

令和5年度 みすぎ秋まつり を開催!

11月3日(金・祝)、みすぎ秋まつり実行委員会が主催する「令和5年度みすぎ秋まつり」が開催され、1,500人を超える来場者で賑わいました。

美杉の郷ホール(多目的ホール)では、美杉小・中学校児童生徒によるステージ発表や美杉連山のろし太鼓の演奏、うたごえくらの発表や美杉文化協会の芸能発表がありました。

美杉総合文化センター内の作品展示ブースには、絵画・書・写真・工芸・民芸品・手芸・花木等の沢山の力作が並びました。

八知駅前広場では、演歌歌手でもある美杉出身の松本まさおきさんの楽しい司会進行により、歌や大道芸、体操、よさこい演舞等のステージ発表や三重高ダンス部のパフォーマンスが行われ、会場は感動に包まれました。

また、各種ブースの出店では、地元の味覚を味わったり、買い物を楽しむ沢山の来場客で賑わい、雲ひとつない秋晴れの空の下での秋の祭典は、大盛況となりました。



担当：地域振興課
電話：272-8080

目次

令和5年度 みすぎ秋まつりを開催!	1
美杉小学校3・4年生、 まこも収穫体験	2
美杉小学校1・2年生、 サツマイモ収穫体験	2
美杉小学校1・2・3年生、 紙すき体験!	2
10月8日(日)太郎生区民運動会が 開催されました	2
和田Dr.の健康一口メモNo.56	3
栄養パトロールからのお知らせ	3
12月下之川健康相談	4
美杉地区社協からのお知らせ	4
12月開催!シルバーエミカ 出張所窓口します!	4
美杉連山のろし太鼓 30周年記念公演開催!	4
美杉人権センター 「知ってほしい身近な人権」	5
人権相談のご案内	5
第50回 美杉木材まつり開催	5
美杉地域防災訓練が 開催されました!	6
行政相談のご案内	6
道の駅美杉で無料コンサート	6
名松線を守る会からのご報告	6
子育てサークルそらまめの お知らせ	7
健康づくり推進員からのお知らせ	7
美杉の石造物	7
まこも収穫祭開催!	7
美杉中学校文化祭「飛躍~僕たちの 可能性は"infinity"~」	8
美杉中学校1年生、林業体験	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・4年生、まこも収穫体験

10月10日(火)、太郎生地区で、3・4年生児童が、「八十六石まこもの集い」の会員の方の指導を受けながら、まこもの収穫を行いました。

子ども達は、4月に植え付けたまこもが、2.5mほどに成長しているのを見て笑顔がこぼれました。

鎌を使って丁寧に収穫した後、「慣れてくると早く刈れるようになった」「沢山採れて嬉しかった」「足が疲れた」「楽しかった」と嬉しそうに話をしてくれました。



美杉小学校1・2年生、サツマイモ収穫体験

10月19日(木)、小学校敷地内の畑で1・2年生8人が、サツマイモの収穫を体験しました。

このサツマイモは、6月に八幡幸老人クラブの会員の方に教えてもらいながら植え付け体験をしたサツマイモです。

子ども達は、収穫のコツを教えてもらいながら、ニコニコと楽しそうにサツマイモを収穫しました。



美杉小学校1・2・3年生、紙すき体験!

10月31日(火)、1・2・3年生16人がミツマタを活かした地域づくり協議会会員の方の協力で、ミツマタを材料にした美杉和紙の紙すきを体験しました!



10月8日(日)太郎生区民運動会が開催されました

当日は、天候が危ぶまれましたが、200人余りの参加者が元気で雲を吹き飛ばすぞとばかりに10種目の競技を楽しみました。

競技終了を見越したように、雨がパラついてきましたが参加者はたくさんの景品を抱えて笑顔で帰路につきました。





和田Dr.の

健康一口メモ No.56～喫煙について

皆さん、おかわりないでしょうか。今回は、喫煙についてお話します。

喫煙が原因となる病気は、がん(肺がん、喉頭がん、食道がんなど)、慢性閉塞性肺疾患(肺気腫)、心筋梗塞・狭心症、糖尿病などがあります。受動喫煙(周囲の人がたばこの煙を吸わされてしまうこと)でも、喫煙者と同じ病気の原因となります。また喘息がある人の症状を悪化させてしまうこともあります。タバコを吸っていていいことはありません。それがわかっているにもかかわらずやめられない方が多いです。その理由は2つあります。①タバコに含まれるニコチンへの依存(身体的依存)と②喫煙習慣(精神的依存)です。禁煙の際に重要なことは、禁煙の意志を固めることです。①に対しては、ニコチンガム・パッチ(薬局で購入)やチャンピックス(禁煙外来で処方)があります。②については、喫煙習慣に代わる習慣を身につける必要があります。

