

名松線を守る会活動報告 ～駅の美化活動を行いました～

令和3年12月5日(日)早朝、名松線を守る会の代表メンバーにより、名松線周辺の景観を良くする活動として、伊勢奥津駅、伊勢八知駅、伊勢竹原駅の3駅で花植えを行いました。名松線利用者の目を楽しませることができるよう、色とりどりのパンジーやビオラを植えたプランターを各駅にそれぞれ10鉢ずつ置きました。

この活動にご賛同いただく「JAみえなか」様からは培養土を寄付いただき、植えた花苗は地域を応援する意味から昨年に引き続き久居農林高校の園芸科から購入しました。

名松線を守る会では、このような景観整備活動や名松線の利用促進のためのPR活動を行い、美杉地域の活性化に繋がるよう取り組んでいます。これからも、沿線だけでなく地域全体の活性化に向けた取り組みを続けていきますので、住民の皆様のご理解とご協力をよろしくお願いします。



ミツマタ群生地に東屋完成！



伊勢地地域づくり委員会では、伊勢地にあるミツマタ群生地に(公社)三重県緑化推進協会の「令和3年度森とふれあい促進事業」の助成を受けて、東屋の整備を行いました。

会員をはじめ地域の方の献身的なご協力をいただき完成したもので、令和3年12月19日(日)には、会員が集まり現地にて竣工を祝いました。

私たちは、これからもミツマタ群生地を訪れる方々に歓待の精神で、快適に楽しんでいただける環境づくりや、いわゆる「映える」スポットづくりに会員の知恵を出し合いながら取り組んでいきたいと思っています。

「春の訪れを告げる黄金の絨毯、ミツマタ群生地」へぜひ一度お越しください。



担当：地域振興課
電話：272-8080

目次

名松線を守る会活動報告	1
ミツマタ群生地に東屋完成！	1
和田Dr. の健康一口メモ	2
栄養パトロールからのお知らせ	2
津葉剤師会からの健康情報	2
多気北畠氏城館跡、お城EXPO' 2021に出演!!	3
美杉地域における固定資産税の課税免除について	3
ぶつちの美杉ええとこぶらり旅。#6	4
第10回ノルディックウオークフェスティバル参加者募集！	4
健康づくり推進員からのお知らせ	5
子育てサークルそらまめのお知らせ	5
都会になく美杉にあるもの	5
美杉の石造物 ～宇治山田町民ら寄付の石灯籠～	5
25,000羽のありがとう 万羽鶴大作戦	6
2月下之川健康相談	7
所得税・市県民税 申告相談会日程	7
シルバーエミカの申請・チャージの受付について	7
令和3年名松線を守る会 会員について	8
牛蒡祭りの行事が縮小されます	8
美杉幹部交番の 免許更新の手続き	8
竹原公民館地域力創造セミナー「元気作り教室」のご案内	8
八幡公民館地域力創造講座 郷土料理教室受講生募集	8





和田Dr.の

健康一口メモ No.34 ～しもやけ(凍瘡)～

どうぞ

皆さん、おかわりないでしょうか。今回は、しもやけについてお話します。しもやけは、寒さによる血行障害によって生じる皮膚の病気です。小児、成人女性に多いですが、高齢者にも生じます。起こりやすい部位は、低温になりやすい部位で、足指、手指、耳、頬、鼻です。気温が5℃以下程度で発症するため、秋の終わりから冬に出現し、春には消失します。昼夜の温度差が10℃以上の時期に発症しやすいといわれています。症状は、足指、手指などが、赤くなり、腫れて、痛がゆくなります。ひどい場合は、水疱、びらん、潰瘍ができます。治療は手足をマッサージして血行をよくしたり、血行をよくする軟膏(ユベラ軟膏、ヒルドイドソフト軟膏)を塗ったりします。ひどいときは、ビタミンE(ユベラ)やショウガが入っている漢方(当帰四逆加呉茱萸生薑湯:ツムラ38)を内服してもらいます。しもやけでお困りでしたら、ぜひご相談ください。

※新型コロナウイルスワクチン予防接種について、予約の際は接種券の記載内容が必要となります。お手元に届いてからお申し込みをお願いいたします。ワクチンの入荷状況により、ご希望の接種時期に添えずお待ちいただく場合がございますので、あらかじめご了承くださいませようお願いいたします。

