴
	溝川 夢叶

◆白浜消防署へ

係長	浦 崇之
主任	沖田 朋也
主査	黒田 健人
主査	副井 基生



迷ったときは#7119

血圧計を新たに設置

明治安田生命保険相互会社様よりいただいた寄付を活用し、総合センターの1階と多世代交流施設イコラの入口に血圧計を設置しました。日々の健康管理や体調チェックに、どなたでもお気軽にご利用いただけます。定期的に測定することで、ご自身の体の変化に気づききっかけにもなります。ぜひこの機会に活用し、健康づくりにお役立てください。



小1に英語図鑑プレゼント

4月14日、町教育委員会から周参見小学校の1年生9名に英語図鑑がプレゼントされました。英語図鑑は専用のペンで図鑑の英単語をタッチすると、発音を教えてくれます。子ども達が将来、グローバル社会を生き抜く力を身につけてほしいという思いで贈られました。



和歌山ウェイブスが表敬訪問

4月2日（木）に関西独立リーグ所属の和歌山ウェイブスが町長を表敬訪問され、活躍を誓いました。チームには今季から、すさみ町出身の濱中悠希選手が加入しています。濱中選手は、リーグ優勝を目指すことはもちろん、「野球を通じて地元を盛り上げていきたいです。皆さま、応援よろしくお願ひします」と語ってくれました。



3月28日（土）には、小中学生の野球部員を対象とした野球教室を開催。選手の皆さんにご指導いただきました！



— Let's Cheer Them On! —

今季シーズンは4月4日から開幕！下記日程で「すさみDAY」が開催予定です。濱中選手、和歌山ウェイブスにエールを送りましょう！！



- ◆開催日：令和8年5月24日（日）
- ◆時間：12：00～ プレイボール
- ◆場所：上富田スポーツセンター野球場

税と保険料

町税・保険料の納期限は、次の表のとおりです。税金は滞納することなく期限までに納めましょう。期限を過ぎると、期間に応じた延滞金が必要です。口座振替をご利用の方は、納期限前に残高のご確認をお願いします。

※納期限はその月の末日です。末日が土曜日・日曜日・祝日の場合は、次の平日が納期限です。また12月の納期限は、金融機関の最終営業日です。

税金等の納付は口座振替で

町税等の納付には、便利な口座振替をぜひご利用ください。納税のために金融機関等に出向く必要がなくなり、納め忘れ防止になります。詳しくは、町内各金融機関や役場税務課までお問い合わせください。

今年度の町税・保険料等の納期限

後期高齢者医療保険料	介護保険料	軽自動車税	国民健康保険税	町県民税	固定資産税	納期限
		全期			第1期	6月1日
	第1期	軽自動車税の納付は年1回です。1年分の税金が4月1日現在の所有者に課税されます。年度途中で名義変更や廃車をしても割り戻しはありません。	第1期	第1期		6月30日
第1期	第2期		第2期	第2期	第2期	7月31日
第2期	第3期		第3期	第2期		8月31日
第3期	第4期		第4期	第3期	第3期	9月30日
第4期	第5期		第5期	第3期		11月2日
第5期	第6期		第6期		第4期	11月30日
第6期	第7期		第7期			12月30日
第7期	第8期		第8期	第4期		2月1日
第8期	第9期		第9期			3月1日
第9期	第10期		第10期			3月31日

【後期高齢者医療保険料】 住民生活課 ☎55-4804
 【介護保険料】 環境保健課 ☎55-4803
 【各種税金】 税務課 ☎55-4800

年金の豆知識

国民年金の保険料

令和8年4月～令和9年3月分までの国民年金保険料は、**月額17,920円**です。まとめて前払いすると、割引が適用されるのでお得です。

保険料の納め方

＊口座振替でのお支払い
 口座振替で納めると手間が省け、**早割や前納**で納めると保険料が割引されます。
 ＊納付書でのお支払い
 日本年金機構から送付される納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストア・電子納付(Pay-easy)・スマホアプリにて納めることができます。

