美杉だより

第161号
令和5年9月1日

発行：美杉総合支所

# みすぎ夏まつり
## 納涼花火大会を開催！

第32回「みすぎ夏まつり納涼花火大会」が4年ぶりに8月11日（金）「山の日」に美杉中学校グラウンドで開催されました。

台風6・7号の影響も心配されましたが、雨に降られることなく無事開催できました。

第1部では美杉連山のろし太鼓、Chojiミニコンサート、よさこいソーラン演舞が行われ、第2部の打ち上げ花火が上がり始めると観客からは「音がもの凄い」「美杉の花火と言えばこの音」と山々に轟く大音響を褒め称える声が聞かれました。

また、美杉の夏の風物詩となっている美杉手筒会による『手筒花火』の勇壮な姿に観客は目を奪われ、カメラに収めようと市内外はもちろん、県外からも多くのファンが集まっていました。

このみすぎ夏まつり納涼花火大会は、山々に轟く「大音響」、男たちが心で上げる「手筒花火」の素晴らしさはもちろんのこと、大会に関わる全ての人の「美杉を元気にしよう！」という熱い思いにより支えられているからこそ開催することができる地域を挙げてのビッグイベントです。この場をお借りし皆様からのご協賛・ご協力に厚くお礼申し上げます。

みすぎ夏まつり実行委員会　実行委員長　岸野　隆夫

担当：地域振興課
電話：272－8080

目　次

みすぎ夏まつり 納涼花火大会を開催！ 1
八知保育園「にんにん にんじゃまつり」開催 2
八知地域自主防災協議会の 防災研修会開催 2
伊勢本街道奥津宿ウオークと アマゴつかみ大会 2
和田Dr.の健康一口メモ№53 3
栄養パトロールからのお知らせ 3
9月下之川健康相談 4
80・90・100歳の人に お祝い品を贈ります 4
各地区敬老会の日程のお知らせ 4
ぶっちの美杉ええとこ ぶらり旅。#22 5
津市美杉森林セラピー イベント情報 5
がん検診・健康診査・結核健診の お知らせ 6
健康づくり推進員からの お知らせ 7
子育てサークルそらまめ 7
美杉の石造物 7
人権相談のご案内 7
名松線を守る会からのお知らせ （イベント参加者募集） 8
美杉幹部交番免許更新の手続き 8
自治行政・社会福祉功労者表彰 8
名松線を守る会 魚つかみツアー開催 9
社会を明るくする 運動啓発パレードを開催 9
夏休み森と緑の親子塾を開催 10
美杉子ども会 「体験学習会」開催 10
美杉小学校3年生のマコモ観察 10

## 八知保育園「にんにん にんじゃまつり」開催

6月30日(金)、八知保育園の夏まつり「にんにん にんじゃまつり」が開催されました。

子ども達は、にんじゃ屋敷やおめん作りなどの体験をした後に、歌を歌ったり、盆おどりを楽しみました。

園長からは、今年の5歳児は1人であることから、4・5歳児の子ども達が「何 が い い か な」と色々なアイデアを出しあって、遊びのコーナーや遊び道具を楽しみながら作ってくれたこと、もぐらたたきも5歳児の子が「どうすれば皆が喜んでくれるかな」と考えて作ってくれたことを話してくれました。

## 八知地域自主防災協議会の防災研修会開催

7月7日(金)、美杉総合文化センターにて八知地区自主防災協議会主催の防災研修会が開催されました。

八知地区の自治会長や役員を対象に行われ、45人の参加がありました。

参加者は、八知地区自治会連合会長の前川広幸さんから研修の趣旨説明を受け、災害から命を守る内容のビデオ鑑賞の後、過去の被災事例を基に、自らの身を守ること等の研修を受けました。

## 伊勢本街道奥津宿ウオークとアマゴつかみ大会

7月23日(日)、本大会は伊勢本街道を活かした地域づくり協議会主催で開催され、49人の参加がありました。ウオークでは、伊勢奥津駅から伊勢本街道奥津宿などの綺麗な街並みを、同協議会の会長 結城實さん等の説明を受けながら散策しました。姉妹とその子の計4人で参加された方は、「このイベントの参加は恒例となっていて、今まで計3回参加しています」「美杉に住みたいと思いました」「アマゴつかみは難しいけど楽しみ」と話してくれました。

