



第60号

平成27年4月1日

発行:美杉総合支所

担当:地域振興課

電話:272-8080

## 美杉まるごと大集合 4th

in ぷららてんま天満市場(大阪)

### 目次

美杉まるごと大集合	1
美杉中学校卒業式	2
美杉地域の 医療を考える懇話会	2
昔のあそびで交流 竹原老人クラブと 美杉小学校	3
文化協会成果発表会	3
宅建協会津支部から 寄付金	3
名松線を守る会が 景観整備作業に 取り組む	4
早春の 伊勢本街道ウオーク	5
美杉地域公共交通 あり方検討会を開催	5
防災一口メモ	5
<お知らせ> 君ヶ野ダム公園 桜まつり 三多気桜まつり	6
「県民の日」記念 施設利用料について	6
美杉地域行政相談 市政相談日程	6
子育てサークル そらまめのお知らせ	7
食生活改善推進協議会 美杉支部から	7
お知らせ	8

美杉地域まちづくり推進連絡協議会(今井幹雄会長)は、2月28日(土)に大阪市北区のぷららてんま天満市場において「美杉まるごと大集合4th in ぷららてんま天満市場」を開催し、美杉の「魅力」、「歴史」、「自然」、「食」などさまざまな情報を発信しました。県外でのまるごと大集合は今回が初めてのことであって、各団体から参加した19人の会員は、それぞれのブースで来場者に熱心に声をかけていました。

4回目となったこの日は天候にも恵まれ、1階のイベント会場は予想以上の来場者があり、用意した特産品が品切れになるほどの賑わいとなりました。会場では、伊勢本街道を活かした地域づくり協議会の「伊勢本街道の町並みや歴史の紹介」、八知地区活性化協議会の「手づくり木工品などの展示、販売」、多気の郷元気づくり協議会の



「こけ玉の展示や販売、体験」、八幡地域活性協議会の「日野菜の漬物の試食」、竹原地域活性化協議会の「田舎あられ、かきもちと梅干しなどの試食、販売」、太郎生地域づくり協議会の「湧水米の試食、販売、たろっと三国屋の紹介」などのPRが行われました。また、津市森林セラピー基地運営協議会、名松線を守る会によるそれぞれのPRやこのほど発行された多気の地域冊子「T-age(ティー・エイジ)」のPRも行われ、訪れた人たちは興味深そうに話に耳を傾けていました。

日頃から積極的に地域おこしに取り組んでいる各協議会の活動の成果は、初めての大阪で大いに情報発信することができました。会場を訪れたたくさんの方たちは、美杉地域のさまざまな物産を買い求め、試食や体験などで思い思いに楽しんでいました。



## 美杉中学校卒業式 ～14人が巣立つ～

3月6日（金）、美杉中学校第39回卒業証書授与式が開催されました。朝倉校長先生から、卒業生一人ひとりに卒業証書が手渡され、式辞では門出にあたっての二つのメッセージが贈られました。一つ目は個性や能力を十分に発揮し、自主性のある人になってほしい。自ら判断し、責任を持って物事を解決していく努力をして下さいというエールでした。二つ目は42歳の今もなお世界の一線級の成績を残しているスキージャンプの葛西紀明選手と女子サッカーなでしこジャパンで不動の存在感を示す坂口夢穂選手を例に、夢は生きる喜びであり、生きるエネルギーで



す。夢を持つことは生き方を広げ、心を大きくするので夢を持ち続けて下さいというエールでした。

卒業式のクライマックスである卒業生代表宮田湧太さんの答辞や、その中で歌った「旅立ちの日に」の合唱は、列席者を感動の渦に巻き込むものとなりました。

## 美杉地域の医療を考える懇話会

——— 竹村三重大学教授と四方一志病院院長を囲んで ———

2月16日（月）、美杉総合文化センター会議室において、竹村洋典三重大学大学院医学系研究科家庭医療学教授と四方哲県立一志病院院長をお招きし、美杉地域の自治会連合会長さんとの「美杉地域の医療を考える懇話会」が開催されました。



