

美杉だより

第100号
平成30年8月1日
発行:美杉総合支所

美杉だより発行第100号記念

美杉総合支所長と編集長が選んだ掲載記事10選

平成22年5月1日から皆様に地域情報を発信することを目的に発行している美杉だよりも今回で第100号となりました。

これを記念してこれまでの掲載記事の中から、美杉総合支所長と美杉だより編集長が特に厳選した地域での出来事や取り組みを選びました。

第1号・平成22年5月1日発行
太郎生小学校・美杉小学校統合記念植樹式

平成22年4月6日に太郎生小学校と美杉小学校の統合を記念して桜の苗木が植樹されました。



第6号・平成22年10月1日発行
田舎暮らしアドバイザーを委嘱



平成22年8月31日に空き家情報バンクの利用者や移住者に田舎暮らしのアドバイスを行う6人のアドバイザーが委嘱されました。

第7号・平成22年11月1日発行
津市森林セラピー基地運営協議会が設立

平成22年9月28日に美杉地域の財産である森林セラピー基地を発展させるため住民の皆さんを主体とする当協議会が設立されました。



第16号・平成23年8月1日発行
伊勢本街道あんどん点灯式

平成23年7月16日に伊勢本街道多気宿に灯りをともそうと、あんどんの点灯式が開催されました。



担当:地域振興課
電話:272-8080

目次

掲載記事10選	1~2
サンクスフェスタ	3
みんなで考える集い	4
集団検診・がん検診 健診結果説明会	5
つるだDrの 健康アドバイス	6
各地区盆踊り日程	6
木造住宅耐震相談会	6
美杉なあなあまつり開催 食生活改善 推進協議会美杉支部	7
名松線を守る会 会員募集のお願い	7
八幡地域活性協議会 からのお知らせ	7
みすぎ夏まつり	8
津市教美杉支部 定期総会開催	8
えみ祭り	9
美杉むらのわ市場	9
ひまわり迷路 近日オープン	9
健康づくり教室	10
美杉地域人権学習会	10
森林セラピーイベント 開催報告	10
八知保育園だより	11
子育てサークル そらまめだより	11
田んぼの中のコンサート	11
竹原公民館地域力 創造講座参加者募集	11
お知らせ	12

**レークサイド君ヶ野
臨時職員募集中**

第18号・平成23年10月1日発行 台風12号により土石流が発生

平成23年9月4日午前9時15分頃に石名原地内で土石流が発生し多くの住宅等に被害が出ました。



第20号・平成23年12月1日発行 太郎生地域の振興拠点・たろっと三国屋がオープン

平成23年10月23日に太郎生地域の振興拠点としての期待を担い、たろっと三国屋がオープンしました。

第21号・平成24年1月1日発行 JR名松線の復旧工事始まる

&

第73号・平成28年5月1日発行 名松線が悲願の復活

平成23年11月28日から平成21年10月の台風18号の被害により運休していたJR名松線の復旧工事が開始されました。この復旧は多くの方々の署名をはじめとした皆様の支援活動が実を結んだ結果でした。



平成28年3月26日、6年半の時を経てJR名松線が全線復旧しました。これに合わせて様々な式典やイベントが開催されました。



第27号・平成24年7月1日発行 女性消防団「めぐみ分団」が発足

平成24年6月、津市消防団美杉方面団に津市で7つ目となる女性分団が発足しました。



第72号・平成28年4月1日発行 梅干を商品化

竹原地域活性化協議会では君ヶ野ダム周辺で採れる梅の実を活用して昔ながらの製法で梅干を漬けて「うめ〜ぼし」と名付け販売を開始しました。



第87号・平成29年7月1日発行 つるだDrの健康アドバイス連載開始



津市家庭医療クリニックの鶴田医師が町民の健康維持のため、「つるだDrの健康アドバイス」を毎月美杉だよりに連載することになりました。

夏休みの締めくくりは

サンスフェスタ

で決まり!!!

夏休み宿題対策

木工工作、こけ玉づくりなどなど

魚つかみ

つかんでその場で焼いて食す!

音楽に酔いしれる

美杉中学校ブラスアンサンブル部 & 白山高校吹奏楽部による生演奏やバンド演奏ほか

美杉の特産物を食べつくす

美杉茶、こんにゃく、ようかん、お米、麴味噌、醤油などなど

たまご
もつかみ
もあるよ!