＊クレジットカードでお支払い
 クレジットカードから継続的にお支払いいただく方法で、前納も可能です。

国民年金保険料免除等の申請

保険料が納め忘れの状態、障がいや死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。経済的な理由等で納付が困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度(50歳未満)」があります。

令和8年度分(令和8年7月分～令和9年6月分)の免除等の受付は令和8年7月1日から開始されます。また、申請時点の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請できます。失業等により保険料の納付が経済的に困難になったもの、申請を忘れていた期間がある方は、年金事務所または住民生活課年金係へご相談ください。

問 年金機構 田辺年金事務所 ☎24-0432
問 住民生活課 年金係 ☎55-4804

民生児童委員会だより

人権研修に参加して

3月24日、民生児童委員協議会では3月定例会にて、スクーリングウォーカーの稲田正樹氏を講師にお招きし、人権研修が開催されました。スクールウォーカーとは、子どもたちが抱えるいじめ、不登校、暴力行為、虐待などの問題を解消する支援を行う専門職です。

現在、全国の不登校生徒数は年々増加傾向にあり、不登校の要因には、人間関係や自律神経の不調、家庭環境などがあります。特に家庭環境による不登校では、「両親が子育てよりも自身の趣味等を優先している自己中心的な環境」、「ひとり親家庭の仕事と子育ての困難」などが挙げられました。スクールウォーカーとしての具体的な支援

5月12日は**民生委員・児童委員の日**！
 どんなことでも、お気軽にお声かけください

方法は、親の困りごとの相談を受けるだけでなく、複雑なニーズに対応し、「抱え込みを防ぐ存在」になることです。また、将来、子どもたちが安心して生活できる環境に改善することや、地域全体で子どもたちを支えることなどもあります。その一端に関わる私たち民生児童委員には、「励ましの言葉だけでなく、心配もしているよ」と、心に抱きながら子どもたちを見守ってほしい。」とのお言葉をいただきました。

稲田氏は、周参見小学校に隔週金曜日出勤されており、すみ町の現状は、「生活基盤がしっかりしていて、子育てがしやすい環境です。」とのご報告をいただきました。
 今回、稲田氏の具体例を交えた講義は、今後の私たち民生児童委員の活動に対する新たな視点を与えていただきました。

歴史民俗資料館だより

問 歴史民俗資料館 ☎55-4059
 社会教育課 ☎55-3037

ゴールデンウィークの開館日

歴史民俗資料館は、水、日、祝祭日は休館日となっていますが、ゴールデンウィーク期間中の下記日程は開館します。

◆開館日
 5月4日(月)、5日(火)
 午前9時～午後4時

ゴールデンウィークは
 すさみ町の歴史に
 ふれてみませんか？
 ご来館お待ちしております！



『いきいき百歳体操』のすすめ

町内各地で開催されているいきいき百歳体操。それぞれの開催場所、日時をご紹介します。
イスに座りながら、体の状態や体調に合わせて、どなたでも取り組むことができます。
初めて参加する方も大歓迎！ぜひお気軽にお越しください。

【周参見地区】

● 下一集会所	毎週火曜日	10:00～
● 多世代交流施設イコラ	毎週月曜日	13:30～
● 住民福祉会館	第2・4水曜日	13:30～
● 防地避難所	毎週木曜日	9:30～
● 太間川下区クラブ	第2・4水曜日	13:30～
● 平松集会所	毎週木曜日	10:00～
● 小泊生活改善センター	第1・3火曜日	13:30～
● 口和深集会所	不定期月1回	13:30～



いきいき百歳体操は、自主運営を最終目標にしていますが、自分たちだけで実施するのが不安な地区には地域包括支援センター職員やボランティアさんが出向いて、一緒に体操しています。
お気軽にご相談ください！

