



オフセグで最新情報配信中！

緊急情報や行政情報など尾鷲市の情報を随時配信しています。公式ツイッターもあります！



謹賀新年



尾鷲高校美術部と書道部の部員が巨大絵馬を制作。
絵馬はデザインから部員が手掛け、尾鷲神社に
奉納されました。

1 - 2021

を申しあげます



市長
加藤 千速

あけましておめでとうございます。

市民の皆さまには、輝かしい希望に満ちた新年をお迎えのこととお慶び申しあげます。

さて、昨年からの新型コロナウイルス感染症の拡大は、世界を震撼させ、国内はもとより地域経済に対し未曾有の大打撃を与え、更には、私たちの市民生活そのものを脅かす事態となっており、一日も早い終息を願うばかりではありませんが、市民の皆さまには、マスクの着用、3密(密閉・密集・密接)の回避、手洗い、消毒などの基本的な対策の徹底はもとより、「感染リスクが高まる5つの場

面」、すなわち、①飲酒を伴う懇親会等、②大人数や長時間におよぶ飲食、③マスクなしでの会話、④狭い空間での共同生活、⑤居場所の切り替わり、に注意するとともに、特にクラスターの発生が多くみられる飲酒を伴う会食につきましては、「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」の実践をお願いする次第であります。

そういった状況の中、私にとりましては、早いもので市長就任から3年5カ月が経過し、その間、本市の再生に向け山積する課題解決のために、一つひとつ着実に、また、全力で取り組んでいるところであります。

特に、少子高齢化・過疎化の急速な進展による著しい人口減少と、中部電力尾鷲三田火力発電所の廃止による地域経済への深刻な打撃に対する取組は、喫緊の課題であります。そして、それらを打開し、市民の皆さまが「安全・安心」に暮らしていたくための最重要課題として、「①地域医療体制の確保」、「②財政の健全化」、「③新しい人の流れの創出」の3点を挙げ、積極的に取組を進めてまいります。

「地域医療体制の確保」では、24時間365日の一次・二次救急を堅持するために、健全経営

(経営の黒字化)を目指した取組を積極的に進めるとともに、医療従事者の人材の充実やリニアック、MRI、CTなどの医療機器の充実を図ってまいります。

次に、「財政の健全化」では、2024年度までの5年間の財政健全化計画を策定し、その具体的な取組として、歳入の増加策としては、ふるさと納税寄附額増加への取組や遊休市有財産の売却など、また、歳出の抑制策としては、人件費の抑制など、健全な財政運営に資するための取組を積極的に進めており、今後も、持続可能な行政運営を行うための取組を進めてまいります。

次に、「新しい人の流れの創出」では、「中部電力尾鷲三田火力発電所」跡地を活用した「おわせSEAモデル構想」を実現させるべく、企業の皆さまとの積極的な意見交換や、おわせSEAモデル協議会に対する国・県から補助金等を活用しながら、具体的な実証事業を進めているところであり、約19万坪(東京ドーム13.5個分)という広大な跡地活用に対する取組は、特に発電所跡地活用としては全国でも稀であり、本市・中部電力・尾鷲商工会議所にとっても試行錯誤の中での取

組ではありますが、本市の将来にとって、何としても実現させなければならぬことから、内外問わず侃々諤々(かんかんかくかく)の議論を行いながら、具現化に向けて取り組んでまいります。

また、「ふるさと納税」につきましては、市民の皆さま、関係者の皆さまのご協力により、前年をはるかに超えるご寄付をいただいております。今後、本事業を更に広く推進してまいります。そして、ご寄付をいただいた本市の人口を上回る方々との関係をより一層深めるとともに、関係人口を拡大すべくこの地域に人を呼び込んでいきたいと考えております。

これらのほかにも、課題は山積しておりますが、市民の皆さまの声を大切に、「共創」の理念のもと、市民の皆さまと行政が共に知恵を出し合い、一体となってオール尾鷲で取り組んでまいります。そして、皆さまが「住みたい！住み続けたい！」と思えるまちふるさと尾鷲の再生に向け、これからも全力で取り組んでまいりますので、市民の皆さまのより一層のお力添えを、お願い申しあげます。

結びに、皆さまのご健勝とご多幸を心よりお祈り申しあげ、新年の挨拶とさせていただきます。

謹んで新年のご挨拶

迎春

市議会議長
村田 幸隆



新年明けましておめでとうございます。

市民の皆様方におかれましては、清々しく新春をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。平素は市政の推進と市議会の活動に温かいご理解と多大なご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

世界的に猛威を振るっている新型コロナウイルスにつきましては、いまだ感染終息の兆しは見えていませんが、昨年からの不要不急の外出自粛や事業活動の自粛など、様々に於いてご協力をいただきました市民の皆様にあらためて心より感謝を申し上げます。

このような状況の中、議会といたしましても、今後、市税等の歳入の減少が見込まれることも勘案し、議員自らが率先して歳出経費を削減することで、市民生活の不安を少しでも払拭し、市独自の支援策の財源を確保する観点から、昨年6月から議員報酬の5%削減の条例を施行し、議員任期中の本年6月まで実施してまいります。

また、本年は市長、及び議員

改選の年となりますが、昨年は「尾鷲市議員定数問題検討会」の中で、市民の皆様からの貴重なご意見、少子高齢化や人口減少が進み、厳しさが増す本市の財政状況、本市の将来を鑑み、昨年12月の定例会において「尾鷲市議会議員定数条例の一部を改正する条例」を可決し、本年の一般選挙より議員定数を現在の「13人」から「10人」に減らす決断をいたしました。今後、議員一人一人が日々の研鑽、資質の向上に努め、議員活動に更なる力を傾注することと、市民の皆様の負託に応えてまいる所存でございます。