竹村先生（左）と四方先生

この懇話会は、伊勢地地区の診療所の閉院など厳しさを増す美杉地域の医療環境にどう対応していくのかを今後両先生にご指導いただくうえで、まず、両先生に美杉地域の現状と住民の思いを知ってもらおうと開催されました。

各地区の自治会長さんからは医療機関が減っていくことへの不安や一志病院への期待などが語られ、両先生からは、心身両面から全体的に医療を行う総合診療医の必要性や医師が地域に定着していただくための方策などをお話いただきました。竹村先生は、「総合診療医は、いい研修や教育の場があり、やりがいが見つけられる地域には自ら進んでやってくる。いい教育環境をつくろうという姿勢が大切だ」と話され、四方先生は、「一志病院の医師は地域に貢献したいという思いが強くなってきている。地域と三重大学と県と市が上手に協力していかなければならない」などと語られていました。

この懇話会には、市内で医療を学ぶ学生4人が傍聴に訪れ、熱心に皆さんのお話に耳を傾けていました。



挨拶をする医学生

## 昔のあそびで交流会 ～竹原老人クラブと美杉小学校～

昔、子どもの頃によく遊んだ竹馬やお手玉などは、今では子どもたちが遊ぶ姿を見ることがない懐かしい「あそび」です。

2月12日(木)、竹原地域住民センターにおいて、美杉小学校1・2年生の児童26人の皆さんと竹原老人クラブのみなさんが「昔のあそび」を一緒にたのしみ、交流を深めました。

室内では手芸や折り紙を折って遊んだり、紙風船などを飛ばし、運動場では竹馬に挑戦する姿や、凧揚げや輪をころがして走る子どもたちの元気な姿がみられました。子どもたちに「あやとり」を教えたり、慣れない「竹馬」の乗り方を教える竹原老人クラブのみなさんも、どこか子どもの頃に戻ったかのようにでした。



## 文化協会 成果発表会

3月6日(金)から8日(日)にかけて、美杉文化協会成果発表会が美杉総合文化センターで開催されました。ロビーには絵手紙や伊勢型紙、写真、俳句、短歌等たくさんの作品が展示されました。

また、7日には多目的ホールで芸能発表会が行われました。



ロビーでの作品展示



多目的ホールでの芸能発表会

## 宅建協会津支部から寄付金をいただきました

1月16日(金)、三重県宅地建物取引業協会津支部から、今年もセラピーロードの整備など森林セラピー基地の発展にと津市森林セラピー基地運営協議会へご寄付をいただきました。これは、10月12日の津まつりで、宅建協会津支部が協会の活動と「津市空き家情報バンク」のPRブースにて実施された物販コーナーでの売上金を寄付されたものです。



名松線を守る会が

## 2回目の景観整備作業に取り組む

2月21日(土)、八知元小西地区において、名松線を守る会(赤堀嘉夫会長)による2回目の名松線沿線の景観整備作業が行われました。今回は、各地区部会から40人の会員が参加し、前回に引き続き、竹の伐採と枝打ち作業に取り組みました。

この日は、前回とはうって変わって作業開始とともに汗ばむほどの陽気でしたが、参加した皆さんは昼食時間も忘れて熱心に体を動かし、作業着手前には密集した孟宗竹で見通せなかった雲出川が、見事に姿を現すほどに整備されていきました。雲出川の対岸から作業現場の竹林を眺めると、竹林の後方を走る名松線の法面がはっきりと確認できるほどにすっきりとした景観に生まれ変わりました。来年春の名松線の車窓からも、きっと雲出川の清流の眺めを楽しんでいただくことができることでしょう。

切り倒された孟宗竹は一箇所にまとめて積み上げられましたが、枝の一部は、竹箒の材料にも利用されるとのことでした。

この景観整備作業は今後も続けられますが、平成27年度は待ちに待った名松線の運行再開の年になりますので、駅舎や周辺の景観整備も視野に入れた取り組みになることと思います。

