

あいうえ尾鷲

公開中!

本市の新しいキャッチフレーズ「あいうえ尾鷲」  
を市ホームページで公開しています。



オッwase

八幡神社祭礼

10-2023

9月17日(日)、八幡神社祭礼が行われ、4年ぶりの道中手踊りを含む祭事がまちなかを華やかににぎわせてくれました。

# 10月子育てカレンダー



(※ 9月22日時点)

月	火	水	木	金	土	日
※ 申は申し込みが必要です。 ※ 夜間観望会(天文科学館)、おはなしだっこ・おはなしのひろば(図書館)の詳細は、20ページをご覧ください。						1
2	3	4	5	6	7	8
育児サークル はっぴい 発達相談会 申				夜間観望会	イタダキ市 夜間観望会	
9 [スポーツの日]	10	11	12	13	14	15
		赤ちゃん相談 申 (午前・午後)	赤ちゃん相談 申 (午前・午後) おはなしだっこ	夜間観望会	おはなしのひろば 夜間観望会	健康づくり健診 申
16	17	18	19	20	21	22
育児サークル はっぴい「おたの しみデー」 申 発達相談会 申			ママサポ 申	夜間観望会	おはなしのひろば 夜間観望会	
23	24	25	26	27	28	29
育児サークル はっぴい 発達相談会 申				夜間観望会	深層水フェスタ おはなしのひろば 夜間観望会	
30	31	★ 子育てに関するさまざまな情報を、市ホームページ「尾鷲わんぱく子育てガイド」で発信しています。				
育児サークル はっぴい		 トップページ		 体験ガイドのページ (子どもと一緒にいける イベント情報など)		

- 赤ちゃん相談 福祉保健課 ☎③3871 ※すでに申し込みが締め切られていることや、定員に達していること
- 発達相談会 福祉保健課 ☎③8202 があります。ご了承ください。

★ 子育て支援センター「ちびっこひろば」では、育児相談や親子教室、親子のつどいを行っています。

【対象】 未就学児と保護者 【時間】 毎週月～金曜日(午前10時～正午、午後1時～3時)

【場所】 宮ノ上町8-1(尾鷲第二保育園内)

申し込み・お問い合わせ ちびっこひろば(尾鷲第二保育園) ☎③2600

★ 園庭開放 保育園・認定こども園では園庭開放を行っています。詳しくは各園にお問い合わせください。

10月16日(月) 育児サークル はっぴい「おたのしみデー」

## 『ちくちく楽しむ羊毛フェルト作り』

育児サークルはっぴいでは、『おたのしみデー』として、毎月第3月曜日にイベントを実施しています。

今月は、子育てサポーターさんと羊毛フェルトで壁飾り作りをします。お子さんは子育てサポーターさんが見てくれますので、日頃のことを少し忘れて、「ちくちく」作業を楽しみに来ませんか？

【時間】 午前10時～正午

【場所】 福祉保健センター 3階 児童コーナー

【対象】 妊婦、未就園児の家族

【定員】 10組 ※要申込

## 育児サークルはっぴいとは？

未就園のお子さんとその家族がゆったりと自由に過ごしたり、親子同士の交流ができるよう、下記のとおり部屋の開放を行っています。

【日時】 毎週月曜日 午前10時～正午 ※祝日を除く

【場所】 福祉保健センター3階 児童コーナー

※予約不要。利用の際は、2階事務所に受付票を出してください。

※おもちゃ、絵本等は備えておりませんので、持参してください。

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎③3871

# はじめまして 満1歳です

すずきりく  
鈴木凜空ちゃん

(泉町、父・六三四さん  
母・あかりさん)



1歳おめでとう！  
いつも癒してくれるりく！  
これからも家族みんなで楽しい  
ことしようね♡

満1歳のお子さまの写真を  
随時募集しています！

写真に、①お子さまの名前、②コメント、  
③保護者の名前、④住所(町名まで)を添え  
て、メールにて申し込んでください。(※③  
および④は掲載なしでも可です。)

申し込み・お問い合わせ

政策調整課 ☎08132

Eメール koho@city.owase.lg.jp

## 10月19日(木) 産前産後サポート事業「ママサポ」

妊娠・出産・子育てに関することを気軽に相談したり、妊婦さんや産後すぐの人でも出かけることのできる、赤ちゃんとママ、その家族のための場所へ足を運んでみませんか？

・子育てサポーター(石川郷子<sup>いしかわさとこ</sup>さん)相談 午前10時～11時30分  
・保健師相談 午後1時30分～3時

【場所】 福祉保健センター 2階 母子保健室

【時間】 1組30分ずつ ※要申込

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎03871

## 39歳以下の皆さんへ 10月15日(日) 健康づくり健診

今年度、39歳以下の健康診査はこの日が最終となります。まだ受けていない人は、ぜひ受診してください。

【場所】 市民文化会館 ※がん検診も同時実施。

【受付】 午前8時30分～9時30分

※受付時間は、20分ごとに10人ずつの予約制とします。

【対象】 職場健診を受ける機会のない20～39歳の人

【申込方法】 電話または右のQRコードから  
申し込んでください。



申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎03871

## 新型コロナワクチン

# 乳幼児と小児の「令和5年秋開始接種」のお知らせ

### 【対象者】

初回接種を終了(※)後、3カ月経過し接種を希望する人。  
※乳幼児(生後6カ月～4歳)の人は、1～3回目終了。  
小児(5～11歳)の人は、1・2回目終了。

### 【使用するワクチン】

ファイザー社オミクロン株XBB1.5対応1価ワクチン

### 【接種券】

要申請。申請後、接種券およびお知らせ等を個別に通知します。

<申請方法> 来所、郵送(※)、市公式LINEのいずれか  
※申請書は市ホームページからもダウンロードできます。

<申請先> 尾鷲市栄町5-5 (福祉保健センター2階)  
福祉保健課 健康づくり係

【接種費用】 無料

【接種場所】 長野内科小児科

### 【接種日】

乳幼児(生後6カ月～4歳) 10月28日(土)、11月25日(土)  
小児(5～11歳) 11月11日(土)、12月16日(土)

### 【予約方法】

個別通知に同封のはがきにて返信してください。  
(医療機関での予約受付は行っていません。)

### 【予約締切日】

乳幼児(生後6カ月～4歳) 10月20日(金)  
小児(5～11歳) 10月31日(火)  
※順次、はがきに記入の電話番号に連絡します。

☆ただし、初回接種を希望する人は、必ず10月16日(月)までに福祉保健課に電話または来所にて申し込んでください。

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎03871

# 令和6年度 認定こども園・保育園 新規入園児を募集します！

お問い合わせ  
福祉保健課 ☎️ 23 8 2 0 2

- 令和6年4月以降に入園を希望する認定こども園・保育園の新規入園児を募集します。  
入園を希望する人には、申請書類を10月2日(月)から福祉保健課子育て支援係(福祉保健センター2階)で配布します。
- **認定こども園**とは、幼稚園と保育園の機能や特徴をあわせ持ち、教育・保育を一体的に行います。  
また、地域における子育て支援を行う施設です。
- **保育園**とは、保護者が働いている場合や病気などの理由で、家庭で保育ができない場合に乳幼児を保育する施設です。

## ★ 教育・保育給付認定の申請

各施設を利用する際、入園の申し込みとは別に、保護者の就労状況などをもとに、利用のための認定(教育・保育給付認定)を受ける必要があります。教育・保育給付認定には、保育の必要性の有無と年齢に応じて以下のとおり1号認定・2号認定・3号認定の3つの区分が設けられ、認定された区分に応じて施設などの利用先が決まります。

