



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！



100年後も、
この美しいふるさと尾鷲を残したい



尾鷲市ゼロカーボンシティ宣言

～「22 世紀に向けたサステナブルシティ」の実現に向けて～

4-2022

3月1日(火)尾鷲市は2050年での温室効果ガス排出量ゼロを目指す「尾鷲市ゼロカーボンシティ宣言」をしました。(関連記事は2ページ)



尾鷲市ゼロカーボンシティ宣言

～「22 世紀に向けたサステナブル（※1）シティ」の実現に向けて～

3月1日(火)尾鷲市は、市議会定例会の所信表明にて、100年後にこの美しいふるさと尾鷲を引き継いでいくために、2050年までの温室効果ガス排出量実質ゼロを目指す「尾鷲市ゼロカーボンシティ宣言」を行い、同日、県立熊野古道センターにて、賛同した企業・団体(※2)と共に、取り組み内容についての記者会見を行いました。

※1 サステナブル・・・sustainable「持続可能な」

※2 賛同した企業・団体・・・日本郵政株式会社、ヤフー株式会社、一般社団法人 Next Commons Lab、三ッ輪ホールディングス株式会社、合同会社シーベジタブル、尾鷲商工会議所、一般社団法人つちからみのれ



サステナブルシティを実現するための3本の施策の柱

サステナブルシティ(持続可能なまち)を実現するために、3本の施策の柱を実施し、サステナブル・イノベーション・ラボ コンソーシアムに所属する企業・団体と連携しながら、2022年度から"脱炭素と教育のまち尾鷲"の具現化を本格的に進めていきます。

22 世紀に向けた サステナブルシティの実現

経済活動、暮らし方をアップデートする施策

施策の柱① 脱炭素（炭素固定）

森林資源・海洋資源の保全を通じた温室効果ガス吸収量の増加

施策の柱② 脱炭素（排出削減）

温室効果ガス排出量の削減

施策の柱③ 教育

豊かな森林資源・海洋資源を生かした新しい教育モデルの検討

"環境"に関する
サステナビリティの基盤

"地域社会"に関するサステナビリティの基盤

施策の柱① 脱炭素（炭素固定）

森林資源・海洋資源の保全を通じた温室効果ガス吸収量の増加

- ・温室効果ガスの吸収量増加
- ・環境価値（Jクレジット）としての見える化を通じた林業の新しい価値づくり
- ・間伐材利用による中長期での炭素固定



施策の柱② 脱炭素（排出削減）

温室効果ガス排出量の削減

- ・自然環境を損なうことなく、省エネや再生可能エネルギーの取り組み推進
- ・2050 年の中長期のまちづくりの検討を通じて構造的に温室効果ガスの排出量を削減



施策の柱③ 教育

豊かな森林資源・海洋資源を生かした新しい教育モデルの検討

- ・市内の豊かな森林資源・海洋資源を生かした新しい教育モデルを模索
- ・市内の小中学校を中心とした「山育・木育」「川育・雨育」「海育・とと育」などの自然環境学習プログラムの実施
- ・「里山」「里海」「まちなか」をつなぐ"新しい教育"拠点の検討



尾鷲総合病院のリニアックが再稼働します

尾鷲総合病院では、今月から、荷電粒子を加速させて発生した高エネルギー放射線を照射することで、「がん」の細胞を死滅させる放射線治療機器「リニアック」を再稼働します。

放射線治療の特徴は、1回の治療時間は短く、治療そのものによる痛みはなく、通院での治療が可能です。

また、体への負担が少ないため、高齢者の治療に適しています。

放射線治療技術の進歩や装置の高精度化により、手術との組み合わせや、抗がん剤治療との併用などにより、放射線治療の効果はさらに高くなってきています。



①治療のための診察

リニアックによる放射線治療を開始する前に放射線治療専門医が各検査の結果をもとに診察を行い、放射線治療が適応かどうか、どのような方法で治療を行うかを判断します。

②放射線治療を開始するための準備

まず、どの場所にどれだけの放射線を照射して治療を行うかを決めるためにCT検査を行います。通常、放射線治療は、数回～30回前後、同じ部位に対して行うことになりますので、ずれがなく正しい精度を保つために、場合によっては専用の固定具や枕を作製します。検査結果からエネルギーや方向、照射回数などを決定します。

③治療について

治療計画に基づいて患部に放射線を当てていきます。通常の治療時間は15分程度でそのうち1分程度の照射となります。照射による痛みはありません。

基本的には、身体のだどの部分でも治療が可能な装置で、主に「乳がん、前立腺がん、肺がん、食道がん」のほか、脳腫瘍等にも対応できます。

また、今月からは、三重大学医学部附属病院の協力により、放射線治療専門医が増員され、医療スタッフも診療放射線技師2人、看護師1人の体制で放射線治療に取り組みます。

お問い合わせ 尾鷲総合病院 ☎② 3111

乳がん・子宮がん検診が医療機関で受けられることを知っていますか？

乳がん・子宮がん検診が下記医療機関で随時受診できます。年に1回、自分のため、家族のため、大切な人のためにがん検診を受けましょう。直接医療機関へ申し込んでください。

☆乳がん検診…西井外科胃腸科 (☎② 3 7 7 3) (マンモ・エコーのどちらかを選択できます。)

※ 40 歳以上の方はマンモグラフィー検査 39 歳以下の方はエコー検査をお勧めします。

【料金】(自己負担金)：1,000 円

☆子宮がん検診…海山レディースクリニック (☎③ 0 8 8 8)、

尾鷲総合病院産婦人科外来 (3 階) (☎② 3 1 1 1 ※予約は平日午後 2 時～4 時 30 分)

【料金】(自己負担金)：子宮頸がん検診 1,000 円 子宮(頸部 + 体部)検診 2,000 円

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③ 3 8 7 1

「住みたいまち 住み続けたいまち おわせ」を目指して 新しい総合計画がスタートします！

令和4年度～13年度までのまちづくりの方向性を示す「第7次尾鷲市総合計画」が4月からスタートします。

総合計画により、まちづくりの理念や視点に基づく、まちの将来像「住みたいまち 住み続けたいまち おわせ」の実現に向けた取り組みを行っていきます。

お問い合わせ 政策調整課 ☎8134

総合計画

総合計画とは、将来の尾鷲市をどのような「まち」にするか、という長期的展望のもと、総合的・計画的なまちづくりを進めるための指針であり、市の様々な事業や個別計画の基礎となる最上位の計画です。

総合計画の策定にあたっては、国内の社会経済動向や市の現状、市民アンケートをはじめとする市民の声などから「まちづくりの課題」を抽出しました。

抽出した課題に対して、「永遠の理念（尾鷲市民憲章）」や「今後10年のまちづくりの重要かつ横断的な視点」を踏まえ、市が目指すまちの将来像を「住みたいまち 住み続けたいまち おわせ」と決めました。

