

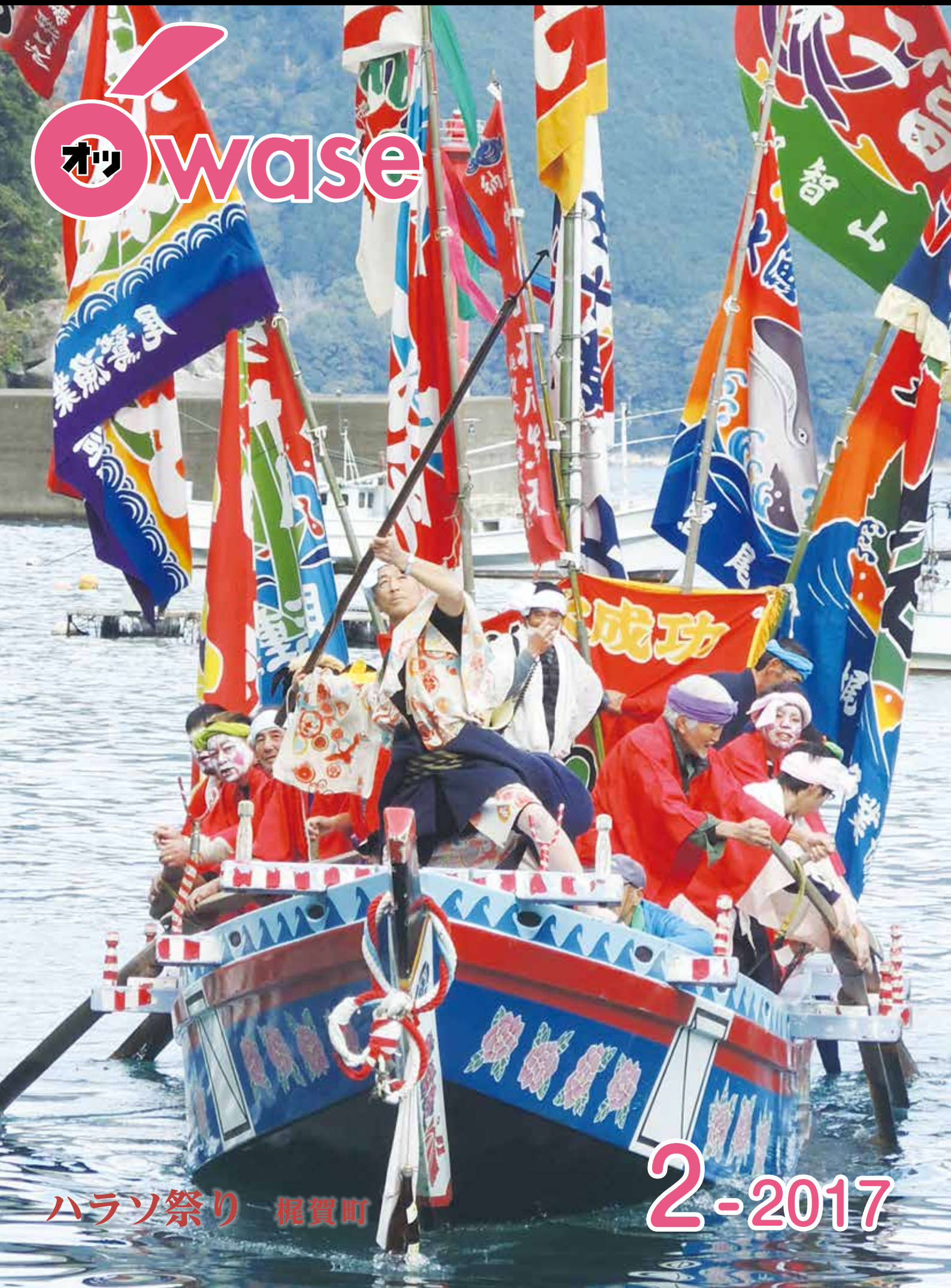


「津波は逃げるが勝ち！」

揺れてから、
5分で逃げれば被災者^{ゼロ}0！



owase



ハラソ祭り 梶賀町

2-2017

市県民税と所得税の申告受付が始まります

受付期間 2月15日(水)～3月15日(水) ※土・日曜日を除く

お問い合わせ 税務課 ☎ 23 8171

市民の皆さんの安全・安心な暮らしを支えるために必要な経費は、貴重な税金でまかなわれています。申告が必要な人は、次ページの受付日時と場所を確認して、期日までに申告をしましょう。

なお、申告案内は、昨年の申告履歴などによって郵送しますが、申告案内が届かなくても申告が必要と思われる人はお問い合わせください。

申告が必要な人

平成29年1月1日に市内に住んでいた人は、原則として申告が必要です。

● 所得税がかかる人は税務署の確定申告を、そうでない人は市役所の市県民税申告をする必要があります。

● 所得が年末調整された給与

だけの人で、給与支払報告書が勤務先から市役所へ提出されている人は、申告の必要がありません。しかし、年末調整後に変更があった場合や、年の途中で退職し、年末調整ができなかった人は、申告する必要があります。

● 給与以外に不動産の収入があった人、また、土地や建物を譲渡した場合なども申告する必要があります。

● 公的年金等の収入金額が400万円以下であり、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税の確定申告は必要ありませんが(還付を受けるための申告書は提出できます。また、繰越損失等の特例の適用を受ける場合は確定申告が必要です。)、市県民税の算定にお

いて「公的年金等の源泉徴収票」に記載されている控除以外の各種控除の適用を受ける場合は申告してください。

※平成28年中に所得がなかった人、失業給付・遺族年金などの非課税所得だけの人も所得証明書等の発行、国民健康保険税の算定、保育所の入所などに必要な資料になりますので申告してください。

個人番号(マイナンバー)の記載

平成28年(平成29年度)分の申告から、申告書に個人番号を記載し、以下の書類の提示もしくは写しの添付により身元と個人番号の確認の必要がありますのであらかじめご了承ください。

● 身元の確認

来庁者本人の身元を、次のア、イのいずれかの書類により確認します。

ア 写真付きの証明書(個人番号カード、運転免許証、パスポートなど)または尾鷲市が発行した本人宛の市県民税の申告案内(市県民税申告の場合のみ)のうちいずれか1点

イ 納税通知書、税金や公共料金の領収書など、官公署が発行・発給したもので、申告者本人の氏名・生年月日または住所が記載されたもの2点以上

● 個人番号の確認
申告書に記載された個人番号を次の書類により確認します。

個人番号カード、個人番号通知カード、個人番号記載の住民票の写しなど

● 代理権の確認

申告者と来庁者が異なる場合、申告者から来庁者へ委任をされていることを次の書類により確認します。

※ 所得税の確定申告をする場合、右記の各確認書類の写しの添付が必要となりますので、必ず写しを持参してください。

申告に必要なもの

・ 印鑑
・ 身元及び個人番号の確認書類(所得税の確定申告の場合はその写し)
・ 郵送された申告案内
・ 所得税の還付がある人は本人名義の口座番号がわかるもの(通帳など)