本市におきましては、少子高齢化による人口減少がますます進み、さらには、中部電力尾鷲三田火力発電所の廃止、新型コロナウイルスの影響等々、本市の経済、財政に大きく影響を及ぼしておりますが、高齢者や障がい者、子育て世帯に対する更なる福祉の充実、尾鷲総合病院の維持・存続と経営改善、及び広域ごみ処理の推進など、市民生活に密着した課題解決に向け、限られた財源をよりいっ

そう重点的かつ効率的に配分し、市民の皆様の声を十分に市政に反映させるよう、議会としても鋭意取り組んでまいります。

議会は、市長と同じく選挙で選ばれた三元代表制の一翼を担う存在であり、その使命と責任のもと、尾鷲市の現状下で何が必要なかを見極め、適切な判断のもとに市政への提言、行動を起こすべく議論を重ねるとともに、的確な議会運営に努めてまいりますので、市民の皆様にはより一層のご理解ご協力を頂きますよう、よろしくお願い申し上げます。

結びに、市民の皆様のご健勝と幾重にも至福の喜びが訪れることを衷心よりご祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

第63回尾鷲市成人式

令和2年度の成人式を次の日程で開催します。尾鷲市に住民票のある新成人には入場券を送付しますが、ない人も参加できますので、早めに連絡をお願いします。

当日は、自宅で検温のうえ、発熱(37.5℃以上)のある人、体調の優れない人は来場を控えてください。

日時 1月10日(日)

受付 午前9時30分～10時20分

式典 午前10時30分～

会場 尾鷲市民文化会館

(せぎやまホール)

対象 平成12年4月2日～

平成13年4月1日生まれの人

※注意事項

受付での検温・消毒、マスクの着用など新型コロナウイルス感染症対策に、ご協力をお願いします。ホームページに新型コロナウイルス感染症対策ガイドラインを掲載していますので確認してください。

また、保護者等同伴者につきましては新成人1人につき1人の入場とします。なお、式典を中止、または内容等を変更する可能性があります。その際はホームページ等でお知らせします。

お問い合わせ

生涯学習課 ☎ 23 8 2 9 3

行事・募集

1月7日(木)、13日(水)、18日(月)
ちよつとよつてつてい

場所 福祉保健センター2階

時間 午前10時～10時40分

午後11時～11時40分

予約 1組40分ずつの予約制となります。

ます。福祉保健課に申し込みください。

妊娠中や産後は些細なことが気になったり、これでいいのかなと悩むことも。

休憩がてら、子育てサークルがら代表の石川郷子さんとお話ししませんか。

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎ 23 3 8 7 1

1月14日(木)、15日(金)、25日(月)、26日(火)、29日(金)

赤ちゃん相談

場所 福祉保健センター2階

時間 午前9時30分～11時20分

午後1時30分～2時20分

予約 1組20分ずつの予約制となります。

ます。福祉保健課に申し込みください。

保健師・管理栄養士による乳幼児の身長体重の測定、離乳食相談や育児相談など

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎ 23 3 8 7 1

1月8日(金)

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

予約 予約制となります。福祉保健課に申し込みください。

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。

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎ 23 3 8 7 1

令和3年度奨学金貸与希望者

【募集期間】 1月15日(金)～3月10日(水)

【資格】本人または生計を一にする家族が尾鷲市に生活の本拠を有すること

【区分と貸与額】

・大学生・短大生・専修学校生

年額 300,000円

・高等専門学校生

年額 180,000円

・高等学校生

年額 120,000円

※年1回貸与(12カ月分)あるいは、年2回貸与(各6カ月分)を選択

※市内の民間事業所等に5年間継続して従事した人は、償還が免除されます(詳細はお問い合わせください)

お問い合わせ

教育総務課 ☎ 23 8 2 9 1

熊野古道センターの催し お問い合わせ ☎ 25 2666

◇講演会「銚子川を旅する～河口から源流の森まで～」
不慣れな川に潜り、巨岩埋め尽くす谷を遡り、立ちはいだかる岩壁を攀じ登りました。

そして出会った最初の一滴。銚子川の河口から源流の森まで、かつての人々の営みを

紹介しながら皆様をご案内します。

日時:2月14日(日) 午後1時30分～3時

入場料:無料

定員 :100人(要申込、先着順)

講師 :橋本博(事業部主任コーディネーター)

受付 :2月10日(水)まで

※定員になり次第締切

◎東紀州の四季を味わう料理教室～紀州岩清水豚～

相可高校の村林新吾先生による人気の料理教室です。今回の教室では、紀州岩清水豚を使用し、スタミナたっぷりのレシピで、調理方法を学びます。初心者も大歓迎です。

日時:1月31日(日)午後1時～3時

参加料:2,000円、定員:24人

受付期限:1月24日(日)午後5時まで

※1月31日まで開催中!企画展「聖ヤコブへ続く巡礼の道」

※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。

国保からのお知らせ

「お薬手帳」を活用して、
自分の健康を守りましょう！



●いつの間にか増えている薬

一般的に、年齢を重ねるにつれて、処方される薬の種類が増えていく傾向にあります。

●薬が増えるとうなるの？

体への負担が大きくなります。

服用する薬が増える(多剤服用)ほど副作用のリスクが高まります。

また、同じ効能の薬を服用しすぎる(重複服薬)ことで、体の不調や深刻な副作用を招くこともあります。

医療費や保険税の負担が大きくなります。

複数の病院から、同じ効能の薬を複数処方されれば、その分医療費が無駄になります。



●薬を上手に管理するために
お薬手帳を1冊にまとめましょう！

同時に複数の病院や薬局を利用して
いる場合でも、1冊にまとめま
しょう。医師や薬剤師が、薬の重複や
飲み合わせなどもチェックしてくれ
るので安心です。

お薬手帳は何冊も持たず、 1冊にまとめることが大切！



かかりつけ薬局をもちましょう。

服薬歴を長く総合的に把握しても
らえるので、市販薬も含めて適切な
アドバイスが受けられます。また、
飲み忘れや飲み残しの薬があれば、
再利用できる場合があるので相談し
てみましょう。

