



「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！



オッwase



八幡神社祭礼
長刀振

10-2017

●●● 深層水フェスタ 2017

10月22日 (日) 開催 雨天決行

場所 アクアステーション
(古江町)

魚のつかみ取りや深層水当てクイズ、魚ご飯などの振る舞いや足湯体験など、海洋深層水を身近に感じられる催しを行います。



魚のつかみ取り



ヤドカリ釣り



足湯

ぜひ、アクアステーションへ
お越しください！

整理券配布 午前9時～

魚のつかみ取り 80人
食事 200人

※開場は午前9時30分です。

- ① 魚のつかみ取り
午前10時～
※小学生以下が対象です。
- ② 深層水コーヒー・かき氷の振る舞い
午前10時30分～
※なくなり次第終了します。
- ③ 深層水当てクイズ
午前10時30分～正午
※正解者に賞品を進呈します。
- ④ 足湯体験コーナー
午前10時30分～午後2時
- ⑤ ヤドカリ釣り体験コーナー
午前10時30分～
※景品がなくなり次第、終了します。
- ⑥ 深層水を利用した 魚ご飯などの振る舞い
午前11時30分～
- ⑦ 深層水の無料お試し分水
正午～午後4時
※容器を持参してください。
※無料お試し分水は、1家族につき
10リットルまでです。

お問い合わせ
アクアステーション ☎ 2780800

青空図書館

開催

日時 10月22日(日)

場所 中央公民館

申込・お問い合わせ 図書館 ☎238282

ピクニック ライブラリー

秋の青空の下で読書
をしてみませんか？

興味のある本が入った
バスケットを選んで、ご家族で
ゆっくり楽しんでください。

◆時間 午前10時～午後4時
※雨天の場合は、館内で行います。



本のリサイクル

図書館で保存年月が過ぎた図書や
雑誌を希望者に無料でお譲りします。
持ち帰るための袋を持ってくる
ください。

◆時間 午前10時～午後4時
※図書10冊、雑誌5冊まで持ち帰る
ことができます。

中條敦仁さん 長谷川潤さん 読み聞かせトークショー

皇學館大学の中條敦仁さんとNP
O法人イクメンクラブ代表の長谷
川潤さんによる読み聞かせトーク
ショーを行います。
尾鷲のイベントではお馴染みの二
人が本の魅力や子育てについて熱く
語ります。

◆時間 午後1時～2時30分



中條敦仁さん



長谷川潤さん



読み聞かせボランティアの
皆さんによる、絵本の読み聞
かせを行います。

常田知里さん

親子料理教室

●事前申込が必要です

美容・抗酸化料理研究家で4人の子
育て中である常田知里さんによる料
理教室を行います。

親子でできるおいしくて栄養満点
ランチを作ってみませんか？

◆対象

小学生以上の親子

◆定員

15組

◆時間

午前10時～正午

(受付：午前9時30分～)

◆持ち物

エプロン、タオル、三角巾、飲み物

◆参加費

1組 1,200円

※親子2人分です。

※1人追加につき、500円

◆申込

10月2日(月)～

※電話で申し込むことができます。

※定員となり次第、締め切ります。

※託児を利用することができます。

ので、申込時に必ず伝えてください。

あおぞらまーけつとで買い物をした
り、ワークショップで工作をしたり、
楽しいコーナーがたくさんありますの
で、ぜひご来場ください。

三木里タラソイベント

日時 10月29日(日) 午前9時～正午
場所 三木里海岸

【内容】タラソウォーク、SUPデモンストラ
ーション、タラソヨガ、ハンモック体験、
リラックスタイム

海岸線の潮風、海水、砂浜を利用して
みんなで楽しくココロとカラダの健康づくりをしませんか

◆参加を希望する場合は事前に申し込んでください。

申込・お問い合わせ 健康長寿推進係 ☎③3871

木目込教室 開催

- ◆日時
10月24日(火)
午前9時～11時30分
- ◆場所
中央公民館
- ◆定員・参加費
一般10人 1,500円
- ◆講師
浜口久美子さん
- ◆申込期間
10月2日(月)～19日(木)
※定員となり次第、締め切りと
なります。
- 申込・お問い合わせ
中央公民館 ☎②0001

家庭教育支援講座 開催

- ◆内容
マッサージ
(ヘッド・ハンド・肩)
- ◆日時
10月19日(木)
午前10時～正午
- ◆場所
中央公民館
- ◆定員・参加費
一般10人 500円
- ◆講師
倉本あけみさん
- ◆申込期間
10月2日(月)～16日(月)
※定員となり次第、締め切りと
なります。
- 申込・お問い合わせ
中央公民館 ☎②0001

尾鷲市民文化展 開催

今年も個性豊かな作品が多数出展され、尾鷲高校吹奏楽部による演奏や、放課後児童クラブわんぱくクラブとくれよんの児童たちの特別展も開催します。ぜひ、ご来場ください。

- ◆日時
10月28日(土) 午前9時～午後6時
10月29日(日) 午前9時～午後4時
尾鷲高校吹奏楽部・演奏
10月28日(土) 午前10時30分～11時
- ◆場所
体育文化会館・中央公民館
- ◆展示作品
アートフラワー・生け花・盆栽・絵画・木
目込・工芸・写真・編物・手芸・色紙・書道・
陶芸・俳句など
お問い合わせ 生涯学習課 ☎③8293

11月18日(土)・19日(日)開催 参加者募集

第14回 雨天決行

おわせ海・山 ツデーウォーク



美しい日本の歩きたくなるみち 500 選を体験しませんか

11月18日(土)