※3回目の接種時期は2回目終了日から7カ月経過以降になります。

【診療科目】内科、外科、小児科、整形外科、心療内科 ※健診、予防接種は要予約

診療受付時間	月	火	水	木
8:30～11:30	○	×	○	○
13:00～16:00	訪問・予約	／(竹原)	／(伊勢地)	訪問・予約

※金・土・日・祝日は休診

伊勢地診療所巡回時は

☎090-9025-6632

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

栄養パトロールからのお知らせ ～フレイル予防講演会【無料】実施します～

「人生100年時代のフレイル予防」
—今まさに“コロナフレイル”を乗り越える—

●日時: 令和4年3月2日(水)
13時30分～15時30分(開場13時)

●会場: リージョンプラザ お城ホール
(津市西丸之内23番1号)

●定員: 300名(要予約・先着順)

●申込方法: 電話(下記参照)

●申込期間: 2月1日(火)～2月16日(水)



【講師】医師・医学博士・東京大学 高齢社会総合研究機構 機構長
未来ビジョン研究センター 教授

飯島 勝矢 氏

【主催】津市 【後援】三重県後期高齢者医療広域連合
三重県国民健康保険団体連合会

※講演会は感染防止対策を講じて開催いたします。
※新型コロナウイルス感染症の流行等により、開催に変更が生じた場合は、お知らせします。

問い合わせ・申込先(月～金曜日(祝日を除く)9時～17時)

保険医療助成課 ☎229-3317

中央保健センター ☎229-3164

地域包括ケア推進室 ☎229-3294

津薬剤師会からの健康情報



～漢方薬と西洋薬(新薬)の違いとは～

■漢方薬は体全体の調子を整える

古代中国から伝わった漢方薬の原料は、全て植物・鉱物といった自然に存在するものからできています。

漢方薬は“ひとつの薬に複数の有効成分”を含むため、服用することで多くの症状に効果を発揮します。

■西洋薬は症状や病気をピンポイントに改善させる

西洋薬の多くは“ひとつの薬にひとつの有効成分”で作られます。

血圧を下げたり、病原菌を攻撃したり、解熱したり、症状に直接働きかけ、強い効果をもたらします。

漢方薬と西洋薬、どちらにもいい点と悪い点があり、合わせて用いることで補いあうことができると考えられています。

問い合わせ: 津薬剤師会 ☎255-4387

多気北畠氏城館跡、 お城EXPO' 横浜2021に出展!!

令和3年12月18日、19日にパシフィコ横浜で開催されたお城EXPOに、津市美杉ふるさと資料館の管理を行う美し郷霧山施設管理運営協議会から安野さん、奥野さん、北畠神社から宮崎宮司が、多気北畠氏城館跡のPRに語り部として津市観光協会の協力を得て参加されました。

初日は、安野さんが横浜へ、2日とも横浜の会場と北畠氏館跡庭園、霧山城跡の3か所をインターネットを使って、リアルタイムで現地の語り部から来場者への案内を行いました。語り部の3人は、「関係者の熱量がすごく、やれるだけやってみようと思った。来場者は誰もが熱心で、初日に会場にみえた方が、2日目に多気に来てもらったと聞き、正直すごいと思った。北畠氏のことだけでなく、美杉への行き方や滞在場所などいろいろと尋ねてもらえた。」2日間で約13,000人が参加のイベント。「今後もいろいろ工夫をしながら、多気北畠氏城館跡のPRを通じて美杉に来てもらえる人を増やしていきたい。」とのことでした。

問い合わせ：美杉ふるさと資料館 ☎275-0240



美杉地域における固定資産税の課税免除について

過疎地域の持続的発展の支援に関する特別措置法の適用に伴い、美杉地域で次の要件に該当する場合は、固定資産税の特例（課税免除）が適用されます。

○対象資産：津市過疎地域持続的発展計画に振興すべき業種として定めた事業の設備であって取得価額の合計額が次に掲げる事業の区分、額以上のものの取得等をした者に対し、対象設備である家屋及び償却資産並びに当該家屋の敷地である土地

事業区分	資本金の額等	取得価額の合計額
製造業 又は旅館業	5,000万円以下	500万円
	5,000万円超え1億円以下	1,000万円
	1億円超え	2,000万円
情報サービス業等 又は農林水産物等販売業	条件なし	500万円