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、小児科 ※金・土・日は休診(※年末年始 12/29～1/3 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

※発熱、咳、咽頭痛、鼻水等の症状のある方は、毎週月・木曜日(※当日11:00まで予約受付)11:30～12:00、火曜日(※当日12:00まで予約受付)13:00～13:30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3,000円程度(保険適用))。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 (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のお知らせ】



何かとあわただしい師走。最近、水分補給はしていますか。人間の身体の60%は水分でできています。毎日、食べ物や飲み物から水分を摂取し、尿や便、汗などで同じくらいの量の水分を体から排出しています。これは季節が変わってもあまり変わりません。この時期、熱中症の危険は去りましたが、水分補給の重要性は夏場と変わりません。

❀感染症対策に水分補給❀

感染症対策の王道「手洗い・うがい」に加えて、「水分補給」も大切な予防策です。風邪やインフルエンザの原因となるウイルスは、乾燥した状態で活発に活動します。水分補給は、喉や鼻の粘膜をうるおしてウイルスの侵入を防ぐと同時に、侵入したウイルスを痰や鼻水によって排出する作用を助けます。

1日に何回、水分補給をしていますか?



1日の目安量は、

コップ1杯(約180ml)のお茶かお水を8杯分(約1.5L)

起床時、朝食時、午前、昼食時、午後、夕食時、入浴後、就寝前といった具合にこまめに飲むようにしましょう。

注意:心臓や腎臓の病気を持っていると、主治医から水分制限の指示が出ている場合があります。そのような場合は、水分摂取について主治医へ確認が必要です。

問い合わせ:美杉保健センター ☎272-8089

12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、栄養指導もでき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)

美杉地区社協からのお知らせ

「歳末餅つき大作戦~あったか正月~」を迎える プロジェクト中止 のお知らせ

餅つき大作戦は第26回以降新型コロナウイルス感染拡大によりボランティアの皆さんの安心安全を考え中止してきました。

本年度は新型コロナも五類となりましたが終息には至っておりません。またインフルエンザの拡大が予想される中、主催者会議及び関係機関のご意見を踏まえ、お餅の配布も含め歳末餅つき大作戦は中止させていただきます。

当初からボランティアにご参加いただき、ご協力いただきましたことに対し、お礼申し上げます。

今後は新たな事業を展開すべく進めてまいりますので、ご理解の程よろしくお願ひします。

問い合わせ:美杉地区社会福祉協議会 ☎274-0022

12月開催!シルバーエミカ出張所窓口します!



19日	火	午前	多気出張所 (10:00~11:30)
		午後1	下之川出張所 (13:00~14:30)
		午後2	竹原出張所 (15:00~16:30)
26日	火	午前	八幡出張所 (10:00~11:30)
		午後1	伊勢地出張所 (13:00~14:30)
		午後2	太郎生出張所 (15:00~16:30)

○新規交付、ポイントチャージに必要なもの シルバーエミカ、マイナンバーカード、暗証番号

●対象者 市内在住の65歳以上の方(令和6年3月末時点)でマイナンバーカードをお持ちの方

★マイナンバーカードの申請など、詳しくは、下の問い合わせまで連絡ください。

問い合わせ:市民福祉課 ☎272-8084

美杉連山のろし太鼓 30周年記念公演開催!

10月15日(日)、美杉の郷ホール(多目的ホール)で、美杉連山のろし太鼓保存会主催、美杉文化協会後援による美杉連山のろし太鼓の記念公演が開催されました。

保存会結成30周年を記念して行われたもので、ゲストに若山雷門先生をお招きし演奏を披露していただきました。また、ワークショップ「皆で太鼓を叩きましょう」の時間では、実際に太鼓を叩く体験があり、参加した方々はとても楽しそうにばかりをふるっていました。

公演の終わりには拍手と歓声が響き、開演からアンコール演奏まで、美杉の連なる山々を思わせる壮大な太鼓の響きで、会場は感動に包まれていました。



美杉人権センター「知ってほしい身近な人権」



ジェンダーとは…

ジェンダーとは「社会的性別」のことを指します。「社会的性別」とは「男らしさ」「女らしさ」として役割や行動、見た目など社会の中で作られてきたイメージのことをいいます。

ジェンダーってなんのこと？

ジェンダーギャップとは…

男女の違いによって生まれる社会的格差のことをいいます。「男性だから」「女性だから」と社会の中で作られてきたイメージで優劣・待遇・役割などに格差があることをあらわしています。

