

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。



小さな手が結ぶ
伝統と新年のよろこび

オッwase
謹賀新年

1 - 2025

令和6年12月14日(土)、向井地区にある多世代交流施設「むむむ」で、しめ縄づくりが行われました。地域の人に教えてもらいながら、参加者は心を込めて伝統のしめ縄を作り、新年の準備を楽しみました！

を申しあげます

市長
加藤 千速



新年あけましておめでとござい
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。本年も皆さまが健やかに、
そして幸多き一年を過ごされますよ
う、心よりお祈り申しあげます。

今年の干支は「乙巳」です。十干の2
番目「乙」は、若々しい植物が伸びよう
とする状態を、十二支の6番目「巳」
は、成長の一区切りを迎え、次のス
トップへの準備を意味しています。

この組み合わせである「乙巳」は、未
来への新たな一歩を踏み出す年として
大変縁起の良い意味を持つと言われて
おり、昨年までの取り組みを基盤に、新
たな挑戦と成長を目指す年となるよ
う、「不撓不屈」の精神で取り組んでま
いります。

さて、尾鷲市では昨年6月、市制施行
70周年を迎え、熊野古道世界遺産登録
20周年も相まった様々な催しを開催
し、市内外より多くの皆さまにご参加
いただき、多くの賑わいを創出したも
のと感じております。

本年も引き続き、第7次尾鷲市総合
計画に掲げる、まちの将来像「住みたい
まち 住み続けたいまち おわせ」の
実現を目指し、次のとおり5つの基本
目標の達成に向けて、全力で取り組ん
でまいります。

基本目標1. 安心して生み育て・

暮らせるまちを創る

子育て環境につまましては、輪内
地区での保育環境を維持確保してい
くため、賀田小学校内に市立の小規
模保育施設「とちのもり保育園」を本
年4月に開園し、同地域の未就学児
に対する教育・保育の確保と充実に
努めてまいります。

また、子どもや子育て中の家族を
応援する事業を充実させるととも
に、SNS等を活用した情報発信の
強化を進めるなど、子育て支援の輪
づくりを推進し、地域全体で子育て
を支え合うまちづくりを進めてま
いります。

次に、「地域医療の核」である尾鷲
総合病院においては、依然として敵
しい経営状況が続いておりますが、
持続可能な病院経営の在り方とし
て、医療圏人口に見合った病床の規
模の適正化や将来の医療需要を踏ま
えた医療機能の分化・連携を図り、市
民の皆さまの健康と安全な暮らしを
守るため、病院の維持・存続に全力で
取り組んでまいります。

一方、高齢者福祉の推進につつまし
ては、高齢者の通いの場づくり、介護
予防教室の充実、認知症対策の推進等
を図りつつ、地域医療と介護の連携体
制の構築などと合わせて、高齢者の健
康な在宅生活を支える体制の強化を
図り、本市に相応しい地域包括ケアシ

ステムを深化してまいります。

スクラムを組み、誘致実現に向け、全
身全霊で取り組んでまいります。

まず、「ゼロカーボンシティの推
進」による「脱炭素社会の実現」につ
いては、本市の「森、里、海をつなぎ、
自然資源の保全・再生・増幅を図りな
がら、経済的な価値を生み出し、地域
の持続性に寄与していけるよう、企
業・団体の皆さまとともに取り組み
を進めてまいります。

また、南海トラフ巨大地震が懸念
されている現状において、津波避難
タワーの整備事業を進めており、「尾
鷲北エリア」は「旧中京銀行尾鷲支
店」、「尾鷲南エリア」は「旧矢浜保
園」を用地とし、新年度中に設計を完
了し、令和8年度中の完成に向けて、
迅速かつ適切に進めてまいります。

加えて、体育文化会館及び中央公
民館につつましては、市民の皆さま
からのご要望を十分取り入れ、生涯
学習活動を行う拠点として、かつ発
災時には避難所としても活用できる
施設として、新年度から改修工事に
着手し、令和8年度中の完成を目指
して取り組んでまいります。