アマゴつかみでは、最後に残った1匹のアマゴつかみが大変盛り上がりました。今回ラスト1匹賞を受賞した小学3年生の松谷大和君は、「今年初めて参加しました」「岩影をまさぐったら最後の1匹を捕まえることができ、大変うれしいです」と話してくれました。

ラスト1匹賞受賞者
松谷大和 君と妹

## 和田Dr.の 健康一口メモ No.53～狭心症

皆さん、おかわりないでしょうか。今回は、胸痛の原因となる**狭心症**についてお話します。狭心症は、**心臓の筋肉（心筋）に栄養、酸素を供給している冠動脈という血管が狭くなり、運動時などに、胸痛、胸の圧迫感・締めつけられる感じなどが生じる病気**です。**症状の持続時間**は長くても**20分**ぐらいです。狭心症を放置すると**心筋梗塞（心筋の障害）になる**こともあります。冠動脈の動脈硬化による**労作性狭心症**と、冠動脈のけいれんによる**冠れん縮性狭心症**があります。心筋梗塞になると、全身に血液を送り出す心臓の機能が低下したり、ひどい不整脈が起こったりして、亡くなってしまうこともあります。**胸痛、胸の圧迫感・締めつけられる感じがあれば病院を受診**してください。

**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、小児科 （※金・土・日は休診。）

| 診療受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 |
|---|---|---|---|---|
| 8:30 ～11:30 | 外来診療 | 休診（当分の間） | 外来診療 | 外来診療 |
| 13:00～16:00 | 訪問診療 | 外来診療※13:30～ | 巡回診療（伊勢地） | 訪問診療 |

※感染予防のため、**発熱、咳、咽頭痛、鼻水等の症状のある方**は、**毎週月・木曜日11:30～12:00、火曜日13:00～13:30に外来診察**します。診断にあたって**コロナウイルス等抗原検査（小学生以上対象）を実施**（費用1,000～3,000円程度（保険適用））。**受診前に必ず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（金午後のみ）

【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ませんので、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 | 休診（当分の間） | 外来診療 |

## 栄養パトロールからお知らせ
### お口の中をきれいにしましょう

知って おこう！

## 歯みがきのポイント

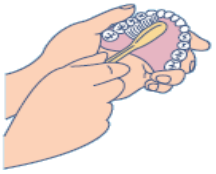
❶ 歯ブラシの毛先をきちんとあててみがく
❷ 軽い力でみがく
❸ 小刻みに動かしてみがく

＜歯ブラシのあて方＞

歯と歯肉の境目のあて方

下の奥歯の裏側のあて方

＜義歯の洗い方＞



（義歯用歯ブラシで）義歯を外してしっかりこすり洗いする

出典：公益財団法人8020推進財団「はじめようロ腔ケア」

問い合わせ：美杉保健センター　電話272－8089

## ９月下之川健康相談

下之川健康相談所では健康相談を無料で実施しています。血圧測定や尿検査、栄養指導もできますので是非ご利用ください。

**日　時**　14日（木）・28日（木）　13時30分～16時30分

☆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時30分～16時30分）　☎276-0333（下之川健康相談所）
相談日以外（平日、8時30分～17時15分）☎272-8084（市民福祉課）

## 80・90・100歳の人にお祝い品を贈ります

市内に1年以上居住し、今年度中に80・90・100歳の節目を迎える人に敬老祝金等を贈り長寿をお祝いします。

80・90歳の人に商品券、100歳の人に祝金をお贈りします。

**【対象】**

- **80歳**：昭和18年4月２日～昭和19年4月１日に生まれた人
- **90歳**：昭和８年4月２日～昭和９年4月１日に生まれた人
- **100歳**：大正12年4月２日～大正13年4月１日に生まれた人

**問い合わせ**：高齢福祉課 ☎272－8089・市民福祉課 ☎272－8084

## 各地区敬老会の日程のお知らせ

敬老会の予定をお知らせします。

| 地　区 | 日　時 | 会　場 |
|---|---|---|
| 太郎生地区 | 9月５日（火）　受付：午前11時00分 | 姫石の湯 |
| 八　幡 地区 | 9月10日（日）　受付：午前10時30分 | 美杉高齢者生活福祉センター |
| 竹　原 地区 | 9月12日（火）　受付：午前10時30分 | 旧竹原小学校 屋内運動場<br>（美杉竹原体育館） |
| 伊勢地地区 | 9月16日（土）　受付：午前10時00分 | 旧伊勢地小学校 屋内運動場<br>（美杉伊勢地体育館） |
| 八　知 地区 | 9月17日（日）　受付：午前10時00分 | 美杉総合文化センター |
| 多　気 地区 | 9月18日（月）　受付：午前10時00分 | 旧多気小学校 屋内運動場<br>（美杉多気体育館） |
| 下之川地区 | 記念品配布 | |