- A 世界遺産熊野古道 馬越峠・猪ノ鼻水平道満喫コース (25km)
美しい日本の歩きたくなるみち 500 選パスポート認定大会コース・登山タイプ
- B 天満みかんの丘眺望散策コース (13km)
家族向け・リラクゼーション効果 (IgA・コルチゾール) 実証済み
- C 三木浦を歩く!! 太地～元盛松～三木埼灯台探検コース (10km)
先着100人・団体歩行・健脚向け
※ 電話申し込みが必要です。
※ 三木浦までのバス往復運賃(1,000円)が別途必要です。

11月19日(日)

- D 世界遺産熊野古道 八鬼山全踏破コース (13km)
登山タイプ・健脚向け
※ JR 大曾根浦駅から三木里駅までの運賃 (片道 240 円) が別途必要です。
- E 世界遺産熊野古道 八鬼山林道・みかん道コース (10km)
家族向け
- F 賀田湾の絶景が一望できる梶賀峠コース (10km)
家族向け
※ JR大曾根浦駅から賀田駅までの運賃(片道320円×往復分)が別途必要です。



ボランティアスタッフ募集

当日のお手伝いと当日までのコース整備や草刈りをしていただけるボランティアスタッフの募集を行います。全国からのお客さんをおもてなししたり、交流をしたりしませんか。また、個人のほか、企業などの社会貢献事業としても、ぜひ、地域のためにご参加ください。

興味がある場合は、実行委員会事務局(水産商工食のまち課)までご連絡ください。※大会記念品等を進呈します。

参加料

一般 1,500 円
高校生以下 500 円

- ※ 傷害保険料などを含みます。
※ 市民または20人以上の団体事前申し込みの場合300円割引となります。ただし、高校生以下または当日参加申し込みの場合は割引なりません。また、1日参加も2日参加も同額です。
※ コースにより、別途運賃が必要となります。
※ 乗車時間の都合があるため、運賃はおつりがないようにしてください。

事前申込特典

大会誌に名前と住所(市・町まで)を掲載します。
大会記念品・大会誌・バッジ・ゼッケン・コース地図を進呈します。

昼食

希望者には、800 円でお弁当(お茶付き)をあっせんします。

18 日(土)尾鷲鯛めし弁当

19 日(日)大会特製おわせ弁当

※ 当日受付横にて、事前にお配りする弁当券と引き換えになります。

申込方法

10 月 31 日(火)までに、申込書に参加料を添えて申し込んでください。
(当日参加も受け付けます。)

※ 当日参加の場合、記念品などがなくなる場合がありますが、ご了承ください。

申込・お問い合わせ おわせ海・山ツデーウォーク実行委員会 水産商工食のまち課 ☎③8 2 2 3

平成30年度

幼稚園入園児を募集します

幼稚園は、幼児の健やかな成長を促し、その後の義務教育の基礎を培うことを目的としています。幼稚園では、次のことを目指しています。

① 園児との信頼関係を深め、家庭との連携を図りながら、一人ひとりに応じた適切な指導を工夫します。

② 友だちや地域の人たちと関わる中で人とかかわる力を養い、自分も友だちも大切にする気持ちを育てます。

③ 保護者との信頼関係を築き、共に子育てを進める場・親と子の育ちの場となることを目指します。

④ 小学校へスムーズに入学できるように、小学校と連携を図ります。

◆ 受付期間

10月16日(月)～27日(金)

平日午前9時～午後4時

◆ 受付場所

尾鷲幼稚園・三木幼稚園

※入園申込書は各幼稚園で配布します。

◆ 保育年齢

1年保育(5歳児)

平成24年4月2日～平成25年4月1日生
平成25年4月2日～平成26年4月1日生
平成26年4月2日～平成27年4月1日生
※ただし、3年保育は三木幼稚園のみ実施
お問い合わせ
教育総務課 ☎8291

園名	所在地	保育期間	募集人数
尾鷲幼稚園	中村町4番11号	1年保育(5歳児)	35人
		2年保育(4歳児)	30人
三木幼稚園	三木浦町391番地	1年保育(5歳児)	30人
		2年保育(4歳児)	30人
		3年保育(3歳児)	10人

平成30年度

保育園新規入園児を募集します

市では、次のとおり、平成30年4月以降の保育園児の入園を受け付けます。

対象は、市内に住所を有する保護者や児童の家庭で、児童が生後4カ月から就学前にあつて、親が働いている、親がいない、出産を控えている、産後間もない、病気や障がいなどがある、介護をしている、家庭が災害にあつた、そのほか特別な事情があるなど、家庭での保育ができない場合に限りです。

申請する時には、お子さんと一緒にお越しください。児童一人につき1枚の申請書が必要で、10月2日(月)から左記のところで配布します。

◆ 配布場所
市役所、福祉保健センター、南輪内保育園

詳しくは、お問い合わせください。

お問い合わせ
福祉保健課

☎8202

保育園名	所在地	募集人数	対象年齢	保育時間	特別保育	受付日・時間	受付場所
尾鷲第一	小川西町	110	3～5歳	午前7時30分～午後5時30分	午後7時まで保育	10月26日(木)、27日(金) 午前9時～午後5時	福祉保健センター
尾鷲第二	宮ノ上町	60	0～5歳		なし		
尾鷲第三	北浦西町	40	1～5歳		障がい児保育		
尾鷲第四	古戸町	80	1～5歳		一時預かり保育		
矢浜	矢浜二丁目	50	0～5歳		なし		
尾鷲乳児	小川西町	60	0～2歳		午後7時まで保育		
南輪内	賀田町	20	0～5歳		なし	10月26日(木) 午前9時～午後5時	南輪内保育園

