

Let's unite

つながる ながる しがすき

9

2026

広報津
No.477

Tsu City Public Relations

広報 つ!



Pick up

03 **政策広報** 知って備える 災害時の避難
～その時あなたはどうか動く?～

06 公民館講座受講生を募集

07 認知症の人が安心して暮らせるまちづくり

08 保育所等の利用申し込み

今月の表紙



香良洲海岸上空約150mからドローンを使って香良洲高台防災公園を撮影しました。撮影日当日は少し風が強かったものの快晴だったこともあり、香良洲地域から河芸地域まで続く津市が誇る美しい海岸線が一望できる絶好の天候でした。

撮影日 7月14日
ところ 香良洲高台防災公園周辺

撮影の様子を津市行政チャンネル「まるっと津ガイド」のコーナー「ワンシーン」で紹介しています。

ケーブルテレビ123chまたはYouTubeをご覧ください。



人口と世帯数

(2026年7月1日現在)

	前月比
世帯	130,017世帯(+58世帯)
人口	265,071人(-6人)
男	129,175人
女	135,896人

市政へのご意見・ご要望

地域連携課

〒514-8611

津市西丸之内23-1

☎229-3105

☎229-3366

✉info@city.tsu.lg.jp



津市の情報はここから

津市公式
ウェブサイト



津市公式
LINE



ボートレース津
レース開催情報



YouTube
行政情報チャンネル



Facebook
津市シティ
プロモーション情報



防災情報メール
防災メールの登録



マチイロ
広報津アプリ



Meetsu!
シティプロモーション
特設サイト



ごみ分別
ガイドブック



津市長のメッセージ

高みを目指し挑み続ける
津市の防災



津市長 前葉 泰幸

津市の防災は、常に、全国に先駆けた取り組みに挑戦し続けています。

その象徴が、地震と津波における指定緊急避難場所として整備した海拔10メートルの香良洲高台防災公園です。河川しゅんせつや道路建設事業で発生した良質な土砂75万m³を有効活用した先進的な整備手法は、全国の自治体等から高い関心を集めており、多くの方が視察に訪れています。

広い市域を生かし独自に策定した「広域避難計画」も一歩先行く取り組みです。市町村レベルでは策定事例が少ない「道路啓開計画」を作ったのも、能登半島地震の被災地へ応援に赴いた消防職員の体験談を即座に政策に生かしたものです。

今年3月に導入した「けん引型トイレトレーラー」は、全国45の自治体と同じタイプで、県内唯一のものであります。大規模災害発生地に応援のため駆け付ける仕組みとなっており、1台の導入で最大で数十台の広域応援が受けられます。

今年度から、避難所の環境整備でも高みを目指します。快適に寝られる折り畳みベッドやプライバシーが守られるワンタッチパーティション、組立式大型貯水タンクなどの装備を国の交付金を活用し大幅に拡充します。

今後も志高く、防災施策の進化に向けて、たゆまぬ努力を続けてまいります。

動画でも配信中!



津市長に聞く!
津市の今

P3

特集をCHECK!



POINT

トイレトレーラーの設備は？

男・女、多目的と個室が3つあり、水洗式の洋式便器が1基ずつ配置されています。車椅子用昇降機やベビーシートも備わっています。



けん引型トイレトレーラーの見学をする、みさとの丘学園5年生

知って備える 災害時の避難

その時あなたはどう動く？一人一人に合った避難を考えよう

防災室 ☎229-3104 ☎223-6247



避難所の生活環境整備

「場所の支援」から「人の支援」へ

大規模災害時には、建物の倒壊やライフラインの停止などにより、避難生活が長期化する場合があります。避難所は単なる避難先ではなく、被災後の生活を支える重要な拠点であり、被災者の健康と尊厳が守られ、安心して過ごせる環境の整備が求められています。

津市では、令和6年度に内閣府が改定した「避難生活における良好な生活環境の確保に向けた取組指針」に沿って、これまでの「場所の支援」から「人の支援」へ視点を移した取り組みを推進していきます。

令和8年度は、国の交付金を活用し、避難所環境の整備を大幅に強化します。避難所備品等購入予算は、今年度1億2400万円を計上。前年度

の約12倍に拡充しました。折り畳みベッドやワンタッチパーティション、組立式大型貯水タンク、防災倉庫などの整備を行い、避難者がより安心して過ごせる環境づくりを進めます。

今後も、過去の災害の教訓や国の指針を踏まえながら、防災力の向上と誰もが安心して過ごせる避難所環境の充実に取り組みしていきます。



▲折り畳みベッド



▲組立式大型貯水タンク



▲ワンタッチパーティション

災害の種類によって、避難する場所が異なります。もしもの時に慌てず行
動できるように、日頃から避難場所や避難経路を確認しておきましょう。

風水害 Point

- ・ハザードマップで自宅が浸水範囲内かどうかをチェック
- ・早めの避難
- ・避難情報「警戒レベル4」までに必ず避難

いつ避難する？

- ・災害が発生する前に避難が必要と判断したとき
- ・避難情報が発令されたとき
- ・河川の水位が上昇しているとき
- ・土砂災害の前兆があるとき

自宅が安全が確保できる

自宅避難

自宅が安全が確保できない

友人や親族の家へ避難
※安全が確保できる場合

指定避難所
※避難情報発令と同時に開設

※避難時のリスクを低減させるため、早め早めに避難しましょう！

避難情報

警戒レベル5 緊急安全確保
命の危険！直ちに身の安全を確保

警戒レベル4 避難指示
危険な場所から全員避難

警戒レベル3 高齢者等避難
高齢者等は危険な場所から避難

警戒レベル2
自らの避難行動の再確認

危険度 高 → 低

地震 Point

- ・身の安全の確保が最優先
- ・揺れが収まったら避難開始
- ・避難前に、ガスの元栓確認やブレーカーで電源を落とす

いつ避難する？

- ・強い揺れを感じた後、自宅等の建物が損壊するなどの危険性があるとき
- ・周囲で火災の危険性があるとき

建物等から離れ
身の安全を確保

津波 Point

- ・より遠く、高い場所へ避難！
- ・津波による浸水が予測されている地域にいる人は、津波浸水予測地域より内陸部へ避難

いつ避難する？

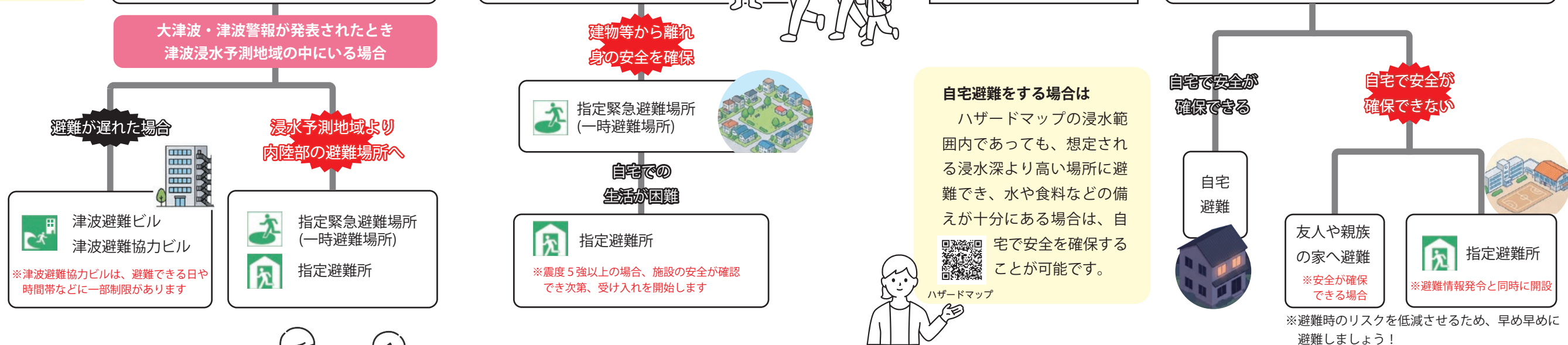
- ・大津波警報や津波警報が発表されたとき

※浸水予測地域内の「風水害や地震における指定避難所等」は、大津波・津波警報の場合は避難所として利用できません
※海上や海岸付近にいるとき、津波注意報が発表された場合は、沿岸部より離れましょう