※資本金規模が5,000万円を超える事業者（法人）では、新設、増設のみが対象となります。

※取得期限は令和6年3月31日まで

○課税免除の申請及び期間：対象の家屋及び償却資産を取得した年の翌年1月31日までに申請すると、翌年度以降3年間で課税免除となります。詳しくは下記までお問い合わせください。

なお、令和3年中に対象資産を取得された方で、まだ申請していない方はご相談ください。

問い合わせ：資産税課分室 ☎255-8826 Fax255-1998
美杉総合支所市民福祉課 ☎272-8083

ぶっちの



美杉ええとこぶらり旅。#6 ～君ヶ野ダム～



今回は君ヶ野ダムにお邪魔し、ダム管理室の方にお話を伺いました。君ヶ野ダムは、高さが73m、堤頂部分の長さが323m。貯水量は1,970万 m^3 、ナゴヤドーム約11杯分になります。洪水などの災害を防ぐ「治水」と、水道水、工業・農業用水などに使用する「利水」の二つの機能を併せ持ちます。

水の放流口は4種類で、左下にある小さな放流口からは、常時毎秒0.07 m^3 、お風呂が3秒足らずであふれる量の水が放流されています。これは下流の利水のためで、聞いて納得、ダム下流の八手俣川が枯れない理由がわかりました。平时に貯水量の調節を行うのは、中央の円形の放流口で、水量が増えると少し下の2つの四角い放流口から放流されます。ダムの頂上近くにある2つの放流口は100年に一度程度以上という規模の洪水に備えたもので、ダムの決壊を防ぐため最後の最後に使用するもので、昭和57年の台風10号や平成29年の台風21号を含め、これまで一度も使用されていないそうです。ダム内部もご案内いただきましたが、想像とは違って明るくて暖かく、カラッとしていてびっくりでした。

ダム管理のお仕事について、ご案内いただいた方にたずねると「多目的ダムということで、洪水などを防ぐために一定量放流しながらも利水のために渇水期に備え、空っぽにもできない。近年の気候の変化の中、水量のコントロールの判断は難しく、プレッシャーにもなります。でも、流域の皆さんの安全・安心に少しでもお役に立てて

いるのかなと思うとやりがいを感じます。個人的には、技師としてダム管理というほかにない業務に携わってありがたいと思います。」と笑顔でお答えいただきました。

ダムの完成は、昭和47年3月。ということは、もうすぐ50周年！ダムの名前は、一般的にその河川の名前からつけられますが、君ヶ野ダムは、ダム湖にあった「君ヶ野」という集落の名前から地域の方の思いを反映して名づけられました。「無事50周年を迎えられるのは、地域の皆様のご理解とご協力のおかげです。これからもよろしくお願いいたします。」とのことでした。



問い合わせ：君ヶ野ダム管理室 ☎262-3248

※見学は要予約。月～金曜日のみ、4、5人からグループ対応

第10回ノルディックウォーキングフェスティバル参加者募集！～君ヶ野ダム湖畔コース～

第10回の節目を迎えるノルディックウォーキングフェスティバル！ポールを使ったバランスの良い全身運動が行えるノルディックウォーキングで元気に君ヶ野ダム湖畔を歩きましょう。

コースは楽しく歩く4kmコースとタイム測定など自己研さんの7kmコースがあります。

開催日時：3月20日（日） 9時～15時

定員：100人

参加料：1,500円（昼食、保険込）

募集期間：2月7日（月）～3月11日（金）（先着順）



※新型コロナウイルス感染拡大防止・悪天候のため、中止する場合があります。

問い合わせ：津市森林セラピー基地運営協議会事務局（地域振興課内） ☎272-8082（受付8:30～17:15）

～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

フレイル予防が鍵！

いつまでも元気に過ごすために重要なのがフレイル(虚弱状態)を予防することです。フレイルは「健康」と「介護が必要な状態」の中間にある虚弱な状態のことをいいます。しっかり栄養をとり、しっかり運動をし、社会とのつながりを持つことが、健康を維持したり、フレイルの進行を防いだり、改善することに役立ちます。

スカットボールで楽しく運動！

日 時：2月18日(金) 13時30分～
場 所：美杉高齢者生活福祉センター
持ち物：動きやすい服装・靴 飲み物
参加費：100円
申し込み：2月15日(火)までに下記へ