※尾鷲第四保育園は、平成30年4月に移転改築し、一時預かり児保育施設となる予定です。

※受付場所が市役所から福祉保健センターに変更となりますので注意してください。

生活習慣病重症化予防

知って得する特別講話のお知らせ

特別講話

生活習慣病の重症化を予防しましょう
～尾鷲市の透析の現状から～

講師 尾鷲総合病院 小薮助成 病院長

ぜひ、ご参加ください！

参加費**無料**

日時 11月2日(木)
午後1時30分
～3時30分

場所 福祉保健センター

食事講話と試食

減塩でも美味しく調理するためのポイント！

講師 福祉保健課 上野 翠 管理栄養士



◆申込 健康長寿推進係まで、直接または電話で申し込んでください。

申込・お問い合わせ 健康長寿推進係 ☎③3871

ふるさと大学

一般参加者募集

お問い合わせ

中央公民館

☎②0001

◆内容

尾鷲ヒノキを使ったマイ
はしづくり

※柿渋仕上げにします。

◆日時

10月3日(火)

午前9時30分～11時30分

◆場所

中央公民館

◆定員

20人

※ふるさと大学申込者を
優先します。

◆講師

池田比早子さん

◆参加費

300円

※ふるさと大学申込者は
無料です。

◆申込期限

10月2日(月) 午後4時

※定員となり次第締め切
ります。

獣害防止対策研修会 をご利用ください

ニホンザル、イノシシ、ニホ
ンジカが里山近くに出没する
中、近年ではツキノワグマの
出没も確認されています。

市では、猟友会の協力で追
い払いや捕獲など被害の軽減
に向けて様々な対応策を実施
しています。被害をより軽減
させていくためには、市民の
皆さんの協力による一体と
なった防獣対策が必要不可欠
です。

そこで、自治会、区などから
要望がある場合は、獣害防止
対策研修会を開催しますの
で、左記のところまでご相談
ください。

申込・お問い合わせ

木のまち推進課

☎③8224

子ども会議から学ぶ 男性の子育て応援講 座(三重県事業活用)

◆内容

小学生による子ども会
議の意見を聴きながら、子
どもの実態や関わり方な
どについて学びます。

男性が子どものために
できること等を考える機
会として、男性の参加をお
待ちしています。

◆日時

10月22日(日)

午後3時～4時45分
受付：午後2時30分～

◆場所

中央公民館

◆講師(コーディネーター)

NPO法人子どもアイデ
ア案工

山上敏樹理事長

申込・お問い合わせ

生涯学習課

☎③8293

里親制度をご存知ですか？

10月は里親月間です！

県内には、親の病気や事故、養育困難などの様々な理由により、保護者と一緒に暮らすことができない子どもたちがいます。そのような子どもを家庭へ迎え入れ、温かい愛情をもって育てている里親がいます。

里親は、児童福祉法に定められており、「公的に」子どもの養育を行います。

里親の種類

① 養育里親

保護者と生活ができるようになるまで、または自立して生活できるようになるまで（原則18歳まで）養育する里親です。

養育期間は、1カ月未満の場合もあれば、数年間の場合もあります。

② 専門里親

虐待を受けた子ども、非行傾向のある子ども、障がいのある子どもなど、特に専門的な支援が必要な子どもを養育する里親です。

③ 親族里親

保護者の死亡、行方不明等により、子どもを養育できない

くなった場合に、子どもの扶養義務者である親族（祖父母等）が養育する里親です。

④ 養子縁組里親

養子縁組によって養親となることを希望する里親で、養子縁組が成立するまで里親として養育します。

里親の申請から登録までの流れ

① 相談

② 研修

③ 調査・申請

④ 実習

⑤ 審査・登録

里親出前講座

里親制度を多くの人に知ってもらうため里親出前講座を行っています。

講座では新たに「三重県版里親普及啓発DVD」を上映することができるようになり、DVDとあわせて里親制度の話も行っています。地域の会合や会社の研修会など少人数でも実施できます。里親制度について学んでみませんか？

お問い合わせ

紀州児童相談所

☎ 23 3435

65 歳以上 75 歳未満で 一定の障がいに該当する人へ

65 歳以上 75 歳未満で一定の障がいがあり、申請により三重県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた人は、後期高齢者医療制度に移行できます。

一定の障がいとは

- ・ 国民年金法等における障害年金 1 級、2 級
- ・ 身体障害者手帳 1 級から 3 級、4 級の一部（4 級の一部とは音声、言語、下肢の 1 号、3 号または 4 号に関する障害）
- ・ 療育手帳の A 1、A 2
- ・ 精神障害者保健福祉手帳 1 級、2 級

障がい認定により後期高齢者医療制度に加入するための申請

障がいの程度が「一定の障がい」に該当し、後期高齢者医療制度への加入を希望する場合は、市民サービス課までご相談ください。

【申請に必要なもの】

- ① 身体障害者手帳、もしくは、障がいの状態を明らかに

するための国民年金の年

金証書等

② 印鑑

- ③ マイナンバーがわかるもの（個人番号カード、通知カード）

障がい認定により後期高齢者医療制度に加入した人について

認定を受けた時は、そのまま加入していた医療保険の資格喪失手続きを行ってください。また、後期高齢者医療制度に加入した場合でも、75 歳になるまでの間は障がい認定の撤回届をすることで脱退することもできます。なお、脱退した場合には、国民健康保険等の医療保険制度へ加入してください。

お問い合わせ

市民サービス課

☎ 23 8193

祝 100歳おめでとう！長生きします

9月18日の「敬老の日」にちなんで、市では最高齢者と新たに百歳になった人にお祝いを贈り、ご長寿をお祝いしました。
また、市長が市内在住の百歳以上の人にお会いして、ご長寿をお祝いしました。
これからも皆さん、ますますお元気で長生きしてくださいね！

市内の百歳以上のご長寿の皆さん

(9月15日現在)

小川 榮子	さん	小川東町	105歳
大倉 きく	さん	三木里町	104歳
浅井 國平	さん	大字天満浦	103歳
尾崎 さず	さん	九鬼町	102歳
牛嶋 フサエ	さん	大字向井	101歳
辻 ふくゑ	さん	南陽町	100歳
松永 きみ	さん	古戸町	100歳
中野 志づか	さん	栄町	100歳
宮崎 静子	さん	中央町	100歳
大川 留市	さん	古江町	100歳
塩崎 と志子	さん	栄町	100歳
倉本 積一	さん	野地町	100歳

