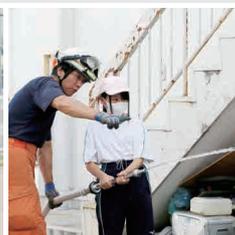
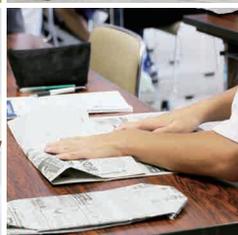


「もしも」
の時に備えて



防災ジュニアリーダー育成講座

市内中学生の希望者が、普通救命講習や救助訓練などを体験。
防災に関する知識や技術を習得した防災ジュニアリーダーを育成しています。



CONTENTS

- 介護予防講演会を開催します！・・・P 3
- スマートフォン教室を開催します！・・・P 4
- 住まいの耐震化を考えてみませんか？・・・P 8
- 子育てコーナー・・・P 18～
- 岩出市安心・安全メール配信サービス・・・P 20

地域防災訓練のお知らせ



- 日時 10月22日(日) 午前9時～
- 訓練会場 市内6小学校、船山地区公民館

防災ジュニアリーダーも活躍します！
詳しくは、同時配布のチラシでご確認ください。

救急医療功労者知事表彰

かさの やすお
笠野 泰生 (殿田胃腸肛門病院)

やまが ひろのぶ
山家 宏宣 (公立那賀病院)



いわで夏まつりへの募金のお礼

「令和5年度 いわで夏まつり」募金活動につきましては、多くの皆様からご厚志を賜り、誠にありがとうございました。

市内公共施設や夏まつり会場等に募金箱を設置し、皆様から120,217円の募金をお寄せいただき、夏まつりの運営資金として有効に使わせていただきました。

今後もいわで夏まつりを「市民がつくる 市民のまつり」として開催していけるよう、これからもご支援ご協力をよろしくお願い申し上げます。

いわで夏まつり実行委員会
実行委員長 安村 勝彦



～4年ぶりのいわで夏まつり～ 夏の思い出。



8月26日開催



健

topics
1

介護予防講演会を開催します！

☎ 保険介護課 地域包括支援センター
☎ 62-2141

「すっきりとした毎日を送るためのフレイル予防」

最近よく耳にするフレイルとは、虚弱を意味し、加齢とともに心身の活力が低下した状態のことを言います。いつまでも生き生きと自分らしく生活していくためには、フレイル予防の取り組みが不可欠です。

みんなでフレイル予防に必要な知識や運動を学びませんか？さらに、肩こりや猫背予防の体操で、心も体もすっきりしましょう！

対象者 岩出市在住で 65 歳以上の方

日時 11 月 13 日(月) 午後 2 時～3 時 30 分

講師

NPO 法人 ヘルスプロモーション研究センター
上級フレイルトレーナー 谷口 和也さん

場所 総合保健福祉センター 3 階 多目的ホール

定員 先着 100 名 参加費 無料

申込方法 電話で申込み

申込期間 10 月 2 日(月)～31 日(火)

(当日手話通訳を希望される方は、10 月 16 日(月)までに FAX (61-6931) 等でお申し込みください。)

※動きやすい服装とスニーカーでお越しください。

※水分補給のための飲み物をお持ちください。

topics
2

“ 市政懇談会 ” を開催します！

☎ 市長公室 市民ふれあい係
☎ 62-2141

市のまちづくりの方向性や今年度の主な施策について、市民のみなさんにお知らせし、行政と市民のみなさんが直接対話することで“ 地域の声 ” をまちづくりに活かすことを目的に岩出市区・自治会長会と共催します。

※状況により日程等を変更または中止する場合があります。その際は、事前に開催通知文を送付した対象地区の代表者の方にご連絡します。

令和 5 年度市政懇談会スケジュール表

開催日時		開催場所	参加地区名
10 月 16 日(月)	午後 7 時	根来地区公民館	森・堀口・今中・川尻
10 月 18 日(水)	午後 7 時	岩出地区公民館	大町・高塚・清水・宮
10 月 21 日(土)	午前 10 時	桜台地区公民館	根来・安上・押川・尼ヶ辻・桜台
	午後 1 時 30 分		山田・北大池・南大池・東坂本・新田広芝
10 月 23 日(月)	午後 7 時	船山地区公民館	船戸・山崎
10 月 25 日(水)	午後 7 時	岡田集会所	岡田・溝川
10 月 28 日(土)	午前 10 時	総合保健福祉センター	中黒・中島・吉田・湯窪・赤垣内・曾屋・金屋・畑毛
	午後 1 時 30 分		山・境谷・相谷・原・西安上・金池・波分・紀泉台
10 月 30 日(月)	午後 7 時	上岩出地区公民館	水栖・野上野・西国分
11 月 1 日(水)	午後 7 時	岩出市役所	荊本・中迫・西野・高瀬・備前

topics
3

スマートフォン教室を開催します！

☎ J:COM スマホ教室受付ダイヤル
☎ 0120-197-392

市内の公民館でスマートフォンの基本的な使い方から、デジタルを活用した様々な行政手続きの方法まで無料で学べる初心者向けスマホ教室を開催します。

対象 岩出市在住の方

※スマホをお持ちでない方は、申込の際にお伝えください。

申込期間・申込方法

10月3日(火)午前10時から電話にて受付開始

※各回先着順・定員になり次第締切

▶ J:COM スマホ教室受付ダイヤル

☎ 0120-197-392 / 午前10時～午後7時

日時・場所

- 10月13日(金) 岩出地区公民館
- 10月20日(金) 山崎地区公民館
- 10月30日(月) 上岩出地区公民館
- 11月6日(月) 根来地区公民館

講座内容 各会場で同じ内容の講座を開催します。
(定員8名)

受講料 無料

	時間	内容	定員
午前の部	午前9時30分～ 午後0時30分	【初心者の方向け】 ●電源の入れ方 ●電話・カメラの使い方 ●アプリのインストール方法 ●相談会	8名
午後の部	午後1時30分～ 午後4時30分	【色々な機能を知りたい方向け】 ●インターネットの利用方法 ●SNSの使い方 ●相談会	8名

topics
4

事業者の方へ！
消費税インボイス制度説明会のご案内

☎ 粉河税務署 法人課税第1部門
☎ 73-4255

インボイス制度の概要について、消費税の基本的な仕組みを踏まえた上で説明します。

また、登録要否相談会では、登録要否を検討されている方を対象に、個別相談を行います。

説明会は「事前予約制」です。開催日の前々日までに申込みください。

新型コロナウイルス感染症等の状況を踏まえ、開催が中止となる場合があります。ご了承ください。

- 場所 粉河納税協会 3階会議室
(紀の川市粉河882-8)
- 定員 説明会…各日とも20名
相談会…各日とも5名
- 参加費 無料

軽減税率制度・インボイス制度については、国税庁ホームページの「消費税の軽減税率制度・適格請求書等保存方式(いわゆるインボイス制度)」をご覧ください。



●インボイス制度説明会・登録要否相談会日程

10月	12日	10:30～11:30	①
		11:30～12:00	②
11月	27日	15:00～16:00	①
		16:00～16:30	②
11月	7日	10:30～11:30	①
		11:30～12:00	②
12月	20日	15:00～16:00	①
		16:00～16:30	②
12月	4日	10:30～11:30	①
		11:30～12:00	②
	15日	15:00～16:00	①
16:00～16:30		②	

①…インボイス制度説明会

②…登録要否相談会

topics
5

地域福祉講座「生きがい助け合いのまちづくり」
参加者募集

☎ 社会福祉課 総務福祉係
☎ 62-2141 / FAX 63-0075

誰もが安心して自分らしく生活できるように、日頃からお互いを気にかける見守りや災害時など、いざという時に近所同士がスムーズに助け合える関係づくりが大切です。

今回の講座は、健康で生きがいを持って社会参加ができる地域づくりを学びます。皆さんの受講をお待ちしています。

対象者 岩出市内に居住または通勤・通学されている方で、地域活動に興味のある方や、すでに地域活動している方

定員 30名（先着順）

場所 岩出地区公民館

申込期限 10月20日(金)まで（土日祝除く）

申込方法 申込書を郵送・FAX・社会福祉課窓口へ提出。

※申込書は、社会福祉課窓口、各地区公民館、市ウェブサイトから入手できます。

受講料 無料

日時・内容等

●時間は各回とも、午後1時30分～3時30分

日程	テーマ・内容
10月25日(水)	SDGsで設定されている3番目の目標「すべての人に健康と福祉を」について知ろう
11月8日(水)	「かけがえのない命をまもるための地震による防災の備え」について ※事例と対策を考えてみよう
11月15日(水)	「居場所サロン（集いの場）づくり」住み慣れた地域の助け合いのネットワークで地域の絆を育てよう

topics
6

令和5年度
第2回子育て応援連続講座

☎ いわで・きのかわファミリー・サポート・センター
「そらまめサポート」 ☎ 60-4337

対象 岩出市、紀の川市周辺の一時保育経験者、保育士・看護師・ヘルパー等の有資格者、子育て中または子育て経験のある方、講座に関心のある方

日時	講師（敬称略）	内容
10 / 13 (金) 会場①	10:00～12:00	事業概要 安全に預かるために① (サポートの流れ・事故予防・報告書の書き方)
	13:00～15:00	
10 / 19 (木) 会場①	10:00～12:00	親とこどもの発達と関係性支援①
	13:00～15:00	親とこどもの発達と関係性支援②
10 / 27 (金) 会場①	10:30～12:00	こどもの看護
	13:00～15:00	こどもの栄養と食生活～具合の悪いときの食事と水分補給～
10 / 31 (火) 会場①	10:00～11:30	発達課題・自閉症スペクトラムについて
	12:30～14:30	家庭での預かり保育
	14:40～15:40	こどもと遊び
11 / 11 (土) 会場②	10:00～12:00	こどもの病気
	13:00～14:00	応急講習
	14:10～15:40	病気の症状と観察及び病院への受診
11 / 17 (金) 会場①	10:00～12:00	社会でこどもを育てるために～親支援を広げる～
	13:00～15:00	安全に預かるために②（体験談・育児グッズ紹介・報告書の書き方・修了証受け渡し）