問い合わせ・申し込み：美杉保健センター ☎ 272-8089

都会になく美杉にあるもの

～ 光害(ひかりがい)の影響が少ない 美杉の夜空を満喫しよう ～

今月は、太陽系惑星の大きさをお伝えしていきたいです。惑星等の大きさを地球と比較し一覧表にまとめてみました。銀河系には2,000億～4,000億個

なまえ	地球の何倍の大きさ？
水星	0.4倍
金星	0.9倍
火星	0.5倍
木星	11倍
土星	9.5倍
天王星	4倍
海王星	3.8倍
太陽	109倍
はくちょう座V1489(注1)	180,000倍(18万倍)

の恒星があるとされています。まだまだ謎に包まれたままの宇宙には私たちの知らない世界が広がってるんだろうな～。地球以外にも高度な文明を築いている生命体がいるかも知れないな～っなんて宇宙に思いを馳せてみるのも面白いものです。

(注1)はくちょう座V1489は地球から5250光年離れた位置にある赤色巨星で確認

新月・・・2月1日 満月・・・2月17日



子育てサークルそらまめ のお知らせ

親子のふれあいと交流の場として、毎月集まっています。ぜひ、気軽にお越しください！

保健師・栄養士による 健康相談・身体測定

日 時：2月25日(金)
9:30～12:00
※受付は11:00まで



場 所：美杉保健センター
持ち物：母子手帳・バスタオル



♡事前にお電話でご予約ください♡

問い合わせ・申し込み：美杉保健センター ☎ 272-8089

美杉の石造物～宇治山田町民ら寄付の石灯籠～

初詣に川上若宮八幡宮を訪れた方も多いと思いますが、参道の階段を登り切った両脇には高さ4m以上の大型石灯籠が建っています。明治33年(1900)9月に建立され、経費を当時の度会郡宇治山田町と四郷村、今の伊勢市の人たちが寄付したものです。石灯籠の基壇側面には寄付者名が刻まれており、その人数は双方あわせて700人以上、「外有志」の人数を含めると1,200人を超えます。

また、寄付はこの大型石灯籠だけではなく。同時に丹生俣薬師堂下や杉峠などに「若宮八幡宮道」の道標も設置し、同年9月の若宮祭には花火100本あまりを寄付しています。このように、川上若宮八幡宮と宇治山田町や四郷村の人たちとは強い縁がありました。それは、当時の宇治山田町に若宮八幡宮が存在し、若宮講が組織され、広く若宮信仰が普及していたからだと思われます。(津市石造物調査会)



川上若宮八幡宮の
大型石灯籠 一对



27,000羽のありがとう

万羽鶴大作戦

-you are not alone-



津市役所美杉総合支所にて展示中

新型コロナウイルスの終息した穏やかな日常が一日も早く戻ってくるように願い作成した「万羽鶴」を美杉町八知の美杉総合支所に展示しました。高齢者施設をはじめ、障がい者施設や保育園、学校、地域サロン等多くの方の協力を得て当初予定していた数を大きく上回る全部で2万7千羽以上の折り鶴が集まりました。美杉総合支所では2月末まで展示します。ぜひ、みなさんの大きな力をご覧ください。

多くの暖かいご支援ご協力に感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。



#万羽鶴大作戦

美杉地区社会福祉協議会

社会福祉法人津市社会福祉協議会 美杉支部

電話 059-274-0022

2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 10日(木)・24日(木) 午後1時30分～4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(午後1時30分～4時30分) ☎276-0333(下之川健康相談所)
相談日以外(平日、午前8時30分～午後5時15分) ☎272-8084(市民福祉課)

所得税・市県民税申告相談会日程

※詳しくは広報津1月16日号折り込みチラシをご覧ください。

美杉だより1月号でもお知らせしましたが、下記のとおり申告相談会が開催されます。市民税課、各総合支所市民福祉課及び出張所窓口では申告相談は行いませんので、申告相談がある方は各申告会場へお越しいただきますようお願いいたします。

また、土地等の譲渡所得等の申告は下記的美杉町地域の申告会場では受けることができませんので、税務署が開設する所得税確定申告会場で行ってください。

◆ 申告相談会日程

月 日	時 間	会 場	時 間	会 場
2月1日(火)	9時00分 ～11時30分	八幡地域住民センター	13時30分 ～16時00分	多気地域住民センター
2月2日(水)	9時00分 ～11時30分	下之川地域住民センター	13時30分 ～16時00分	竹原地域住民センター
2月3日(木)	9時00分 ～11時30分	伊勢地地域住民センター	13時30分 ～16時00分	太郎生多目的集会所
2月10日(木)	9時00分 ～12時00分	美杉総合文化センター (会議室1・2)	13時00分 ～16時00分	美杉総合文化センター (会議室1・2)