※ほかに3人、匿名の人がいます。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎8201

小川榮子さん



倉本積一さん



牛嶋フサエさん



10月1日(日)から

ふれあいバス全線の路線・ダイヤ改正

交通手段を確保して公共交通サービスを充実させるため

ふれあいバス全線の路線及びダイヤを改正します

ハラソ線・八鬼山線、尾鷲地区では、他路線への接続強化、市街地滞在時間の確保など、住民ニーズに応じたダイヤ調整を行いました。また、ハラソ線では、交通不便地域の利便性を高めるため、賀田中奥地区及び名柄地区に新たに乗り入れしました。加えて、ハラソ線・八鬼山線を尾鷲駅に乗り入れし、JR線接続の利便性を高めるとともに、市街地への移動を広範囲に行えるような改正となっています。

一方、須賀利地区では、朝の一番のみ、尾鷲総合病院への直行便を運行します。加えて、紀北町島勝地区での滞在時間

を確保するため、セミデマン方式による運行を新たに行います。詳しくは、パンフレット「尾鷲市公共交通のご案内」または、市ホームページで確認してください。また、配布したパンフレット「尾鷲市公共交通のご案内」については、八鬼山線尾鷲行き2便は、市ホームページで確認してください。詳しくは、パンフレット「尾鷲市公共交通のご案内」または、市ホームページで確認してください。また、配布したパンフレット「尾鷲市公共交通のご案内」については、八鬼山線尾鷲行き2便は、市ホームページで確認してください。

停留所名	修正前	修正後
コノワ	8:55	8:50
うみの子ぶんこ前	8:56	8:51
三木浦	8:57	8:52
市場前	8:57	8:52
三木浦口	8:57	8:52
国道三木浦	8:59	8:54
三木小学校前	9:00	8:55
早田峠	9:05	9:00
早田口	9:06	9:01
早田(着)	9:07	9:02
早田(発)	9:08	9:03
早田口	9:09	9:04
早田峠	9:09	9:04
九鬼駅	9:16	9:11
梅の輪	9:17	9:12
中学校前	9:18	9:13
診療所前	9:19	9:14
漁業組合前	9:19	9:14
九鬼町(着)	9:20	9:15
九鬼町(発)	9:21	9:16
漁業組合前	9:21	9:16
診療所前	9:22	9:17
中学校前	9:23	9:18
梅の輪	9:24	9:19
九鬼駅	9:25	9:20
国道矢浜	9:40	9:35
尾鷲市病院前	9:43	9:38
イオン前	9:44	9:39
野地町	9:46	9:41
尾鷲駅	9:47	9:42

※ ふれあいバス八鬼山線(尾鷲駅行 2 便目) 全停留所にて 5 分早めます。



市長公室 ☎ 8134

環境美化用袋(無料)

をご利用ください

道路や公園など公共の場所を美化活動などで清掃していただく際に使用できる無料の指定ごみ袋を配布しています。

●事前申請が必要です。

●配布枚数

個人 1回5枚まで

団体 必要数

※いずれも、終了報告書の提出と余った袋の返却が必要です。

※自治会や団体等の環境美化活動によって出たごみの回収サービスも行っていますので、クリンクルセンターまで事前に申請してください
申込・お問い合わせ
クリンクルセンター

☎②0605

ふれあい収集サービス(無料)をご利用ください

次の要件に該当し、自分でごみを出すことが困難な人の家庭に、ごみを取りに伺いますので、

クリンクルセンターに申し込んでください。

●事前申請が必要です。

●対象世帯

① 65歳以上で介護保険の要介護認定を受けている一人暮らしの世帯

② 身体障害者手帳を持つ一人暮らしの世帯

※同居者がいる場合でも、世帯全員がごみ出し困難な場合は対象となります。

申込・お問い合わせ

クリンクルセンター

☎②0605



ごみ収集の様子

し尿汚泥肥料(無料)

をご利用ください

し尿処理の工程で発生した汚泥を乾燥させた肥料を袋詰めしたものを、クリーンセンターまで取りに来ていただけることを条件に無料で配布しています。

※尾鷲市民に限ります。

※予約制ですので、事前に左記のところまで申し込んでください。

申込・お問い合わせ

クリーンセンター

☎③8700



袋詰めされる肥料

国民健康保険医療費通知について

市民サービス課から、10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加入され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

平成29年5月1日～8月31日の間に療養を受けられた人

※ただし、このお知らせで医療費控除は受けられませんので、注意してください。

お問い合わせ

市民サービス課 ☎③8193

今月のフォトグラフ



ひだまりサマースクール(場所:三木浦コミュニティーセンター)



親子おさかな料理教室(場所:福祉保健センター)



八幡神社祭礼道中手踊り



防災訓練(賀田町)



防災訓練(南陽町)



はじめまして満1歳です

お兄ちゃん大好きなかずと
これからも元気いっぱい
大きくなあれ！



じんぼ かずと
神保 和叶くん
(矢浜、父・太志 母・泉)

兄ちゃん大好き！
ケンちゃんです



まつい けんしん
松井 謙真くん
(泉、父・克磨 母・香奈子)

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。



8/21(月) カイ ヒデキ ソウ セン ウォング **Ky Hideki Tso-Tseng Wong** さんが、新しい外国語指導助手(ALT)として着任しました。



9/4(月) 市と伊勢農業協同組合が、高齢者地域見守り活動に関する協定を締結しました。(場所：市役所)