女は家で家事育児をするのが当たり前！！



男は家事より外に出て仕事をすべきだ！！

女性だから活躍の場が制限される



男性だから家庭を理由に仕事を調整しづらい

ジェンダーフリーとは…

社会的性別にとらわれず、一人ひとりが自由に平等に行動・選択することができることをいいます。ジェンダーについて考えることは女性の活躍推進だけではありません。男性に対しての固定観念からの解放にもつながります。性別だけで家庭や職場での役割を決めず、平等に支え合い、誰もが多様に能力を発揮できることが大切です。



教育として子どもたちに何か伝えたいときに「男の子でしょ」や「女の子なんだから」といった言葉を使っていますか？何かを伝えるときに「男だから」「女だから」という言い方をせず大切なことを伝えていきましょう。最初は難しいかもしれませんが、身の回りから一つずつ意識していくことで男性も女性も子ども達も暮らしやすい環境に近づけます。ぜひご家庭でも少しずつ意識してみてください。



人権に関わること、お困りごと、いつでもご相談ください！ 美杉人権センター ☎272-8096

※美杉人権センター「知ってほしい身近な人権」は、隔月で掲載の予定です。

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

「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: 12月6日(水)

13:30~15:00

場所: 美杉人権センター相談室
(美杉総合文化センター内)



問い合わせ: 美杉人権センター ☎272-8096

第50回 美杉木材まつり開催

10月31日(火)、美杉木材協同組合の主催による「第50回美杉木材まつり」が『“三重の木” “美杉の木” 国産材の復権をめざして!』をテーマに、西垣林業株式会社三重事業所美杉木材市場で開催されました。

買い付けには、多数の方が県内はもとより奈良・岐阜県等の遠方からみえられ、会場である木材市場は活気にあふれていました。



美杉地域防災訓練が開催されました！

10月15日(日)、旧伊勢地小学校屋内運動場と周辺施設にて、津市自主防災協議会美杉支部主催による美杉地域防災訓練が行われました。地震により大規模な災害が発生した想定で、121人の参加者が、避難所運営、煙・地震体験、消火栓消火、AED・心肺蘇生、停電時対応の訓練に取り組みました。

万が一のときに自分や家族の命を守るための「自助」「共助」を学ぶ良い機会になりました。



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7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)



問い合わせ: 地域振興課 ☎272-8082

道の駅美杉で無料コンサート

プロのオカリナ奏者と和楽器奏者のひと足早いクリスマスコンサートが開催されます。

日時: 12月17日(日)
10:00頃から
場所: 道の駅美杉(屋内)

道の駅美杉で無料コンサート
ひと足早いクリスマスコンサート
オカリナ四重奏と和楽器の音色でお届けします
観覧無料
原野学 オカリナカルテット鬼
とき 2023年12月17日(日) 午前10時から
ところ 道の駅 美杉
出演 オカリナカルテット鬼 和楽器 原野学
-お問い合わせはQRコードから

【名松線を守る会からのご報告】

名松線で松阪もめん体験好評でした！

10月1日(日)、名松線を守る会としては初めての美杉町民向けのイベントを開催しました。

名松線がつなぐ松阪市と連携を深めることもあり、今回は名松線で松阪市を訪れ「松阪もめん」の着物を着て松阪の街歩きを実施しました。

松阪もめんに着替えると、皆さんよくお似合いで大満足のご様子。和気あいあいと松阪の町を楽しみました。

お昼はちょっと贅沢に松阪牛のすき焼きランチを。とても美味しいお肉にご満悦。あまりに楽しみすぎて帰りの名松線は時間ギリギリになりましたが、全員無事に間に合いました。会としても初めての試みではありましたが、大変喜んでいただき開催してよかったですと感じております。今年度内にもう一度美杉町民向けのイベントを開催予定です。詳細は1月の美杉だよりをご覧ください。



アサギマダラ鑑賞ツアー開催！

この季節ならではのイベントとして、渡り蝶アサギマダラの鑑賞ツアーを10月21日(土)、22日(日)の二日間開催しました。今では美杉町の各地で作られて

いるフジバカマ畑ですが、名松線と津市のコミュニティバスを利用するコースとして、21日は太郎生地区へ、22日は下之川地区へと向かいました。21日は急な冷え込みにより気温が低く、あいにくアサギマダラを見ることができませんでしたが、22日は一転好天となり、暖かな陽気の中でフジバカマ畑を飛び回るアサギマダラを見ることができました。名松線を守る会では、これからも美杉地域ならではの魅力を活かし、地域の皆さんにご協力をいただきながら地域の活性化と名松線の利用促進に努めていきます。