申告受付日程

日時		地区	場所
2月15日(水)	午前10時～午後2時	曽根	南輪内センター
2月16日(木)	午前10時～午後3時	賀田	賀田コミュニティセンター
2月17日(金)	午前10時～午後3時	三木里・名柄・小脇	三木里コミュニティセンター
2月20日(月)	午前10時～午後3時	古江	古江コミュニティセンター
2月21日(火)	午前10時～午後2時	早田	早田コミュニティセンター
2月22日(水)	午前10時～午後3時	須賀利	須賀利漁民センター
2月23日(木)	午前10時～午後3時	九鬼	九鬼コミュニティセンター
2月24日(金)	午前10時～午後3時	三木浦	三木浦漁村センター
2月27日(月)	午前10時～午後2時	梶賀	梶賀コミュニティセンターはらそ
2月28日(火)	午前10時～午後3時	向井	向井コミュニティセンター
3月1日(水)	午前9時～午後3時	矢浜一丁目～四丁目・矢浜岡崎・桂ヶ丘	矢浜コミュニティセンター
3月2日(木)	午前10時～11時30分	行野	行野コミュニティセンター
	午後1時～3時	大曽根浦	大曽根コミュニティセンター
3月3日(金)	午前9時～午後4時	野地・栄・大字中井浦	中央公民館（1階視聴覚室）
3月6日(月)	午前9時～午後4時	坂場・坂場西・中央・大字南浦	
3月7日(火)	午前9時～午後4時	宮ノ上・座ノ下・古戸・古戸野・末広	
3月8日(水)	午前9時～午後4時	瀬木山・林・中川・南陽	
3月9日(木)	午前9時～午後4時	中村・新田・光ヶ丘	
3月10日(金)	午前9時～午後4時	朝日・中井・港・大滝・倉ノ谷	
3月13日(月)	午前9時～午後4時	北浦・北浦東・北浦西・馬越・天満	
3月14日(火)	午前9時～午後4時	小川東・小川西・泉・上野	
3月15日(水)	午前9時～午後4時	全町	

- ・所得税の口座引き落としをはじめ、
 ① 給与所得者・公的年金受給者
 源泉徴収票
 ② 事業所得者・不動産所得者
 収支内訳書（売上げや必要経費をまとめた書類など）
 ③ 医療費控除のある人
 領収書の原本、保険などで補てんされた金額の明細書
 ④ 社会保険料控除のある人
 国民健康保険税・国民年金保険料・船員保険・介護保険料などの控除の対象となる保険料の領収書または控除証明書
 ⑤ 生命保険料・地震保険料控除のある人
 支払額のわかる控除用証明書（地震保険料控除には、平成18年12月31日までに契約した長期損害保険料を含みます。）
 ⑥ 寄附金控除（ふるさと納税）のある人
 地方自治体・共同募金会・日本赤十字社などの領収書
 ⑦ 障害者控除を受けようとする人

- 障害者手帳または戦傷病者手帳、市町村長などの認定書
 ⑧ 扶養親族が国外に居住している人
 親族関係及び送金等が確認できる書類
 ※医療費控除のある人は、あらかじめ領収書を集計しておく
 受け付けがよりスムーズに終わります。

おすすめします 郵送による申告

申告受付場所はいへん混み合うため、市県民税の申告書を記入した人は、郵送での申告をおすすめします。

市県民税申告書に住所・氏名・フリガナ・生年月日・個人番号・電話番号・必要事項（所得や控除）などの記入漏れがないことを確認し、押印のうえ、身元及び個人番号の確認書類の写し、控除証明書など必要書類を同封し、市役所税務課へ郵送してください。

※確定申告書の場合は、税務署へ郵送してください。

要介護認定高齢者の税控除とおむつの医療費控除

要介護認定高齢者の障害者控除対象者認定書の発行について

税申告の対象となる年の12月31日時点で、介護保険の要介護認定（要介護1～5）を受けている65歳以上の人は、所得税法上の障害者控除を受けることができます。控除を受けるには、事前の申請が必要で、事前申請することで確定申告時に必要となる障害者控除対象者認定書を発行します。

認定書の発行には1週間程度かかることがありますので、次のものを用意して、早めに申請してください。

- ① 要介護認定を受けている人の介護保険被保険者証と印鑑

- ② 控除を受けようとする人の印鑑

なお、すでに障害者手帳の交付を受けている人は、認定書の発行はできませんので、税申告の際に障害者手帳を持参してください。

要介護認定者のおむつ使用確認書の発行について

医師が必要と認めたおむつや尿とりパッドは、そのことを医師が証明することで医療費控除の対象となります。ただし、次の条件に当てはまる人は、医師が発行した証明書に代えて、市が発行するおむつ使用確認書で医療費控除を受けることができます。

介護保険の要介護認定（要介護1～5）を受けていて、おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降の人であり、1年目の状態が続いていることが確認できる人は、医師の証明書に代わる確認書を発行します。次のものを用意して、早めに申請してください。

● 介護保険被保険者証と印鑑

なお、前年におむつ代の医療費控除を受けていない人は、医師が発行したおむつ使用証明書が必要となりますので、必要な人は福祉保健課まで申し出てください。

お問い合わせ

福祉保健課 ☎ 8192

農家のみなさん青色申告をはじめませんか

青色申告の

主なメリット

青色申告は、経営を客観的につかむための重要なツールであるとともに、税制上のメリットもあります。

正規の簿記の場合は65万円を、簡易な方式の場合は10万円を所得から控除することができます。また、損失額を翌年以後3年間（法人は9年間）にわたって繰り越して、各年分の所得から控除することができます。

青色申告を

始めるためには

新たに青色申告を始めるためには、個人の場合は3月15日（※）までに、尾鷲税務署に青色申告承認申請書を提出する必要があります。

この申請を行えば、平成29年分の所得から、青色申告を行うことができます。

収入保険制度とは

政府の農林水産業・地域の活力創造本部で、青色申告を行っている農業者を対象とした収入保険制度の導入が決定されました。

この制度は、農作物の品目の枠にとらわれず、自然災害による収量減少だけでなく、価格低下なども含めた収入減少を補てんする仕組みです。

◆ 対象は青色申告を行っている農業者（個人・法人）です。

◆ 当年の収入が基準収入の9割を下回った場合に、下回った額の9割（支払率）を補てんします。

◆ 農業者は、保険料・積立金を支払って加入します。（任意加入）

お問い合わせ

東海農政局

三重支局地方参事官室

☎ 059・228・3151

ジェネリック医薬品 使用促進のお知らせ を郵送します

尾鷲市国民健康保険・三重県後期高齢者医療広域連合では、被保険者の薬代の窓口負担の軽減や、医療費適正の観点から、現在服用されている医薬品をジェネリック医薬品に切り替えることにより、薬代が一定額以上軽減されると見込まれる被保険者を対象に、切り替えた場合の自己負担額の差額を計算し、年2回お知らせを送付しています。

ジェネリック医薬品とは

低価格なのに、安全性や効き目は先発医薬品と同等と認められている後発医薬品のことです。

対象者

国民健康保険・後期高齢者医療の被保険者で、生活習慣病等の医薬品を長期に処方されている人で、一定額以上の

薬代が軽減される見込みの人

注意

◆2月下旬に郵送する予定です。

◆ジェネリック医薬品へ切り替えをする時は、主治医や薬剤師に十分相談してください。

◆医師の特別な指示（処方せんに「処方医薬品以外に変更できない」旨の医師の署名）がなければ、ジェネリック医薬品を選ぶことができます。ただし、ジェネリック医薬品がない場合もあります。

