



2月1日から5日にかけて行われた
尾鷲神社祭礼やーや祭 練りの様子

平成30年度 国民健康保険事業決算

収支について

歳入総額から歳出総額を引いた形式収支は3,542万円の黒字となつていますが、前年度からの繰越金や基金繰入金などを除いた実質単年度収支は、4,370万円の赤字となりました。

前年度からの変更点

国民皆保険を将来にわたって守り続けるため、平成30年4月から県と市町が一緒になって国民健康保険制度を担うこととなりました。

これにより、市から県へ納付金を納め、県から市へ医療費の支払いに見合う交付金が支払われることとなり、決算上ではお金の流れが大きく様変わりしました。

しかしながら、医療費が増えれば納付金も増えるため、市が厳しい状況にあることには変わりはありません。

歳入について

◆県支出金・普通交付金
17億6,777万円

平成30年度から加入者のみなさんの医療費などを支払うために県から交付されるようになりました。

◆国民健康保険税
3億6,483万円

みなさんに納めていただく税金ですが、加入者の減少や高齢化などにより、毎年減少しています。

◆基金繰入金
3,973万円

基金とは国保の貯金のことです。基金繰入金とは貯金を取り崩したことを意味します。これにより、他の歳入だけでは不足する分を補っています。が、残高に限りがあり、取り崩し続けることはできません。

歳出について

◆保険給付費
17億7,205万円

みなさんの医療費の7割分や、高額療養費の支払いなどにかかったお金です。

◆国民健康保険事業費納付金
5億5,961万円

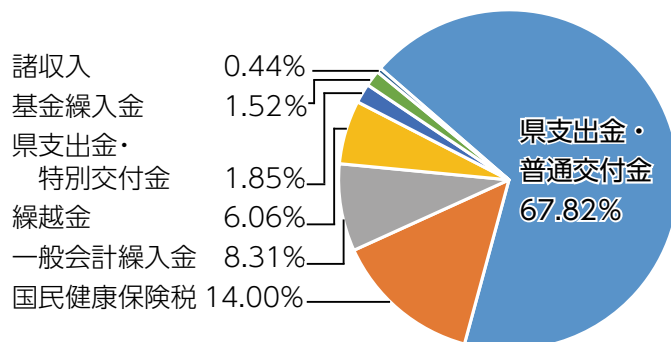
県からの交付金を受け取るために、県に納めないといけないお金です。

◆保健事業費
2,257万円

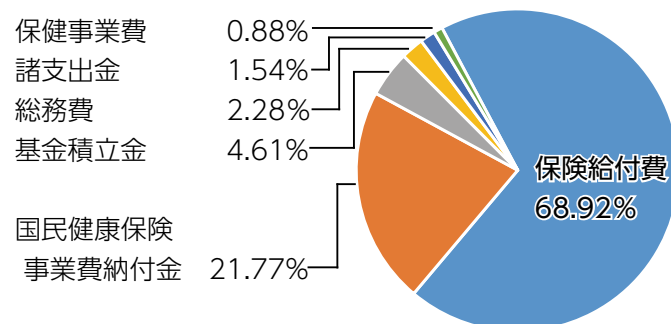
特定健診や、健康教室や料理教室などの健康づくり事業、グラウンドゴルフ大会への助成など、みなさんに健康を保持・増進していただくための取組みにかかったお金です。

その他の指標

◆一人あたり税額
79,593円



歳入 26 億 645 万円



歳出 25 億 7,103 万円

令和2年度から 国保税率等の改正に至った経緯

尾鷲市の現状

先月号でもお伝えしましたとおり、本市の1人あたり医療費は県内14市中1位(図①)と非常に高いのですが、それに対し税額は13位(図②)と低いまま据え置き、という状況を続けてきました。そのため、これまでは歳入(収入)が

◆収納率(還付未済額を含む)
93.33%

◆一人あたり医療費
44,431円22角

◆加入者数(年平均)
4,652人

うち前期高齢者(65〜74歳)
2,475人

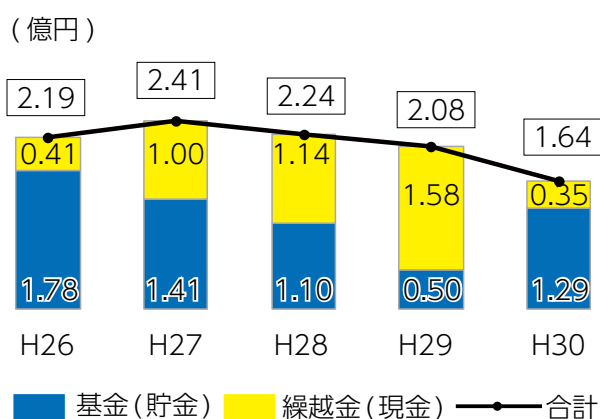
不足する分は基金(貯金)の取崩しで対応していました。しかしこの状況が続いているため、基金(貯金)も繰越金(現金)も少なくなってきたおり、このままでは財政運営ができないという状況にまでなりつつあります。(図③)

鈴鹿市	11.27
津市	10.66
桑名市	10.34
鳥羽市	10.17
いなべ市	9.99
四日市市	9.82
志摩市	9.44
松阪市	9.08
亀山市	9.03
伊勢市	8.57
名張市	8.52
伊賀市	8.49
尾鷲市	7.96
熊野市	7.47

図② 1人当たりの税額（平成30年度）

尾鷲市	44.31
熊野市	41.88
いなべ市	41.63
伊賀市	41.48
津市	39.99
名張市	38.90
亀山市	38.38
松阪市	38.31
四日市市	38.03
伊勢市	37.90
桑名市	37.89
鈴鹿市	37.77
志摩市	37.31
鳥羽市	36.78

図① 1人当たりの医療費（平成30年度）



図③ 年度末の財政調整基金残高（貯金）と翌年度への繰越金（現金）の推移

国民健康保険税の税率等の新旧対照表

		改正前	改正後
医療分	所得割	5.90% →	6.67%
	資産割	30.00% →	据え置き
	均等割	21,000 円 →	22,600 円
	平等割	21,000 円 →	22,600 円
支援分	所得割	2.10% →	2.33%
	資産割	15.00% →	据え置き
	均等割	7,000 円 →	8,300 円
	平等割	7,000 円 →	8,300 円
介護分	所得割	1.65% →	2.30%
	資産割	6.60% →	据え置き
	均等割	7,000 円 →	10,800 円
	平等割	5,500 円 →	8,500 円
限度額	医療分	580,000 円 →	610,000 円
	支援分	190,000 円 →	据え置き
	介護分	160,000 円 →	据え置き