包括と一緒に元気な町づくりをしてくださ～い！

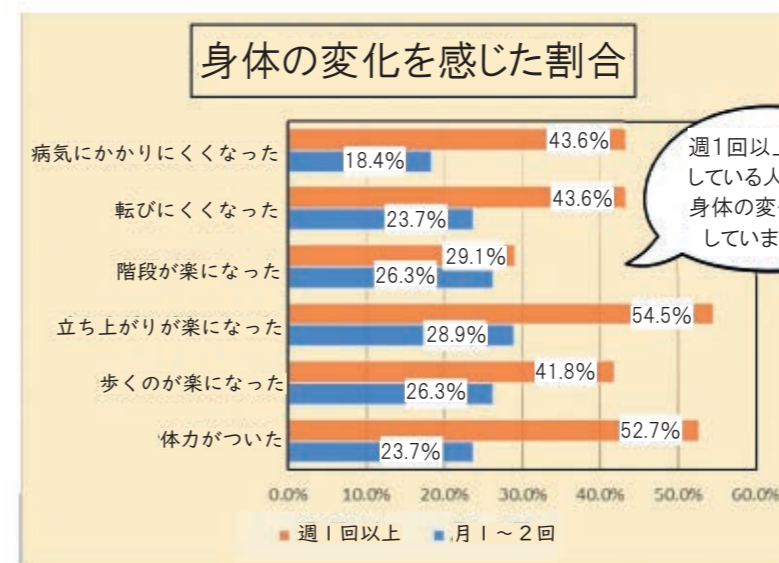
いきいき百歳体操サポーターを大募集！！

- 元気高齢者がどんどん増えているすさみ町ですが、さらに活気ある元気なまちにするため、一緒に活動していただけるボランティアさん（いき百サポーターズ）を募集しています。元気な町づくりにご協力をお願いします。
- ご興味がある方は地域包括支援センターにご連絡ください。
- **問** 地域包括支援センター ☎55-4670

いきいき百歳体操参加者アンケート結果

～全地区のいきいき百歳体操参加者95名が回答～

体操を始めてからの「からだ」「きもち」の変化について調査しました。



月1～2回でも体操している人は筋力維持できています！！

● 身体の変化

上のグラフのとおり、身体の変化を感じた割合は体操頻度により違いがありました。しかし、月1～2回体操している方の約7割が「変わらない」と回答しており、月1～2回の参加でも身体機能が低下することなく維持できていることがわかりました。

● 気持ちの変化

参加回数にかかわらず、「明るくなった」「楽しみができた」「健康的になった」と答えた方が6～7割おられました。週1回以上参加している人の方が月に1～2回の方比べて全ての項目で高くなっていました。

みなさん見るからに若くなり、表情がいきいきしています

アンケートのまとめ

筋力アップには週1回以上の体操が効果的
月1～2回でも機能維持はできています。



回数に関係なく通いの場は心の健康につながる

定期的にと人と会うと心も健康になっています。

参加者の声

効果を実感！うれしい報告が多数ありました(´▽`)

荷物を持つのが楽になった。

95歳まで健康寿命が伸びたと思います。

体が軽い。おしゃべりができて楽しい。

毎週参加するのが生きがいです。

みんなと会って、話をしたりして楽しいです。

自分に合ったエクササイズを、毎日30分続けています。

1.5km歩いています。

1日でも長く楽しく元気に過ごせるように、今から運動やおしゃべり始めませんか？

ボランティア広場

小学校4年生 福祉教育

目的：思いやりの心を育てる
いろいろな人を知り、自分たちに何ができるかを考える

3月3日から5日、全4時間で福祉教育を行いました。

その中で、昨年も講師として来ていただいた廣畑陽一さん（聴覚に障がいのある方）のお話を聞きました。耳が聞こえなくなった原因や、中学3年まで寮生活をして過ごしたろう学校での様子。高校は木工科のある大阪の学校に進学し、今も木工職人として働いていることなどをお話してくれました。また、日常生活について子どもたちからの質問にも答えていただき、その中でも手話通訳してくれる電話のアプリ（電話リレーサービス）があることを教えてもらい、実際の利用の様子もみせてもらいました。