より多くの会員の参加により、地元住民の名松線への熱い思いを、美杉を訪れる皆さんに伝えていきたいと思っています。



ビニールハウスも見えないほどの草



名松線の法面が見えません



作業後ははっきりと見えます



法面が竹林の後ろにはっきりと見えます

作業前後の竹林と周辺

## 早春の伊勢本街道ウオーク ～小さな春は見つかりましたか～

3月15日(日)、伊勢本街道奥津宿で伊勢本街道を活かした地域づくり協議会が主催するウオークイベントが開催されました。

当日は、曇り空の少し肌寒い日でしたが、新潟や岐阜などからも遠路遥々参加者が訪れ、100人近くの方が早春の伊勢本街道



奥津宿の散策をガイドの説明に耳を傾けながら楽しみました。

ウオークの後には、大人気の街道鍋や三重大生の有志がついた、つきたてのお餅に舌鼓を打ち、伊勢本街道の手ぬぐいや

美杉の特産品であるお茶などの参加記念品を嬉しそうに受け取っていました。また、JR名松線を利用して参加された方々には、お茶やこんにゃくがプレゼントされました。

参加者の中には、以前に伊勢本街道奥津宿を訪れたことがある方も多数みえ、久しぶりの再訪を喜ぶとともに、懐かしそうに辺りを見渡していました。



### 美杉地域公共交通あり方検討会を開催

2月18日(水)、第2回美杉地域公共交通あり方検討会が、美杉総合文化センター会議室で開催されました。

今回は、美杉地域の公共交通の現状を把握しようということになり、事務局から、コミュニティバスや名松線、三重交通の路線バス、エコープの買い物バスなどの運行状況や利用状況などの説明が行われました。

次回からは、美杉地域の公共交通の現状を踏まえた課題と解決策について具体的な話し合いが行われることとなります。名松線の運行再開を見据えて、できるだけ早い時期に、より利用しやすい公共交通システムに関する具体策を

まとめることとなります。



### 防災一口メモ(地震対策)

#### 非常持出品、備蓄品を準備する

##### ○非常持出品

危険が迫ってきた自宅から緊急的に避難する際に持ち出すもの

飲料水・非常食・懐中電灯・携帯ラジオ・救急医薬品(常備薬、お薬手帳など)・貴重品・現金・タオル・着替え・マスク・軍手・雨具・生活用品(ナイフ、ポリ袋など)など

##### ○備蓄品

救援物資など外部からの支援が届くまでの間を生活するためのもの

飲料水・食料・燃料・毛布・洗面用具・簡易食器・その他生活用品など

代表的な非常持出品、備蓄品を載せましたが家族の状況に応じて必要なものを加えましょう。

## 君ヶ野ダム公園桜まつり

4月5日(日)10時～14時15分 君ヶ野ダム公園

## ●ダム公園広場

- ・君ヶ野なべ(先着お楽しみ抽選券付) ・お茶席(白山高校)
- ・地元特産品販売など ・わたがし、スーパーボールすくい、ふうせん
- ・竹原地域活性化協議会コーナー ・水道水について学ぼう

## ●ダム公園特設ステージ

- ・美杉連山のろし太鼓 ・よさこいソーラン(やっば美杉 ・鳳牙・わいわい踊ろう会)
- ・カラオケ大会 ・歌謡ショー(松永ひとみ) ・フラダンス(アロハ・レイモミ)

＜お詫びと訂正＞  
美杉だより3月1日号でお知らせしました終了時間14時30分は、14時15分の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