お問い合わせ
市民サービス課
税務課

☎②③ 8 1 9 3
☎②③ 8 1 7 1

改正までの経緯

このような状況を改善するため、市の国保財政健全化委員会、国保運営協議会での議論を経て、令和元年12月の市議会に令和2年度からの税率改正を提案いたしました。

承認までに出た意見

改正が承認されるまで、

- ① 収支見込みの精度は確かか。
- ② 制度改革の直後なので、もう少し様子を見るべきではないか。
- ③ 低所得者層への配慮が必要である。

といった意見がありました。

意見への回答

これらに対し、

- ① 納付金などの歳出を様々な指標から必要最小限で見込んでいます。
- ② 今後更に歳入不足が見込まれるため、今改正しなければ令和2年度以降の財政運営が困難である。
- ③ 低所得者層には最大7割を軽減する制度があり、更に限度額も改正することにより負担を軽減している。

と説明いたしました。

議論の結果

その結果、

今後の予定

来月号ではこの税率改正が皆さんの税額がどのように影響するか、詳しくご説明いたします。

・ 市一丸となり県からの特別交付金を獲得すること
・ 周知、説明し、加入者の理解を得ること
・ 市議会にて承認をいただきました。

今後ともこの条件を遵守し、公平性、透明性のある国保運営に努めてまいります。

人権標語・ポスター入選作品を紹介します

お問い合わせ 市民サービス課 ☎²³8250

人権標語入選作品

がんばって
ゆうきをだして なかなおり

宮之上小学校1年 北村圭翔さん

ねえまって

そのことばひとつで きずつくよ

尾鷲小学校2年 福本陽馬さん

「ありがとう」

言うのも聞くのもうれしいね

賀田小学校2年 大門長嗣さん

やめようね

自分がされて いやなこと

矢浜小学校2年 直江政宗さん

すてきだね

一人ひとりの いいところ

尾鷲小学校4年 疇地希衣さん

だいじょうぶ

いつでも話 きくからね

尾鷲小学校5年 内山遥登さん



人と人
差別しないで 助け合おう

尾鷲小学校6年 栗原瑠杏さん

自分のことも

みんなのことも大切に。

東紀州くろしお学園 おわせ分校
高等部3 久保亮太さん

人権ポスター入選作品



尾鷲小学校3年
野中彩芭さん



賀田小学校5年
片岡美和さん



宮之上小学校6年
北村羽菜さん



尾鷲中学校1年
大市結友さん



尾鷲中学校1年
芝琥珀さん



尾鷲中学校1年
松下友里香さん



尾鷲中学校1年
濱田将志さん



尾鷲中学校1年
長井悠衣さん



かけがえのない命をみんなで守ろう！

3月1日～31日は自殺対策強化月間です

お問い合わせ

福祉保健課 ☎③3871

自殺のリスク要因

健康問題、経済・生活問題、家庭問題、勤務問題、男女問題、学校問題など



抑うつ状態・うつ病・アルコール依存症などを発症し、正常な判断ができなくなる

全国の自殺者数は年々減少していますが、平成30年は20,031人が亡くなっており、自殺はいまだ、深刻な社会問題となっています。自殺は、その多くが追い込まれた末の死です。自殺の背景には、様々な要因があり、その悩みにより心理的に追い詰められた結果、精神疾患を発症し、正常な判断を行う

自殺は追い込まれた末の死である

尾鷲地域（尾鷲市、紀北町）は、三重県下で自殺死亡率が高い地域となっています。尾鷲市は、自殺のリスク要因の1つである「うつ」の傾向が高いという健康課題があり、「うつ予防」を中心とするこころの健康づくりに取り組み、うつ病の早期発見、早期治療につながる地域づくりを目指し、自殺予防に努めています。

ことができない状態となっていることが明らかになっています。

わたしたちにできることは

周囲の人たちが自殺に至らないようにするため、地域に住んでいる私たちにしかできないことがあります。

気づき

発言や行動の変化など、周りへの不調のサインに気づき、自分にできる声かけをしましょう。

傾聴

悩みを話してくれたら、できる限り傾聴しましょう。また、本人の気持ち尊重し、相手を大切に思う気持ちを伝えましょう。

つなぎ

心の病気や社会・経済的な問題などを抱えているようであれば、公的相談機関、医療機関などの専門家へつなげましょう。

※下記の相談窓口をご利用ください。

見守り

身体や心の健康状態について自然な雰囲気ですべてをかけて、あせらずに優しく寄り添いながら見守りましょう。必要に応じて、専門家に情報を提供しましょう。

相談窓口

こころの相談

平日午前8時30分～

午後5時15分

福祉保健課 ☎③3871

尾鷲保健所 ☎③3428

こころの悩みの傾聴

平日午前10時～午後4時

☎059・223・5237

☎059・223・5238

強化月間中の活動

自殺予防街頭キャンペーン

日時

3月3日(火)

午後4時30分～5時

場所

イオン尾鷲店

ダイソー尾鷲店

自殺予防関連図書コーナーの設置

※下記の相談窓口をご利用ください。

期間

3月2日(月)～31日(火)

場所

中央公民館（図書館）

ふるさと納税

返礼品への参加事業者募集

市外にお住まいの人が【納税】という形で尾鷲市を応援してくれた際に、特産品や体験などのサービスをお届けする「ふるさと納税」を尾鷲市でも行っています。

豊富なメニューの中から返礼品を選んでいただきたいということ、また市内の産業振興を目指すという観点から、返礼品への参加事業者を広く募集しています。

この地で育んだ返礼品が集まることで、尾鷲市の魅力発信につながるよう、ご協力頂ける事業者は是非ご連絡ください。

事業者説明会は次のとおりです。

日時 3月23日(月)午後2時～

午後7時～

場所 中央公民館（1階視聴覚室）

お問い合わせ

協同組合 尾鷲観光物産協会

☎③8261 FAX③8263

（午前8時30分～午後5時15分）

年末年始のみ休業



行事



3月13日(金)