津波浸水予測地域とは

津波による浸水が予測される地域で、市東側沿岸部の15地区が対象になります。

津波浸水予測地域



指定避難所の生活環境が変わります

予算額 12 倍（前年度比）

指定避難所の生活環境が変ります

避難所環境の向上に向けた資機材の整備
プライバシーの確保など

災害時、避難所への避難を余儀なくされた人が少しでも安心して過ごせるよう「ワンタッチパーティション」「折り畳みベッド」「組立式大型貯水タンク」を整備します。

プライバシーの確保や体への負担軽減、生活用水の確保などにより、避難所の生活環境と衛生環境の向上に取り組みます。

屋内運動場への空調設備設置

多くの避難者が屋内運動場で生活する場合、室温の上昇により熱中症など体調を崩すリスクが高まります。空調設備を整備することで、避難された人の健康維持と安全確保につなげます。

指定避難所である小中学校の屋内運動場に、令和9年夏頃までに空調設備を順次設置します。

提供元：宮古市災害資料アーカイブ

イメージ

避難生活に支援が必要な人のために

福祉避難所の開設

福祉避難所は、大規模災害時に指定避難所での生活が難しい高齢者、障がい者、妊産婦などを対象とする避難所です。指定避難所での状況から必要と判断した場合に開設し、専門職員などがあるため安心して避難生活を送れます。市内には拠点福祉避難所が3カ所、指定福祉避難所が60カ所あります。

日頃から確認！ 万が一に備えよう

避難所・避難経路の確認

自宅周辺やよく行く場所の周辺に浸水や土砂災害の恐れがないか、ハザードマップで確認しておきましょう。また台風や地震、津波の場合、どこに避難することになるか調べておきましょう。

指定避難所：自宅に被害があった人が一定期間、滞在するための施設

指定緊急避難場所：緊急的に一時避難する場所や施設

津波避難ビル・津波避難協力ビル：津波警報が発表された場合、一時的に避難できる施設



公民館講座



受講生を募集

各公民館では、さまざまな講座を開講しています。初めての人も楽しめる内容となっていますので、夏の暑さが落ち着く季節に、新しいことに挑戦してみませんか。

対象 市内に在住・在勤・在学の人

申込方法 市ウェブサイトから、または直接窓口(返信用はがきを持参)、往復はがきで、希望の講座名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を各申込先へ

締め切り 9月14日(月)



講座名	初回開講日	定員(抽選)	費用	ところ・申込先
スマホ・タブレットの活用講座 (全8回)	10月1日(木) 13時30分～15時	10人	2,400円	片田公民館 〒514-0082 片田井戸町17-2 ☎FAX 237-1513
秋のフラワーアレンジメント講座 (全1回)	10月6日(火) 9時30分～11時	20人	2,800円 (材料費込み)	橋北公民館 〒514-0009 羽所町700 アスト津 4階 ☎ 227-1738 FAX 222-2526
お仕事帰りに笑いヨガ (全10回)	10月8日(木) 19時～20時30分	20人	3,000円	久居公民館 〒514-1125 久居元町2354 ☎FAX 256-3931
リンパケア・ストレッチ教室 (全8回)	10月9日(金) 10時～11時30分	15人	2,400円	榊原公民館 〒514-1251 榊原町5108-1 ☎ 252-1454 FAX 252-1172
やさしいヨガ教室(全12回)	10月14日(水) 19時30分～21時	30人	3,600円	中央公民館 〒514-0027 大門7-15 津センターパレス 2階 ☎ 228-2618 FAX 229-5150
手打ちそば教室(全9回)	10月20日(火) 9時～12時	10人	2,700円 (材料費別)	南郊公民館 〒514-0819 高茶屋三丁目25-6 ☎FAX 234-5703
笑・笑・楽健脳ワーク(全3回)	来年1月18日(月) 10時～11時30分	15人	900円	
楽しく使おう！スマートフォン 講座(全3回) ※おおむね60歳以上が対象	10月30日(金) 13時30分～15時	10人	無料	豊里公民館 〒514-0126 大里睦合町610-1 ☎FAX 232-2250



9月は認知症月間 9月21日は認知症の日

認知症の人が安心して

暮らせるまちづくり



地域包括ケア推進室 ☎22913294 FAX22913334

認知症を理解しましょう

認知症とは、脳の細胞の働きが悪くなり、記憶力や判断力が低下して日常生活に支障が出る状態のことを指します。早く気づき適切な対策や治療をすることで、症状を改善したり、進行を緩やかにしたりすることができます。

発症率は高齢になるほど高くなりますが、うつ病や、せん妄、甲状腺機能低下症など、認知症とよく似た状態を引き起こす病気もあるため、早期に適切な診断を受けることが大切です。

違いを知りましょう

加齢による物忘れ

- 体験したことの一部を忘れる

例 朝食を食べたことは覚えているがメニューが思い出せない

- 物忘れの自覚がある
- 症状の進行は極めて遅い

認知症による物忘れ

- 体験したことの全てを忘れていく

例 朝食を食べたこと自体を忘れていく

- 物忘れの自覚がない
(初期には自覚があることもある)
- 症状が進行する



認知症支援のための取り組み

令和6年に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」では、認知症になつたら何もできなくなるのではなく、認知症になつてからも一人一人ができることや、やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間とつながりながら希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという「新しい認知症観」が示されました。津市でも、認知症の人が尊厳と希望を持って暮らせる地域の実現に向けて、さまざまな取り組みを進めています。

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る「応援者」を養成する講座で、5人以上の団体を対象に実施しています。

認知症サポーターステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を受講した人が、チームオレンジの一員として活動するための学びの場として、定期的に実施しています。

チームオレンジ・あしたば

認知症サポーター養成講座の開催、認知症の人への個別支援(話し相手等)、認知症カフェへの参加など、認知症について正しい知識を持ち、認知症の人やその家族が安心して暮らせる地域づくりを目指し活動しています。

受講修了者には
オレンジリングを配布



スーパーでの広報活動



図書館での啓発展示



認知症カフェ



認知症サポーター養成講座

保育所等の



利用申し込み

保育こども園課 ☎229-3167 ㊟229-3451

保育所等とは、保護者が働いている場合や病気などのために保育が必要と認められた小学校就学前のこどもに、保護者に代わって保育を行う施設です。保育所と認定こども園、地域型保育事業があります。

来年4月1日からの保育所等の利用について、9月から申込書類を配布し、10月1日(木)～30日(金)に申し込みを受け付けます。なお、来年5月1日以降の利用を希望する場合は、利用開始希望日の2カ月前から受け付けます。



利用申し込みをするには



保育所等を利用する場合は、2号認定または3号認定の「教育・保育給付認定」を受ける必要があります。

認定区分の種類

保育の必要性や年齢によって異なります。

認定区分	対象	利用先
2号認定	満3歳以上で保護者の就労や疾病等により保育を必要とするこども	保育所、認定こども園
3号認定	満3歳未満で保護者の就労や疾病等により保育を必要とするこども	保育所、認定こども園、地域型保育事業

保育必要量と保育利用時間

2号認定または3号認定を受けた場合、保育を必要とする事由や内容に応じて「保育必要量」が認定されます。保育必要量により、保育所等を利用できる時間が異なります。

保育必要量	利用可能時間	認定条件の例
保育標準時間	1日当たり必要に応じて最長11時間(おむね7時30分～18時)	月120時間以上の就労・介護・看護・就学、妊娠・障がい・疾病・災害復旧などにより保育が必要と認められる場合
保育短時間	1日当たり必要に応じて最長8時間(8時30分～16時30分)	月60時間以上120時間未満の就労・介護・看護・就学、求職活動などにより保育が必要と認められる場合

提出書類等と申し込み方法

印鑑も持ってきてね



提出書類等

- 子どものための教育・保育給付認定申請書
- 保育の必要性を確認するための書類
- 保育所等利用申込書
- 児童の健康状態確認書
- 重要事項確認票
- こどもと保護者(父・母)のマイナンバーカードまたはマイナンバー入りの住民票