**問い合わせ**：美杉地区社会福祉協議会 ☎274－0022

## ぶっちの 美杉ええとこぶらり旅。#22 ～ スカイランドおおぼら パターゴルフ場 ～

今回は、スカイランドおおぼらパターゴルフ場に家族でお邪魔して、スタッフの方にお話をうかがってきました。

パターゴルフは、ゴルフから派生したミニ・ゴルフの一つで、その歴史は古く、ゴルフの聖地セントアンドリュース（スコットランド）で1867年に女性のために考案されたのが始まりと言われ、年齢、性別を問わず気軽に楽しめる軽スポーツです。

スカイランドおおぼらのパターゴルフ場は、大洞山の中腹、標高約650m、県内で最も高い場所にあるパターゴルフ場で、眺望は抜群。東は遠くに伊勢湾、北に伊賀富士と言われる尼ケ岳を見ながらプレーできます。

コースは、変化に富んだ15～55ヤードの全18コースで、思わず時間を忘れ、プレーしました。

スタッフの方にうかがうと、今の時期は週2回、草刈りを行うそうで、フェアウェイとラフの刈り方が絶妙で、「そこは慣れですよ」と話されました。「利用者は、市外・県外の方の利用が多いので、地域のみなさんも、是非お気軽にご利用ください」とのことです。よく手入れされたゴルフコースからの眺望を楽しんでみてはいかがでしょう。**※1プレー大人880円、中学生以下520円。9時～17時(最終受付15時)**

**問い合わせ：スカイランドおおぼら　☎272-1138**

---

## 津市美杉森林セラピーイベント情報

美杉の里山を歩きながら健康なからだ作りをしませんか！

**10/1（日）　レッツ　エンジョイ！ノルディックウオーキング（6）**
**～伊勢本街道コース～**　【募集期間：9/11～9/21】
時間9:00～12:00　定員10人　参加料1,000円（保険料込）

**10/6（金）　おまかせ！セラピー　楽しい草木染と竹原散策**
**～美杉町竹原地内～**　【募集期間：9/13～9/27】
時間9:00～15:30　定員10人　参加料5,000円（昼食、材料、保険料込）

伊勢本街道

**10/14（土）　レッドヒルヒーサーの森連携イベント**
時間①午前の部10:00～正午
②午後の部13:00～15:00　【募集期間：9/25～10/5】
定員 各15人　参加料大人1,600円、中高生1,200円、小学生以下800円

**10/15（日）　日神渓谷ウオークとアサギマダラにふれあう**
**～太郎生地内～**　【募集期間：9/25～10/5】
時間9:30～15:00　定員30人　参加料1,500円（昼食、保険料込）

日神渓谷(ひかわけいこく)

**問い合わせ：津市森林セラピー基地運営協議会**
**事務局（地域振興課内）☎272-8082**

**※受付時間は、8：30から17：15です。**
**※天候などにより中止となる場合があります。**

# がん検診・健康診査・結核健診のお知らせ

下記の日程で、がん検診・健康診査・結核検診を実施します。すでに申し込みは開始しています。
詳しい日時、内容等は、「広報津」6月16日号と同時期に配布の「令和5年度　津市がん検診と健康診査のご案内」をご覧ください。

| 日程 | | 場所 | 胃（X線） | 胸部レントゲン 肺 | 胸部レントゲン 結核※ | 大腸 | 子宮 | 乳（マンモ） | 肝炎 | 前立腺 | 特定健診 津市国保 | 後期高齢者健診 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9月22日（金） | 9:00～11:00 | 多　気 地域住民センター | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| | 13:30～15:30 | 竹　原 地域住民センター | | ● | ● | ● | ● | ● | | | | |
| 9月29日（金） | 9:00～11:00 | 下之川 地域住民センター | ● | ● | ● | ● | | | ● | ● | ● | ● |
| | 13:30～15:30 | 伊勢地 地域住民センター | | ● | ● | ● | | | ● | ● | ● | ● |
| 10月11日（水） | 9:00～11:00 | 美杉保健センター | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| | 13:30～15:30 | | | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● |

| | |
|---|---|
| 申し込み先 | 三重県健康管理事業センター「健診センターサンテ」<br>☎059-221-5115　（8:30～17:15）土日祝日、年末年始を除く<br>インターネットによる仮予約も可能です<br>津市　サンテ<br>健診受付システム |
| 持ち物 | 検（健）診受診券・自己負担金（免除となる人は証明書類）・健康保険証・健康手帳 |

