

長寿のお祝い 市内男性最高齢！ いつまでもお元気で！



令和6年9月14日(土)、市内男性最高齢者の海住利三さん 108歳(下多気)を市長が訪問し、記念品を贈呈しました。海住利三さんは県内男性最高齢者でもあります。

昨年に引き続き3度目の訪問となりました。市長と終始和やかな雰囲気の中で歓談され、柔らかな笑顔がとても印象的でした。

ご長寿を心よりお祝い申し上げます。これからもお元気でお過ごしてください。



～敬老会が開催されました～

美杉地域各地区において、各地区の実行委員会主催による敬老会が開催され、総勢352名の方が参加されました。

式典の後、和やかな雰囲気の中で会食を楽しみ、各会場で歌謡ショーや健康体操などが行われ、会場は笑顔と歓声に包まれました。

下之川地区では、ご長寿をお祝いし記念品が配付されました。

長寿を迎えられた皆様、心よりお祝い申し上げます。

太郎生地区(9月3日)



八幡地区(9月8日)



竹原地区(9月12日)



多気地区(9月14日)



八知地区(9月15日)



伊勢地地区(9月21日)



担当：地域振興課

電話：272-8080

目次

長寿のお祝い 市内男性最高齢！ いつまでもお元気で！	1
～敬老会が開催されました～	1
美杉小学校5・6年生、稲刈り	2
八知保育園運動会開催！	2
第17回全国障がい者スポーツ ウエルネス吹矢大会にて 銀メダル受賞！	2
11月下之川健康相談	3
国民健康保険被保険者証・後期 高齢者医療被保険者証の発行は 令和6年12月2日に廃止されます	3
移住者交流会開催	3
各地区文化祭・秋まつりのご案内	4
津市森林セラピーイベント情報	4
「美杉人権を考えるつどい」を 開催します！	4
美杉地域人権学習会のお知らせ	4
和田Dr.の健康一口メモNo.67	5
栄養パトロールからのお知らせ	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
～津南地区交通安全協会からのお知らせ～ 優良運転者表彰を希望される皆様へ	6
北畠氏館跡庭園ライトアップ 「寂庭の宴」を実施します！	7
君ヶ野ダム秋のライトアップ(試行)	7
行政相談のご案内	7
第18回霧山薪能を開催しました！	7
令和6年11月3日(日・祝) みすぎ秋まつり	8
こども藍染体験教室 開始	8
美杉図書室からのお知らせ	8
美杉幹部交番からのお知らせ	8

美杉小学校5・6年生、稲刈り

9月9日(月)に「美杉清流米」の稲刈り体験をしました。5月に田植え、6月に案山子(かかし)づくり、7月に案山子の設置や肥料撒きを行ってきた集大成です。

当日は、晴天に恵まれ暑さが残る中、機械が入らない所の稲を鎌で刈る作業、稲を束ねて干す作業、また、コンバインへの乗車など、初めての体験を楽しく行うことができました。「段々慣れてきた」や「(稲を)うまく束ねられへん」と言いながら、米を作ることの大変さや大切さを体感することができました。また、JA職員の方にもお世話になり、稲の刈り方や稲掛けの仕方を教えてもらいました。子どもたちも、はじめはうまくできませんでしたが、だんだん上手になり手際よく作業ができるようになりました。

これまで、田のご提供のほか農業指導、様々な体験をさせていただきました結城晋三さん、JAの職員の方々に感謝申し上げます。ご指導やご協力ありがとうございました。

10月から給食では、「美杉清流米」の新米が登場しました。美杉の恵みを実感しながらいただいています。

(美杉小学校)



八知保育園運動会開催！

9月28日(土)に運動会が開催されました。日頃の保育の中で友達や保育者と一緒に体操やかけっこをしたり、跳び箱やトンネル等に挑戦したりし、全身を使って遊ぶことの心地よさを感じてきました。当日は、いつもと違う雰囲気、少し緊張する姿もありましたが、たくさんの声援を受け、張り切って競技に参加する姿が見られました。最後には参加者全員で一つの大きな輪になって踊り、楽しい一日となりました。