8 26

月

日

特産品などが
当たる福引抽
選もあるよ!

電動消防車、
救急車も乗
れる。

場所：道の駅美杉（美杉町上多気 267 番地）

時間：10：00～14：00（イベント内容により変更あり）

過去開催の様子



問い合わせ先：美杉総合支所 地域振興課 ☎ 272-8085

住み慣れたこの地域で ずっと暮らし続けたい
だから しっかり考えておこう！ 在宅ケアのこと

第5回 美杉・白山・一志 在宅ケア

みんなで考える集い

8月26日(日)

入場無料

申込不要

どなたでもご参加
いただけます。

日時: 8月26日(日) 午前10時~12時30分

場所: 津市 一志高岡公民館「多目的ホール」(津市一志町田尻605-2)



◎基調講演 『^{よもやま} 医者屋の四方山話』

～ 島に教えてもらったこと～

講師 医師 奥野 正孝 氏 (元 鳥羽市立神島診療所 所長)



自治医科大学を卒業後、鳥羽市にある小さな離島「神島」の診療所に赴任された奥野先生。「何でも相談のしてくれる身近で親しみやすいお医者さん」として、島民の生活に寄り添った医療を実践され、延べ17年間を神島で勤務された先生ですが、赴任当初には様々なご苦労も…。長年にわたり三重の地域医療を先導してこられた奥野先生が語られる、自伝的で感動的、そして大変為になるお話です。

◎寸劇 『えらいこっちゃ！ 留吉さんが倒れやんした！』

主人公はこの地域で暮らす老夫婦。二人で穏やかな日常を送っていましたが、ある日、夫の留吉さんが脳梗塞で倒れて入院。治療とリハビリを経て、退院できるまでに回復はしたものの、今までどおり、住み慣れたこの地域で暮らし続けることができるのか？ それには、どのようなことが支障となるのか？「美杉・白山・一志 顔の見える会」のメンバーが、寸劇を通して問題提起します。



◎シンポジウム 『わたしたちが退院後の自宅での生活を支えます』



住み慣れたこの地域で人生の最期まで安心して暮らすためには、地域の保健・医療・福祉の関係者や住民同士の支え合いによる「地域包括ケア」が大変重要になってきます。この地域で在宅療養への支援等を担っているシンポジストたちが、それぞれの立場から意見交換し、会場のみなさんと一緒に最良の答えを探します。

主催：美杉・白山・一志 顔の見える会(※)、美杉・白山・一志 保健医療福祉連携会議(三重県立一志病院、津市、津市社会福祉協議会、津一志地域包括支援センター、三重県プライマリ・ケアセンター)

共催：三重大学大学院医学系研究科家庭医療学

※「顔の見える会」とは、官民間わす互いに顔の見える関係で地域のために取り組んでいこうという思いのもと、美杉・白山・一志地域において保健・医療・福祉に関わる者の有志によりできた団体です。

問い合わせ：三重県立一志病院 運営調整部

☎：262-0600 (代)

集団検診・がん検診・健診結果説明会等のお知らせ

～定期的に健（検）診を受けましょう～

下記の日程で健（検）診を実施します。

対象で受診券をお持ちの方は、申込開始日の8月10日(金)より三重県健康管理事業センター（☎221-5115）までぜひお申し込みください。

受診券は6月下旬に発送しました。受診券が届かない人は、下記までお問い合わせください。

多気地域は、11月に健（検）診の実施を予定しています。

詳しくは、美杉だより10月1日号でお知らせします。

健診結果説明会 & 健康相談を行います。受診後に届く健診結果を持ってお越しください！

申込開始日:8月10日(金)
 問い合わせ・申し込み先:三重県健康管理事業センター ☎059-221-5115
 (8:30~17:15まで)休業日除く

健診結果説明会 & 健康相談 (申込み不要)