会場…①紀の川市貴志川支所 2階 研修室／②紀の川市中貴志コミュニティセンター 1階 研修室

講座は会場またはオンラインで参加できます。会場の場合は定員30名。参加費無料。

電話(60-4337)・FAX(60-4338)・メール(isora@comdesign-npo.com)で申込みください。(10月6日(金)申込締切)

健

topics
7

令和5年度がん検診は受けられましたか？

問 保険介護課 健康推進係
☎ 62-2141

★ 健康ポイント事業（20ポイント）対象！

～まだ受けられていない方は
早めに受診しましょう～

- ▶ 国保特定健診の対象者はがん検診とセットで受診できます。（期間1月末まで）
- ▶ 肝炎ウイルス検査の対象者は令和5年度に40歳となる方または41歳以上で過去に肝炎ウイルス検査に相当する検査を受けたことがない方で、かつ受診を希望する方です。

受診期限

- 肺がん・大腸がん・胃がん検診…令和6年1月31日まで（公立那賀病院は、令和6年2月29日まで）
 - 肺がん低線量CT検査（公立那賀病院）
…令和6年2月28日まで
 - 乳がん・子宮頸がん検診……………令和6年2月29日まで
- ※事前予約が必要です。予約の際は、「岩出市の〇〇検診を受けたい」とお伝えください。

毎年1回受けられる検診

※令和6年3月末現在の年齢

検診名	対象	内容	自己負担
肺がん検診	40歳以上50歳未満	・問診 ・胸部X線検査	胸部X線検査 … なし 低線量CT検査 … 2,000円
	50歳以上	・問診 ・胸部X線検査 または 低線量CT検査 ・必要に応じ喀痰検査	
大腸がん検診	40歳以上	・問診 ・便検査（便二日法）	なし

2年に1回の検診

検診名	対象	内容	自己負担	
胃がん検診	50歳以上	令和6年3月末現在の年齢が偶数年齢になる方	2,000円	
乳がん検診	40歳以上の女性		・問診 ・マンモグラフィ（2方向の撮影）	なし
子宮頸がん検診	20歳以上の女性		・問診 ・視診 ・内診 ・頸部細胞診	

10月はピンクリボン月間です 

「ピンクリボン」とは、乳がんについての正しい知識を深め、検診やセルフチェックなど乳がんの早期発見・早期治療の大切さを伝える世界規模の啓発キャンペーンです。

はた乳腺クリニック
☎ 63-1177
さくらい乳腺外科クリニック
☎ 073-448-3366

10月15日（日曜日）に、乳がん検診が受けられます。

要予約

右の医療機関へ予約し、ぜひこの機会に受診してください。

個別検診実施医療機関一覧

一覧の医療機関で○がついている検査を受診できます。

医療機関名	所在地	電話番号	胃がん検診		肺がん検診		大腸がん検診	乳がん検診	子宮頸がん検診	肝炎検査	国保特定健診
			X線造影	胃力メラ	胸部X線	CT検査					
胃腸肛門科 家田医院	中黒 507-1	61-1212	○	○	○		○			○	○
伊藤内科	西野 190-1	69-2121		○	○		○			○	○
岩田医院	水栖 503-5	62-6705			○		○			○	○
おおみや診療所	宮 50-1	61-6151		○	○		○			○	○
皆楽園診療所	西国分 668	67-6061		○	○		○			○	○
かきはら胃腸科内科	今中 105-2	61-2600	○	○	○		○			○	○
上岩出内科・消化器内科	野上野 66-1	69-5500		○	○	○	○			○	○
かわしま医院	高塚 188-1 (エバグリーンプラス2階)	69-1007		○	○		○				○
かわぐちクリニック	中迫 275-9	67-2334		○	○		○			○	○
紀の川クリニック	西国分 501	62-0717	○	○	○		○			○	○
こうぐち内科クリニック	湯窪 51	61-5252		○	○		○			○	○
塚本内科クリニック	金池 392-1	67-3377		○	○		○			○	○
殿田胃腸肛門病院	宮 117-7	62-9111	○	○	○		○			○	○
富田病院	紀泉台 2	62-1522	○	○	○		○			○	○
豊田内科	根来 913-2	63-0297		○	○		○			○	○
ナカイマ整形外科クリニック	金池 389-1	62-5558									○
なかふさ診療所	中迫 553-1	69-0777			○	○	○			○	○
にしざわ泌尿器科クリニック	中黒 243-2	67-7478					○			○	○
はた乳腺クリニック(女性のみ)	川尻 230-1	63-1177			○		○	○		○	○
林循環器内科クリニック	清水 438	62-3056		○	○		○			○	○
ひらまつクリニック	高塚 53-4	69-0022			○		○				○
ふじはら整形外科クリニック	今中 151-3	67-3622			○		○				○
ふるさと内科クリニック	西安上 62-1	62-2525			○		○			○	○
星の森消化器内科クリニック	中迫147(フォレストモール岩出)	67-8062		○	○		○				○
ますだクリニック	相谷 482-3	79-3200			○		○			○	○
やよいメディカルクリニック	中迫 139	62-7777			○		○			○	○
安川診療所	西国分 688-1	63-1688									○
よしだクリニック	吉田 413-1	69-5404			○		○			○	○
レディースクリニック和	中黒 1-3	67-7336							○		
近藤医院	紀の川市粉河 1731	73-2059							○		
馬淵医院	紀の川市粉河 2213	73-2116							○		
公立那賀病院	紀の川市打田 1282	78-3891 (受付:午後1時~4時)				○		○	○		
やましたレディース・マタニティクリニック	和歌山市元寺町西ノ丁 9	073-426-8111							○		
粉川レディースクリニック	和歌山市六十谷 366-4	073-461-0349							○		
はまだ産婦人科	和歌山市島 230-2	073-462-0341						○	○		
花山ママクリニック	和歌山市秋月 483	073-474-1001							○		
さくらい乳腺外科クリニック	和歌山市三葛 279-5	073-448-3366						○			
たまき乳腺外科クリニック	和歌山市友田町4-130A タワー クリニックモール2階	073-488-8610						○			
うつのみレディースクリニック	和歌山市美園町5丁目4番20	073-423-1987							○		
中山レディースクリニック	和歌山市東蔵前丁 4 番地 南海和歌山市駅前ファーストビル2階	073-402-3741							○		
和歌山プレストクリニック	和歌山市東蔵前丁 39 キーノ和歌山 3階	073-425-3200						○			
海南医療センター	海南市日方 1522-1	073-482-4521						○	○		
国保野上厚生総合病院	海草郡紀美野町小畑 198	073-489-2178							○		

topics
8

大地震に備えて…
住まいの耐震化を考えてみませんか？

問 都市計画課 都市計画係
☎ 62-2141

いま！岩出市に巨大地震が発生したら…
あなたの住まいは大丈夫！？

市では住宅の耐震化にかかる様々な支援制度を実施しています。
まずは、耐震診断を受けて住まいの耐震性をチェックしましょう！

1 耐震診断

～木造住宅は無料～

対象 平成 12 年 5 月 31 日以前に着工された木造住宅
(延床 400㎡以内かつ 2 階以下)

※非木造住宅は昭和 56 年 5 月 31 日以前

補助額 木造……無料

非木造…耐震診断に要する費用の 2/3 (最大 8 万 9,000 円)



診断の結果、耐震性が基準以下なら…住宅の耐震化を進めましょう！

2 耐震設計・改修

～現地建替えも対象～

対象 木造……評点 1.0 未満を 1.0 以上にする住宅 (一般型)

評点 0.7 未満を 0.7 以上 1.0 未満にする住宅 (避難重視型)

非木造…ls 値 0.6 未満または q 値 1.0 未満の住宅を、ls 値 0.6 以上かつ
q 値 1.0 以上にする住宅

補助額 次の①と②の合計額 (最大 116 万 6,000 円)

①耐震改修工事費の 2/5 の額 (上限 50 万円) ※設計費用除く

②耐震改修工事費と設計費の合算した額から①の額を減じた額
(上限 66 万 6,000 円)

※令和 5 年度事業は、工事が令和 6 年 2 月末までに完了するものが対象です。

※補助件数には限りがあり、先着順の受付となります。

topics
9

行政なんでも相談所を開設

問 和歌山行政監視行政相談センター
☎ 073-431-8221

行政相談とは？

役所や独立行政法人、特殊法人の仕事についての苦情や意見・要望を聞き、公正・中立の立場から関係機関に必要なあっせん等を行い、その解決や実現を促進するとともに国民の声を行政運営の改善に役立てます。