ご存じですか？

不良行為防止に向けた大人の責務

青少年の行動は、中学、高校へ進むにつれて、友人の影響が強くなる傾向です。青少年の周りに喫煙や飲酒をする人が多かったり、先輩や、尊敬する人がそのような行動をとっている場合は、喫煙や飲酒などが社会的に容認された行動であると思い、まねたり、好奇心で手を出す場合があります。また、家庭などで煙草や酒くらいと軽く考え容認していることも、青少年の不良行為の原因のひとつになっています。

非行防止のポイント

- 喫煙や飲酒が体に害を及ぼすことなどについて家族でよく話し合うこと
- 青少年に酒をすすめたり、喫煙を黙認しないこと
- 飲酒や喫煙、深夜はいかないなどの不良行為を容認する社会風潮を改める

深夜における外出の制限

- (三重県青少年健全育成条例)
- 保護者は、深夜に青少年をみだりに外出させてはいけません。

- 何人も、保護者の委託を受け、又は同意を得る等の正当な理由がある場合以外に、深夜に青少年を連れ出し、同伴し、又はとどめた場合は、十万円以下の罰金になります。
- 深夜に営業を営む者は、深夜営業する施設内又は敷地内にいる青少年に対し、帰宅を促すように努めなければなりません。

未成年者喫煙防止法による罰則規定

- 親権者等が未成年者の喫煙を知りながら制止しないときは、一万円未満の料料
- 煙草等を販売する店は、未成年者に対し、未成年者が自ら喫煙することを知らながら煙草等を販売した場合は、五十万円以下の罰金

少年問題は、大人の問題

少年問題は、家庭、学校、を含め地域の問題であります。少年の非行防止、健全育成に向けて、まず次のことを心がけてください。

保護者等は

- ・ 子どもを深夜みだりに外出させないよう注意を払う
- ・ 子どもが喫煙していることを知ったら必ず制止し、以後も喫煙しないよう注意を払う

煙草販売業者は

- ・ 年齢を確認し、購入しようとする未成年者へ絶対に販売しない
- ・ 地域住民は

- ・ 深夜徘徊している青少年を見かけた場合は、必ず帰宅を促す
- ・ 未成年者の喫煙を見かけたら勇気を出して注意する

家庭は何人かの家族から成り立っています。そして地域はその家族の集まりです。子どもは、家族の一員であり、地域の一員でもあります。青少年が健やかに育つには、「地域の子どもは地域で守り育てる」親や大人の役割、責任が大きいことを認識することが大切です。

お問い合わせ
少年センター ☎ 8295



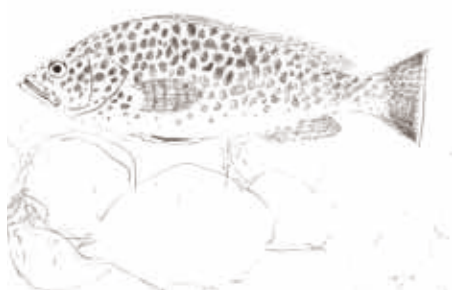
オオモンハタ

オオモンハタはハタ科マハタ属の魚で、当地ではアズキマス、イギス等と呼ばれ、定置網、刺し網、一本釣り等で漁獲されたものが水揚げされ、比較的高値で取引されます。

日本では南日本、世界ではインド洋、紅海、西太平洋に分布し、主に沿岸の比較的浅い岩礁や転石混じりの砂地、人工魚礁等に生息しています。潜って観察すると、同じ環境を住处とするカサゴ(ガシ)や同属のアカハタ(アカゴロ)、小型のオオモンハタは底に定位置していることが多いのに対し、大型のオオモンハタはどの根の周りでフラフラと浮いていることが多く見られます。

産卵期は夏、その前後である初夏から秋にかけて活発に小魚やエビ、カニ類等を食べます。詳しい成長速度、成熟年

齢等は明らかにされていませんが、最大で50cmほどに成長します。近年は夏のルアー釣り対象魚としての地位が築かれ、人気が高まっているので、資源の減少が心配されるところです。同属でサイズの近いキジハタに関しては研究が進んでおり、キジハタの場合は1歳で約20cm、2歳で25cm、3歳で27cm、4歳で31cm、5歳で36cmになり、2〜3歳でまずは雌として成熟し、30cm以上でオスに性転換し、オスは複数のメスを連れています。キジハタについては種苗放流等の栽培漁業が盛んであるため、鳥取県の一部地域では漁業者が漁獲サイズの自主規制を行い、山口県では平成25年10月より30cm未満のキジハタの再捕を禁止する等、資源保護をしているようです。



みんな健康づくり

秋から始めるウォーキング

秋は体を動かすのに適した気候であり、「スポーツの秋」として広く勧められるようになりました。しかしながら、スポーツを始める時、何をしたらいいのかわからない人もいます。そのような人や、日頃、運動不足で運動するのが億劫な人にお勧めなのが「歩くこと（ウォーキング）」です。ウォーキングは、特別な道具や設備も必要なく、いつでも始めることができます。

持ち物

両手が使えりリュックを使用すると便利です。タオルや水分、余裕があれば着替えなども入れておくとういでしょう。

理想的な歩き方

姿勢が悪いと、膝や腰などに負担をかけてしまいます。姿勢よく「サッサツ」と歩くイメージで行いましょう。

● 遠くを見るように歩きましょう。

● 顎は軽く引きましょう。

● 普段より、約5cmほど大股で歩いてみましょう。

● かかとから着地し、かかと↓足の裏↓つま先と体重を移動し、つま先で地面をけりましょう。

● 腕は肘を90度に曲げ、後ろに引くように振りましょう。

● 肩の力は抜いて、背筋は伸ばしましょう。

歩く時の注意点

① 無理をして続けない

② 体調が悪い時はやめる

③ 歩く前後に簡単なストレッチを行う

④ 血圧の高い人、持病がある人は、医師に相談し、医師の指導に従って歩くようにする

ウォーキングは気軽にできる運動です。最初から目標を決めて始めるよりも、「今日は早く帰れそうだから遠回りしてみよう」「ちよつと遠くのスーパーまで行ってみよう」といったことをきっかけに、日常生活で歩く機会を増やしてウォーキングの楽しさを感じてみてください。