お問い合わせ

市民サービス課 ☎ 8193

後期高齢者医療制度に 加入している人へ

後期高齢者医療広域連合から、1月に
医療費通知を送付予定です。

●医療費通知とは

被保険者が医療を受けた状況を確認
できるように、受診された医療機関
等を一覧にした通知のことです。

この通知は医療機関等からの請求
書に基づき、医療費の総額等が記載し
てあり、差額ベッド代等の保険外費用
は含まれていません。

【医療費通知は大切に

保管してください】

※注意

医療費通知は、確定申告の医療費控
除を受ける際に必要な添付書類であ
る医療費の明細書として使用するこ
とができます。しかし、10月、11月、12
月診療分や、医療機関からの請求が遅
れて医療費通知に記載がないものは、
お手元の領収書に基づいて医療費の
明細を記載していただく必要があります。
この場合、領収書は確定申告期
限から5年間保存する必要があります。
す。

【確定申告についての詳細は尾鷲税務
署にお問い合わせください】

お問い合わせ

後期高齢者医療広域連合

☎ 059・221・6884

市民サービス課

☎ 8193

20歳になったら国民年金に加入し、保
険料を納めることが義務づけられてい
ます。

60歳になるまで全員が国民年金の
「加入者(被保険者)」となりますが、保
険料の納め方によって三つの種類に
分かれています。

・学生・自営業・自由業など
(第1号被保険者)

・会社員・公務員など
(第2号被保険者)

・会社員・公務員などに扶養されている
妻または夫(第3号被保険者)

20歳になる人は誕生日の前月下旬
に、年金事務所から「国民年金第一号

被保険者資格取得届」が送付されます
ので、必要事項を記載のうえ、市役所
または年金事務所へ提出ください。
(すでに厚生年金や共済組合に加入を
している人は手続きが不要です。)

また、保険料の納付が困難な場合
は、保険料免除・納付猶予の制度もご
ざいます。詳しいことは市役所・年金
事務所へお問い合わせください。

お問い合わせ

市民サービス課 ☎ 8193

尾鷲年金事務所 ☎ 22340

『尾鷲みどりの基金』へのご寄付をいただきました。

一般財団法人尾鷲みどりの協会(土井八郎兵衛理事長)より平成24年度から毎年度ご寄付をいただいております。令和2年度は2,230万円を「尾鷲みどりの基金」へご寄付をいただきました。厚くお礼申し上げます。

「尾鷲みどりの基金」は、水資源のかん養をはじめ山地災害の防止、生活環境の保全等市民生活に欠くことができない公益的機能を有している森林環境の保全及び林業振興を促進するために積み立てている基金です。

市では、森林保全事業、林道の改良・維持管理、苗木の食害等を守るための捕獲報奨金及び尾鷲ヒノキの販路拡大に繋がる林業振興事業に、この基金を活用させていただいております。

お問い合わせ 水産農林課 ☎238224

活用しませんか？ 環境保全対策資材購入費補助金

厨芥^{ちゅうかい}ごみや庭木^{せんてい}の剪定枝、落葉等の排出量削減に向け、環境保全対策資材(電動生ごみ処理機等)の購入費を一部補助しています。申請には要件がありますので、購入する前に申請してください。

○対象となる資材の種類及び補助金額・数量

①電動生ごみ処理機(1世帯1機のみ)

補助金額は購入費の2分の1とし、1機当たり30,000円を限度額とします。

②生ごみ処理容器(コンポスト、ばかし容器など。ただし、紙製のものを除く。1世帯2基まで)

補助金額は購入費の2分の1とし、1世帯当たり5,000円を限度額とします。

③ガーデンシュレッダー(最大粉碎能力が直径35mm以下のもので、1世帯または1団体1機のみ)

補助金額は購入費の2分の1とし、1機当たり30,000円を限度額とします。

※補助金額に百円未満の端数がある場合は、その端数を切り捨てます。

※ガーデンシュレッダーの交付対象となる団体は、本市において自主的に環境美化活動などの環境保全に取り組む、地域住民で構成された営利を目的としない子ども会、PTA、自治会などの市民団体のうち、事前に市に登録を行い市長が認めた団体です。

※詳しい補助要件等につきましては、お問い合わせください。

お問い合わせ 環境課 ☎238251

65歳以上の「高齢者インフルエンザワクチン接種」はお済みですか？

接種を希望される人は1月31日(日)までに医療機関で接種してください。

1. 対象者

(1)尾鷲市に住民票を有し、接種日に満65歳以上で本人に接種する意思のある者

(2)予防接種施行令で定める60歳以上65歳未満の者(心臓、腎臓又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する者及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する者。※該当の有無については主治医に確認してください)

2. 接種回数 個別接種にて1回接種

3. 接種医療機関 三重県内の実施受託医療機関

(入院・入所等で県外での接種を希望される人は事前に申請が必要です。接種する日の1週間前までに下記まで連絡をください)

4. 接種期限 1月31日(日)まで

5. 自己負担金 1,500円を医療機関窓口にて支払ってください。(生活保護者は無料)

お問い合わせ 福祉保健課 ☎233871

最近よく聞く「認定こども園」とは？

次代を担う子どもたちが、より良い幼児教育を受けられるためには、どのような環境が望まれるのでしょうか。

本市では、安定的、継続的に幼児教育を進めるため新しい制度である「認定こども園」の設置を目指しています。

先月号に引き続き、「幼児教育のあり方について考える」と題して、県内の施設数について、そして皆さんからいただいた質問にお答えいたします。



Q 認定こども園でよく聞く、「1号認定」、「2号認定」、「3号認定」の違いは何ですか？

A 「1号認定」は子どもの年齢が3歳～5歳で、保育を必要とせず、幼稚園部分として利用される保護者が対象です。また、「2号・3号認定」は保育を必要とし、保育園部分として利用される保護者が対象です。（子どもの対象年齢が、「2号認定」は3歳～5歳、「3号認定」は0歳～2歳となります。）