その将来像の実現に向けて、5つの基本目標のもと、前期基本計画として各政策・施策を推進していきます。

【ホームページ】

総合計画本編およびその作成過程等、詳細については市ホームページをご覧ください。



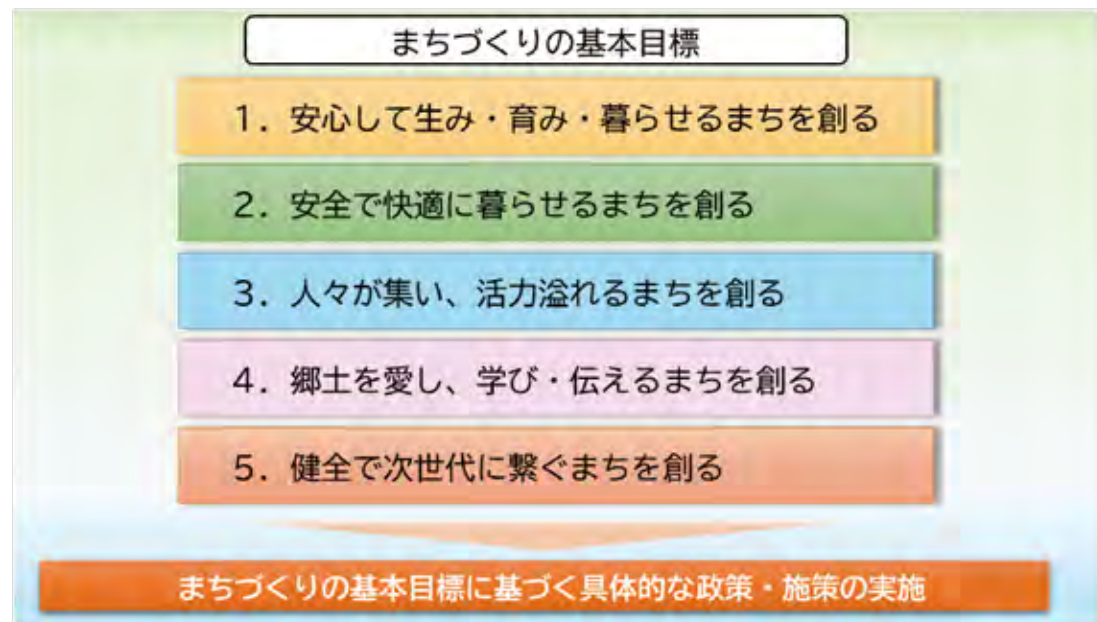
市HP「第7次尾鷲市総合計画について」



<まちの将来像>

住みたいまち 住み続けたいまち おわせ

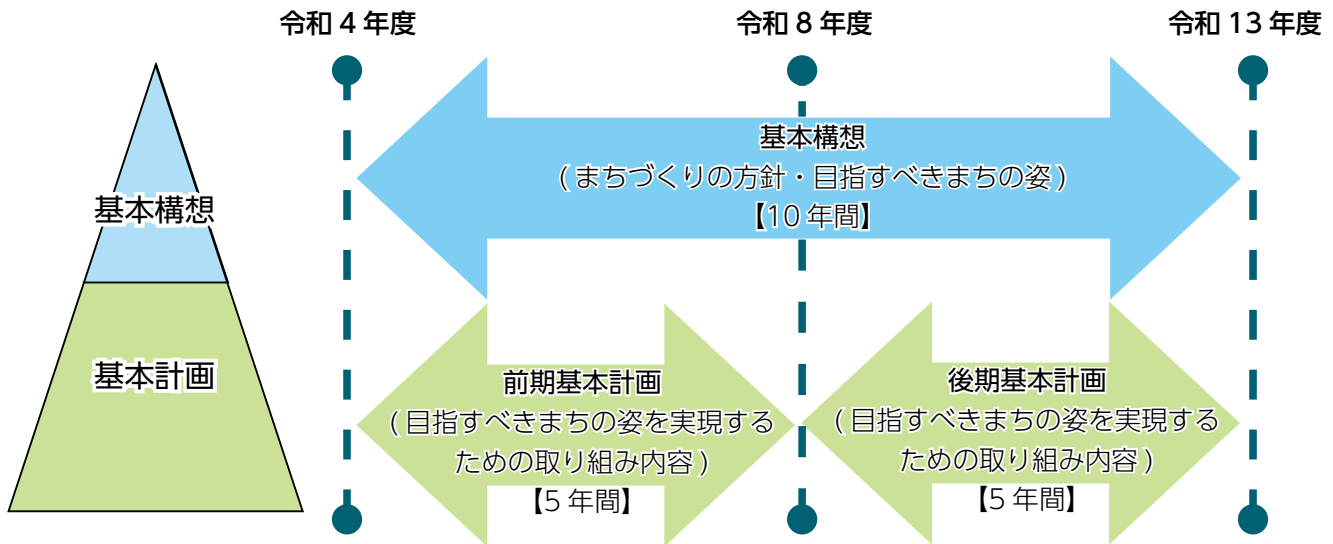
まちづくりの基本目標を通じて、まちの将来像を実現



基本構想(10年間)と基本計画(5年間ごと)

総合計画では、今後10年間のまちづくりの方針や、目指すべきまちの姿を「基本構想」として定めています。また、目指すべきまちの姿を実現するための取り組みを「基本計画」として、市を取り巻く状況などを踏まえながら、前期基本計画・後期基本計画を5年間ごとに定めます。

今回は基本構想(10年間)と前期基本計画(5年間)を定めました。



まちづくりの基本目標に基づく政策および施策 (前期基本計画)

まちづくりの5つの基本目標に基づき、11の政策と28の施策分野を定め、令和4年度～8年度までの「前期基本計画」として各取り組みを推進・実行していきます。

2. 安全で便利に暮らせるまちを創る

- 便利で快適な都市基盤の整備
(基盤整備、公共交通)
- 豊かな自然環境と良好な生活環境の保全
(自然環境、生活環境)
- 災害に強く、みんなに優しいまちづくり
(防犯・交通安全、防災)

4. 郷土を愛し、学び・伝えるまちを創る

- 生き活きと学び、活動を続けられる
環境づくり(学校教育、生涯教育、スポーツ)
- おわせの歴史、文化を伝え、地域を担う
人材の育成
(郷土文化・歴史、国際交流・多文化共生)

1. 安心して生み・育み・ 暮らせるまちを創る

- 安心して暮らせる子育て環境・保健・医療
体制の充実(子育て、健康、医療・救急)
- 地域包括ケアの構築とセーフティーネット
の充実(福祉、社会保障)

3. 人々が集い、活力溢れるまちを創る

- 活力ある産業の再生、創出と働く場の確保
(農業、林業、水産、商工)
- 魅力の発信による人の流れの創出と、受け
皿の構築
(観光・プロモーション、移住・定住、関係人口)

5. 健全で次世代に繋ぐまちを創る

- 健全な行財政運営と既存ストックの活用
(行政運営、財政運営、公共施設)
- 立場や地域、人々の隔たりのないまちづくり
(広域連携、協働・平等)

総予算額(特別会計・企業会計含む) 182億9,805万円6千円
前年度比0.5%減

令和 4 年度 予算と施策

尾鷲市の
お金の使いみち

お問い合わせ 財政課 ☎ 8 1 4 1

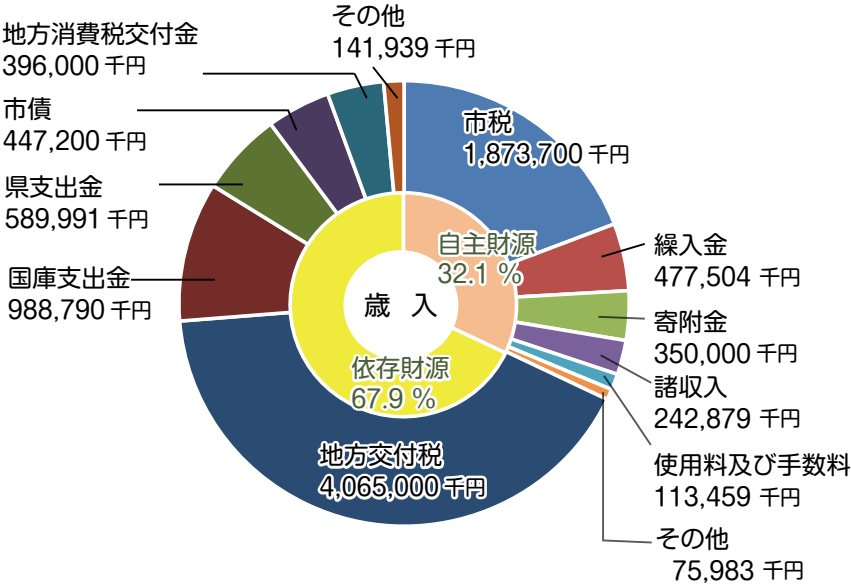
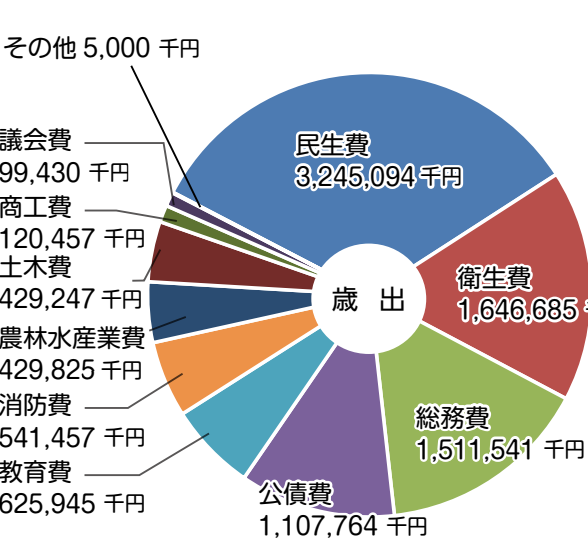
特別会計 ※ () 内は前年度比

国民健康保険事業会計	2,062,087 千円 (92.1%)
後期高齢者医療事業会計	667,057千円 (100.4%)

企業会計 ※ () 内は前年度比

病院事業会計	4,969,934 千円 (95.0%)
水道事業会計	836,533 千円 (100.3%)

一般会計 **97億6,244万5千円** 前年度比 3億4,302万円(3.6%)増



家計簿で例えてみると

家庭の年収を 550 万円として置き換えてみると
令和元年全国家計構造調査(5年ごとの調査)の
三重県経済圏C(伊勢志摩・東紀州)平均年間収入
5,579千円を基準にしています。

収入(年間)

給与収入	106 万円	市税
家賃収入・パート収入など	11 万円	使用料及び手数料など
親からの仕送り	347 万円	地方交付税・国庫支出金など
預金の取崩し	27 万円	繰入金
銀行からの借入	25 万円	市債
雑収入	34 万円	寄附金・諸収入
合計 550万円		



支出(年間)

食費	95 万円	人件費	車の修繕など	3 万円	維持補修費
光熱水費・日用品など	97 万円	物件費	預金	12 万円	積立金
月謝・会費など	74 万円	補助費等	ローン返済	62 万円	公債費
医療費・教育費	101 万円	扶助費	家の新築、車の購入など	41 万円	投資的経費
子どもへの仕送り	65 万円	繰出金	合計 550万円		

予算とは

1年の収入(歳入)と支出(歳出)の計画

今回の予算は、「第7次尾鷲市総合計画」の1年目として、市政の諸課題の解決に向けて重要な1年であり、総合計画に掲げた、まちの将来像「住みたいまち 住み続けたいまち おわせ」の実現に向けた新たな一歩となる予算となっています。

歳 入

自主財源の根幹である市税は、令和3年度の各税目の調定見込額等を踏まえ、前年度比6,842万4千円(3.8%)増額の18億7,370万円を見込んでいます。

また、国から交付される地方交付税は、前年度比4億700万円(11.1%)増額の40億6,500万円を見込んでいます。

一方、市の借金である市債は、対象事業費等の減により、前年度比1億100万円(18.4%)減額の4億4,720万円を見込んでいます。

歳 出

目的別の構成比では、民生費33.2%、衛生費16.9%、総務費15.5%、で全体の6割以上を占めています。前年度と比較して主な増額は、農林水産業費で、水産基盤ストックマネジメント事業の増額等により1億1,719万3千円(37.5%)の増、衛生費で、墓地移転事業の増額等により9,525万6千円(6.1%)の増となっています。主な減額は、教育費で、三重とこわか国体活動費の減少等により1,449万1千円(2.3%)の減となっています。

自主財源とは

地方公共団体が独自で調達できる財源(市税、分担金及び負担金、使用料及び手数料、財産収入、寄附金、繰入金、繰越金、諸収入)