※毎月第2金曜日

ココロとカラダの相談会

場所 福祉保健センター2階

時間 午前10時～正午

血圧測定や健診結果の説明、腰痛や疲れがとれないなどのココロとカラダに関する相談を保健師と管理栄養士が行っています。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎②3871

3月15日(日)

三木浦こいやあ

場所 三木浦漁港

時間 午前10時～

地元のおいしいものなどを買つことができます。

3月24日(火)

kokoro(心)kara(体)

健康ウォーキングデー

向井・大曽根コース



時間 午前9時30分～午後3時

集合場所 福祉保健センター

申込開始日 3月2日(月)～(平日午前8時30分～

午後5時15分)

※必ず、事前にお申込みください。

参加費 無料

持ち物 お茶 お弁当 タオル

健康HAPPYポイント手帳

(雨天中止)

(不明な場合は前日お問い合わせください。)

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎②3871

毎週木曜日

木曜ウォーキング(自主会)

時間…午前9時30分～11時頃

集合場所…福祉保健センター

持ち物…お茶、健康HAPPYポイント手帳

案内人…川口洋司さん

お問い合わせ 福祉保健課 ☎②3871



毎週月曜日

三木里タラソ(自主会)

時間…午後1時30分～3時頃

場所…三木里海岸

タラソセラピーで健康づくり。タラソセラピーは、海洋療法という意味。海岸線の潮風、海水、砂浜を利用して、ウォーキングや外気浴でココロとカラダの健康づくりをしましょう。

持ち物…お茶、健康HAPPYポイント手帳

お問い合わせ 福祉保健課 ☎②3871



募集

健康教室参加者募集



健康づくりは、日々の運動習慣が大切です。仲間と一緒に楽しく身体を動かしませんか？

日時…3月16日(月)午後6時30分～8時

場所…福祉保健センター

対象者…39歳以下の人

内容：①血圧・握力・柔軟性などの測定・体力測定

②健康講話「これから始める健康づくり」

③家庭でできる筋トレ・ストレッチの実技

※運動できる格好でご参加ください。

参加費…無料

定員…15人

但し、定員に達した時点で締切とさせていただきます。

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎②3871

がん患者と家族の方のおしゃべり サロンin東紀州 中止について

3月7日(土)に予定をしておりました三重県がん相談支援センター主催の「がん患者と家族の方のおしゃべりサロンin東紀州」につきましては、新型コロナウイルス感染対策のため中止とさせていただきます。

お問い合わせ

福祉保健課 ☎②3871

熊野古道センターの催し

申し込み・お問い合わせ
熊野古道センター ☎2666

◎新しい古道の歩き方「クマノザクラを訪ねて～赤木城跡より北山道探訪」

熊野市紀和町赤木の赤木城跡より、かつて地域の人々の生活道として歩かれていた北山道を歩き、早咲きのサクラとして知られるクマノザクラを探訪するツアー

開催日：3月20日(金)※雨天の場合、翌日に延期

時間：午前9時30分～午後3時(9時より受付)

参加料：500円(保険料・資料代含む)

定員：25人(要申込・応募多数は抽選)

対象：健脚者向け(歩行距離約10km／累積標高±500m)

場所：熊野市紀和町赤木地区(集合・解散場所－赤木地区)

受付：3月13日(金)午後5時まで

※必ずしもサクラが鑑賞できるとは限りません。

予めご了承ください。

◎世界遺産登録15周年記念企画展「修験道～実利行者と大峯奥駈道～」

修験道の根本道場といわれる大峯および大峯奥駈道の変遷について紹介し、また、捨身行を実践した実利行者の修験者としてのふるまいと、さらに行者を支援した山麓の村々に残る史料を紹介し、行者とその村々とのつながりに迫ります。

開催期間：3月29日(日)まで

時間：午前9時～午後5時

入場料：無料

◎世界遺産登録15周年記念シンポジウム「紀伊半島遺産～地域に眠る宝から紀伊山地の豊さを知る」

三重、和歌山、奈良の三県より、地域の歴史や文化について研究活動をしている講師をお迎えし、各県の取り組みについてお話いただき、紀伊山地の豊かさをテーマにパネルディスカッションを行います。

開催日：3月8日(日)、時間：午後1時30分～3時30分

入場：無料

定員：80人(要申込・先着順)

受付：3月7日(土)午後5時まで

◎三重県－スペインバスク自治州「道の協力・連携に関する覚書」締結記念「サンティアゴ・デ・コンポステーラの巡礼路・バスクの道写真展・オープニングイベント」

世界遺産「サンティアゴ・デ・コンポステーラの巡礼路」のバスク自治州内を通る「カミーノ・デ・サンティアゴ北の道」の写真展を開催します。＜写真展＞

開催期間：3月1日(日)～4月5日(日)※3月1日は午後1時半オープン

時間：午前9時～午後5時

入場料：無料

場所：展示棟ホール

※毎週日曜日は申込不要にて参加できる「日曜わくわくものづくり体験」

(午後1時～3時受付、メニュー週替り)を開催しています。

3月の予定：1日・22日(動物3Dパズル他)／8日(貝細工)／15日(ヒノキのおもちゃ) 29日(ヒノキのスツール)

※都合により変更する場合があります。

尾鷲スポーツクラブ会員募集

尾鷲スポーツクラブ(地域総合型スポーツクラブ)では令和2年度会員の募集を行なっています。クラブ会員の加入のスポーツ保険は、一人の会員の複数種目・複数団体に対応できます。個人での加入、又は、団体での加入も行なっていますので、加入希望の人は、年会費、印鑑を持参の上、体育文化会館へお申し込みください。

尾鷲スポーツクラブ加入団体は、県営施設の減免対象となります。新規加入をお待ちしております。

※申込用紙は、体育文化会館にあります。ホームページからダウンロードできます。

年会費(スポーツ傷害保険料+振込手数料)

2、2000円(高校生以上、64歳まで)

1、6000円(65歳以上)

1、1000円(中学生以下)
お問い合わせ 生涯学習課 ☎28299

樹木講座「野外で樹木にふれよう」

参加者募集

日時：3月15日(日)