市では、月に1回ウォーキングデーを開催しています。詳しくは、17ページをご覧ください。

お問い合わせ

健康長寿推進係

☎ 3871

続 尾鷲の植物誌



新たな外来植物

ウチワゼニクサ
アマゾンチカガミ

先日、市内の小さな池で2種類の外来植物を見つけました。ウチワゼニクサ（セリ科）とアマゾンチカガミ（トチカガミ科）という水草です。尾鷲地方の水草類に新たに2種類が加わったわけですが、これらの植物は特定外来植物のオオキンケイギクのように爆発的に増加し、在来の湿地植物を駆逐するありがたくない植物たちです。

ウチワゼニクサは北アメリカ原産で、ウォーターマツシユルムの名で熱帯魚水槽用の植物として販売されています。三重県内で野生化が確認されたのは尾鷲地方が初めてです。因みに愛知県では2005年に確認され、現在

植物たちです。

ウチワゼニクサは北アメリカ原産で、ウォーターマツシユルムの名で熱帯魚水槽用の植物として販売されています。三重県内で野生化が確認されたのは尾鷲地方が初めてです。因みに愛知県では2005年に確認され、現在



ウチワゼニクサとその花



アマゾンチカガミとその花

こちらの外来種も温暖地では繁殖力が旺盛です。この小さな池を管理している方は、根こそぎ掘りとり駆除しているそうですが、採ってもまた繁殖してくるそうです。家庭で栽培していた植物を野外に投棄したり植栽したりしないことが大事です。

適した靴

つま先に余裕があつて（約1cm程度）指が中で動き、靴底に厚みのあるものを選びましょ

ウォーキングする時のポイント

適した服装

① 汗をしっかり吸い、汗で体を冷やさない、すぐ乾く生地を選ぶようにしましょう。
② 熱がこもらない通気性の良いものにしましょう。

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/>

特別展示室企画展

「清水千佳子ネイチャーアート展Ⅳ」

～熊野の花とその仲間たち～ & コラボコンサート

三重県松阪市在住のイラストレーター、清水千佳子氏の作品展を開催します。温暖多雨な気候である熊野の美しい植物を、絵を通して感じていただきます。

- ◆期 間 ～10月29日(日)
午前10時～午後5時
- ◆入場料 無料

《コラボイベント》

トロンボーンソロライブ(申込不要)

- ◆日 時 10月29日(日) 午後2時～4時
- ◆参加料 無料
- ◆出 演 倉口民央さん
(「Tammy's Band」トロンボーン奏者)

《付属事業》

ライブアート(申込不要)

緻密な絵が描かれる様子を間近で見ることが出来ます。

- ◆日 時 10月7日(土) 午前10時～正午
午後1時～3時
- 10月29日(日) 午前10時～正午
- ◆料 金 無料

講座

「小津安二郎監督作品『晩春』上映会」

父と娘の親子愛を中心にした人間模様を描いたホームドラマ『晩春』(昭和42年公開)をスクリーンで上映します。上映後は、作品の魅力や、三重県に縁のある小津監督について語り合います。

- ◆日 時 10月22日(日) 午後1時～3時30分
(開場:午後0時30分)
- ◆入場料 無料
- ◆定 員 80人(要申込・先着順)
- ◆解 説 田中忍さん
(三重映画フェスティバル実行委員会会長)
- ◆受 付 ～10月21日(土)
※定員になり次第、終了となります。
※上映後の座談会は自由参加です。

第11回熊野古道写真学校

～あなたの秋を探して～

日本を代表する風景写真家竹内敏信氏を学校長に、東紀州地域各所で地域の人々とふれあいそして地域の魅力を体感し、写真の技術力向上を目指す写真学校です。

11回目を迎える今年は、尾鷲市と紀北町を舞台に熊野古道伊勢路をはじめ、神社林や漁村山村風景など当地域の美しい風景や文化・風習などを写真に収めていただきます。

- ◆日 時 11月3日(金)～5日(日)
- ◆場 所 尾鷲市、紀北町
- ◆定 員 40人(基礎・入門コース20人、レベルアップコース20人)
- ◆参加料 Aプラン 28,000円(2泊6食付)
Bプラン 12,000円(宿泊無し、昼2食付)
- ◆講 師 基礎・入門コース
杉本恭子さん((公社)日本写真家協会会員、キャノンEOS学園講師)
レベルアップコース
清水重蔵さん((公社)日本写真家協会会員)
- ◆申 込 ～10月15日(日)
- ◆申込先 熊野市観光公社
※申込書をFAXまたは郵送してください。
※申込方法等、詳しくはお問い合わせください。

新しい古道の歩き方

「碓の原風景を訪ねて・大谷峠越え」

熊野市井戸町大馬神社から深沢峠を經由し、大谷峠(標高659m)を越えて、わずか2世帯が暮らす神川町碓集落を訪ねます。峠へと続く道には、石造物が点在し、かつて多くの人が生き交った生活古道の歴史を感じさせてくれます。

- ◆日 時 10月15日(日) 午前9時～午後3時
※雨天の場合は11月12日(日)に延期します。
- ◆参加料 500円(保険代、資料代を含みます。)
- ◆定 員 20人(要申込、応募多数の場合抽選)
- ◆場 所 熊野市(井戸町大馬神社～大谷峠～神川町柳谷碓)
※集合:熊野市文化交流センター駐車場
- ◆案内人 中井健一さん(熊野市井戸町)
- ◆受 付 ～10月8日(日)