依存財源とは

国・県により定められた額を交付または割り当てられる財源(地方譲与税、利子割交付金、配当割交付金、株式等譲渡所得割交付金、法人事業税交付金、地方消費税交付金、環境性能割交付金、地方特例交付金、地方交付税、交通安全対策特別交付金、国庫支出金、県支出金、市債)

特別会計とは

市が特定の事業を行うとき、特定の収入を特定の支出にあてる会計

企業会計とは

その事業によって得られる収入で支出をまかなう独立採算制の会計

主 な 事 業

ふるさと納税事業

(1億9,082万6千円)

本市の魅力を発信し、更なる寄附金の増大を図るため、市民の皆さんのご協力もいただきながらふるさと納税のPRを推進します。



新型コロナウイルスワクチン接種事業

(2,472万4千円)

新型コロナウイルスワクチンの供給量に応じ、安全・安心な接種体制を整備し、希望する人に対し速やかにワクチン接種を実施します。



給食費支援事業

(1,039万5千円)

特定教育・保育施設(幼稚園、保育園、認定こども園)において提供される食事の実費相当分である給食費を補助することにより、保護者の経済的負担の軽減を図り、安心して子育てができる環境づくりを推進します。



中央公民館・コミュニティーセンター

講座・教室・サークル

参加者募集

中央公民館 ☎②0001			
名称	実施日等	対象	定員
折り紙教室	年4回 第2土 10:00～	一般	16人
コーラス教室	年9回 第2水 10:00～	一般	40人
奥の細道を学ぶ	年9回 第3火 13:30～	一般	36人
ヨガ教室	年10回 第1月ほか 13:30～	一般	50人
数独教室	年9回 第2土 13:30～	一般	16人
絵画サークル	年9回 土 10:00～16:00	一般	15人
書道サークル	月2～3回 金 19:00～21:00	一般	30人
俳句若草会	年10回第2木 10:00～12:00	一般	16人
茶道サークル	第1・2金 13:00～17:30	一般	15人
写真サークル	第2火 19:00～21:00	一般	16人

矢浜コミュニティーセンター ☎②6367			
名称	実施日等	対象	定員
健康づくり教室	随時	一般	10人
ゆる体操	年15回 第2・4木 13:30～	一般	15人
布ぞうり教室	第1木 9:30～11:30	一般	10人
ベリーエクササイズ教室	年6回 第2木 10:00～	一般	10人
アロマ教室	年1回	一般	10人
エコクラフト教室	金 13:00～	一般	6人
子ども体験学習	随時	小学生	8人
こども卓球教室	年8回 第3水 14:30～	小学生	6人
太極拳サークル	金 10:00～11:30	一般	
ヨガサークル	火 13:30～14:30	一般	
キュッと愛好会(エアロビ)	毎週水 19:30～21:00	一般	
なでしこ(人形劇)	毎週水 19:30～21:00	一般	
古布サークル	第3水 13:00～	一般	

向井コミュニティーセンター ☎②4975			
名称	実施日等	対象	定員
陶芸教室	2月の土・日(3回) 13:00～	小学生親子・一般	15人
ちまき・おさすり作り	6月 旧端午の節句ごろ	幼児～一般	15人
自然トレッキング (地域の名所散策)	4月・11月 日曜日	親子・一般	15人
料理教室	年2回 随時	一般	15人
手芸教室	年5回 随時	一般	10人
子ども教室	夏休み・冬休み 4回	小学生	10人
ひのきハンドメイド	年2回 随時	一般	10人
フラワーアレンジメント	年2回 随時	一般	10人

大曽根コミュニティーセンター ☎②4975 (向井コミュニティーセンター)			
名称	実施日等	対象	定員
高齢者学級 (介護予防体操)	年6回	一般	10人

南輪内センター ☎②2004			
名称	実施日等	対象	定員
輪内の和(4館合同)	年4回 5月～12月	5歳以上	30人

行野浦コミュニティーセンター ☎③8250(市民サービス課)			
名称	実施日等	対象	定員
各種講座	年5回 随時	一般	10人

※講座・教室・サークルの内容や時間等が変更になる場合があります。また、各施設で募集方法や募集期間が異なりますので、詳しくは各施設に直接お問い合わせください。

※中央公民館の講座・教室・サークルについては、5月9日(月)までに、中央公民館で配布する申込用紙にて、ご応募ください。

※先着順となります。応募者が少ない場合は、開講できない場合があります。※図書館の講座とサークル会員登録は本紙13ページをご覧ください。

早田コミュニティセンター ☎② 2 1 3 9			
名称	実施日等	対象	定員
ふれあい学級（料理教室他）	年4回 随時	一般	15人
スマイル学級（イス体操・ヨガ）	年5回 随時	一般	15人
手作り学級（伊勢型紙・小物作り他）	年5回 随時	一般	15人
脳トレ体操教室	年5回 随時	一般	10人
書道教室	年7回 第2火 9:30～	一般	10人
卓球サロン	年10回 第3水 9:30～	一般	10人
健康歌声教室	年5回 随時	一般	15人

三木里コミュニティセンター ☎② 2 2 7 4			
名称	実施日等	対象	定員
麦みそ作り教室	年1回 7月	一般	15人
書道教室	年5回第4火10:00～	一般	10人
ヨガ教室	年5回 第3水 10:30～	一般	10人
エンジョイ健康体操	年5回第2金13:30～	一般	15人
伊勢型紙教室	年2回 6月・10月	一般	10人
手作り教室	年2回 随時	一般	10人
子ども学級	年1回 随時	子ども	希望者
親子の食育教室 四季の料理	年3回 随時	子ども 一般	12人
音楽会	年1回 随時	一般	—
生け花教室	年2回 随時	一般	12人
三木里盆踊り保存会	7月～8月19:00～	一般	

古江コミュニティセンター ☎⑦ 2 7 6 9			
名称	実施日等	対象	定員
フラ教室	月3回 木 9:30～	一般	10人
ストレッチヨガ教室	月1回 火 13:30～	一般	10人
ひのき教室	年2回 随時	一般	10人
健康教室	年5回第4木 10:30～	一般	15人
ふるさと学級（料理・もの作り他）	年4回 随時	一般	15人
大正琴サークル	月2回 木 13:30～	一般	

梶賀コミュニティセンター ☎⑦ 3 4 3 0			
名称	実施日等	対象	定員
書道教室	月1回 随時	一般	10人
パッチワーク教室	月5回 第2木 9:30～	一般	10人
陶芸教室	年1回（4日間）	一般	20人
踊り教室	月2回 13:30～	一般	10人
ものづくり教室	年2回 随時	小・中・一般	10人
花いっぱい運動	年2回 随時	小・中・一般	10人
子ども学級	年2回	小・中・一般	10人
和菓子作り教室	年1回	小・中・一般	10人
ヨガ教室	月1回 随時	一般	10人

須賀利コミュニティセンター ☎⑥ 2 2 6 0			
名称	実施日等	対象	定員
高齢者教室（須賀利いきいき講座）	年5回 随時	高齢者・一般	15人
成人学級（健康体操他）	年4回 随時	一般	10人
手作り教室（手芸教室他）	年6回 随時	一般	10人

九鬼コミュニティセンター ☎⑨ 2 1 6 4			
名称	実施日等	対象	定員
手作り学級（味噌作り他）	年3回 随時	一般	15人
微笑み学級（干支のぬいぐるみづくり他）	年5回 随時	一般	15人
料理教室	年3回 随時	一般	10人
郷土歴史教室	年33回 第1・2・3水 10:00～	一般	15人
パッチワーク教室	年5回 第4金 13:30～	一般	15人
ヨガ教室	年5回 第3木 13:30～	一般	10人
成人学級（介護予防体操他）	年3回 随時	一般	15人
サークル歌声	第1・3金曜日 13:30～	一般	

三木浦コミュニティセンター ☎⑧ 2 8 3 7			
名称	実施日等	対象	定員
ストレッチヨガ教室	年10回	一般	10人
ヨガ教室	年10回	一般	10人
日舞教室	第2・4金 10:00～	一般	15人
太鼓教室	毎週木 18:30～	小・中・一般	15人
パッチワーク教室	第2・4火 13:30～	一般	15人
卓球教室	毎週月・金 13:00～	小・中・一般	15人
ユニカール教室	毎週木 13:00～	一般	15人
手作り教室	年5回 随時	一般	15人
交流教室	年3回 随時	幼～高齢者	15人

賀田コミュニティセンター ☎⑦ 2 0 8 8			
名称	実施日等	対象	定員
花いっぱい教室	年4回	子ども 一般	20人
料理教室	年3回	一般	20人
手作り教室	年6回	一般	15人
陶芸教室	年1回（4日間）	一般	15人
ヨガ教室	年5回 第3木10:00～	一般	15人
パッチワーク教室	年5回 第3水 9:30～	一般	15人
卓球	毎週金 13:00～15:00	一般	希望者
ふれあい教室	年2回	子ども 一般	20人
ふるさと体験教室	年3回	一般	20人
カラオケ（梅）	毎週火 13:00～	一般	

曾根コミュニティセンター ☎⑦ 3 1 4 1			
名称	実施日等	対象	定員
パッチワーク教室	年15回主に第1・3金9:30～	一般	7人
刻字教室	月1回主に第2木 10:00～	一般	8人
料理教室	年1回 随時	一般	5人
小物作り教室	年3～4回 随時	一般	10人
健康教室	年2回 随時	一般	10人
フラワーアレンジメント	年1回 随時	一般	10人
ピンポン学級	火 10:00～	一般	希望者