午前9時～午後3時頃「雨天中止」

集合場所：中央公民館前

目的地：熊野市紀和町赤木城跡周辺

内容：実際に咲いている「クマノザクラ」を見に行きます。

対象：高校生以上20人

名講師：樹木医 小倉光善 さん

持ち物：弁当、飲み物、ループ(あれば)

参加費：1000円(保険代)

申込期限：3月11日(水)午後5時まで

(電話申し込みも可能です。但し、定員に達した

時点で締切とさせていただきます。)
お問い合わせ 生涯学習課 ☎20001

パエリア・サラダ・簡単ティラミス作り

参加者募集

日時：3月17日(木)午後6時～9時

(受付：午後5時45分～)

開催場所：中央公民館

内容：パエリア・サラダ・簡単ティラミス他

募集定員：15人(先着順)

講師：サマンサックス

参加費：1,000円

申込期間：3月12日(木)午後5時まで

(但し、定員に達した時点で

締切とさせていただきます。)

お問い合わせ

生涯学習課

☎20001

近年、若者だけでなく大人のあいだでもよく利用されているSNS（ソーシャル・ネットワーク）キング・サービス、インターネット上で人と人の繋がりがや交流を楽しむサービスのこと。中でもツイッターは、一言を「つぶやく」かたちで投稿することで気軽に情報発信でき、それを見た人が更にその情報を拡散できるという特徴があるため、大手企業だけでなく官公庁なども公式アカウントを作成し、精力的に情報発信を行っています。

市でも、昨年から政策調整課が担当となって尾鷲市公式アカウントを作成しており、様々なお知らせといった行政的な投稿はもちろん、今日のふとした出来事など、心が温まるようなつぶやきも投稿されています。商工観光課や生涯学習課も独自のアカウントでイベント情報などを積極的に発信しているほか、尾鷲商工会議所や尾鷲市社会福祉協議会もアカウントを作成しているなど、様々な団体がツイッターを通じ



て市内外の人に尾鷲のリアルタイム情報をお届けしています。気になるアカウントは、キーワード検索の画面から探すことができます。ツイッターを利用している皆さんも、尾鷲の様々なアカウントをフォローして、一緒に尾鷲の情報を発信していきませんか？

お問い合わせ
商工観光課 ☎ 28215

尾鷲第二発電所の発電放流警報が、サイレンから警報表示に変更となります。

電源開発株式会社より大切なお知らせです。令和2年5月下旬から中川上流にある尾鷲第二発電所の発電放流の警報が変わります。現在、発電放流の警報はサイレン音でお知らせしていますが、5月下旬からは「発電放流中」という表示が点滅する方式に代わります。住民の皆さんには何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ 電源開発株式会社

☎ 21028

国民年金基金とは？

国民年金基金とは、国民年金ではありません。国民年金に上乗せする公的な個人年金です。自営業の人やフリーランスで働く人で、20歳以上65歳未満の国民年金の保険料を支払っている人が対象となります。

自分の予算に合わせて設計することができ、将来受け取る年金を確実に増やすことができます。

《メリット》

- ・掛金は、全額所得控除（社会保険料）の対象となり、節税ができてお得になります。
- ・掛金は自分で自由に選択できます。
- ・終身年金が基本で、掛金率は選択した給付の型と加入人数によって決まります。

・本人が死亡した場合、保証期間内であれば遺族一時金が支払われます。（非課税）
詳しくは、三重県国民年金基金までお問い合わせください。

お問い合わせ

三重県国民年金基金 フリーダイヤル
☎ 0120・29・1284

薬学部生対象修学資金貸与制度及び薬剤師対象奨学金償還支援制度を創設します。

①薬学部修学資金貸与制度

尾鷲総合病院は、将来当院に勤務していただくことを条件に、薬学部の4～6年生を対象にした修学資金貸与制度を創設します。貸与金 月額7万5千円以内（無利子）

②薬剤師奨学金返還支援助成金貸付制度

薬剤師免許取得者及び取得見込み者で、4月以降に当院に勤務することを条件に、現在日本学生支援機構等の奨学金の返還を行っている者を対象にした返還支援助成金制度を創設します。

貸付金 月額7万5千円以内（無利子）

・いずれも当院が定める期間従事した場合、全額返還が免除されます。

・詳細はお問い合わせください。

お問い合わせ

尾鷲総合病院 ☎ 23111

地域包括支援センターへ！

◎地域包括支援センターとは？

高齢となっても住み慣れた地域でいつまでも健やかに、自分らしく暮らせるよう、高齢者のあらゆる相談に対応する地域の総合相談窓口です。

どこに相談してよいかわからない心配事や悩みごとがあれば、ご連絡ください。医療・保健・福祉・介護などさまざまな相談を受けて、各関係機関と連携して支援を行います。

市は、社会福祉協議会に運営を委託しています。保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職がチームとして連携を取りながら、高齢者の暮らしを支えています。

◎介護や健康のこと
「介護保険を利用したい」「介護予防事業に参加したい」といった相談に対応し、要介護（要支援）認定の申請代行やケアプランの作成、受けられるサービスの紹介などを行います。

◎権利を守ること
「近所の高齢者が虐待にあっているのでは？」「悪質商法の被害にあった」「認知症でお金の管理ができない」といった高齢者の権



利や財産などの不安についての相談に対応し、被害の防止や救済、制度の紹介を行います。

◎地域での安心な暮らし

いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らせるように、ケアマネジャーの支援のほか、関係機関や住民の皆さんと協力できるネットワークづくりを進めています。

◎認知症施策の推進

認知症が疑われる方や認知症の家族を訪問し必要な医療・福祉・介護のサービスを繋げるように支援します。

また、認知症の正しい理解を目的に「認知症サポーター養成講座」の開催や、認知症の方やその家族、地域住民、福祉・介護の専門職など、誰もが気軽に集い理解と交流が出来る認知症カフェ（こもれびカフェ）を開催しています。