他にも町で見かけるふくし道具やマークについても、だれにとってなぜ必要かを考えました。「ふくし」＝「ふだんのくらしのしあわせ」は自分、相手を「知ってもらう・知る」ことが大切です。これからもいろいろな人と出会い、いろいろなことを知って今の自分にできることをみつけてくれたらと思います。

これからの自分にできること（感想）

- ・相手のことを知って、何が必要なかを考える ・相手に合った対応をする
- ・障がいがあるからとかお年寄りだからとか差別、区別をしない
- ・～だからできないとか決めつけない ・他人の幸せを考える ・大切にする・手話をおぼえる

5月の相談日

相談内容・時間	場 所	地域福祉センター	江住ミニ福祉センター	佐本公民館
一般相談 午前（ 9：30～11：30） 午後（13：30～15：00）		20日（水）	13日（水） 午後のみ 予約制（※）	13日（水） 午前のみ 予約制（※）
法務相談・特設人権相談 （13：30～15：00）			13日（水） 予約制（※）	
弁護士相談 （13：30～15：00）		20日（水） 予約制（※）	※ 予約は前日までに、社協へご連絡ください。（☎55-4104）	

福祉・介護用品の貸出

電動ベッド・床ずれ防止用マット・車椅子は有料です。在庫数に関係なく一度社協にお問い合わせください。

貸出物品	在庫数
電動ベッド	5
床ずれ防止用マット	3
ポータブルトイレ	8
車椅子	18
入浴用手すり	6

貸出物品	在庫数
入浴台	3
松葉杖	2
入浴椅子	2
歩行器	3
非常用押しボタン送信機	1

4月10日現在

地域福祉推進助成事業

地域福祉推進助成事業は、地区や団体、サークル活動で地域福祉を目的とする自主的な活動に対し3万円を上限に、助成を行います。

※原則として下記サロン活動補助事業との併用は不可

【助成対象】

- ◆ 地域での助け合い活動に対する費用（子育て、高齢者の見守り、仲間づくりなど）
- ◆ 今年度、新たにサロン活動を始めるための費用 など

【助成できないもの】

- ◆ 弁当など飲食にかかるもの
- ◆ 高額な景品や、会館・集会所の備品など
- ◆ 地域での餅まき行事
- ◆ 行政の補助金や助成金が使えないもの（敬老会や遠足の費用、防災備品など）

【申し込み】

希望される団体は、5月末までに社会福祉協議会事務局までご連絡ください。

問 社会福祉協議会
☎55-4104

サロン活動補助事業

サロン活動補助事業は、地域で開催しているサロン活動に対し1開催3千円（上限12回）の補助を行うものです。

【助成対象】

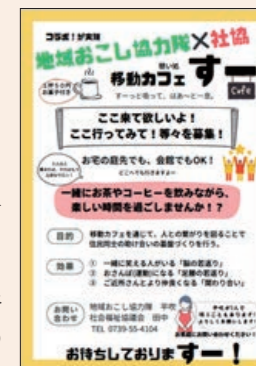
既存のサロン活動グループには、別途ご案内いたします。新たにサロン活動を考えている方は社会福祉協議会事務局までご連絡ください。



問 社会福祉協議会
☎55-4104

生活支援コーディネーターがゆく

「美味しい」から始まる
支え合い



コーヒーの香りに誘われて、みんなでおしゃべり！最近、ご近所の方とゆっくりお話したいけれど、わざわざ出かけるのも...」

そんな声にお応えして、地域おこし協力隊と社協がコラボする移動式カフェ『すーカフェ』が地域へ出向きます。

これは、単なるコーヒー販売ではなく、支え合いのまちづくりを目的に、地域の皆さんが自然に集まり、顔を合わせ、困った時には相談もできる「居場所」をつくる試みです。

世間話の中で、「最近、ゴミ出しが大変になった」「困ったときはどこに言えばよいの？」など、暮らしのちよっ

としたお悩み、気軽にお聞かせください。コーヒーと茶菓子セットで50円です。ぜひ、お声掛けください。ただし、助成を受けられているサロンは対象外とさせていただきますので、ご注意ください。