「保育を必要とする事由」は、就労・妊娠・出産・疾病などがあげられます。

※1号認定の子どもと、2号認定の子どもは、同じ教育・保育内容により、一緒に集団活動を行います。（12月号の「認定こども園での1日のスケジュール」で紹介しています）

Q 認定こども園では、どのような教育・保育を行うのですか？

A 認定こども園は、国が示した「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」に基づき、就学前の子どもに幼児教育及び保育を実施し、小学校教育への円滑な接続に向けて取り組みます。（認定こども園の4つのどのタイプにおいても、この要領を踏まえて実施します）

○ねらい・内容 【健康】【人間関係】【環境】【言葉】【表現】

○育て欲しい姿 【健康な心と体】【自立心】【協同性】【道徳性・規範意識の芽生え】

【社会生活との関わり】【思考力の芽生え】など

なお、幼稚園は「幼稚園教育要領」、保育園は「保育所保育指針」という国の指針に基づいて運営されています。その内容は「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」と同様のことが書かれており、上記の「ねらい・内容」に基づいた活動全体を通して「育て欲しい姿」を目指した教育・保育が実施されています。

県内の幼稚園、保育園、認定こども園の施設数について【令和2年4月1日現在（分園を含む）】

・幼稚園 179園（うち休園21園、前年比5園減）

・保育園 381園（うち休園14園、前年比9園減）

・認定こども園 65園（うち休園0園、前年比10園増）

※認定こども園のタイプ（類型） 幼保連携型54園、幼稚園型1園、保育所型10園



皆さんからの質問に対して、紙面を通じてお答えしますので、下記のメールアドレスに質問を寄せてください。

お問い合わせ 教育総務課 ☎ 8291

E-mail: kyouiku@city.owase.lg.jp

福祉保健課 ☎ 8202

E-mail: kosodate@city.owase.lg.jp

高齢者のうつ予防



☆日常生活の中でセロトニンを増やすには？

今年の冬は、新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行が懸念されており、高齢の人は外出を控えられることも多いのではないだろうか。

そういった状況が続くと運動量が低下して運動不足になるだけでなく、家にこもりがちになることで、うつを発症する危険性が高まります。

高齢者は若い人と比較して、気分が落ち込みやすいといわれています。地域の中でお互いに声をかけあう、趣味などを通じて人とのコミュニケーションを継続する、困った時は誰かに相談するなど、閉じこもりを予防する対策をしていきましよう。

また、うつ病の原因の一つといわれているのが、セロトニンという神経伝達物質の働きの低下です。セロトニンは「幸せホルモン」と呼ばれることもあり、精神を安定させる働きがあるといわれています。

① 太陽の光をあびる

朝起きて、まず太陽の光をあびましょう。冬場は特に日照時間が短いので、心がけて日光浴をしましょう。1日15分、週3回程度が目安です。

② リズム運動

ウォーキングを行うこと、よく噛んで食べることなどを「イチ、ニ、イチ、ニ」とリズムカルに行ってみましょう。

③ ラジオ体操、ストレッチ体操などの運動

④ バランスのよい食事をとる。

豆腐、納豆などの大豆製品、牛乳、ヨーグルト、チーズなどの乳製品、卵、バナナなどを積極的に食事に取り入れましょう。

⑤ 呼吸を整える。腹式呼吸がおすすめです。

お問い合わせ
福祉保健課

☎ 8201

みんなで健康づくり

1月18日(月)から開始！

受けよう！大腸がん検診

市では、毎年1月中旬から約1カ月間、大腸がん検診を実施しています。

昨年度は、842人が受診され、74人が要精密検査の判定結果となり、医療機関の受診をお勧めしました。

また、市の国民健康保険に加入されている人の大腸がんにおける外来受診率の状況を見ると、男性では40代、女性ではおおむね50代から上昇の傾向があります。

全国的に、大腸がんは増加しています。早期発見・早期治療で治るがんといわれています。

リスクを知って防ごう大腸がん

予防のキーワード

【運動】「適度な運動」が効果的といわれています。ウォーキングなどの運動＋日常生活の小まめな動きを組み合わせて、無理なく継続しましょう。

【食事】赤肉(牛豚羊)やハム・ベーコンなどの加工肉の摂取を控えめにし、魚料理や野菜・海藻、きのこ類(食物繊維)などを積極的に摂取すること意識しましょう。

【適正飲酒】1日2合以上飲酒する人は、飲酒しない人より、リスクが2倍以上高いといわれています。

1日の適量を守り、節度のある飲酒を心がけましょう。

【喫煙】たばこの有害性は、大腸に限らず全身に悪影響を与えます。喫煙をしている人は、禁煙に挑戦してみませんか。

★次のような症状は要注意

- 便に血が混ざる(血便)
 - 肛門から血が出る
 - 下痢と便秘を繰り返す
 - 便が細くなった
 - 便が残る感じがする
 - 腹部の張り、腹痛
 - 貧血
 - 体重減少
- 変化に気づくためにも、日頃から気を配りましょう。何か症状を感じた場合は、医療機関を受診することが大切です。

大腸がん検診を受けましょう

大腸がんの初期は目立った自覚症状がほとんどありません。そのため、毎年検診を受診することが重要です。

肉眼では見えない少量の血液も検出できる大腸がん検診(便潜血検査)は早期発見に大変有効です。

大腸がん検診のご案内

期間：1月18日(月)～2月12日(金)

自己負担金：3000円

検査方法：便潜血検査・問診

自宅でも2日間、検査容器に便を取ります。問診票を記入し、提出していただく簡単な検査です。

食事制限はありません。

受付場所や巡回場所など、詳細につきましては、10～11ページをご覧ください。

お問い合わせ

福祉保健課 ☎ 33871



消防団員募集!