● 申し込みに来る人の本人確認ができるもの
申し込み 保育こども園課または各総合支所市民福祉課(福祉課)、各保育所等で配布する申込書類に必要書類を添えて提出

提出先 保育こども園課、各総合支所市民福祉課(福祉課)

利用までのスケジュール



1次調整

書類提出・面接 10月1日(木)～30日(金)

結果連絡 来年2月初旬

←…利用できない場合

2次調整(再申請不要)

書類提出・面接 来年2月1日(月)～12日(金)

結果連絡 来年3月中旬

←…利用できない場合

5月以降の調整(再申請不要)



子育て応援ナビ



しんちゃんの 楽しい絵本ワールド



こども家庭センター ☎229-3120 ☎229-3451

- と き** 11月28日(土)10時～11時45分
と ころ 高田短期大学育児文化室(一身田豊野)
内 容 しんちゃん(ほがらか絵本畑理事長)の絵本ライブ、保育士による手遊びや無料健康チェックなど
対 象 市内に在住の未就園児とその家族 ※きょうだいの参加可
定 員 抽選20組
申し込み 二次元コードから
締め切り 10月14日(水)



妊婦・親と子の教室

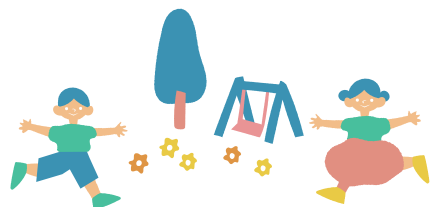


健康づくり課 ☎229-3310 ☎229-3346

離乳食の始め方や進め方、調理のポイントを学び、調理体験ができる教室を開催します。申し込み方法など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

教室名	と き	と ころ	対 象	定員(先着)
離乳食教室(初期)	10月14日(水) 14時～15時	一志保健センター	離乳食開始頃の乳児の保護者	20人程度 ※初めての 人優先
離乳食教室(中期)	10月28日(水) 10時～11時	久居保健センター	離乳食開始後1カ月頃からの乳児の保護者	

申し込み 9月15日(火)より二次元コードから



家事・育児をお手伝い 産前・子育て応援ヘルパー派遣



こども家庭センター ☎229-3284 ☎229-3451

妊娠・出産・子育てに対して不安や負担を抱え、日常生活に支援を必要とする家庭に、ヘルパーがご自宅を訪問し、家事や育児などの支援を行います。

- 対 象** 次の全てに当てはまる人
- 津市に住民登録がある
 - 妊娠中または就学前の児童を養育している
 - 日中、家族等の支援を得られない
- 利用時間** 1回1時間程度(最大2時間まで) ※平日8時～18時
- 利用上限** 最大48時間/年(多胎児家庭は、最大96時間/年)
- 利用料金** 1,000円/時間 ※市町村民税非課税世帯・生活保護受給世帯は無料
- 内 容** 日常の家事や育児のお手伝いをします。
- 食事の支度や片付け
 - 部屋の清掃や洗濯
 - 外出の付き添い
 - おむつ交換、沐浴^{もくよく}介助
 - 授乳のお手伝い など

利用の流れ

①問い合わせ・相談

まずは、こども家庭センターへお問い合わせ・ご相談ください。相談フォームからも相談可能です。



②申し込みと支援内容の打ち合わせ(面談)

ご家庭の状況などを確認後、面談で利用する日時や支援内容について打ち合わせをします。

③サービスの開始

申請後、おおむね2週間でサービスを利用できます。



津市からのお知らせ

NEW TSU ニューツ



三重県発明くふう展～未来の科学の夢絵画展～

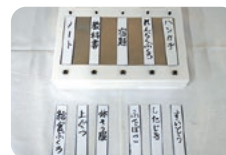


経営支援課 ☎236-3355 FAX 236-3356

こどもたちにもものづくりの楽しさに触れてもらい、津市の基幹産業である製造業への興味を育むため、三重県発明協会と共催で開催します。

「こんな道具があったら、もっと暮らしやすくなるのにな」と思うことはありませんか。そんな発想から生まれた児童生徒の発明品が大集合！自由なアイデアと作品を、ぜひご覧ください。「こども工作教室」も同時開催します。詳しくは、同協会(☎059-222-5505)へお問い合わせください。

と き 10月3日(土)・4日(日)9時30分～16時30分
ところ 河芸公民館



昨年の様子

保育のおしごと相談会



保育こども園課 ☎229-3270 FAX 229-3451

市内の公立・私立保育園と認定こども園では、保育士、看護師、調理員など保育に関する仕事に興味がある人を募集しています。「保育のおしごと相談会」は、保育園や認定こども園の仕事について、詳しく知ることができる機会です。学生はもちろん、保育の仕事への復職を考えている人や未経験者も大歓迎です。服装は自由です。お気軽にご参加ください。

と き 10月16日(金)10時～12時 ※1人当たり30分

ところ 津リージョンプラザ3階第7会議室

内容 仕事内容や職場の雰囲気、就職について園の職員から直接話が聞ける個別相談、職員募集の案内など

対象 保育士・看護師資格を持っている人、保育園などで調理員・支援員として働いてみたい人など ※調理員・支援員は資格不要

定員 先着16人

申し込み 9月1日(火)より市ウェブサイトから

学童保育就職フェア



生涯学習課 ☎225-7172 FAX 228-4756

市内の学童保育所が集まり、指導員(正規・パート・アルバイト)としての仕事内容や、やりがいなどについてお話しする説明会を開催します。こどもと関わったり遊んだりすることが好きな人、大歓迎です。

予約や履歴書は不要で、服装や時間内の入退室も自由です。お気軽にお越しください。

と き 9月13日(日)10時～12時

ところ 中央公民館2階ホール

対象 学童保育やこどもと接する仕事に興味のある人

学童保育の仕事とは

放課後にこどもたちが安心してのびのび過ごせるよう、一緒に遊び、宿題をサポートするなど、成長していくこどもたちを保護者や学校と連携しながら見守る、やりがいのある仕事です。



第14回高虎サミット in 津 観覧者募集

市民交流課 ☎229-3146 FAX227-8070



初代津藩主・藤堂高虎公にゆかりのある5都市(津市、伊賀市、熊野市、滋賀県甲良町、愛媛県今治市)で開催されてきた高虎サミットは14回目を迎え、今年は津市での開催となります。今回は、三重大学特任教授の藤田達生さんによる基調講演のほか、大河ドラマ「豊臣兄弟！」(NHK)の脚本を担当する八津弘幸さんと藤堂高虎役を演じる俳優の佳久創さんによるトークショーなどを開催します。

と き 11月7日(土)13時15分～17時

ところ 津リージョンプラザお城ホール

定 員 抽選400人

申し込み 市ウェブサイトから

募集期間 9月16日(水)～10月16日(金) ※10月23日(金)頃に抽選結果を通知

八津 弘幸(脚本家)

1971年生まれ、栃木県出身。主な作品に、ドラマ「半沢直樹」、「下町ロケット」、「陸王」、「家政夫のミタゾノ」シリーズ、連続テレビ小説「おちょやん」、映画「赤羽骨子のボディガード」など。



佳久 創(俳優)

1990年生まれ、愛知県出身。主な出演作に「鎌倉殿の13人」、「ノーサイドゲーム」、「サンクチュアリ-聖域-」、映画「キングダム」シリーズなど。趣味は映画鑑賞、筋トレ。ベンチプレス(135kg)。



夢のお菓子作ります！ イラスト作品募集



商業振興労政課 ☎229-3169 FAX229-3335

「こんなお菓子があったらいいな」頭の中にある素敵なアイデアを、自由に描いて応募してみませんか。優秀賞に選ばれた作品は、市内の菓子職人が腕によりをかけ、本物のお菓子里に再現してプレゼントします。準優秀賞に選ばれた人には、津のスイーツ引き換え券を贈呈します。