【参加者の声】

「家に居ると一日誰とも話さないこともあるけど、みんなのお喋りが楽しみです。」
(80代・女性)

『かんぱーい！』



見老津での様子

【ボランティア・担い手も募集中】

「カフェを手伝いたい」「案内役として参加したい」という方も大歓迎です。特別なスキルは必要ありません。あなたの「笑顔」を地域に届けてみませんか？

問 社会福祉協議会
☎55-4104



俳句 (俳句同好会)
 イノシシの荒した畑に桜散る 宇井清子
 卒業や自撮りの子らに空広し 下前薫
 咲き満ちてダムに被ざる桜かな 津村寿子
 母の日や遺影にそつと語りかけ 寺田しのぶ
 朝焼けを拝す日課の散歩かな 永山守東
 春の風キリンゆるりとあゆみをり 濱田泰

俳句・短歌

俳句

短歌

流水や流浪訊きたや春の海 吉田志津代
 月蝕や宇宙の神秘浅き春 庄下小百合
 デイケアやカラオケ「二輪草」 春隣り
 河川敷花咲き乱れ花粉とぶ 翔
 カレススキ我れに試練の アレルギー 千口
 嫁ぐ日に亡父が想いを詠んだ短歌 八川一雄
 慈愛の心永久に持つ かもめ
 はるの日のうららかなれど容赦なく 麻呂
 我を攻めくる雑草と戦ふ
 空の青映える桜に温かみ
 小鳥さええずり心満たさる 加藤恵子
 待望の野球などの放送で
 生きがいとなる毎日となり 水谷守

図書だより

公民館でゆったり読書をしてみませんか？
 各公民館の新刊をご紹介します。お気軽にお越しください！

題名	著者	題名	著者
周 おだんごどん	ガタロー☆マン	周 消えゆく動物たちを救え	ミリー・マロッタ
周 DANGER	村山由佳	周 デンマーク人の休む哲学	針貝有佳
周 失敗しない別荘民泊のはじめ方	羽田徹	周 はじめてでも「かわいい」がつくれる！かぎ針編みの、あみこもの	もちだあかり
江 誓いの証言	柚月裕子	江 イン・ザ・メガチャーチ	朝井リョウ
佐 くんちゃんのはたけしごと	ドロシー・マリノ	江 マザー・マダー	矢樹純
佐 良寛草庵雪夜作 やすらぎを筆に託して	吉川蕉仙	佐 ルピナスさん 小さなおばあさんのお話	バーバラ・クニー

周：周参見公民館 江：江住公民館 佐：佐本分館

What's Up, Susami !!

Clubs are a big part of Japanese school culture. They are usually required during middle school and encouraged throughout elementary and high school. This is pretty different from America, where participation in clubs and sports is never required and where someone having never participated in a club is fairly common. I have always loved sports from a young age, and I often ask people in Japan what club they were a part of during their school days as it gives me an excuse to talk about sports. My answer to that question, however, usually surprises people. From elementary school until graduating high school, I played American football, baseball, basketball, and track and field. Which to a Japanese person sounds like a lot of clubs! The key difference lies in that American clubs are usually seasonal. In elementary school, I played football from summer to fall, then when it became winter, I played basketball, then in spring I played baseball. In middle school, I quit baseball (because I was terrible at it) and ran track for a year before quitting and focusing on just football and basketball. This is obviously very different to Japan, where you typically choose one club at a time and focus on that year-round. I think that this is an interesting reflection of the cultures of both countries where America places a high value on versatility while Japan may value more of a commitment to the mastery of a particular skill over the acquisition of many.



