



津市コミュニティバスの運行が変わります

4月1日から、津市コミュニティバスが変わります。
美杉地域のバスに関する変更概要をお知らせします。詳しい内容やご質問は、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

変更点1 運行方法が変わります

これまで美杉地域では、決まった時刻に決まったバス停をバスが通る「**定時定路線型**」で運行してきました。変更後は、定時定路線型を一部残して、それ以外は「**リクエスト型**」による運行になります。

リクエスト型交通とは？

タクシーのように、利用する際に申し込みをする方式です。利用の前に事前登録が必要です。美杉地域の実証実験(令和6年度)の時に登録済みの方は、改めて登録する必要はありません。

ウェブサイトもしくは電話でコールセンターへ申し込みます。乗車するバス停、行き先のバス停、希望する時刻等をお知らせください。

変更点2 運行曜日が変わります

バスが走る曜日が変わります。定時定路線として残る路線(東ルート・西ルート)について、週3日はそのままに、月・水・金から火・水・金に変わります。

変更点3 運行ルートが変わります

定時定路線型(東ルート・西ルート)が、榊原温泉口駅やマックスバリュ白山店へ**直接つながります**。路線が伸びるため、運行ダイヤを調整します。

変更点4 運賃が変わります

これまで1乗車につき200円だった運賃が1乗車につき300円になります。運賃は定時定路線型でもリクエスト型でも同じ料金です。

シルバーエミカ等の割引制度は引き続きありますが、割引後の料金が変わります。

例えば、これまでシルバーエミカの提示で無料だった方は、100円になります。

コミュニティバスの変更に係る住民説明会を開催します！

- ①3/23(月)13:00八知、②3/24(火)10:00多気・13:00下之川・15:00竹原、③3/25(水)10:00八幡・13:00伊勢地・15:00太郎生

会場は、八知は美杉総合文化センター会議室1、太郎生は多目的集会所、その他は地域住民センターです。

※ 後日、回覧でもお知らせします。

リクエスト型のご利用お申込みは

リクエスト型予約コールセンター【3月25日(水)から】

電話059-253-0032

予約サイト：<https://tsu.aisin-choisoko.com>

津市コミュニティバスの運行全般に関するお問い合わせは

津市都市計画部交通政策課 電話059-229-3289

美杉地域の運行内容に関するお問い合わせは

津市美杉総合支所地域振興課 電話059-272-8080



予約サイトはこちら



担当：地域振興課
電話：272-8080

目次

津市コミュニティバスの運行が変わります	1
美杉小学校3・4年生が こんにやく作りを体験！	2
地域おこし協力隊より	2
美杉老人クラブ連合会 「美杉老運いきいき大学」	3
美杉老人クラブ連合会からの お願い	3
美杉地域(竹原地区担当)の 保護司退任	3
たげ愛郷会が非常時の 持ち出し用物資を配布しました	3
住民基本台帳による人口と世帯数	3
3月下之川健康相談	4
「防災行政無線放送」の 電話応答サービスについて	4
津市美杉森林セラピー イベント情報	4
和田Dr.の健康一口メモNo.83	5
美杉保健センターからのお知らせ	5
健康づくり推進員からのお知らせ	6
子育てサークルそらまめの お知らせ	6
美杉の石造物	6
あまご解禁情報	6
防ごう！春の火災！	7
太郎生地域づくり講演会のご案内	8
充電式電池が使われている製品の 例と捨て方	8
美杉幹部交番からのお知らせ	8
美杉図書室からのお知らせ	8

美杉小学校3年生がこんにゃく作りを体験！

2月3日(火)、美杉小学校の3年生6人が、津市美杉町下多気の六田公民館でこんにゃく作りを体験しました。これは小学校の地域学習として、総合的な学習の時間に行ったものです。美杉地域の特産品となっているこんにゃくを、子どもたちが原料の芋から手作りしました。