市長への手紙にお答えします

広報おわせ12月号で掲載しました「市長への手紙」につきまして、たくさんのご意見・ご提案をいただき、誠にありがとうございました。

今号では、その一部を抜粋し、要約して紹介します。

お寄せいただいたそれぞれの内容につきましては、できるかぎり市政に反映させるよう努力いたします。



【ご意見・ご提案】 体育文化会館 屋根修繕について

雨の日は、バケツを置くなどの雨漏り対策をしながら、バドミントンを楽しんでいます。強い雨の時などは、休館になることが増えました。早急に、屋根の修繕をお願いします。

【回答】

体育文化会館は、築50年以上が経過し、老朽化のため雨漏りなどの不具合がみられ、これまで、より緊急性の高い部分的な修繕を限られた予算内で実施しております。

本施設は未耐震であることから、まずは耐震診断を早急に実施し、その結果により方向性(方針)を定める必要があります。

ご不便をおかけしますが、何卒ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

【ご意見・ご提案】 道路の拡幅について

光ヶ丘墓地の中腹部から最上部に行く道路において、狭い上に急カーブのため見通しが悪く、また、道路両側の側溝および、残存している鋼製の門扉の柱により、普通車での対向通行を困難にしています。側溝ふたの設置などをお願いします。

【回答】

既存道路は市道であり、側溝ふたが設置されておらず、道路幅員も狭く、対向車には細心の注意を払うなど、通行の際にはご迷惑をお掛けし、誠に申し訳ございません。

道路施設内に設置されている門扉の撤去も併せて、側溝ふたの設置の検討を今後進めてまいります。(※延長:約314m、工事概算費用:約800万円)

【ご意見・ご提案】 道路の側溝ふたの設置について

尾鷲高校グラウンド沿いの市道において、対向車を交わす際に、溝に落ちてしまった自動車を何度か目にしています。側溝ふたの設置をお願いします。

【回答】

平成25年に自治会からも要望書が提出されており、大雨の際に冠水、浸水する箇所を中心に、現在、計画的に継続して工事を行っている状況であります。

引き続き、工事を予定しており、側溝には、ふたが設置された構造に改良を行ってまいりますので、今しばらくお待ちくださいますようお願いいたします。

なお、工事の際には、御迷惑をお掛けしますが、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

【ご意見・ご提案】 ごみ収集場について

雨の日に、ビニールに包まれたり、そのままの状態で見捨てられている紙類、布団、衣類を見かけることがあります。天候に左右されない屋根付きのリサイクルごみ置き場を要望します。

【回答】

紙類・繊維類を含む資源化物の回収場所は市内に数多くあり、公平性の観点から、特定箇所への屋根設置は難しいと考えております。

また、全箇所に設置することも、現状厳しいものがございます。

そのため、再資源化可能な状態を保つため、広報おわせや市ホームページにおいて「雨の日などは無色透明の袋に入れて、中味が濡れないように出してください」旨のお願いをしているところでありますので、ご理解、ご協力をお願いいたします。

【ご意見・ご提案】 市が所有する土地の売買について

市のホームページに「尾鷲市の土地、買いませんか」と掲載されていますが、実際に購入できるまでかなりの時間がかかると聞きました。すぐに購入できなくて残念です。

【回答】

市のホームページで公開しています「尾鷲市の土地、買いませんか」につきましては、今後、市として、利活用する見込みのない市有地につきまして、一般的に需要があるかどうかを把握するために掲載しており、その中で、皆さまからお問い合わせがあった土地について、売却への手続きを進めていくこととしています。

しかしながら、具体的に売却への手続きを進めていくためには、土地の測量や分筆登記、またそのための予算措置などが必要となるため、ご指摘いただきましたように、今すぐ購入を希望される方への対応が難しい状況でありますので、今後、売却方法やホームページへの掲載方法などを改めてまいりたいと考えております。



令和4年度の介護保険料 (65歳以上)のお知らせ



4月中旬に一部の65歳以上の人に対して、介護保険料額決定通知書と納付書を郵送しますので、届いた人は納期限までに必ず納付してください。(口座振替利用者には介護保険料額決定通知書を郵送します)

介護保険料の納め方

特別徴収

【納め方】

受給されている年金から天引きされます。

【対象者】

老齢・退職年金、障害年金および遺族年金が年額で18万円以上の人

普通徴収

【納め方】

口座振替や納付書で金融機関、各役所(場)、紀北広域連合で納めます。

【対象者】

老齢・退職年金、障害年金および遺族年金が年額で18万円未満の人

ただし、次の条件に当てはまる人は、普通徴収となります。

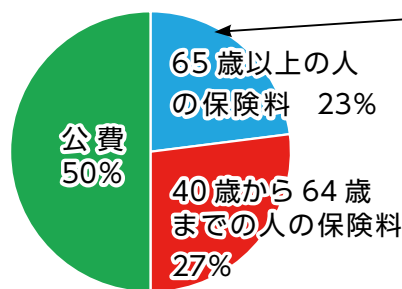
- 令和4年度の途中で65歳になった人(年金支給が始まっても、すぐに年金天引きは行いません。)
- 令和4年度の途中で所得段階が変わった人
- 令和4年度の途中で他の市町村から転入した人
- 年金の現況届の提出が遅れた人
- 年金を担保にお金を借りている人

保険料は大切な財源です

介護保険は40歳以上の皆さんが納めている介護保険料と公費を財源に運営しています。

財源が不足すると必要なサービスを十分に揃えられなくなることがあります。

誰もが安心してサービスを利用することができるよう介護保険料は必ず納めましょう。



この部分を65歳以上の皆さんで負担します。

介護保険の財源割合

お問い合わせ 紀北広域連合 ☎0888

国民年金保険料の納付について

令和4年度の国民年金保険料は月額 **16,590円** です

令和4年4月～令和5年3月までの国民年金保険料は月額16,590円です。4月上旬に届く納付書で、最寄りの金融機関やコンビニエンスストアで納めることができます。また、納付書での「前納制度」の他に、「口座振替(口座引き落とし)」でさらにお得な「前納制度」や「早割」もあります。

2年分をまとめて現金でお支払いいただく2年前納(4月末までにお支払い)は14,540円、1年分をまとめて現金でお支払いいただく1年前納(4月末までにお支払い)は3,530円、半年分をまとめてお支払いいただく6カ月前納(4月～9月分は4月末、10月～翌年3月分は10月末までにお支払い)は810円の割引になります。

口座振替での2年前納(2月末で受付終了)は15,790円、1年前納(2月末で受付終了)は4,170円、6カ月前納(4月～9月分は2月末で受付終了、10月～翌年3月分は8月末までに申し込みが必要)は1,130円の割引になります。

また、早割は本来翌月末までにお支払いいただく保険料を、当月末の口座振替にすることで、月々50円(年間600円)の割引になります。

※早割では、原則として初めて口座振替を申し込まれた人の初回は、前月分(割引なし)と当月分(50円割引)の2カ月分の保険料の引き落としとなります。

お問い合わせ

尾鷲年金事務所 ☎22340

市民サービス課 ☎238193

4月は、転出や転入、就職、退職などが多くなる月です。国民健康保険の変更が必要な人は、忘れずに手続きをしてください。詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ 市民サービス課 ☎238193

手当

児童扶養手当と 特別児童扶養手当および特別児童障害者手当

● 児童扶養手当

父母の離婚等により、父または母と生計を同じくしていない児童が育成される家庭(ひとり親家庭)の生活の安定と自立を助け、児童の福祉の増進を図るための制度です。

第1子	第2子加算額	第3子以降加算額
全部支給 43,070円	全部支給 10,170円	全部支給 6,100円
一部支給 43,060円 ～ 10,160円	一部支給 10,160円 ～ 5,090円	一部支給 6,090円 ～ 3,050円

※ 手当の額は、請求者または配偶者、扶養義務者の前年所得によって決定します。

申請・お問い合わせ 福祉保健課高齢者福祉係 ☎③ 8 2 0 1

● 特別児童扶養手当(月額)

身体や精神に障がいがある 20 歳未満の児童の福祉の増進を図るための制度です。

	令和4年度 (月額)
特別児童扶養手当 1 級	52,400 円
特別児童扶養手当 2 級	34,900 円

申請・お問い合わせ

福祉保健課子育て支援係 ☎③ 8 2 0 2
(場所:福祉保健センター2階)

● 特別障害者手当の手当額(月額)

精神または身体に重度の障がいがある人に、福祉の増進を図ることを目的とした制度です。

	令和4年度 (月額)
障害児福祉手当	14,850 円
特別障害者手当	27,300 円
経過的福祉手当	14,850 円

申請・お問い合わせ

福祉保健課自立支援係 ☎③ 8 2 0 3

募集

子育て支援センター「ちびっこひろば」

尾鷲第二保育園に開設されている子育て支援センター「ちびっこひろば」では、皆さんの子育てを支援するため、育児相談や親子教室、園庭開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。

【育児相談】

電話・面接・訪問などで、しつけ・食事・病気の悩みなどの相談に応じています。

月曜日～金曜日 午前10時～正午 午後1時～3時

【ふれあいデー(センター開放)】

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。

月曜日～金曜日 午前9時～正午 午後1時～3時

【ちびっこひろば親子教室】

親子教室を毎月1回開催し、子育てについての講話や楽しい親子のふれあい遊びをたくさん紹介します。

◎開所式 : 4月7日(木) 午前10時30分～

◎場所 : ちびっこひろば

お問い合わせ ちびっこひろば(尾鷲第二保育園内) ☎③ 2 6 0 0

募集

おわせファミリーサポートセンター

子育ての援助を依頼したい人(依頼会員)と援助を行いたい人(援助会員)が共に会員となり、地域において会員同士が子育ての相互援助を図る活動です。利用には登録が必要で、新規会員(依頼会員・援助会員)を募集中です。