お問い合わせ
市民サービス課

☎②8193

国民健康保険医療 費通知について

市民サービス課から、2月下旬に国民健康保険医療費通知を郵送します。

◆目的

尾鷲市国民健康保険に入っている被保険者の各世

帯ごとの実際にかかった医療費をお知らせし、確認していただくことで、医療と健康に対する意識の向上と今後の健康管理に役立てていただくことを目的としています。

◆対象者

平成28年9月1日～12月31日の間に療養を受けた人

※ただし、このお知らせでは確定申告で医療費控除を受けることができません。

お問い合わせ
市民サービス課

☎②8193

国民年金保険料の 2年前納制度

割引額が大きい2年前納制度を利用することが出来ます。□座振替で2年分をまとめて納付することで、次のメリットがあります。

①2年間で15,000円程度の割引となります。

※平成29年度の割引額は

未定です。

②2年前納で納付した全額が、その年の社会保険料控除の対象となります。

③□座振替を利用することで、納め忘れを防ぐことができます。

※申込期限は毎年2月末日です。

※平成29年4月から、現金（納付書）及びクレジットカード納付についても、2年前納ができるようになります。

お問い合わせ
尾鷲年金事務所

☎②2340

尾鷲税務署からの お知らせ

確定申告は

正しくお早めに

所得税及び復興特別所得税、贈与税の申告と納税は3月15日(水)まで、消費税及び地方消費税の申告と納税は3月31日(金)までです。

◆場所

尾鷲市民文化会館

◆日時

2月14日(火)～3月15日(水)
平日午前9時～午後5時

復興特別所得税の 記載漏れに注意

平成25年分から平成49年分まで、復興特別所得税（原則として各年分の所得税額2.1%）を所得税と併せて申告・納付することとされています。

確定申告書の作成に当たっては、「復興特別所得税」欄の記載漏れのないようご注意ください。

国税庁ホームページ（www.nta.go.jp）の「確定申告書等作成コーナー」は、画面の案内に従って金額等を入力することにより、税額などが自動的に計算され、計算誤りのない申告書を作成することができますので、ぜひご利用ください。

お問い合わせ
尾鷲税務署

☎②2222

第13回 尾鷲おひなさままつり



ヤーヤ祭りを表現した人形:矢浜コミュニティーセンター (第12回)

お問い合わせ

水産商工食のまち課 ☎③8 2 2 3

尾鷲おひなさままつり実行委員会と協力団体との共催で「第13回 尾鷲おひなさままつり」を開催します。ぜひ、お越しください。また、尾鷲おひなさままつりでは、参加していただける団体、個人を募集します。この機会に、ご自宅に眠っているおひなさまと一緒に披露目しませんか。



開催場所

①天満荘

NPO法人天満浦百人会

昭和初期のはじめから
のおひなさまを飾ります。

◆2月24日(金)～3月6日(月)

午前10時～午後4時

②馬越屋

つるしびな有志の会

おひなさまとつるしび
なを飾ります。

◆3月3日(金)～5日(日)

午前9時30分～午後4時

③のーじへいこーい

店内座敷におひなさま
を飾ります。

◆3月3日(金)～5日(日)

午前9時～午後3時

※3月4日(土)、5日(日)に
イベントがあります。

④夢古道おわせ

店内におひなさまを飾
ります。

◆2月20日(月)～4月10日(月)

⑤三重県立熊野古道センター

展示棟ロビー・図書室前
ロビーに、おひなさまを飾
ります。

◆2月19日(日)～3月5日(日)

午前9時～午後5時

⑥尾鷲神社

おひなさまを飾ります。

◆2月19日(日)～3月18日(土)

午前9時～午後4時

※3月3日(金)午後6時
から桃の節句の祭礼が
あります。

⑦矢浜コミュニティセンター

やのはま道の会・灯りをつ
けましょぼんぼり会

おひなさまを飾ります。

◆3月3日(金)～5日(日)

正午～午後8時

⑧尾鷲観光物産協会

おひなさまを飾ります。

◆2月18日(土)～3月5日(日)

午前9時～午後5時

⑨駅前発展会

駅前ビクターセンター内

におひなさまを飾ります。

◆3月2日(木)～6日(月)

⑩ホビーショップくみ

店内におひなさまを飾
ります。

◆3月2日(木)～6日(月)

⑪紀北信用金庫

本店・古戸支店・中井支
店の店内におひなさまを
飾ります。

◆2月20日(月)～3月5日(日)

⑫百五銀行

店内におひなさまを飾
ります。

◆3月1日(水)～15日(水)

⑬第三銀行

店内におひなさまを飾
ります。

◆2月18日(土)～3月13日(月)

⑭JA伊勢

店内におひなさまを飾
ります。

◆2月20日(月)～3月17日(金)

⑮尾鷲市社会福祉協議会

福祉保健センター内に
おひなさまを飾ります。

◆3月3日(金)～5日(日)

⑯おわせお魚いちば おとと

店内におひなさまを飾
ります。

◆2月25日(土)～3月5日(日)

午前10時～午後6時

※おひなさまにちなんだ
お寿司を販売します

⑰主婦の店

市内3店舗におひなさ
まを飾ります。

◆2月15日(水)～3月5日(日)

⑱イオン尾鷲店

店内におひなさまを飾
ります。

◆2月15日(水)～3月5日(日)

⑲尾鷲商工会議所

所内におひなさまを飾
ります。

◆2月27日(月)～3月5日(日)

⑳三重県尾鷲庁舎

庁舎内におひなさまを
飾ります。

◆2月20日(月)～3月6日(月)

㉑中央公民館

ロビーにおひなさまを
飾ります。

◆2月24日(金)～3月5日(日)

㉒尾鷲市役所

玄関におひなさまを飾
ります。

◆2月24日(金)～3月5日(日)

※場所により開催期間が異
なりますので、注意して
ください。

平成28年度 尾鷲市見守り子育て推進事業

※いずれも中央公民館で開催します。

子育てサポート講座開催

申込・お問い合わせ 生涯学習課 ☎(23)8293

講演会

子どもが主役、

大人は名脇役

たった四つの言葉が、
子どもの能力を引き出す

今の子育てを取り巻く状況と課題、子どものやる気を引き出す方法など、子どもに関わる実践事例を交えたお話しです。家庭や地域ぐるみで子どもの育ちを見守り、子どもと共に育つ…。尾鷲での子育ての魅力を考える機会として、どなたでもご参加ください！

◆日時

2月12日(日)

午後1時50分～3時20分

◆講師

NPO法人子どもアイディア楽工

山上敏樹理事長

◆定員

150人

スキルアップ講習①

知識を知恵に変える！
ものづくりコーチング

子どもはものづくりが大好き！でもついつい完成度を求めたり、口や手が出ていませんか。実践で使える、子どもの力を引き出すコーチングの手法を、モノ作りを通して体験していただきます。ぜひご参加ください！

◆日時

2月11日(土)

午後1時30分～午後4時

◆講師

NPO法人子どもアイディア楽工

山上敏樹理事長

◆定員

20人

スキルアップ講習②

子どもの活動・プロに
教わる安全対策のツボ

様々な活動を企画する際に欠かせない、安全対策と危険予知。対象が子どもならなおのこと。事業の企画や実施時に活かせるプロの視点について、開催場所周辺を散策しながら解説していただきます。歩けるスタイルでお越しください！

◆日時

2月25日(土)