日程	場所	特定健診 (※1)	後期高齢者 健診	胃がん 検診	大腸がん 検診	子宮がん 検診	乳がん検診		胸部レントゲン(※2)		肝炎ウイルス 検診	前立腺がん 検診	日程	時間
							マンモ	エコー	肺がん 検診	結核 検診				
9月12日 (水)	八幡地域 住民センター	9:00~11:00	●	●	●	●			●	●	●	●	10月17日 (水)	9:30~11:30
		13:30~15:00				●	●	●	●	●				
9月28日 (金)	下之川地域 住民センター	9:00~11:00	●	●	●	●			●	●	●	●	10月30日 (火)	9:30~11:30
		13:30~15:00				●	●	●	●	●	●	●	10月31日 (水)	9:30~11:30
10月19日 (金)	太郎生多目的 集会所	9:00~11:00	●	●	●	●			●	●	●	●	11月21日 (水)	9:30~11:30
10月24日 (水)	美杉保健 センター	9:00~11:00	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	11月27日 (火)	9:30~11:30
		13:30~15:00				●			●	●	●	●	11月28日 (水)	9:30~11:30

◎対象者や内容等詳細については、受診券に同封されるお知らせまたは広報津6月16日号同時配布の「平成30年度津市がん検診と健康診査のご案内」（冊子）をご覧ください。

(※1) 特定健診とは、津市国民健康保険に加入中の40~74歳の方が受けられる健康診査のことです。

(※2) 65歳以上の人は肺がん検診か結核検診のどちらかの選択となります。結核検診は申込不要です。

詳細は下記までお問い合わせください。

【問い合わせ】〈特定健診〉津市保険医療助成課 保険担当 ☎ 229-3317

〈後期高齢者健診〉津市保険医療助成課 後期高齢者医療担当 ☎ 229-3285

〈がん検診等〉津市美杉保健センター ☎ 272-8089

つるだDrの

健康アドバイス～サプリメントの効果と危険

No.14



突然ですが、健康のためにとサプリメントをのんでいる方には残念なお知らせです。

実は、サプリメントのほとんどは効果が科学的に証明されていません。そればかりか副作用の危険もあります。なかには研究データ上、長期使用で死亡率上昇の可能性がある栄養素もあります。怖いことに、それでも売られています。

推奨できるのは、妊娠前～初期の女性への葉酸くらいで、その他のほとんどのサプリメントの効果は「のんだ安心感」「思い込み」程度かもしれません。ちなみに野菜ジュースも野菜の代用にはなりません。副作用の危険を考えるとほとんどのサプリメントはお勧めできませんが、それでも飲みたい方は安全のためにかかりつけ医には申告しておいてくださいね。



津市家庭医療クリニック

美杉町奥津929番地 (高齢者生活福祉センター内)

☎ 274-0066

伊勢地巡回診療所090-9025-6632

【診療科目】内科、外科、小児科、整形外科、
心療内科

※健診・予防接種は要予約

診療時間 (受付時間)	曜 日	月	火	水	木	金
午前8:30 ～11:30		○	○	○	○	/
午後1:00 ～4:00		訪問診療 予約診療	/	伊勢地 巡回診療	訪問診療 予約診療	/

《休診のお知らせ》※8月13日(月)※8月16日

(木)は休診いたしますのでご了承ください。

今年も「子育て応援フェスティバル」を開催します!(美杉だより7月号参照)
日時:8月5日(日)9時30分～14時 場所:高齢者生活福祉センター

各地区の夏まつり・盆踊り等日程 8月

開催日	夏まつり・盆踊り	会 場
13日	八知納涼大会	美杉中学校校庭
13日	太郎生夏祭り	太郎生多目的集会所駐車場
13日	いせじ夏まつり	伊勢地地域住民センター
13日	高巖寺盆踊り	高巖寺境内
14日	K T 2 1 夏まつり	美杉方面団第3分団第1部詰所 裏広場
14日	中太郎生盆踊り	太郎生大禅寺境内
14日	下太郎生盆踊り	太郎生西法寺境内
14日	かわせみ庵盆おどり	かわせみ庵
14日	丹生俣盆おどり	丹生俣多目的集会所
15日	竹原納涼盆踊り大会	津市美杉竹原多目的グラウンド
15日	下之川納涼盆踊り大会	下之川多目的グラウンド
24日	下多気盆おどり	西向院境内

美杉総合支所

木造住宅の耐震相談会

木造住宅の耐震診断・耐震補強工事における補助制度・補強方法・費用などについて、建築士と市職員が相談に応じます。

・とき

8月22日(水) 10時～15時

・ところ

美杉総合文化センター ロビー

・申し込みは、電話で建築指導課へ

問い合わせ

建築指導課

☎ 229-3187 FAX 229-3336

美杉なあなあまつり

8月5日(日) 10時～16時

主催: WOOD JOB! 神去村青年団

会場1: 美杉木材市場

みんなで
巨大丸太“御神木”を
引っ張ろう!