【依頼会員とは?】

子どもを預けたり送迎して欲しい人など

【利用料】

午前7時～午後8時は、1時間につき700円、そのほかの時間は、1時間につき800円

【依頼会員の条件】

市内に居住、または勤務する人で、0歳～小学6年生までの子どもを養育している人

【援助会員とは?】

子どもが好きで、子育ての経験を活かし、皆さんの子育ての応援がしたい人など

【援助会員の条件】

市内在住の20歳以上の人

お問い合わせ おわせファミリーサポートセンター(福祉保健課) ☎③ 8 2 0 2

募集

尾鷲市一時預かり保育

◆一時預かり保育事業とは

保護者の就労時や、病気、介護、冠婚葬祭、リフレッシュのために一時的にお子さまを「ひのきっここども園」でお預かりします！

◆対象の子ども

住所が尾鷲市にあり、満1歳以上から就学前（小学校に入学する前月まで）の児童。

※満1歳以上については、ミルクの授乳や離乳食が完了していること。

※里帰り出産で帰省中の場合などは、市内に住所がなくても利用できます。

◆利用日・利用時間

☆平日（月曜～金曜） 午前8時30分～午後4時30分

☆土曜日 午前8時30分～正午

※祝日、日曜日、園が必要と認める休日は、利用できません。

◆利用日数の上限

就労等でご利用の場合 週3日以内

緊急にご利用の場合 月14日以内

リフレッシュ等でご利用の場合 月7日以内

◆ご利用料金

☆1日保育（午前8時30分～午後4時30分）

1～2歳児 2,500円 3～5歳児 1,800円

☆半日保育（午前8時30分～正午 午後1時～4時30分）

1～2歳児 1,300円 3～5歳児 1,000円

☆給食費 300円

※給食は1日保育の場合のみ。半日保育の場合は利用できません。

※アレルギーがある場合は、必ずお弁当とおやつを用意してください。

◆お申込み・お問い合わせについて

※あらかじめ「登録」が必要です。

※初めてご利用される場合は、利用日の1週間前までにお申し込みください。

申請・お問い合わせ

福祉保健課 子育て支援係 ☎③8202

募集

令和4年度尾鷲節こども太鼓教室 新規受講生

尾鷲節保存会では、尾鷲節の保存と普及を目的として、市内の小・中学生を中心に、尾鷲節の太鼓教室を開催しています。

今年度も新規受講生を募集します。教室での練習のほか、受講生の練習成果発表の場として、毎年「おわせ港まつり」や「尾鷲節コンクール」等の地域イベントで、尾鷲節太鼓を披露しています。

◆練習日：毎月第1を除く月曜日（祝日は休み） 午後7時～

※新型コロナウイルス感染症の影響により、練習を休止している場合がありますので、直近の練習日についてはお問い合わせください。

◆場所：教育委員会1階トレーニング室

◆年間受講料：2,000円

申し込み・お問い合わせ 商工観光課 ☎③8223

募集

図書館サークル会員

令和4年度サークル会員を募集します。

申し込み受付は4月1日（金）～

★おはなしポケット

乳幼児を対象に読書ボランティア活動を行います。

対象 一般

日時 毎月第4木曜日 午前9時30分～11時30分

会費 1,000円（年会費）

★ボランの会

テーマ別に子どもの本を読み、意見交換をします。おはなし会へも出向きます。

対象 一般

日時 毎月第3木曜日 午前10時～正午

会費 1,000円（年会費）

★よもやまばなし

文学・小説を読み、自由に語り合います。

対象 一般

日時 毎月第3火曜日 午後1時30分～3時30分

申し込み・お問い合わせ

図書館 ☎③8282

募集

シルバー人材センター会員

令和4年度の新入会員を募集します。

対象：市内在住で、60歳以上の健康で働く意欲のある人

内容：草刈・除草・剪定・清掃2～3時間の軽作業など

※詳しくは、お問い合わせください。

お問い合わせ 尾鷲市シルバー人材センター ☎③1145

福祉医療費助成制度とは

子ども・一人親家庭の父または母および児童・心身障がい者の健康と福祉の増進を図るため、支払った医療費の保険一部負担金相当額などを助成する制度です。

ただし、所得制限がありますので注意してください。

● **子ども医療費助成制度** 申請・お問い合わせ 福祉保健課(子育て支援係) ☎② 8 2 0 2

対象 15歳年度末までの子どもが対象です。

● **一人親家庭等医療費助成制度** 申請・お問い合わせ 福祉保健課(高齢者福祉係) ☎② 8 2 0 1

対象 一人親家庭の父または母および18歳年度末までの児童
父母のいない18歳年度末までの児童

● **障がい者医療費助成制度** 申請・お問い合わせ 福祉保健課(自立支援係) ☎② 8 2 0 3

対象 ①身体障害者手帳の等級が1～3級の人
②療育手帳A1またはA2もしくは知能指数が35以下と判定された人
③身体障害者の等級が4級の人のうち、知能指数が36以上50以下、または療育手帳B1と判定された人
④精神障害者保健福祉手帳の等級が1級の人

※ いずれも、支払った医療費の保険一部負担金相当額(④の場合は、通院費用のみ)を助成します。

○振込日について 4月より、毎月月末日(支払日が土・日・祝日にあたる場合はその前日)に変更しました。

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 ☎⑤ 2666

三重県民の日体験

「県民の日」にちなみ、缶バッチ作り体験を開催します。

【開催日時】4月16日(土)午後1時～3時

【参加料】100円

※材料がなくなり次第終了、事前申込不要

東紀州の四季を味わう料理教室 紀和牛

東紀州の特産品や食材の魅力を知っていただくための料理教室を開催します。今回は、熊野市紀和町の豊かな自然環境のもと天然水を使って肥育されている紀和牛を使用したレシピを学びます。

【日時】5月8日(日) 午後1時～3時

【参加料】2,000円

【定員】20人(要申込・応募多数の場合抽選)

【申込】4月8日(金)～5月1日(日)午後5時まで

【講師】西岡宏起氏(相可高校食物調理科教諭)、相可高校調理クラブの皆さん

※その他イベント、ゴールデンウィークのイベント等については熊野古道センターホームページをご覧ください。

※日曜日はわくわくものづくり体験教室を開催しています。



熊野古道センター
QRコード

子育てやからだ、こころの心配事についてお話しませんか？

4月19日(火) ちょっとよってってい～

午前10時～11時30分

妊娠中や産後の心配について、こころとからだの休憩がてら、お話しにきませんか？

担当/子育てサークルがりら 代表 いしかわさとこ 石川郷子さん

定員/1組30分ずつ

4月8日(金) ココロとカラダの相談会

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、心と身体に関する相談

4月12日(火)午前/15日(金)午後/18日(月)午後/

26日(火)午前 赤ちゃん相談

乳幼児の身体測定や育児相談など

時間/午前9時30分～、午後1時～

定員/1組20分ずつ

持ち物/母子健康手帳、バスタオル

※要予約。下記までお問い合わせください。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

※場所:福祉保健センター2階(栄町5-5)

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎③ 3 8 7 1



市 HP リンク

国民健康保険制度を守ろう！

～医療費の抑制にご協力ください～

3月号でもお伝えしたとおり、国民健康保険の財政は予断を許さない状況です。国民健康保険制度を今後も守っていくためには、一人ひとりが「医療費適正化」に関心を持ち、取り組んでいくことが大切です。

令和2年度は、日ごろの加入者のみな様のご協力もあり、一人あたり医療費は減少しました。しかし、本市はまだ県内14市の中で最も医療費が高い状況にあります。

医療費を抑制するためには、まず健康を守ることが大切です。健やかな毎日を過ごすためにも、私たち一人ひとりが健康管理に努めながら、医療費の増大を抑制していきましょう。

特定健診(健診費用:0円) を受診しましょう！

特定健診を健康管理に活用ください。自分の身体の状態、病期の芽の早期発見ができます。こちらは、毎年6月に受診券を送付しています。

- ・対象者⇒40～74歳の市の国民健康保険に加入されている人
- ・受診期間7月～11月まで

チャレンジ教室(特定保健指導) を利用しましょう！

健診の結果に基づき、保健師・管理栄養士が生活習慣の見直しや改善をサポートします。案内が届いた際には、ぜひご利用ください。

お問い合わせ

市民サービス課 ☎②38193

ポイントを貯めて、楽しく健康づくり！

福祉保健センターなどで健康HAPPYポイント手帳を発行しています。健康教室・各種検診・講座・おわせ30日チャレンジなど市の健康づくり事業に参加するとポイントが貯まります。



ポイントを貯めると、ドリンクボトルやタオル、コースター、さをり織りペンケースなど素敵な特典があります。



健康HAPPYポイント事業の紹介

おわせ30日チャレンジ

- ①なりたい自分を考える。
「いつまでも歩ける身体になる」など
- ②チャレンジ内容を2つ考える。
「腹八分目を意識する」、「1日プラス1000歩(約10分)歩く」など
- ③チャレンジが達成出来たら記録表に○をつけ、30日取り組み記録する。

てくてくウォーク60万歩の旅

日本全国の名所をバーチャル(架空)旅行してみませんか？

- ①記録表に毎日の歩数を記録する。
- ②1万歩を歩くごとに記録表の○を塗りつぶす。
- ③記録表の○が塗りつぶせたら提出する。

お問い合わせ

福祉保健課 ☎②3871

健康HAPPYポイント事業について詳しくは、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ
【健康HAPPYポイント】

中央公民館では、令和4年度16講座・5サークル(※)を開講いたします。

初心者や未経験の人でも気軽に参加・チャレンジいただけるよう、楽しむことを目標に、4月より、折紙、古典(奥の細道)、ヨガ、コーラス、数独、絵画、写真、書道、俳句、茶道といった多様な講座およびサークルの募集を開始いたします。

その他講座につきましては、開講時期等が決定次第募集いたしますので、申し込みをお待ちしています。

今月号の8～9ページでは、中央公民館講座やサークルの参加者募集について掲載しています。はじめての人でも初歩から学べますので、気軽に講座・サークルに参加してください。令和4年度開講講座の詳細につきましては、「令和4年度中央公民館講座・サークル案内パンフレット」(中央公民館にて提示)にてご確認ください。

参加希望者は、案内パンフレットに掲載されている申込用紙に住所・氏名・年齢をご記入のうえ、4月5日(火)～5月9日(月)の間に、中央公民館1階事務所へお申し込みください。(※4月からの募集は5講座・5サークルで、残りの講座は開講の都度募集)