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。

10月の予定

1日(鍋敷づくり)・8日(貝細工)・15日(木のキーホルダー作り)・22日(ひのきのスツール他)・29日(ひのきのおもちゃ)

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
10/ 1	くろだ薬局
10/ 8	くろだ薬局
10/ 9	くろだ薬局
10/15	くろだ薬局
10/22	くろだ薬局
10/29	くろだ薬局

午前9時～午後5時

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。

◆対 象 市民の皆さん ◆参加料 無料

①市が指定する下記の健康づくり事業(イベント)に参加し、ポイントを貯める。

②ポイントが貯まったら、特典グッズと交換する。(75、150ポイント)

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 ☎ 3871

Koko (心) Kara (体) 健康ウォーキングデー 参加者募集

コース	日時	集合場所・受付時間
倉ノ谷まちなか一周コース 約3.5km	10月24日(火) ※雨天中止 午前9時30分～11時30分	集合場所 福祉保健センター 受付時間 午前9時30分～9時45分

【持ち物】弁当、お茶、敷物、タオル、健康HAPPYポイント手帳 ※参加費無料

◆10月2日(月)から申し込み受け付けを開始しますので、事前に直接または電話で申し込んでください。



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。



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 原みさこ

奥の細道Op3 奥村瞳、小川裕也

東北名所Op2 山下みさ子、桑原保

18 美ら国沖縄編 北村恵美

16 奥の細道part1

堀口敏弘、川上尚美

13 北海道く北見く札幌編 川口千佳子

12 北海道く稚内く北見編

庄司あやめ、山本肇

10 九州志布志く熊本編 榎本洋子、川上忠子

9 九州周防灘く日向灘沿い編 山本克子

8 伊予・讃岐の国編 中森委代、内山美智子

6 阿波の国編 塩崎加代子

4 瀬戸内編

世古静子、村田智旦、今村澄子、野中嘉代子

3 奈良・京都 中森美枝子

2 東海道編 内山俊宏、小川雅士

1 熊野古道編 内山キエ



このページの申込・お問い合わせ 健康長寿推進係 ☎ 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)

16日(月)

午後1時～4時40分

大川哲次 弁護士

◎司法書士相談

17日(火) 午前10時～正午

井上文雄 司法書士

◎行政相談

25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

☎②③8250

◎児童相談・女性相談

10日(火) 午前9時～午後5時

申込・お問い合わせ

福祉保健課 ☎②③8201

◎三重大学連携室相談

18日(水) 午前10時～正午

午後1時～4時

※前日午後1時まで予約してください。

※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 ☎②③8134

四士合同無料相談会の開催

税理士、司法書士、土地家屋

調査士、行政書士の四士合同

で無料相談会を開催します。

秘密厳守、予約不要ですので、

ぜひご利用ください。

◆日時

10月7日(土)

午前10時～午後3時

◆場所

中央公民館

お問い合わせ

東海税理士会尾鷲支部

野田国一 ☎②②1887

三重県司法書士会紀州支部

黒久恭 ☎②②0518

三重県土地家屋調査士会

紀北支部

伊藤智夫 ☎④⑦1855

三重県行政書士会尾鷲支部

林正弘 ☎②②0646

尾鷲市斎場 指定管理者募集

市斎場の指定管理者を募集します。

◆資格

法人、団体

※個人で応募することはできません。

◆指定期間

平成30年度～34年度

◆募集要項の配布

10月2日(月)～10日(火)

市民サービス課窓口で配

布、または市ホームページ

からダウンロードするこ

とができます。

◆説明会

10月11日(水)

午後1時30分～

尾鷲市役所

◆申込期限

10月26日(木) 午後5時

申込・お問い合わせ

市民サービス課

☎②③8250

下肢静脈瘤公開 講座参加者募集

◆日時

11月12日(日) 午後2時～3時

◆場所

シティホテル望月

◆応募方法

ハガキ・FAX・メール

のいずれかで、参加者名、

住所、電話番号、年齢を記

入し、左記のところまで申

し込んでください。

※11月3日(水) 必着

※申し込み受け付け後に参

加証を送付します。

※申し込み多数の場合は

抽選となります。

◆定員

50人

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。
12月号の締め切りは、10月23日(月)です。

大きさ	1 枠 縦 50mm×横 80mm	
掲載料	1 枠につき月額	
	市内業者 10,000円	市外業者 15,000円

有料広告欄

詳しくは、お問
い合わせくだ
さい。
市長公室
☎②③8132

申込・お問い合わせ
おたクリニック
☎0598・29・1213
※電話で申し込みを行う
ことはできません。
FAX
0598・29・1262
メール
shimin-seminar@
covidien.com
〒515・0043
松阪市下村町993 おお
たクリニック内「足の健康
セミナー」係

電気柵を設置する
場合は注意してく
ださい!!

電気柵は、鳥獣からの被害
防止のために設置するもの
で、電気事業法等に定められ
た感電防止のための適切な措
置を講じることが必要です。
また、危険表示が義務付けら
れており、感電の可能性があ
りますので、見かけたら近づ
かないようにしましょう。

◆電気柵を設置する場合は、
下記の事項を守り、適切な
感電防止対策を行ったう
えで、感電防止対策が正常
に稼働する等の安全確認
を実施してください。

① 人が見やすいように、危
険である旨の表示をす
ること

② 使用電圧30ボルト以上
の電源から電気を供給
する場合、電気用品安
全法の適用を受ける電
源装置を使用すること

③ 使用電圧30ボルト以上
の電源から電気の供給を
受け、かつ、人が容易に立
ち入る場所に電気柵を設
置する場合は、漏電遮断
器を設置すること

④ 容易に開閉できる箇所
に専用の開閉器(スイッ
チ)を設置すること
お問い合わせ
木のまち推進課

☎②8224

10月16日 臓器移
植法施行20周年
を迎えます

臓器移植は、臓器の機能が
著しく低下し、移植によつて
のみ、その回復が見込まれる
人に対して行う医療で、臓器
の提供者はもとより、広く社
会に理解と支援があつて成り
立つ医療です。