消防団に入団してあなたの力を災害のない安全・安心なまちづくりに生かしてみませんか? いざというときにあなたが家族や大切な人、地域の人々を守ることが出来ます。

◆応募資格

市内に居住する年齢18歳以上の人。(男女問わず。各地区に分団及び女性分団があります)

◆主な活動内容

・災害対応(火災、風水害、地震、津波等)

・訓練(防災訓練、春秋季訓練、ポンプ操法、定期放水訓練(各分団で月に1回実施))

・尾鷲市消防出初式

・各種講習会(資機材取扱、樋門操作講習、救急講習等)

◆消防団員の処遇

・条例に基づき年間一定額の報酬を支給。

・災害や訓練等に出動した場合に別途手当を支給。
・活動に必要な被服や装備を貸与。
・公務災害補償、保険、退職時に退職報償金等。

お問い合わせ

防災危機管理課 ☎ 8118



きょういふ

あれこれ

『学校に行かない』

『学校に行きたくても行けない』

『不登校の現状と対応』

今秋、県教育委員会は、令和元年度の県下小中学校における不登校状況についての調査結果を発表しました。

不登校児童生徒数は、平成27年度から増加していることが分かりました。とても残念な結果です。

各校から報告された不登校児童生徒数は、中学校で前年度に比べて13人増加し、小学校でも23人増加し、全体として、2,307人(小学校:695人、中学校:1,612人、学年別では、中学3年生が646人で最も多くなっています)。

一方、指導の結果「児童・生徒」は、小学校で122人、中学校で292人が登校できるようになりました。



県下小中学校における不登校状況(人)

不登校ときっかけ

きっかけの主な理由として、不安や無力感、友人や親子関係の問題など様々な理由が上げられています。

不登校は、『誰にでも起こり得る問題』で、友人関係のトラブルやいじめ、教師との関係、転校やクラス替えに伴う不適応、学習や受験のストレス、両親の不和や親子関係の問題など、様々な要因が絡み合って出現します。

子どもは、何か不安に思っていて、何らかの具体的なアドバイスを望んでいる場合が多いそうです。

・朝になると体調が悪い。
(頭痛や腹痛、発熱など)
・あまり話そうとしない。

お子さんに、少しでも変わった様子が見られたら、ご家庭で悩まず、すぐに、学校や尾鷲教育支援センターにご相談下さい。

無料教育相談会

心の発達の特任家である臨床心理士や県教育委員会の教育相談員を招き、個別相談会を行います。

心配なこと、不安に思うこと、なかなか人に聞けないことなど、一人で悩まず、ぜひこの機会にご相談下さい。秘密は厳守されますので、安心下さい。

【日時】 1月28日(休)午前11時～午後5時
【場所】 中央公民館
【内容】 臨床心理士による個別相談 ※1人50分間
【対象】 小・高校生本人、父母、祖父母、近親者、教職員など子育てに関わっている人

お問い合わせ 尾鷲教育支援センター

あおさぎ教室 ☎ 4433

☎ 090-2267-4433

健診（検診）受診推進強化月間

健診（検診）は、健康づくりの第一歩。 さあ 踏み出そう その一歩！



●1月～3月に受診できる検診のお知らせをします

1 がん検診（大腸・胃・肺・乳・子宮）

1年に1回の受診をお勧めします。（令和3年3月まで）

2 健康づくり健診（39歳以下）

3 肝炎ウイルス検診

対象者：令和2年度内に40歳になる人、及び41歳以上で過去に市の検診を受診していない人

4 歯周病検診

対象者：令和2年度内に40歳・50歳・60歳・70歳のいずれかになる人

※3、4の詳細は担当課までお問い合わせ下さい。

【自己負担料】

大腸がん検診	：	300円
肺がん検診	：	500円
胃がん検診	：	1,000円
乳がん検診	：	1,000円
子宮頸がん検診	：	1,000円
子宮頸部・体部がん検診	：	2,000円
健康づくり健診	：	1,000円
肝炎・歯周病検診	：	無料

お問い合わせ 福祉保健課 ☎3871

●大腸がん検診

受付期間 ： 1月18日(月)～2月12日(金)午前8時30分～午後5時15分(土)日(祝)除く

受付/提出場所 ： 福祉保健センター2階 福祉保健課 健康づくり係および下記の巡回場所

検診方法 ： 容器を渡しますので、自宅で2日分の便を採取し、提出して下さい。

あなたのまちに巡回受付に行きます。

巡回場所	容器配布（受付）日時		容器提出日時（＊配布も実施）	
須賀利センター	1/15(金)	午前9時～9時30分	1/22(金)	＊午前9時～9時30分
九鬼センター	1/19(火)	午前9時～9時30分	1/29(金)	＊午前9時～9時30分
三木浦コミュニティセンター		午前9時50分～10時20分		＊午前9時50分～10時20分
北輪内センター		午前10時40分～11時10分		＊午前10時40分～11時10分
早田コミュニティセンター		午前11時30分～11時50分		午前11時までに提出して下さい
古江コミュニティセンター	1/20(水)	午前9時～9時30分	2/2(火)	午前11時までに提出して下さい
賀田コミュニティセンター		午前9時50分～10時20分		午前11時までに提出して下さい
南輪内センター		午前10時30分～10時50分		＊午前10時30分～10時50分
梶賀コミュニティセンター		午前11時10分～11時30分		午前11時までに提出して下さい