午前9時～正午

◆講師

NPO法人伊豆自然学校

鈴木達志理事長

◆定員

20人

「このまちに様々な面で子育てに関わってもらえる人が増えていけばいいな」そんな思いから、尾鷲市では子育てサポートに関する講座を開催します。すでに子どもや子育て支援に関わっている人も、これから何か活動したいと考えている人も、この機会にぜひご参加ください。

※各講座とも、なるべく一週間前までに申し込んでください。

※託児が必要な場合は、申し込み時にご相談ください。



第3回 お父さんの 読み聞かせ講座

「イクメン」と言う言葉を定

着させ、わんぱく子育てを全
国に広めているイクメンクラ
ブ代表の長谷川さんたちを東
京からお迎えし、お父さんた
ちとの絵本交流会等を開催し
ます。ぜひご参加ください。

◆実施

2月25日(土)・26日(日)

◆場所

中央公民館

◆対象

約20人

※お父さんを中心に、家族
での参加もできます。

◆講師

イクメンクラブ代表

長谷川潤さんとその仲間

◆受付

2月10日(金)～

※1回のみ参加もでき
ます。

◆第1部

本読み交流会

◆日時

2月25日(土)

午後7時～8時30分

◆参加費

大人一人 500円

◆内容

(ドリンク付)

ぞくぞくらんに絵本談話ほか

◆第2部 読み聞かせ講座

◆日時

2月26日(日)

午前10時～11時30分

◆参加費

無料

◆内容

読み聞かせの実践

申込・お問い合わせ

図書館 ☎ 8282

手づくり 赤ちゃん絵本講座

本読み子育て推進事業の一
環として、妊婦さんや赤ちゃん

んがいらっしゃるご家族の皆さんを対

象とした、手づくり絵本講座
を開催します。家族でふれあ
いの絵本としてお使いいただ
けるオリジナル絵本をつくり
ませんか？

◆日時

3月5日(日)・12日(日)

午後1時～4時

◆場所

中央公民館

◆テーマ

赤ちゃん絵本をつくろう

◆対象

妊婦さん、お父さん、祖父
母など 約10人

◆材料費

1冊500円

◆講師

東勝美さん

◆申込

2月10日(金)～

※電話で申し込むことが
できます。

※2日間で1冊の絵本を
仕上げます。

持ち物等の詳細は、受付
時にお知らせします。

申込・お問い合わせ

図書館 ☎ 8282

平成28年度第2回 家庭教育支援講座

◆日時

2月9日(木)

午前9時30分～正午

◆場所

中央公民館

◆対象

1歳～未就学児の保護者
※親子で参加することが
できます。

※無料託児室があります
ので希望する場合は、相
談してください。

◆内容

スクラップブックング

◆参加費

1,000円

◆定員

20人

◆講師

東 佐知子さん

◆申込期間

～2月7日(火)

※定員になり次第締め切
ります。

お問い合わせ

中央公民館 ☎ 0001



図書館に設置されたオススメ絵本

子育て支援センター ちびっこひろば

新規募集

皆さんの子育てを支援するため、育児相談や親子教室、園庭解放などを行っています。

子育ての相談だけでなく、親子や地域とのコミュニケーションの場としても、お気軽にご利用ください。

◆場所

ちびっこひろば（尾鷲第二保育園内：宮ノ上町）

◆対象

市内に住所を有する0歳児から就学前までの保育園、幼稚園に在園していないお子さんと保護者

◆日時

月～金曜日

午前9時～正午
午後1時～3時

◆費用

無料

※傷害保険料が必要です。

年間1,700円

◆申込期間

2月1日（水）～28日（火）

※年度途中の申し込みも

可能です。

◆取組内容

① 育児相談

電話・面接・訪問などで、育児・食事・病気の悩みなどの相談に応じています。

月～金曜日

午前10時～正午

午後1時～午後3時

② ちびっこひろば親子教室

親子教室をグループごとに毎月1回開催し、

いろいろな行事や子育てについての講話などを行っています。

③ 年齢別のなかよしデー

同じ年齢の子どもが集まって、親子で楽しく遊んだり交流を深めていただくため、センターを開放しています。

④ グループデー

月一回行われる誕生会や、製作あそび、運動あそび、ふれあい遊びなどをして、楽しく過ごします。

申込・お問い合わせ

ちびっこひろば

☎2600

陸・海・空自衛官募集

防衛省では、平成30年春採用予定の陸・海・空自衛官を募集しています。

お問い合わせ 東紀州自衛官募集事務連絡会（防災危機管理室）
自衛隊熊野地域事務所

☎238118

☎0597・85・2214

採用種目	受付期間		試験日	受験資格
幹部候補生	一般技術	3月1日～5月6日	5月14日～15日 （飛行要員のみ2日間）	20歳以上 26歳未満の者 ※22歳未満の者は大卒（見込含む）
	歯科薬剤	3月1日～5月6日	5月14日	専門の大卒（見込含む） 20歳以上 30歳未満の者 ※薬剤は20歳以上 28歳未満の者
自衛官候補生（任期制）	年間を通じて行っています。		受付時にお知らせします。	18歳以上 27歳未満の男子

コミュニティ助成事業完了のお知らせ

財団法人自治総合センターの宝くじ社会貢献広報事業「コミュニティ助成事業」を活用して、天満集会所にテント、長机、折りたたみ椅子、古江区に屋外放送設備を整備しました。



天満集会所：テント



古江町：放送設備

お問い合わせ
市民サービス課
☎238250
市長公室
☎238134

健康HAPPYポイント手帳を発行します ～ポイントを貯めて、楽しく健康づくり～

市民の皆さんの健康を応援するため、市指定の健康づくり事業(イベント)に参加するとポイントが貯まる、健康HAPPYポイント手帳を発行します。

- ① ポイントを貯める。
- ② 1冊目75ポイントが貯まったら、景品と交換する。

市が指定する健康づくり事業(イベント)

Koko (心) kara (体) 健康ウォーキングデー、健康づくり教室、巡回健康相談、健康Happy Day、ツデーウォーク、てくてくウォーク(1コース終了ごと)、チャレンジ教室(特定保健指導)、健康体操、元気アップ未来教室、三木里タラソ(自主会)、スクエアステップ、尾鷲シルバー元気塾、各コミュニティセンターで実施している運動・食に関する講座、中央公民館で実施している運動・食に関する講座

お問い合わせ 健康長寿推進係 ☎③ 3871

ココカラ健康ウォーキングデー

コース	日時	集合場所・受付時間
曽根コース 約 5.0km 曽根次郎坂・太郎坂を楽しみましょう	2月28日(火) 午前9時～午後2時	◆集合場所 賀田観光トイレ ◆受付時間 午前9時～9時15分 ※賀田観光トイレ裏広場に駐車することができます。 ◆集合場所 賀田駅(JR利用の場合) ◆受付時間 午前9時25分賀田駅着 ※JRを利用する場合は、事前にお知らせください。

【持ち物】お茶、お弁当、敷物、タオル、杖、健康HAPPYポイント手帳

※必ず、事前に下記のところまで電話か直接申し込んでください。

※申込受付は2月1日(火)からです。(平日の午前8時30分～午後5時15分)