※結核健診の申し込みは不要です。肺がん検診の受診券が必要となりますので忘れずお持ちください。

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

## ～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

「森もり元気になろに！美杉」健康づくり推進員は、現在14名で活動しています。活動に興味のある人は、美杉保健センターへご連絡ください。

八知公民館調理室にて調理実習を行いました。柏餅と野菜たっぷりの味ご飯を作り、会員同士の交流を図りました。

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

大切な命のために～保護者も健診を～

### 子宮がん検診

津市がん検診対象者：20歳以上の女性
妊婦健診で子宮頸がん検診を受けてから2年以上、経っていませんか？20歳を過ぎたら2年に1回受けましょう！

### 乳がん検診

津市がん検診対象者：30歳以上の女性

40歳以上を対象とした津市がん検診には、胃がん、肺がん、大腸がんがあります。

津市がん検診

問い合わせ：美杉保健センター　☎272－8089

## 美杉の石造物～石造物に使われた石材～

大洞山付近に見られる「大洞石（おおぼらいし）」は、美杉地域の石造物に広く利用された石材です。近世以前は、どこでも地元産の石材を用いることが多いのですが、しばしば遠方産の石材が持ち込まれているケースがあります。例えば高級石材として流通した「御影石」、江戸城の石垣に使われた「伊豆石」などが有名で、市内では一志町付近で採れる「井関石」が知られています。これらは、地質学上の呼び名ではなく供給地の地名を冠したブランド名なのです。なぜわざわざ遠い場所の石材が使われているのか、詳しいことはあまりわかっていません。しかし、近年、全国的に石材や石切場の調査が進み、加工や流通の過程が解明されつつあり、興味は尽きません。

（津市石造物調査会）

## 人権相談のご案内

### お悩みやお困りごとはございませんか？

いじめ
差別
家庭内暴力
ネグレクト
ハラスメント
誹謗中傷
体罰
介護がつらい
ヤングケアラー

**「つらいけど、だれに相談したらいいのかわからない」**と一人で悩まずに、一度ご相談ください。この日は、人権擁護委員が問題解決の方法を一緒に考えます。相談は無料で、秘密厳守です。

**日時：10月5日（木）**
**午後1時30分～午後3時**
**場所：美杉人権センター相談室**
**（美杉総合支所内）**

問い合わせ：美杉人権センター　☎272-8096

# 名松線を守る会からのお知らせ（イベント参加者募集）

## アサギマダラ観賞ツアー

美杉町の各地で盛んに育てられているフジバカマの花畑。渡り蝶アサギマダラの飛来地として取り組まれています。当会では名松線と併せて美杉町の魅力も発信するためのイベントを開催しています。町外、市外のお知り合いの方をお誘い、ご参加ください。

開催日と場所　10月21日（土）太郎生地区
　　10月22日（日）下之川地区
集合場所　21日伊勢八知駅（名松線下り）10:47着
　　22日伊勢奥津駅（名松線下り）11:02着
募集人数　21日先着25名
　　22日先着15名
参加料金　無料（弁当代・バス料金は別途）
　　※交通費は各自で負担
内　　容　集合場所からフジバカマ畑へ移動してアサギマダラを観賞します。
　　※21日と22日では内容が異なります。
申し込み　9月21日から10月２日まで

**申し込み・問い合わせ：**
名松線を守る会事務局　☎272－8080

## 松阪もめんで街歩きツアー

これまで名松線を守る会では、美杉町外から名松線に乗って美杉町へ来ていただくためのイベントを開催してきましたが、今回はじめて美杉町民を対象としたイベントを開催します。名松線に乗って、松阪もめんを着て街歩きとランチを楽しみませんか？