●提出日当日は、各コミュニティセンターにBOXを設置しておりますので、時間前でも提出していただけます。

●新型コロナウイルス感染症対策のため、右の申込書に記入しお持ち下さい。

申込書は福祉保健センター・巡回受付場所でも書くことができます。

●職場の従業員さま複数で受診を希望される場合、申込名簿を送付いたしますので担当課にお問い合わせください。

きりとり

きりとり

令和2年度 大腸がん検診申込書	
ふりがな 氏 名	
生年月日	
電話番号	
住 所 尾鷲市	
昨年度受診の有無	あり ・ なし

●胃・肺がん検診

場所	実施日	受付時間
福祉保健センター（※肺のみ）	1/27（水）	午前 9 時 30 分～ 10 時 30 分
須賀利荷さばき場	2/3（水）	午前 8 時 30 分～ 8 時 50 分
福祉保健センター	3/7（日）	午前 8 時 30 分～ 9 時 30 分

※65歳以上の肺がん検診は結核検診も同時に実施します。
（65歳以上の人は、感染症法で毎年受けるよう定められています）

今年度より随時、全会場のがん検診の申し込みが可能となりました。各会場定員になり次第締め切りになります。

申し込み・受付

福祉保健課（福祉保健センター 2 階）

☎③ 3 8 7 1

※福祉保健課が全会場の受付窓口です。

※生活保護世帯は無料ですが、本人の申告が必要となります。

●乳がん・子宮頸がん検診

※乳がん検診はマンモグラフィーにて実施します。39歳以下の人は、エコーをお勧めしますので下記の医療機関で受診して下さい。

場所	実施日	受付時間	
		乳がん	子宮頸がん
福祉保健センター	1/27（水）	午前 9 時 30 分～ 10 時 30 分	—
三木浦魚市場		午後 1 時～ 1 時 20 分	午後 1 時～ 1 時 20 分
三木里コミュニティセンター		午後 2 時 30 分～ 3 時	午後 2 時 30 分～ 3 時
福祉保健センター	3/7（日）	午前 8 時 30 分～ 9 時 30 分	—
		午後 1 時 30 分～ 2 時 30 分	午後 1 時 30 分～ 2 時 30 分

（個別検診） 下記の医療機関で随時受診できます。

乳がん検診：西井外科胃腸科（☎②3773）

子宮がん検診（頸部/頸部・体部）：尾鷲総合病院（☎②3111）、海山レディースクリニック（☎③0888）

健康づくり健診と肺がん検診（39 歳以下）

日時：2月10日（水） ①午前 9 時半～ 10 時半 ②午後 2 時～ 3 時 ③午後 6 時～ 7 時

※受付時間は、20分ごとに10人ずつの予約制とします。

場所：福祉保健センター

内容：●健康づくり健診

身体測定（身長・体重・腹囲BMI）、血圧測定、
尿検査（糖・蛋白・潜血）
血液検査（脂質、肝機能、血糖、腎機能、尿酸、貧血）
保健指導、心電図（希望者及び医師の指示を受けた人）
※医師の診察の結果、眼底検査を実施します。

●肺がん検診

胸部レントゲン、喀痰検査（禁煙本数×年数＝600本以上で痰の出る人等）

対象：職場健診を受ける機会のない20～30歳代の人

申し込み：1月4日（月）から受付を開始します。

＜受診者にお得な特典＞

★健診とセットで健康づくり！★
健康機器測定

●ベジチェック ●血管年齢測定
協力：明治安田生命

※下記 1 月 29 日（金）開催の健康機器測定会と同様の内容です。

☆☆健康機器測定会☆☆

協力：明治安田生命

日時：1月29日（金） 午前 10 時～正午、午後 1 時 30 分～ 3 時

定員：30 分ごとに 10 人ずつの予約制とします。

場所：福祉保健センター 2 階

内容：血管年齢測定・ベジチェック（※）

申し込み：希望の人は、福祉保健課健康づくり係にお申込み下さい。（☎③ 3871）

申込開始：1月12日（火）～ 定員になり次第締め切ります。

（※）ベジチェック：センサーに手のひらをのせて数十秒で、野菜摂取の充足度を測定します。

無料



がんばりやる
コーナー

ハッシュタグ
#travelowase

今回は、現在開催中のSNSフォトコンテスト「#travelowase」について紹介します。

#travelowaseは新型コロナウイルス感染症により、大きく生活様式が変わった今だからこそ、皆さんが感じた尾鷲市の魅力をSNSにて共有しあうフォトコンテストです。

応募方法は①あなたにとつてのとおきの尾鷲の写真を撮影②SNSに写真1枚と#travelowaseをつけて投稿するだけです！

キャンペーン期間は2月26日(金)までとなっており、毎月入

賞作品の20人に市の特産品を用意しています。今月(1月)の入賞作品は鯛づくしセットです。また、開催期間終了後には毎月選考された作品の中から年間トップ10を決定し、さらに豪華賞品としてブリ1本や伊勢エビサザエセット等を用意していますので、たくさんの方の投稿をお待ちしています！

お問い合わせ
商工観光課
☎2382223



尾鷲市公式 SNS



フェイスブック



インスタグラム



ツイッター

海中さんぽ

スルメイカ

スルメイカはアカイカ科のイカで、当地では釣りや定置網、底曳網などで漁獲されたものが水揚げされています。地方名で小さいものはチンチロ、10cm前後はサラタケなどとも呼ばれます。スルメイカの他にケンサキイカ(地方名:赤いか、ヤリイカ、アオリイカなどが主に水揚げされ、これらは全てヤリイカ科ツイカ目に属しています。