基本目標3. 人々が集い、活力溢れるまちを創る

「おわせSEAモデル構想」の推進
につつましては、広大な中部電力尾鷲
三田火力発電所跡地の有効活用を図
るため、野球場、多目的スポーツ広場
等からなる「国市浜公園」の整備につ
いては、野球場と避難施設を令和7年
度中に完了できるよう、着実に進めて
まいります。

また、大型製材工場の誘致につつま
しては、現在、事業計画を作成してい
ただいている段階ではありますが、三
重県や尾鷲商工会議所としっかりと

基本目標4. 郷土を愛し、学び伝えるまちを創る

豊かな自然や郷土文化・歴史を生
かした「尾鷲らしさ」を感じる教育を
積極的に取り入れることにより、郷
土愛を成熟し、本市の文化・歴史を後
世に伝え、未来を拓き、次代のおわせ
を担う「人財」の育成を進めてま
いります。

基本目標5. 健全で次世代に繋ぐまちを創る

本市の財政状況は、行財政改革等の
取り組みに加え、ふるさと応援寄附
金の増加などもあり、健全な財政運
営を継続していくための一定規模の
基金造成が図れたものと考えており
ますが、依然として税収は減少の傾
向を辿っており、財政運営はまだま
だ厳しい状況にあります。

しかし、この尾鷲を未来に繋いで
いくためには、市民の皆さまの安全・
安心、そして健全な生活を支える事
業の推進は欠かせないものと考えて
おり、その点を十分に踏まえながら、
さらに行財政改革を推し進め、「財政
の健全化」に努めてまいります。

このように本年は、昨年まで培っ
てきた数々の計画が、一歩一歩具体
的に進む年であります。

市民の皆さまにおかれましては、
なお一層のご支援、ご協力を賜りま
すよう、心よりお願い申し上げます。

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

謹んで新年のご挨拶

市議会議長 南靖久



新年明けましておめでとうございます。令和7年の新春を迎え、市民の皆様が健やかにこの一年を始められますことを、心よりお祝い申し上げます。

また、口頃より本市議会の活動に深いご理解とご協力を賜り、重ねて感謝申し上げます。

昨年は、尾鷲市にとって記念すべき市制施行70周年を迎えた節目の年で、数々の周年記念事業を通じて、これまでの歴史を振り返りながら、先人たちの努力と地域の力を改めて感じた一年でもありました。

6月に開催された70周年記念式典では、約400人の皆さまにご臨席を賜り、盛大に70周年の節目を祝うことができました。

なかでも、尾鷲節保存会子ども太鼓やロックジャムの寄せ太鼓は、来賓の方々も圧倒される迫力満点の演奏で、記念式典のオープニングを飾るに相応しい演奏でした。

また、8月のおわせ港まつりでは、22年ぶりに尾鷲節パレードが復活し、市内外から22の団体が参加。また、ふるさと納税の感謝企画として港まつりにご招待した方々にもご参加いただき、約1,100人にも及ぶ人たちが紀望通りを踊り歩きました。私も議会も有志を募り、市職員とともにパレードに参加させていただきました。

11月には、尾鷲市議会でも70周年を盛り上げようと、本市では初めてとなる中学生による「子ども議会」を開催いたしました。

未来を担う子どもたちが真剣に市政について考え、意見を述べる姿は、議会の可能性を広げるとともに、私たちが彼らの未来のためにどのようなまちづくりをしていくべきかを深く考える契機となりました。

そして、本年、令和7年は本市にとつてさらに重要な一年となります。6月には市長・市議会議員選挙が控えており、市民の皆さまにとつても市政に関わる大切な機会が訪れます。少子高齢化に伴い、人口減少が著しい本市ですが、議会といたしましては、市民の皆さまとともに、尾鷲市の将来を見据えた議論を深め、市政に一層の信頼をいただけるよう努めていくとともに、市民生活の充実と市の発展のために、議会としてできることを常に考え、行動してまいりたいと考えております。