◆ 税務署が開設する確定申告会場 ※詳しくは、津税務署(☎228-3131)へお問い合わせください。

● 日 時：2月16日(水)～3月15日(火)の月～金曜日(平日)9時00分～17時00分

※ただし、2月20日(日)・2月27日(日)に限り、開設します。

● 会 場：三重県教育文化会館 本館5階(津市桜橋二丁目142)

※会場への入場には「入場整理券」が必要です。また、マイナンバー、
身元及び代理権の確認ができるものを必ず持参ください。

新型コロナウイルス感染拡大防止についてご協力をお願いいたします。

問い合わせ：市県民税 市民税課☎229-3130 美杉総合支所市民福祉課☎272-8083

シルバーエミカの申請・チャージの受付について

シルバーエミカは、三重交通路線バス、津市コミュニティバスを乗車するときに利用できるカードです。(ご利用方法は、市民福祉課まで)

◆ シルバーエミカの申請：マイナンバーカード、暗証番号が必要
〈対象〉市内在住の65歳以上の方(令和4年3月末時点)

◆ ポイントチャージ(更新)：シルバーエミカが必要
〈対象〉令和3年3月末までにポイントを使用した方
※上限が2000ポイントになるように年に1回付与できます。

〈窓口〉市民福祉課 平日 午前8時30分～午後5時15分
各出張所 右表のとおり

※次回は4月下旬頃を予定

2月の出張所 臨時窓口

月 日	午前	午後
2月22日(火)	八幡	多気
2月24日(木)	竹原	下之川
2月25日(金)	太郎生	伊勢地
〈午前〉9時～11時30分 〈午後〉1時30分～4時30分		

問い合わせ：市民福祉課☎272-8083

令和3年名松線を守る会会員について

令和3年の名松線を守る会の会員数は以下のとおりです。

美杉地域だけでなく、他所からも多くの方にご賛同いただきありがとうございました。

地 区	会員数(人)
竹 原	425
八 知	645
太郎生	367
伊勢地	321
八 幡	364
多 気	423
下之川	224
他所(賛助会員)	294
合 計	3,063

ごんぼまつり

牛蒡祭の行事が縮小 されます

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、密集・密接を避け、内容を縮小・変更して実施します。ご理解・御協力をお願いします。

○「お弓神事」・「まな板神事」は、氏子総代等関係者のみで行われます。観覧はご遠慮ください。

○「祭ごんぼ」の販売、「みこし」、「甘酒、玄米あずき粥のふるまい」は実施しません。

なお、仲山神社への参拝は通常どおり可能ですが、マスク着用等の感染防止対策をお願いします。

日 時:2月11日(金・祝)10時～

場 所:仲山神社(美杉町下之川5293)

美杉幹部交番の免許更新の手続き

【手続き日時】2月1日(火) 8:30～12:00

【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、更新案内はがき

※高齢者の方は、講習証明書もお忘れなく。

【次回手続き】3月1日(火)

問い合わせ:美杉幹部交番 ☎272-0210

竹原公民館講座地域力創造セミナー 「元気づくり教室」のご案内

『転ばぬ先のフレイル予防!』

日時:2月15日(火)10時～12時

場所:竹原地域住民センター

内容:保健センター職員による健康講話、フレイルチェック、お口の体操など
健康料理(調理方法の説明・試食)

受講料:無料(別途材料費100円必要)

募集定員:20名(先着順)

申込締切:2月9日(水)

◎フレイル予防の講話、体操のほか健康で長生きするための料理の作り方の説明と試食(持ち帰り)があります。

多数のご参加をお待ちしています。



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止する場合があります。

申し込み:竹原公民館 ☎262-3014

八幡公民館講座地域力創造セミナー 郷土料理教室受講生募集

『おひなまつりを楽しく』

日時:2月25日(金)午前9時30分～正午頃

場所:八幡地域住民センター 調理室

講師:坂本 朝江 さん

受講料:無料(別途材料費500円程度必要)

募集定員:10名(先着順)

申込締切:2月18日(金)午後5時まで

ももの節句に合わせた料理、お菓子などを予定しています。

作って頂いたお料理等は、お持ち帰りいただきます。



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止する場合があります。

申し込み:八幡公民館 ☎274-0222

【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 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