お問い合わせ 中央公民館 ☎00001



アクアステーションだより

Mie Owase Deep Sea Water

営業時間および休館日が変更となります！

4月1日(金)からアクアステーションの運営体制の見直しに伴い、施設の営業時間・休館日が下記のとおり変更となります。

日ごろから利用されているお客様には大変ご不便をお掛け致しますが、今後も多くの皆さんにご利用いただき、地域の活性化を進めていくことのできるアクアステーションの運営を目指してまいりますので、ご了承をお願いします。

【変更一覧表】

変更開始日：4月1日(金)～

	変更前	変更後
開館時間	午前9時	変更なし
閉館時間	午後5時	午後4時
休館日	月曜日・年末年始 (月曜日が祝日の場合は翌火曜日が休館)	日曜日・月曜日・祝日 年末年始

三重大学連携室に

相談しませんか？

大学の専門知識やノウハウ、経験をもとに、企業等が抱える経営問題の解決の糸口を提供するため、市役所庁舎内に「三重大学連携室」を設置しております。
新たな発想で新製品開発のイメージが浮かんだときや、研究したい問題点が浮かんだときなど、技術相談、実験の相談、調査方法の相談などにご利用ください。

次の日程で相談を行う予定ですので、ぜひご利用ください。

●日程

4月20日(水)
5月18日(水)
6月15日(水)
7月20日(水)
8月17日(水)
9月21日(水)
10月19日(水)
11月16日(水)
12月21日(水)
1月18日(水)
2月15日(水)
3月15日(水)

●時間

午前10時～正午
午後1時～4時

※実施日前日の午後1時までに申し込みをしてください。
なお、実施日は変更になることがあります。

お問い合わせ 政策調整課

☎08134

続 尾鷲の植物誌

オオイヌノフグリ(オオバコ科)



田畑の片隅の日だまりには青紫色のオオイヌノフグリが満開です。オオイヌノフグリは西アジア原産で、ヨーロッパを経て1880年ごろに日本に入ってきた帰化植物です。今では全国に広がり、早春から春にかけての季節を代表する草花となっています。

日本には在来種であるイヌノフグリが自生していますが、こちらの花は^{たんこうしよく}淡紅色で、大きさも一回り小さくなっています。かつては普通に見られたのですが、オオイヌノフグリに追いやられ、今では三重県や国の絶滅危惧種となっています。

イヌノフグリの名は、実が雄犬の「ふぐり^{いんのう}」に似ているところによっています。オオイヌノフグリはイヌノフグリより全体的に大形なことからこの名がついています。

1つの花には雌しべを挟んで2本の雄しべがあり、花は日中に開き、夕方になると閉じてしまいます。花には蜜を求めてアブやハチが訪れ、花粉を運んでいます。虫のこなかった花では2本の雄しべが左右から雌しべの方向に曲がって雌しべに花粉をつけ実を結びます。このようにしてオオイヌノフグリは2つの方法でたくさん

の種子を作り、できるだけ多くの次世代を残そうとしています。



オオイヌノフグリの花



オオイヌノフグリの実

実の形を犬の「ふぐり(陰囊)」に見立てた

海中さんぽ

ブリの分布域は日本周辺、朝鮮半島東岸であり、漁獲のほとんどが日本です。近年、海水温の上昇によって分布域が北上し、秋に北海道のサケ定置網でブリが捕れています。分布域の拡大によって資源が増え、全国的に漁獲量が増えて、尾鷲市のブリ定置網においても豊漁の年が多くなっています。

最新の調査結果によると、この地域にも北の海から回遊するブリが訪れていると考えられており、3月、4月にまとまって捕れるブリは、体脂肪率が15%以上の非常に高い値を示す個体が大部分であることが分かっています。

明治16年に発刊された三重県水産図解には、ブリの盛漁期は3～5月で、味も美味であったとされています。このころも、今と同じように、ブリの資源が多かった時代だったのかもしれませんが。当時は、魚群を発見してから網で囲い込んで捕る方法や、釣りによって漁獲されていたようです。

現在、尾鷲市のブリの漁獲は、ほとんどが定置網です。市の定置網の歴史は、九鬼浦における明治32年からの操業が始まりです。

定置網は、漁場が沿岸のすぐ近くなので、漁獲から水揚げまでが数十分以内と短時間であり、鮮度が良いのが

ブリ

特徴です。更に近年では、より鮮度の良いブリを消費者に届けたいという漁業者や仲買業者の取り組みで、1尾ずつ丁寧に活け締め、血抜きしたブリの流通量が増えています。

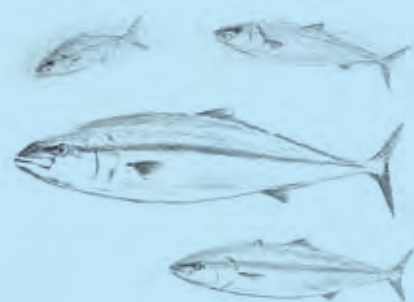
春のブリは、季節の移り変わりとともに成熟が進み、脂肪率は徐々に低下していきます。そのようなブリは、食べ飽きない、ほど良い脂の乗りの身質と、この時期だけの卵や白子を味わうことができます。

市のホームページでは、鈴鹿大学短期大学部の学生が考案した春ブリを美味しく食べるためのレシピも公開されています。

● 尾鷲の春ブリについて
【実は美味しい「春」のブリ】⇒



● 鈴鹿短大考案の春ブリレシピ【春ブリのレシピ】⇒



「人生会議」を知っていますか？

～「もしものとき」について話し合おう～



ー人生会議とはー

人生会議とはアドバンス・ケア・プランニング(ACP)の愛称です。

あなたの大切にしていることや希望を整理したり、人生の締めくくりの時期に受けた医療やケアについて、自ら考え、あなたの信頼する人たちと話し合うことをいいます。

ー大切にしていることは何か、考えましょうー

- ・親しい人を亡くした経験などを通じて、「こんな最期だったらいいな」と感じたことはどんなことですか？
- ・もしも重体や危篤になった場合、どのように過ごしたいですか？

ー信頼できる人は？ー

- ・もし、あなたが病気などで自分の意思が伝えられなくなったとき、治療やケアの方針をあなたに代わって伝えてくれる家族や友人、かかりつけ医は誰ですか？

ーどんなことを話し合うの？ー

- ・治療が難しい病気になったとき、どのような治療を望みますか？
- ・その時にしてほしい、して欲しくないことはどんなことですか？
- ・治療やケアをどこで受けたいですか？

ーいつ、話し合うの？ー

- ・大型連休やお盆、お正月など、家族が集まる時
- ・仕事を退職、引退したとき
- ・病気になったり、介護が必要になったとき

ー大切な人のためにー

全ての人が「人生会議」をしなければならないというわけではありません。

一方で、「もしものとき」に「人生会議」はあなたの心を伝えるかけがえのないものとなり、あなたの大切な人の心の負担を軽くすることにもなります。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎23 8 2 0 1

みんなで健康づくり 少しの工夫で簡単野菜習慣！



生活習慣病予防のために、1日350gの野菜を食べることが推奨されています。

●ここがすごいぞ！野菜のチカラ

野菜には食物繊維やビタミン、ミネラルなど体の機能を整える栄養素が豊富に含まれています。栄養素は野菜の種類によって異なるため、いろいろな野菜をバランスよく食べることが大切です。

●まずは1日に必要な摂取量を知りましょう！

野菜の1日の摂取量350gとは、大人の両手いっぱいに乗るくらいの量です。

平成30年の調査では、成人男性で約290g、女性で約270gといずれも350gには約70gほど足りていません。

●ひと工夫で野菜の食べる量を増やそう！

野菜をたくさん食べるためのコツを3つ紹介します。

①加熱してかさを減らす

野菜は加熱するとかさを減らすことができ、たくさん食べることができます。ゆでたり煮るのも良いですが、蒸すと野菜の栄養を逃すことなく食べることが出来るのでおすすめです。

②旬の野菜を選ぶ

旬の野菜は味がおいしくなるだけでなく、栄養素の量も増えます。春は、キャベツやアスパラガス、たけのこなどが旬を迎え、一段とおいしくなります。

③1皿増やす

男女共あと約70gの野菜を足せば1日に必要な摂取量となります。いつもの食事に野菜を使った料理を1皿加えると不足分の野菜を摂ることができます。

●おうち時間で家庭菜園にチャレンジ！

自分で育てた採れたて野菜はおいしさも格別です。ミニトマトやきゅうりなどはベランダや庭先でも育てることができ、リフレッシュにもおすすめです。おうち時間に家庭菜園を楽しんでみてはいかがでしょうか。

●野菜で元気な体をつくろう！

1日350gを食べないといけないと思うと少し難しく思うかもしれませんが、ひと工夫で無理なく食べることができます。野菜をたくさん食べて元気な体をつくりましょう！

お問い合わせ 福祉保健課 ☎23 3 8 7 1

はじめまして

満1歳です

ふかせみのり
深瀬 実ちゃん



お兄ちゃんお姉ちゃんが大好きなみのりちゃん
これからも元気で大きくなつてね♡

満1歳のお子さまの写真を
随時募集しています！

※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。

申し込み・お問い合わせ

政策調整課 ☎ 8132

Eメール koho@city.owase.lg.jp

環境省 第17回エコツーリズム大賞を受賞！「くまの体験企画」

おわせ海・山ツーデーウォーク実行委員会の実行委員長を務めるなど、東紀州等の観光資源の活用に尽力されている内山裕紀子氏が代表の「くまの体験企画」が、環境省が実施した第17回エコツーリズム大賞にて大賞を受賞しました。

