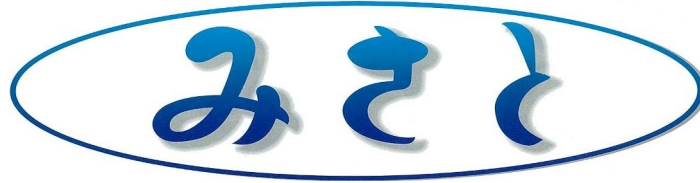





地域だより「みさと通信」



令和8年7月1日発行
第89号 夏 summer quarter

編集発行／
津市美里総合支所
地域振興課
☎ 279-8111 



ご入学・ご入園 おめでとうございます



4月7日、みさとの丘学園で入学式が行われ、15人の児童が入学しました。

入学式では、9年生のお兄さんお姉さんに手をつないでもらい体育館に入場し、担任の先生から名前を呼ばれると1年生はしっかり返事をして、起立しました。

最後は、6年生のお兄さん、お姉さんと一緒に退場しました。

4月8日、みさと幼稚園の入園式を行いました。
今年度は、3歳児3名、4歳児1名の新しいお友達を迎え、全園児17名でスタートしました。
少人数ですが、子どもたち一人一人を大切に丁寧にかかわり、子どもたちのより良い成長のため全力でサポートしたいと思います。
楽しくいっぱい遊ぼうね！



4月1日に、あいうえお保育園で行われた入園・進級式では新たに0歳児から4歳児合わせて5名の園児が入園しました。

31名の元気な声とともに新しい1年が始まりました。たくさん遊び、たくさん笑いながら、楽しい毎日を過ごしましょう。

美里地域のために、ご尽力いただきます

●令和8年度自治会長 【 】内は地区名

- | | | | |
|---------------|------------|---------------|------------|
| 【五百野】鈴木 弘美 | 【足 坂】辻本 浩也 | 【三 郷】中村 正司 | 【南長野】平田 基洋 |
| 【北長野】酒森 吉功 | 【細 野】馬杉 知宏 | 【平 木】谷口 平和 | 【中 野】横山 久武 |
| 【桂 畑】高本 成樹 | 【家 所】新 有 | 【穴 倉】稲垣 喜秋 | 【高座原】若林 久喜 |
| 【日南田】今井 重美 | 【船 山】寺坂 行雄 | 【長谷山ハイ1】平井 龍治 | |
| 【長谷山ハイ2】榎田 勝喜 | | | |

(敬称略)





「リクエスト型交通」がスタートしました！

地域振興課 ☎279-8111

令和8年4月1日から、美里地域のコミュニティバスが新しい運行方式「リクエスト型」に生まれ変わりました。

リクエスト型交通とは

固定の路線や時刻表がなく、利用者の予約に応じて、ご自宅近くの乗降場所から、行先付近の乗降場所までを自由経路で運行する乗合バスです。
(乗車するためには事前の利用登録(初回のみ)が必要です。)



利用方法

コールセンターに電話、またはwebサイトから、利用登録(初回のみ)及び予約をしてください。

美里地域の運行は、月・火・水・金の8:00~18:00です。 ※12月29日~1月3日は運休

コールセンター(利用登録・予約について)

電話:059-253-0032

受付時間:9:00~18:00(月~金曜日)※年末年始を除く



利用登録
予約用サイト

運賃及び割引制度

対象	運賃
中学生以上	300円
小学生	150円
幼児	無料

割引の条件	割引後の運賃
シルバーエミカの提示	100円
運転経歴証明書の提示	150円
シルバーエミカ+運転経歴証明書の提示	無料
障がい者手帳の提示	150円

美里ふるさと資料館からのお知らせ

☎279-3501

3月3日から4月30日に七栗公民館自主講座「堀 雅征写真教室」の生徒さんによる写真展、5月1日から6月30日に美里地域にお住いのお二人による「美里水彩画二人展」を開催しました。



7月5日から8月29日まで市内プラモデル愛好家による美里プラモデルフェスタ「模型展」、9月2日から10月30日まで長野教育集会所に通う児童、生徒による「夏休み子どもたちの作品展」が開催されます。

美里図書館からのお知らせ

☎279-8122

●開館時間 9時 ~ 17時

●休館日

毎週火曜日

●おはなし会 (7月~9月)