※参加費無料 ※雨天の場合は中止します。

申込・お問い合わせ 健康長寿推進係 ☎③ 3871



三木里タラソ(自主会) 三木里海岸タラソセラピー

みんなで楽しく作ろう! 広げよう! ココロとカラダの健康づくりの輪
毎週月・木曜日(祝日を除く)午後1時30分～3時頃に実施します。

◆集合場所 三木里コミュニティセンター

◆持ち物 お茶、杖、健康HAPPYポイント手帳

※声をかけあって、自主的にタラソセラピーに取り組みましょう。

※2月16日(木)、27日(月)は市保健師も参加します。

申込・お問い合わせ 健康長寿推進係 ☎③ 3871



てくてくウォーク60万歩の旅で健康ウォーキング

ウォーキングをより楽しみながら続けられる「てくてくウォーク60万歩の旅」マップを無料配布しています。

配布先 福祉保健センター2階

完歩達成者(※順不同 敬称略)

中山道OP8 川上博康

尾瀬OP7 小川雅士

奥の細道OP4 阿部実身、舟瀬部

奥の細道OP3 田村勝

北海道横断OP1 原みさこ

⑮ 美ら国沖縄編 小川裕也

⑰ 奥の細道Part2

大藤和子、奥村瞳、岩崎康知

⑫ 北海道・稚内・北見編 堀口敏弘

⑪ 九州熊本・門司編 三鬼育子、大川善士

⑩ 九州志布志・熊本編 岡明子

⑧ 伊予・讃岐の国 大川たつる、小川くによ

⑦ 土佐の国編 木村盛明、三鬼征子

⑥ 阿波の国編 中森委代

⑤ 周防灘編 岡民子、東千代子

④ 瀬戸内編

川口清、湯浅久美子、大山ちた子

② 東海道編 野中嘉代子、今村澄子

お問い合わせ

健康長寿推進係 ☎③ 3871



今月のフォトグラフ ふれあひひろば



鰯祭り (九鬼町)



ニラクラ祭り (九鬼町)



ギッチョ祭り (古江町)



新成人 (成人式: 尾鷲市民文化会館)



ふれあいひろば



1 / 7 (土) 平成29年尾鷲市消防出初式が行われ、日頃の消防団活動に対して、「消防庁長官 永年勤続功労章」などの表彰状が授与されました。(中央公民館)



1 / 8 (日) 第59回尾鷲市成人式が尾鷲市民文化会館で行われ、新成人の皆さんがとても鮮やかで煌びやかな姿を見せてくれました。(写真は実行委員の皆さんです。)



はじめまして満1歳です



むらかみ なつき
村上 菜月 ちゃん
(港町、父・公章 母・かなみ)

1歳おめでとう♡
きょうだい仲良く元気に
育ってね。



なかい ゆめ
中井 唯愛 ちゃん
(賀田町、父・明久 母・麻子)

元気いっぱい唯愛♡
これからもたくさんの笑顔
を見せてね♡



はまぐち さくら
濱口 咲良 ちゃん
(上野町、父・久範 母・美早登)

さくら1歳おめでとう★
沢山遊んで笑顔いっぱいの
毎日になりますように♡

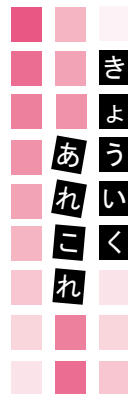


しまだ りの
島田 莉希 ちゃん
(林町、父・高宏 母・和子)

りのちゃん1歳の誕生日
おめでとう♡
これからもたくさんの
可愛い笑顔を見せてね♡

満1歳のお子さまの写真を随時募集しています！(誕生月と掲載月が異なる場合も掲載できます) 写真にお子さまの名前(よみがな)・保護者の住所・氏名・電話番号・コメントを添えて秘書広報係まで申し込んでください。





宝永津波供養碑

(馬越墓地の三界萬霊碑)

熊野古道馬越峠^{まごせ}と尾鷲のまちなかとの間、馬越墓地のまち側入り口に所在する尾鷲市指定文化財「馬越墓地の津波供養塔」が、三重県指定文化財に指定されることとなりました。

この供養塔は、台座を含めた高さが182cmあります。正面には「経塚 三界萬霊^{さんがいばんれい}」とあり、他の三面には、宝永4(1707)年10月4日に起きた地震と津波による被害の状況や供養塔の造立趣旨などが刻まれています。津波による被害者の七回忌にあたる正徳3(1713)年10月3日、野地村良源寺(当時の金剛寺の末寺)の絶崑和尚^{ぜつこん}が船津村永泉寺の師心和尚^{ししん}に銘文を頼み、建立されました。

供養塔に刻まれた内容は概ね次のとおり。当時、地震津波によって尾鷲に甚大な被害がもたらされた様子が端的に

綴られています。

『宝永4年10月4日、南海諸国で大地震があり、山間部では山が崩れて集落を圧し、海浜部では津波が起きて村落を押し流した。尾鷲は広く海に接し、背後の山が高かったので津波が三方から起こり、避難しようにも逃げ道がなく、短時間に男女老幼の溺死者千人以上が出た。住民は倒れ、大声をあげ、遺体が山のように積み上げられ、多くの人が亡くなった様子はたいへん痛ましいものであった。そこで良源寺の絶崑上人が、犠牲者を憐れんで供養するために塔の建立により諸霊を広く慰めようとし、私(師心)に銘文の作成を依頼した』

この宝永の大地震は、正午から午後2時ごろ、東海道沖



から紀伊半島沖を震源として東海・東南海・南海地震がほぼ同時に発生したもので、地震による津波は房総半島から種子島まで達したとされています。地震の規模は、静岡県から九州地方までの太平洋岸で震度6以上、M8.4〜9.3との説もあり、また、49日後の11月23日には富士山が噴火しています。

昨年12月26日(月)に開催された平成28年度第2回三重県文化財保護審議会では、「宝永の大地震と大津波による当時の尾鷲の被害状況を現在に伝えるもので、三重県の歴史上、決して忘れてはならない重大な自然災害に関する重要な歴史資料である」として、「宝永津波供養碑(馬越墓地の三界萬霊碑)」との名称で県指定文化財(有形文化財・歴史資料)に指定する旨の答申が行われました。

今後、2月に開催される三重県教育委員会定例会を経た後、正式に県の文化財として指定される見込みです。これにより、市内の県文化財の件数は14件となります。

お問い合わせ

生涯学習課 ☎ 82293



シマアジ

シマアジはアジ科シマアジ属の魚で、東部太平洋を除く全世界の温帯に分布しています。

当地では定置網で漁獲され、また、アジ科の中でも最も美味しいとされる高級魚であることから、養殖が盛んにおこなわれています。

若魚の頃には体の側面に一本の黄色い線があり、尾の付け根にゼイゴ(ゼビ)と呼ばれる硬いウロコがあるのが特徴です。黄色い線が濃いシマアジと薄いシマアジが存在し、将来二つの種類に分けられる可能性があるようです。産卵期は冬で、20℃前後が適水温、1年で体長18センチメートル、2年で30センチメートル、3年で40センチメートルほどに成長し、大きいもので1メートル以上に達します。養