あなたが日頃気になっていること、こんなことでも？と思うような心配事やお悩みは、行政に関係があるかも知れません。お気軽にお越しください。

日時 10 月 18 日(水)
午後 1 時～ 4 時
(受付は午後 3 時 30 分まで)

場所 岩出市役所 1 階
第 1 会議室

行政相談委員等

小西 睦子 行政相談委員 (総務大臣委嘱)

木村 香都 行政相談委員 (総務大臣委嘱)

和歌山行政監視行政相談センター職員

予約不要
先着順

10 月 16 日(月)～ 22 日(日)は
行政相談週間です！

まぐみみ和歌山



税金

納期限

10月31日(火)

- 市県民税第3期
- 国民健康保険税第5期
- 後期高齢者医療保険料第4期
- 介護保険料第5期

納付相談
実施中

納付相談をご希望の方は、
ご連絡ください。

- 国民健康保険税
- 後期高齢者医療保険料
- 介護保険料

☎ 保険介護課 ☎ 62-2141

健康

10月の献血 ☎ 保険介護課 健康推進係

日時		場所
1日 (日)	10:00～12:00 13:00～16:30	①ジョーシン岩出店
22日 (日)	9:00～12:00 13:30～16:30	②スーパーエバグリーンプラス 岩出高塚店

※①午前…予約・当日受付ともに可。午後…当日受付のみ可。

②午前…予約者のみ可。午後…当日受付のみ可。

予約方法：和歌山県赤十字血液センターウェブサイトの
「献血 Web 会員サービスラブラッド」で登録
後、お申し込みください。

休日・夜間に利用できる病院

☎ 保険介護課 健康推進係

- 那賀休日急患診療所 ☎ 77-6410
紀の川市東大井 366-1
診療科目 内科・外科
診療日 日・祝日
診療時間 午前9時～正午／午後1時～5時
※受付は午後4時30分まで
- 和歌山県救急医療情報センター ☎ 073-426-1199
365日24時間対応。近くの医療機関の案内があります。
- 和歌山市夜間・休日応急診療センター（夜間・休日診療）
☎ 073-425-8181

10月 休日歯科急患当番表

那賀歯科医師会

※受診の際は、電話等で確認
のうえご来院ください。

※当番医が急に変更になる場
合があります。電話が通じな
いときは消防署（☎ 61-1791）
にお問い合わせください。

☎ 保険介護課 健康推進係

日	曜	歯科医院名	住所（診療所）	TEL
1	日	森歯科医院	紀の川市粉河11-1	73-2220
8	日	安村歯科医院	紀の川市名手市場161-2	75-2202
9	月・祝	えのき歯科	岩出市西国分529-4	63-3763
15	日	田原歯科	紀の川市貴志川町前田86-7	64-1080
22	日	吉村歯科医院	紀の川市貴志川町長原248-8	64-8111
29	日	みやもと歯科医院	岩出市川尻229-3	69-3993

連絡先

主な機関の連絡先

岩出市役所 ☎ 62-2141（代）
（岩出市教育委員会）

〒 649-6292 岩出市西野 209 番地

総合保健福祉センター	67-6324
子育て世代包括支援センター ぎゅっとふるいわで	67-6081
子ども家庭総合支援拠点	61-2400
地域子育て支援センター	いわで / 62-3362 あいあい / 61-2983
クリーンセンター	62-0814
市民総合体育館	62-0370
岩出市民プール	62-7533
岩出図書館	62-7222
民俗資料館	63-1499
岩出警察署	63-0110
那賀消防組合	61-0119

岩出市公式ウェブサイト

<https://www.city.iwade.lg.jp>



岩出市公式 SNS

Facebook

岩出市 @iwadecity

YouTube

岩出市公式チャンネル

LINE 公式アカウント

岩出市 @iwade.city



くらしの情報

税・料金

漏水していませんか？

普段に比べて使用水量が多い、料金が高いと思われる時は、漏水しているか次の方法で調べることができます。

漏水のチェック方法

- ① 家の中の蛇口を全部閉めてください。
- ② メーター内のパイロットマーク（矢印で示したところ）がわずかも回っていたら、漏水の可能性があります。



もし漏水していたら、至急市指定給水装置工事業者へ修理を依頼してください。漏水修理をされた場合、漏水した水量の

一部に相当する水道料金を減免することができます。修理完了後、減免申請手続きをしてください。

問 上下水道業務課 水道係

トラクターやフォークリフトにもナンバー登録を！

登録には本人確認書類（マイナンバーカード、免許証、保険証等）と販売証明書が必要で

Q1 田んぼや畑でしか使わない（公道を走らない）のにナンバープレートをつけなくてはならないの？

A1 公道走行の有無とは無関係です。所有していることで課税されますので、市役所税務課で登録してください。

Q2 農耕用の小型特殊自動車には、どんな車両があるの？

A2 農耕トラクター、刈取脱穀作業車（コンバイン）、田植機などで、乗用装置のあるものが対象です。このうち最高速度が35km/h未満のものが農耕用の

小型特殊自動車となります。
Q3 販売証明書はどこでもらえるの？

A3 農耕用トラクターやフォークリフトを購入された販売店でもらえます。

Q4 税額はいくらですか？

A4 岩出市では、農耕用の小型特殊自動車は年額2,400円、その他の小型特殊自動車は年額5,900円です。

詳しい手続きは、市ウェブサイトをご覧ください。

2次元コードは



問 税務課 市民税係

健康・介護

高齢者のインフルエンザ

定期予防接種のお知らせ

インフルエンザの定期予防接種のご案内を9月下旬に通知しています。接種希望の方は、岩出市・紀の川市実施医療機関に直接お申込みください。

対象者

岩出市に住民登録のある方で、
① 接種時、満65歳以上の方

② 60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有し、身体障害者手帳1級に相当する方

※②に該当する方で接種希望の場合、申請が必要です。保険介護課へお問い合わせください。

実施期間 10月1日～令和6年1月31日

自己負担 1,500円

（生活保護を受けている方は無料）
※インフルエンザ予防接種は、主に個人予防目的で行うもので、本人の意思に基づく任意接種のため接種を受ける法律上の義務はありません。

医師から接種内容の説明を受け、予防票の希望書欄に同意の署名をした方のみ接種を受けられますのでご注意ください。ただし、本人の意思確認が容易でない場合は、家族が意思確認し、署名しても差し支えありません。

接種前に必ず実施医療機関に予約を入れ、注意事項を確認し、予防票と予防接種済証をお持ちのうえ、接種してください。

問 保険介護課 健康推進係

広告

有料広告募集中

（参考）こちらは2枠の大きさです。

詳細はお問い合わせください。

●市長公室 市民ふれあい係

☎62-2141

岩出市公式 YouTube チャンネルでは、今までご紹介したレシピを掲載しています。

過去のレシピはこちらから▶



秋の腸活レシピ

岩出市特定保健指導サポートチーム

秋野菜は腸の働きを活発にする腸活には欠かせない、食物繊維を多く含んだものがたくさんあります。腸活のみならず、有害物質を排出する働きがあるため、大腸がんなどの予防にもなります。また、口の中でよく噛む必要があるため、満腹感を与えてくれるといった様々な恩恵を得られます。今回はそんな秋野菜を使ったレシピをご紹介します。

黒酢アップルサイダーのレシピも YouTube で公開中！



繊維たっぷり厚揚げとサツマイモのごま汁

1人分の栄養価

エネルギー…191Kcal／たんぱく質…5.4g
脂質…8.1g／炭水化物…24.1g／塩分…1.4g

材料（2人分）

厚揚げ…100g／水…300cc／昆布…3×5cm1枚をハサミでカット／
サツマイモ…1/2本(150g)／しょうが…1かけ(15g)／長ねぎ…1/4本(25g)／
味噌…大さじ1／鰹節…4g／すりごま…たっぷり

作り方

- 1 厚揚げは一口大に切る。
- 2 サツマイモは皮ごと食べやすく切り、表面のでんぷんを水流で洗い流す。
- 3 水と昆布を鍋に入れて火にかけて（昆布は切る）沸騰したら、①の厚揚げとサツマイモ、しょうが、長ねぎを入れ蓋をして煮る。
- 4 サツマイモが柔らかくなったら火を止め味噌を溶き鰹節を混ぜる。
- 5 器に盛り、すりごまを振る。



腸活
ポイント！

サツマイモ・昆布・長ねぎ・すりごまは、腸の働きを助けたり、便を柔らかくして排出しやすくする作用のある食物繊維を多く含みます。そして味噌のような発酵食品は善玉菌を増やし、腸内をキレイにする働きを備えています。

ブリの黒酢炒め

1人分の栄養価

エネルギー…367kcal／たんぱく質…19.3g
脂質…21.2g／炭水化物…20.3g／塩分…2.0g

材料（2人分）

ブリ…2切れ／玉ねぎ…1/2玉／エリンギ…1本／赤パプリカ…1/2個／ピーマン…1個／塩麴…小さじ1／片栗粉…小さじ2／こめ油…大さじ2／ごま油…小さじ2
● 黒酢だれ 黒酢、醤油、みりん、酒…各大さじ1／砂糖…小さじ1／水…大さじ2