お問い合わせ

地域包括支援センター

☎ 230003

※来所できない場合は、自宅に訪問することも出来ます。

みんなで健康づくり

風しんからあなたと、これから生まれてくる子どもたちを守るために

風しんは、成人がかかると症状が重くなる場合があります。

また、妊娠初期の妊婦さんに感染させてしまうと、先天性風しん症候群の赤ちゃんが生まれてくる可能性があります。

風しんとは？

風しんウイルスによって起こり、発熱、発疹、リンパ節の腫れなどの症状が現れます。せきやくしゃみなどによる飛沫感染でうつり、風しんの免疫がない集団では、1人の風しん患者から5〜7人にうつす強い感染力があります。

2018年に関東地方を中心に流行し、患者の8割が男性の30〜50代でした。昭和37年度〜昭和53年度生まれの男性は公的に予防接種が行われておらず抗体価が低いいため、風しんに罹りやすく、さらに家族や周囲に広げてしまうおそれがあります。

風しん患者数（暫定値）

2016年：126件

2017年：91件

2018年：2,917件

2019年：2,306件

先天性風しん症候群は妊娠初期に妊婦が、風しんに罹った場合、生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓などに障がいがあることがあります。

2019年に4件、2020年もすでに1件報告されています。

昭和37年度〜昭和53年度生まれの男性の皆さんへ

この年代の男性が抗体検査を受け、必要な予防接種を受けると、免疫を持っている人が増え、風しんの流行はなくなるといわれています。あなた自身とこれから生まれてくる子供を守るために、クーポンを使って、ぜひ抗体検査と予防接種を受けてください。

抗体検査実施率が低い尾鷲市

無料で受けるためには、市が発行するクーポンが必要です。全国的に昭和47年度〜昭和53年度生まれの人には、すでに送付していますが、抗体検査の実施率が6.3%であり、三重県16.3%、全国15.1%を大きく下回っています。抗体検査は、職場検診等でも受けられます。また、昭和37年度〜昭和46年度生まれの人は、4月中に送付予定ですが、ご希望により随時交付ができます。

詳細につきましては左記までお問合せください。本紙12ページお知らせ欄もご参照ください。

お問い合わせ 福祉保健課

☎ 3871

避難所運営マニュアル

避難生活における疲労の蓄積、ストレス等による肉体・精神的負担を防ぐため、事前に各避難所におけるマニュアルを作成することが必要です。

1 住む家がなくなる

大地震が発生した場合、強い揺れ、津波、火災、土砂災害などにより多くの家屋が倒壊、流出、焼失し、多くの人々が被災して、避難を余儀なくされます。

一時避難場所では生活できません。住む場所がなくなり、避難所で生活を余儀なくされます。

2 行政職員はあてにならない

大規模災害時に行政職員が避難所に赴き、避難所を運営することは困難です。

行政職員も被災します。また残された職員は、市役所において複雑多岐な災害後の業務の対応にあたります。

3 避難所を運営するのは

被災した地域住民

避難所生活における具体的なルール等を事前に作成することで、災害時には避難者が主体となり、円滑な避難所の運営が可能となります。

4 大規模災害時には、避難所生活が長期化することから震災関連死を防ぐ

阪神・淡路大震災では6カ月、東日本大震災では7～9カ月の避難所生活を余儀なくされ、中には震災関連死で亡くなられた人が多数います。

市では、平成29年度に尾鷲市避難所運営マニュアルを作成し、各避難所においても独自の避難所運営マニュアルの作成支援を順次しています。

引き続き、各避難所における避難所運営マニュアルの作成支援をしていきますので、ご活用していただきますようお願いいたします。

防災危機管理課

☎ 8118



海中さんぽ

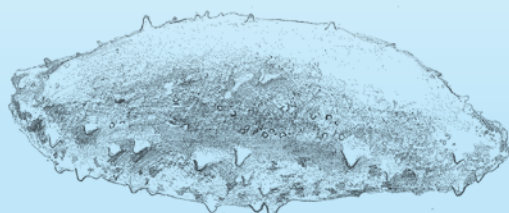
マナマコ

マナコは、ウニやヒトデなどの仲間、棘皮動物というグループになります。棘皮動物は五角形のからだのつくりや、からだの表面に埋まった小さな骨など、共通した特徴を持っています。柔らかくそうに見えるマナコも、細かな骨のかげらが皮フ内に分散しています。

マナコの中で、最も食用にされているのがマナマコです。マナマコには色によって3つのタイプがあり、外洋の岩礁域に生息するアカナマコと、内湾の砂泥域に生息するアオナマコ、クロナマコがあります。最近の研究によると、アカナマコだけ別種である可能性があるそうです。

3月～4月が産卵期で、孵化した幼生は海を漂い、20日後～1カ月後に着底し、0.3～0.4mmの稚マナコになります。1年後の初夏には120g前後に成長します。水温が上昇する夏には活動が不活発になって夏眠に入り、秋になって水温が低下すると夏眠から目を覚まし、活動を開始する生活パターンを繰り返します。

海底の砂や泥の中に含まれる海藻



の破片や微生物などを食べるので、海底をきれいにする役割があります。

尾鷲で一般的に食用にされているマナコは、アカナマコという種類です。

両端を切り落とし、腹を切って内側の白い皮を外し、薄く切って生で酢の物にするのが手軽に食べられる方法です。柔らかくする方法は、スライスした身を「80℃ぐらいのお茶で10秒から20秒」、「軽く蒸す」、さらに「一旦冷凍する」など様々、いろいろ試すのが一番だと思っています。

はじめまして
満1歳です



くす さ き な ちゃん
楠 桜希那
(倉ノ谷町、父・功大 母・沙織)



ご み な な は ちゃん
五味菜々花
(新田町、父・英二 母・麻里奈)



うめざき みなと くん
梅崎 湊
(新田町、父・信吾 母・舞)

笑顔いっぱいのおさきちゃん♡1歳
おめでとう♡これからたくさん
笑顔を見せてね♡

とっても活発な、ななちゃん。
これからもたくさん遊ぼうね！
いっぱい食べて、大きくなってね！

湊 一歳おめでとう。家族にたくさ
んの幸せをくれてありがとう。大好
きだよ。

きょういく
あれこれ

2020年

教育が大きく変わる

学習指導要領が変わる

全国どこで教育を受けても、一定の水準の教育を受けられるようにするため、国が目標や教育内容についての基準を定めています。

これが「学習指導要領」です。学習指導要領はおよそ10年ごとに見直され、2020年度には小学校、2021年度には中学校、その翌年には高等学校の学習指導要領が改訂されます。