子どもたちは、美杉で作られた手作りこんにゃくとスーパーなどで売られているものの違いなどを事前学習したうえで体験に臨みました。

初めて触れたこんにゃくの原料芋の独特の手触りに歓声をあげながら、生地をこねたり手で丸める作業を終始楽しそうに行い、おいしそうなおいこんにゃくが出来上がりました。

体験の後にはさっそく自分たちで作ったこんにゃくの試食で、刺身こんにゃくときんぴらを味わい、「おいしい！」と喜びの声が上がりました。

脇谷校長にお伺いしたところ、美杉小学校では、実地での体験を通じて地域の魅力に触れ、ふるさとを愛する心も育てほしいと体験学習に取り組まれているそうです。



地域おこし協力隊より

若い世代との連携。

そして地域の人々との交流を通じて、美杉の明るい未来につながる第一歩を踏み出しています。

現在、情報発信をミッションとする地域おこし協力隊として、物語のあるまち「みすぎ」をアピールする新ホームページ「みすぎじかん」の制作を鋭意進行中です。

また、ホームページの制作と同時進行で今、美杉小学校、美杉中学校、白山高校など若い世代との連携で何かできないか？という発想から、それぞれの学校を訪ねて「何ができるか」を模索中です。まず白山高校がかつて挑んだ「名松線勝手に応援プロジェクト」のポスターづくりの復活が決まりました。来年度に実施予定です。一方、美杉中学校および美杉小学校との連携では、児童・生徒たちを巻き込んで、若い世代ならではの感性を「みすぎじかん」の編集に活かす方法を検討中です。さらに地域の人々との交流においては、木を投げて木を倒す、シンプルでありながら奥深い遊び「モルック」の普及を、地域おこし協力隊の畑さんとともに進めています。

そのほかにも、例えば「美杉町のファン(関係人口)を増やすための観光ツーリズムの仕組みづくり」「ローカルラジオ局の開設」など、ユニークな取り組みも考案中です。いずれにしても現在進行中の取り組みの数々はいつかきっと美杉の明るい未来につながる…そう信じて挑み続けていこうと思っています。



はまもとますゆき
濱本益元

美杉老人クラブ連合会 「美杉老連いきいき大学」

2月1日(日)、美杉老人クラブ連合会主催による「美杉老連いきいき大学」が開催されました。

講師にニューデューク・オールスターズを迎え、およそ250名の方に参加していただきました。48年間の長きにわたり活動してきた秘けつや、苦勞話、おもしろいトークも交え、生バンドによるジャズ演奏や皆で歌謡曲を歌ったり、音楽あり笑いありの笑顔あふれる素晴らしい時間を過ごして頂きました。



美杉老人クラブ連合会からのお願い 65歳を過ぎたら、ご加入をお願いします

老人クラブは、各地区に1団体ずつあり、65歳以上の会員で構成されています。

それぞれに社会貢献や保健体育などで士気向上を目的に活動しています。

各地区老人クラブは美杉老人クラブ連合会に所属し、会員同士の交流を一番に、健康増進を目指した「さわやか運動会」、「ペタンク大会」、「グラウンドゴルフ大会」のスポーツ行事から、生涯学習の促進を応援する「いきいき大学」、年1回の会報「老連だより」、「文化作品展」にて文化的な活動にも取り組んでいます！

私たちと一緒にいきいきと楽しく過ごしましょう！



問い合わせ:美杉老人クラブ連合会
津市社会福祉協議会 美杉支部 ☎274-0022

美杉地域(竹原地区担当)の保護司退任

保護司として竹原地区を担当していただいた岡野美次様におかれましては、平成27年11月に就任され、令和7年11月に退任されました。長きにわたり地域のためにご尽力いただきありがとうございました。保護司の方々は、日頃から皆さんが安心して暮らせる明るい社会を目指し、様々な活動をしていただいています。

たげ愛郷会が非常時の 持ち出し用物資を配布しました

1月11日(日)、たげ愛郷会(多気老人クラブ: 会長 海住克己さん)が、会員に仕分け袋と名前や連絡先が記載できる木札などが入った非常時の持ち出しリュックサックを配布しました。

会長の海住克己さんにお聞きしたところ、「会員の方々に災害や非常時の備えをしてもらい、みんなで元気に充実した日々を過ごしてもらいたい」との思いから企画されたそうです。物資とともに、会の温かい思いが会員の方々に届けられました。



住民基本台帳による人口と世帯数

(令和7年12月31日現在)

地区	人口			世帯数
	男	女	計	
竹原	196	261	457	254
八知	348	422	770	467
太郎生	281	311	592	319
伊勢地	157	175	332	201
八幡	163	207	370	212
多気	221	237	458	285
下之川	140	159	299	189
合計	1,506	1,772	3,278	1,927

3月下之川健康相談

下之川健康相談所で健康相談を無料で実施しています。血圧測定や尿検査、栄養指導も受けられますので是非ご利用ください。

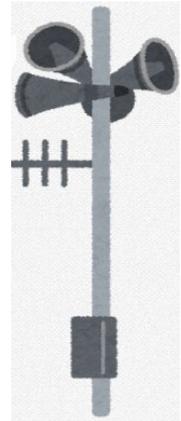
日時 12日(木)・26日(木) 13:30～16:30
 ☆相談日:毎月第2、第4木曜日(祝日の場合は、休業となります。)
 場所 下之川健康相談所(下之川地域住民センター内)