レークサイド君ヶ野では、春プラン(春魚ランチ)をご用意いたしております。  
桜を見ながらぜひ一度お立ち寄りをお待ちしております。

## 三多気桜まつり

4月11日(土)～12日(日) 三多気真福院境内・夜桜広場

- 真福院境内(11日・12日)千本つき(10時～14時) ●真福院境内(12日)ごくまき(14時～14時30分)
- 夜桜広場(11日・12日)バザー(9時～15時30分) ●三重交通路線臨時バス(11日・12日)
- シャトルバス(11日・12日)フットパーク美杉⇄三多気《最終・フットパーク14:30 三多気16:00》

## 「県民の日」記念施設利用料について

県民の日は、明治9年4月18日に安濃津県と度会県が合併し、現在の三重県が誕生したことを記念し、昭和51年に県政100周年を記念して定められました。

この「県民の日」を記念して、4月18日(土)には美杉地域内の下記公共施設の利用料金が無料又は半額となりますので、是非ご利用ください。

## ○フットパーク美杉(テニスコート) ☎274-1189

1面1時間400円 → 無料 ※1組当たりコート1面2時間以内の利用で、事前に予約が必要です。

## ○スカイランドおおぼら(パターゴルフ場) ☎272-1138

大人800円/中学生以下500円 → 半額

## 平成27年度美杉地域

行政相談  
市政相談 日程

相談は、公正・中立の立場から、国や市の行政などへの苦情や意見、要望を受け付け、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かしています。

皆様の秘密は固く守られ  
無料で相談できます。



開催日	場所	その他
6月1日(月)	グリーンハウス美杉	人権相談同時開催
7月16日(木)	グリーンハウス美杉	人権相談同時開催
9月17日(木)	グリーンハウス美杉	人権相談同時開催
10月15日(木)	多気地域住民センター	
12月3日(木)	グリーンハウス美杉	人権相談同時開催
1月14日(木)	伊勢地地域住民センター	
3月10日(木)	グリーンハウス美杉	人権相談同時開催

★相談時間は、いずれも13:30～15:00です。



## 子育てサークル そらまめ のお知らせ

親子のふれあいと交流の場として、子育てサークルそらまめができて1年が経ちました。昨年度は親子でやりたいことを話し合い、月2回集まってピクニック、くるりんマーケット(育児不用品の交換会)、ふくしまの親子との交流、さつま芋の収穫、クリスマス会、ヨガ、お菓子づくりなどたくさんのイベントを開催しました。美杉町は極端に少子化が進み、普段子ども同士、若い親同士で交流する機会がほとんどありません。この会で一緒に遊んだり、話ができるようになって「とても楽しい」、「嬉しい」という声がかかれます。毎日の育児は大変ですが、子どもと向き合い、これからも前向きに笑顔で子育てをしていきたい！そのために皆で子育てを考えながら成長していきたいなと思っています。今年度もいろいろなイベント内容を話し合いました。詳しい内容は5月以降にお知らせします。ぜひ、気軽に遊びに来てくださいね！

### 交流会

日時: 4月10日(金)・24日(金)