### (1) 教育・保育給付認定の種類

認定区分	対象となる子ども	利用できる施設
1号認定	満3歳以上の就学前の子ども(2号認定を除く)	認定こども園
2号認定	満3歳以上で保護者の就労や疾病などの理由により、保育を必要とする子ども	認定こども園・保育園
3号認定	満3歳未満で保護者の就労や疾病などの理由により、保育を必要とする子ども	認定こども園・保育園

### (2) 保育を必要とする時間に応じた区分

2号認定・3号認定は、保育を必要とする時間によってさらに【保育標準時間】と【保育短時間】の2つの区分が設けられ、それぞれ保育時間が異なります。

保育必要量の区分	保育時間	認定条件の例
保育標準時間	午前7時30分～午後5時30分	月120時間以上の就労等により保育が必要と認められる場合
保育短時間	午前7時30分～午後3時30分	月48時間以上120時間未満の就労等により保育が必要と認められる場合

### (3) 各施設の概要

#### ● 認定こども園

名称	所在地	定員	対象年齢	利用時間	受付日時	受付場所
幼保連携型 認定こども園 ひのきっこども園	古戸町 5番15号	80人 (1号認定15人、 2・3号認定65人)	1～5歳児	<1号認定> 平日:午前8時30分 ～午後3時30分 土曜日:午前8時30分 ～午後1時30分  <2・3号認定> 午前7時30分 ～午後1時30分	10月19日(木) 20日(金) 午前9時 ～午後5時	福祉保健センター 2階ロビー

## ●保育園

名称	所在地	定員	対象年齢	利用時間 (平日)	利用時間 (土曜日)	受付日時	受付場所
尾鷲第一保育園	小川西町 14番7号	80人	3～5歳児	午前7時30分 ～午後7時 (延長保育)	午前7時30分 ～午後1時30分	10月19日(木) 20日(金) 午前9時～午後5時	福祉保健センター 2階ロビー
尾鷲第二保育園	宮ノ上町 8番1号	40人	0～5歳児	午前7時30分 ～午後5時30分			
尾鷲第三保育園	北浦西町 1381番地3	40人	1～5歳児	午前7時30分 ～午後5時30分			
矢浜保育園	矢浜二丁目 24番1号	50人	0～5歳児	午前7時30分 ～午後5時30分			
尾鷲乳児保育園	小川西町 14番8号	60人	0～2歳児	午前7時30分 ～午後7時 (延長保育)			
南輪内保育園	賀田町 313番地5	20人	0～5歳児	午前7時30分 ～午後5時30分		10月19日(木) 午前9時～午後5時	南輪内保育園

## 子育てサポーター養成講座 参加者募集！

子育てを地域のみんで支え合っていきませんか？  
子育て支援に興味のある人は、ぜひ参加してください。

### 【子育てサポーターとは？】

ボランティアとして、主に0～2歳ごろまでの子どもと一緒に遊んだり、親子に寄り添って見守ったりなど子育て世帯を応援する存在です。

市では、現在約10人が活動しています。

### 【主な活動】

育児サークルへの参加、市の事業における託児など

- 【日程】 ①10月23日(月) 午後1時30分～3時  
②11月20日(月) 午後1時30分～3時  
③1月16日(火) 午前10時～正午  
④2月22日(木) 午後1時30分～3時 の計4回

【場所】 福祉保健センター

【内容】 子育て支援に関する講義、実習、交流会

【定員】 20人

【申込】 10月1日(日)～20日(金)までの間に電話またはホームページから申し込んでください。

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎③3871

## ＼里親制度をご存知ですか？／ 10月は里親月間です

さまざまな事情で自分の家庭で暮らせない子どもたちを家庭に迎え入れ、養育を行う人を「里親」といいます。

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。
- 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…保護者の死亡等により、子どもを養育できなくなった場合に、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紀州児童相談所へ相談→②研修→③家庭訪問調査・申請  
→④施設実習→⑤審査・登録

お問い合わせ 紀州児童相談所 ☎③3435  
福祉保健課 ☎③8202

里親は子どもの育ちの応援 里親養育は、“社会的な”養育です！子どもの育ちをみんなで応援しましょう！！

＼市長とお話ししませんか？／

# 令和5年度 市民懇談会 を行います

昨年度から「第7次尾鷲市総合計画」がスタートしました。

まちの将来像である「住みたいまち 住み続けたいまち おわせ」を目指して、市民の皆さんとともにまちづくりを進めていくために、皆さんのさまざまな声をお聞かせいただきたく、次のとおり懇談会を行います。

多くの皆さんの参加をお待ちしています。

※総合計画とは、「尾鷲市がどんなまちになったらいいんだろう?」「良いまちにするには何をすればいいんだろう」ということを考え、まとめたものです。

お問い合わせ 政策調整課 ☎③8131

## <開催日程表>

日にち	時間	場所
10月16日(月)	午前10時 ~ 11時30分	梶賀コミュニティセンター
	午後1時30分 ~ 3時	賀田コミュニティセンター
	午後3時30分 ~ 5時	古江コミュニティセンター
10月17日(火)	午前10時 ~ 11時30分	九鬼コミュニティセンター
	午後3時30分 ~ 5時	早田コミュニティセンター
10月23日(月)	午前10時 ~ 11時30分	曾根コミュニティセンター
	午後6時 ~ 7時30分	三重外湾漁業協同組合 行野浦事業所
10月24日(火)	午前10時 ~ 11時30分	須賀利コミュニティセンター
	午後1時30分 ~ 3時	天満集会所
10月25日(水)	午後1時30分 ~ 3時	大曾根コミュニティセンター
	午後7時 ~ 8時30分	福祉保健センター
10月27日(金)	午前10時 ~ 11時30分	三木浦コミュニティセンター
	午後1時30分 ~ 3時	三木里コミュニティセンター
10月31日(火)	午前10時 ~ 11時30分	矢浜コミュニティセンター
	午後7時 ~ 8時30分	向井ふれあい会館

※当日は、マスクの着用、検温、手指消毒など、新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください。

※開催後に参加者が把握できるように、住所・氏名などの情報提供についてもご協力をお願いします。



# おめでとうございます

9月18日(月)の「敬老の日」にちなんで、市では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。

皆さん、これからもますますお元気で長生きしてください。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③8201

## 市内の百歳以上のご長寿の皆さん (9月15日現在)

おぐら	小倉	つゑ	さん	大字大曾根浦	104歳
かじはた	楮畑	のぶゑ	さん	林町	103歳
なかたに	中谷	しげ子	さん	大字南浦	103歳
みき	三鬼	とよ子	さん	三木浦町	103歳
はまだ	濱田	ふさ子	さん	新田町	102歳
おおかわ	大川	かな	さん	古江町	102歳
なかもり	中森	みほ	さん	古江町	102歳
みょうず	明豆	さわ子	さん	北浦東町	102歳
くす	楠	ふみお	さん	矢浜	102歳

おおかど	大門	ふく子	さん	三木浦町	100歳
やまもと	山本	たえ	さん	北浦西町	100歳
はやた	早田	とみじろう	さん	大字南浦	100歳
しもじ	下地	みち子	さん	名柄町	100歳
おおかわ	大川	カスミ	さん	小川東町	100歳
ひがし	東	美之子	さん	早田町	100歳
まえだ	前田	さだ	さん		100歳

※非公表 2人

## 高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ



### 【対象者】

- (1) 市内に住民票を有し、接種日に満65歳以上の人。
- (2) 予防接種施行令で定める60歳以上65歳未満の人。  
※心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活を極度に制限される人、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な人(該当の有無については主治医に要確認)

### 【自己負担金】

1,500円を医療機関窓口で支払ってください。  
(生活保護受給者は無料)

【接種期間】 10月1日(日)～令和6年1月31日(水)

### 【接種方法】

個別接種にて1回接種します。

### 【接種医療機関】

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。お問い合わせください。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③3871

## 食の自立支援事業(配食サービス)について



市では、市内に住むおおむね65歳以上の単身世帯・高齢者のみの世帯であって、心身の障害や疾病等の理由から調理が困難な人に、週3回を限度に夕食の配食サービスを行っています。

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 ☎③8201

# バイブズ ミーティング **VIBES MEETING** 三重

11/3(金)・4(土)・5(日) 中部電力尾鷲三田火力  
発電所跡地 特設会場にて



全国のハーレーダビッドソン愛好家たちが尾鷲に集結!

