



歌いつなぐ尾鷲節

第37回全国尾鷲節コンクール



12-2024

11月10日(日)、「第37回尾鷲節コンクール」が行われ、13都府県から計108人ももの歌手が集まり、尾鷲節への想いを込めた素晴らしい歌声が披露されました。写真は各部門の優勝者の皆さん。左から、少年少女の部 蟹江千夏さん(愛知県)、総合の部 ^{やまさき みほ}山崎美保さん(富山県)、壮年の部 ^{かした ちづこ}梶田千鶴子さん(愛知県)。おめでとうございます！

12月子育てカレンダー

(※11月21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、16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			おはなしだっこ	夜間観望会	イタダキ市 おはなしのひろば 夜間観望会	
9	10	11	12	13	14	15
育児サークル はっぴい 発達相談会 申		赤ちゃん相談 申 (午前・午後)	赤ちゃん相談 申 (午前・午後)	夜間観望会	おはなしのひろば 夜間観望会	
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				夜間観望会	おはなしのひろば (特別企画) 申 夜間観望会 イタダキ市 ← イルミネーションアクア	
23	24	25	26	27	28	29
育児サークル はっぴい 発達相談会 申		ママサポ 申		夜間観望会	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。  トップページ  体験ガイドのページ (子どもと一緒に楽しめる イベント情報など)				
育児サークル はっぴい						

★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) ☎23 2600

★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。

★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。

12月16日(月) 午前10時～11時30分 育児サークル はっぴい「おたのしみデー」

『子サポさんの絵本の読み聞かせ』

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、『子サポさんの絵本の読み聞かせ』を開催します。

【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

【担当】 子育てサポーター

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎23 3871

育児サークルはっぴいとは？

未就園のお子さんと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、絵本等は備えていませんので、持参してください。

はじめまして 満1歳です



ひぐちかなと
樋口叶彪ちゃん
(新田町、父・将弥さん
母・明佐さん)



はっとりなつ
服部 椰月ちゃん
(北浦東町、父・託臣さん
母・彩佳さん)



のりお
野田 あおちゃん
(新田町、父・典男さん
母・喜美さん)

1歳おめでとう☆
いつもにっこにこ
たくましく育てね♡

1歳おめでとう♡
これからも椰月の笑顔
いっぱい見せてね！

野田家のアイドルあー
ちゃん♡1歳おめでと
う！びっくらぶ♡

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。

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

12月21日(土) 午前10時～正午(受付午前9時50分～) ほっこり クリスマスカフェを楽しもう♡

クリスマスらしいステンドグラスクッキーを作ります！

ファミサポ援助会員さんに子どもを預けて、たまにはママが楽しいクリスマスお茶会をしませんか？お子さんにお持ち帰りのお土産もあります♪

- 【対象】 新生児から小学校6年生までの子育て中のママ
お子さん連れでの参加も可能です。
調理中は児童コーナーでファミサポの援助会員さんが遊んでくれます。
- 【場所】 福祉保健センター 3階
- 【定員】 10組(1家族で1組です)
- 【持ち物】 エプロン、三角巾、タオル、お子さんの飲み物
- 【講師】 すぎうら ゆう
杉浦 優さん

申し込み・お問い合わせ
子育て支援サークルがりら 石川郷子 ☎090・7867・9402
Instagram: garilla0415 メッセージでもご連絡いただけます。



12月21日(土) 午後4時～9時

イルミネーションアクア



アクアステーションでは毎月さまざまなイベントを開催しています。ぜひ遊びに来てください。

今回はイルミネーションアクアです！アクアステーションがイルミネーションで幻想的な空間に変わります。ライブやベリーダンスなど、光と音楽、深層水料理で盛り上がりましょう♪

ワークショップは天気によって結晶が変化するアートストームグラスなど、大人も子どもも楽しめる内容が盛りだくさん。星の専門家による天体観測もできます。

なお12月22日(日)、23日(月)午後4時～9時もイルミネーション開館を行います。ぜひイルミネーションを見にアクアステーションに来てね。

申し込み・お問い合わせ アクアステーション ☎278080

＼尾鷲市制 70 周年記念／



「NHK のど自慢」 熱唱の舞台が尾鷲市に！

出場者・観覧者 大募集！

市制施行70周年を記念して「NHKのど自慢」を実施します。“あなたの街の、みんなのステージ”をテーマに地域の皆さんの歌声を全国にお届けします。

皆さんの参加をお待ちしています！

【日時】

令和7年 2 月 23 日(日)祝

開場:午前11時 開演:午前11時50分～午後1時15分

予選会 令和7年2月22日(土) 開会:正午

結果発表:午後5時30分ごろ予定

【会場】 市民文化会館(せぎやまホール)

【主催】 尾鷲市、NHK津放送局

出場申込

【WEB】

以下のNHKサイトの専用申込フォームから申し込んでください。

<PC・スマホ> <https://www.nhk.or.jp/tsu/>

締切:令和7年1月7日(火) 午後11時59分



【郵便通常はがき(片道)】

記入事項

①郵便番号 ②住所 ③名前(ふりがな) ④年齢 ⑤性別 ⑥日中連絡が付きやすい電話番号(携帯電話推奨) ⑦職業 ※中学生・高校生・大学生は学年、部活動なども記入 ⑧歌う曲目とその歌手名 ⑨選曲理由(詳しく)

〒514-8531 (住所不要)