作り方

- 1 ブリはペーパータオルで水気をふき、塩麴に10分ほど漬け込む。
- 2 水気を拭き一口大に切り分け、片栗粉を薄くまぶす。
- 3 玉ねぎは2cmほどの角切り、赤パプリカ、ピーマンも大きさを揃えて切る。エリンギは縦半分に切り食べやすい大きさの半月切りにする。
- 4 フライパンにこめ油を熱し、ブリの両面をこんがり焼き、一旦取り出す。
- 5 フライパンをペーパータオルでさっと拭いて、ごま油を熱し、野菜を炒め入れる。玉ねぎが透明になったら、ブリを戻し入れ炒め合わせる。
- 6 黒酢だれの材料を混ぜて回し入れ、汁気がほとんどなくなるまで炒める。

腸活
ポイント！

黒酢は少し高価ですが、腸活にぴったりな調味料です。特に有機酸と呼ばれるリンゴ酸、コハク酸、フマル酸が豊富に含まれており、腸内環境を整えたり、カルシウムの吸収を助ける働きをします。

健

新型コロナウイルスワクチン
接種情報

秋開始（9月20日〜令和6年3月31日）接種を実施していただきます。

対象者 生後6か月以上の初回接種を終了し、前回接種から3か月経過した方
接種券

春開始接種で接種された方：3か月経過する方から、順次接種券等を発送

4月下旬発送の接種券で接種接種ワクチン オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン

※インフルエンザワクチンとの同時接種は可能ですが、事前にかかりつけ医等にご相談ください。（他のワクチンとの同時接種はできません。インフルエンザワクチン以外は13日の間隔をあけてください。）

接種方法 個別接種（医療機関での接種）

費用 無料

発送した接種案内をご覧ください

詳細は市ウェブサイトをご覧ください。

https://www.city.iwade.lg.jp/coronavaccine/index.html

申・問 岩出市新型コロナウイルスワクチン予防接種コールセンター

☎0120-158-128
（午前9時〜午後5時・土日祝も実施）

※聴覚または音声・言語機能障害等の方については、FAXで受付しています。氏名・住所・生年月日・連絡先をご記入のうえ、FAXでご連絡ください。折り返しFAXにてご連絡します。

FAX 073-432-2270



環境・エコ

クリーンセンターからの

お知らせ

ごみの収集は当日の午前8時までに指定場所に出してください。

※資源ごみ分別区分の「その他のプラスチック類」「衣類」の中に粗大ごみが混入している場合があります。「その他のプラスチック」には、ポリバケツ等

のプラスチック製品は含まれません。

▼クリーンセンターへの搬入

搬入時間

・月〜金 午前8時30分〜正午
・土曜日 午前8時30分〜午後3時（事業系ごみを除く）

※クリーンセンターに廃棄物を持ち込む場合、「持ち込みごみ申請書」の記入と「免許証等住所確認ができる証明書」で住所を確認しています。

※岩出市の住民であっても、岩出市外のごみの持込はできません。詳しくは次のお問い合わせ先へお願いします。

問 生活環境課 廃棄物対策係

岩出クリーンセンター
☎62-0814

●10月のごみの収集日

回収区域	不燃物回収日 (カン・ビン類)	資源ごみ 回収日
県道泉佐野岩出線 より 東側 の地域	4日・18日 (第1・3水曜日)	毎週 金曜日
県道泉佐野岩出線 より 西側 の地域	11日・25日 (第2・4水曜日)	毎週 木曜日

エコショップ・
エコオフィスのご紹介

市では、ごみの減量、資源の節約、リサイクル活動、環境保全型商品の販売など「環境にやさしい」いろいろな活動を行っている市内の小売店、事業所等をエコショップ・エコオフィスに認定しています。

市では左表の6店舗・7事務所をエコショップ・エコオフィスに認定しています。

エコショップでは、ペットボトル等の資源ごみの店頭回収や簡易包装等に取り組まれています。

また、エコオフィスでは、空き缶、空きビン、ペットボトル

等の分別およびリサイクルの推進に取り組んでいるなど、ごみの減量や資源化に大きく貢献してくれています。

詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

●エコショップ・エコオフィスにご協力いただける事業所を募集しています！

エコショップ・エコオフィスに認定されると、エコショップ（エコオフィス）認定マークを広告に使用することができます。「環境にやさしい」いろいろな活動を行っている市内の小売店、事業所様はぜひ生活環境課までお問い合わせください。

問 生活環境課 廃棄物対策係

●エコショップ

店舗名	所在地
有限会社 スーパーネゴロ	根来 2-1
オークワ 岩出西店	中黒 641-1
ザ・ロウズ 365 岩出北店	今中 119-1
紀泉屋ますだ酒店	紀泉台 502
ファーマーズ マーケット OINA CITY	荊本 20
根来さくらの里	押川 37-1

●エコオフィス

店舗名	所在地
きのくに信用金庫 岩出支店	高瀬 82-1
株式会社 南都銀行 岩出支店	中迫 147
近畿労働金庫 那賀出張所	高塚 219-3
株式会社 紀陽銀行 岩出支店	清水 500-1
有限会社 藤岡青果	根来 320
マツミ米穀店	根来 811
赤井工業株式会社	畑毛 226



◀認定マーク

クリーンセンターごみ処理施設内で発火の危険性が高いです。

近年、電子・加熱式たばこを使用する方が増加するなか、その廃棄方法が問題になってい

ます。電子・加熱式たばこにはリチウムイオン電池が使用されており、可燃ごみや不燃ごみとして廃棄すると、クリーンセンターごみ処理施設内・パッカー車等で発火し、大火災の原因となります。非常に危険ですので、決して可燃ごみ袋や不燃ごみ入れに入れないでください。

電子・加熱式たばこを廃棄する場合は、岩出クリーンセンターに直接搬入していただきま

すようお願いいたします。

募集

高齢者生活支援等

担い手養成研修受講者募集

介護予防・日常生活支援総合事業の一つとして、ヘルパー資格がない方でも本研修を受講することにより、基準緩和サービスにおける買い物や掃除等の生

活支援業務に従事することが可能です。

日時 11月24日(金)

午前9時～午後5時

場所 市役所3階 第6会議室

定員 20名程度

内容 介護従事者としての心得と倫理、高齢者のこころとからだのしくみ、生活支援技術、介護保険制度等

対象 本市の基準緩和サービス指定事業者に従事を希望する方

高齢者支援に興味のある方等

受付期間 10月2日(月)～31日(火)

※土日祝除く

申込 電話で申込み(氏名・住所・生年月日・電話番号) / 2

次元コードを読み取り、申込フォームから申込み。

申・問 保険介護課 高齢者福祉担当

社担当

声の広報

朗読グループ岩出やよい会による「広報いわで」を朗読した音声データを市ウェブサイトで公開しています。

ぜひお聞きください。

市長公室 市民ふれあい係
☎ 62-2141

講座・催し

秋季企画展を開催

「信長・秀吉・家康と根来寺」
根来衆の活動を中心に

展示場所 民俗資料館

展示期間 10月18日(水)～12月11日(月)

開館時間 午前9時～午後5時

(入館は、午後4時30分まで)

休館日 火曜日

入館料 無料

展示解説 事前申込不要

日時 11月26日(日)、12月3日(日)

午後1時30分～2時

▼関連イベント：講演会

日時 11月12日(日)

午後1時30分～

演題 羽柴秀吉の紀州攻め

募集定員 70名(先着順・事前申込要)

申込 10月18日(水)～住所・氏

名・電話番号を電話またはFAX

Xで、民俗資料館に申込み。

問 民俗資料館

☎ 63-1499

FAX 63-3764

公民館講座開講

(障害のある方対象)

▼ヨガ講座

内容 顔や身体をしっかりと動かして、楽しくリフレッシュしましょう。

日時 11月22日(水)

午前10時～11時

(受付 午前9時30分～)

場所 岩出地区公民館

大会議室

講師 辻須美代 先生

準備物 動きやすい服装、ヨガ

マット、タオル、飲みもの

▼書道教室

内容 色々な道具を使って自分の好きな文字などを書いた、オリジナルのカレンダーを作った新しい1年を迎えましょう。

日時 11月27日(月)

午後3時～4時

(受付 午後2時30分～)

場所 桜台地区公民館

大会議室

講師 名倉くみ子 先生

材料費 200円

▼マカロナージュ

内容 食べ物のマカロニに色付けしたり、形を工夫したりして、自由な発想で好きなものを表現してみよう。

日時 12月8日(金)

午後3時～4時

(受付 午後2時30分～)

場所 桜台地区公民館

大会議室

講師 島久美子 先生

材料費 200円程度

こんなものが
作れます!▼



●全講座共通

募集定員 10名

対象 18歳以上(高校生は不可)の岩出市在住または在勤の障害のある方

申込締切 10月26日(木) 必着

申込方法 郵便はがきまたは申

込用紙に「希望講座名・住所・

氏名・生年月日・電話番号」を

記入のうえ、生涯学習課公民館

係または各地区公民館までお申

し込みください。

※郵送の場合：生涯学習課公民

館係あて

〒649-6292 岩出市西

野209番地

※申込多数の場合は抽選とさせていただきます。

問 生涯学習課 公民館係

公民館係

歴史講座を開催します
「紀伊徳川家と根来寺」

江戸時代の紀伊徳川家と根来寺の関係についてのお話です。

日時 10月22日(日)
午後1時30分～3時

場所 民俗資料館
2階 大会議室

講師 和歌山信愛大学非常勤講師
小山 譽城さん

申込 10月2日(月)～

電話またはFAXで申込み。
申・問 民俗資料館 ☎63・1499 / FAX 63・3764

女性のつどい・男女共同参画推進講座を開催します

熊本地震の経験、現在の活動についてお話しいただきます。

日時 11月7日(火) 午後2時～(受付 午後1時30分～)