「ハーレーダビッドソン専門雑誌『バイブズ』を発行する「有限会社源」が主催する年に一度の祭典「第31回バイブズミーティング」が、今年は三重県で初めて開催されます。

官民連携組織の「バイブズミーティング三重実行委員会」では、バイク愛好家だけでなく地域の人たちも一緒に楽しめるさまざまな催しも予定しています。「一般見学者の参加は無料ですので、この貴重な機会にぜひ遊びに来てください。」

【開催日時】 11月3日(金・祝) 正午  
～5日(日) 正午

【場所】 中部電力尾鷲三田火力発電所跡地 特設会場

- 【予定している主な催し】
- ・ミュージックライブ、ダンスステージ
  - ・児童虐待防止活動、献血
  - ・尾鷲節保存会ことも太鼓&ロックジャム
  - ・尾鷲マルシェ、花火

近隣・沿線など地域の皆さまには、イベント期間中、バイクの騒音等でご迷惑をおかけしますが、午後9時以降の会場内でのエンジン停止やバイクでの外出禁止、会場内からのバスの送迎など、主催者と連携しながら騒音対策を講じますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

お問い合わせ  
政策調整課 ☎ 08134  
商工観光課 ☎ 08223



参加者募集!  
第18回 おわせ海・山 ツーデーウォーク  
11/18(土)・19(日)

歴史がはぐくんだ 世界遺産の道を歩く

いにしえの人々が幸せを願い歩いた祈りの道、「熊野古道」をはじめ、尾鷲の歴史と自然の恵みが満喫できる、歴史と癒しのコースを行くウォーキング大会。

数多くの参加特典もありますので、この機会に海と山に囲まれた尾鷲を歩いてみませんか。

【開催日】 11月18日(土)～19日(日)  
※雨天決行

【場所】 熊野古道センター

【申込方法】

参加申込書に記入の上、10月31日(木)までに郵便局から参加料を振り込むか、インターネットサイト「スポーツエントリー」から申し込んでください。



【参加料】

一般 1,500円  
高校生以下 500円

※傷害保険料等含む

※1日参加、2日参加ともに同額

※市民または団体(20人以上)の事前申込者は、一般参加者のみ300円の割引(市民:大会当日に市内に住所がある人)

お問い合わせ  
おわせ海・山ツーデーウォーク実行委員会(商工観光課内) ☎ 08223

# 熊野古道伊勢路の語り部になって、魅力を一緒に伝えませんか？ 語り部養成講座（馬越峠）開催のお知らせ



## 【日時】

- ①:10月14日(土) 午後1時30分～4時45分
- ②:11月23日(木・祝) 午前9時～午後3時(予定)
- ③:12月16日(土) 午前9時～午後3時(予定)

## 【場所】

- ①:三重県尾鷲庁舎 5階 大会議室(八鬼山ルーム)
- ②および③:馬越峠

## 【内容】

- ①:語り部としての心構え、接客対応や安全管理について、熊野古道の概要と馬越峠について
- ②および③:馬越峠にて現地研修

※語り部(馬越峠)認定のためには、①～③の全てに参加が必要です。

【申込方法】 電話、FAXまたはメールのいずれか

【申込期限】 10月12日(木) 午後5時

申し込み・お問い合わせ  
熊野古道語り部友の会事務局(東紀州地域振興公社)  
☎0597・89・6172 FAX:0597・89・6184  
E-mail:kousha@higashikishu.org

※その他、詳細は東紀州地域振興公社のホームページ  
(<https://kumanokodo-iseji.jp/>)にも  
掲載されています。



## 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

### ◇企画展「わが郷土のお祭り 尾呂志と尾呂志神社例大祭」

御浜町尾呂志のなりたちや歴史、尾呂志神社のお祭りを紹介します。(※入場無料)

期間:10月28日(土)～12月10日(日)  
時間:午前9時～午後5時  
場所:企画展示室

### ◇特別展示「望郷—潮騒が奏でる尾鷲の浦村—」

すでに廃村となった「元盛松」「頼母」「元行野」「元須賀利」の各集落について、歴史や風俗を文献・資料から紐解くとともに、集落跡の状況や残された遺構から読み取れることなどを紹介します。(※入場無料)

期間:10月14日(土)～12月24日(日)  
時間:午前9時～午後5時  
場所:展示棟ホール

### ◇東紀州の四季を味わう料理教室「紀和牛を味わう」

やわらかい肉質で赤身が人気の肉牛「紀和牛」と旬の野菜を美味しくいただくレシピを紹介します。

日時:10月29日(日) 午後1時～3時  
場所:体験学習室  
参加料:2,000円

定員:20人(要申込・応募多数の場合抽選)

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

受付:9月22日(金)～10月22日(日)午後5時

### ◇熊野古道自然学校

#### 「秋の自然を楽しもう！紀伊半島の小動物観察会」

紀伊半島に生息するオオダイガハラサンショウウオや、トンネル内に住むコウモリの仲間などを観察し、その生態を学びます。

日時:11月11日(土) 午前9時～正午  
※雨天の場合:11月12日(日)

場所:矢ノ川峠(旧国道)

参加料:500円(資料代・保険料)

定員:15人(※要申込、応募多数の場合抽選)

対象:小学生以上(※小学生は要保護者同伴)

講師:清水善吉氏(三重県文化財保護指導委員)

受付:10月1日(日)～11月4日(土)午後5時

### ◇知られざる熊野探訪ツアー

#### 「海跡湖を訪ねて 晩秋の諏訪池へ」

一石峠道から尾根道をたどり紀北町海野の海跡湖「諏訪池」を訪ねるツアーを開催します。

日時:11月25日(土) 午前9時30分～午後3時30分  
※雨天の場合:11月26日(日)

場所:紀北町海野

(集合場所:旧紀伊長島総合支所駐車場)

参加料:500円(資料代・保険料)

定員:15人(※要申込、応募多数の場合抽選)

対象:健脚者(歩行距離約7.5km)

案内人:高須清教氏(熊野古道語り部友の会会員)

受付:10月11日(水)～11月11日(土)午後5時

### ◇講演「西行 和歌の熊野」

百人一首でお馴染みの旅する歌僧西行法師。西行学第一人者・西澤美仁氏にお話しいただきます。(※参加無料)

日時:11月26日(日) 午後2時～3時30分

場所:展示棟映像ホール

定員:60人(要申込・先着順)

講師:西澤美仁氏(上智大学文学部国文学科名誉教授)

受付期限:10月25日(水)～11月25日(土)午後5時

### ☆10月の日曜わくわくものづくり体験教室

1日(貝細工) / 8日(動物立体パズル他) / 15日(ひのきのおもちゃ他) / 22日(ハロウィンハーバリウム他) / 29日(ひのきのスツール他)