いろいろな体験・飲食ブースもあるよ!!



会場2: JR伊勢奥津駅周辺

沖縄民謡三線ライブ
JAZZライブ

伊勢本街道散策・古民家見学もあるよ!

津市食生活改善推進協議会美杉支部です

～楽しく一緒に活動する仲間を募集中!～

私たちは、食生活や健康づくりについて学び、料理を通して食生活の大切さをお伝えしているボランティアグループです。様々な活動を通して、地域のみなさんの健康づくりを応援しています。

各地区で料理講習会を開催します。
ぜひ、ご参加ください。



《テーマ: おいしく食べる工夫を知ろう!》

9月19日(水)9時30分～ 美杉総合文化センター

9月26日(水)9時30分～ 竹原地域住民センター

★参加費350円(材料費、保険代含)

★各会場約20名程度募集します。参加を希望される方は、開催日の5日前までに各地区の食生活改善推進員が美杉保健センターまでお申し込みください。

申し込み 美杉保健センター ☎272-8089

名松線を守る会・会員募集のお願い

名松線を守る会では、平成30年度の会員を募集いたします。

名松線は美杉町の大切な交通手段であると共に、名松線を活用した地域おこし等に不可欠なアイテムとしてみんなで大切に守っていきましょう。



おひとりでも多くの御協力をお願いします。

平成29年度会員数

3,614人(うち賛助会員337人)

八幡地域活性協議会からのお知らせ

8月の奥津宿街道市はお休みします。

次回は、9月8日(土)に開催予定です。



問い合わせ

八幡地域活性協議会 商工部長 中野 忠夫
☎090-7438-0992

第30回 みすぎ夏まつり納涼花火大会

8月11日(土)祝日 山の日

第1部

- 18:30～ 開会宣言
- 18:35～ 子ども盆踊り
- 18:50～ よさこいソーラン演舞
- 19:25～ 美杉連山のろし太鼓

第2部

- 19:45～ 主催者あいさつ
- 20:00～ 神去みこし
- 打ち上げ花火(約2,000発)
- 手筒花火
- 21:00 閉会宣言

皆さまのご来場をお待ちしています。

なお、まつり当日は周辺道路が大変混み合い、駐車場にも限りがあります。

公共交通機関をご利用ください。

ご理解ご協力のほど、よろしくお願いします。

※雨天の場合は、12日(日)に順延します。なお、12日が雨天の場合は

16日(木)に実施します。(実施日の午前8時に決定します。)



問い合わせ みすぎ夏まつり実行委員会

美杉総合支所地域振興課内 ☎272-8085

第13回津人教美杉支部定期総会開催

6月22日(金)美杉総合文化センターにおいて、第13回津人教美杉支部総会が開催されました。

昨年度の事業報告、会計報告の後、2018年度の事業計画、予算が承認されました。人権の尊重される住みよい美杉地域の実現に向け、活動していきますので、地域の方々のご支援、ご協力をお願いします。

新役員は、次のとおりです。

- 支部長 清水秀二
- 副支部長 藤並みどり
- 岸野隆夫
- 菊田文雄



なお、2018年度の会員募集もしていますのでよろしくお願いします。

津人教美杉支部事務局 美杉教育事務所 ☎272-8091

8月25日(土)

PM6:00~

PM7:50(予定)

笑美の里駐車場

平成30年度第18回

特別養護老人ホーム笑美の里

えみ祭り

テーマ

「こころつなげて えみ祭り」



皆様のご参加をお待ちしております。



午後七時五十分 終了(予定)

エンディング(合唱)

追悼花火

お楽しみ大抽選会

盆踊り・仮装行列

午後六時 えみ祭り開会挨拶

午後五時 屋台販売開始

— スケジュール —

「美杉むらのわ市場」を開催します

「美杉むらのわ市場」は、美杉町の自然や環境、伝統の伝承をも視野に入れて素敵な活動をしている美杉町在住の人たちが主になって、各地域で毎月1回、9日(かっぱの好物、きゅうりの日)に開催します。