現在、尾鷲市では、いくつかの重要な

な大型事業が動き出しております。

国市浜公園整備事業に伴う新野球場の建設や大型製材所の誘致、中央公民館や体育文化会館の耐震・長寿命化事業、広域ゴミ処理施設建設事業、津波避難タワーの建設など、これから先、尾鷲市が住みよい町であり続けるためには、いずれも重要な事業であり、我々議会としても、引き続き、課題の把握に努めるとともに、事業の進捗状況を注視し、協議・検討していかねばなりません。

また、尾鷲市では「ネイチャーポジティブなまちづくり」として、森里、海をつなぐ新しい地域づくりに取り組んでいます。

この理念は、自然資源を単に保全するだけでなく、再生・増幅させることで、経済的価値を生み出し、地域の持続可能性を高めるといったものです。

令和4年に行った「尾鷲市ゼロカーボンシティ宣言」から始まり、昨年の「オーガニックビレッジ宣言」、本年の「ネイチャーポジティブ宣言」など、尾鷲ヒノキや魚、有機野菜など、従来の尾鷲の強みを活かしつつ、さらに新しい価値を創造していくことという取り組みが進められています。

なかでも、昨年11月には、民間企業との間で、市有林90ヘクタールのCO2吸収量500tを「Jークレジット」として10年間、購入していた契約が締結されました。

こうした取り組みは、持続可能な環境政策のモデルとして全国に発

信できるものであり、尾鷲市がこれからも自然と共生しながら、22世紀へつなぐ持続可能なまちづくりを推進していく第一歩でもあります。

私たちが議会としましては、こうした取り組みに積極的に関わりながら、市民の皆さまの声を大切にして、共に安全・安心なまちづくりに努力する所存です。

議会も、市長と同じく、市民から直接選挙で選ばれる二元代表制の一翼を担っております。

我々議員の任期も、残すところあと半年となりましたが、改めて今回の任期に託された市民の皆さまの思いを、議員一人ひとりが認識し、様々な諸課題に対し、精一杯の議論を尽くすことで、これからの尾鷲市にとって最適な判断へと繋がるよう、議員一同、怯むことなく、奮ることなく、課せられた使命に邁進してまいりますので、市民の皆さまにはより一層のご理解、ご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

結びに、令和7年が尾鷲市の未来にとつて実り多き一年となることを心より願うとともに、市民の皆さまが健康で幸せな一年を過ごされますよう祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



新春号イベントレポート



向井小学校・賀田小学校 餅つき

令和6年12月6日(金)に向井小学校で、12月13日(金)に賀田小学校でそれぞれ餅つきが行われました。児童たちは、先生や地域の人に教えてもらいながら、力強く杵を振るって、みんなで餅をついていきました。つきたての餅をその場で食べた児童たちは笑顔で「美味しい!」と話していました。



しめ縄づくり

令和6年12月14日(土)、向井地区にある多世代交流施設「むむむ。」で地域の子どもたちが地元の人に教えられながら、しめ縄作りに挑戦しました。最初は難しそうに見えたしめ縄作りですが、手を動かすうちにだんだんと上達し、最後には立派な作品を完成させました。

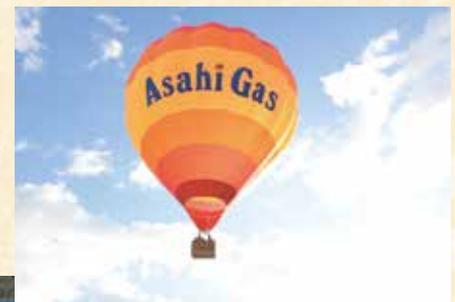


70周年記念事業 「航空スポーツ教室」

新春号イベントレポート いかがでしたか？

新春イベントレポートにふさわしいイベントを紹介しましたが、皆さんに楽しんでもらえたら嬉しいです。令和7年も地域の魅力や役立つ情報をたくさん届けますので、ぜひお楽しみに！

市制施行70周年記念事業として、市内の小学生を対象に航空スポーツ教室を開催しました。熱気球体験、パラグライダー体験、模型飛行機作りなど、普段できない貴重な体験をする機会となりました。子どもたちからは「また熱気球に乗りたい」や「模型飛行機を長く飛ばせるようになりたい」など、喜びの声が多く寄せられました。