NHK 津放送局「NHKのど自慢」出場係

締切:令和7年1月7日(火) 必着

個人情報は、選考結果の連絡、番組参加に関する取材やお願い、今回のイベントに関連した放送・コンテンツ配信事業の案内、受信料の窓口サイトの紹介に利用し、利用目的が達成され次第、遅滞なく消去します。いただいた個人情報は「報道著述分野プライバシーポリシー」に沿って取り扱います。



かわなかみ ゆき
川中美幸さん



にいぬま
新浜レオンさん

【出演予定】 予選を通過した20組程度の皆さん

ゲスト:川中美幸さん、新浜レオンさん

【放送予定】

令和7年2月23日(日)祝 午後0時15分～1時(生放送)
(NHK総合、ラジオ第1、NHK FM、国際放送)

観覧申込

【WEB】

以下のNHKサイトの専用申込フォームから申し込んでください。

<PC・スマホ> <https://www.nhk.or.jp/tsu/>

締切:令和7年1月19日(日) 午後11時59分



【注意事項】

- ・はがきでの応募はできません。
- ・応募できるのは1人1件までです。
- ・同一のメールアドレスでの重複申し込みはできません。
- その他の詳細については上記NHK津放送局のホームページから確認してください。

【お問い合わせ】

NHK津放送局

☎059-229-3000 (平日 午前9時30分～午後6時)
※年末年始(12月28日(土)～1月5日(日))を除く

尾鷲市 総務課総務係

☎☎8112 (平日 午前8時30分～午後5時15分)
※年末年始(12月28日(土)～1月5日(日))を除く
ホームページ <https://www.city.owase.lg.jp/>

＼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) ☎☎3246 4

令和7年度 放課後児童クラブ 新規児童を募集します！



放課後や夏休みなどに、保護者が仕事などで昼間家庭にいない小学校に就学している児童を対象に、放課後児童クラブを開設しています。放課後児童クラブでは、いろいろな遊びや学習を取り入れながら児童の健全育成および保護者が安心して働くことのできる環境を提供します。

【募集児童】

保護者が仕事などで昼間家庭にいない新小学1年生の児童(令和7年4月入学予定)

※原則、夏休みなど長期休暇のみの利用はできません。

※現在、小学校に通っている児童で新たに希望する人は、お問い合わせください。

【場所・定員】

名称	わんぱくクラブ	くれよん
場所	旧 尾鷲幼稚園 2階	福祉保健センター 4階
定員	50人	40人

【利用時間】

- 平日 放課後～午後5時30分
- 土曜 午前8時30分～午後0時30分
- 学校休業日 午前8時30分～午後5時30分
- 休所日 日曜・祝日・年末年始などクラブの定める日

【利用料(月額)】

1万円。児童扶養手当受給世帯は4,000円。

(2人目以降は、それぞれ半額。3人目以降は0円)

※「くれよん」を利用する場合、宮之上小・尾鷲小からは1,000円、矢浜小・向井小からは2,000円の移送料が必要となります。移送料については、2人目以降の減免はありません。

【申込期間】 12月2日(月)～13日(金)

※土・日・祝日を除く。

※申請書の配布窓口・提出先は、福祉保健課子育て支援係(福祉保健センター2階)
(市ホームページからもダウンロードできます。)

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎③8202

年末年始の 業務案内

市民サービス課窓口 ☎③8161

年末 27日(金)まで
年始 6日(月)から

※28日(土)～5日(日)の戸籍に関する届け出は、守衛室(☎③8111)で預かることができます。

水道 水道部 ☎③8271

年末 27日(金)まで
年始 6日(月)から

※28日(土)～5日(日)の連絡は、守衛室(☎③8111)へ。

市からの支払い

会計課 ☎③8181

年末 26日(木)(最終支払日)
※市金庫業務は27日(金)まで

年始 6日(月)から

尾鷲総合病院 ☎③3111

年末 27日(金)まで

年始 6日(月)から

※28日(土)～5日(日)は、

救急患者のみになります。

発熱のある人は直接来院せず、必ず事前に連絡してください。

ごみ・し尿 環境課 ☎②0605

▼ごみ収集

年末

月・木コース 30日(月)まで

火・金コース 27日(金)まで

水・土コース 28日(土)まで

持ち込みごみ 27日(金)の

午後4時まで

(清掃工場 ☎②3245)

年始

月・木コース 6日(月)から

火・金コース 7日(火)から

水・土コース 4日(土)から

持ち込みごみ 5日(日)から

※年末年始の資源ごみ・資源プラの回収は、ごみ収集予定カレンダーをご確認ください。

▼し尿収集

年末 27日(金)まで

※申し込みは12月16日(月)まで

年始 6日(月)から

し尿のくみ取りは計画的に日程を決めて行っていますので、急な申し込みに対応できません。特に年末年始は申し込みが殺到しますので、十分に余裕をもって早く申し込みください。

＼後期高齢者医療制度に加入している皆さんへ／

12月2日(月)からの後期高齢保険証の取り扱い

法令改正に伴い、12月2日以降は現在の保険証の新規発行および再発行ができなくなりますが、既に交付されているものについては、記載のある有効期限まで使えます。

また、12月2日以降に、75歳の誕生日を迎える人や紛失等により再発行の申請を行った人、転居等で住所や負担区分などの券面が変わる場合は、保険証の代わりとなる「資格確認書」が発行されます。資格確認書は、今までの保険証と同じように医療機関に提示することで、通常通りの保険診療を受けることができます。