日時： 8月9日(木)及び9月9日(日)

午前10時~午後2時(雨天でも開催)

会場： ヒストリーパーク塚原
オートキャンプ場
(美杉町下之川2820-2)

問い合わせ 美杉むらのわ市場事務局

☎262-7778 (せち 節知)



ひまわり迷路・近日オープン

美杉町八知のスカイランドおおぼらキャンプ場では、6月初旬から向日葵(ひまわり)の種を撒いて、迷路の製作が着々と進んでいます。

8月上旬から中旬にかけ、ひまわり迷路は最高のコンディションになることでしょう。

夏でも涼しいおおぼらキャンプ場でバーベキューやキャンプを楽しみ、ひまわり迷路を体験されてはいかがでしょうか。ご家族、お友達同士で是非お越しください。

問い合わせ：美杉総合支所地域振興課

☎272-8085

または、おおぼらキャンプ場管理棟

☎272-1039



健康づくり教室

すでに健康づくりをすすめている人も、これから始めようという人も、健康情報満載の健康づくり教室に参加しませんか？

今回は、夏の食べ過ぎ、飲み過ぎで気になるお腹を少しでもスマートにしたい！ということで、運動実践指導者が音楽に合わせた体操を紹介しします。ぜひご参加ください！

日時 8月22日(水) 13:30～

場所 美杉文化センター 多目的ホール

テーマ 「メタボ脱却！リズムに合わせて
イキイキ体を動かそう♪」

内容 運動実践指導者による音楽に合わせた体操

持ち物 タオル、飲み物、

動きやすい服装・靴



問い合わせ・申し込み
美杉保健センター ☎272-8089

★★ 美杉地域人権学習会 ★★

【八幡地区】

と き：9月1日(土) 13:30～

と ころ：八幡地域住民センター

講 師：一志町反差別人権ネットワーク
人権バンド『びり〜ぶ』

演 題：みんなが笑顔になるために



問い合わせ

美杉人権学習会運営委員会

☎272-8091 (美杉教育事務所)

森林セラピーイベント開催報告

「日神の滝と倶留尊山三ツ岩を巡るセラピーウォーク」を開催しました

連日の大雨がうそのような快晴となった7月8日(日)、美杉町太郎生地区の森林セラピーコース、日神西浦コースでイベントを開催しました。日神西浦コースは、全12コースの中でも屈指の距離と高低差を持つ上級者向けのコースとなっており、地元太郎生地区の人でもあまり足を踏み入っていない場所でもあります。しかしコース沿いには、日本全国でも20本ほどしか発見されていないオハツキイチョウ、不思議なたたずまいの日神石仏群、赤目四十八滝を思わせるようなつづら折りの滝や、美杉町には珍しい雑木の森など、魅力がたくさん。そして苦労して登り切った先の三ツ岩では見渡すかぎりの絶景が広がります。今回のイベントでは、前日まで降り続いた雨のおかげで普段水量が少ない滝にも十分な水が落ち、見事な姿を見ることができました。また、山の中で食べたたろっと三国屋特製のお弁当は手作りならではのやさしい美味しさで、参加者のみなさんのお腹と気持ちを満たしてくれました。山を越えゴール間近にたどり着いたたろっと三国屋で冷たいお茶とデザートのおもてなしを受け、参加されたみなさんは、満足した笑顔で帰路につかれました。



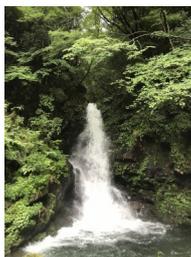
たろっと三国屋特製のお弁当



不動滝



小滝



大滝



いもづかの滝



三ツ岩からの眺め

八知保育園だより

7月5日（木）、祖父母参観を行いました。

この日は各年齢別のクラスで七夕飾りを祖父母と作り、笹へ飾りつけも一緒に行いました。飾りつけが終わると子どもたちは、出来上がった笹を持ってニコニコと笑顔で笹飾りを見せ合っていました。