殖では約1.5倍のスピードで成長します。1〜2キログラムの若魚の頃が最も味が良いとされ、養殖魚の出荷サイズもおおよそがこのサイズとなります。稚魚は流れ藻に付き、やがて群れを作って沿岸に現れます。エサはゴカイ類、アミ類、エビ類、小魚を好みます。18℃以上で活発にエサを食べ、14℃を下回るとエサを食べなくなることから、東北地方には稚魚の時のみ分布し、温かい海に大型魚が住んでいます。伊豆諸島、小笠原諸島では1m級の大物を「オオカミ」と呼び、口が柔らかくて針が外れやすく、引きが強く、釣り上げるのが難しいことから、釣り人の憧れとなっています。

慌ただしい年末年始からホッと一息、正月太りと聞いて耳が痛い人も多いのではないのでしょうか。気が付くと20歳の時に比べて5kg以上増えてしまったという人は要注意です。肥満は糖尿病や脂質異常症、高血圧や心疾患をはじめ、数多くの病気のもととなることはよく知られています。20歳以降の体重増加と生活習慣病の関連も明らかになっています。

食べ過ぎが気になる時は、次のような方法で無理なく食生活改善を試みてはいかがでしょうか。

よく噛んで食べる

食事の時、普段よりも5回多く噛むことを意識しましょう。よく噛むことは満腹中枢を刺激する効果と、食事をゆっくり食べることにつながり、食べ過ぎを防止します。

食べたら歯みがき

だらだらと食べてしまうという人におすすめ。食事の区切りをつけるためにも、食事

が終わったら歯みがきをする習慣を身につけましょう。いつでも自分の歯で、おいしく楽しく食事をするために歯みがきは大切です。

おやつは量を決めて

厚生労働省と農林水産省が勧める食事バランスガイドにおいて、お菓子や嗜好飲料は「食事の中の楽しみの部分」と位置付けられています。楽しみに少しだけ、量を決めてとるようにしましょう。そのためにも食べる量だけお皿に取り分け、あとは封をしてしまっておくと良いでしょう。

また、運動量の少ない夜間の間食は脂肪として蓄えられやすいので注意しましょう。

空腹時の買い物は避ける

お腹がすいていると、あれもこれもおいしそうに見えてしまうものです。予定になかったものにも手を伸ばし、家があれば食べてしまうため、身体にも、家計にもよくありません。仕事の帰りなど、どうしても空腹時にしか買い物

ができないという人は、余分な買い物をしてしまわないよう、必要なお金だけ財布に入れておくのもよいでしょう。余分なおやつは家におかないことが大切です。

食べたものを記録する

三食の食事と間食で食べたものをすべて書き留めてみましょう。この作業には、書くことで食べる前に思いとどまり、振り返ることで食べ過ぎている部分を自覚し反省する、などにより食べ過ぎを防ぐことが期待できます。

過度の体重増加は生活習慣病のもとですが、ただ痩せればよいというものではありません。極端な食事制限や偏った食事はかえって体調を崩しかねないので注意しましょう。健康に適正体重を維持するためには、適度な運動とバランスのよい食事が重要です。

お問い合わせ

健康長寿推進係

☎ 3871

続 尾鷲の植物誌



ワラビ

（ヨバノイシカグマ科）

霜で白くなった散歩道の土手も、あと2カ月ほどするとワラビの新芽が現れます。ワラビはどこにでも見られるシダ植物ですが、意外と成長したワラビの姿は知られていないようです。大きく葉を広げたシダを見て、ワラビですよと伝えると、「え！これがあの食べるワラビ？」とよく驚きの声を聞きます。

ワラビの根茎からはワラビ粉と呼ばれるデンプンが採られ、かつては食用にされていました。ワラビ餅は、このワラビ粉から作られています。私たちは新芽を食用としま



ワラビの新芽



成長したワラビの葉
写真撮影：川端徳夫氏

すが、実はワラビは強力な発がん物質を含む有毒植物であるとも言われています。ワラビがシカなどの野生動物に食べられないのはこの毒のおかげです。ただ、この発がん物質は、昔から行われている灰汁抜きをすることにより、完全に分解されることが分かっています。昔の人の知恵にはただただ感心するばかりです。ワラビは花を付けませんが、新芽の部分に蜜腺があって、アリが蜜をなめにくるにつれて、蜜でアリの引き寄せ、葉を食べにくる虫を追い払ってまわっています。ちなみに、もともとアリがいなかったハワイでは、ワラビの蜜腺は退化し、なくなっています。

熊野古道センター

申込・お問い合わせ 熊野古道センター ☎2666
ホームページ <http://www.kumanokodocenter.com/>

熊野古道センター開館 10 周年記念コンサート ～京フィルと共に～

熊野古道センターが2017年2月10日に開館10周年を迎えることを記念し、演奏会を開催します。全国の演奏会やテレビ・ラジオに出演し活躍する京都フィルハーモニー室内合奏団をお迎えし、地元合唱団、尾鷲中学校吹奏楽部と一緒に多彩な音楽で開館10周年を盛り上げます。

- ◆日 時 2月18日(土) 午後1時～3時
(午後0時30分開場)
- ◆入 場 料 500円(要チケット・先着順)
- ◆定 員 900人
- ◆場 所 尾鷲市民文化会館
- ◆出 場 京都フィルハーモニー室内合奏団、
ヴィアンカ・コール、美しい調べの会、尾鷲合唱団、はるかぜ、バーレンコア合奏団、尾鷲中学校吹奏楽部

※ チケット販売場所は、熊野古道センター・東長島公民館・海山公民館・尾鷲中央公民館・尾鷲市文化会館・熊野市文化交流センター・熊野市民会館・御浜町中央公民館となっています。

企画展「熊野古道センター 10年の歩み」

熊野古道センター開館10周年を記念して、これまでの歩みを紹介する企画展を開催しています。

- ◆期 間 2月26日(日)まで
- ◆入場料 無料

【付属事業】講演会「熊野古道の神々と仏たち」

紀伊山地の豊かな自然から生まれた自然信仰は、仏教と結びつき多神教へと変化しました。日本信仰の歴史について、熊野三山の一つ、那智山を例に解説します。

- ◆日 時 2月5日(日) 午後1時30分～3時
 - ◆参加料 無料
 - ◆定 員 100人(要申込・先着順)
 - ◆講 師 川端 守(三重県立熊野古道センター長)
- 受付中 ※定員になり次第終了します。

熊野古道センター開館 10 周年記念シンポジウム ～くまの山サミット～

世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」に関わる山岳信仰と観音信仰の融合をテーマに、講演及び対談形式のシンポジウムを開催します。

- ◆日 時 2月26日(日) 午後1時30分～3時
(午後1時開場)
- ◆参 加 費 無料(要申込・先着順)
- ◆定 員 80人
- ◆パネラー 秋吉久美子さん(女優)、五鬼助義之
さん(大峰奥駈道前鬼宿坊61代目当主)、
高木亮英さん(那智山青岸渡寺副住職)
- ◆コーディネーター
山本殖生さん(熊野三山協議会幹事)
- ◆受 付 2月25日(土) 午後5時まで

東紀州の四季を味わう料理教室

「お楽しみ！紀州のあったかジビエ料理」

相可高校の村林先生による人気の料理教室です。2月の教室では猪肉と鹿肉を使用した、体が温まるレシピを学びます。

- ◆日 時 2月12日(日) 午前10時～午後1時
- ◆定 員 24人(要申込、応募多数の場合抽選)
- ◆参加料 2,000円
- ◆講 師 相可高校食物調理科 村林新吾教諭と調理クラブの皆さん
- ◆受 付 2月5日(日) 午後5時まで