イカの寿命は1年で、産卵する場所は様々、ケンサキイカは春から夏にかけて、水深20~90mの潮通しの良い砂地、ヤリイカは冬から春にかけて、水深150m以浅の岩棚や転石の下、漁網などの構造物、アオリイカは春から秋にかけて、水深70m以浅の海藻やサンゴ、漁網などの構造物のほか、樹木で作った人工産卵床など、卵はえんどう豆のさやのような白い寒天質の袋に守られた状態で産み付けられます。スルメイカの場合はこれらと異なり、水深100~500mの中層に寒天質のボールの中に浮遊性の数千粒の卵を産みます。

秋に北陸から東シナ海で生まれたものは北海道まで大きく回遊し、主に日本

海側で漁獲され、冬に東シナ海で生まれたものは、太平洋側にも大きく回遊します。近年スルメイカの漁獲量が全国的に減少していて、産卵にちょうどよい水温の範囲が縮小していることが、原因の一つと考えられています。調理が簡単で、美味しいスルメイカですが、一夜干しや、塩辛を自分で作ってみるのも楽しみ方の一つです。



はじめまして 満1歳です

てんまゆいな
天満結菜ちゃん
(倉ノ谷町・父・憲仁さん 母・愛さん)



いのうえりつ
井上稜都くん
(光ケ丘・父・惇平さん 母・早希さん)



※満1歳のお子さまの写真を
随時募集しています。(誕生日
と掲載月が異なる場合も掲載
できます。)写真にコメント等
必要事項を添えて秘書広報係
まで申し込んでください。

初めての誕生日おめでとう♪
いっぱい食べて元気に育ってね♡

1歳のお誕生日おめでとう。
いつも笑顔をありがとう♡

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
で困っていませんか。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
で悩んでいま
せんか？保健師、
管理栄養士による
健康相談を行っています。



お気軽にご相談ください

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

#尾鷲市健康 #おわせ市子育て で検索ください♪

相談・お問い合わせ

福祉保健課 ☎23871

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）



北海道～札幌～函館編No.14

内山キエ

東北～盛岡～秋田編No.15

岡 民子

奥の細道Op 4

川上忠子

休日の急病はこちら

当番薬局

休日診療は尾鷲総合病院を
ご利用ください。

月日	薬 局 名
1 / 1	イシブチ薬局古戸センター
1 / 2	くろだ薬局
1 / 3	紀北調剤薬局病院前店

午前9時～午後6時

月日	薬 局 名
1 / 10	くろだ薬局
1 / 11	くろだ薬局
1 / 17	くろだ薬局
1 / 24	くろだ薬局
1 / 31	くろだ薬局

午前9時～午後5時

お問い合わせ 福祉保健課 ☎23871

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

20日(水)午後1時30分～6時40分

中山雅貴 弁護士

人権相談

差別、いじめ、嫌がらせ等人権に関する問題

15日(金)午前10時～正午

川上悦子 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
19日(火)午前10時～正午
森秀世 司法書士

行政相談

行政に関する苦情、要望等
27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

☎8250

児童相談

子育て、心配ごと等
12日(火)午前9時～午後5時

女性相談

就職、生活、教育、医療等
12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 ☎8202

三重大学連携室相談

専門知識で、企業等が抱える経営問題の解決の糸口を提供します。

20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

☎8134

スクエアステップ(マス目で区切ったマットの上を歩く頭と体の運動)リーダー養成講習会

開催日：1月22日(金)午前・午後、2月2日(火)午後、2月5日(金)午前・午後(計5回：1回2時間程度の講習)

参加費：無料

場所：中央公民館または福祉保健センター

申込締切日：1月15日(金)

※電話または直接お申し込みください。

※初めての人もお気軽にご参加ください。

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎8201

精神科医師による

「こころの健康相談」 開催のお知らせ

こんな悩みを抱えていませんか？

「職場や学校、家庭での人間関係がうまくいかない。」「自分自身について悩みや不安があつて困っている。」「不安でどうしようもないときがある。」「家族の性格や行動について心配がある。」「ストレスが気になる。」「

日時：1月29日(金) 午後2時～4時まで

場所：紀北町役場 海山総合支所別館2階
けんこうの広場

相談員：精神科医師

相談料：無料

申し込み：予約制

予約方法：1月22日(金)までに、尾鷲保健所健康増進課に電話にて申し込みください。

*申し込み順となりますので、申し込み多数の場合はお断りさせていただくことがありますので、予めご了承ください。

*秘密は厳守しますので安心してご利用ください。

*感染症予防のため、当日はマスクを着用し来場してください。

*相談前に検温、手指消毒等をお願いします。

申し込み・お問い合わせ

尾鷲保健所 健康増進課

☎3428

厄落とし、長寿のお祝いは寿文庫へ！

市立図書館の寿文庫運営委員会は、厄年のまき銭の廃止や厄祝の簡素化により、市立図書館の図書購入費を支援しようと昭和41年に発足し、今年で56年目を迎えます。

委員会では50年目を機に、『厄落とし、長寿のお祝いは寿文庫へ』をキャッチフレーズとし、長寿の祝いの年の人達へも寄付を呼びかけております。

過去55年間で、6,318人から、2,382万9,718円の寄付をいただき、約12,400冊の図書が「寿文庫」として活用されています。

今年もこの運動にご理解をいただき、寿文庫への寄付をお願いいたします。

受付期間 1月5日(火)～3月12日(金)
受付場所 図書館

※なお、初午(2月3日)の頃には市内の尾鷲神社、金剛寺、妙長寺、常盤寺、祐専寺、光圓寺、永昌寺の各寺社に「寿文庫協力箱」を設置させていただきます。予定です。ぜひご協力ください。

お問い合わせ

図書館 ☎8282



市民優待券

有効期限 令和3年1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 ☎③8293

尾鷲市教育委員会

切り取ってください

切り取ってください

土砂災害防止法に基づく
基礎調査のお知らせ

三重県では、土砂災害防止法に基づき、土砂災害により被害のおそれがある箇所の地形や土地利用状況などの調査を実施いたします。調査では、調査業者が土地等に立ち入る場合がありますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