※体験内容は都合により変更する場合があります。

★詳細、その他の催しは市ホームページにも掲載しています。ぜひご覧ください！



# 統計調査にご協力をお願いします

## ◆ 2023年漁業センサスにご協力を

令和5年11月1日(水)現在で、水産業を営む世帯や法人を対象に「2023年漁業センサス」(海面漁業調査)を実施します。

調査では、調査員が訪問し調査票の配布・回収に伺います。回答期限は11月7日(火)までです。

なお、スマートフォン等を利用したオンラインでの回答も可能です。

「漁業センサス」は、漁業の現状を知り将来を考えるための大切な調査です。回答内容は、統計を作成するためだけに使われますので、ご協力をお願いします。

## ◆ 令和5年住宅・土地統計調査 実施中！

市内では約1,300世帯を抽出し、10月9日(月・祝)まで

の回答をお願いしています。スマートフォン等からの回答も可能です。選ばれた世帯の皆さまには、調査にご協力をよろしく申し上げます。

## ◆ 統計は未来を支える おくりもの 10月18日(水)は統計の日



日々の忙しい生活の中、統計調査にご協力いただく皆さまには感謝を申し上げます。これからも統計調査にご理解とご協力をよろしく申し上げます。

お問い合わせ

政策調整課 ☎️ 23 8 1 3 2

# 後期高齢者医療障害認定について

後期高齢者医療制度は75歳以上の人を対象とした医療制度ですが、65歳以上75歳未満で一定の障がいがある人は、申請することで三重県後期高齢者医療広域連合の認定を受けて、後期高齢者医療制度に移行することができます。

## ◆ 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～3級、4級の一部  
※4級の一部…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 A 1、A 2
- ・精神障害者保健福祉手帳 1級、2級

## ◆ 障害認定により後期高齢者医療制度に加入するための申請について

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、市民サービス課国民健康保険係まで相談してください。

<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、療育手帳等
- ②マイナンバーのわかるもの

## ◆ 障害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、それまで加入していた医療保険の資格喪失手続きをお願いします。

なお、障害認定により後期高齢者医療制度に加入した場合であっても、75歳になるまでの間は、障害認定申請の撤回をすることで、後期高齢者医療制度から脱退することもできます。脱退した場合は、国民健康保険や被用者保険等の医療保険への加入が必要になります。

お問い合わせ 市民サービス課 ☎️ 23 8 1 9 3

# はり・きゅう、あんま・マッサージの正しいかかり方

## ◆ 健康保険が利用できる施術について

はり・きゅう、あんま・マッサージの施術を受ける場合、健康保険が利用できる場合と利用できない場合がありますので、注意してください。

<はり・きゅうで健康保険が利用できる受診内容>

神経痛、リウマチ、<sup>けいせつ</sup>頸腕症候群、五十肩、腰痛、<sup>けいせつ</sup>頸椎捻挫後遺症などの慢性的な疼痛を主症とする疾患

<あんま・マッサージで健康保険が利用できる受診内容>

筋麻痺や関節拘縮などで医療上マッサージを必要とする症例

## ◆ 健康保険を利用する際の注意

次のいずれかに該当する場合、健康保険は使えません。

- ・医師の同意がない場合
- ・同一の疾患や負傷に対して、他の病院や診療所、整骨院などで治療を受けている場合
- ・単に疲労回復や慰安、疾病予防を目的としている場合

負傷原因を正確に伝えてください。

交通事故の被害にあった場合や、工作中や通勤途中に起きた負傷が原因の場合は、別の制度が適用される場合がありますので、事前に確認してください。

施術が長期にわたる場合は、医師の診察を受けてください。

長時間にわたり施術を受けても痛みが続く場合は、内科的要因も考えられますので、医師による診察を受けてみましょう。

領収書は必ず受け取り、保管してください。

申請に不備や疑義があった際に電話で確認させていただく場合や、他の給付や医療費控除を受ける際に必要となる場合がありますので、領収書は必ず受け取り、保管をお願いします。

お問い合わせ 市民サービス課 ☎️ 23 8 1 9 3



# 「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、年齢の増加とともに、処方される薬の種類が増えていく傾向にあります。

## ◆ 薬が増えるとどうなるの？

**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、同じ効果を持つ薬を服用しすぎる(重複服薬)ことで、体の不調や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。**

複数の病院にかかり、同じ効果の薬を複数処方されれば、その分医療費が増加します。

## ◆ 薬を上手に管理するために

**お薬手帳を活用しましょう。**

同時に複数の病院や薬局を利用している場合も、1冊にまとめましょう。医師や薬剤師が現在の服薬状況を把握し、薬の重複や飲み合わせなどもチェックしてくれます。



**かかりつけ薬局をもちましょう。**

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、たまっている残薬があれば、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 ☎③ 8 1 9 3



アクアステーションだより

Mie Owase Deep Sea Water

## みえ尾鷲海洋深層水でキャンプへGo！



淡水や原水、濃縮水などさまざまに利用されている「みえ尾鷲海洋深層水」。通信販売で活用している蛇口付きの段ボール容器がキャンプなどの利用にぴったりです。

市ホームページでは、動画でおすすめの活用方法を紹介しています。本格的な秋キャンプ、行楽シーズン、ぜひアウトドアで海洋深層水を使った料理など、深層水を活用してみませんか？通信販売サイトも同じページからリンクしています。

アクアステーションでは、10月28日(土)に「NEW！深層水フェスタ」を、11月25日(土)に「芝生で遊ぼう！スポーツアクア(仮)」のイベントを予定しています。詳細はホームページなどでお知らせしますので、ぜひ遊びに来てください。

お問い合わせ

アクアステーション ☎⑦ 8 0 8 0



防災ひとくちメモ



## 防災訓練 ～災害に備えましょう～

10月15日(日)に、尾鷲市防災訓練の実施を予定しています。今回は「全市民が参加できる訓練」をテーマに、10月15日(日)午前9時頃、防災行政無線を使って市内全域に緊急地震速報のテスト放送を実施しますので、まずは自分の身を守る(例：頑丈な家具の下などに隠れるなど)行動を取ってみましょう。そのあとは、避難経路を実際に歩いて確認してみたり、非常用持ち出し袋の点検を行うなど、この機会にぜひ、災害時に備えて一人一人による防災対策の実施をお願いします。

また、当日は各地区の自主防災会によって、さまざまな訓練等が実施されます。自主防災会は、「自分たちの住む地

域は自分たちで守る」という共助の意識のもと、日頃より各単組ごとに防災・減災活動を実施しています。自主防災会に加入していない人も、この機会にぜひ、自分が住んでいる地域の自主防災活動に目を向けてみてください。



お問い合わせ

防災危機管理課

☎③ 8 1 1 8



## 防災情報総合電話サービス

防災無線放送、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)

# 読書で広がる、子どもの世界

子どもの感性や言葉の成長に欠かせない本との出会い。読書の習慣づけには、子どもの発達に合わせた働きかけが重要とされています。

10月27日(金)から11月9日(木)までの2週間は読書週間です。読書の秋に、子どもの世界を広げる1冊を探してみませんか？

2001年に「子どもの読書活動の推進に関する法律」が施行され、社会全体で子どもの読書するための環境整備が行われてきています。子どもに読書を楽しんでもらうための市の取り組みを紹介します。