熊野古道油彩画教室作品展

当センター主催の連続講座「熊野古道油彩画教室」の成果発表として、参加者が制作した熊野古道の風景作品を展示します。

- ◆期 間 2月18日(土)～3月26日(日)
午前10～午後5時
- ◆入場料 無料

毎週日曜日は、申込不要で参加できる「日曜わくわくものづくり体験」(午後1時～3時受付、メニュー週替わり)を開催しています。※都合により変更する場合があります。

2月の予定

5日(鍋敷づくり)・12日(動物3Dパズル)・19日(ひのきの時計作り他)・26日(ひのきのおもちゃ作り)

休日の急病はこちら

休日診療は尾鷲総合病院をご利用ください。

当番薬局

月 日	薬 局 名
2 / 5	くろだ薬局
2 / 11	くろだ薬局
2 / 12	くろだ薬局
2 / 19	くろだ薬局
2 / 26	くろだ薬局

午前9時～午後5時

こころの健康相談

こころの悩みや不調を抱えていませんか。
保健師による「こころの健康相談」を行っていますので、お気軽に
下記のところまでお問い合わせください。

【相談内容】

こころの健康についての相談

【日時・場所】

ご相談に応じます。※電話でも相談できます。



お問い合わせ 健康長寿推進係 ☎③3871

乳がん・子宮頸がん検診（自己負担金があります）

実施日	乳がん受付	子宮頸がん受付	場所	定員
2月21日(火) ※申込受付は2月2日(木)からです。	9:30～10:30	なし	福祉保健センター	乳がん 40人
	13:00～13:20	13:00～13:20	三木里コミュニティセンター	乳がん 40人
	14:20～14:40	14:20～14:40	三木浦魚市場	子宮がん 80人
3月5日(日) ※申込受付は2月7日(火)からです。	8:30～9:30	なし	福祉保健センター (エコー有り)	乳がん 40人
	13:30～14:30	13:30～14:30		乳がん 40人 子宮がん 80人

※クーポン券を持っている場合は持参してください。

胃がん・肺がん検診（自己負担金があります）

実施日	受付時間	場所	定員
2月28日(火)	8:30～9:30	須賀利荷さばき場（荷置場）	胃がん 50人、肺がん 100人
3月5日(日)	8:30～9:30	福祉保健センター	胃がん 50人、肺がん 100人

※申込受付は
2月7日(火)
からです。

◆子宮頸部・体部がん検診は、下記の医療機関で随時、受診することができます。

尾鷲総合病院 ☎② 3111、海山レディースクリニック ☎③ 0888

◆申込先 健康長寿推進係 ☎③ 3871、須賀利センター ☎⑥ 2001、北輪内センター ☎⑧ 2004

お問い合わせ 健康長寿推進係 ☎③ 3871



おわせよいとこやーやにゃん

市民相談

◎無料法律相談(要予約)

13日(月)

午前9時～午後1時40分

大川哲次 弁護士

◎司法書士相談

21日(火)

午前10時～正午

中瀬幸志 司法書士

◎行政相談

22日(水)

午前10時～正午

川上輝佐子 行政相談委員

申込・お問い合わせ

市民サービス課

☎②8250

◎児童相談・女性相談

14日(木)

午前9時～午後5時

申込・お問い合わせ

福祉保健課 ☎②8201

◎三重大学連携室相談

15日(水)

午前10時～正午
午後1時～4時
※前日午後1時までに予約
してください。

※相談日は変更する場合があります。

申込・お問い合わせ

市長公室 ☎②8134

折り畳み式リヤカー47台を購入しました

尾鷲市自主防災会連絡協議

会が、コミュニティ助成事業(宝くじ助成金)を活用して折り畳み式リヤカーを購入しました。

このリヤカーはノーパンクタイヤ仕様で、さまざまな資材を運ぶことができます。

大規模地震発災時における津波や大雨等による土砂災害

が発生した際、一人では避難することが困難な要援護者対策として、避難する際にも活用することができま

す。今回購入した資機材は、自主防災会の訓練や災害時にも使用できるように市防災セン

ターの倉庫に一時保管すると

ともに、今後、津波浸水想定地域にある自主防災会へも配付します。



購入した折り畳み式リヤカー

※コミュニティ助成事業

財団法人自治総合セン

ターが、宝くじの社会貢献広報事業として、集会施設やコミュニティ活動備品の整備、安全な地域づくり

と共生のまちづくり、活力のある商店街づくりや地

域の国際化の推進及び地域文化への支援等に対し

て助成を行い、地域のコミュニティ活

動の充実・強化を図



ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するための事業を行っています。

お問い合わせ

防災危機管理室

☎②8118

紀北地域

就職面接会

ふるさとで就職を考えている人と元気な地元事業所との出会いの場を提供するため、就職面接会を開催します。

市内に住んでいる人、地元を離れた人など、この機会に

ぜひ、ご参加ください。

◆日時

2月22日(水)

午後1時30～3時

(受付:午後1時～)

◆場所

紀北町立東長島公民館

◆対象

紀北地域就職希望者等

◆求人者

ハローワーク尾鷲管内(尾鷲市、紀北町、大紀町錦)の事業所から10社程度

お問い合わせ

尾鷲公共職業安定所

☎②0327

熊野灘沖合の浮魚礁利用について

三重県が熊野灘沖合に整備した浮魚礁を利用する場合は、登録が必要です。

平成29年度の利用登録受付は、2月1日(水)～28日(火)です。

詳しくは、お問い合わせください。

お問い合わせ

三重県水産振興事業団

☎059・228・1291

有料広告欄

広告を掲載しませんか？

「広報おわせ」に掲載希望の広告を募集します。
4月号の締め切りは、2月20日(月)です。

大きさ	1 枠 縦 50mm×横 80mm	詳しくは、お問い合わせください。 市長公室 ☎②8132
掲載料	1 枠につき月額 市内業者 10,000円 市外業者 15,000円	

国民健康保険税9期、後期高齢者保険料8期の納期限は2月28日(火)です。

税務課 ☎②8173

紀北広域連合議会 報告

平成28年12月20日(火)に開催された平成28年第3回紀北広域連合議会定例会で、議長に玉津充さんが選出されました。そのほか、条例改正4議案、一般会計、介護保険事業特別会計等の補正予算4議案が可決され、平成27年度紀北広域連合決算が認定されました。

お問い合わせ
紀北広域連合 ☎0888

住民公開講座

「健やかに生きる」をテーマに住民公開講座を開催します。

住民公開講座

日時 平成29年2月23日(木)
午後6時30分開演

場所 尾鷲市中央公民館3階講堂

入場無料

講演 「在宅における薬剤師のかかわり方」
講師 紀北薬剤師会 副会長 黒田 孝史氏

特別講演 「生活習慣病を理解して、護ろう健康」
講師 三重大学 循環器・腎臓内科学 教授 伊藤 正明先生

問い合わせ先
●紀北広域連合 尾鷲市健康福祉センター2F
☎0597-22-2857
●尾鷲市 尾鷲市健康福祉センター2F
☎0597-23-3871
●紀北町 紀北町健康福祉センター2F
☎0597-46-3122
●紀北町 紀北町健康福祉センター2F
☎0597-32-3904