【調査業者】

中日本航空株式会社 他1社

☎0568・28・4861

【調査期間】1月上旬～3月下旬

お問い合わせ

三重県防災砂防課

☎059・224・2697

令和3年度国有林モニター募集！

【任期】4月1日～

令和4年3月31日

【目的】

国有林の事業運営等について、国民の皆さんの理解を深めるとともに、意見や要望をお聞きして国有林野行政に反映させるため。

【対象】

三重県内に住み、森林・林業及び国有林に関心のある成人。

ただし、国会及び地方議会の議員、地方公共団体の長、常勤の国家公務員、平成30年度から令和2年度まで3年間連続して国有林モニターを務められた人は除きます。

【応募締切】2月1日(月)

【詳細】

募集の詳細は、近畿中国森林管理局ホームページをご覧ください。

↓近畿中国森林管理局国有林モニターで検索

お問い合わせ

近畿中国森林管理局 総務企画部

企画調整課 林政推進係

☎06・6881・3401



「国有林モニター制度」HP

ひとりでも悩まず、誰かに話してみませんか？

日々の生活の中で、つらい思いや悩みを抱えていませんか？

そんなときは、ひとりで悩まず、まずは自分の気持ちを、身近な人に話してみましよう。

もし、身近に話せる人がいないときは、次の窓口へ今の気持ちを話してください。

相談窓口・内容	電話番号	受付時間
こころの相談(福祉保健課・尾鷲保健所)	☎③3871 福祉保健課 ☎③3428 尾鷲保健所	平日午前8時30分～ 午後5時15分
こころの傾聴テレフォン(三重県こころの健康センター)	☎059・223・5237 ☎059・223・5238	平日午前10時～午後4時
自殺予防電話相談(三重県こころの健康センター)	☎0120・01・7823 ☎059・253・7823	平日午後1時～4時
	☎059・223・5245	平日午後4時～午前0時 (土)日祝年末年始 午前9時～午前0時
いのちの電話(認定非営利法人いのちの電話協会)	☎059・221・2525	毎日午後6時～11時
	☎0570・783・556	毎日午前10時～午後10時

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。

大きさ	1 枠 縦 50mm×横 80mm	詳しくは、お問い合わせください。 政策調整課 ☎③8132
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

し尿くみ取り日程

須賀利	1月6日(水)～8日(金)
九鬼	1月12日(火)～14日(木)
早田	1月15日(金)
三浦	午前中のみ～18日(月)
三木	1月19日(火)～21日(木)
曾根	1月22日(金)
三木	1月26日(火)～29日(金)
古江	2月1日(月)～4日(木)
梶賀	2月5日(金)
賀田	2月8日(月)～12日(金)

お問い合わせ
リンクルセンター
☎②0605



「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！

天文学科学館

☎ 0525

図書館

☎ 8282

夜間観望会

8日(金)・9日(土) 火星・かに星雲(M

1)・オリオン大星雲(M42)および

ベテルギウス・すばる(M45)

15日(金)・16日(土) 火星・かに星雲(M

1)・すばる(M45)・おおひぬ座シリ

ウス、オリオン座リゲル

22日(金)・23日(土) 上弦過ぎの月・火

星・おおひぬ座シリウス、オリオン座

ベテルギウス

29日(金)・30日(土) 満月・冬の三角

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。

☆新型コロナウイルス感染防止対策

として当面のあいだ、一部利用を制

限させていただきます。詳しく

おはなしだっこ (自由参加)

日時 1月7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 赤ちゃんとお保護者

内容 赤ちゃん絵本、わらわ

た、指遊びなど

※兄弟での参加は、1歳児以上

に参加してください

おはなしの時間 (自由参加)

日時 1月16日(土)

午前11時～

対象 幼児

テーマ 「冬」

内容 紙芝居・絵本の読み聞かせ

おはなしの広場 (自由参加)

日時 1月9日(土)・23日(土)

午前11時～

対象 幼児から小学生

内容 ブックトーク、

読み聞かせほか

今月の休館日

1～4・12・18・25・29日

おすすめ図書

《一般図書》

夜明けのすべて

瀬尾まいこ／著

水鈴社



職場の人たちの理解に助けられながら、月経前症候群のイライラに耐えていた美紗は、新入社員山添君に怒りをぶつけてしまう。やる気がなく見える山添君は、実はパニック障害を発症し生きがいの気力も失っていた。その日から互いの助けようとする二人の姿に、心があたたかくなる一冊です。

その他

こころのソーシャルディスタンスの守り方

大嶋信頼／著 主婦の友社

《児童図書》

へんくつさんのお茶会

楠章子／作 学研



ほっこり山のふもとにある一軒のパン屋さん。とてもおいしいパンを焼くのは、気むずかしく、へりくつばかり言うおばあさん。そのパン屋さんにやって来るのは、人間だけでなく山の動物や小人たち。さて、どんな物語が始まるのか、ほっこりと心温まるおはなしをお楽しみください。

その他

ふみきりかんかんききょうはなんの心？

斎藤洋／作 武田美穂／絵

講談社

#あわフット



輪内中学校で、英語力などの向上を目的に英語発表会が行われました。英語の歌や英語で地域を紹介するプレゼンテーション、アメリカの高校で流行しているラインダンスなどを披露。とても素敵な発表会でした。

人の動き (11月末現在)	
人口	17,228人(前月比 -14)
	(男7,985人 女9,243人)
世帯数	9,255世帯(前月比 +6)
転入	35人
転出	20人
出生	3人
死亡	32人
その他	0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。

広報おわせ 2021(令和3年) 1月号

発行日 編集者

令和3年1月1日 尾鷲市政策調整課秘書広報係

〒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.oiwase.lg.jp/>

No.803