開催日時　10月１日（日）9:00～15:00
開催場所　松阪市街（5km程度の散策）
集合場所　松阪駅　8:56着の名松線を利用
募集人数　先着20名
参加料金　5,000円（着付け体験、昼食代を含む）
　　※交通費は各自で負担
内　　容　松阪もめんの着付け体験と、牛銀うどんのランチ、ガイドの案内で松阪市街を散策（内容は変更になることがあります。）
申し込み　9月４日から9月18日まで

**申し込み・問い合わせ：**
名松線を守る会事務局　☎272－8080

# 美杉幹部交番 免許更新の手続き

美杉交番で行う9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】**　**９月５日(火)**
**【受付時間】**　**９時30分～11時**
**【講習時間】**　優良講習　10時～10時30分
　　一般講習　10時～11時
**【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】**　**10月３日**(火)予定

**令和5年度から受付時間が9時30分～11時に変更になりましたので、ご注意ください。**

**問い合わせ：美杉幹部交番　☎272-0210**

# 自治行政・社会福祉功労者表彰

7月13日に開催された三重県自治会連合会第60回定期総会において、長年自治会長等を務められ、地域に貢献された方々が表彰されました。
美杉地域の被表彰者は次の方々です。

（順不同・敬称略）

○日本赤十字社三重県支部長表彰（12年以上）
　石田　忍　（八知）
○三重県社会福祉協議会会長表彰（10年以上）
　水井　康博　（八知）
　磯田　泰之　（多気）
○三重県共同募金会会長表彰（8年以上）
　岡野　正男　（八幡）
　日置　政行　（八幡）
　石橋　仁　（多気）
　脇谷　千津子（下之川）

## 名松線を守る会　魚つかみツアー開催

7月29日(土)・30日(日)、名松線を守る会主催の魚つかみツアーが開催され、小学生を含む親子計114人が参加しました。名松線の利活用促進が目的で、参加者は名松線の車窓から美杉地域の綺麗な風景を楽しみながら伊勢奥津駅前に集合し、大吉アマゴセンターで魚つかみを楽しみました。

参加者は、「電車からの眺めが、とても綺麗でした」「魚つかみが楽しかった」「涼しくて気持ちが良かったです」「来年も参加したいです」と楽しそうに話してくれました。

## 社会を明るくする運動啓発パレードを開催

7月11日(火)、美杉地域の保護司の皆さんが「社会を明るくする運動」啓発パレードを実施しました。美杉小学校、美杉中学校及び各出張所を訪問し、美杉地域内を広報車で啓発活動を行いました。

下之川地区担当の向田順子様におかれましては、平成23年に就任され、本年6月に退任されました。12年間保護司活動にご尽力いただきありがとうございました。

後任に中川保様が就任されました。よろしくお願いいたします。

## 夏休み森と緑の親子塾を開催

7月30日（日）、市内の小学生を含む親子45人が、市の林業振興室主催のイベントに参加しました。みえ森と緑の県民税市町交付金を活用したイベントで、会場は美杉町多気地域の木材処理加工施設で行われました。参加者は市の委託を受けた美杉木材協同組合の説明を受けながら、木工細工や丸太切り作業などを体験しました。

親子で協力しながら、トンカチやノコギリを使った作業を行うことで、木や木を使った作業に興味を持っていただけたようです。

参加者は、「普段木に触れる事が無いので楽しかった」「皮むき体験などは、初めてだったので親子で楽しめた」「もっと木を使って工作をしたい」と楽しいと話してくれました。（林業振興室）

## 美杉子ども会「体験学習会」開催

7月23日（日）、美杉子ども会体験学習会が美杉リゾートで開催されました。参加した美杉小学校14人の児童は、4班に分かれピザ作りを体験し昼食には作ったピザを味わいました。午後のレクリエーションは、水鉄砲作り等をし、びしょ濡れになるほど思いっきり遊んで楽しみました。始まったばかりの夏休みの思い出をつくることができました。

## 美杉小学校3年生のマコモ観察

7月４日(火)、美杉小学校の3年生12人が上太郎生地区へマコモ観察に行きました。「八十六石まこもの集い」の方とJＡの方からお話を聞きました。4月24日に植え付けを行った全281株のマコモダケの草丈は2メートルを超えるほど大きくなっていました。予想以上に大きくなっていたので、子どもたちはびっくりしていました。ここまで大きく育てていただいた方々に感謝をしながら観察記録を残すことができました。収穫は9月に行う予定です。（美杉小学校）

【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