

令和7年度

# みすぎ秋まつり

を開催！

11月1日(土)、みすぎ秋まつり実行委員会が主催する「みすぎ秋まつり」が開催され、約1,500人の来場者で賑わいました。

美杉の郷ホールでは、タイムカプセルが25年の時を経て開封され、中に入っていた1,200通を超える手紙が発送されました。また、当時の美杉村長からの手紙を前葉泰幸市長が、美杉村会議長の手紙を小野欽市市会議長が受け取りました。午後からは保存されていた当時の映像が披露されました。

地元の方167人による作品展示や小・中学校児童生徒によるステージ発表をはじめ、美杉連山のろし太鼓やよさこいのダンスなどで会場が賑わいました。「みすぎ秋まつり」は、来年度から「みすぎまつり」として、ますます盛大に開催する計画です。



## (仮称)『みすぎまつり』実行委員大募集!!

美杉地域のまつり事業は「津市過疎地域持続的発展計画(過疎計画)」に登載し事業を実施していましたが、令和8年度末の過疎計画終了時において事業は終了となります。

令和9年度以降は新たに「地域交流支援事業補助金」を活用し、まつり事業を実施する予定であり、みすぎ秋まつり実行委員会検討したところ、みすぎ秋まつりを令和7年度をもって終了とし、令和8年度からは夏と秋まつりを1本化にして、(仮称)「みすぎまつり」を実施することに決定いたしました。

そこで、新しく実行委員会を構成しますが、イベントの企画及び運営を積極的に行っていただく方を募集いたします。(15名程度)

### 【募集内容】

- ・美杉地域に住所がある方。
- ・美杉地域に勤務地がある方。(住まいは美杉町以外でも可能です。)
- ・年齢は20歳以上で普通免許を取得されている方。(会議等出席のため)
- ・やる気があって、お祭りが大好きな方。
- ・ボランティアとなるため無報酬です。

みんなで『みすぎまつり』を  
もりあげよう!!

### 【募集期間】

令和8年1月30日(金)までに美杉総合支所地域振興課又は各出張所に応募用紙がありますので、興味のある方はご応募いただきますようよろしくお願いいたします。

問い合わせ：地域振興課 ☎272-8080

担当：地域振興課

電話：272-8080

### 目次

令和7年度 みすぎ秋まつりを開催！	1
(仮称)『みすぎまつり』実行委員 大募集!!	1
名松線全線開業90周年を祝おう！	2
地域おこし協力隊より	2
令和7年度名松線お伊勢参り	2
12月下之川健康相談	3
美杉地域人権学習会のお知らせ	3
住民基本台帳による人口と世帯数	3
美杉中学校文化祭 テーマ「enjoy 全力で青春 ～27人の努力～」	3
美杉人権センター 「知ってほしい身近な人権」	4
人権相談のご案内	4
行政相談のご案内	4
和田Dr.の健康一口メモNo.80	5
保健センターからのお知らせ	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
第52回美杉木材まつり開催	6
美杉小学校3・4年生、 マコモの収穫体験	7
まこも収穫祭開催	7
美杉地域防災訓練が 開催されました！	8
第24回全国障がい者スポーツ大会 スポーツウエルネス吹矢競技 で入賞！	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

## 名松線全線開業90周年を祝おう！

ご来場  
お待ちしております!!

令和7年12月7日(日)に、名松線が松阪駅から伊勢奥津駅まで開業して90周年となることを記念したイベントを開催します。

今回のイベントでは、90周年記念に併せて、全国の鉄道ファンに人気の終着駅サミットを同時開催します。

会場は、名松線の終着駅である伊勢奥津駅の周辺と、津市八幡地域住民センターです。

記念式典では、給水塔の修理完成披露を行います。記念講演会では、トーマス列車で有名な大井川鐵道の鳥塚亮社長に講演いただきます。

また、イベントの開催とともに、JR東海では名松線90周年キャンペーンとして様々な取り組みが実施されます。ひとつは、白山高校生がデザインしたヘッドマークを付けた記念列車の運行です。この運行期間はイベント当日からキャンペーン終了の令和8年2月末まで運行されます。記念列車の車内には市内小学生の画いた図画の展示も予定されています。

ぜひご来場いただくと共に、この機会に名松線に乗ってください。

## 〈イベントプログラム〉

	内容 Event details
9:00～ 9:35	記念式典
9:45～10:45	記念講演会
11:10～11:30	記念列車出発式
11:50～12:45	記念シンポジウム
13:10～16:00	ステージイベント
9:00～15:00	伊勢奥津駅前マルシェ・公式グッズ販売 記念撮影・モルック体験・トイレール展示
15:30～17:00	伊勢奥津駅前BAL