運動会を経験した子ども達は、一段とたくましく成長し、「〇〇したい」と積極的に挑戦する姿が見られ、色々なことに興味を持ち、自分達の好きな遊びを見つけ楽しんでいきます。(八知保育園)



第17回全国障がい者スポーツウエルネス吹矢大会にて銀メダル受賞！

10月3日(木)、東京都港区スポーツセンターにて行われた一般社団法人日本スポーツウエルネス吹矢協会主催の大会にて、太郎生地区の今井富男さんが、銀メダルを受賞されました。

今井さんは、美杉総合文化センターの美杉の郷ホールなどで吹矢の練習をされており、スポーツウエルネス吹矢津カワセ美杉支部の支部長をされています。

日頃の練習の成果が銀メダルへとつながりました。おめでとうございます。



11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 14日(木)・28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)

国民健康保険被保険者証・後期高齢者医療被保険者証の発行は 令和6年12月2日に廃止されます

令和6年12月2日以降であっても、現在お持ちの保険証は、有効期限まで医療機関等で利用できます。

来年8月1日以降は国民健康保険・後期高齢者医療制度に該当する方で、マイナ保険証をお持ちでない方には保険証の代わりとなる「資格確認書」を、マイナ保険証をお持ちの方には「資格情報のお知らせ」を送付します。(申請は不要です。)

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、お手続きが必要です。お済みでない方は、市民福祉課までお問い合わせください。

問い合わせ: 市民福祉課 ☎272-8084

移住者交流会開催

10月5日(土)、たろっと三国屋で「美杉地域移住者交流会」が開催され、23人の参加者がありました。津市田舎暮らしアドバイザーが中心となり、美杉町に移住した理由や、農作業と農作物の獣害対策の方法についての質問などがあり、活発な意見交換が行われました。

参加者からは「来年も交流会を開催してほしい」「もっと地域のことが知りたい」「楽しい時間だった」「有意義な時間だった」といった声が聞かれ、充実した交流会となりました。

問い合わせ: 地域振興課
☎272-8080





各地区文化祭・秋まつりのご案内



下記の日程で各地区文化祭・秋まつりが開催されますので、是非ご来場ください。

地区 (問い合わせ)	とき	時間	場所
太郎生秋まつり (☎273-0222)	11/10 (日)	9:30～15:00	太郎生多目的集会所
いせじ秋まつり (☎274-0223)		10:00～15:00	伊勢地地域住民センター 旧伊勢地小学校体育館
やわた秋まつり (☎274-0222)		10:00～15:00	美杉高齢者婦人センター 「しゃくなげ会館」
竹原地区文化祭 (☎262-3014)	11/17 (日)	10:00～15:00	旧竹原小学校体育館 グラウンド
多気地区文化祭 (☎275-0222)		10:00～15:00	旧多気小学校体育館
下之川地区文化祭 (☎276-0222)	11/24 (日)	9:00～15:00	旧下之川小学校体育館 グラウンド

★詳しい内容等については、各地区公民館へお問い合わせください。

「美杉人権を考えるつと」を開催します!

～みんなが笑顔になるために～

日時 12月1日(日)13:00～15:30

場所 美杉総合文化センター 美杉の郷ホール
(多目的ホール)

内容

第1部 美杉小・中学生の人権作文発表
教育集会所中学生学習会の発表

第2部 人権講演会

講師 助産師相談室 いのちのかがやき
林 みち子 さん

演題 「生きてるだけで 100点満点
～しあわせな大人になろう～」



昨年度の学習会発表の様子

問い合わせ: 美杉教育事務所内 ☎272-8091

津市森林セラピー イベント情報

月 日	11/29(金) 9:30～15:00
イベント名称	『みえの樹木百選』 国津神社の樺と静 寂の蔵王堂を訪ね て
場 所	太郎生～三多気蔵 王コース
募集期間	11/11(月) ～11/20(水)
募集人数	10人
参加料	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。