不明な点があれば、市民サービス課 国民健康保険係までお問い合わせください。

お問い合わせ 市民サービス課 ☎③8193

○12月2日以降に発行される資格確認書(イメージ図)

ハガキ型 縦:128mm 横:91mm

まだ、マイナ保険証をお持ちでなくても、これまでどおりの医療を、あなたに。

▼マイナ保険証を持っていない人

申請不要で資格確認書を届けます。

▼新たに後期高齢者になった人

申請不要で資格確認書を届けます。



詳しくは
こちら

表面		裏面	
後期高齢者資格確認書			
有効期限 令和7年7月31日 交付年月日 令和6年12月2日			
被保険者番号		1 2 3 4 5 6 7 8	
住所	津市桜橋二丁目96番地 三重県自治会館内		
氏名	三重 太郎	性別	男
生年月日	昭和24年12月2日		
資格取得年月日	令和6年12月2日		
負担割合・発効期日	1割・令和6年12月2日		
適用区分・発効期日	区分Ⅱ・令和6年12月2日		
長期入院該当日	令和7年1月1日		
特定疾病区分・発効期日	A・令和6年12月1日		
保険者番号並びに保険者の名称及び印	3 9 2 4 0 0 0 0 三重県後期高齢者医療広域連合		
備考		以下の欄に記入することにより、臓器提供に同意する意思表示をすることができます。記入する場合は、1から3までのいずれかの番号を○で囲んでください。 1. 私は、脳死後及び心臓が停止した死後のいずれでも、移植のために臓器を提供します。 2. 私は、心臓が停止した死後に限り、移植のために臓器を提供します。 3. 私は、臓器を提供しません。 【又は】 自又はを運んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください。 【臓器：心臓・肺・肝臓・腎臓・膵臓・小腸・眼・歯】 〔特記欄〕 署名年月日： 年 月 日 本人署名(自筆)： 家庭電話(自筆)：	

※ 12月2日(月)以降も、紙の保険証または資格確認書が使えます！

ココロとカラダの相談会 & 健康チェック

【日時】 12月10日(火) 午前10時～11時15分

【定員】 40人(要予約)

【会場】 福祉保健センター 4階

【内容】 血圧測定・ベジチェック・血管年齢測定・腰痛や疲れがとれないなどの相談 等

申し込み・お問い合わせ

福祉保健課 ☎③3871

＼婚活や出会いのイベント情報を配信しています／

みえ出逢いサポートセンターでは、県内で開催される婚活や出会いのイベント情報をホームページでお知らせしています。ぜひチェックしてくださいね。



みえ出逢い
サポートセンター

お問い合わせ

みえ出逢いサポートセンター
南伊勢サテライト

☎059・355・1322
☎0596・21・1522

QRコード



ホームページ
はこちら

第76回人権週間 12月4日(水)～10日(火)まで

～なんでもおしえて こころのもやもや～

差別、虐待、体罰やいじめ、職場でのセクハラ・パワハラ、DV、インターネットによる誹謗中傷等で悩んでいる人は、下記の人権相談所で気軽に相談してください。あなたの街の人権擁護委員が相談を受けます。相談は無料で秘密は厳守します。

人権相談(要予約) 三重大連携室

12月4日(水) 午前10時～正午

ひらやま いずみ
平山 泉 人権擁護委員

もりうらりょうこ
森浦涼子 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

※予約については12月2日(月)から受付開始となります。

申し込み・お問い合わせ 市民サービス課 ☎③8250



お口の健康教室～オーラルフレイル(口腔の虚弱) 予防～

お口の機能には、「食べる」「話す」「味わう」「表情を作る」など、大切な機能があります。その機能が衰えると「噛みづらくなり、食事の量が減る」「活舌が悪くなり、人と話すのがおっくうになる」などが起こり、お口の健康だけでなく、体力や筋力が低下するなど全身の健康に影響を及ぼす恐れがあります。

こんなことはありませんか？



薬が飲みにくくなった
かたい物が食べにくい

お茶や汁物で
むせることがある

【日時】 12月19日(木) 午後1時30分～3時

【会場】 福祉保健センター

【内容】 ①講話:お口の健康(口腔機能)と身体の健康
②体操:お口の健康を守るために お口の体操ほか
③正しい歯磨きと入れ歯の手入れ

【講師】 歯科衛生士

【費用】 無料

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎③8201

お口の健康を守って いつまでもいきいき元気！

お口の健康教室に、ぜひ参加してください！

観光地域づくりに関する住民意識調査への協力をお願い

(一社)東紀州地域振興公社では、東紀州地域に住んでいる人を対象に、「観光地域づくりに関する住民意識調査」を実施します。皆様のご協力をお願いします。

【調査期間】 12月1日(日)～31日(火)