1月子育てカレンダー



(※12月20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(天文学館)、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 [元日]	2	3	4	5
					夜間観望会	
6	7	8	9	10	11	12
育児サークル はっぴい				夜間観望会	おはなしのひろば 夜間観望会	
13 [成人の日]	14	15	16	17	18	19
				夜間観望会	おはなしのひろば 夜間観望会	
20	21	22	23	24	25	26
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	リンリンアクア おはなしのひろば 夜間観望会	
27	28	29	30	31		
育児サークル はっぴい				夜間観望会		

★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) ☎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。



トップページ



体験ガイドのページ
(子どもと一緒にできる
イベント情報など)

1月20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」

『楽しいおもちゃ作り』

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、『楽しいおもちゃ作り』を開催します。ぜひ、お子さんと一緒に遊びに来てください。

【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 ☎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

きたむら あお
北村 碧ちゃん

(朝日町、父・周^{しゅう}さん
母・秀美^{ひでみ}さん)



1歳おめでとう♡
お姉ちゃんたちと仲良く元気に
育ってね。

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は掲載のごときを訂じます。)

申し込み・お問い合わせ

政策調整課

☎0801332

Eメール koho@city.owase.lg.jp

1月25日(土) 午前9時～午後3時

リンリンアクア



海と山のコラボレーション! アクアだけの特別な体験をしよう!

アクアステーションに巨大ヒノキアスレチックが登場!! リンリンアクアで林業にふれて楽しもう! 昨年大人気だった尾鷲ヒノキへの書き初めやヒノキのコースターづくり体験も♪

他にもアクアカフェやヨガなど楽しいイベントが盛りだくさん! 詳しくはInstagramにて☆



Instagram
はこちらから

お問い合わせ アクアステーション ☎08080

2月15日(土) 午後6時～8時15分(受付午後5時45分～) ^{パーティー}おわせマルシェで交流Party

【会場】 おわせマルシェ (向井字河原545-1)

【対象者】 結婚を希望する30代程度の独身の人

【定員】 最大20人程度

【参加費】 1,000円

【申込締切】 2月6日(木)



詳しくはホームページを
確認してください。

申し込み・お問い合わせ

みえ出逢いサポートセンター ☎059・355・1322

南勢サテライト ☎0596・21・1522

2月7日(金)まで 尾鷲甘夏の苗木を配布します!

市制70周年を記念して、30人限定(市内在住者優先)で尾鷲甘夏の苗木を配布します。

応募多数の場合は、2月15日(土)の熊野古道センターで開催するマルシェイベントにて抽選会を行います。

【応募日時】 2月7日(金)まで

【対象者】 どなたでも

【定員】 30人

【参加費】 無料



申込フォームは
こちら

申し込み・お問い合わせ 水産農林課 ☎08224

おわせ海洋深層水フードラリー開催！

深層水を使ったメニューや商品を楽しんでいただけるお得なチケットを尾鷲観光物産協会にて販売中！尾鷲のまちで食べ歩きやお買い物をお得に楽しもう♪

チケットに付属のスタンプラリーを達成して素敵な景品をゲットしてね！

チケット販売価格：3,000円(500円券×7枚 3,500円相当)

販売場所：尾鷲観光物産協会およびオンライン



スタンプ設置場所など詳しい情報はこちらから

尾鷲観光物産協会
ホームページ



お問い合わせ 尾鷲観光物産協会 ☎②8 2 1 5

マイナ保険証がない人でも これまでどおりの医療にかかれます

今後も、現在の保険証(有効期限内のもの)や保険証の代わりなもの(資格確認証)は病院・薬局で使えます。
詳しくは下記にお問い合わせください。

お問い合わせ

社会保険の人：お勤め先の担当部局

国民健康保険、後期高齢者医療保険の人：市民サービス課 ☎②8 1 9 3



さらに詳しい情報はこちら

＼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) ☎②3 2 4 6

＼1月末まで／ 成人の風しん抗体検査、予防接種

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男性に対して風しん抗体検査・予防接種を実施しています。

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

【実施期限】 1月31日(金)