共催 / 紀北広域連合・尾鷲市医師会・紀北薬剤師会・尾鷲市・紀北町

◆講演

在宅における薬剤師のかかわり方

講師 紀北薬剤師会

黒田 孝史 副会長

◆特別講演

生活習慣病を理解して、護ろう健康

講師 三重大学循環器・腎臓内科学

臓内科学

伊藤 正明 教授

◆日時

2月23日(木)
午後6時30分開演

◆場所

中央公民館

※入場は無料です。

お問い合わせ

健康長寿推進係

☎233871

福祉・介護の 就職フェア

福祉・介護の仕事を探している人を対象に、就職相談会を開催します。

◆日時

2月12日(日)
午後1時～3時30分

◆場所

三重県総合文化センター
津市一身田上津部田

1234

◆対象

福祉・介護の職場に就職希望、または関心のある一般学生

※託児室あり(2月7日(火)までに申し込んでください。)

申込・お問い合わせ

三重県社会福祉協議会

三重県福祉人材センター

☎059・227・5160

司法書士 無料相談会

三重県司法書士会紀州支部では、次のとおり無料相談所を開設しますので、ご利用ください。

◆日時

2月26日(日)
午前10時～午後3時

◆場所

中央公民館

◆相談内容

相続・贈与・売買などの登記、担保権の設定・抹消等の登記、会社・組合などの法人の登記、簡易裁判所の訴訟・民事調停手続、お金の貸し借りに関する問題、その他裁判所への提出書類作成、自己破産・調定・個人再生手続、法律扶助の方法、判断能力の不十分な高齢者等の財産管理・処分(成年後見)、検察庁へ提出する告訴状の作成など

お問い合わせ

三重県司法書士会紀州支部

☎20518

し尿くみ取り日程

三木里 2月 1日(水)～2日(木)
梶 賀 2月 3日(金)
古 江 2月 7日(火)～10日(金)
賀 田 2月 14日(火)～17日(金)

お問い合わせ
クリンクルセンター ☎20605

海の幸・山の幸！尾鷲の名産がお買い得！！

尾鷲イタダキ市

2月4日(土)開催

午前8時30分～午後0時30分 尾鷲魚市場
お問い合わせ 尾鷲商工会議所 ☎22611
水産商工食のまち課

出店者募集中！！詳しくは、お問い合わせを。



老人クラブ2月の講座 老人クラブ連合会 ☎27941

講座名	日 時	講座名	日 時
カラオケたんぽぽ	6・20日 午前9時30分～	茶道	1・15日 午後0時30分～
カラオケさくら	13・27日 午前9時30分～	コーラス	8・22日 午後1時30分～
俳句	13日 午後1時30分～	民謡	2・16日 午前10時～
折り紙	14・28日 午前9時30分～	生花	10・24日 午前9時30分～
書道	1・15日 午前9時30分～	日舞	3・17日 午前10時～
		詩吟	3・17日 午後1時30分～

「三木浦こいやあ」は2月18日(土)開催予定です。

天文学館 ☎ 0525

★今月の夜間観望会

3日(金)～4日(土)
オリオン大星雲・ペテル
ギウス・リゲル・M36、M
37、M38
10日(金)～11日(土)
満月前の月・シリウス
17日(金)～18日(土)
オリオン大星雲・M78星
雲・リゲル・シリウス・か
に星雲
24日(金)～25日(土)
ペルセウス座二重星団
(h・x)・ぎょしゃ座の
散開星団

★昼間の一般観望

・入館時間 午後7時～9時
・夜間曇雨天の場合は閉館
・黒点やプロミネンス等、太陽
の表面を観望します。
金・土・日曜日
午前9時30分～午後5時
(入館は午後4時30分まで)
・81cm大望遠鏡で7惑星を観
望した人に記念証を贈り
ます。
※毎月第三日曜日は、家庭の
日で入館料は無料です。

図書館 ☎ 8282

◆おはなしだっこ・自由参加
・日時 2月2日(木)
・対象

① 1歳児以上と保護者
午前10時～10時30分

② 0歳児と保護者

午前10時45分～11時15分
・内容 赤ちゃん絵本、わら
べうた、指遊びなど

◆おはなしの時間・自由参加
・日時 2月8・15日(水)
午後3時～4時

・対象 幼児～小学校低学年
・内容 紙芝居・絵本の読み
聞かせ・折紙ほか

2月の休館日
6・11・13・16・19～28日

蔵書点検のため

休館します

特別休館期間

2月19日(日)～28日(火)

図書館では、蔵書点検を
実施します。
期間中は休館となり、図
書館の利用ができません。
ご不便をおかけしますが、
ご協力お願いします。

延滞本がある場合は、早
めに返却してください。

2月21日(火)～24日(金)(午前
9時～午後5時)は、受験
生等の学習室として、3階
中会議室を開放しますの
で、ご利用ください。

今月のおすすめ図書

《一般図書》

・あさ美さんの家さがし

黒野伸一 著



信用金庫の職員からキャバ嬢に転職し
たあさ美の夢は、港の夜景が眺められるタ
ワーマンションに住むこと。そんなあさ美
を中心に、ゴミ屋敷で暮らす蓬莱のお婆あ
ちゃんや、シェアハウスで出会った譲二と
唯、ホームレスになってしまった義孝など、
様々な問題の中で生きる人々が織りなす、
住居と人生をめぐる連作。

・自分の時間を取り戻そう

ちきりん 著



第一希望の会社に入れたから、家族のため
だから、他の人はもっと頑張っているから、と
多忙で余裕のない生活を当たり前だと受け入
れていませんか？その生活が本当に望んでい
たものなのでしょうか？ブラック企業や長時
間労働などが問題となる中、働き方や考え方
を見直すきっかけになるかもしれません。

その他

・トランプ大統領の衝撃

・社長室の冬

冷泉彰彦 著
堂場瞬一 著

《児童図書》

・うみのとしよかん

葦原かも 作



本好きのアオザメと図書館員のヒラメが
主人公のおはなしです。はじめて図書館に
やってきたマンボウ。図鑑に夢中のタコ。カニ
やエビが切ってしまった本を修理してくれる
ブダイなど。いろいろなさかなでにぎわっ
「うみのとしよかん」をおたのしみください。

その他

・おいしいふくやさん

・本日はすごい森の話

のしさをか 作
田中惣次 著

編集後記



寒さ増す今日この頃で
す。そんな日の一日の
メは、やっぱりおふろです。
年中、湯船につかる私です
が、この時期は、湯船にお湯
をたっくぱりはり、お気に
入りの入浴剤で、ゆったり、
しっとり、至福の時。そのま
ま、目を閉じ瞑想!!なんて
ステキです。が、実際は、顔
が重くなり・・・湯船に顔を、
「ポチャ」つとか、壁に頭を
ぶつけてしまつとか、そんな
寝てしまいうような毎日です
(笑)。その後のお楽しみは、
「アイスクリーム」。しかも、
チョコレート味。冬場のチョコ
コ、おいしいですよ。今月
はバレンタインデー! たま
の贅沢、自分チョコを買っ
て、モチベーション上げてい
きましょうね。

人の動き (12月末現在)

人	□ 18,763 人	(前月比 +6)
	(男 8,708 人	女 10,055 人)
世帯数	9,633 世帯	(前月比 0)
転入	44 人	転出 23 人
出生	8 人	死亡 25 人
その他	2 人	(住民基本台帳)



「広報おわせ」は、再生紙・植物油インキを使用しています。