対 象 11月3日(火・祝)14時から津松菱6階特設会場で開催する授賞式に参加できる人

応募方法 津市物産振興会スイーツ部会ホームページまたは同部会員の店舗でご確認ください。

授賞人数 優秀賞5人、準優秀賞10人

締め切り 9月30日(水)必着



応募されたお菓子のイラスト



出来上がったお菓子

第64回高虎楽座 出店者募集



商業振興労政課 ☎229-3169 FAX229-3335

高虎楽座で開催される、にぎわい市の出店者を募集します。

と き 11月7日(土)10時～15時30分 ※荒天中止

ところ フェニックス通り、津市まん中広場

内 容 衣料品、雑貨、手作り品、飲食物などの販売

費 用 一般エリア…5,000円/小間(2小間まで)、飲食物エリア…8,000円/小間 ※飲食物エリアはテントの持参が必要です

申し込み 9月24日(木)に、本庁舎8階大会議室Aにて抽選(10時…一般エリア、11時…飲食物エリア)により出店場所を決定します。抽選終了後、販売スペースに空きがあれば先着順で9月29日(火)まで、高虎楽座運営協議会事務局(商業振興労政課内)で受け付けます。

母子保健推進員 (つぼみん)を募集



健康づくり課 ☎229-3310 📠229-3346

母子保健推進員は、子育て中の人の身近な相談役として、安心して子育てができるよう見守るヘルスポランティアです。「津市の母子をみんなで支えよう、見守ろう！」を合言葉に、愛称「つぼみん」として活動しています。あなたも一緒に活動しませんか。

活動内容

- 妊婦や乳幼児教室などの母子の見守り
- 子育てひろばの開催
- 妊婦や赤ちゃんの訪問 など



養成講座

と き 9月28日(月)、10月19日(月)、11月9日(月)10時～11時30分 ※全3回の受講が必要

ところ 中央保健センター

定 員 先着15人

申し込み 9月7日(月)～18日(金)に市ウェブサイトから

不育症治療費を 助成します



保険医療助成課 ☎229-3158 📠229-5001

不育症の治療に係る保険適用外の検査費などの一部を助成します。申請方法など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

内 容 1 治療期間※に受けた保険適用外の検査費や治療費

※その妊娠に係る不育症治療を開始した日から、出産(流産、死産などを含む)により不育症治療が終了するまで。ただし、転院などの理由により医師が治療終了と判断した場合は、医師の定めた治療終了日まで。

助成金額 上限10万円(1年度に1回、通算5回まで)

対 象 次の全ての要件を満たす人

- 法律上の夫婦および事実上の婚姻関係にある夫婦
- 夫婦の双方または一方が市内に居住している人
- 医療保険各法の被保険者または組合員、被扶養者

申請期限 原則不育症治療が終了した日から60日以内(終了した日を1日目とする)

国民年金保険料の 育児免除制度



保険医療助成課 ☎229-3162 📠229-5001

10月から、国民年金第1号被保険者(自営業者・農業者・アルバイト・無職など)も、育児で国民年金保険料が免除される制度が始まります。こども(実子・養子)を育てている人(父母・養父母)は、申請することで、月額17,920円(令和8年度)の保険料が免除されます。免除対象期間は、こども(実子・養子)が1歳になる誕生日の前月までです。将来の年金額は、納付した場合と同じように反映されます。手続きに必要なものなど、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

なお、申請には、スマートフォンなどで24時間365日行えるマイナポータルからの電子申請をぜひご利用ください。



福祉医療費 受給資格証の更新

保険医療助成課 ☎229-3158 📠229-5001

福祉医療費受給資格証の更新手続きが必要な人は、9月中に手続きを行ってください。9月中に更新手続きを行わないと、受給資格を失い、医療費の助成が受けられなくなります。

手続きが10月以降になった場合は、改めて受給資格申請手続きが必要になり、申請月初日の診療分からの助成になります。詳しくはお問い合わせください。

なお、更新手続きが不要な人には、新しい受給資格証または受給資格喪失の通知を送付しています。

更新手続きが必要な人

- 精神障がい者医療費の助成を受けている人
- 障がい者医療費・65歳以上障がい者医療費・一人親家庭等医療費・子ども医療費の助成を受けている人のうち更新申請書が届いた人

市政相談員が 行政相談を受け付けます



地域連携課 ☎229-3105 FAX 229-3366

市政相談員が国や市の行政に関するご意見・ご要望を受け付ける行政相談を、市内各地で毎月開催しています。また、9月・10月は「行政相談月間」です。市内各地で相談活動・広報活動を重点的に実施します。10月以降の相談日程など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

とき(9月)	ところ	問い合わせ
1日(火) 13時30分～ 15時30分	アスト津 4階会議室4	三重行政監視 行政相談センター ☎227-6661
24日(木) 13時30分～ 15時30分	津センターパレス 3階相談室1	
9日(水) 9時30分～ 11時30分	芸濃福祉センター 1階相談室1	芸濃総合支所 地域振興課 ☎266-2510
14日(月) 13時30分～ 15時30分	久居総合福祉会館 北館2階会議室	久居総合支所 生活課 ☎255-8839

「ヤングケアラー」を 知っていますか



こども家庭センター ☎229-3284 FAX 229-3451

ヤングケアラーとは、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っているこども・若者のことで、自分の時間を持てずに、友人関係や学校生活、進路などに影響が生じてしまうことがあります。ヤングケアラーは自覚をしていない場合や我慢をして一人で抱えてしまっている場合もあり、相談や支援につながりにくい傾向があります。

家族の世話や介護などで負担を感じている人は、身近な大人や学校の先生、親しい友人などに勇気を持って相談してみてください。また、周りに気になるこどもがいる場合は、こども家庭センターにご相談ください。

老人クラブは地域を基盤とする高齢者の自主的な組織です。現在、市内に約130クラブあり、およそ1万人の会員が知識や経験を生かして、明るい長寿社会づくりや保健福祉の向上のために活動しています。各地域の老人クラブでは、仲間とともに楽しみながら創意工夫し、さまざまな活動を行っています。お住まいの地域の老人クラブでどのような活動が行われているかなど、興味のある人はお問い合わせください。

老人クラブに入会しませんか

活動の例

- 健康づくり、介護予防、各種スポーツ
- 趣味、教養、文化、レクリエーション
- 友愛訪問、ボランティアなどの奉仕活動
- 交通安全、見守りパトロールなど、安心安全なまちづくり
- 世代間交流や地域の文化、伝統芸能の伝承

高齢福祉課 ☎229-3156 FAX 229-3334

市営墓園の 使用者を募集



環境保全課 ☎229-3282 FAX 229-3354

市内に在住の人を対象に、市営墓園の使用者を募集しています。希望する人は、各問い合わせ先までご相談ください。市営墓園へのアクセス、面積、費用など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

名 称	ところ	問い合わせ
野村墓園	久居野村町621、623	久居総合支所地域振興課 ☎255-8845
戸木墓園	戸木町6105	
安濃墓園	安濃町野口777-2、777-6	安濃総合支所地域振興課 ☎268-5517
香良洲墓園	香良洲町131	香良洲総合支所地域振興課 ☎292-4308
一志墓園	一志町高野1996-160、2003-13	一志総合支所地域振興課 ☎293-3008



久居100歳カレッジ



久居公民館 ☎256-3931 📠256-3931

人生100年時代を明るく楽しく過ごすため、お金や相続、健康など毎回さまざまな内容を学習し、豊かなライフスタイルを創造します。同世代の仲間と一緒に学んでみませんか。

と き 9月25日(金)、10月14日(水)、11月27日(金)、12月25日(金)、来年1月22日(金)、2月26日(金)10時～11時30分(全6回)

と ころ 久居公民館講座室1

対 象 市内に在住・在勤・在学の60歳以上

定 員 抽選30人

費 用 10月14日のみ700円(バス代)

申し込み 二次元コードから、または直接久居公民館窓口へ(返信用はがきを持参) ※1通につき1人有効。
市ウェブサイトからも申し込み可。

締め切り 9月16日(水)必着

脳に刺激を！ 健康マージャン大会



中央公民館 ☎228-2618 📠229-5150

「賭けない・飲まない・吸わない」を合言葉にした健康マージャン大会を今年も開催します！

厚生労働省主催の「全国健康福祉祭(ねんりんピック)」などにも採用された頭脳スポーツであるマージャンをプレイして脳に刺激を与えつつ、楽しく卓を囲み交流することで、人とのつながりを広げてみませんか。