【調査内容】

東紀州地域の観光地域づくりに関する意識調査

【調査目的】

東紀州地域に住んでいる人の観光地域づくりに対する意識などを把握し、今後の観光施策に活かすため

【対象者】 東紀州地域に住んでいる人

【回答方法】

下記の二次元コードから専用フォームにて回答してください。



専用フォームは
こちら

お問い合わせ (一社)東紀州地域振興公社 観光課

☎0597・89・6172

～アクアステーションに タツノオトシゴがやってきました！～

東海大学水産学部よりタツノオトシゴ4尾がやってきました。「みえ尾鷲深層水」で元気に過ごしています。

海洋深層水で飼育すると以下のメリットがあります。

1. 栄養素が豊富

深層水は、栄養素やミネラルが豊富で、海洋生物にとって健康的な環境を提供します。

2. 安定した水質

深層水は、温度や塩分濃度が安定しており、水質の変動が少ないため、魚や無脊椎動物にとってストレスの少ない環境を作ります。

3. 高い清浄性

深層水は、表層水に比べて病原菌や有害物質が少ないため、水槽内生物の健康を保ちやすいといわれています。

メリットがたくさんある深層水をぜひアクアリウムで使ってみませんか？

【イベント予定】

★「イルミネーションアクア」

12月21日(土) 午後4時から9時まで

22日(日)、23日(月)も同時刻でイルミネーション開館も行います。

詳細は市公式SNSや市ホームページをご覧ください。

お問い合わせ アクアステーション

☎08080



ごみ減量へ、はじめの一步

ごみの減量化にご協力をお願いします

買い物の際に気を付けること

必要な食品を、必要な時に、必要な量だけ購入しましょう。

- ▶食品ロスが多いのは、野菜などの生鮮食品
- ▶必要以上に買った場合は冷凍する

買い物に出かける前には、事前に冷蔵庫の中身をきちんと確認しましょう。

- ▶メモ書きや携帯で撮った写真が有効

調理の際に気を付けること

- ・必要な量だけ作りましょう。
- ・残っている食材から使って、上手に食べきりましょう。
- ・野菜や果物の皮は厚むきしないようにしましょう。
- ・食べ切れなかった場合は、他の料理に作り替えるなど、献立や調理方法を工夫しましょう。

「賞味期限」を正しく理解する

- ・食品の期限表示には、「消費期限」と「賞味期限」の2種類があります。
- ・「消費期限」は「食べても安全な期限」、「賞味期限」は「おいしく食べることができる期限」です。
- ・「賞味期限」が過ぎてもすぐに廃棄する必要はありません。

家庭で実践して、ごみ減量化にご協力ください。

- ★ごみの減量についてはワンセグや市公式LINEでもお知らせしています！

お問い合わせ 環境課 ☎08251

＼意識しよう！SDGs／



捨てれば「ごみ」、分ければ「資源」。

ごみの量を減らすことは、資源を増やすことです。それは結果として、温室効果ガスの排出量を減らすことにつながり、「ゼロカーボンシティ」の実現に近づきます。

できることからご協力をお願いします。



国民保護とは、日本が武力による攻撃を受けたときや、大規模テロがあった場合に、国、県、市や関係機関が連携して住民の生命、身体、財産を守るための仕組みです。

自分や大切な家族を守るため、国民保護の仕組みを理解し、いざというときにどのような行動をすればよいかわかることが必要です。本市では国民保護計画を策定し、武力攻撃などの事態を想定し、住民の避難や救援に関することなどについて定めています。右下のQRコードを読み取ると、本市の国民保護について詳しく知ることができます。

また、弾道ミサイル情報など、緊急事態になった場合は、全国瞬時警報システム（Jアラート）にて住民に瞬時に伝達されます。内閣官房では、国民保護に関するパンフレット等がホームページにて掲載されていますので、ぜひ確認してください。



本市の国民保護についてはこちらから確認してください。

お問い合わせ 防災危機管理課 ☎②8118



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)

切り取ってください。

郵便はがき

料金受取人払

尾鷲局承認

0788

差出有効期限
令和6年12月
31日まで（切手
はいりません。）

5193690

市長への手紙
係行

尾鷲市役所 政策調整課 秘書広報係

尾鷲市中央町10番43号

切り取ってください。

市長への手紙

お問い合わせ
政策調整課

☎②8132

市政に「ご意見・ご提案を」

市民の皆さんから、市の施策などに対するご意見やご提案をお寄せいただくため、「市長への手紙」を実施します。皆さんからお寄せいただいた手紙は、これからの市政運営の参考にさせていただきます。より良いまちづくりのためのご意見・ご提案をお待ちしています。※市ホームページでも、ご意見・ご提案を受け付けています。

★留意点

- ① 市政に関することに限ります。
- ② 住所・氏名などをご記入の人には回答をさせていただきます。
- ③ 差出有効期間は令和6年12月31日（木）までです。それ以降に投かんされたものは、差出人に戻されますので注意してください。



常声寺には高さ84cmの毘沙門天石像があり、向かって左の光背に「内宮清順上人」と彫ってありますが、その上部が欠けていて、年号や「伊勢」の字は不明です。

八鬼山参道にある不動明王には「伊勢内宮清順上人、為頓証菩提也、永禄九年四月」とあって、清順上人の死を弔なったものですが、常声寺の毘沙門天にある「内宮清順上人」の書体と同じですので、この毘沙門天も永禄9年(1566年)4月、清順上人の菩提のために建立されたものでしょう。石質も

八鬼山参道の不動明王と同じ硬砂岩で、ともに市内最古の記録石造物です。

この毘沙門天は当地方の中世における宗教状況を知る手引きとして、重要な意義をもっています。すなわち、岩屋堂の観音菩薩を中心に、脇侍として毘沙門天・不動明王を配するのが、中世における天台宗です。これらの石像は当地方中世の布教状況を、如実に物語っているといえます。