10:30~12:00

\*24日は9:30~保健師・栄養士による健康相談・身体測定があり。母子手帳持参。

場所: 美杉保健センター

☆天候等により中止する場合があります。



♡ 昨年度の様子 ♡



クリスマス会



さつま芋の収穫

問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089

## こんにちは 食生活改善推進協議会 美杉支部 です

今回は、「春の野菜でからだイキイキ！簡単レシピ」を紹介します。



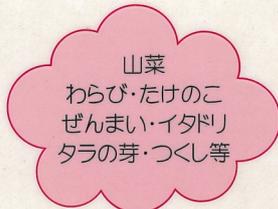
### 春

#### チーズグラタン

たけのこ、人参をスライスして交互に重ね、ピザソースととろけるチーズをのせてオープンで焼くとお子様にも人気のグラタンに♪

#### 常備菜として

ふき味噌、花わさびの醤油麹漬、つくしの佃煮など！  
ほかの野菜の和え衣として使用すると便利です♪



#### 白和え

薄く味付けした山菜と、豆腐、たっぷりのゴマで♪  
塩分控えめでもこんなにおいしく！

#### 惣菜

下ごしらえした山菜を油で炒め、少量の砂糖・醤油・みりん  
で味付けを。唐辛子を入れると味のアクセントに！

冷蔵庫にある材料を使い、季節を味わいましょう。

今日はいちょう切り、次は乱切りなど切り方を変えると噛みごたえや見た目の印象が変わります。

赤みそ、白みそ、合わせみそなどで変化をつけてもいいですね。

かつおだし、煮干しだしなど、だしをかえると味わいもかわります。

【1人分できあがり写真】 ↓こんなに野菜類が入ってます！

### 野菜たっぷり具たくさん豚汁レシピ 野菜のうまみでおいしい！塩分ひかえめで体にやさしい！

#### 材料【2人分】

豚肉	20g	はくさい	60g
ごぼう	30g	油揚げ	20g
にんじん	20g	しめじ	30g
大根	60g	ねぎ	20g
こんにゃく	20g	みそ	16g
		だし汁	400ml



問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089

**4月健康相談**

下之川地域住民センターで血圧測定や尿検査等の健康相談を無料で実施しています。是非ご利用ください。

日時 3日(金)・10日(金) 9時30分～12時30分 場所 下之川地域住民センター

問い合わせ 相談時のみ ☎276-0333

相談日以外 ☎272-8084 (美杉総合支所市民福祉課)

**三重県立一志病院健康教室**

入場無料 申し込みは不要です。

前期第1回 いつまでもムセずにおいしく食べられるように ～飲みこみの話～

講師： 鶴田 真三 (一志病院医師)

日時 4月14日(火) 13時～14時 場所 一志病院管理棟2階会議室

問い合わせ 三重県立一志病院 外来 津市白山町南家城616

☎262-0600 (内線110) F A X262-3264 電子メールihos@pref.mie.jp

**国民年金のおはなし**

20歳になれば、学生の皆さんも国民年金に加入しなければなりません。しかし、所得が一定より低い場合は、

「学生納付特例制度」を利用して国民年金保険料の納付を猶予することができます。

**【対象】**

◎ 大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校(学校教育法に規定する修業年限1年以上である課程)に在学する学生など

◎ 本年度の所得基準(申請者本人のみ)【118万円+扶養親族等の数×38万円+社会保険料控除等】以下

**【手続きに必要なもの】**

①本人の学生証(写し可)または在学証明書 ②印鑑 ③年金手帳

※代理人が手続きをする場合、次の④⑤も必要

④代理人の免許証または健康保険証 ⑤代理人の印鑑

※ 前年度に学生納付特例を受けた人で、今年度も引き続き在学する予定の人には「学生納付特例申請書(ハガキ)」が送付されます(在学予定期間が把握できなかった人には送付されません)。ハガキに、必要事項を記入して返送することで引き続き申請ができます。

問い合わせ 美杉総合支所市民福祉課 ☎272-8084

**～森もり元気になろに！美杉～ (健康づくり推進員) からのお知らせ**

春の日差しが心地よい季節になりました。寒い時期に体を動かす機会がなかった人も、毎日運動を続けている人も、私たち健康づくり推進員と一緒にウォーキングを楽しみませんか？

今回は、言わずと知れた桜の名所「三多気の桜」を眺めながら歩くコースです。美しい景色と体を動かす楽しみを一緒に体験しましょう。

日時 4月21日(火) 9:30～14:00

集合場所 伊勢地地域住民センター

参加費 600円(昼食・保険代含む)

持ち物 水筒、歩きやすい服装、くつなど

申し込み 4月15日(水)までに

美杉保健センター(☎272-8089)へ

【電話番号】 美杉総合支所

地域振興課 059(272)8080・8082・8085

市民福祉課 059(272)8083・8084

※主な電話番号を記載しましたが、その他の電話番号などは、電話帳でお調べいただくか、美杉総合支所へお問い合わせください。