## 赤ちゃんが生まれる前に

妊娠期から赤ちゃんへの語りかけが大切です。「プレパパママ教室」では、おなかの赤ちゃんと一緒にゆったりと絵本の時間を楽しんでもらいます。

## 赤ちゃんが産まれたら

市内で生まれた全ての赤ちゃんの健やかな成長と、保護者が家庭内で心温まる時間を持てるよう絵本をプレゼントする「ブックスタート事業」を行っています。

## 年齢に応じたおはなし会

- ・0～2歳くらい向け 「おはなしだっこ」  
毎月第1木曜日 午前10時30分～
- ・幼児向け 「おはなしのひろば」  
毎週土曜日(第5土曜日除く) 午前11時～

## 絵本の次は何を読む？

小さい頃から家庭で絵本の読み聞かせを行っていた保護者から、小学生になったら何を读んだらいいかわからないという質問がよくあります。



図書館では、『いちねんせいにおすすめのほん』という字の少ない絵本からちょっと長いよみものまで、ホップ・ステップ・ジャンプと読み進められるリストを作りました。

字を読めるようになって、まだまだ字を追うのに一生懸命になってしまう時期ですので、何歳まででも一人で読みたいと自然に本に手が伸びるまで、ぜひたっぷり読んであげてください。大人としても懐かしかったり、心にじんとする作品もあります。親子でたっぷり楽しんでください。

図書館本の検索・予約はこちらから



お問い合わせ 図書館 ☎③8282



ごみ減量へ、はじめの一步

## 生ごみの減量

＼意識しよう！SDGs／



家庭から出る生ごみの約80%は水分です。水分をできるだけ減らすことで、ごみの減量につながります。

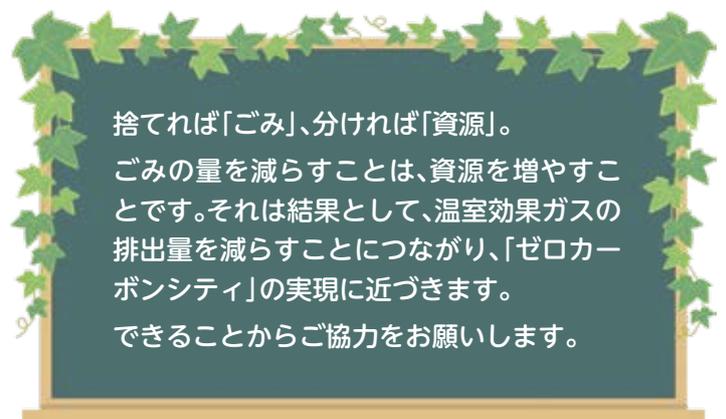
### <水切り方法>

- ・生ごみを水に濡らさない。
- ・水切りネットや三角コーナーを活用する。
- ・洗う前に皮むき。濡らさないで捨てる。
- ・最後にギュッとひと絞り！



ごみの減量についてはワンセグでも放送中！

お問い合わせ 環境課 ☎③8251



＼広報おわせ、社協だよりの音訳を行っています！／ 声のボランティアやまびこの会では、広報おわせ、社協だよりの音訳を行っています。私たちと一緒に音訳をしませんか？参加したい人、興味のある人はお問い合わせください。

お問い合わせ 声のボランティアやまびこの会 (尾鷲市ボランティアセンター) ☎③3246

# 続 尾鷲の植物誌

## クサヤツデ(キク科)



そろそろクサヤツデが咲き出すころではと思い、昨年見たところへ行ってみると、地際から出ている長い花茎に小さなたくさんの花が咲いていました。クサヤツデは川岸や山中の木陰に生え、神奈川県から紀伊半島の太平洋側、四国、九州に分布していますが、神奈川県では1950年代に絶滅しています。花期は9月～11月、葉がヤツデくさやつでに似ているところから草八手の名がついています。奈良の吉野山に多いことからヨシノウの別名も持っています。

日本列島には、シダ植物と種子植物をあわせると約7,000種類の植物が自生しています。そのうち約2,900種類は、世界でも日本だけにしかない日本固有種です。クサヤツデもその一つで、前述のように太平洋側に偏った分布をもち、特に紀伊半島、四国、九州に多く生育しています。同じような分布を示す固有種はクサヤツデの他にもいくつかあり、この地域は固有種に富んだところとなっています。

また、これらに近縁な種は中国南西部やヒマラヤ地域に生育していることから、クサヤツデなどの固有種の多くは、アジア大陸に起源をもつと考えられています。はるか昔、大陸と日本列島がくっついていた頃、日本に住み着いたクサヤツデの祖先は本州の太平洋側で独自に進化し、長い時間をかけて現生のクサヤツデが生まれたようです。



↑クサヤツデの葉と花 (池田 博氏撮影)



←クサヤツデの花 (同上)



# 海中さんぽ

## ブダイ

ブダイは、ブダイ科ブダイ属の魚で、当地ではイガミといたほうが通りがよいと思います。南日本から、西部太平洋、インド洋沿岸に分布し、岩礁域いんかくやサンゴ礁域に生息しています。いせえび刺し網で混獲されたものや、釣りものが市場に水揚げされます。青みがかったものはオスで、メスは赤みがかっています。一匹のオスに何匹かのメスが集まって一夫多妻型のハレムと呼ばれるグループを作り、オスがいなくなると群れの一番大きいメスがオスに性転換します。他のブダイ科魚類やベラ科魚類も、このようにハレムを作ります。これはより多くの子孫を残すための戦略と考えられています。

産卵期は夏で、2歳で体長20cm程度に成長し、繁殖に参加できるようになります。雑食性で、エビ、カニなどのほか、海藻も好んで食べます。近年の水温上昇に伴い、藻場が消滅する「磯焼け」が問題となっていますが、冬の水温がこれまでよりも高くなり、ブダイなどの海藻を食べる魚の活動期間が長くなることなども、「磯焼け」の原因の一つと考えられています。

釣りの対象種として人気で、秋から冬にかけて磯釣りや船釣りで狙う人が多く、尾鷲では正月の魚として珍重されています。餌はハバナリやホンダワラがメインですが、ホウレンソウや大根葉でも釣れるようですし、オキアミを餌にしたグレ釣りで深い棚を探っていくと釣れることもあります。

クセのない白身で、オスの身は歯ごたえが強く、メスの身は比較的柔らかい食感です。鍋、しゃぶしゃぶ、刺身にして美味しく、ほかにもさまざまな調理法があるようですが、この辺では煮つけが一番人気で、身よりもご飯にかけて食べる煮ごごりのほうがメインのようです。





# 地域おこし協力隊 活動紹介 vol.5

協力隊の活動紹介は、市公式YouTubeでも配信中です！ぜひご覧ください。



ひなたふうか  
日向風花

## 活動ミッション

向井地区の活性化

## プロフィール

- ・ 出身地 神奈川県
- ・ 年齢 21歳
- ・ 活動期間 令和4年6月～
- ・ 前職 なし
- 現在、慶応義塾大学4年生

## 協力隊に応募したきっかけは？

自分を変えたい！人生に悩んでいたときに夢古道の湯さんに出会い、そこで約2年間住み込みインターンをさせていただいた。

自分を変えたいという思いから、いつしか尾鷲の人の役に立ちたい、特にお風呂屋さんがあった向井地区に、何か貢献したいと思うようになった。そこで向井地区の協力隊の募集を見つけ、手を挙げた。