改訂のポイント

変化の激しい時代を生きる子どもたちが、社会の中で活躍できる力を育成することが改訂のねらいです。具体的には次のようなことが行われるようになります。

①「主体的で対話的で深い学び」の視点からの授業づくり

これまでの教育は、知識や技能を確実に習得するということが重視され、一つの正解を先生が一方的に知識として教えるという授業が主でした。しかしこれからは、問題の解き方を子ども同士で話し合ったり、個々に意見を出し合ったりというような、子どもが主体的・能動的に参加する授業形態へ

と移行していきます。「何を学ぶのか」だけでなく、「どのように学ぶのか」を重視した授業が行われ、「自分で考え、判断し、表現できる力」を育てていきます。

②小学校英語の教科化

これまでは小学校5、6年生で「外国語活動」の授業が行われていましたが、来年度からは、「外国語活動」が3、4年生で行われ、5、6年生では教科として「外国語（英語）」が導入されます。教科化されることにより、これまでの「聞く」「話す」活動に「読む」「書く」活動が加わり、数値などによる成績がつくようになりま。

③小学校での

「プログラミング教育」の必須化
「プログラミング教育」は教科として盛り込まれるということでは

ありません。既存の教科の中で、問題の解決には必要な手順があることに気づくなど、論理的な思考力を養うこと、そして教科の学びを深めることを目的に行われます。実際にコンピュータに触れながら、体験するような授業が行われるようになるため、尾鷲市でも、ICT機器の整備を図っていきます。

大学入試が変わる

大学入試改革では、センター試験に代わって「大学入学共通テスト」が実施されます。「知識・技能」だけでなく、「思考力・判断力・表現力」を重視した出題が増える予想されます。

また大きな変更点として、国語・数学で全問マークシート方式に加えて、一部記述式を採用すること、そして、英語では「読む・書く・聞く・話す」の4技能を評価するために民間の検定試験を利用することが、改革の目玉とされています。しかし、この2点については、いくつかの課題が残されており、実施の延期が決まりました。

2020年からの教育改革で、授業や入試が変わってきます。子どもたちがどんな勉強をしているか、ぜひお子さんと話したり、一緒に考えたりして、知るようにしてみてください。

お問い合わせ 教育総務課

☎ 238292



胃がん・肺がん検診

●自己負担金 胃がん1,018円、肺がん509円、^{かくたん}喀痰509円（生活保護世帯は無料ですが、必ず申告してください。）

実施日	場所	受付時間	定員	申込開始日
3 / 8 (日)	福祉保健センター	8:30 ~ 9:30	胃がん40人 肺がん 150人	受付中

申込先 福祉保健課 ☎②3 8 7 1

乳がん・子宮頸がん検診

●自己負担金 乳がん1,018円、子宮頸がん1,018円（生活保護世帯は無料ですが、必ず申告してください。）

実施日	場所	受付時間		定員	申込開始日
		乳がん	子宮頸がん		
3 / 8 (日)	福祉保健センター	8:30 ~ 9:30	なし	乳がん 45人	受付中
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	乳がん 45人 子宮頸がん 60人	

※福祉保健センターでは託児可(要事前予約)

申込先 福祉保健課 ☎②3 8 7 1

●乳がん、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。

乳がん検診 西井外科胃腸科 ☎②3 7 7 3

子宮がん検診 尾鷲総合病院 ☎②3 1 1 1 海山レディースクリニック ☎③0 8 8 8

献血にご協力を

対象者

年齢 18 ~ 69 歳(男性は 17 歳も可能)

体重 50kg以上の人

※運転免許証・保険証など、本人確認ができるものを持参してください。

※薬を服用している人、特定の海外渡航歴のある人は献血できません。

お問い合わせ

福祉保健課 ☎②3 8 7 1

日時	場所
3月10日(火) 午前10時~11時30分	イオン尾鷲店
3月10日(火) 午後1時~4時	イオン尾鷲店

成人男性の風しん抗体検査と予防接種 無料実施のお知らせ

風しん抗体保有率がほかの年代と比べて低く、風しんの感染リスクが高い年代のうち昭和47年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性に、昨年7月、風しんの抗体検査と予防接種のクーポン券を送付しています。クーポン券を利用すると令和4年3月末までの期間限定で抗体検査や予防接種を無料で受けられます。

なお、クーポン券には有効期限「2020年3月」と記載されていますが、令和4年3月までそのままご使用できます。紛失された場合は再発行しますので、下記までお問い合わせください。

また、昭和37年4月2日~昭和47年4月1日生まれの男性には4月中にクーポン発送予定です。

お問い合わせ

福祉保健課 ☎②3 8 7 1

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。



すくすく子育て相談

妊娠、出産、子育てなどお子さんの発育・発達のこと、困っていませんか。保健師、管理栄養士による子育て相談を行っています。



体の健康相談

生活習慣病予防などの健康のこと、健康診査の見方や結果のこと、悩んでいますか？保健師、管理栄養士による健康相談を行っています。



各種教室、イベント、健診（がん検診）等に関する情報は、尾鷲市公式 Twitter (@ OwaseC) にて情報発信しております。

尾鷲市健康 # おわせ市子育て で検索ください♪

【相談窓口】福祉保健センター

相談・お問い合わせ

福祉保健課 ☎③3871

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）

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③3871

九州周防灘～日向灘沿い編№9 田中美幸 中村富子

九州熊本～門司編№11 中村富子 内山キエ

北海道～稚内～北見編№12 中村富子

奥の細道 Op 4 濱口美智子 庄司あやめ

山陰地方 Op 9 大川善士

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	営業時間
3 / 1	くろだ薬局	午前 9 時～午後 5 時
3 / 8	くろだ薬局	午前 9 時～午後 5 時
3 / 15	くろだ薬局	午前 9 時～午後 5 時
3 / 20	くろだ薬局	午前 9 時～午後 5 時
3 / 22	くろだ薬局	午前 9 時～午後 5 時
3 / 29	くろだ薬局	午前 9 時～午後 5 時

セントレア開港 15 周年ありがとうヒコーキ (平日限定国内線往復航空券プレゼント)