その後、ふれあいあそびを楽しみ、終始楽しい笑い声や会話がクラスから聞こえ、楽しいひとときを過ごすことができました。



田んぼの中のコンサート

6月17日（日）、昨年6月から美杉町竹原に移り住んだ「Choji（チョージ）」（本名：村田智則）さんのコンサートが美杉町竹原で行われました。当日は天候にも恵まれて、横浜や大阪からの来町者もあり、地元美杉町の方も参加され100人を超える多くの方がギターとピアノの演奏や歌声に楽しい時間を過ごしました。今後「美杉・里山音楽舎」としてさまざまな企画を行っていく予定です。

©Choji オフィシャルホームページ <http://choji.jp>



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、毎月集まっています。ぜひ、気軽にお越しください！

保健師・栄養士による 健康相談・身体測定

日時: 8月24日(金)

9:30~12:00

※受付は~11:00まで

場所: 美杉保健センター

持ち物: 母子手帳



問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089

竹原公民館 地域力創造講座参加者募集!!

気軽に筋力アップ!
楽しく健康体操をしましょう

日時: 9月10日(月)

10:00~11:30

場所: 竹原地域住民センター

講師: 津市保健師 他

申し込み: 竹原公民館へ電話で申し込んでください。(☎262-3014)

椅子・机など身近な道具を利用し、手軽に筋力アップができる健康体操を行います。最近筋力が弱ってきたなあと感じている人、一度参加してみませんか。



美杉高齢者生活福祉センターからのお知らせ

美杉高齢者生活福祉センターは昨年度教育娯楽室の改修工事を実施し、一般の方がご自由に利用していただけるよう教育娯楽室や食堂等を一般開放しています。

津市家庭医療クリニック受診後のバスの待ち時間や、患者さんの受診中の運転者の待ち時間など憩いの場として多いにご利用ください。

下之川健康相談

8月・9月の下之川健康相談は都合によりお休みさせていただきます。

ご迷惑をお掛けしますが、10月には再開いたしますのでご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

三重県立一志病院健康教室

予約不要・参加無料

“健康”について一緒に楽しく学びましょう！

前期第5回 “若い” との上手な付き合い方

講師：洪 英在（一志病院 医師）

日時 8月14日（火）13時～14時 場所 一志病院診療棟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 X 262-3264 電子メール ihos@pref.mie.jp



市民福祉課より

【問い合わせ：市民福祉課 ☎272-8084】

シルバーエミカ申請およびポイントチャージ(更新)の受付窓口日程について

☞シルバーエミカの申請

○対象者 市内在住の65歳以上の方（平成31年3月末時点）

○申請に必要なもの マイナンバーカード、暗証番号

☞ポイントチャージ(更新)

○対象者 30年3月末までにシルバーエミカのポイントを使用した方（上限が2000ポイントになるようにポイントを付与します。）

○申請に必要なもの シルバーエミカ

◇窓口について

◎市民福祉課 平日（祝日を除く）午前8時30分～午後5時15分

◎各出張所 次の予定は9月です。（右表のとおり）

午前9時～11時30分、午後1時30分～午後4時

※今後の予定(今年度)は11月、2月を予定しています。詳細は美杉だよりで随時お知らせします。

9月の予定			
6日	木	午前	多気出張所
		午後	八幡出張所
13日	木	午前	竹原出張所
		午後	下之川出張所
20日	木	午前	太郎生出張所
		午後	伊勢地出張所

～森もり元気になろうに！美杉～（健康づくり推進員）からのお知らせ

食中毒に注意しよう！

蒸し暑い季節になってきました。食べ物が傷みやすくなってきています。高温多湿な環境で発生する食中毒は、細菌性のものが多いです。食中毒を予防するためにも、食中毒の3原則を守っていきましょう！

付けない

細菌を食べ物や包丁、まな板、皿などに付けないようにしましょう。

増やさない

細菌が食べ物の中で増えることで起こります。料理は、早いうちに食べましょう。

やっつける

細菌は、高い温度には弱いので、十分な加熱でやっつけましょう。

【電話番号】美杉総合支所

地域振興課 272-8080・8082・8085

市民福祉課

272-8083・8084

人権センター 272-8096

保健センター 272-8089

教育事務所 272-8091

※その他の電話番号などは美杉総合支所へお問合せください。