## 活動レポート

### ・ 向井小学校で授業



向井地区の子どもたちとともに活動していきたいと感じ、向井小学校の総合の授業に一部関わっている。

### ・ 多世代の居場所「むむむ。」で尾鷲の自然や文化・テクノロジーをテーマにしたイベントの開催



(一社) たちからみのれが運営する「むむむ。」の活動に、企画・広報面で関わっている。

### ・ 向井地区の風景や文化を後世につなぐ



向井地区独自の漬物や農作物といった文化を継承していくために、地域の行事などに積極的に参加している。

## 今後の抱負・目標を教えてください！

協力隊の活動で知識が足りないと感じた分野は、大学の授業で補い、大学で学んだことを尾鷲で実践するという、私にしかできないスタイルで頑張りたい。

任期後のことは明確には考えられていないが、今の活動がとても楽しく自分がやりたいことであるため、任期後も活動を続けられる仕組みを作り、さらに向井地区での活動を加速させたい。

★活動の様子は、SNSでも発信しています。



「むむむ。」のInstagram

お問い合わせ 政策調整課 ☎ 23 8 1 1 6

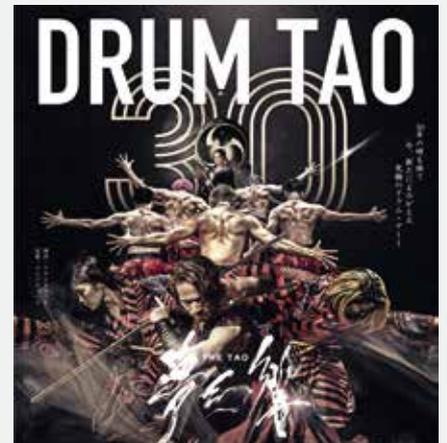
## 市民文化会館からのお知らせ

# DRUM TAO 30周年記念新作舞台 「THE TAO 夢幻響」

11/5(日) 開場:午後4時15分 開演:午後5時  
場所:市民文化会館

～ 30年の時を経て 今、新たによみがえる 究極のドラム・アート～

- ◆チケット 全席指定 6,000円(税込)
- ※6歳未満の入場はお断りします。



演出:フランコドラオ  
衣装:コシノジュンコ

お問い合わせ  
市民文化会館 ☎ 23 3 0 0 0

# みんなで健康づくり 歩く習慣を始めませんか？

暑さも和らぎ、過ごしやすい季節になりました。熱中症対策等で身体を動かすことを控えていた人や、もともと運動が苦手な人にとって運動を始める最適な時期です。歩くことは、比較的だれでも取り組みやすい運動です。まずは1日10分から始めてみましょう。

## ●歩くことが身体と心にもたらす効果

### ・生活習慣病の予防

身体の中に酸素を取り込む有酸素運動であり、脂肪をエネルギーとして消費するので、体脂肪の減少による肥満解消や中性脂肪・悪玉コレステロールの減少、血圧や血糖値の改善に効果があるといわれています。

### ・体力がつく

有酸素運動を継続して行うことで、心肺機能が向上します。また、「第2の心臓」と呼ばれるふくらはぎの収縮により血の巡りが良くなり、疲労物質がたまりにくくなる効果が期待されています。

### ・心の健康につながる

心地よいと感じる強度で有酸素運動を続けることで、セロトニン（別名：幸せホルモン）が分泌され、精神的な落ち着きが得られるといわれています。

## ●歩くときのポイント

### ・ストレッチをする

歩く前は呼吸を止めずに身体を伸ばし、関節など身体全体を緩めましょう。

### ・姿勢を整える

両手の指を組み裏返し、頭の上に伸ばして、かかとを上げながら身体全体を引き上げます(5秒間)。身体はそのままに手とかかとを下ろします。この姿勢を意識して歩きましょう。

### ・効果的な歩き方

目線は少し遠くを見るようにし、かかとから着地してつま先で地面を蹴るように歩きましょう。

## ●注意点

体調が悪いときや歩行中に痛みを感じたり気分が悪くなったりしたときは、運動を中止しましょう。また、持病がある人や治療中の人は、かかりつけ医に相談してください。

市では、20コースのウォーキングマップを作成しており、マップには各コースの運動強度、歩数、見どころポイントなどが盛り込まれています。福祉保健センター2階、市役所、コミュニティセンター等にて配布しているとともに、市ホームページにも掲載しています。ぜひ活用してください。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③3871  
ウォーキングマップはこちら→



## 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、福祉保健センター2階、各コミュニティセンターにて無料で配布しています！

★完歩達成者（※敬称略） 九州志布志～熊本編No.10 かわかみ はじめ 川上 肇  
オプシヨン いまむらすみこ 東北名所Op2 今村 澄子

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③3871

## お気軽にご相談ください

### こころの健康相談

保健師によるこころの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。

### すくすく子育て相談

保健師、管理栄養士による子育て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。

### 体の健康相談

保健師、管理栄養士による健康相談を行っています。

相談・お問い合わせ 福祉保健課  
☎③3871(こころ・子育て・体の相談)  
☎③8202(女性・児童相談)

〳令和6年度「尾鷲まるごとヤーヤ便」商品募集中！〳 市内の事業者の皆さまから広く商品を募集し、より一層喜んでもらえる「尾鷲まるごとヤーヤ便」にしたいので、応募をお待ちしています。【募集期限】10月20日(金)

お問い合わせ 尾鷲観光物産協会 ☎③8261

# がん検診 日程表

※生活保護世帯は無料です（要申告）。

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎②3871

## 胃がん・肺がん検診

【自己負担金】 胃がん検診1,000円、肺がん検診500円、  
かくたん  
 喀痰検査500円

【定員】 1日当たり胃がん検診 40人、肺がん検診 150人

実施日	実施場所	受付時間
10/15 (日)	市民文化会館	8:30～10:30
10/24 (火)	古江コミュニティー センター	8:30～9:00
11/14 (火)	三木浦魚市場	9:00～9:30
11/21 (火)	早田コミュニティー センター	8:00～8:10
	福祉保健センター	9:30～10:30

※10月15日(日)市民文化会館では、健康づくり健診(39歳以下の方が対象)と特定健診(国民健康保険および後期高齢者医療保険の方が対象)も同時に実施します。

※10月24日(火)古江コミュニティーセンターおよび11月14日(火)三木浦魚市場では、特定健診も同時に実施します。

### <注意事項>

- ・胃がん検診…胃・小腸等の手術をされた人は、医療機関で受診してください。検査前日夜9時以降の飲食、喫煙は避けてください。
- ・肺がん検診…65歳以上の人は結核検診(胸部レントゲン)も同時に実施します。

## 乳がん・子宮頸がん検診

【自己負担金】 乳がん検診1,000円、  
 子宮頸がん検診1,000円

【定員】 1日当たり乳がん検診(マンモグラフィー) 45人  
 乳がん検診(エコー) 35人  
 子宮頸がん検診 60人

実施日	実施場所	受付時間	備考
10/15 (日)	市民文化会館	8:30～ 10:30	乳がん(マンモ) 乳がん(エコー)
		13:30～ 14:30	乳がん(マンモ) 子宮頸がん
11/24 (金)	九鬼コミュニ ティーセンター	13:00～ 13:20	乳がん(マンモ) 子宮頸がん
	古江コミュニ ティーセンター	14:40～ 15:00	

※10月15日(日)の乳がん検診(エコー)はキャンセル待ちとなります。

※乳がん・子宮頸部・体部がん検診は、次の医療機関でも随時受診することができます。

【乳がん検診】※エコー・マンモどちらかの選択が可能。

尾鷲総合病院(健診センター) ☎②3111

西井外科胃腸科 ☎②3773

【子宮がん検診】

尾鷲総合病院(産婦人科) ☎②3111

海山レディースクリニック ☎③0888

### <注意事項>

乳がん検診のマンモグラフィー(乳房専用X線撮影)を受ける人は、検査当日の制汗パウダーなどの使用は避けてください。

国民健康保険に加入中の40歳以上の皆さん、後期高齢者医療保険に加入中の皆さんへ

# 特定健診を受けましょう

11月30日(休)まで!