部活動は日本文化の中で大きな役割を持っています。中学校では必須で小学校と高校では勧められています。アメリカでは部活動とかスポーツは必須ではなくて部活に入った事がない人も珍しくありません。僕は子どもの頃からスポーツが好きなので、日本に来てから皆に子供の頃の部活に入っていたのかよく聞いています。しかし、僕の答えには驚かれます。小学校から高校まで僕はアメフト、野球、バスケ、陸上をしていました。アメリカの部活はシーズンでスポーツが変わるから色々なスポーツが出来るのです。小学校では夏から秋までアメフト、冬になったらバスケ、春には野球をしていました。中学校に入ったら野球は辞め(あまり上手なくて)、1年間だけ陸上をして、アメフトとバスケに専念しました。日本では一つの部活を1年中するので全然違います。これは文化の違いを反映しているように思います。アメリカは多様性を強調し、日本は一つの事を継続して磨く大切さを表していると思います。

日本語訳：カオリ先生

寄付

(3月受付分 敬称略)

◎社会福祉協議会へ

口和深 畑山 美代
 田中 上野 和彦
 防地 原口 永
 本城 桂 信一
 加村 拓哉

◎各種団体へ

▽田中区 上野 和彦
 *田中区へ 原口 永
 ▽防地 桂 信一
 *防地区へ 加村 拓哉
 ▽原 中地 伸
 *原区へ 村田 朝子
 ▽下二
 *本城区へ
 ▽石橋
 *石橋区へ

およろこび

(3月受付分 敬称略)

地区 父母 出生児
 立野 瀬田 祐士
 好美

かなしみ (死亡)

地区 氏名 満年齢
 本城 桂 96歳
 防地 原口 90歳
 大関地 久保 スギ 100歳

人のうごき

(3月末日現在・前月比)

人口 3,344人 (-16)
 男 1,625人 (-5)
 女 1,719人 (-11)
 世帯 1,937戸 (-6)

5月カレンダー

(総) 総合センター (住) 住民福祉会館 (生) 生涯学習施設
 (イ) 多世代交流施設イコラ (地) 地域福祉センター
 (江) 江住公民館 (ミ) 江住ミニ福祉センター (佐) 佐本公民館

日	月	火	水	木	金	土
4月26日	27	28	29	30	5月1日	2
					障がい福祉相談 (役場) ☎26-4923 育児サークル (住)	ものづくり 広場 (佐)
3	4	5	6	7	8	9
イノブータン 王国建国 41周年祭					習字教室 (総) 生活自立支援 相談 (住)	洋裁教室 (生) ものづくり 広場 (佐)
	歴史民俗資料館 開館					
10	11	12	13	14	15	16
	母子相談 (住)	読み聞かせの会 (江) 百歳体操 (江佐)	百歳体操 (住) 一般相談 (ミ佐) 法務相談・特 設人権相談 (ミ)	障がい福祉相談 (役場) ☎26-4923 英会話教室 (総)	健康体操教室 (太極拳) (住) 地域食堂(夜) (イ) 習字教室 (佐)	
17	18	19	20	21	22	23
歩こう会		求職相談 (住) 百歳体操 (江) 手芸サークル (佐) 読み聞かせの会 (佐)	ひきこもり・ 就職相談(住) 一般相談・ 弁護士相談 (地)	育児サークル (住) 読み聞かせの会 (江)	地域食堂(昼) (イ) 習字教室 (江)	小中合同運動会 洋裁教室 (生)
24	25	26	27	28	29	30
		セット検診 (江) 百歳体操 (江) 洋裁編み物教室 (佐)	百歳体操 (住)	英会話教室 (総)		読み聞かせの会 (総)
31	6月1日	2	3	4	5	6



地域食堂 お問い合わせ先
 ☎080-2560-6248 (代表:下向井)