とき 7月26日(日)10:30~

ところ 美里文化センター2階

語り手 どんぐり

館内整理日 7月16日(木)

9月 3日(木)

9月24日(木)

※館内整理日も休館です。





熱中症は予防が大切です！

これからの季節は熱中症になる危険性が高くなります。
熱中症を防ぐために、散歩などの軽い運動を心がけ、こまめに水分補給をしましょう。



もしも頭痛、吐き気、だるさ等の体調の異変を感じた時は、医療機関を受診してください。

また、意識が朦朧としたり、体温が極端に高くなるなどの異変がある場合は、119番通報をし、首や脇など太い血管が通る部分を冷やした状態で、救急隊の到着を待ちましょう。

対策

暑い日や熱い時間帯はできるだけ外出を避け、室内でも油断せずエアコンを適度に活用し、こまめに塩分や水分を補給しましょう。(夜間の睡眠時にも注意が必要です)
・熱中症警戒アラートが発令された日は、特に予防対策を行ってください。

我慢は熱中症のもとです！

暑さ、喉の渇き、体調不良を我慢せず早め早めの対策を心がけてください！

食生活改善推進員（美里支部）通信

今年も暑い季節の到来です。
暑い日には口当たりの良い、ひんやりしたスイーツが食べたくなりますよね。
そんなときには、見た目も涼しげな「水まんじゅう」を作ってみてはいかがでしょうか？
普段のおやつや、ちょっとしたお客様へのおもてなしにも最適な、簡単に作れるレシピをご紹介しますので、ぜひ作ってみてください。



水まんじゅう（信玄餅風）（作りやすい分量）

【材料】

水	500ml
粉寒天	1g
砂糖	40g
黒蜜	大さじ1
きな粉	1/2個

作り方

- ① 鍋に水、粉寒天を入れて混ぜて置いておきます。
- ② 火をつけて混ぜながら溶かし、沸々してきたら砂糖を入れ、沸騰したら混ぜながら5分煮る。
- ③ お猪口ぐらいの大きさの容器に表面張力でこぼれない寸前まで寒天液を入れて冷ます。
- ④ ラップを張り冷蔵庫で1～2時間ぐらい冷やす。
- ⑤ 皿をかぶせてひっくり返して左右にゆすりながら器から出す。黒蜜、きな粉をかける。

※このレシピは、やわらかい食感に仕上がる分量にしてありますので、弾力がある食感がお好みの方や、上記の分量では固まりにくい場合は、寒天の量を増やしてお試しください。





美里保健センターからのお知らせ

☎279-8128



【美里地域のがん検診等のお知らせ】

美里保健センターで、下記の日程で検（健）診を実施します。
 がん検診等の受診券は6月下旬に送付しました。
受診券をお持ちでない人は、問い合わせ先へご連絡ください。

【実施日】 10月19日(月) 【受付時間】 9:00～11:00	特定健診※₁	後期高齢者健診	大腸がん	肝炎ウイルス	前立腺がん	胸部レントゲン ※2	
						肺がん	結核健診
【申し込み先】 三重県健康事業センター 『健診センターサンテ』		9月16日(水)より 059-221-5115へ電話 (平日9:00～16:00)				不要	

- ・大雨や台風により日時、内容等が変更または中止になる場合がありますのでご了承ください。
- ・結核健診の申し込みは不要です。
- ・対象の検(健)診は、年齢、受診歴により異なりますので、受診券をご確認ください。
- ・国が推奨する検査方法(対象年齢・受診間隔等)は、検診の利益が不利益を上回ることが科学的に認められています。がん検診の受診について、国は、特に推奨する人の年齢を69歳以下としています。
- ・令和7年度より**市民税・県民税非課税世帯の人のがん検診等自己負担金免除書類を変更しています**。詳しくは広報津7月号と同時期に配付の「令和8年度 がん検診と健康診査のご案内」または市ウェブサイトをご確認ください。

- (※1) 津市国民健康保険に加入している40歳～74歳の人を受けられます。
- (※2) 65歳以上の人は、肺がん検診か結核健診のどちらかを選択してください。



津市がん検診

【お問い合わせ】

〈特定健診〉	津市保険医療助成課 保険担当	☎059-229-3317
〈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	☎059-229-3285
〈がん検診等〉	津市美里保健センター	☎059-279-8128