特定健診は、「健康管理と生活習慣病等の早期発見」を目的とした大切な健診です。年に1回、特定健診を受けて体の健康を守りましょう。自費で受けると約1万円の検査が、特定健診では無料で受けることができます!

受診券が届いた時の封筒に同封されている医療機関一覧から、希望する医療機関を選び、医療機関へ直接電話で申し込んでください。

集団健診での受診を希望する場合は、事前に市民サービス課まで申し込んでください。

【10月の集団健診予定】

①10月15日(日) 午前8時40分～ 市民文化会館

②10月24日(火) 午前8時30分～

古江コミュニティーセンター

申し込み・お問い合わせ 市民サービス課 ☎②8193

# 女性の再就職、 キャリアアップを応援します

公益財団法人三重県産業支援センターでは、女性の再就職への不安や悩みを解消し、スキルアップをサポートするための研修、面接に必要な話し方、伝え方のコツがわかるセミナーほか、キャリアコンサルタントによる就職相談、企業訪問や職場体験などを通じ自分に合った働き方や、仕事探しのお手伝いを行っています。本市もこの取り組みに共催しており、今回は取り組みの一部を紹介します。

すべて無料で参加できますので、再就職やキャリアアップを考えている人はぜひ参加してください。



## スキルアップ eラーニング

- 【申込期限】 12月31日(日)
- 【場所】 オンライン  
(自宅や会社のパソコンから)
- 【内容】 エクセル、ワード、ビジネス文書、DXの基礎講座など
- 【参加費】 無料
- 【定員】 先着50人

## 面接に必要な話し方・伝え方セミナー

- 【日時】 10月12日(木) 午後1時30分～3時
  - 【場所】 オンライン (Zoom開催)
  - 【講師】 西川由喜氏にしかわゆき
  - 【参加費】 無料
- ※後日、録画配信あり。  
※録画配信の申込期限:令和6年1月15日(月)

## 活躍中の女性から学ぶ！事例紹介と意見交換会

- 【日時】 11月22日(水) 午後1時30分～4時
- 【場所】 三重県総合文化センターおよびオンライン (Zoom開催)
- 【内容】 先輩女性によるキャリアアップまでの体験談、参加企業との意見交換会ほか
- 【参加費】 無料

## 就職相談

- 国家資格を持つキャリアコンサルタントによる就職・キャリアアップ支援。申し込みから最大2カ月間サポートします！
- 【申込期限】 12月20日(水)
  - 【場所】 電話、メール、Zoomにて
  - 【内容】 就職相談・企業訪問のポイントなど
  - 【相談料】 無料

【申込方法】 次のウェブサイトまたはQRコードから申し込んでください。  
<https://www.miesc.or.jp/support/contents/826/>



お問い合わせ 公益財団法人三重県産業支援センター 地域活性化雇用創造プロジェクト  
☎059・253・1260 E-mail [chipro@miesc.or.jp](mailto:chipro@miesc.or.jp)

男女共同参画  
ひこくち「ラム

14.7%

この数字は、男女の平等感に関する意識調査で「平等」と回答した人の割合です。「男性の方が優遇されている」と答えた人の割合は78.8%で、かなりの差があることがわかります。  
「平等」と回答した人を分野ごとに見ると、

- ・学校教育の場」68.1%
  - ・自治会やPTAなどの地域活動の場」40.2%
  - ・法律や制度の上」37.0%
  - ・家庭生活」31.7%
  - ・職場」26.4%
  - ・社会通念・習慣・しきたりなど」12.9%
  - ・政治の場」9.6%
- という結果になりました。  
特に「政治の場」に関しては世界的にも低く、ジェンダーギャップ指数で146カ国中138位となっています。

※内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査(令和4年11月調査)および内閣府男女共同参画局HPジェンダーギャップ指数より

お問い合わせ  
政策調整課 ☎059・253・1260  
☎08134

# お知らせ

## 相談

### 無料法律相談(要予約)

20日(金) 午後1時～4時40分

大川哲次 弁護士

対象：財産・契約問題、借地、借家離婚、

金銭貸借契約、債務問題、相続など

### 司法書士相談(要予約)

17日(火) 午前10時～正午

庄司純史 司法書士

対象：相続・売買などの不動産登記、遺言、

商業登記など

### 行政相談(要予約)

17日(火) 午後1時30分～3時30分

林正弘 行政相談委員

対象：行政などへの困りごとや意見、

要望など

### 人権相談(要予約)

20日(金) 午前10時～正午

貝川淳子 人権擁護委員

濱野公壽 人権擁護委員

対象：差別、いじめ、嫌がらせ等人権に

関すること

申し込み・お問い合わせ

市民サービス課 ☎082550

### 三重大学連携室相談(要予約)

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。

18日(火) 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。

申し込み・お問い合わせ

政策調整課 ☎08134

## 「コロ」とカラダの相談会&健康チェック

【日時】 10月24日(火) 午前10時～11時30分

【場所】 福祉保健センター

【内容】 血圧測定・ベジテック・血管年齢

測定・腰痛や疲れがとれないなどの相談 等

【定員】 40人(要予約)

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎033871

## くらしと心ころの相談会

くらしに関するさまざまな疑問や不安について、税理士・司法書士・土地家屋調査士・行政書士・行政相談員・社会福祉士・保健師などに無料で相談ができます。

【日時】 10月14日(土) 午前10時～午後3時

【会場】 中央公民館 3階

※予約なしでも参加できますが、予約優先となります。予約は、福祉保健課まで申し込んでください。

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎033871

## 尾鷲市民文化展を開催します

今年も個性豊かな作品が多数出展され、放課後児童クラブのわんぱくクラブ・くれよんの児童たちによる特別展、尾鷲高校の生徒たちによるクラブ展、尾鷲中学校吹奏楽部による演奏もありますので、皆さんぜひ誘い合わせの上ご来場ください。

【日時】

前期：10月28日(土) 午前9時～午後5時

29日(日) 午前9時～午後4時

生花・絵画・彫刻工芸・写真・書道・わんぱく・くれよん特別展

後期：11月4日(土) 午前9時～午後5時

5日(日) 午前9時～午後4時

木目込・編物・手芸・陶芸・俳句・短歌・その他・尾鷲高校クラブ展・わんぱく・くれよん特別展

尾鷲中学校吹奏楽部演奏

11月4日(土) 午前10時～

【会場】 中央公民館

お問い合わせ 生涯学習課 ☎08293

## 第2回尾鷲市二十歳のつづい

第2回尾鷲市二十歳のつづいを次の日程で開催します。

【日時】 令和6年1月7日(日)

【会場】 市民文化会館

【受付】 午前9時30分～10時20分

【式典】 午前10時30分～

【対象】 平成15年4月2日～平成16年4月

1日生まれの人

※なお、式典の中止または内容等の変更を行う可能性があります。その際はホームページ等で改めてお知らせします。

お問い合わせ 生涯学習課 ☎08293

## 都市計画の変更(案)に関する説明会

都市計画変更手続きに伴う説明会を開催します。

【日時】 10月3日(火) 午後7時～

【場所】 中央公民館 3階 講堂

【件名】 尾鷲都市計画ごみ焼却場の変更(東

紀州広域ごみ処理施設の新規追加)