臓器移植が広がっていく
ためには、わたしたち一人ひ
とりが、臓器提供について考
え、家族と話し合い、自分の
臓器提供に関する意思表示
をしておくことが大切です。
運転免許証や健康保険証の
裏面の意思表示欄で意思表
示が可能です。
ぜひ、自分の意思を記入し
ておきましょう。
お問い合わせ
三重県角膜・腎臓バンク
協会
☎059・224・2333

し尿くみ取り日程

須賀利 10月18日(水)～20日(金)
早 田 10月23日(月)午前中～24日(火)
九 鬼 10月25日(水)～27日(金)
三木浦 10月31日(火)～11月2日(木)
曾 根 11月6日(月)

三木里 11月7日(火)～10日(金)
古 江 11月14日(火)～17日(金)
梶 賀 11月20日(月)
賀 田 11月21日(火)～27日(月)

お問い合わせ クリニクルセンター ☎②0605

海の幸・山の幸！尾鷲の名産がお買い得！！

尾鷲イタダキ市

10月7日(土)、11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10月の講座 老人クラブ連合会

講座名	日時	講座名	日時
カラオケたんぽぽ	2・16日 午前9時30分～	折り紙	11・25日 午前9時30分～
カラオケさくら	10・23日 午前9時30分～	コーラス	11日 午後1時30分～
俳句	16日 午後1時30分～	民謡	5・19日 午前10時～
将棋	3・17日 午後1時30分～	日舞	6・20日 午前10時～
囲碁	10・24日 午後1時30分～	詩吟	6・20日 午後1時30分～
書道	4・18日 午前9時30分～	生花	13・27日 午前9時30分～
茶道	4・18日 午後0時30分～	お問い合わせ	☎②7941

「三木浦こいやあ」は10月21日(土)開催予定です。

天文学館 ☎ 0525

★今月の夜間観望会

4日(水) 午後7時～9時

中秋の名月

6日(金)・7日(土)

満月頃の月・ベガ・デネブ

13日(金)・14日(土)

海王星・二重星団(h・

x)・アルビレオ

20日(金)・21日(土)

アンドロメダ座大星雲・

海王星・天王星

22日(日) 午後6時～8時30分

星をじっくり見てみよう

(メシエ天体)天文サイエ

ンス教室

●対象 小学4年生以上

●定員 5人(組)

●参加費 無料

●持ち物

えんぴつ、ノート

※事前申込が必要です。

27日(金)・28日(土)

上弦頃の月・アルビレオ

29日(日) 午後6時～8時30分

望遠鏡を操作して月を見

よう

●対象 小学4年生以上

●定員 5人(組)

●参加費 無料

●持ち物

えんぴつ、ノート

※事前申込が必要です。

・入館時間 午後7時～9時

・夜間曇雨天の場合は閉館

★昼間の一般観望(太陽観望)

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)

図書館 ☎ 8282

◆おはなしだっこ・自由参加

・日時 10月5日(木)

・対象

①1歳児以上と保護者

午前10時～10時30分

②0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 10月12・19・26日(木)

午後3時～4時

・対象 幼児

・内容 紙芝居・絵本の読み

聞かせ・折紙ほか

◆おはなしの広場

・日時 10月14・28日(土)

午前11時～正午

・対象 小学生

・内容 ブックトーク・紙芝

居ほか

10月の休館日

2・9・15・16・23・30・31日

今月のおすすめ図書

《一般図書》

・運命の恋をかなえるスタンダール 水野敬也 著



聡子は子どもの頃に父が起こした事件により、自分の素性がばれることをずっと恐れて生きてきた。現在三十路、親しい友も恋愛経験もゼロ。そんな彼女の前に、『恋愛論』の著者・スタンダールを名乗る男が突然現れて…。意外なラストが待ち受ける、愛と笑いの物語。

・オペラ・ギャラリー50 朝倉めぐみ イラスト



オペラなんて敷居が高いわ、と思っていませんか？この本は50のオペラのストーリーと登場人物をイラストやグラフを使ってわかりやすく解説しています。オペラを観たことのない方でも楽しめ、きつと興味を持つはずです。ちょうど9月から中央公民館でオペラ講座も始まりました。ぜひ新しい世界を試してみてください。

その他

・パパは脳研究者

・ソロ

《児童図書》

・そのの100かいだてのいえ いわいとしお 作



ある寒い雪の日、シジュウカラのツピくんは一粒のひまわりの種を見つけました。ツピくんは花を咲かせて種をいっぱい増やそうと、植える場所をさがして空へ飛び立ちました。空には100かいだての家がありました。いったい誰が住んでいるんでしょうか？

その他

・ぐるぐるまわろうぐるぐるでんしゃ 間瀬なおた 作・絵

・ファニー 13歳の指揮官 ファニー・ベンニアミ 著

人の動き (8月末現在)

人口	18,460人 (前月比-26)
	(男8,562人 女9,898人)
世帯数	9,581世帯 (前月比-6)
転入	20人
転出	32人
出生	8人
死亡	22人
その他	0人 (住民基本台帳)

編集後記



「タイミング」は、けつこう自分には合っているときが多いかも。勢いで、いつちやえ！ってときもありますが(笑)実は、そんなときの方が、案外結果オーライなとき多くないですか？もちろん、全部ではないですけど…。

最近のタイミングのずれ

その① 携帯

その② 朝の信号待ち

その③ たまごを買ったのにその日もうった。↑

うちはよくあるんです…。

など、よくみると日常生活にとても密着していますよね。日々、急いでいる気がしてなりません。丁寧に心に余裕をもつて過ごすなんて夢のようです。みなさん、タイミングと時間を大切に！