問い合わせ:相談日(13:30～16:30) ☎276-0333(下之川健康相談所)
 相談日以外(平日8:30～17:15) ☎272-8084(市民福祉課)

「防災行政無線放送」の電話応答サービスについて

屋外スピーカーから放送された「防災行政無線放送」の内容が「聞き取れなかった」または「聞きづらかった」場合は下記の電話番号にお電話していただくと放送された内容を電話で確認することが出来ます。

- ① 0800-200-1699(無料・県内利用のみ)または059-221-5424 (有料)に電話する。
- ② 音声ガイダンスに従い知りたい地域の番号を選択して押す。美杉地域は「*0」を押してください。
- ③ 屋外スピーカーから放送された防災行政無線放送を受話器で聞くことが出来ます。



※美杉以外の放送を聞きたい場合は下記の「*」と「番号」を押してください。

津地域「*1」 久居地域「*2」 河芸地域「*3」 芸濃地域「*4」 美里地域「*5」
 安濃地域「*6」 香良洲地域「*7」 一志地域「*8」 白山地域「*9」 美杉地域「*0」

問い合わせ:地域振興課 危機管理担当 ☎272-8080



津市美杉森林セラピーイベント情報



月日	イベント名称	コース名等	募集期間	募集人数	参加料
4/3(金) 8:00～12:00	みすぎ低山ほっこりセラピー	霧山コース	3/16～3/26	12人	2,000円(保険込)
4/4(土) 11:00～14:00	火の谷温泉セラピーウォークと不動寺の桜	火の谷温泉コース	3/16～3/26	30人	2,000円(昼食、保険込)
4/11(土) 9:30～15:00	八手俣川さんぽ～ミツマタを探しに春の森へ～	美杉町丹生俣地内	3/23～4/2	16人	5,000円(昼食、保険込)
4/12(日) 9:00～15:00	三多気の桜とお琴のしらべとお抹茶とヨガを楽しもう。	美杉町三多気地内	3/23～4/2	20人	5,000円(昼食、保険込)

※天候などにより中止となる場合があります。

問い合わせ:津市森林セラピー基地運営協議会 ☎272-8082



イベント予約はこちらから。



和田Dr.の

健康一口メモ No.83 ～高血圧の早期発見～

皆さん、おかわりありませんか。前回、健康で長生きには、高血圧の早期発見と適切な介入が必要とお話ししました。今回は高血圧の早期発見についてお話しします。診察室での血圧が140/90以上、家庭での血圧が135/85以上のとき高血圧と診断されますが、1回の測定だけでは、高血圧とは診断できません。まず健診で血圧が高いと言われたり、役場や職場などの血圧計で自己測定し血圧が高いと思ったときは、病院に行って相談して下さい。なかには、血圧が高いと言われても症状もないし、病院には行きたくないと思う人がいるかもしれません。その場合は、自宅で2週間程度、血圧を測定することをお勧めします。家庭で平均して、血圧が135/85未満であれば心配ありません。それ以上あるときは、2週間の血圧の記録をもって病院を受診してください。血圧は変動しやすく、緊張やストレスや寒さや運動により上昇しやすいので、家庭で、毎日1回だけ、血圧を測るときは、朝食前に、排尿して、イスに座って1～2分安静にしてから測定することをお勧めします。

津市家庭医療クリニック 美杉町奥津929番地 (美杉高齢者生活福祉センター内) ☎274-0066

【管理者:和田Dr.】※伊勢地診療所巡回時は☎090-9025-6632

【診療科目】内科、外科 ※金・土・日・祝は休診 ※検診・予防接種要予約

診療受付時間	月	火	水	木
8:30～11:30	外来診療	外来診療	外来診療	外来診療
13:00～16:00	訪問診療		巡回診療(伊勢地)	訪問診療

※発熱、咳、咽頭痛、鼻水等の症状のある方は、毎週月・火・木曜日(※当日11:00まで予約受付)11:30～12:00に外来診療します。診断にはコロナウイルス等抗原検査(10歳以上対象)を実施(費用2,000円程度)。受診前に必ず予約のご連絡をお願いします。

※伊勢地診療所、竹原診療所はマイナンバーカードが利用できません。初診の方は、資格確認書又はマイナンバーカードと「資格情報のお知らせ」をご持参ください。

津市国民健康保険竹原診療所 美杉町竹原2777番地 ☎262-3076 (診療時間のみ)

【管理者:田中Dr.】【診療科目】内科 ※祝日は休診

診療受付時間	火	金
13:00～16:00	外来診療(和田Dr.)	外来診療(田中Dr.)