と き 10月27日(火)13時～17時

と ころ 中央公民館ホール

対 象 マージャン経験者

定 員 40人

申し込み 二次元コードから、または直接中央公民館窓口(返信用はがきを持参)へ

締め切り 9月28日(月)必着

出演団体募集！ 津市民文化祭音楽部門



文化振興課 ☎229-3250 📠229-3344

太鼓、器楽、合唱、三曲、軽音楽の各部門で出演団体を募集中です。出演料など、詳しくは募集要項をご覧ください。 ※募集要項と応募用紙は市内各公共施設窓口にあるほか、市ウェブサイトからもダウンロード可

部 門	と き(来年)	と ころ
太鼓演奏	1月31日(日) 13時～	白山総合文化センター しらさぎホール
合唱音楽	3月7日(日) 10時～	
器楽音楽	2月14日(日) 12時30分～	津リージョンプラザ お城ホール
軽音楽	3月20日(土) 18時30分～	
三曲	3月28日(日) 13時30分～	サンヒルズ安濃 ハーモニーホール

対 象 市内に活動拠点を置く音楽団体

申し込み 応募用紙に記入し、直接窓口または郵送、ファクス、Eメールで文化振興課(〒514-8611 住所不要、☎229-3250@city.tsu.lg.jp)へ

締め切り 11月2日(月)

第29回ひさい柿原温泉 マラソン参加者募集

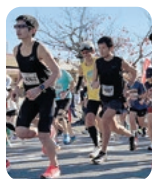


久居総合支所地域振興課 ☎255-6081 📠255-2658

自然豊かな柿原温泉郷を駆けよう。詳しくは市ウェブサイトまたは各総合支所などにある開催要項をご覧ください。

と き 11月15日(日)8時30分～

と ころ 柿原温泉郷周辺



種 目	対 象	費 用
10マイル(16.09km)	一般	5,000円
	高校生	4,500円
10km	一般	4,000円
	高校生	3,500円
5 km	一般	3,500円
	高校生	3,000円
	中学生	1,500円
1.5km	小学生	1,000円

申し込み 二次元コードから、または電話でスポーツエントリー(☎0570-039-846)へ ※電話受付は、平日10時～17時、18歳未満の人は保護者の同意が必要

申込期間 9月1日(火)～30日(水)

出会い・結婚に関する 個別無料相談会



こども政策課 ☎229-3390 📠229-3451

出会いや結婚に関する悩みや疑問に、県が設置する「みえ出会いサポートセンター」の相談員がお応えします。お気軽にご参加ください。

と き 10月21日(水)17時～21時

と ころ 津リージョンプラザ2階第5会議室 ※オンライン(Zoom)も可

対 象 市内に在住・在勤で、これから婚活を始めたい人、婚活中だけどうまいかない人、未婚の子を持つ親や家族など ※従業員の結婚を応援したい企業、婚活イベントを企画したい団体なども可

定 員 8組(1組30分程度)

申し込み 市ウェブサイトから、または電話でこども政策課へ

締め切り 10月18日(日)

市民人権講座(久居)の 参加者を募集



久居総合支所生活課 ☎255-8841 📠256-7666

人権への理解を深める市民人権講座を開催します。

と き 9月26日(土)

時 間	内 容
第1部 10時～11時	中村尚生さん、原田朋記さん(反差別・人権研究所みえ)による講演「人権の基礎・基本」
第2部 11時10分～12時10分	臼井敏男さん(元朝日新聞論説委員)による講演「部落と部落差別の過去・現在～同和対策審議会答申から61年」

と ころ 久居公民館3階大会議室3

定 員 各50人程度

申し込み 郵送またはファクス、Eメールで受講希望講座、住所、氏名、電話番号を、久居総合支所生活課(〒514-1192 住所不要、☎255-8839@city.tsu.lg.jp)へ

締め切り 9月16日(水) ※消印有効

人権教育広報

あけぼの

第41号を
発行

人権教育広報「あけぼの」は、園や学校、地域で人権問題の解決や人権尊重のまちづくりに取り組む人々の姿や思いを通して、誰もが安心して暮らせる津市を目指し、一人一人にできることを考えるきっかけとなるよう発行しています。

私たちの性は、男性か女性に分けられるものではなく「グラデーション」だと言われています。性は多様であり、誰もが性と無関係に生きているわけではありません。しかし、多様な性に関わる社会の課題や、性的マイノリティに対する偏見や決めつけによる問題を「自分には関係がない」と捉えてしまっていないでしょうか。

「あけぼの」第41号では、誰もがあらまの性で生きることが大切にされる社会を目指し、活動する人たちの思いを紹介します。ぜひ、その思いの背景を想像しながら読んでみてください。多様な性を認め合い、全ての人があらまの性に、自分らしく生きられる社会をつくるために、自分にできることを一緒に考えてみませんか。

「あけぼの」は市ウェブサイトから全文をご覧いただけます。また、各総合支所や市立図書館などに紙版の「あけぼの」を配置していますのでご利用ください。

市ウェブサイトで
「あけぼの」を読もう



人権教育課

☎229-33253

📠229-33017



Meetsu！ファンクラブ 参加団体・事業者募集



広報課 ☎229-3361 FAX229-3339

「Meetsu！（ミーツ）」は、サイネックスと協働構築して開設した、津市シティプロモーション特設サイトで、皆さんが発信した市内のイベント・おすすめ・求人情報などが掲載されています。



7月から開始した「Meetsu！ファンクラブ」は、登録していただいた団体・事業者のホームページやSNSの新着トピックスをもとに、サイネックスが記事を作成し、Meetsu！に無料で投稿する仕組みです。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

津市の魅力をより多くの人に届けるため、ぜひファンクラブにエントリーして、一緒にMeetsu！を盛り上げましょう！

対象 市内に拠点を有し、ホームページまたはSNSから情報発信している団体・事業者

申し込み 市ウェブサイトから

こどもたちの 学習成果を展示

教育研究支援課 ☎229-3528 FAX229-3017

津地域の小中学生が夏休み期間中に取り組んだ自由研究を展示します。身近な疑問をテーマにした観察や実験、調査、工作など、こどもたちが自ら考え、工夫を重ねて完成された力作が並びます。一人一人の探究心や豊かな発想、学びの成果をぜひご覧ください。

展示会名	とき(9月)	内容
津市社会科展	12日(土) 9時～16時30分 13日(日) 9時～16時	社会科の自由研究
津市教育科学展	19日(土)・20日(日) 9時～16時30分	理科の自由研究

ところ 津リージョンプラザ3階生活文化情報センター(展示室)・ギャラリー



空き家情報バンクを ご利用ください



都市政策課 ☎229-3178 FAX229-3336

津市では、空き家の賃貸・売却を希望する所有者から提供いただいた物件情報を公開し、賃借・購入を希望する人を探す「空き家情報バンク」を運用しています。

市内に空き家をお持ちの人で、賃貸・売却を希望される場合は、ぜひ物件をご登録ください。また、空き家の賃借・購入を希望される場合は、空き家情報バンクをご活用ください。

さらに、市外から移住される人が空き家を購入し改修する際の改修工事費に対する補助金や、移住される子育て世帯が空き家を購入する際の購入費用に対する補助金などがありますので、興味のある人は、ぜひご相談ください。



津市大門・丸之内未来ビジョン実現に向けて
大門・丸之内 未来のまちづくり

令和5年3月に官民連携組織「エリアプラットフォーム 大門・丸之内 未来のまちづくり」を設立し、新たなまちづくりに向け、社会実験や企画などに取り組んでいます。

令和8年度は、これまでの検証結果等を踏まえ、大門大通りや立町通りなど公共空間の再整備手法や、効果的な情報発信、歴史文化を活用したまちづくりの在り方、既存資源の活用方法など、多方面にわたる検討を進めています。

また、津市事業として、まちづくりに携わる専門家と連携し、遊休不動産の活用に向け、社会実験等の取り組みを実施します。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。