お問い合わせ 建設課 ☎08244

## 有料広告欄

令和6年4月から相続登記申請が義務化されます！

相続・贈与等の登記全般や官公署提出書類作成

## 庄司司法書士・行政書士事務所

お気軽にご相談ください！司法書士・行政書士 庄司純史

電話：0597-25-1781 携帯：090-3389-1330

事務所：尾鷲市宮ノ上町1番30号(尾鷲神社の近く)

宝くじ 公式サイト

**宝くじがネットで購入できる！**

宝くじ公式サイト

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先 | 宝くじコールセンター

TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)

TEL 011-330-0777 (有料)

広報おわせでは有料広告を随時募集しています。詳しくは政策調整課秘書広報係 ☎08132までお問い合わせください。

# 市民優待券

有効期限 令和5年10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

# 平日限定 市民優待券

有効期限 令和5年10月31日

### 注意

本券持参の市民は、一般400円、シニア

300円で入浴できます。

1人1回限り有効。子どもは対象外。

お問い合わせ ☎②1124

夢古道おわせ

切り取ってください

## 「本のリサイクル」を開催します

図書館で除籍等により不用となった本や雑誌を有効活用してもらうため、無償で譲ります。図書は一人10冊まで、雑誌は5冊まで持ち帰れます。(持ち帰り用の袋等を持参してください。)

【日時】 10月8日(日) 午前10時～午後3時

【会場】 中央公民館 3階 講堂

お問い合わせ 図書館 ☎③8282

## 事業者の皆さんへ

水道部では、インボイス制度に対応した「ご使用水量のお知らせ(検針票)」を発行しています。仕入税額控除の適用を受ける事業者は大切に保管してください。

お問い合わせ 水道部 ☎③8271

## 献血(400ml)のお知らせ

【実施日】 10月17日(火)

### 【時間・場所】

午前10時～正午 尾鷲警察署仮庁舎

午後2時～4時 三重県尾鷲庁舎

### 【対象者】

年齢18～69歳 男性は17歳も可能で、体重50kg以上の人

### 【注意点】

※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ない場合があります。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③3871

## 紀北地域就職面接会

紀北地域への就職を希望する人を対象とした「就職面接会」を開催します。事業所の人と直接お話ができる貴重な機会ですので、ぜひ参加してください。

【日時】 11月2日(木) 午後1時30分～3時

【場所】 市民文化会館 小ホール

【参加事業所】 ハローワーク尾鷲管内(尾鷲

市、紀北町、大紀町錦)の事業所約20社(予定)

お問い合わせ

紀北雇用開発会議事務局

(ハローワーク尾鷲) ☎②0327

## 10月1日(日)～7日(土)は「公証週間」です

### 大切な契約や遺言は公証役場で

お金を貸したり、不動産を売ったり貸したりするときは契約書を作ります。しかし、せっかく作成しても、後になって契約した覚えがないとか、内容がおかしいなどということや争いが生じることが少なくありません。遺言書についても同じようなことが起こります。

そこで、これらの書類は「公正証書」にしておきましょう。公正証書には、法律によっていろいろの力が認められており、また、紛失したり、知らないうちに書き換えられたりする心配もありません。

公正証書についての相談は無料です。また、その内容を他人に知られることは、絶対ありません。詳しくは次の公証役場へお問い合わせください。

お問い合わせ 伊勢公証役場

伊勢市石刈2丁目5番1号三銀日生ビル5階

☎0596・28・6506

## 10月は「臓器移植普及推進月間」です

臓器移植は、広く社会に理解と支援が成り立つ医療です。私たち一人一人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、マイナンバーカード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

(公財)三重県角膜・腎臓バンク協会

☎059・224・2333

(平日) 午前8時30分～午後5時15分

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) 開催

午前9時～午後1時 尾鷲魚市場

お問い合わせ 尾鷲商工会議所 ☎②2611  
商工観光課 ☎③8215

## 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)～24日(火)
九鬼	※23日(月)は午前中のみ 10月25日(水)～27日(金)
三木浦	30日(月)午前中のみ 10月31日(火)～11月6日(月)
三木里	※31日(火)は午前中のみ 11月7日(水)～10日(金)
梶賀	11月13日(月)
古江	11月14日(火)～17日(金)
曾根	11月20日(月)
賀田	11月21日(火)～27日(月)

お問い合わせ  
リンクルセンター  
☎②0605

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、本庁のみ)は、午後7時までカードの交付手続きを行っています【要予約】。令和5年8月末、カード交付枚数は11,736枚、交付率は71.91%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!!」

## 天文学科学館

☎0525

「夜間観望会」入館：午後7時～9時

6日(金)・7日(土)

土星・海王星・アンドロメダ座

銀河：はくちよう座アルビレオ

13日(金)・14日(土)

土星・海王星・あれいせいじょうん垂鈴星雲・はくちよう座アルビレオ・みなみのうお座

フォーマルハウト

20日(金)・21日(土)

上弦前の月・土星・海王星・こと座ベガ：はくちよう座アルビレオ

27日(金)・28日(土)

満月前の月・土星・みなみのうお座

フォーマルハウト

※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。

☆毎月第3日曜日は「家庭の日」、入館料は無料です。

☆81cm大望遠鏡で7惑星を観望されたい人には記念証を贈ります。

## 図書館

☎8282

おはなしだっこ (自由参加)

対象 0歳児～2歳くらい

日時 10月5日(木)

午前10時30分～

おはなしのひろば (自由参加)

幼児から小学校低学年向けの

おはなし会です。

毎週土曜日に開催します。

日時 10月7・14・21・28日

午前11時～

・14日は特別企画

特別企画

日時 10月14日(土)

午前11時～正午

内容 読み聞かせと

ハロウィン工作

定員 親子10組(先着順)

※電話または図書館窓口にて申し込んでください。

今月の休館日

2.10.16・23.30.31日



## おすすめ図書

《一般図書》

無限の月

須藤 古都 著 講談社



怪我で入院中の聡美のもとへ、やり手のIT経営者で今は別居中の夫が見舞いに訪れた。久しぶりに顔を合わせた夫に、聡美は違和感を抱く。この人は一体誰？一方、中国のある町ではパソコンに「誰かたすけて」という文字が流れる出来事が起こり、日本と中国を舞台に描く、思わぬ結末が待ち受けるエンターテインメント小説です。

その他

左利きさんのためのはじめてのかぎ針編み

佐野 純子 / 著 日東書院本社

《児童図書》

美しい実験図鑑 世界で一番美しい34の実験たち

さとつかよこ / 著 新星出版社



炎の色を操る魔術、空色スライムの大冒険、闇を照らすレモンの灯。実験の項目もわくわくするけれど、何よりその写真の美しいこと！見ているだけでも十分楽しめますが、写真付きで丁寧に解説されているので、きつと実験に挑戦したくなります。科学好きの子どもはもちろん、大人まで心がときめく実験図鑑です。

その他

わるテリアとずるズッグ

あきやまだし / 作 ひかりのくに

## 人の動き (8月末現在)

人	□ 15,993人 (前月比 - 50)		
	(男7,390人 女8,603人)		
世帯数	8,908世帯 (前月比 - 18)		
転入	20人	転出	40人
出生	3人	死亡	34人
その他	1人		(住民基本台帳)

## #あわフォト

市内最高齢者をお祝い



敬老の日を前にした9月15日(金)、市内で最高齢の小倉つゑさん(104歳)を市長が訪問しお祝いしました。これからも「つゑお元氣な〜」(関連記事→P7「長寿おめでとう」をご覧ください)

広報あわせ 2023 (令和5年) 10月号

発行日 編集者

令和5年10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.836



「広報あわせ」は、再生紙・植物油インキを使用しています。