※竹原診療所では発熱、咳等の外来診療は行っていませんので、ご了承ください。

美杉保健センターからのお知らせ
～ 寒い時期でも水分摂取を忘れずに ～

年を重ねると、身体の水分量の減少や、のどが渴いたと感じる力が低下するため、水分をあまりとらなかったり、トイレを我慢するために水分を控えるなどの理由から「脱水」を起こしやすいと言われています。こまめな水分摂取に努めましょう。



結構飲んでいる方だと思うけど…

こまめにとってどのくらい？



1日の摂取目安量は…

コップ1杯(約180ml)を、お茶かお水で 1日8杯

- 例) ・朝起きた時 ・朝食時 ・午前中
- ・昼食時 ・午後 ・夕食時
- ・入浴前 ・就寝前

のように、分けてこまめに飲むのがおすすめです

何もしていなくても、1時間で100ccの水分が蒸発しています。

※心臓や腎臓に持病がある方は、水分制限が必要な場合がありますので、主治医へ確認してください！



問い合わせ: 美杉保健センター ☎272-8089

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～

令和7年度の健康づくり推進員養成講座を受講された、3名が森もり元気になろに！美杉(美杉支部)へ入会され、次年度からは17名での活動です！

これからも、楽しみながら健康づくりができる企画を計画中です。お楽しみに♪



こころの健康相談

最近、食欲がない、やる気が起きない、漠然とした不安、眠れない、気分が落ち込むことはありませんか。「こころ」も「からだ」も疲れたときにはゆっくり休むことが必要です。

相談をご希望の場合は、下記にお問い合わせください。保健師等が相談に応じます。



問い合わせ：美杉保健センター ☎272-8089

子育てサークル そらまめのお知らせ



1月23日(金)八知公民館調理室において、子育てサークルそらまめの企画で「みそ作り」を行いました。みんなで楽しく作り、育児中の方同士で交流を深めることができました。また、母子保健推進員さんや民生委員さんに託児のご協力をいただき、地域の方とも交流する機会となりました。



＜座談会のお知らせ＞

日時：3月13日(金) 10:00～12:00

場所：美杉保健センター

内容：今後の活動計画
子育て世代の交流会



お子さんを遊ばせながらお話ししましょう

美杉の石造物 ～サルミの戦死者～

現在まで石造物調査を行った内、八幡・伊勢地地区では、アジア・太平洋戦争中にニューギニアのサルミで戦死した人物が3名確認できます(一部は文献で情報補足)。

サルミは聞き慣れない地名ですが、ニューギニア島西部北岸です。日本軍の第36師団は昭和18年12月と翌19年1月に分けてサルミに上陸しました。米軍は昭和19年5月中旬にサルミ地区に進攻し、概ね12月迄サルミ東方を中心に戦闘が続きました(その後、米軍主力は撤退)。前述の3名の内、2名はこの時期の戦死です。

西部ニューギニアでの戦いはあまり知られていませんが、ここでも激しい戦闘がありました。病死・餓死も多く、サルミ地区に上陸した第36師団の生存率は約3割でした。(津市石造物調査会)



伊勢地観音寺墓地

あまご解禁情報

【太郎生川】

長瀬太郎生川漁協

解禁日時 3月22日(日) 5:00

放流日 3月21日(土) 成魚 250kg

※解禁当日は年券(5,000円)のみ販売

問い合わせ：長瀬太郎生川漁業協同組合
☎090-5450-6152(担当 日置)



【坂本川(川上)】

雲出川漁協

遊漁券の情報



解禁日時 3月20日(祝・金) 日の出頃

放流日 3月14日(土) 成魚 190kg

※解禁当日は年券(5,000円)のみ販売

問い合わせ：雲出川漁業協同組合
☎262-2511

もうすぐ春です♪でも気を付けなにと・・・

🔥 もうすぐ春ですね♪この時期は新生活に備えて引っ越しの準備や大掃除をすることも多いと思います。

しかし、気を付けないと思わぬことで火災になる可能性があるので注意しましょう！

(このチラシの動画出典：独立行政法人製品評価技術基盤機構)

防ごう！春の火災！



購入前にはしっかりとチェック！

🔥 何かと物入りなこの季節・・・そんなとき助かるのがリユース品。最近のゴミ削減意識の高まりも相まって購入することもあると思います。

しかし、**リコール品**や**修理歴**のある商品など**しっかりとチェック**して購入しないと火災につながる可能性があるため注意が必要です！

《資料映像はこちら！》



気付かない内に火事になるかも・・・

🔥 年度末に大掃除。ワックスをかけたり、壁を塗料で塗り直したりするかもしれません。ワックス等をふき取ったウエスを**大量に積み重ねたり、容器に入れて放置**しておくとワックス等に含まれている油類が酸化することにより**蓄熱**し、火災になる可能性があるため注意が必要です！