場所 市民総合体育館
2階 小ホール

講師 NPO法人益城だいすきプロジェクト・きままに代表 吉村 静代さん

※一時保育利用は事前申込要
(満1歳～未就学児・申込期限 10月31日(火)) ※手話通訳あり
申・問 岩出市女性会議事務局 (市長公室内)

日本遺産・葛城修験フォトコンテスト開催

Instagramにて、和歌山、大阪、奈良の峰々(和歌山脈、金剛山地等)にまたがる日本最古の修験道「葛城修験」を舞台にしたフォトコンテストを開催します。

入賞者だけでなく、参加者にも抽選で地域の特産品が当たります。ぜひご参加ください。

撮影対象 日本遺産葛城修験の構成文化財に登録されている文化財およびその周辺風景等

※岩出市は根来寺が対象
期間 11月30日(木)まで
※詳細は2次元コードをご確認ください。



問 葛城修験日本遺産活用推進協議会事務局 (和歌山県観光振興課内)
☎073・441・2424

和歌山県警察音楽隊

創設60周年記念コンサート

和歌山県警察音楽隊は、昭和38年3月27日に「県民と警察を結ぶ音の架け橋」として創設されました。今年で60周年を迎えるにあたり、県民の皆様へ感謝

の意を表すコンサートを行います。(参加無料・申込不要)

日時 10月8日(日) 午後2時～(午後1時30分開場)

場所 旧和歌山県議会議事堂 (一乗閣)

問 和歌山県警察音楽隊
☎073・422・0202

「親子わくわくラフティン グ体験」参加者募集

日時 10月28日(土)

午前10時～午後3時

集合場所・駐車場 五條市役所 (奈良県五條市岡口1丁目3番1号)

※会場 (エバグリーン)：五條市三在町1260)の駐車場に限りがあるため、直接会場への乗り入れはできません。駐車場から会場へは、マイクロバスで移動します。

定員 40名(岩出市在住で、小中学生を含む親子。岩出市外の方はお問い合わせください。)
※定員を超えた場合は抽選となります。

参加費 大人：3,000円
子ども(小・中学生)：2,000円

持ち物 会場のホームページ (https://www.evaguri.com/)

bring/bring02)を必ずご確認ください。



申込 10月13日(金)までにFAX (63・5229)・メール (koushitsu@city.iwade.lg.jp)で、住所・氏名・年齢・性別・連絡先(電話番号・メールアドレス)を記入のうえ、送信ください。

募集締切後、参加決定通知を送付します。抽選の場合は、抽選結果通知を送付します。

※状況により中止や変更になる場合がありますので予めご了承ください。

※吉野川・紀の川流域協議会主催
申・問 市長公室 企画調整係

第2回 福祉・介護・保育の就職フェアわかやま

求人事業所の人事担当者とは個別に面談していただけます。興味・関心のある方はどなたでも参加できます。

日時 11月3日(金・祝) 午後1時～4時

場所 和歌山ビッグ愛 1階 (受付：午後0時30分～)
大ホール

問 県福祉人材センター「ハートワーク」
☎073・435・5211



ハートワーク HP



保育士サロン「ふおすた」サロン

保育のお仕事を始めたいけれど、プランクもあるし、職場探しってどうするの? 私に合う求人を探して欲しい!...など保育のお仕事への就職を考えている方が集まりお話をするサロンを開催します。

保育現場について、求人情報などお仕事に関する情報もお伝えします。どうぞ、お気軽にご参加をお待ちしております!
※お子様も一緒に参加できます。

日時 10月31日(火) 午前10時～11時

場所 和歌山ビッグ愛 7階
ボランテニアサロン(和歌山市手平2丁目1-2)
問 県福祉人材センター「ハートワーク」
☎073・435・5211

**和歌山県最低賃金が
10月1日～改定されました**

和歌山県最低賃金
時間額 **929円**

問 和歌山労働局労働基準部
賃金室 ☎ 073-488-1152

相続セミナーを開催します

内容 「相続のプロ」である講師陣が、相続に関して誰もが直面する疑問について、分かりやすく講演します。

日時 11月15日(水)
午後1時～5時

場所 和歌山地方合同庁舎 5階 共用会議室（和歌山市二番丁3）

講師 公証人、法務局職員、司法書士および税理士

定員 40名程度

予約 11月10日(金) 午後5時まで（定員になり次第締切）

予約等は次のお問い合わせ先へお願いします。

問 和歌山地方法務局 総務課
☎ 073・422・5131
(自動音声案内5番)

働くことに不安を感じている方、剛先生に、社会に出ていくこと、メンタルワークス大阪の岡崎

**就労に関する
保護者セミナー**

『家族の意欲を引き出す関わりかた』

最新情報は、和歌山県経営者協会ホームページをご確認ください。

問 和歌山県経営者協会 就職支援センター ☎ 073・497・8001

**岩出・紀の川
就職フェア開催!**

岩出・紀の川就職フェアの企業30社を予定しています。各企業のブースでお話を聞いてみませんか?

日時 10月29日(日)
午後1時～4時

場所 総合保健福祉センター 3階 多目的ホール

内容 個別企業説明会
(30社予定)

対象 一般求職者、2024年3月卒業予定の学生（高校生含む）

※参加無料

への接し方やコミュニケーションの取り方など分かりやすく具体的に教えていただきます。

対象 社会、就労への一歩が踏み出せない方のご家族と支援者

日時 10月15日(日)
午後2時～4時

場所 JA橋本支店ビル 3階
会議室（橋本市市脇1-1-6）

※参加無料

問 若者サポートステーション
さのかわ
☎ 0736・33・2900

**那賀消防組合
日曜消防講座の開催**

▼普通救命講座：救命に必要な技術をマスターする。

日時 11月5日・2月4日
午前9時～正午

対象者 中学生以上

▼幼児の応急手当講座：幼児の病気やケガの応急手当を学ぶ。

日時 3月3日
午前9時30分～11時30分

対象者 一般のみ

▼おこのみ講座：受講者の要望に応じた防災体験学習

日時 毎月第1日曜日の午後

※各講座受講料無料

**第33回岩出市民
硬式テニス大会開催**

日にち 10月22日(日)
※予備日：11月12日(日)

集合 午前8時30分
試合開始 午前9時

場所 根来総合運動広場テニスコート（人工芝コート4面）

種目 男子ダブルス、女子ダブルス

試合方法 6ゲーム先取1セットマッチ

※組合せ等詳細は当日発表

参加資格 岩出市民・岩出市在勤

参加費 1組1,500円

表彰 各部門の優勝・準優勝・第3位

申込締切 10月12日(木)

申・問 岩出市テニス協会
合田 090・2104
2092
古川 080・5710
3042

※岩出市テニス協会主催

健康・介護 環境・工コ 募集

講座・催し お知らせ

大会結果

子育て

相談

税・料金

健康・介護 環境・工コ 募集

講座・催し

お知らせ

大会結果

子育て

相談

税・料金

健康・介護 環境・工コ 募集

有料広告募集中

(参考) こちらは3枠の大きさです。

詳細はお問い合わせください。

●市長公室 市民ふれあい係
☎ 62-2141

広告

お知らせ

高齢者世帯調査に

ご協力ください

高齢者の方が在宅で安心して暮らせるよう、緊急時の対応や見守りにおける関係機関（警察・消防等）との連携を強化するため、民生委員・児童委員の協力を得て、ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみ世帯を対象とした「高齢者世帯調査」を実施します。担当区域の民生委員・児童委員が調査のため訪問しますので、調査のご協力をお願いします。

調査対象者 75歳以上（昭和23年12月31日以前生まれ）のひとり暮らしの高齢者または高齢者のみの世帯

※今年から対象年齢を変更しています。

※ご注意ください

訪問する民生委員・児童委員は、自分が民生委員・児童委員であることを証する顔写真付きの「証明書」を携帯し、調査の際に提示します。必ずご確認ください。

問 保険介護課 高齢者福祉担当

地域の方で住みよい街に自治会に加入しませんか？

地域での問題や課題は、行政の力だけでは解決が難しい場合があります。誰もが安心・安全に暮らせるまちづくりには、地域の皆様と行政との連携が欠かせません。また、大きな災害の発生時など、まず頼りになるのは身近なお隣さんやご近所さんです。

お互いに顔を合わせることで防犯につながり、地域の安全性が向上します。また、交流やふれあいの場が広がり、地域の連帯感が深まります。

自治会では、交流を深めるレクリエーション、地域の公園や側溝の清掃、防犯灯の設置や維持管理、子どもの見守りや子ども会など、地域の実情に応じた様々な活動を行っています。

自治会への加入は、お住まいの地域の自治会長や役員の方にご連絡ください。

該当する自治会などが分らない場合や新たに自治会設立を検討されている場合、近隣自治会との連携が必要な場合は、お問い合わせください。

問 総務課 総務法制係

マイナンバーカード休日・平日夜間交付

事前予約制としておりますので、希望日の前日（土日祝除く）までにご予約ください。当日の予約は受付していません。

また、予約受付人数に上限があり、希望日時に予約できない場合があります。

●休日交付 / 午前9時～午後1時 ①10月14日(土) ②11月12日(日)