講師の鳥塚亮社長



問い合わせ：名松線90周年記念事業実行委員会  
事務局(地域振興課内) ☎272-8080

地域おこし  
協力隊より「木と人をつなぐモルック」  
美杉の空に笑顔の輪ひろがる

秋の深まりとともに、美杉の森にも人々の笑顔が広がりました。

11月1日に開催された「みすぎ秋まつり」では、北欧生まれの木のスポーツ「モルック」の体験会を実施しました。

前日までの雨が上がり、当日は爽やかな晴れ空。

地元の方々や美杉小学校の1年生から6年生までの児童が次々と参加し、にぎやかな声が響きました。

モルックとは、木の棒を投げてピンを倒すシンプルなゲームです。

体験会では「思うところに、思うように投げること」を大切なポイントにしています。

投げる感覚をつかむ練習のときも、本番の緊張のひとときも、仲間を応援するときも。終始笑顔が絶えませんでした。

とくに、校長先生が投げる姿には大きな声援が飛び交い、世代をこえて一体感のある時間となりました。

木の音が森に響き、心まであたたかくなるひととき。

これからも、美杉に暮らす日々の中で、地域に健やかな時間を届けていきたいと思います。

地域おこし協力隊 畑 顕治



## 令和7年度名松線お伊勢参り

名松線に乗って伊勢神宮にお参りしましょう。

日 時 令和8年1月28日(水)  
松阪駅に8時56分着のダイヤ  
行き先 伊勢神宮(外宮、内宮)、おかげ横丁  
募集人数 30名  
参加料 3,000円(昼食付)  
※名松線運賃別途必要です。  
行 程 美杉地域～(名松線)～松阪～(バス)  
～外宮～(バス)～内宮・おかげ横丁～  
(バス)～松阪～(名松線)～美杉地域

※バスの出発時刻に遅れないようお願いいたします。道路状況などで、予定が変更になることがあります。スタッフの指示に従って団体行動をお願いします。

問い合わせ：名松線を守る会事務局  
地域振興課内 ☎272-8080



**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。血压測定や尿検査、栄養指導も受けられますので是非ご利用ください。

日 時 11日(木)・25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)

**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～

【多気地区】

日時: 12月10日(水)

19:00～20:30

場所: 多気地域住民センター

講師: 助産師相談室

いのちのかがやき

助産師 林 みち子 さん

演題: 「生きてるだけで100点満点

～しあわせに生きるための魔法～」

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



林 みち子 さん

**住民基本台帳による人口と世帯数**

(令和7年9月30日現在)

地 区	人 口			世帯数
	男	女	計	
竹 原	202	261	463	256
八 知	351	423	774	467
太郎生	287	314	601	324
伊勢地	154	180	334	202
八 幡	165	208	373	208
多 気	222	236	458	284
下之川	140	161	301	189
合 計	1,521	1,783	3,304	1,930

**美杉中学校文化祭 テーマ「enjoy 全力で青春 ～27人の努力～」**

美杉中学校文化祭が10月25日(土)に開催されました。ステージでは、生徒会と総合文化部による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コンサートや有志発表のダンス、全校合唱と、練習を積み重ねてきた成果を発揮することができました。学年ごとの発表では、1年生は、校外学習で学んだこと、2年生は、職場体験で学んだことを、それぞれ劇やクイズにして発表しました。3年生は、総合的な学習の時間に、美杉地域の特色や歴史、課題について考えてきたことを発表しました。また、ミーティングルームでは、国語科、美術科、家庭科の各授業での作品、総合文化部の作品を展示しました。当日は保護者の方や地域の方にたくさんお越しいただき、「子どもたちが一生懸命に取り組んでいて、よかった」などのお言葉をいただきました。(美杉中学校)

**全校合唱**

「手紙 ～拝啓十五の君へ」「あなたへ ～旅立ちに寄せるメッセージ～」

**3年生学年発表****ブラスアンサンブル部  
コンサート****展示発表**



## 美杉人権センター「知ってほしい身近な人権」 ～インターネットと人権～



インターネットは、情報の収集や発信、コミュニケーションの手段として、私たちの生活を飛躍的に便利なものになっています。パソコンや携帯電話、スマートフォン、タブレット端末などの普及に伴い、子どもから大人まで様々な人にとって身近なものになっています。インターネットの利便性が高まり、利用者が増加し続ける一方で、インターネットに関連した人権侵害犯罪が数多く発生しています。便利で快適なものではありますが、使い方についての知識やモラルを身につけていないと何気ない書き込みによって相手を傷つけることとなります。