都市政策課 ☎229-3183 FAX229-3336

女性のための 就職応援セミナー



男女共同参画室

☎229-3103 FAX229-3366

山口友美さん(a trio理事長)による「今から始める女性のキャリアデザイン」を開催します。

時10月16日(金)10時～12時

所中央公民館情報研修室

対市内に在住・在勤・在学の女性

定先着20人

申9月7日(月)～24日(木)に二次元コードから

三重短期大学 専任教員募集



大学総務課

☎232-2341 FAX232-9647

憲法を専門とする教授、准教授または講師を募集します。採用予定日は来年4月1日です。詳しくは同短期大学ホームページをご覧ください。

対大学院修士課程(博士課程前期)修了またはそれと同等以上の研究上の業績を有する人

定1人

締10月2日(金)

三重短期大学 受験相談会



学生部

☎232-2341 FAX232-9647

受験を考えている人を対象に入学案内・募集要項などの配布、個別相談等を行います。申込期間など、詳しくは同短期大学ホームページをご覧ください。

時9月26日(土)13時～16時

所同短期大学大学ホール2階

申二次元コードから



スポーツ通信

スポーツ振興課

☎229-3254 FAX229-3247

市内スポーツ施設の一般公開日と、スポーツ大会・教室のスケジュールをチェック！



スポーツ施設
一般公開



大会・教室
一覧

ENJOY MOVING
YOUR BODY



遺言書の活用術、 成年後見制度を学ぼう



地域包括ケア推進室

☎229-3294 FAX229-3334

遺言書の保管や成年後見制度などを学ぶ研修会「もしものときのために知って得する制度活用術」を開催します。ご自身や家族のこれからのために参加してみませんか。

時9月27日(日)14時～16時

所白山総合文化センターしらさぎホール

定500人

申二次元コードから、または電話で地域包括ケア推進室へ

9月20日はバスの日 未来にバスを残そう



交通政策課

☎229-3289 FAX229-3336

明治36年9月20日、京都市で日本初のバス運行が行われました。バスは学生や高齢者をはじめ、車などの移動手段を持たない人にとって不可欠な交通手段です。しかし、近年では、利用者の減少や深刻な運転手不足などにより、路線が減少し続けています。津市の未来に路線バスを残すために、ぜひご利用ください。



図書館へ行こう！

絵本の読み聞かせ講座(全3回)

自宅やおはなし会などでの読み聞かせ方法や、おすすめの絵本等について学んでみませんか。講師は山本節子さん(絵本専門士)です。

時10月3日(土)・17日(土)・25日(日)10時30分～12時

所津図書館2階視聴覚室

定先着各20人

申9月10日(木)より市図書館ホームページから、または電話で同館へ ※託児(1人につき1回500円)を希望する場合は9月25日(金)までに同館へ



津市図書館司書おすすめの本

アレにもコレにも！
モノの数えかた事典

こざきゆう：作 モドロカ：絵/ポプラ社

モノの数え方や由来をイラスト付きで分かりやすく紹介する1冊。普段になげなく使っているいろんなモノの数え方には、どれも理由や歴史があることがこの本で学べます。こどもも大人も思わず夢中で読んでしまうこと間違いなしです。



津図書館 ☎229-3321 FAX229-1458

総合支所での 木造住宅耐震相談会



建築指導課

☎229-3187 FAX229-3336

木造住宅の耐震診断、耐震補強工事における補助制度や補強方法・費用などについて、各総合支所を巡回し、相談会を開催します。

時 9月10日(木)10時～13時

所 市久居庁舎2階市民ギャラリー南側交流活動室C

申 事前に電話で建築指導課へ



生活保護追加給付の お知らせ



援護課

☎229-3151 FAX229-2550

平成25年の生活扶助基準の見直しに関する最高裁判決を踏まえ、平成25年8月～令和8年3月に津市で生活保護を受給したことがあり、現在保護を受給していない世帯のうち一定の条件を満たしている世帯に対して追加給付を行います。

詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。ただか、援護課までお問い合わせください。

80歳・90歳・100歳の人へ 祝い金等を贈呈

高齢福祉課

☎229-3156 FAX229-3334

9月～10月中旬に、長寿のお祝いとして80歳・90歳の人に商品券を、100歳の人に祝い金を贈ります。

対 市内に1年以上在住している次のいずれかを満たす人

- 80歳(昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ)
- 90歳(昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ)
- 100歳(大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ)



防火管理講習会 (オンライン)



消防総務課

☎254-0353 FAX256-7755

防火管理者として業務を行うために必要な「甲種防火管理新規講習」と「乙種防火管理講習」をオンラインで実施します。申し込み方法など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

時 10月26日(月)～11月8日(日)

定 先着計100人

申 10月5日(月)～9日(金)に市ウェブサイトから



農作業時のお願い

農林水産政策課

☎229-3172 FAX229-3168

農作業時は次の点にご協力をお願いします。

- 堆肥などの散布後は速やかにすき込み、臭気の拡散を防止する。
- 稲刈り後の稲わらは放置せず、適切に処理する。
- 農作業後は道路に土を落とさないよう注意し、道路を汚損した場合は速やかに清掃する。
- 冬場の耕起や水路の泥上げなど、ジャンボタニシの適切な防除対策を行う。

水道の開始・中止の ご連絡はお早めに



上下水道サービスセンター

☎237-5821 FAX239-0512

水道の使用開始・中止の届け出は、月～金曜日8時30分～17時15分に上下水道サービスセンターへご連絡ください。オンラインでの届け出も便利です。

手続きに必要なもの

- 水栓番号
- 使用者氏名
- 住所(水道の使用場所)
- 料金の精算方法 ※中止の場合
- 転居先の住所 ※中止の場合



9月10日は 屋外広告の日



都市政策課

☎229-3290 FAX229-3336

屋外に設置する広告物には設置場所や大きさ、その他の規格にさまざまな規制があり、市の許可が必要です。また、貼り紙など簡易なものを除く全ての屋外広告物には点検が義務付けられています。事故を防ぐため、適正な管理・点検をお願いします。

司法書士による相談



地域連携課

☎229-3105 FAX229-3366

時 10月16日(金)13時30分～16時30分

所 市本庁舎

内 相続(相続税を除く)、多重債務、金銭問題などに関する相談

定 抽選8人

申 二次元コードから、または電話で地域連携課へ

締 9月30日(水)



日本語指導ボランティア バンクへ登録を

人権教育課

☎229-3249 FAX229-3017

日本語が分からなくて困っている外国につながる子どもたちを対象に、初期日本語教室「きずな」を開催しています。そこで協力していただける日本語指導ボランティアを募集します。

時 月～金曜日9時～11時15分

所 敬和幼稚園会議室

申 電話またはメールで人権教育課(☎229-3253@city.tsu.lg.jp)へ



9月20日～26日は 動物愛護週間

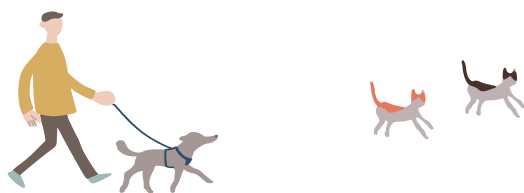
環境保全課

☎229-3282 FAX229-3354



動物の愛護と適正な飼養についての理解と関心を深めてもらうため、動物愛護週間が定められています。

ペットを飼うときは、きちんと世話ができる頭数にし、最後まで愛情と責任を持って飼いましょう。また、災害発生に備えて、ペット用の防災用品(エサ・水・ケージ・トイレ用品など)を確保しましょう。



市民清掃デー(津地域)