イベント予約は
こちらから。



問い合わせ: 津市森林セラピー基地
運営協議会 ☎272-8082

ご近所お誘い
あわせて、ぜひ
お越しください。
詳しくは、広
報つ11月16日
号と同時配布さ
れるチラシをご
覧ください。

美杉地域人権学習会のお知らせ

～みんなが笑顔になるために～

【太郎生地区】

日時: 11月9日(土)

19:00～

場所: 太郎生多目的集会所

講師: 音楽ユニット

RAMO(ラモ)さん

演題: 「知ろうとするより、
感じてほしい」



【伊勢地地区】

日時: 11月10日(日)

13:30～

場所: 旧伊勢地小学校体育館

講師: 癒し系バンド

ゆりね さん

演題: 「いつもとなりに」

Yurine
いつもとなりに



ご近所の方と、お誘いあわせのうえ、お越しください。

問い合わせ: 美杉人権学習会運営委員会(美杉教育事務所内) ☎272-8091



和田Dr.

健康一口メモ No.67

～手洗い～

皆さん、おかわないでしょうか。今月は手洗いについてお話します。手洗いは、コロナ、インフルエンザ、かぜ、食中毒などの予防に大切です。手洗いの目的は、手についたウイルス、細菌を洗い流すことです。

★手洗いの仕方★

- 1)流水でよく手を濡らし、石けんやハンドソープをつけ、手のひらをすり合わせ、よく泡立てます。
- 2)手の甲を洗い、指の間は手を組んでもみ洗いし、親指は反対の手で持って洗います。
- 3)指先・爪の間を手のひらでよくこすります。手首もしっかりもみ洗いします。
- 4)最後に流水で十分にすすぎ、ペーパータオル、清潔なタオルで良く拭き取って乾かします。

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

※保険証としてマイナンバーカードが利用できます(伊勢地診療所は利用できません)

※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(小学生以上対象)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。

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.】 ※竹原診療所では発熱、咳等の外来診療は行っていないので、ご了承ください。

【診療科目】内科

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.)

※竹原診療所はマイナンバーカードが利用できません

フレイルチェックしてみませんか？ 栄養パトロールからのお知らせ 健康相談のご案内

中年期は食べすぎに気をつけてメタボを防ぐ食生活が基本でしたが、高齢期はしっかり食べて「痩せ」に気をつける食生活に変えていく必要があります。健康でいきいきと過ごすために、今からできることを一緒に考えてみませんか。下記のとおり健康相談・栄養相談を実施します。予約は不要ですので、お気軽にご利用ください。

場 所	日 程	時 間
美杉保健センター	11月 3日(日)	10:00から14:00
八幡地域住民センター	11月14日(木)	9:30から11:30
竹原地域住民センター	11月22日(金)	9:30から11:30

【内容】

- 保健師による健康相談
- 握力測定、身体測定、血圧測定、開眼片足立ちバランス測定、オーラルディアドコキネシス(パタカ測定)、指輪っかテストなどのフレイルチェック

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

津市健康づくり推進連絡協議会美杉支部は、「森もり元気になろに！美杉」として現在13名で活動しています。

9月20日、「防災研修～防災食を食べてみよう～」をテーマに研修を行い、39名が参加しました。各自が防災リュックを持ち寄り中身について話し合いました。「水を入れたら背負えない」「ライトは必要」などの意見がでました。防災食は「思っていた以上に食べやすく、以前よりおいしくなった」との反応でした。みなさんの防災対策を見直すいいきっかけになりました。

多気地域住民センター、美杉保健センターにてスクエアステップ体操を行いました。合計14名が参加され、楽しく歩く脳トレをしました。



子育てサークル そらまめのお知らせ

運動の秋！スクエアステップにチャレンジ！

スクエアステップは、高齢者の要介護化予防（転倒予防・認知機能向上）だけでなく、成人の生活習慣病予防、子どもの身体機能の発達、あらゆる年齢層の体力づくり・仲間づくりに効果的なエクササイズです。みずぎ秋まつりで、森もり元気になろに！美杉（健康づくり推進員）がスクエアステップ体験会を行います。ご家族みなさんで健康づくりのため、スクエアステップにチャレンジしてみませんか？