●夜間交付 / 午後5時30分～午後7時 ①10月12日(木) ②11月9日(木)

場所 岩出市役所 市民課

持ち物 交付通知書（はがき）、通知カード（紛失の場合は不要）、本人確認書類（官公庁発行の顔写真付きのもの1点または保険証等2点）、住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）

予約方法 市ウェブサイトまたは市民課の窓口・電話で予約

※システム稼働の都合により、日程が変更する場合があります。※戸籍、住民票の写し、印鑑登録証明書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。

問 市民課 市民係

「里親制度」パネル展示・説明会

・里親になるには資格があるの？

・どうしたら里親になれるの？

・里親と養子縁組の違いは？

・地域の子どものためになにができることはないかな？

など、里親に興味をお持ちの方・里親について知りたいと思われる方、どんなことでもお気軽にご連絡ください。

家庭を必要とする子どもたちのために、「おかえり」と「ただいま」を言える場所になりますか？

▼里親制度説明会

日時 10月20日(金)

午後1時～3時

場所 総合保健福祉センター

▼里親制度説明パネル展示

日時 10月11日(水)～20日(金)

場所 総合保健福祉センター

申・問 里親支援センター「なでしこ」 ☎67・7584

契約者の退職金制度 小規模企業共済制度について

国がつくった安心でお得な制度です。掛金は全額所得控除と

広告

有料広告募集中

(参考) こちらは2枠の大きさです。

詳細はお問い合わせください。

●市長公室 市民ふれあい係

☎62-2141



なり、経営者の退職金として受け取れます。詳しくは「小規模共済」で検索してください。

問 中小企業基盤整備機構（共済相談室）

☎050・5541・7171

大会結果

2023年少林寺拳法

和歌山県民体育大会

日にち 7月16日(日)

場所 和歌山県立体育館

▽組演武

小学生高学年 白・黄色帯の部

1位 西川舞・森巧至

親子の部

2位 鳴神安規男・鳴神唯愛

※岩出市少林寺拳法

スポーツ少年団所属

第49回和歌山県居合道大会

日にち 7月17日(月・祝)

場所 和歌山県立武道館

▽七段の部

1位 池田祐人

▽六段の部

1位 山本潔美

▽五段の部

1位 宇治田善信

※岩出市居合道連盟所属

第50回岩出市パークゴルフ 市民交流大会

日にち 7月12日(水)

場所 紀美野町のかみふれあい
公園パークゴルフ場

▽男性の部

1位 出嶋早喜

2位 速水公司

3位 河瀬清司

▽女性の部

1位 大辻民

2位 藤澤和代

3位 山口扶美子

※岩出市パークゴルフ協会主催

第82回岩出市グラウンド ゴルフ協会市民交流大会

日にち 7月13日(木)

場所 根来若もの広場

▽男子の部(50名参加)

1位 藤川知良

2位 高原敏夫

3位 池田功

▽女子の部(38名参加)

1位 岡本祝子

2位 秋月和子

3位 高原智江

※岩出市グラウンド
ゴルフ協会主催

岩出市ペタンク協会

7月定例会

日にち 7月22日(土)

場所 大宮神社公園グラウンド

1位 藪内榮子・松下國彦

2位 福田守・岡崎敏志・
前嶋清子

3位 右藤和弘・津呂君子・
東千鶴子

※岩出市ペタンク協会主催

※岩出市ペタンク協会主催

みんなで手話を学ぼう！

今月は「壊れる」

両手をそろえて、棒を握っている仕草をします。次に、真ん中から棒を折るように、右手と左手を離します。



詳しくは動画でチェック▶



「広報いわで」では、あいさつや季節の話題などの手話表現を毎月紹介しています。

また、過去に掲載した手話の動画は、市ウェブサイトでご覧いただけます。

動画で見ることで、手の動きなど手話の表現方法をわかりやすく確認することができます。

ぜひご覧ください。

過去の手話動画は
こちらから▶



有料広告募集中

(参考) こちらは1枠の大きさです。

詳細はお問い合わせください。

●市長公室 市民ふれあい係

☎ 62-2141

有料広告募集中

(参考) こちらは2枠の大きさです。

詳細はお問い合わせください。

●市長公室 市民ふれあい係

☎ 62-2141

広告

みんな あつまれ いわでっ子!

地域子育て支援センターでは、親子のコミュニケーションを深め、みんなで楽しいひと時を過ごせるように、ふれあい遊びなどを実施します。

11月	対象	あそび	定員
2日(木) 28日(火)	2歳児 (令和2年4月2日生～ 令和3年4月1日生)	体を動かして 遊ぼう	各 10組
10日(金) 24日(金)	1歳児 (令和3年4月2日生～ 令和4年4月1日生)		各 10組
7日(火) 17日(金)	0歳児 (令和4年4月2日生以降)	ふれあい遊び	各 10組

▼全年齢共通

- 時間 午前10時30分～11時30分
- 場所 総合保健福祉センター
- 受付開始 2歳児…10月12日(木)～/
1歳児…10月18日(水)～/0歳児…10月19日(木)～
- 電話で申込み。定員になり次第終了。
(受付時間) 午前9時～午後4時30分
(申し込み・問い合わせ)
地域子育て支援センター ☎61-2983

『出前保育』に遊びに来ませんか!

地域子育て支援センターの保育士が色々な場所に行って遊びの場を提供します。親子で楽しく遊びませんか? お気軽にお越しください。(申込不要)

- 日時・場所
・10月30日(月) 午前10時～11時30分
さぎのせ公園 多目的室A・B
- ※時間内の出入りは自由です。
- ※開始15分後頃と終了15分前頃に絵本の読み聞かせや手遊びを一緒に楽しめます。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。
- (問い合わせ) 地域子育て支援センター ☎61-2983

りん
凧 ちゃん (0か月)

大好きなパパとお昼寝
すくすく育ててね～



3歳までのお子さんの
写真を **大募集!**



※年齢は申込み時の年齢です。

子育て コーナー

10月 乳幼児保健事業

●総合保健福祉センター

受付時間は「健診のお知らせ」をご確認ください。

乳幼児健康診査

- 4か月児 (令和5年6月生) …23日(月)・26日(木)
- 7か月児 (令和5年3月生) …17日(火)・18日(水)
- 1歳8か月児 (令和4年2月生) …11日(水)・25日(水)
- 3歳6か月児 (令和2年3月生) …5日(木)・13日(金)

乳幼児健康相談

- 10か月児 (令和4年11月生) …11日(水)・25日(水)
- 2歳6か月児 (令和3年3月生) …5日(木)・13日(金)

パパママ教室 ※予約制

- 24日(火) (受付時間) 9:15～9:30

内容/妊娠中の過ごし方、産後うつ、抱っこ体験

パパの妊婦体験

栄養教室 (離乳食) ※予約制

- 10日(火) (受付時間) 9:45～10:00 先着10名程度
- 内容/離乳食についてのお話、調理タイム、質問タイム
(問い合わせ) 子育て世代包括支援センター ☎67-6081

岩出市母子保健推進員による「子育てひろば あいあい」

- 10月11日(水)・25日(水) 午前9時30分～11時30分
※この時間内の出入りは自由
- 総合保健福祉センター 3階 小ホール
- 持ち物…お子さんに必要な物
- ・飲み物はお茶のみ可、ねんねの赤ちゃんはバスタオル
(問い合わせ) 子ども家庭課 母子保健係 ☎67-6081

こころていえ ～妊婦さんのくつろぎサロン～

妊婦さん同士の交流を通して、ゆったりお茶を飲みながら楽しい時間を一緒に過ごしてみませんか。お気軽にお越しください。

- 10月17日(火) 午前9時30分～11時30分
※この時間内の出入りは自由
- 総合保健福祉センター 2階 日常生活訓練室
- 持ち物…母子健康手帳
(問い合わせ) 子育て世代包括支援センター ☎67-6081

令和6年度 保育所等利用申込みのご案内〈一次募集〉

- 対象児童 令和6年4月2日時点で、生後6週以上から平成30年4月2日生まれまでで、家庭において必要な保育を受けることが困難な児童
 - 申込受付 令和6年4月から保育所等へ新規利用を希望する方のみ次のとおり受付を行います。
 - 受付期間 10月2日(月)～20日(金) ※土日祝除く
 - 受付時間 午前8時45分～午後5時30分
 - 受付場所 岩出市総合保健福祉センター 子ども家庭課
- ▼保育所(園)等施設名・連絡先

	施設名	受入年齢	電話番号	
公立	岩出保育所	1歳児以上	62-2402	
	山崎保育所		62-2844	
	根来保育所		62-2701	
	上岩出保育所		62-2814	
私立	しらゆり保育園	0歳児以上	62-8678	
	さくら保育園	(生後6か月以上)	62-6200	
	認定こども園	山崎北こども園	0歳児以上	62-0732
		おひさまこども園	(生後6週以上)	63-0269
	地域型	つくしの里こども園	0歳児(生後6か月以上)～2歳児	69-1003
さくらんぼ学級		1歳児(満2歳以上)～2歳児	62-5361	