参考:尾鷲市の文化財

お問い合わせ 生涯学習課 ②0001



毘沙門天石像

令和7年度償却資産の申告をお願いします

事業用資産を所有している全ての個人・法人は、毎年1月1日現在における償却資産の状況を申告する必要があります。

「償却資産申告書」を作成の上、令和7年1月31日(金)までに税務課へ提出してください。(昨年申告した人には、申告書等を送付します。)

※この他、設備導入に関する特例措置等もあります。詳細については、市ホームページで確認してください。



わがまち特例について



過疎地域の特例について

お問い合わせ 税務課 ☎③8172

「福祉の就職フェアinみえ(伊勢会場)」

福祉・保育の仕事を探している人を対象に、合同説明会を開催します。また、介護助手説明会を同時開催します。

【日時】 12月14日(土) 午後1時30分～3時30分

【会場】 いせ市民活動センター多目的ホール
(伊勢市岩渕1丁目2-29)

【参加法人】 10法人(予定)

【対象】 福祉・保育職場に就職希望、または関心のある学生・一般の人

お問い合わせ 三重県社会福祉協議会
☎059・227・5160

海の幸・山の幸! 尾鷲の名産がお買い得!!

尾鷲イタダキ市

今月は2回開催!!

12月7日(土)・21日(土)

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

----- 切り取ってください -----
市長への手紙

住 所 _____

氏 名 _____ (男・女)

電話番号 _____ 年齢 _____

ご意見・ご提案

切り取ってください

◇熊野古道世界遺産登録20周年記念企画展

「絵本作家やまもとしんじ展in三重」

紀宝町出身のイラストレーター、やまもとしんじ氏の原画展を開催します

会期 : 12月21日(土)～令和7年2月9日(日)

※休館日12月31日(火)、令和7年1月1日(水)

時間 : 午前9時～午後5時

入場料:無料

◇トークイベント「絵を描く仕事ってどんなお仕事？

～好きな事を仕事にしてみた結果～」

絵を描く職業について、15年間活動してきた自らの経験を踏まえて、やまもとしんじ氏にお話しいただきます。

開催日:令和7年1月12日(日)

時間 : 午後1時30分～3時

参加料:無料 定員 : 80人(要申込・先着順)

対象 : 小学4年生以上

講師 : やまもとしんじ氏(絵本作家、イラストレーター)

受付 : 12月1日(日)～令和7年1月11日(土) 午後5時まで

◇ワークショップ「手作りのクリアシールでオリジナルグッズをつくろう！」

特別にデザインされたキャラクターからお気に入りを選んでシールを制作します。

開催日:令和7年1月19日(日)

時間 : 【午前の部】午前10時～正午

【午後の部】午後1時～3時

参加料:500円(材料費含む)

定員 : 各20人(要申込・先着順)

対象 : 小学生以上(3年生以下は保護者同伴)

講師 : やまもとしんじ氏(絵本作家、イラストレーター)

受付 : 12月1日(日)～令和7年1月5日(日) 午後5時まで

◇東紀州の四季を味わう料理教室⑥「節分料理」

東紀州の美味しい食材や特産品を使って、季節のレシピと調理法を学ぶ料理教室を開催します。

開催日:令和7年2月2日(日)

時間 : 午後1時～3時

参加料:2,000円

定員 : 24人(要申込・応募多数の場合抽選)

対象 : 一般

講師 : にしおかひろき西岡宏起氏(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 : 12月19日(木)～令和7年1月19日(日) 午後5時まで

◇お正月体験教室

恒例となりました、お正月の体験教室を開催します。

①連風つくり体験

竹ひごとカラーフィルムを使って10連の連風を制作します。

開催日:令和7年1月2日(木)

時間 : 午後1時30分～3時30分

参加料:200円 定員:10人(要申込・先着順)

講師:熊野古道センター職員

対象:小学生以上 ※小学生は保護者同伴

受付:12月29日(日) 午後5時まで

②万華鏡づくり体験

開催日:令和7年1月2日(木)

時間 : 午前10時～正午

参加料:500円 定員:10人(事前申込不要・先着順)

講師 : 熊野古道センター職員

対象 : 小学生以上 ※小学生は保護者同伴

③絵馬づくり体験

開催日:令和7年1月2日(木)

時間 : 午前10時～正午／午後1時30分～3時30分

参加料:300円 定員:20人(事前申込不要・先着順)

講師 : 熊野古道センター職員

④新春 餅つき大会

開催日:令和7年1月3日(金)

時間 : 午後1時～2時ごろ ※無くなり次第終了

参加料:無料

定員 : 無くなり次第終了(事前申込不要・先着順)

協力 : 芳向会

⑤よく飛ぶ紙飛行機づくり体験

開催日:令和7年1月3日(金)

時間 : 午前10時～正午／午後1時30分～3時30分

参加料:200円

定員 : 無くなり次第終了(事前申込不要・先着順)

講師 : 熊野古道センター職員

☆12月の日曜わくわくものづくり体験教室

1日(キャンドルホルダー他) / 8日(カタカタ動物作り他) / 15日(ひのきのおもちゃ) / 22日(貝細工) / 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！



令和5年度に市で実施した健康アンケート調査では、50歳以上の男性で、アルコールを摂取する頻度が多く、1回の平均飲酒量が適量を超える割合が高いという結果が出ています。