環境政策課

☎229-3258 FAX229-3354



地域や自治会の皆さんの協力の下、道路や公園などの清掃活動を行います。ごみのないきれいなまちづくりにご協力ください。

時 9月27日(日)7時～9時 ※小雨決行、荒天時は10月4日(日)に延期

※実施の有無や日程は、自治会により異なる場合があります

屋外焼却の禁止

環境保全課

☎229-3140 FAX229-3354



ごみの焼却は法律で原則禁止されています。ごみを焼却すると、悪臭や煙が発生し、近隣の迷惑になります。家庭から出たごみは決められた収集日に出してください。

禁止の例外として農林漁業を営むために行うやむを得ない焼却などがあります。この場合であっても近隣の迷惑にならないよう、十分な配慮をお願いします。

津の未来のために、今できること

脱炭素コラム

環境政策課 ☎229-3212 FAX229-3354



三重県 地域交通



地域脱炭素プラットフォーム

18

お出かけするときは 公共交通機関で

私たちの生活に欠かせない自家用車の二酸化炭素(CO₂)排出量は、1人1km当たり127gにも及びます。それに比べて、公共交通機関であるバスは63g、鉄道は17gとCO₂の排出量が半分以下になります。自家用車の代わりに公共交通機関を利用することで、地球温暖化の原因となるCO₂の排出量を抑制することができます。

また、公共交通機関には、地球温暖化対策だけでなく、さまざまなメリットがあります。鉄道は道路渋滞の影響を受けにくく、目的地まで時間通りに到着できます。さらに運転による負担が少なく、移動中は読書や景色を楽しむなど、時間を有効に使えることも魅力です。

この機会に、環境にも体にもやさしい公共交通機関を利用してみませんか。

わたしたちの 脱炭素 アクション



殿村心都さん

< 広 告 >

総数約5万冊!!

☐三重県郷土史 ☐絵本・雑誌 ☐料理・手芸 ☐写真集
☐建築・アート・デザイン ☐サブカルチャー ☐古書全般

第3回 松菱 古本市

9月9日(水)～14日(日) 松菱6階/催事場

●午前10時～午後6時30分

※初日9日は午後8時まで営業。
※最終日14日は午後5時に閉場。

●出店者のご案内 ※変更となる場合がございます。
山田堂(桑名市) ブックハウスひびうた(津市)
古本屋ぼらん(伊勢市) 古書からすうり(名張市)
トンガ坂文庫(尾鷲市) ◎他、県外からも多数出店!!



松 菱

〒514-8580 津市東丸之内4-10 TEL.059-228-1311

市税収入の一部に寄与することを目的に、広告を掲載しています。なお、掲載している広告内容については津市が保証しているものではありません。

デジタルライフハック 講座受講生募集



商業振興労政課

☎229-3114 ☎229-3335

対面で深める、実践型のデジタルスキルで日々をスマートに。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

※最少催行人数5人

時 10月2日～来年3月5日の金曜日19時～20時30分(全10回)

所 サン・ワーク津

対 市内に在住・在勤の39歳までの勤労者

締 9月27日(日)

小中学生による人権に関するポスター展



久居総合支所生活課

☎255-8841 ☎256-7666

久居地域の小学5年生～中学生が描いた人権に関するポスター展を開催します。

時 9月16日(水)～30日(水)9時～18時 ※土・日曜日、祝・休日は17時まで、16日は15時から、30日は12時まで、火曜日休館

所 久居ふるさと文学館2階展示ギャラリー



人権標語を募集



人権課

☎229-3165 ☎229-3366

優秀作品(3作品)は人権講演会で表彰します。

申 はがきまたはファクス、Eメールで件名に「人権標語」と明記し、住所、氏名、電話番号、人権標語を人権課(〒514-8611 住所不要、☎229-3165@city.tsu.lg.jp)へ

※1人3作品まで

締 9月30日(水)必着

歴史散歩

236

西来寺の『禁中懺法講記』



津センターパレスから海に向かってフェニックス通りを進むと、天台真盛宗の別格本山である西来寺があります。真阿上人が京都大原にあった普賢院の住職を務めていた文化12(1815)年に、宮中で行われた懺法講という法会の様子を、文章と挿絵によって詳細に書き記したものです。当時、真阿上人はまだ30歳という若さで、推敲を繰り返して、文政8(1825)年にこの記録を完成させ、文政10年に住職に就任しています。

西来寺には、現在修理が行われている重要文化財の聖徳太子勝鬘経講讃図をはじめ、多数の文化財が伝えられています。これらの文化財のうち、市指定文化財の『禁中懺法講記』は、第31代住職である真阿上人(宗淵)ゆかりの文化財です。これは、

真阿上人が京都大原にあった普賢院の住職を務めていた文化12(1815)年に、宮中で行われた懺法講という法会の様子を、文章と挿絵によって詳細に書き記したものです。当時、真阿上人はまだ30歳という若さで、推敲を繰り返して、文政8(1825)年にこの記録を完成させ、文政10年に住職に就任しています。

この『禁中懺法講記』は、石水博物館で開催される特別展で公開されます。この機会に会場でご覧ください。

石水博物館特別展

公開期間 9月5日(土)～11月8日(日) ※月曜日(祝日の場合は翌平日)を除く

費用 一般500円(中学生以下は無料)

生涯学習課

☎229-13251

☎229-13257

<広告>

伝えます。相続の知恵、遺言状。

創立52年

相続・交通事故・離婚・借金・労働は

初回相談30分無料

三重弁護士会所属 弁護士

石坂俊雄 村田正人 福井正明

伊藤誠基 森一恵

三重合同法律事務所 ☎059-226-0451

〒514-0033 津市丸之内33-26(津地方裁判所前) ホームページは、「三重合同法律事務所」で検索。

市税収入の一部に寄与することを目的に、広告を掲載しています。なお、掲載している広告内容については津市が保証しているものではありません。

リバーシブルベスト 講習会(全2回)



環境学習センター
☎237-1185 ☎237-5385

時 10月17日(土)・24日(土)13時～16時

所 環境学習センター

対 市内に在住の人

定 抽選6人 ※当選者には10月10日(土)午前に電話連絡

¥500円

持 着物2種類(ほどこいたもの)、ミシン、裁縫道具など

申 電話またはファクスで同センターへ ※月曜日休館

締 9月26日(土)

フリルスカート講習会



環境学習センター
☎237-1185 ☎237-5385

時 10月4日(日)13時30分～16時

所 環境学習センター

対 市内に在住の人

定 抽選8人 ※当選者には9月27日(日)午前に電話連絡

持 着物2種類(ほどこいたもの)、ミシン、裁縫道具など

申 電話またはファクスで同センターへ ※月曜日休館

締 9月20日(日)

9月の献血(400ml)



地域医療推進室
☎229-3372 ☎229-3018

時 9月28日(月)9時30分～11時20分、12時50分～16時30分

所 津リージョンプラザ1階出会いの広場北側

対 男性17～69歳、女性18～69歳で体重が50kg以上の人 ※65歳以上の人は60～64歳に献血経験がある人

※予防接種を受けた人は、ワクチンの種類によって献血ができない期間があります。詳しくはお問い合わせください。

津市合併20周年記念

第33回ふれあいの かおり2026



香良洲総合支所地域振興課
☎292-4308 ☎292-4318

時 9月27日(日)9時30分～16時

所 香良洲高台防災公園

内 会場周辺を清掃した後、香良洲地域や岐阜県東白川村の特産品の販売、ステージショー(よさこい、大正琴演奏、民謡、チアダンス、応援ステージ、太鼓演奏等)、おたのしみ抽選会、ハマグリの配布(1人1袋、先着順、無くなり次第終了) など

楽しく作ろう！ ガーデニング講習会



都市政策課
☎229-3290 ☎229-3336

講習会名	とき(10月)	費用
秋を彩る リーフを使った 寄せ植え	3日(土) 10時30分～、 13時30分～	各2,000円
秋の花苗 寄せ植え	4日(日) 10時30分～、 13時30分～	各1,000円

所 津リージョンプラザ2階第1会議室

定 各20人

申 9月14日(月)までに電話またはEメールで住所、氏名、電話番号、希望日時を都市政策課(☎229-3177@city.tsu.lg.jp)へ

防災ナビ

津市公式YouTubeで配信中

地震・津波・台風などに備える
防災ミニ番組を配信中！
全10シリーズで、
サクッと見れて分かりやすい♪
動画をチェックして
いざという時に備えましょう。






時間	内容・出演
12時40分～ 13時40分	映画音楽コンサート 兼重直文(ピアノ)、脇淵陽子(ピアノ)、森本千賀子(ソプラノ)
14時～ 14時10分	映画解説 彼岸花映画祭実行委員会
14時10分～ 16時50分	映画「二十四の瞳」 (1954年)上映 監督：木下恵介 原作：壺井栄 出演：高峰秀子、月丘夢路ほか