※認定こども園の幼稚園部分を希望する方は、施設へ直接お申し込みください。

※詳細は申込案内・市ウェブサイトをご覧ください。
(申し込み・問い合わせ) 子ども家庭課 子育て支援係 ☎67-6324

『わんぱく広場』

親子で戸外に出かけ、自然の中でお友達と一緒に遊びませんか。支援センターの保育士も一緒に遊びます。

- 日時 10月20日(金) 午前10時30分～11時30分
- 場所 大宮緑地総合運動公園 ※雨天中止
- 対象 1歳児以上の幼児とその保護者
- 定員 15組 ●受付開始 10月4日(水)～
- 申込 電話で申込み。定員になり次第終了。
受付時間…午前9時～午後4時30分
(申し込み・問い合わせ) 地域子育て支援センター ☎61-2983

子育て講座のお知らせ

- テーマ 子どものための応急手当 ～わが子の命を守るために～
 - 日時 10月23日(月) 午前10時～11時30分
 - 場所 総合保健福祉センター
 - 講師 那賀消防組合・中消防署員
 - 対象 子育て中の保護者
 - 定員 15組
- ※1歳以上一時保育あり
- 受付開始 10月11日(水)～
 - 申込 電話で申込み。定員になり次第終了。
受付時間…午前9時～午後4時30分
(申し込み・問い合わせ)
地域子育て支援センター ☎61-2983

絵本の読み聞かせ会開催

親子で絵本を楽しみませんか。読み聞かせ後に、ふれあい遊びや簡単手作りおもちゃも作ります。

(定員 各回10組)

- 日程 ①10月16日(月)／②12月11日(月)／
③2月19日(月)
- 場所 岩出図書館 会議室
すくすく広場 (1歳～就園前の幼児)
…午前10時20分～10時50分
親子で遊ぼうぴよぴよ (0歳～1歳)
…午前11時～11時30分
- 受付開始 ①10月2日(月)～／②12月1日(金)～／
③2月5日(月)～
- 申込 電話で申込み。定員になり次第終了。
受付時間…午前9時～午後4時30分
(申し込み・問い合わせ)
地域子育て支援センター ☎61-2983



りゅうと
颯斗 ちゃん (9か月)

これからもすくすく元気
いっぱい育てね♥



いわてっ子

Smile makes you happy!

(問い合わせ)

市長公室

市民ふれあい係

☎62-2141



りく
璃空 ちゃん (2歳)

2歳のお誕生日おめでとう
♪これからも元気にすくす
く育てね♥



岩出市安心・安全メール配信サービス 内放送等の内容をメールで確認できます！

☎ 総務課 情報推進室 ☎ 62-2141

行政情報（市内放送）や防災情報などに関する情報を、登録いただいた携帯電話やパソコンに、メールでお知らせするサービスです。いつでもどこでもタイムリーな情報が受け取れます。

配信情報の種類・内容		問い合わせ先
行政情報	市内放送の内容・岩出市が特に必要と判断した情報など	配信担当課
安全・安心情報	岩出市で起こった事件・不審者情報・緊急情報・防災情報など	総務課・教育総務課

■登録方法

① 迷惑メール防止機能の解除

登録を行う前に、迷惑メール防止機能をご使用の場合は、「info@city.iwade.lg.jp」からのメールを受信できるように設定してください。（設定変更については、携帯各社等にお問い合わせください）

② 空メール送信（iwade@entry.mail-dpt.jp）

上のアドレスにメールを送信してください。※件名、本文の記入は不要です。
携帯電話の場合は、右の2次元コードを読み込んでメールを送信することも可能です。

③ 仮登録メールが届きます

仮登録メールが30分以内に届きます。
仮登録メールが届かない場合は、「info@city.iwade.lg.jp」からのメールを受信できる設定になっていない可能性があります。①の設定をご確認後、再度②から操作してください。

市内放送の内容が確認できる
電話応答サービスもあります

フリーダイヤル 0120-77-2141

※岩出市外からはご利用不可



■利用上の注意

登録は無料です。登録や削除、メールの受信にかかる通信料やパケット料は、登録する方の負担になります。
配信された情報は、個人の責任において利用してください。

和歌山県植物公園 緑花センター

開園時間 9:00～17:00（入園は16:30まで）

〔住所〕〒649-6211 岩出市東坂本672
〔電話〕62-4029 〔FAX〕63-2570
〔HP〕<http://www.w-botanicalgarden.jp>

10月の休園日 / 3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)、31日(火)

10月の花ごよみ / 秋バラ、コスモス、ケイトウ、キイジョウロウホトトギス、サルビア、マリーゴールド

展示会

10月21日(土)～22日(日)	古典植物と山野草展	即売あり／最終日15:30まで
10月28日(土)～29日(日)	シャボテン・多肉植物品評会	即売あり／最終日15:30まで
11月3日(金・祝)～5日(日)	第16回 緑和会盆栽展	即売あり／最終日15:00まで
11月3日(金・祝)～5日(日)	野生ラン展	即売あり／最終日15:30まで

教室

10月14日(土)～15日(日)	やってみよう！ドラム缶楽器スチールパン(昼食付き)	10:00～13:00、12:00～15:00／参加費2,000円／事前申込要
10月21日(土)～22日(日)	秋のボタニカルアート教室	9:30～12:00／参加費1,500円／事前申込要
10月22日(日)・11月5日(日)	やってみよう！のり先生と水彩画	13:30～16:00／参加費1,000円／事前申込要
11月3日(金・祝)	ファミリー防災キャンプ	9:00～11:30、12:30～15:00／参加費500円／事前申込要

イベント

10月15日(日)	和歌山の木で作ろう(木工)	10:00～15:00(材料無くなり次第終了)／参加費:要問合せ／事前申込不要
-----------	---------------	-----------------------------------------

相談	日時 (祝日除く)	場所	内容	問い合わせ先
消費生活相談 (岩出市開設)	毎週木曜日 午前10時～正午 午後1時～4時	岩出市役所 2階 第7会議室	消費者と事業者間の契約によるトラブルや架空請求・多重債務などの消費者問題について、専門相談員が相談に応じます。	市長公室 ☎188(局番なし)
消費生活相談 (紀の川市開設)	毎週月曜日(9日除く) 午前10時～正午 午後1時～4時	紀の川市役所 本庁4階 相談室1		紀の川市商工労働 課☎188(局番なし)
行政相談	18日(水) 午後1時～4時	岩出市役所 1階 第1会議室	行政サービスに関する苦情、行政の仕組みや手続き等、どんなことでもお気軽にご相談ください。	市長公室
人権相談	10日(火) 午後1時～4時	総合保健福祉センター 3階 会議室A	「人権問題ではないだろうか?」と感じたときは、お気軽にご相談ください。人権擁護委員が相談に応じます。	社会福祉課 人権啓発係
ひきこもり 巡回相談 (予約制)	4日(水)、18日(水) 午前10時～午後1時	(4日)中央公民館 中会議室 (18日)岩出図書館 会議室	ひきこもり状態にある本人や家族等からの相談に応じ、相談によって、課題に対する支援および助言を行います。(相談無料、秘密厳守)	社会福祉課 障害福祉係
障害児者 相談支援	月～金曜日 午前9時～午後5時30分	岩出障害児者相談・支援センター(東坂本6-1)	障害のある方やその家族等の相談を受け、自立した日常生活等が送れるよう、必要な情報提供、助言、サービスの利用支援等を行います。	岩出障害児者 相談・支援セン ター☎63-1622
教育相談	月～金曜日(祝日除く) 午前9時～ 午後4時30分	<ul style="list-style-type: none"> ●スクールカウンセラー 全ての市立小中学校 適応指導教室「フレンド」 ●スクールソーシャルワーカー 山崎北小学校 岩出中学校・岩出第二中学校 ●岩出市青少年センター 	岩出市内の小中学生や保護者の方を対象に、学習や生活、不登校や子育て等、教育全般に関する相談、支援を行っています。	<ul style="list-style-type: none"> ・在籍の小中学校 ・教育総務課 学校教育係 ・青少年センター ☎61-7007 ・適応指導教室 ☎62-0892
		適応指導教室「フレンド」	岩出市内の小中学校に在籍する児童生徒の、不登校や子育てに関する相談、支援を行っています。	適応指導教室 ☎62-0892
子育て相談	月～金曜日 午前9時～午後5時	和歌山県立医科大学 小児成育医療支援室	子育ての悩みなどの相談を受け付けています。電話で相談後、相談内容で面談が必要であれば、予約日を決めて来院していただけます。	和歌山県立医科 大学小児成育医 療支援室 ☎073-441-0826 ☎073-441-0808
	毎週水曜日 午後2時～4時	公立那賀病院(問い合わせは、 和歌山県立医科大学小児成育 医療支援室へ)		
健康相談	毎週月曜日 午前9時30分～11時	総合保健福祉センター	子どもの健康や育児等について	子ども家庭課 母子保健係 ☎67-6081
こうのとりの 相談	毎週火曜日(午後3時以降)	岩出保健所	不妊専門医による面接相談(予約制)	岩出保健所 ☎61-0049
	月～金曜日 午前9時～午後5時45分	電話相談	保健師による電話相談	
ふれあい 相談	毎週月曜・木曜日 午前9時～午後4時	総合保健福祉センター	家事(離婚、相続、遺言、夫婦関係等)・事故・民事(破産・損害賠償等)・労働問題等	
ふれあい 専門相談	第3・第4火曜日 午後1時～3時30分	総合保健福祉センター ※民事・登記相談…定員6名 ※弁護士相談…定員8名	(第3) 税務相談 (第4) 民事・登記相談(要電話予約)	社会福祉協議会 ☎63-3246
	第5火曜日 午後1時～4時		弁護士相談(要電話予約)	

図書館へ行こう!