そこで市では、さまざまなイベントが多い12月に、「飲みすぎ注意 お酒と上手なお付き合い」をテーマに、アルコールが心身の健康に及ぼす影響や、適正飲酒について普及啓発を行っています。

心身への影響

「酒は百薬の長」と言われていますが、多量のお酒を長時間飲み続けると、さまざまな疾患を引き起こす恐れがあります。

○身体への影響

- ・脂肪肝、肝炎、肝硬変
- ・脳卒中、認知症
- ・急性アルコール中毒
- など

○精神への影響

- ・イライラ、不安
- ・不眠
- ・うつ症状、幻覚、妄想
- など

お酒の適量とは

適正飲酒量は、1日あたり成人男性の場合、ビールなら500ml、日本酒なら1合程度が目安となります。(女性や高齢者の場合は、これより少ない量が目安となる。)

また、お酒に強い体質の人でも、適量を超えて飲酒を続けられれば、さまざまな病気になってしまう危険性があります。

最近、お酒を飲み過ぎていませんか？

「お酒が好き」と「アルコール依存症」の境界線は明確にはありませんが、多くの場合、症状が進行すると自分で飲酒のコントロールをすることが困難になってきます。依存症になると脳の機能が低下し、自分の意志だけではやめることができません。その結果、家族が心身ともに疲弊するなど、本人だけでなく周囲にもさまざまな悪影響を及ぼします。

また、うつ病を合わせて発症するケースが多く、併発すると自殺の危険性が高まるというデータもあります。

こんな症状はありませんか？

- ・飲みたい気持ちを抑えられない
- ・酒量を減らそうとするが、うまくいかない

- ・飲む量や二日酔いが増えた
- ・手のふるえ、発汗、眠れないなどの症状がある
- ・飲み過ぎによる健康問題がある

もしも思い当たる症状がある場合は、アルコール依存症が疑われます。お酒を飲む人なら、誰でも依存症になる可能性があるため、早めに専門の医療機関に相談しましょう。

見直しましょう！お酒との付き合い方

長くお酒を楽しむには、健康であることが大前提です。普段の飲み方を見直し、適正飲酒を心がけましょう。

①休肝日をつくる

アルコールは依存性があるため、習慣的な飲酒を続けていると徐々に飲酒量が増加する傾向にあります。そのため、週2回以上、休肝日を設けるのが理想的とされています。できれば、周りにはいる家族や友人にも宣言して、協力をしてもらうようにしましょう。

②ゆっくり楽しむ

まずは食事やおつまみでお腹を満たし、一口飲んだらコップはテーブルに置くようにしましょう。また、合間に水やノンアルコールの飲み物を飲むことで、身体への負担を減らすことができるため、前もって準備しておくことも大切です。

12月は、大勢で集まってお酒を飲む機会も多くなる時期です。周囲の人に無理強いすることは避け、食事や会話を楽しみながらゆっくり適量の範囲で飲むことを心がけましょう。



アルコール依存症に関する
情報（専門機関）はこちら

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、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）

四国お遍路の道 発心の道場編No.6 おおたにてるお 大谷輝夫 北海道一周まるごとウォーキングNo.14 かわかみはじむ 川上 肇
奥の細道踏破ウォーキングPart1 No.16 みょうけいきよし 明慶清司

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③3871

続 尾鷲の植物誌 サザンカ(ツバキ科)



11月になって庭に植えたサザンカの花が咲き出しました。これからヤブツバキが咲き出すまで庭の片隅を彩ってくれることでしょう。サザンカは初冬の花としてよく知られ、日本にしかない固有の樹木です。ヤブツバキによく似ていて、同じようにこの辺の山中で普通に生えていそうですが、実は天然の分布は、山口県、四国の南部と南西部、九州、沖縄と限られています。これらの自生地以外で見られるサザンカは植栽されたもので、尾鷲地域のサザンカも自生のものではありません。

ヤブツバキとそっくりですが、ヤブツバキより葉が小さいこと、若い枝に細い毛が目立つこと、葉の柄(葉柄)の表側にも細い毛が散在することなどでヤブツバキと見分けることができます。また花の時期もサザンカは10月～12月と早く、ヤブツバキの花は花ごと落ち、サザンカは花びらが1枚ずつハラハラと散ることも違いの一つです。

サザンカという名前は、中国でツバキの仲間を指す「山茶」が起源で、それから「山茶花(さんさか)」となり、転じて「さざんか」となったという説があります。中国では茶梅と呼ばれています。



サザンカの花



・サザンカの葉柄の毛
柄の表側に細い毛が散在。
若い枝にも同様な毛
が見られる。



・ヤブツバキの葉柄
柄には毛がない。

海中さんぽ

スマ

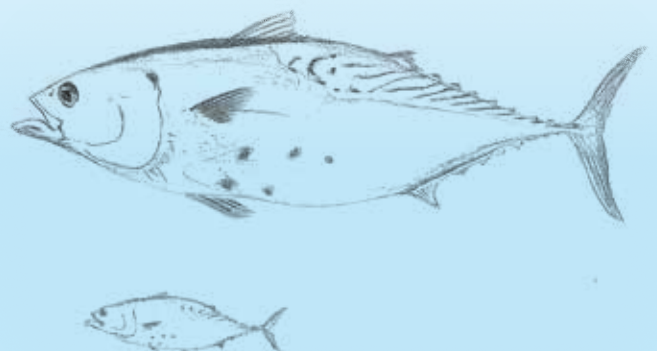
スマはサバ科スマ属の魚で、暖かい海域を好み、インド洋、太平洋の熱帯、亜熱帯、温帯に広く分布します。外見はカツオやヒラソウダに似ています。当地ではヒラソウダのことをソマと呼ぶため、スマのことを標準和名のスマと呼ぶと混同されやすく、地方名のヤイト、ヤイトガツオと呼ばれるのが、一般的です。ヤイトとはお灸のことで、胸鰭の下にある黒いまだら模様にちなんでおり、ヤイトのほかにも、ヤハラ、ホクロなどと呼ばれています。カツオは腹側に縦縞があるのに対して、スマは背中に横縞があり、横縞ガツオと呼ぶ地域もあるようです。