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。妊婦さんも大歓迎です！

保健師・栄養士による
健康相談・身体測定

☆日時

12月22日(金)9時半～12時

※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



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

11月3日(金・祝)みすぎ秋まつりにて、スクエアステップ体験会を行いました。たくさんの方にご参加いただき、ありがとうございます。スクエアステップは、高齢者の転倒予防・介護予防、認知機能向上、体力づくりをはじめとし、子どもから高齢者まで楽しめるエクササイズです。「森もり元気になろに！美杉」の活動に興味のある方は、下記までお問い合わせください。



間違えないようにステップすることで、頭の体操にもなります



転倒のリスクを減らすことができます

問い合わせ:美杉保健センター ☎272-8089

美杉の石造物 「栄昌寺(杉平)の地藏菩薩坐像」

写真の石仏は、杉平の栄昌寺墓地にあります。地元産の溶結凝灰岩(大洞石)を四角く加工し、正面中央に仏さまが座っている姿が彫刻されています。右手に錫杖、左手に宝珠を持っていることから地藏菩薩坐像であることがわかります。普段よく見るお地藏様とは異なり、かなり形が崩れたユニークなスタイルで、その体型や手足などの表現には独特のものがあります。特にやさしく微笑んでいるお顔には思わず見いってしまいます。正面右側に「寛永四年(1627)」と刻まれていることから、江戸時代の初めに造られたことがわかります。

栄昌寺墓地には、他にもユニークなお姿の石仏がいくつかあります。訪問されることがあれば、探してみたいか。



(津市石造物調査会) 地藏菩薩坐像(杉平 栄昌寺)

まこも収穫祭開催！

10月22日(日)、八十六石まこもの集い主催、みえなか農業協同組合共催、津市後援による「まこも収穫祭」が太郎生多目的集会所で開催されました。



八十六石まこもの集い 横川敏吾 代表

「生のまこも」、「まこもカレー」、「まこもを使ったシフォンケーキなどのデザート」、「見た目はたこ焼きのようなまこも焼き」など、まこもを使ったアイデア商品等が数多く販売され、会場では商品をおいしそうに食べる姿が見られました。



美杉中学校文化祭「飛躍～僕たちの可能性は“infinity”～」

美杉中学校の文化祭が、10月21日(土)に美杉総合文化センター美杉の郷ホール(多目的ホール)にて開催されました。今年度の文化祭は、新型コロナウイルス感染症対策の規制を設けず、多くの保護者の方や地域の方々に参観していただくことができました。生徒会のオープニングセレモニーに始まり、ブラスアンサンブル部の演奏、各学年からの出し物、有志発表、全校合唱と生徒が心から楽しめる文化祭になりました。

美術科、家庭科、国語科、英語科、総合文化部、図書館、各学年から展示発表もあり、多くの方々に「すごいね!」「うまくできてるね!」等、お褒めのお言葉もいただきました。また、当日赤い羽根の共同募金には多くの方々から募金をしていただき、ありがとうございました。募金していただいた5,223円は、美杉地区社会福祉協議会に寄付させていただきました。(美杉中学校)



美杉中学校1年生、林業体験

美杉地域の活性化、次世代へつながるまちづくりを目的に林業体験学習を行いました。今年は指導者の三浦妃己郎(きみお)さんから、事前学習、当日、事後学習と3日間さまざまな林業に関することを学びました。

事前学習では、美杉林業の現状、杉や桧の特徴、木の年齢等教えていただきました。

そして体験当日(10月10日(火))は、丹生俣の山林で安全に気をつけながら体験させていただきました。木を倒す方向を導くためにロープを高い場所に掛ける体験をしましたが、うまくいかず苦戦しました。また枝うちのためのはしご登りでは、4mの高さまで怖いながらも挑戦していました。その後の火起こし体験では、起こした火種から火がつくと歓声があがりました。チェーンソー体験では、木を切ったあとの木のおいがとても心地よかったです。最後に大きな木を切っていただきましたが、倒れたときの地響きや倒す方向の正確さに感動していました。

事後学習では、木の容積計算の仕方や害獣被害の実態、林業の仕事のやりがいなどお話いただきました。3日間、今まで経験したことのないことができ、充実した時間を過ごすことができました。美杉を知り、山林の大切さを改めて感じる体験になりました。(美杉中学校)



美杉幹部交番からのお知らせ

美杉交番で行う12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】12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】1月9日(火)予定

問い合わせ:美杉幹部交番 ☎272-0210

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 12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

楽しいよ。
みんな来てね!



前回の「おはなし会」の様子



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