スクエアステップ体験会

日時：11月3日（日）10:00から14:00

場所：美杉保健センター横 健康づくり室



「森もり元気になろに！美杉（健康づくり推進員）」と一緒にスクエアステップで健康づくり！

問い合わせ：美杉保健センター ☎272-8089

美杉の石造物 ～杉平の県境標柱～

津市の中でも美杉町にしかない石造物。三重県と奈良県の境を示す標柱である。国道368号ではなく、伊勢本街道旧道沿いに所在する。一辺約30cmの花崗岩製の方柱で、台石を含めると高さ約4mに及ぶ。大正5年3月に伊勢地村役場が建立し、正面には「従井ノ尻谷中央以東三重県」と刻まれている。「井ノ尻」は小字名で谷となっており、細い川が流れる。旧道には伊勢と大和と境を表す「勢和橋」が架かり、標柱はその東詰めにある。

また、標柱右側面には「距三重県庁拾弍里拾九町」と県庁からの里程が記されている。

そして、のちに県境標柱の横に奈良県「御杖村」の案内標識も建てられている。（津市石造物調査会）



～津南地区交通安全協会からのお知らせ～ 優良運転者表彰を希望される皆様へ

三重県交通安全協会に加入し、永年安全運転に努めておられる方は、一定の要件の下、希望者からの申請により、「優良運転者表彰」（30・40・50年）を受けていただくことができます。

詳しくは、

交通安全協会までお問合せください。

※ 表彰希望の方は、電話での受付後、申請書をご自宅へ郵送します。

申請書類の提出受付

令和6年10月1日（火）～

令和7年1月31日（金）

問い合わせ：

津南地区交通安全協会 ☎256-2010

北畠氏館跡庭園ライトアップ 「寂庭の宴」を実施します！



国指定名勝及び史跡である庭園をライトにより彩ります。

ぜひ、ご観覧下さい。

開催日時 11月8日(金)～10日(日)
17:30～20:30(10日は20:00まで)
雨天中止・観覧料300円

問い合わせ：北畠氏館跡庭園ライトアップ
実行委員会 ☎090-8673-4844 (田中)

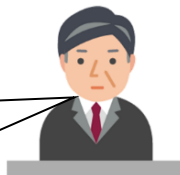
行政相談のご案内

行政相談(市政相談)では、国や市の行政に関するご意見・ご要望を受け付けています。
無料で相談でき、秘密は固く守られます。

日時 12月5日(木) 13:30～15:00
場所 グリーンハウス美杉
(JR名松線伊勢八知駅隣り)



予約は不要です。
当日直接お越しください

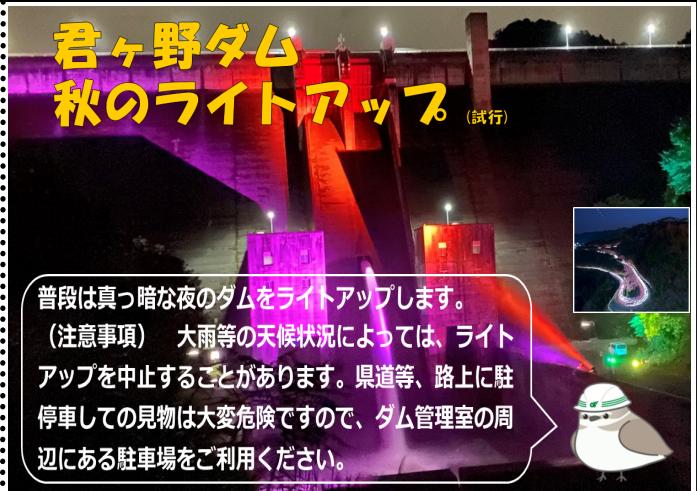


年間日程表

開催月日	時間
令和6年 12月 5日(木)	13:30 ～ 15:00
令和7年 1月 9日(木)	〃

問い合わせ：地域振興課 ☎272-8082

君ヶ野ダム 秋のライトアップ (試行)