### <インターネットの書き込み問題事例>

差別的書き込み	被差別部落に関することや障がいのある人、外国人などに対する差別をあおる書き込み
誹謗中傷の書き込み	根拠の有無にかかわらず、他人の名誉を傷つけ、おとしめる書き込み
個人情報の流出	名前・電話番号・住所・メールアドレスなど、個人を特定できる情報を流出させる書き込み
プライバシーの侵害	他人に知られたくない私生活上のこと、写真・動画などの掲載
児童パルノ	児童(18歳未満)の裸の写真などを掲載
嫌がらせメール	相手が嫌がるメールなどの送受信
ネット内でのいじめ	学校裏サイトやブログでの悪口、SNSでの仲間外し



**ポイント** インターネットは、使い方によって、思わぬトラブルに巻き込まれることになりかねません。忘れてはならないのは、パソコンやスマートフォンなどのインターネット端末の向こう側には、私たちと同じ人間がいるということです。顔が見えないコミュニケーションだからこそ、相手の人権を尊重することを常に忘れないでください。また、自分の個人情報を安易に書き込まない、怪しいサイトには近づかない、心当たりのないメールや添付ファイルは開かない、そしてインターネット上の情報はすべてが正しいと思い込まないなど、自分自身で自分を守ることが重要です。しかし、気をつけていてもトラブルに巻き込まれることもあるかもしれません。そんな時は、1人で抱え込まず、専門機関に相談しましょう。どこに相談したらいいかわからないときは、いつでも人権センターにご相談ください。



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

### 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？



「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、秘密は厳守します。

日時：12月4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  
(美杉総合文化センター内)

問い合わせ：美杉人権センター ☎272-8096

### 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。

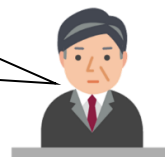
日時 1月8日(木) 13:30～15:00

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



問い合わせ：地域振興課 ☎272-8082



和田Dr.の

## 健康一口メモ No.80 ～带状疱疹(たいじょうほうしん)～

皆さん、おかわりありませんか。今回から带状疱疹についてお話しします。

带状疱疹は、頭・顔・体・うで・足の左右どちらか一方に、帯状(おびじょう)に、ピリピリと刺すような痛みが起こり、これに続いて紅斑(こうはん)と小さな水ぶくれがあらわれる病気です。带状疱疹は、体の中の神経にひそんでいた水痘(すいとう)・带状疱疹ウイルスが、加齢、疲れやストレスなどにより免疫力が下がったときに、再び活動を始めて起こります。带状疱疹はどの年齢でも起こりますが、50歳以上になると発生しやすくなります。带状疱疹が再発する人は、1～6%と少ないです。水痘・带状疱疹ウイルスは、水ぼうそう(水痘)を起こすウイルスであり、带状疱疹の患者さんから、水ぼうそうにかかったことのない乳幼児などに感染し、水ぼうそうになる場合があります。水痘・带状疱疹ウイルスの増殖をおさえる内服薬があるので、このような痛みと皮膚症状が出現したら、すぐに内科や皮膚科を受診してください。早く治療をすると、治りが早くなり、次回説明する带状疱疹後神経痛や合併症の発症を減らせます。

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・祝は休診 ※検診・予防接種要予約

※12月26日～1月4日は年末年始の為  
休診させていただきます。

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

※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。

※伊勢地診療所、竹原診療所はマイナンバーカードが利用できません。

初診の方は①又は②のどちらかをご持参ください。

- ①資格確認書
- ②マイナンバーカードと「資格情報のお知らせ」

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.】【診療科目】内科 ※祝日は休診

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。



## 保健センターからのお知らせ

## フレイル予防にも感染症対策にも たんぱく質が大切!



クリスマスや年末年始などイベントの多いこの時期、食生活が乱れがちです。フレイル予防のため、たんぱく質をしっかりとって筋肉をつけることを意識しましょう。

## 野菜料理と主菜(肉か魚)を両方とも、毎日2回以上は食べていますか?

筋肉、骨、内臓、血管、血液、皮膚、髪の毛、このどれもがたんぱく質からつくられていて、私たちの身体の約20%を占めています。さらにたんぱく質は、インフルエンザなどのウイルスや細菌から身体を守ってくれる免疫グロブリンなどをつくるもとにもなります。つまり、たんぱく質の適正摂取はフレイル予防だけでなく、感染症対策につながります。

## たんぱく質をしっかりとって、どのくらい?



## 魚・肉・卵・大豆・大豆製品

- ・両手にのるくらい
- ・魚や肉の厚みは手のひらの厚みと同じくらい
- ・3食に分けて摂りましょう

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1日(土)、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した。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。

しっかり足を上げて～  
転倒のリスクをへらせますよ～



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



問い合わせ：美杉保健センター ☎272-8089



## 子育てサークル そらまめのお知らせ



美杉保健センターにあそびに来ませんか？  
親子のふれあいと交流の場です。  
妊婦さん、おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎！