定置網や曳き縄釣り、一本釣りなどで漁獲されますが、あまり大きな群れを作らないようで、まとまって獲れることはほとんどありません。

成長速度は早く、愛媛県で育てられている養殖のスマは、半年から1年で2kgに成長するようです。天然のスマは、大きいものでは体長1m、体重10kg程度になるようです。産卵期

は夏と考えられています。

身はカツオよりも、もちっとした食感で、カツオより美味しいと評価する人が多く、スマの旨さを知っている人は目の色を変えるほどです。量がまとまらないため、一般的に知名度は低いと思われますが、尾鷲では人気が高いようで、カツオよりも高値で取引引きされています。



お知らせ

相談

無料法律相談(要予約)

13日(金) 午前11時30分～午後5時30分
おかわり 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
井上文雄 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

※各相談の予約については12月2日(月)から
受付開始となります。

申し込み・お問い合わせ
市民サービス課 ☎2382500

クリスマスコンサート開催!

クリスマスのひとときを心温まる音楽で
楽しみください。

【日時】 12月19日(木) 午後7時～

(開場午後6時30分)

【場所】 中央公民館3階 講堂

【出演者】 コーラス はるかぜ

ソプラノ はたなかさよ

フルート 畑中小夜

ピアノ 若葉晴弓

エレクトーン 矢賀麻記子

ピアノ 柳瀬加奈子・若林尚子

*整理券を12月2日(月)午前9時から中央公民
館で配布します。(定員先着150名)

お問い合わせ 生涯学習課 ☎2200001

市営住宅の入居者を募集します

①11月末現在入居可能な住宅の入居希望者
②右以外の市営住宅で令和7年5月末日
までに入居可能な空室が出た場合の入居
希望者

※①および②の希望者が複数の場合は、抽選
にて入居順位を決定します。

◆入居順位の有効期限は令和7年5月末日
までとなります。

◆申込受付期間 12月2日(月)～16日(月)
(土・日・祝日は除く。)

◆申込受付時間 午前9時～午後5時

◆入居資格
平均月収が15万8,000円以下など、詳
しくはお問い合わせください。

申し込み・お問い合わせ
建設課 ☎238241

国道42号を安全・安心に走行するた
めに、冬季は早めの冬用タイヤ、チェー
ンの装備を!

大雪時には、国道42号を通行止めにする場
合があります。大雪予想時は外出を控えてく
ださい。

積雪・路面凍結・スタック注意箇所などの
詳細については、QRコードを読み取り、案
内チラシを確認してください。

お問い合わせ

国土交通省中部地方整備局

紀勢国道事務所 管理第一課

☎0598・52・5366



1月10日は「110番の日」

「110番は、事件・事故等の緊急通報専用
の電話です。」

110番は、三重県内のどこからかけても
津市にある警察本部の「110番センター」に
つながります。皆さんの早い通報が、事件等
の早期解決につながりますのでご協力を
願います。

「110番の目的に沿った正しい利用をお
願います。」

急ぎでない相談や問い合わせの110番
は、緊急の事件・事故の対応を遅らせます。
急ぎでない場合は、尾鷲警察署や警察安全

相談電話「☎#9110」または「☎059
(224)9110」へ電話をお願いします。

落とし物、運転免許証の更新等の問い合わせ
は、尾鷲警察署へ電話をお願いします。

お問い合わせ 尾鷲警察署 ☎2501100

地域の情報満載



《画面イメージ》※レイアウトなどは今後変更になる場合があります

地デジ11chで
新チャンネル

ZTV 11 コミュニティプラス

ピンポイント天気

自治体防災情報

台風・地震情報

地域の河川水位

ライブカメラ映像

生活情報

など

視聴にはTVのチャンネル再スキャンが必要です

方法は機種により異なりますので取扱説明書をご覧ください

株式会社 ZTV ☎0120-222-505

尾鷲市立 天文科学館 市民優待券

有効期限 令和6年12月28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

夢古道の湯(地場農産物直売所)

平日限定 市民入浴優待券

有効期限 令和6年12月27日

注意

本券持参の市民は、一般500円、シニア

400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

休日の無料公証相談のお知らせ

公正証書による遺言や任意後見のことなど、気軽に相談してください。(※秘密厳守、要予約)なお、平日も無料で相談を受け付けています。

【日時】 12月21日(土) 午前9時～午後5時

【場所】 松阪公証人合同役場

(松阪市南町178番地5)

【申込方法】 電話で予約してください。

申し込み・お問い合わせ 松阪公証人合同役場

☎0598・23・7883

令和7年度講師等登録説明会

令和7年度尾鷲市・紀北町内の公立小中学校の「講師(養護助教諭を含む)」「臨時学校栄養職員」「臨時事務職員」として登録を希望する人を対象に、次のとおり説明会を開催します。