普段は真っ暗な夜のダムをライトアップします。
(注意事項) 大雨等の天候状況によっては、ライトアップを中止することがあります。県道等、路上に駐車しての見物は大変危険ですので、ダム管理室の周辺にある駐車場をご利用ください。



開催日 11月8日(金)～11月10日(日)
開催時間 18:00～20:00

問合せ先：三重県 県土整備部 河川課ダム班 TEL:059-224-2730

※レークサイド君ヶ野においては、この期間、昼間の営業を夜間営業に変更しますので、ぜひご利用ください。
営業時間 16:30～20:00 (19:30オーダーストップ)

問合せ先：津市役所美杉総合支所地域振興課 TEL:059-272-8085

第18回霧山薪能を開催しました！

第18回霧山薪能を9月28日(土)に北畠神社境内及び北畠氏館跡庭園にて開催いたしました。
北畠神社境内及び北畠氏館跡庭園での開催は5年ぶりで、市内外から総勢430名もの方々がお越しになり、幻想的な幽玄の世界をお楽しみいただきました。



みすぎ秋まつり

令和6年
11/3
(日・祝)

ステージメインゲスト：津市消防音楽隊
2024年度津クイーンの駒田愛理さんも
一緒に演奏します。



津市美杉総合文化センター会場

●美杉の郷ホール【多目的ホール】

- 9:00～9:15 開会式
- 9:20～9:55 美杉小学校ステージ発表
- 10:00～10:25 美杉中学校ステージ発表
- 10:30～10:55 美杉連山のろし太鼓演奏
- 11:00～11:20 「うたごえくらぶ」発表
- 11:30～13:30 美杉文化協会芸能発表



●作品展示【津市美杉総合文化センター内】

絵画・書・写真・工芸・民芸品・手芸・花木等
11月1日(金)～4日(月・振休)

- ・11月1日(金)は、13:00～17:15
- ・11月2日(土)～4日(月)は、8:30～17:15

●ステージ

- 11:00～11:20 フラダンス 津 パラア
- 11:25～11:40 よさこい演舞 わいわい踊ろう会
- 11:45～12:30 クラシックカーカフェ1部
- 12:30～12:45 よさこい演舞 鳳牙&桜花女
- 12:50～13:05 美杉連山のろし太鼓
- 13:05～13:30 クラシックカーカフェ2部
- 14:00～15:00 津市消防音楽隊演奏 with 愛理さん



●各種ブース出展 9:00～15:00

詳しくは広報津10月16日号の折り込みチラシをご覧ください。

問い合わせ:みすぎ秋まつり実行委員会事務局(地域振興課内) ☎272-8082

こども藍染体験教室 開催

9月28日(土)、八知公民館主催「こども藍染体験教室」が伊勢奥津駅近くにある染物屋「色草」で開催されました。参加した美杉小学校4人の児童は、ハンカチの染め物に挑戦しました。模様をつけるために、ビー玉や輪ゴムを使ってしぼり、藍の液に浸してもみ込ませました。浸した後、水で洗って広げるときれいな藍色に染まって、さまざまな模様が浮かび上がってきました。

どのような模様になるのか、うまく染められるかどうか心配でしたが、お店の方のサポートもあり、上手に染めることができました。

参加した児童たちは、出来上がったハンカチを見せあい、「きれい、上手にできた」などと言いながら、藍の香りや藍の液に触れ、貴重な体験になり、楽しい思い出づくりができました。



美杉幹部交番からのお知らせ

美杉幹部交番で行う11月の運転免許更新手続きは、次のとおりです。

※住民票の住所が美杉町の方限定です。

【実施日】 11月5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】 12月3日(火)予定



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 11月21日(木)10:00～
ところ 美杉総合文化センター
内容 絵本の読み聞かせ

～テーマコーナーからのご紹介～

◎11月のテーマ: 家族のカタチ

何を读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

問い合わせ:美杉幹部交番 ☎272-0210

【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