## 保健師・栄養士による 健康相談・身体測定

### ☆日時

12月18日(木)10:30から11:30

お子さんの身体計測や離乳食の相談などお気軽にどうぞ！  
相談がなくても、お子さんを遊具で遊ばせながらお話ししませんか？



上記日程ではない日をご希望の場合は、下記までお問合せください♪

## 美杉の石造物 ～伊勢奥津駅前の道標～

JR名松線の伊勢奥津駅前、南東部道路際に建てられた高さ383cmの道標。幅80cm・奥行80cmの花崗岩製方柱で、正面には「伊勢川上 若宮八幡宮 是ヨリ五十丁」と彫られ、川上若宮八幡宮への道案内である。また、左側面に「祭日九十九廿九及戌ト辰ノ日」、右側面には「長寿繁栄□□成功ノ神様」と刻まれている。石材の摩耗のため一部判読できないが、川上若宮八幡宮の祭日や御利益を掲げ、裏面に「昭和十年秋 松阪市垣鼻 今井卯八献建」とある。

昭和10年の12月5日には国鉄名松線が家城駅から伊勢奥津駅まで延長され、松阪・奥津間が全通した。

この道標は、それを見越して同年秋に松阪の熱心な川上若宮八幡宮の信者が建立し、献上したのであろう。  
(津市石造物調査会)



## 第52回美杉木材まつり開催

10月28日(火)、美杉木材協同組合の主催による「第52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、多数の方が県内外から訪れ、会場である木材市場は活気に包まれていました。





## 美杉小学校3・4年生、マコモの収穫体験

10月15日(水)、太郎生地区で、美杉小学校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、マコモの収穫を行いました。

児童は、4月に植え付けたマコモが、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、「マコモを育ててくださった方にお礼を言いたいです」「食べるのが楽しみです」「明日のマコモを使ったお菓子作り(PTA行事)が楽しみです」と嬉しそうに話をしてくれました。

収穫したマコモは、児童が各家庭に持ち帰ったほか、学校の給食でもいただきました。



学校生活や行事の様子をホームページに随時掲載しています。  
6年生の子どもたちが総合的な学習の時間で作成した、美杉小学校や美杉の魅力を紹介する動画も掲載しています。  
＜美杉小学校ホームページ＞こちらの2次元コードを読み取ってください。  
※「学校だより」は、美杉総合支所、各美杉地域出張所でもご覧いただけます。



## まこも収穫祭開催

10月13日(月・祝)、太郎生多目的集会所前で、八十六石まこもの集い(横川惣吾代表)主催、みえなか農業協同組合共催による「まこも収穫祭」が開催されました。

「マコモタケ」、「マコモカレー」、「マコモあられ」、「まこも弁当」、「まこもフィナンシェ」、「まこもシフォンケーキ」、「見た目はたこ焼きのようなマコモ焼」など、マコモ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。また、マコモの奈良漬けが販売されており、「とてもおいしい」との声が聞かれました。





## 美杉地域防災訓練が 開催されました！

10月26日(日)、旧太郎生小学校体育館・太郎生多目的集会所で、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。南海トラフを震源とする地震により大規模な災害が発生した想定で、約150人の参加者が、避難所運営、煙体験、水消火器消火、AED・心肺蘇生、停電時対応、防災資機材設営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。



## 第24回全国障がい者スポーツ大会スポーツウエルネス吹矢競技で入賞！

10月19日(日)、滋賀県大津市の皇子が丘公園体育館にて第24回全国障がい者スポーツ大会主催で行われた「わたSHIGA輝く障スポ」オープン競技のスポーツウエルネス吹矢競技10mの部で、太郎生地区の今井富男さんが第3位、北山紀男さんが第4位で入賞されました。

今井さんは、美杉総合文化センター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ミ美杉支部の支部長をされています。

日頃の練習の成果が今回の入賞へとつながりました。おめでとうございます。



### 美杉幹部交番からのお知らせ

美杉幹部交番で行う12月の運転免許更新手続きは、下記のとおりです。

※住民票の住所が美杉町の方限定です。



【実施日】 12月2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6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18日(木) 10:00~10:30  
ところ 健康づくり室  
(美杉総合文化センター内)  
内 容 絵本の読み聞かせ

～テーマコーナーのご紹介～

◎ 12月のテーマ:  
おもしろタイトル本、あつめました

～臨時開館・年末年始休館のお知らせ～

臨時開館日: 12月25日(木)  
年末年始休館日: 12月28日(日)~1月4日(日)

問い合わせ: 美杉図書室 ☎272-8092

楽しいよ。  
みんな  
来てね！



【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