エコツーリズムとは、「自然環境や歴史文化を対象とし、それらを体験し学ぶとともに、対象となる地域の自然環境や歴史文化の保全に責任を持つ観光のあり方」です。

これまでも特別賞・優秀賞を受賞してきておりま

したが、念願の大賞受賞となりました。

おめでとうございます！

お問い合わせ 商工観光課 ☎ 8223



防災ひとくちメモ

ご利用ください！ オワセグ



オワセグをご活用ください

市ではエリアワンセグ放送を行っており、その受信端末を市に住民票を置いている世帯を対象に無償で貸与しています。電波の状況によりアンテナ設置工事が必要な場合は、その費用は市が負担します。放送内容は、防災行政無線放送の他に、午前9時30分、12時30分、午後6時30分のイベントや行政サービス情報のお知らせや議会放送等を放送しています。

また、緊急放送については電源が入っていれば、最大音量で放送されますので、電源は切らないようにお願いいたします。

防災行政無線放送については屋外で聞こえることを前提としておりますので、屋内では是非オワセグをご活用ください。さらに、防災行政無線放送の内容を聞くことができる防災情報総合電話サービスもありますので、併せてご活用ください。

オワセグに関するよくあるお問い合わせ

Q電源が入っているが画面がつかない

A一度電源コードを抜いて、もう一度つなぐと正常に作動する場合があります。

Q映像や音が途切れる

A電波が弱い可能性があります。屋内にアンテナを設置されている場合は、位置の調整を行ってください。それでも変わらない場合や屋外にアンテナを設置されている場合は、防災危機管理課まで連絡をください。

Q画面に線が入る

A端末本体が故障している可能性があります。その場合は正常に作動している端末と交換します。

※その他の理由による故障もありますので、不明な点がある場合は防災危機管理課まで連絡をお願いします。

お問い合わせ 防災危機管理課 ☎ 8118

電話で聞く



防災情報総合電話サービス

防災無線放送の内容のほか、各種防災情報を聞くことができます。

【フリーダイヤル】 ☎ 0120・920・999(無料)

【携帯電話から】 ☎ 0597・22・8131(有料)

定期予防接種計画表（乳幼児・児童）

感染症を予防して健康を守るために予防接種を受けましょう。
定期予防接種は接種期間が決められています。下記の計画表を確認して進めましょう。
市内および紀北町の実施受託医療機関で接種ができます。

種 類		接種回数	接種年齢 (未満、至るまで…誕生日の前日まで)
ロタウイルス	ロタリックス	2 回	生後 6 週～ 24 週まで ※どちらか一方を接種します
	ロタテック	3 回	生後 6 週～ 32 週まで
ヒブ	初回	3 回	2 カ月～ 60 カ月に至るまで
	追加	1 回	(追加接種は初回接種終了後 7 ～ 13 カ月後)
小児肺炎球菌	初回	3 回	2 カ月～ 60 カ月に至るまで
	追加	1 回	(追加接種は初回接種終了後 60 日以上後)
※ただし、初回 2 回目および 3 回目の接種は生後 24 月に至るまでに行うこととする。また初回接種開始時期が生後 2 月～ 7 月までで、初回 2 回目が生後 12 月を超えた場合は初回 3 回目は実施しないこととする。			
B 型肝炎		3 回	1 歳に至るまで
BCG		1 回	1 歳に至るまで
4 種混合	1 期初回	3 回	3 カ月～ 90 カ月に至るまで
	1 期追加	1 回	(1 期追加は 1 期初回終了後 12 ～ 18 カ月後)
麻疹・風疹 MR	1 期	1 回	1 ～ 2 歳に至るまで
	2 期	1 回	小学校就学前の 1 年間 (今年度は平成 28 年 4 月 2 日～平成 29 年 4 月 1 日生まれの子)
水痘		2 回	1 ～ 3 歳に至るまで
日本脳炎 *	1 期初回	2 回	6 カ月～ 90 カ月に至るまで
	1 期追加	1 回	(1 期追加は 1 期初回終了後 6 カ月以上あけて)
	2 期	1 回	9 ～ 13 歳未満
	* 特例		① H7.4.2 ～ H19.4.1 生まれで、4 回の接種が終わっていない 20 歳未満の人 ② H19.4.2 ～ H21.10.1 生まれで 1 期の 3 回の接種が終わっていない 9 ～ 13 歳未満の人
2 種混合 DT	2 期	1 回	11 ～ 13 歳未満
子宮頸がん ^{けい}		3 回	小学 6 年生～高校 1 年生の女子

任意予防接種

※ 接種費用の助成を受けるためには申請が必要です。

- ① 健康づくり係へ任意ワクチン接種券の交付申請をして必要な審査を行ったうえ、ワクチン接種券の交付を受ける。
- ② 予防接種受託医療機関へ接種券を提出して予防接種を受ける。

種類	接種回数	対象者
水痘ワクチン	未接種回数	3 歳以上～高校 3 年生に相当する年齢の水痘定期予防接種の未接種の人
おたふくかぜワクチン	1 回	1 歳以上～高校 3 年生に相当する年齢の人
MR ワクチン	未接種回数	高校生 3 年生に相当する年齢以下の MR 定期予防接種の未接種の人

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎③ 3 8 7 1

HPV ワクチン（子宮頸がん^{けい}予防ワクチン）について

HPV ワクチン(子宮頸がん予防ワクチン)の定期接種について、厚生労働省の勧告に基づき差し控えられていた積極的勧奨が再開されました。

【対象者】小学6年生～高校1年生の女子

※今年度の個別通知は中学1年生と高校1年生に送りますが、個別通知の有無にかかわらず対象年齢の人は接種できます。接種を希望する場合はお問い合わせください。

また、積極的な勧奨の差し控えにより接種機会を逃した人に対して公費で接種できる経過措置が設けられました。対象者には順次個別で通知します。

【対象者】 HPV ワクチン接種3回が完了していない平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれの女性

【期間】令和7年3月31日までの3年間

【料金】いずれも無料

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③ 3 8 7 1

お気軽にご相談ください

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。



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。



女性相談

女性が抱える様々な悩み(夫婦、家族、人間関係、DV等)の相談を行っています。

児童相談

18歳未満の子どもの様々な悩み(育児・養育のこと、家族関係のことなど)相談を行っています。

相談・お問い合わせ
福祉保健課

☎③ 3871(こころ・子育て・体の相談)

☎③ 8202(女性・児童相談)

各種教室、イベント、健診(がん検診)等に関する情報を、SNSで発信中!

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)

瀬戸内編No4 川上 肇 野村 実

山陰地方Op9 岩本 肇

九州温泉巡りOp10 田中美幸



お問い合わせ 福祉保健課 ☎③ 3871

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
4/3	くろだ薬局
4/10	くろだ薬局
4/17	くろだ薬局
4/24	くろだ薬局
4/29	くろだ薬局

※午前9時～午後5時

高齢者肺炎球菌定期予防接種

今年度の対象者は下表の生年月日の人です。令和5年3月31日までに接種してください。

なお、これまでに肺炎球菌ワクチン接種を1回でも受けたことがある人は対象外です。

【接種回数】生涯に1回 【自己負担額】3,000円

対象年齢	生 年 月 日
65 歳	昭和 32 年 4 月 2 日～昭和 33 年 4 月 1 日
70 歳	昭和 27 年 4 月 2 日～昭和 28 年 4 月 1 日
75 歳	昭和 22 年 4 月 2 日～昭和 23 年 4 月 1 日
80 歳	昭和 17 年 4 月 2 日～昭和 18 年 4 月 1 日
85 歳	昭和 12 年 4 月 2 日～昭和 13 年 4 月 1 日
90 歳	昭和 7 年 4 月 2 日～昭和 8 年 4 月 1 日
95 歳	昭和 2 年 4 月 2 日～昭和 3 年 4 月 1 日
100 歳	大正 11 年 4 月 2 日～大正 12 年 4 月 1 日

※60歳～65歳未満の人で心臓、腎臓、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がいやヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人も対象になります。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③ 3871

成人の風しん抗体検査、 予防接種のお知らせ

風しんの感染拡大防止のため、予防接種を受ける機会がなかった昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性に対して行われている風しん抗体検査・予防接種が期間延長されました。

【対象者】クーポン券を使用して風しん抗体検査を受けていない昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

【実施期間】令和7年1月31日まで

【料金】抗体検査、予防接種ともに無料(クーポン券が必要です)

【検査・接種場所】全国の協力医療機関

※抗体検査は事業所健診、特定健診時に受けることもできます。

※対象者には新しいクーポン券を送付する準備をしていますが、クーポン券が届く前に抗体検査を受ける人は、以前お届けしているクーポン券を使用していただくか、個別に発行しますのでお問い合わせください。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③ 3871

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

11日(月) 午前9時～午後1時40分
おかわてつじ

大川 哲次 弁護士

司法書士相談

相続、商業登記、遺言等

19日(火) 午前10時～正午

黒久 恭 司法書士・人権相談

行政相談

行政に関する苦情、要望等

19日(火) 午後1時30分～3時30分
はやし まさひろ

林 正弘 行政相談委員

人権相談

差別、いじめ、嫌がらせ等

22日(金) 午前10時～正午
かわかみ えつこ

川上 悦子 人権擁護委員

田なか としやす 人権擁護委員

田中 利保 人権擁護委員

申し込み・お問い合わせ

市民サービス課 ☎238250

令和4年春の

全国交通安全運動を実施します！

4月6日(水)～15日(金)まで、春の全国交通安全運動を実施します。

また、10日(日)は「交通事故死ゼロを目指す日」です。

運動の重点を

○子どもを始めとする歩行者の安全確保

○歩行者保護や飲酒運転根絶等の安全運転意識の向上

○自転車の交通ルール遵守の徹底と安全確保とし、啓発を行います。

お問い合わせ

市民サービス課 ☎238250

小・中学校への入学手続き

4月に小・中学校へ入学する児童・生徒の保護者の皆さんに、1月末に入学通知書を発送しました。

入学通知書の裏面に、記入・押印のうえ、入学式当日に、学校へ提出してください。

また、次のような場合には、教育総務課にご連絡ください。

○入学通知書の記載事項に誤りがある。

○入学式までに転居または市外へ転出する予定がある。

○入学通知書が届かない、または、紛失してしまつた。

○国や私立の小・中学校へ入学予定である。

お問い合わせ

教育総務課 ☎238292

お問い合わせ

教育総務課 ☎238292

就学援助の申請について

市では、経済的理由により就学が困難と認められる児童生徒の家庭に、就学費用の一部を援助しています。希望される人は、4月中旬以降に学校から配布される申請書類に必要事項を記入して、学校に提出してください。