セントレアは地域の皆さんに支えていただき、2020 年 2 月 17 日に開港 15 周年を迎えました。日頃の感謝の気持ちを込めて、「15 周年ありがとうヒコーキ」企画として、国内線往復航空券をプレゼントいたします！

- 応募条件 代表者が尾鷲市在住で 20 歳以上の人
行き先で写真撮影し、体験記を作成し提出できる人
作成した体験記を広報誌等に掲載可能な人
- 行き先 セントレアから直行便が就航している国内空港のうち 1 空港
- 訪問時期 2020 年 5 月 11 日から 2020 年 7 月 17 日（平日のみ）
- 定員 4 人程度（抽選）※グループでの応募可（最大 4 人まで）
- 料金 航空運賃以外の交通費等は自己負担
- 応募方法 3 月 18 日(水)午後 6 時までに 以下 URL または QR コードから応募フォームにアクセスし応募してください。

<https://forms.gle/CzbcE8GJjdHUwuHYA>

- お問い合わせ セントレア開港 15 周年事務局
15shunen@cjiac.co.jp



お知らせ

相談

無料法律相談（要予約）

財産、契約問題、債務問題、離婚、相続等

18日(水)午後1時30分～6時

森将 弁護士

人権相談

差別、いじめ、嫌がらせ等

23日(月) 午前10時～正午

平山泉 人権擁護委員

村島洋子 人権擁護委員

司法書士相談

相続、商業登記、遺言等

17日(火) 午前10時～正午

中瀬幸志 司法書士

行政相談

行政に関する苦情、要望等

25日(水) 午前10時～正午

林正弘 行政相談委員

申し込み・お問い合わせ

市民サービス課

☎②8250

児童相談

子育て、心配ごと等

10日(火)午前9時～午後5時

女性相談

就職、生活、教育、医療等

10日(火)午前9時～午後5時

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎②8202

三重大学連携室相談

専門知識で、企業が抱える経営問題の解決の糸口を提供します。

18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。

申し込み・お問い合わせ

政策調整課 ☎②8134

4月から尾鷲市立図書館の開館時間が変わります

4月1日(水)から、図書館の開館時間が変わります。

開館時間

平日 午前9時30分

～午後7時

土曜日・日曜日・祝日

午前9時30分

～午後5時

お問い合わせ

図書館 ☎②8282

尾鷲総合病院で売却を検討している物件

尾鷲総合病院では、次の物件について売却を検討しホームページに掲載しています。

購入を検討される人はお問い合わせください。

今回掲載する物件

所在地：尾鷲市泉町

1022-43

物件名：泉医師住宅敷地

住宅戸数：6棟

地目：宅地

敷地面積(㎡)：982.29

お問い合わせ 尾鷲総合病院

☎②3111 内線121



春季火災予防運動

3月1日(日)～7日(土)

全国統一防火標語

ひとつずつ

いいね！で確認 火の用心

空気が乾燥し、火災が発生しやすい時季です。火の元に

十分に注意して、火災を予防

しましょう。

◎住宅防火

いのちを守る

七つのポイント

《三つの習慣》

①寝たばこは、絶対やめる

②ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で、使用する

③ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

《四つの対策》

①逃げ遅れを防ぐために住宅用火災警報器を設置する

②寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する

③火災を小さいうちに消すために、消火器を設置する

④高齢者や身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

◎もしものときに備えて

住宅用火災警報器が適切に作動するか、点検ボタンを押すなどして確認し、定期的に

ほこりなどを拭き取りましょう。住宅用火災警報器本体の交換目安は10年です。

お問い合わせ

三重紀北消防組合

☎②2051

なくそう！

望まない受動喫煙

皆さんの健康をたばこの煙から守るため、4月1日

から飲食店をはじめとする人が集まる場所は原則禁煙

となります。

病院・学校や行政機関の庁舎などはすでに、禁煙が実施されています。

これによりすべての生活の場面でタバコの煙にさらされないことがルールになりました。

なお、タバコを吸う際には望まない受動喫煙を生じさせないよう、周囲に配慮しましょう。

お問い合わせ

尾鷲保健所 ☎②3428

軽自動車に関する手続きは済みですか？

軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在の所有者または使用者に課税されます。人に譲ったり廃車して所有しなくなった車両がある場合は、必ず3月31日までに手続きをお願いします。

必要なものについては、お問い合わせください。

【手続き・お問い合わせ】

①原動機付自転車、農耕用、小型特殊自動車：税務課(☎②8171)

②軽自動車(四輪)：軽自動車検査協会三重事務所

(☎050・3816・1779)

③二輪(125CC超250CC以下)、小型二輪(250CC超)：中部運輸局三重運輸支局(☎050・5540・2055)

※②③は、紀北自家用自動車協会(☎0971)でも手続き可。(ただし、代行手数料が必要)

尾鷲市立 天文科学館

市民優待券

有効期限 令和2年3月31日
注意 閉館30分前までに入館してください。
本券持参の市民は入館無料
1家族1回限り有効
曇りや雨天は夜間観望中止
お問い合わせ ☎28293
尾鷲市教育委員会
切り取ってください

令和2年度 尾鷲高校 定時制科目履修生募集

定時制で開講している特定の科目を定時制の生徒と一緒に学ぶ、校外からの受講生です。

科目履修生の参加により授業内容がより豊かになるとともに、地域の皆さんの生涯学習と学び直しの機会を設けることで、地域の活性化にも貢献することを目的としています。

科目

体育(毎週木曜日
午後7時5分～8時40分)

定員

5人程度

費用

受講料

3,408円(年間)

傷害保険料(任意加入)

1,500円程度(年間)

申し込み

左記のところまで、電話等で申し込んでください。

受付日時

4月1日(水)～5日(火)
午後2時～7時

※先着順(定員となり次第
受付終了となります。)

申し込み・お問い合わせ
尾鷲高校定時制 ☎28504

協会けんぽの 保険料率改定

令和2年度の協会けんぽ 三重支部の健康保険料率は 引き下げ、介護保険料率(全 国一律)は3月分(4月納付 分)より引き上げられます。

「全国健康保険協会三重支部」の名称が記載されている保険証を持っている人が対象です。

健康保険料率

現行 9.90%
変更後 9.77%

介護保険料率

現行 1.73%
変更後 1.79%

お問い合わせ

全国健康保険協会三重支部
☎059・225・3317

からだと歯のこと何でも 電話相談(相談無料)