本や行事についてのお問い合わせは電話でどうぞ!

岩出図書館 (根来1472-1)

☎ 62-7222 FAX 62-7150



10月: 開館時間 岩出図書館 午前10時～午後7時
分館・分室 午前10時～午後6時30分

岩出図書館・駅前ライブラリー・総合保健福祉センター図書室

中央公民館図書室・上岩出地区公民館図書室

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

☆本はおひとり10冊まで2週間借りることができます。
☆視聴覚資料はおひとり3点まで2週間借りることができます。
☆電子書籍はおひとり2点まで2週間借りることができます。

■印は休館日です。

休館中の本の返却は、図書館正門右の返却ポスト、または駅前ライブラリーの返却ポストをご利用ください。
なお、図書館正門右の返却ポストが閉まっている場合は、図書館玄関右のブックポストをご利用ください。
※DVD・ビデオ・CDなどの視聴覚資料、紙芝居など、破損の恐れのある資料は開館時に直接カウンターにお返しください。視聴覚資料は岩出図書館カウンターでお返しください。

2023・第77回 読書週間標語

「私のペースで しおりは進む」

★イベントはすべて参加無料。詳細は、岩出図書館ウェブサイトまたはチラシをご覧ください。

■図書館講座「源氏物語入門」

11月1日は「古典の日」です。「古典の日」に先立ち、「源氏物語」の魅力についてお話していただきます。

日時 10月14日(土)

開場 午後1時45分 開演 午後2時

場所 岩出図書館 大会議室

講師 公民館講座講師 脇谷 邦子さん

定員 先着50名

申込 岩出図書館カウンターまたは電話で申込み。

■読書週間アニメ上映会

●サンリオ世界名作映画館 マイメロディの赤ずきん (31分)

●おじゃる丸 マロもだいすき月光町 (4話・30分)

日時 10月21日(土)

開場 午前10時15分 開演 午前10時30分

場所 岩出図書館 大会議室

定員 先着50名 ※申込不要

■テラスであそぼう

日時 10月28日(土) 午前11時～

場所 岩出図書館 屋外テラス(雨天時、児童書架)

定員 先着30名

※小学2年生以下のお子さまは保護者同伴

内容 おはなしパレットの読み聞かせのあと、簡単なおもちゃを作ります。

申込 10月7日(土)から受付開始。岩出図書館カウンターまたは電話で申込み。

■西国分廃寺(西国分塔跡)パネル・関連図書展示

期間 10月20日(金)～11月23日(木・祝)

場所 岩出図書館展示コーナー

●発熱や咽頭痛、咳等の普段と異なる症状がある場合は、来館をお控えください。

■10月のおはなし会

■図書館ボランティアによるおはなし会

1日(日)・8日(日)…「おはなしドロップス」

15日(日)・22日(日)…「おはなしのとびら」

午後1時30分から 岩出図書館 児童書架

14日(土)…「おはなしのじかん」

午前10時30分～

総合保健福祉センター 図書室

※「おはなしのじかん」は事前申込制

総合保健福祉センター図書室 (☎ 69-5012) へ

申込み (10月7日(土)受付開始)

■図書館スタッフによるおはなし会

28日(土)…「おはなしパレット」

午前11時から 岩出図書館 屋外テラス

(雨天時、児童書架)

※今回は「テラスであそぼう」になります。(申込要)

定員 おはなしのじかん…10名程度

それ以外…各30名程度

※子ども向けですがどなたでもお楽しみいただけます。

■小・中学生の“うちどく”展示

岩出市内の各小・中学校からよりすぐりの“うちどく”を展示します。

期間 9月30日(土)～11月23日(木・祝)

場所 岩出図書館展示コーナー

■中高生ビブリオバトル 岩出市大会開催!

観戦者大募集!

バトルがおすすめの本の魅力を5分間で紹介し合い、参加者全員で「1番読みたくなった本」を投票で決める書評ゲームです。観戦して本との出会いをお楽しみください。(事前申込要)

日時 10月28日(土) 午後1時30分～

場所 岩出図書館 対象 どなたでも(定員50名)

申込 岩出図書館カウンターまたは電話で申込み。

状況によりイベントの中止や内容変更をすることがあります。最新の開館状況等は、図書館ウェブサイトや市安心・安全メール配信サービスでご確認ください。

全国優勝おめでとうございます！

8月22～25日に愛媛県で開催された全国大会において、優勝しました！
おめでとうございます！



岩出第二中学校 3年 たなか ゆうま 田中 悠大さん

第50回全日本中学校陸上競技選手権大会（愛媛県）
男子1500m 第1位 3分56秒59

活動 pickup!

1. 岩出市ゲートボール協会 会員募集中

活動日 毎週^①・^②／午前9時～11時30分

場所 岩出市根来運動公園ゲートボールコート他

チーム仲間と切磋琢磨して行っています。ゲートボールは10個のボールの位置と進路を読み、10秒以内に打ったボールをゲートに通過させ、その得点を相手チームと競うスポーツです。一度、見に来てください！

●問 佐伯 ☎ 62-7695

ゲートボール
みんな集まれ♪
楽しいよ。



2. 将棋クラブ 会員募集中

活動日 毎週^③・^④・^⑤／午後1時～5時

場所 山崎地区公民館

会員者数は29名ですが、毎回参加は10～15名程度です。子どもや女性の方もOK！未経験でも大丈夫！指導いたします。見学大歓迎！いつでもお越しください。

●問 藤本 ☎ 090-1026-2790



3. 根来の子守唄保存会 会員募集中

活動日 月1回（第1^⑥）／午後1時30分～3時

場所 根来地区公民館

ねんね根来のよう鳴る鐘はヨ♪400年にもわたって唄い継がれてきた「根来の子守唄」。私たちはこの子守唄を守り、後世に伝承することを目的に50年を超えて活動しています。2020年には絵本「根来の子守唄今むかし」を刊行しました。放課後子ども教室での指導の他、様々なイベント等で精力的に活動しています。私たちと一緒に唄って踊りましょう。



ホームページもみてね♪



●問 事務局（生涯学習課内） ☎ 62-2141

4. 根来会 会員募集中

活動日 不定期のためその都度会員に周知

場所 民俗資料館（主に講演会・現地学習会の日もあり）

根来会は岩出市や根来寺の歴史・文化について理解を深めるために講演会や現地学習会を実施しています。写真は令和5年6月に開催しました講演会の様子です。

現在、新会員を募集しています。

●問 根来会事務局
家原
☎ 70-1817



第18回 岩出市民運動会を開催！

4年ぶりの開催！

📍 生涯学習課 スポーツ健康係（市民総合体育館内）
☎ 62-0370

日時 10月9日（月・祝）
午前8時50分開会
※雨天等で中止の場合…10月15日（日）に延期

場所 大宮緑地総合運動公園

※運動会プログラム等の詳細は、市ウェブサイト
またはチラシをご覧ください。
※健康ポイント事業対象です。**健**
※プログラムを変更する場合があります。

第18回 岩出市文化祭を開催！

～文化でつなぐ 人・地域・ふるさと岩出～

📍 岩出市文化祭実行委員会事務局
（岩出市教育委員会 生涯学習課内） ☎ 62-2141

式典 11月3日（金・祝）
午前9時～ 岩出市民表彰
午前10時頃 テープカット

作品展示・芸能発表等

11月3日（金・祝）・4日（土）

場所 岩出市立市民総合体育館ほか

※詳細は、11月広報と同時配布予
定のプログラムをご覧ください。
また、市ウェブサイトにも10月
下旬頃掲載します。



和歌山県の「きのくに文化月間」連携事業です。

第3回 岩出市文化文教ゾーン 魅力・再発見！！ 日本遺産「葛城修験」公開講座

「地域をむすぶ葛城修験－修験道から生まれた歴史と文化－」

📍 岩出図書館 ☎ 62-7222

日時 11月18日（土） 午後1時～4時

場所 旧和歌山県議会議事堂（一乗閣）

定員 一般 200名（先着順）
※手話通訳あり／一時保育無料（1歳～未就学児、定員あり、先着順）

申込 申込書を提出／電話・FAX・メール・申込み
フォームで申込み
※申込書はチラシの裏面・岩出図書館ウェブ
サイトに掲載。提出先もご確認ください。
※電話・FAX・メールは岩出図書館へ申込み
FAX・メールの場合は、住所、氏名、連絡
の取れる電話番号、手話通訳・一時保育希望
の有無を明記ください。

☎ 62-7222 / FAX 62-7150 / 申込みフォーム
✉ iwadetoshokan@mail.city.iwade.wakayama.jp
（詳細はチラシおよび岩出図書館ウェブサイト
をご覧ください。）

申込期間 10月1日（日）～11月3日（金・祝）

内容 参加無料

- 「葛城修行の今昔
－現在の入峰の作法も併せ見る－」
宮城 泰年さん
（本山修験宗管長、聖護院門跡門主）
- 「葛城修験の寺々－根来寺から小峯寺まで－」
宮本 佳典さん（郷土史家）