【日時】 令和7年1月11日(土) 午後2時～

(受付 午後1時30分～)

【会場】 紀北教育会館 1階 ホール

(紀北町相賀379-1)

【申し込み】

希望者は、関係書類などを12月2日(月)～令和7年1月6日(月)の期間に教育委員会に提出してください。

関係書類ほか詳細については、お問い合わせください。

お問い合わせ 教育総務課 ☎③8292

放送大学 入学生募集のお知らせ

○放送大学は、4月入学生を募集しています。○幅広い世代の8万5千人以上の学生が、大学卒業や学びの楽しみなど、さまざまな目的で学んでいます。

○心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の授業科目があり、テレビやインターネットで1科目から学ぶことができます。

○資料を無料で差し上げています。気軽に放送大学三重学習センターまで請求してください。放送大学ウェブサイトをからの資料請求も可能です。

お問い合わせ

放送大学三重学習センター

☎059・223・1170



有料広告欄

紀北しんきん フリーローン新規契約にかかる「QUOカード」プレゼントキャンペーン

【取扱期間】 令和6年9月17日(火)～令和7年3月17日(月)

【対象商品】 期間中のフリーローンの新規契約を対象とさせていただきます。

【特典】 「QUOカード」を贈呈いたします。贈呈種類は以下の通りです。

融資金額 ※当金庫融資の借換分を除く	「QUOカード」
100万円以上200万円未満の場合	5,000円分
200万円以上300万円未満の場合	10,000円分
300万円以上500万円以下の場合	15,000円分

※融資には審査がありますのでご希望に添えない場合と、繰上返済には手数料がかかる場合があります。

【その他】 詳しくは下記店舗までお問合せ下さい。

紀北信用金庫 本店営業部・中井支店 0597-22-1411 古戸支店 0597-22-5431



海洋散骨・お墓じまい・粉骨

- ・納骨をしたいが、先祖代なので狭くなり、粉骨を希望
- ・地元に家族もいなくなり、お墓じまい・散骨をしたい など

ベットの火葬・粉骨・散骨も可能です。



株式会社オーシャンクルーズ
尾鷲市朝日町4-23
代表 内山 睦美
海洋散骨アドバイザー
厚生労働省認定
1級葬祭ディレクター

お気軽にご相談下さい
0597-22-0388 (秘密厳守)
090-7604-9315

本年4月から相続登記申請が義務化されました!

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)

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(☎③8133)までお問い合わせください。

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】。

第1・3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】。

15 令和6年10月末、カード交付枚数は12,517枚、交付率は78.83%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

2024 (令和6年)

発行日

令和6年12月1日

〒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.850

天文学館 ☎0525

図書館 ☎8282

「夜間観望会」入館：午後7時～9時

6日(金)・7日(土)

三日月・木星・土星・天王星・北極星

13日(金)・14日(土)

満月前の月・木星・土星・すばる

20日(金)・21日(土)

土星・天王星・海王星・ペルセウス座二重星団

27日(金)・28日(土)

木星・土星・天王星・オリオン大星雲

※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
で、入館無料となります。

☆毎月第3日曜日は「家庭の日」
で、入館料は無料です。

☆81cm大望遠鏡で7惑星を
観望した人には記念証を
贈ります。

おはなしだっこ (自由参加)

対象 0歳児～2歳くらい

日時 12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。(第5
土曜日を除く。)

日時 12月7・14・21日
午前11時～

・21日は特別企画となり、事前申込
が必要です。

特別企画(要予約)

対象 幼児

日時 12月21日(土)

午前10時30分～

内容 読み聞かせとフリスマ

スエーデン

定員 親子15組(先着順)

申込方法 電話または図書館

窓口

申込受付 12月1日(日)～

今月の休館日

2・9・16・23・28～31日

※年末年始の休館日

12月28日(土)～

令和7年1月4日(土)

《一般図書》

よむよむかたる

あさく
朝倉かすみ／著
ぶんげいしゅんじゅう
文藝春秋



その他

作家とおしゃれ 平凡社編集部／編 平凡社

《児童図書》

しばらくあかちゃんになりますので

ヨシタケシンスケ／さく PHP研究所



その他

見えない壁だって、越えられる。高橋つら／作 金の星社

おすすめ図書

小樽のとあるカフェでは月
に一度、平均年齢85歳の会員
達が集う読書会が開かれてい
る。超個人的なメンバーが課
題本をそれぞれ音読し、自ら
の思い出とともに語ってい
く。カフェの若き店長は読書
会発足20年の記念誌制作を頼
まれるが、すんなりと事が進
むはずもなく…。噛み合わない
会話がおかしくもちよっと
切ない、だけどもいくつになっ
ても読書は良いと思える一冊
です。

人の動き (10月末現在)	
人口	15,578人(前月比 -30) (男7,211人 女8,367人)
世帯数	8,809世帯(前月比 -17)
転入	34人
転出	4人
出生	4人
死亡	30人
その他	1人 (住民基本台帳)

#おわフオト

未来への声
ここから発信!



11月7日(木)「尾鷲市子ども議会」が開催されました。地域で抱える課題やアイデアについて熱い議論が行われ、自分たちのまちをより良くするための提案を一生懸命発表する姿は希望に満ちていました。



「広報おわせ」は、再生紙・植物油インキを使用しています。