日頃から気になっている「からだ」と歯に関する悩みを医師・歯科医師が直接回答します。相談は無料です。ので、お気軽にお電話をおかけください。

日時: 4月19日(日)
午前10時～午後3時

電話番号:

☎059・225・1071

☎059・225・8747

お問い合わせ

三重県保険医協会

☎059・225・1071

陸・海・空 自衛官募集

防衛省では、令和2年度 入隊予定の一般曹候補生を 募集します。

応募資格

18歳以上
33歳未満の人

受付期間

3月1日(日)
～5月15日(金)

試験日

1次: 5月23日(土)
2次: 6月24日(水)
～29日(月)

合格発表

1次: 6月5日(金)

試験会場

2次: 7月22日(水)
受付時にお知らせします。

試験内容

1次: 筆記試験、適性検査
2次: 口述試験、身体検査

お問い合わせ

自衛隊熊野地域事務所
☎0597・85・2214

し尿くみ取り日程

須賀利	3月11日(水) 13日(金)
早田	3月16日(月) 午前のみ
九鬼	3月18日(水) 23日(月)
三木浦	3月24日(火) 26日(木)
曾根	3月27日(金)
三木里	3月31日(火)
古江	4月6日(月) 9日(木)
梶賀	4月10日(金)
賀田	4月13日(月) 16日(木)

お問い合わせ
フリンクルセンター
☎220605

ゆうあいクラブ尾鷲

老人クラブ3月の講座 老人クラブ連合会

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

海の幸・山の幸! 尾鷲の名産がお買い得!!

尾鷲イタダキ市 3月7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
商工観光課

マイナンバーカードを作しましょう! 個人番号の管理や身分証明に便利です。 市民サービス課 ☎28161
令和2年1月末、市のカード交付枚数は2,146枚(前月2,091枚)、交付率は11.97%(前月11.66%)です。





「津波は逃げるが勝ち！」 揺れてから、5分で逃げれば被災者0！

天文学館

☎0525

夜間観望会

6日(金)・7日(土)

満月前の月・金星・天王星・シリウス(恒星)

13日(金)・14日(土)

金星・ぎょしゃ座散開星団

(M36、M37、M38)・オリオン大星雲(M42)

20日(金)・21日(土)

金星・ぎょしゃ座散開星団

(M36、M37、M38)・ふたご座カストル、ポルクス(恒星)

27日(金)・28日(土)

金星・オリオン大星雲(M42)・シリウス(恒星)・ベテルギウス(恒星)

入館時間 午後7時～

9時30分

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)

◆本紙掲載市民優待券を利用で、入館無料となります。

図書館

☎8282

おはなしだっこ (自由参加)

日時 3月5日(木)

1歳児以上 午前10時～

10時30分

0歳児 午前10時45分～

11時15分

対象 赤ちゃん保護者

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 3月7日(土)・21日(土)

午前11時～

テーマ 「春」

対象 幼児

内容 絵本の読み聞かせほか

おはなしの広場 (自由参加)

日時 3月14日(土)・28日(土)

午前11時～

対象 幼児・小学生

内容 ブックトークほか

今月の休館日

2・9・16・23・30・31日

おすすめ図書

《一般図書》

サイレント・ブルー

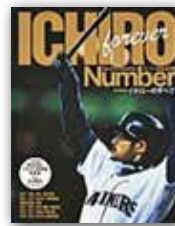
樋口明雄／著



都会から八ヶ岳に移住してきた秋津俊介。美味しい水や空気は、病気がちの息子に健康をもたらした。レストランの経営も順調だった。ところがある日、井戸の水が濁れ、水が全く出なくなってしまう。近くには飲料水メーカーの工場が林立し、蛇口から当たり前のように水が出る有難さに改めて考えさせられる社会派の小説です。

ICHIRO forever イチローのすべて

文藝春秋／出版



偉大な記録を次々と打ち立てたイチロー。雑誌『Number』の25年間にわたる独占インタビュー記事や分析結果を掲載した、まさに『イチローのすべて』といえる一冊です。20歳から45歳までのイチローの、その時々の本音や思考を一言に込めることができ

その他

できない相談 森絵都／著
日本懐かし特撮ヒーロー大全 堤哲哉／著

《児童図書》

いらっしやい せなけい／さく え



いらっしやい、いらっしやい。なに屋さん？ 八百屋さん！ まいどあ！ 魚屋さんに洋服屋さん、お菓子屋さんといった、子どもたちの好きなものがいっぱい出てくる、カラフルで楽しい絵本です。親子でいっしょにお店屋さんごっこで遊んでみてくださいね。

その他

地図で見る日本の地震 山川徹／文、寒川旭／監修
ルフィの大冒険 トキタシオン／著、尾田栄一郎／原作

人の動き (1月末現在)

人 □ 17,546 人 (前月比 -30)
(男 8,136 人 女 9,410 人)
世帯数 9,313 世帯 (前月比 -11)
転入 24 人 転出 23 人
出生 3 人 死亡 34 人
その他 0 人 (住民基本台帳)

編集後記

年明けから2ヶ月余りが経ちました。卒業シーズンの3月です。知り合いのお子さんが、卒業すると聞くと、「えっ、もう卒業？」と驚くことが多々あります。卒業・卒園を迎えるということは、来月は入学など新しいステージを迎えるということ。そして毎年、両方を取材でおじゃましていたいただきます。そこでいつも感じるのは、卒業から入学までのほんの少しの期間ですが、気持ちの表れでしようか、卒業式で号泣していた生徒も入学式は照れながらも、少し表情はキリッとしているのを見えます。卒業式は、おもしろい泣きまじり、入学式は桜満開の下、満面の笑で広報取材にご協力ください。



「広報おわせ」は、再生紙・植物油インキを使用しています。

広報おわせ 2020 (令和2年) 3月号

発行日

令和2年3月1日 尾鷲市政調整課秘書広報係

〒519-3696 三重県尾鷲市中央町10番43号
☎0597-23-8132 FAX0597-22-2111
ホームページアドレス <http://www.city.owase.lg.jp/>

No.793