《資料映像はこちら！》

また、アロマや食用油をふき取ったタオルなどを洗濯、乾燥機にかけて放置すると同じ原理で火災になる可能性があるため注意しましょう！



そのまま捨てていませんか・・・？

🔥 使用できなくなった乾電池やボタン電池・・・**そのままゴミ箱等に捨てていませんか？**
使えなくなった電池は完全に電気がなくなっているわけではありません。
電池をそのまま、まとめて捨てた場合、電池同士が**接触**して**発熱・破裂**し、火災になる可能性があります。捨てる際は**プラスとマイナスの部分にテープ等を貼って**捨てましょう！



《資料映像はこちら！》



使い切ってそのまま捨てて下さい！

🔥 気が付けば、いつの間にか溜まっている使わなくなったスプレー缶・・・ほとんどのスプレー缶には可燃性ガスが含まれており、**過去には換気の悪い場所でスプレー缶のガス抜き作業をしていた際に、火災になったケースも・・・**

津市ではスプレー缶は使い切り、**「危険物の日」**に出しましょう！



《資料映像はこちら！》



あなたの無責任な行動が火災の原因になるかも！？

🔥 分別ルールを守らずに中身の残ったスプレー缶やライター、充電式の小型家電を捨てると、ゴミ収集車でゴミを回収した際に火災になる可能性があり、津市でも実際に**年間2件程度**、同様の火災が発生しています。

ゴミは分別ルールを守って出しましょう！



《資料映像はこちら！》



お問合せ先：津市消防本部予防課 059-254-0354



太郎生地域づくり講演会のご案内

日時 3月8日(日)14:00~15:30
 場所 太郎生多目的集会所 多目的ホール
 講師 野菜ソムリエ上級プロ 中澤 真規さん
 演題 「知って食べる楽しさを」
 心も体もよろこぶベジフル講座
 ~体を作る食の大切さ~
 主催 太郎生地域づくり協議会
 共催 太郎生地区自治会連合会

講師プロフィール

伊賀市生まれ、伊賀市在住。野菜嫌いだった子供時代。会社員から嫁ぎ先の八百屋への転身をきっかけに、2012年に野菜ソムリエ初級を取得。翌年に中級、翌々年に上級資格を取得。三重県唯一の野菜ソムリエ上級プロとなり、多くの人に「知って食べる楽しさ」を伝え健康増進に寄与すべく食育講師としても活動している。第11回野菜ソムリエアワード金賞受賞。



【保有資格】

◆野菜ソムリエ上級プロ◆果物ソムリエ◆メンタルフードマイスター2級◆アスリートフードマイスター3級◆冷凍生活アドバイザー

※入場無料・申し込み不要です。多数のご来場をお待ちしています。

問い合わせ：太郎生地域づくり協議会 ☎273-0222

美杉幹部交番からのお知らせ

美杉幹部交番で行う3月の運転免許更新手続きは、下記のとおりです。

※住民票の住所が美杉町の方限定です。



【実施日】 3月3日(火)
 【受付時間】 9:30~11:00
 【講習時間】 優良講習 10:00~10:30
 一般講習 10:00~11:00
 【持ち物】 写真と更新案内はがきをご用意ください。

※高齢者の方は講習証明書もお忘れなく。

【次回手続き】 4月7日(火)予定

問い合わせ：美杉幹部交番 ☎272-0210

充電式電池が使われている製品の例と捨て方

○製品から充電式電池の取り外しが容易な製品



充電式電池が製品から取り外せる場合は、**充電式電池は「危険ごみの日」へ、製品は「金属・燃やさないごみの日」へ**出してください。

○製品から充電式電池の取り外しが困難な製品



充電式電池を無理に取り外そうとせず、**そのまま製品と一緒に「危険ごみの日」へ、その他の危険ごみとは別の袋**で出してください。

問い合わせ：地域振興課 ☎272-8085

美杉図書室からのお知らせ

おはなし会を開催します。

とき 3月19日(木) 10:00~10:30

ところ 健康づくり室

(美杉総合文化センター内)

内容 絵本の読み聞かせ

~テーマコーナーのご紹介~

◎ 3月のテーマ：書き出しの一文展

何を讀もうか迷っている方は、ぜひご利用ください。

楽しいよ。
みんな
来てね!



問い合わせ：美杉図書室 ☎272-8092

【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 美杉人権センター 272-8096

美杉保健センター 272-8089 美杉教育事務所 272-8091