お問い合わせ

教育総務課 ☎238291

申請書等の押印を見直します

市では、市民の負担の軽減および利便性の向上を図ることを目的として、市民等から提出される申請・届出等の行政手続について押印の見直しを行っています。

現時点で押印を不要とした主なものは、税務証明交付申請書、印鑑登録申請書、福祉医療費受給資格認定申請書等です。

なお、法令などで押印が義務付けられているもの、請求書、領収書、契約書、入札書、見積書等は、従前どおり印鑑が必要です。

詳細につきましては、各手続の所管課へお問い合わせください。

※押印を不要とした書類は、原則提出者(法人、団体等の場合は代表者)の署名が必要となります。

お問い合わせ

総務課 ☎238112

お問い合わせ

総務課 ☎238112

寿文庫へご協力

ありがとうございます

寿文庫運営委員会では、「寿文庫」充実のため、図書購入に協力していただく運動を続けています。今年もこの運動により、厄年・祝い年や一般の人をあわせて78人の皆さんから61万2,907円の寄付をいただきました。ご協力ありがとうございました。

お問い合わせ

図書館 ☎238282

一般廃棄物運搬車を更新しました



令和3年度電源立地地域金事業(水力枠)を用い、一般廃棄物運搬車(2tプレス車)を購入しました。

これから環境行政にご理解と協力をお願いします。お問い合わせ

環境課 ☎233245

固定資産の縦覧・閲覧ができます

①土地・家屋の価格等縦覧帳簿の縦覧
【期間】4月1日(金)～5月31日(火)
※土日祝日を除く、執務時間中

【縦覧事項】土地価格等縦覧帳簿
家屋価格等縦覧帳簿

②課税台帳兼名寄帳の閲覧
【期間】通年

本人の課税台帳兼名寄帳の記載事項
①②共通事項

【縦覧・閲覧できる人】
固定資産税の納税義務者・納税管理人など

【場所】税務課
【手数料】 無料
【用意するもの】

・納税者本人であることが確認できるもの(運転免許証や健康保険証など)
・代理人の場合は、委任状と代理人が本人であることを確認できるもの

お問い合わせ

税務課 ☎238172

尾鷲市立 天文科学館

市民優待券

有効期限 令和4年4月30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

【対象】
東紀州地域の農林水産業者、商工業者、団体等
お問い合わせ
(一社)東紀州地域振興公社
☎0597・899・6172
FAX 0597・899・6184
メール:kousha@higashikishu.org

東紀州産業活性化事業推進協議会の
会員を募集します！

当協議会では、地域の産業活性化を目的に、東紀州産品を活用した商品の開発やブラッシュアップ、販路開拓、ならびに観光産業におけるサービスの高付加価値化や開発支援を行っており、会員を募集しております(会費無料)。入会を希望される人はご連絡ください。

【事業内容】

商品のブランディング支援、バイヤーとのビジネスマッチング、都市圏でのテストマーケティング、商談会や物産展等への出展支援等

尾鷲税務署『インボイス制度説明会』

を開催します

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式としてインボイス制度が導入されます。

事業者の皆さんに、インボイス制度について理解を深めていただき、インボイス制度の実施に向けて必要な準備を進めていただくため、インボイス制度説明会を開催しますので、ぜひご参加ください。

【日時】4月13日(水)、5月16日(月)～18日(水)、6月13日(月) 午後3時15分～4時15分

～消費税の仕組みから知りたい方向け～

4月13日(水)午後1時～3時

5月18日(水)午前10時～正午

6月13日(月)午後1時～3時

【場所】三重県尾鷲庁舎 5階大会議室

(坂場西町1番1号)

【定員】各30人(要予約)

お申し込み・お問い合わせ

尾鷲税務署 ☎②2222

4月は20歳未満飲酒防止強調月間です

4月は20歳未満飲酒防止強調月間です。20歳未満の者の飲酒は法律で禁止されています。

令和4年4月から民法の成年年齢は18歳に引き下げられますが、お酒に関する年齢制限については20歳のまま維持されます。

お問い合わせ

尾鷲税務署 ☎②2222

『第20回アビリンピックみえ』の

参加者を募集します

障がい者が日ごろ培った技能を互いに競い合うことにより、その職業能力の向上を図るとともに、企業や一般の人が障がい者に対する理解と認識を深め、その雇用の促進を図ることを目的として開催します。

【日時】6月25日(土)

午前9時30分～12時30分

【場所】ポリテクセンター三重

(四日市市西日野町469-1)

【競技種目】パソコン文書作成・パソコン表計算・電子機器組立・喫茶サービス・ビルクリーニング・製品パッキング・オフィスアシスタント

【申込期間】4月1日(金)～5月13日(金)

【参加料】無料

お問い合わせ

(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構 三重支部 高齢・障害者業務課

☎059・213・9255

*詳細はホームページをご覧ください

し尿くみ取り日程

梶賀	4月1日(金)
古江	4月5日(火)～8日(金)
賀田	4月11日(月)～14日(木)

お問い合わせ

クリンクルセンター

☎②0605

『事業承継』でお悩みですか？

～秘密厳守・相談無料～

事業承継にお悩みの全ての中小企業を、『三重県事業承継・引継ぎ支援センター』(三重県産業支援センター)が全力でサポートします。『事業承継の進め方がわからない』『後継者がいない』『経営者保証がネックに』『など、あらゆる問題をお気軽に相談ください。』

国が設置した公的機関なので、安心してご相談いただけます。

お問い合わせ

三重県事業承継・引継ぎ支援センター ☎059・253・3154

ヨイハデー特別企画

歯のこと何でも電話相談 (相談無料)

●内容：日ごろから気になっている「歯に関する悩み」に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。

※時間帯によっては電話がつながりにくい場合があります。

●日時：4月17日(日) 午前10時～午後3時

お問い合わせ 三重県保険医協会 ☎059・225・1071

☎059・225・8747

市民サービス課、須賀利・九鬼・北輪内・南輪内センターで、マイナンバーカードの申請をお手伝いします【要予約】。

毎週木曜日(ただし、祝日等を除く)は、午後7時まで、マイナンバーカードの交付手続きを行っています【要予約】。

令和4年2月末、カード交付枚数は5,834枚、交付率は33,88%です。 お問い合わせ 市民サービス課 ☎③8161



揺れてから、
5分で逃げれば被災者0!



「津波は逃げるが勝ち!!」

広報 おわせ 2022 (令和4年) 4月号

発行日 編集者 令和4年4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.818

天文学館

☎0525

図書館

☎08282

【夜間観望会】

1日(金)・2日(土)

散開星団プレセペ・おおぐま座銀河

8日(金)・9日(土)

上弦前の月・散開星団プレセペ・

ふたご座カストルとポルックス

15日(金)・16日(土)

満月前の月・ふたご座カストル

とポルックス

22日(金)・23日(土)

しし座銀河・おおぐま座銀河・おと

め座銀河

29日(金)・30日(土)

水星・しし座銀河・かみのけ座散開

星団

入館午後7時～9時

観望午後7時30分～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

入館午前9時30分～午後4時30分

観望午前10時～午後4時

◆本紙掲載「市民優待券」を利用し、

入館無料となります。

おはなしだっこ (自由参加)

日時 4月7日(木)

1歳児以上 午前10時～

0歳児 午前10時45分～

対象 赤ちゃんと保護者

おはなしのひろば (自由参加)

毎週土曜日、おはなし会を開催

します。(第5土曜日は除く)

対象 幼児

日時 4月2・9・16・23日

午前11時～

◆ただし、16日と23日は事前申

し込みが必要となります。

・16日英語絵本の読み聞かせ。

・23日子ども読書の日特別企画

申込方法 電話または図書館窓口

定員 20人(先着順)

申込受付 4月1日(金)～

*図書館利用者カードを持って

いる人限定(コロナ対策のため)

今月の休館日

4・11・18・25・28日

おすすめ図書

《一般図書》

さばの缶づめ、宇宙へいく

小坂康之／著 林公代／著 イースト・プレス



先輩から後輩へ受け継がれた宇宙への夢。かつて教育困難校といわれた高校の生徒たちが、4年の年月をかけて壮大な夢に挑戦した回想録。たくさんを生徒たちの情熱と、それを支えたおとなたちの姿に胸を打たれる1冊です。

その他

素敵に暮らす大人のお金のコツ

主婦の友社／編 主婦の友社

《児童図書》

この空のずっとずっと向こう

鳴海風／著 ポプラ社



時は幕末。医者娘のそらは、1人の少年を助ける。彼は通訳を仕事とする侍の息子で、英語を勉強していた。初めて外国の言葉にふれ、留学を夢見るようになったそら。激動の時代の中、日本初の女子留学生としてアメリカへ渡った少女の生き方を描いた物語です。

その他

かついっいなしようばっつ

ひさかたチャイルド

#おわフォト

卒業おめでとう

いっしょにいます!



市内の各学校・幼稚園・保育園で卒業式が行われました。それぞれの新たな道へ! おめでとうございます。

人の動き (2月末現在)	
人	□ 16,733人(前月比 -32)
	(男7,706人 女9,027人)
世帯数	9,111世帯(前月比 -13)
転入	31人
転出	39人
出生	2人
死亡	26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。