今回は、女性教師と12人のこどもたちの交流を描いた木下恵介監督の代表作「二十四の瞳」を上映します。

時 9月26日(土)12時30分～(12時開場)

所 三重大学三翠ホール(栗真町屋町)



映画「二十四の瞳」
©19542007 松竹株式会社

第12回 彼岸花映画祭in津

文化振興課 ☎229-13250 ☎229-13344

津の文化薫る
催し物のご案内





健康づくりインフォメーション

健康づくり課 ☎229-3310 📠229-3346



9月24日～30日は 結核・呼吸器感染症予防週間



結核は呼吸器感染症のひとつで、毎年約1万人が新たに発症しています。初期症状は風邪と似ていますが、早期発見で重症化を防ぐことが大切です。咳や痰が2週間以上続いたり、微熱や体のだるさがある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

また、小まめな換気や咳エチケット、手洗いで呼吸器感染症を予防しましょう。



9月はがん征圧月間



がんは、日本人の2人に1人がかかる身近な病気です。生活習慣の改善による予防に加え、早期発見・早期治療のためには定期的ながん検診が重要です。自覚症状がない今こそ、がん検診を受けましょう。



かけがえない命を みんなで守ろう



9月10日は世界自殺予防デー、9月10日～16日は自殺予防週間です。大切な命を守るため、こころが壊れてしまう前に、眠れないなど心身のつらい症状「こころの疲れ」に気がきましょう。こころからのSOSを一人で抱え込まずに、悩みや気持ちを言葉にしてみませんか。相談窓口など、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。



こころとからだの健康相談



こころの健康相談

と き	ところ	相談員	定員	申し込み
9月3日(木) 14時～15時	久居保健センター	精神科 医師	先着 2人	8月27日より 二次元コードから
9月16日(水) 14時～15時	中央保健センター	公認 心理師	先着 2人	9月9日(水)より 二次元コードから

健康・栄養相談

と き	ところ	定員	申し込み
9月15日(火) 9時30分～11時	中央保健センター	先着 3人	二次元コード から
9月28日(月) 9時30分～11時	久居保健センター	先着 3人	

心声を聴かせてください(フリーダイヤル)

よりそいホットライン…0120-279-338

#いのちSOS…0120-061-338

24時間子供SOSダイヤル…0120-0-78310

お口の健康を守るために 災害時の口腔ケア

Tips for good health



災害時は、断水や避難生活で口の中が不衛生になりがちです。細菌が増えると誤嚥性肺炎の原因となることもあります。限られた水でも口腔ケアを続けましょう。

災害時の口腔ケアのポイント

① 水不足のときの歯みがき

歯ブラシだけで磨き、歯ブラシの汚れはティッシュなどで拭き取ります。うがいは少量の水を2～3回に分けて行つと効果的です。



② 歯ブラシがないときは

食後に水やお茶でうがいをし、タオルなどを指に巻いて歯の汚れを拭き取りましょう。

③ だ液を出して口の中を清潔に

顎や頬をマッサージしたり、よく噛んで食べたりすると、だ液が出やすくなり、口の中を清潔に保つことにつながります。





森林セラピーイベント



美杉総合支所地域振興課 ☎272-8082 📠272-1119

森林の癒やし効果でリフレッシュしてみませんか。申し込み方法など、詳しくは二次元コードからご覧ください。

コース名	と き	ところ	定員 (先着)	費 用	申込期間
杉焼き料理ランチと風が秋を連れてくるリトリートデイ	9月26日(土) 9時30分～15時	大洞山石畳コース	12人	5,000円	9月7日(月)～17日(木)
下之川まち歩き アサギマダラとの出会い&小さな秋をみつける	10月11日(日) 9時30分～15時	塚原ヒストリーコース	12人	5,000円	9月14日(月)～10月1日(木)
ノルディックウォーキング フェスティバル	10月18日(日) 9時30分～14時	北畠歴史探索コース	70人	2,500円	9月14日(月)～10月8日(木)

※費用は昼食代・保険料を含む



Pick up!

イベント
& スポット



津市 イベントカレンダー



第20回霧山薪能

9.26(土) 14:30-19:30

📍北畠神社境内(美杉町上多気)

※雨天中止



文化振興課 ☎229-3250 📠229-3344

国の名勝・北畠氏館跡庭園内の荘厳な雰囲気の中で繰り広げられる能・狂言の幽玄の世界をお楽しみください。ゲストライブや野だて、美杉ふるさと資料館や北畠神社などを巡る歴史ガイドも予定しています。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。



自然観察会

10.31(土) 10:00-12:00

📍津市リサイクルセンター内

自然観察の森

※雨天時は環境学習センター



環境保全課 ☎229-3140 📠229-3354

里山やため池の周囲を歩き、いろいろな植物や生き物を観察してみませんか。

定 員 抽選20人程度

申し込み 10月5日(月)までに二次元コードから、または電話で環境保全課へ



開設74周年記念 G I ツッキー王座決定戦

9.3(木)～9.8(火)

📍ボートレース津 ※20歳以上は入場料100円

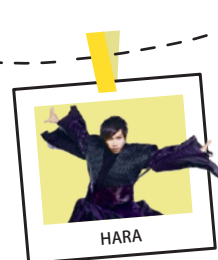


事業推進課 ☎224-5106 📠224-9944

レース開催中はさまざまなイベントを実施しています。ぜひご来場ください！スケジュールなど、詳しくは二次元コードをご覧ください。

- HARAさんによるイリュージョンショー
- テツandトモによるお笑いライブ
- 現役ボートレーサーによるトークショー
- 豪華景品が当たる抽選会

※その他さまざまなイベントを実施予定



10月10日(土)～12日(月・祝)には
ファン感謝3 daysも開催!



“人の役に立ちたい”

変わらぬ思いを胸に



このまち
津市で輝く

vol. 116

陸上自衛隊久居駐屯地 遠藤 祐樹 さん

1983年岐阜県生まれ。2003年に陸上自衛隊へ入隊し、横須賀市にある武山駐屯地で教育を受け、同年久居駐屯地第33普通科連隊に配属。三重地方協力本部の勤務を経て、現在は久居駐屯地広報室に所属している。

幼心に見た災害現場で活動する自衛官の姿に強い憧れを抱いた。「困っている人の力になりたい」その思いを胸に23年前、陸上自衛隊の門をたたいた。

以来、数々の災害救助の現場に立ってきた。令和6年能登半島地震で目の当たりにしたのは、倒壊した家屋や寸断された道路。「自然の前では、人は無力だ」と痛感した。それでも、自衛官としてできることを全力で果たす。その覚悟は揺るがなかった。

孤立集落へ物資を届けた際、お菓子をこどもに手渡すと、照れくさそうな笑顔が返ってきた。「元気づける立場なのに、逆に力をもらいました」。活動前から「ありがとう」と声をかけられたことも心に残っている。「まだ何もしていないのに、自衛隊が来たというだけで安心してもらえた。その期待に応えたいという気持ちだが、より強くなりました」。

大切にしているのは、自分にできる最善は何かを問い続けること。そして、一人では成し遂げられない任務だからこそ、何より大切なのが仲間との信頼関係だ。

「災害は起こらないことが一番。でも、もしもの時には、一人でも多くの人の安心につながる存在でありたい」。人の役に立ちたいという入隊当初からの思いは、今も色あせない。その使命感を胸に、今日も来るべき時への備えを続けている。

津市民くらしの安心インフォメーション



医療



受診可能な医療機関を知りたいとき

三重県救急医療情報センター

☎059-229-1199

24時間

年中無休



医療ネットみえ

応急措置方法の案内や健康相談

津市救急・健康相談ダイヤル24

☎0120-840-299

24時間

年中無休

通話無料

夜間・休日の発熱や体調不良のとき

津市の応急診療所



市ウェブサイト



災害

避難所



ハザードマップ