【料金】 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、令和4年5月にクーポン券を送付していますので、クーポン券を使用して抗体検査を受けてください。紛失した場合は、再発行ができ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 ☎️ 3871

＼65歳以上の皆さんへ／

高齢者インフルエンザ

新型コロナウイルスの予防接種はお済みですか？



【対象者】

- (1) 市内に住民票を有し、接種日に満65歳以上の人で、本人に接種する意思のある人。
- (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、身の回りの生活が極度に制限される人、ヒト免疫不全ウイルスにより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)

【接種期限】 1月31日(金)

【接種方法】 個別接種にて1回接種します。

【自己負担金】

高齢者インフルエンザワクチン 1,500円
高齢者コロナウイルスワクチン 2,500円
(生活保護受給者は無料)

【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。接種する日の1週間前までにお問い合わせください。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎️ 3871

感染症を予防しましょう！

インフルエンザをはじめとした、さまざまな感染症が流行しやすい季節です。感染予防対策をしっかり行い、体調管理を徹底しましょう。

【自分でできる感染予防対策】

1. こまめな手洗い
2. 十分な睡眠・栄養バランスのとれた食事
3. こまめな換気
4. 咳エチケット
5. 早めの受診



詳しくはこちら
感染症予防対策について
(政府広報オンライン)

お問い合わせ 福祉保健課 ☎️ 3871

障害者控除対象者の認定申請を受け付けています

障害者手帳などの交付を受けていない人で、介護保険の要介護認定を受けている人は、確定申告等で「障害者控除対象者認定書」を提出することにより、所得税や住民税の障害者(特別障害者)控除を受けられる場合があります。

認定書が必要な人は、福祉保健課へ申請してください。

【申請の要件】

当該年の12月31日時点で、要介護認定(要介護1～5)の有効期間がある人

※障害者手帳の交付を受けている人は、手帳を提示することで申告が可能ですので認定申請は不要です。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③8201

「おむつ使用確認書」を発行します

要介護者にとって医師が必要と認めたおむつや尿とりパッドは、医療費控除の対象となります。控除には医師が発行した「おむつ使用確認書」が必要となりますので、書式が必要な人は、福祉保健課まで申し出てください。

ただし、介護保険の要介護認定を受けていて、その認定

内容が一定の条件に該当すれば、医師が発行した証明書に代えて、福祉保健課が発行する「おむつ使用確認書」で医療費控除を受けることができます。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③8201

児童手当の申請はお済みですか？

10月分(12月支給分)から、児童手当制度が改正されました。制度改正に伴い、次に該当する人は、申請により「新たに手当を受給」または「増額」することができます。

令和6年10月分からの手当を受給するには「令和7年3月31日までに」申請を行う必要があります。それ以降は、申請した月の翌月分からの手当しか受給(増額)できませんので、忘れず早めに申請してください。

【新たに申請が必要な人】 ※公務員は、勤務先に申請
次の①～④に当てはまる人は申請が必要です。

①改正前、所得制限により「不支給」となっている人

②「高校生年代の児童のみ」を養育している人

③改正前から児童手当を受給しているが、「新たに高校生年代の子」を養育することとなった人

④改正前から児童手当を受給しているが、「高校生年代ではない18歳から22歳年度末までの子」を養育しており、養育する子が「3人以上」である人

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③8202

＼3月末まで無料で受診できます／

もう受けられましたか？肝炎ウイルス健診！

B型・C型肝炎は、ウイルスに感染しても自覚症状が現れにくく、気づかないうちに慢性肝炎さらに肝硬変や肝がんへと進行していくことがあります。この機会にぜひ受診しましょう。

【検査内容】

問診・血液検査(HBs抗原検査、HCV抗体検査)

※職場の健康診断にて実施されている場合もあります。

ご確認ください。

【対象者】

①年度中に満40歳になる人

②年度中に41歳以上で過去に市が実施した肝炎ウイルス健診を受けたことがない人

【申込方法】

対象者①:市内医療機関に直接申し込んでください。

②:福祉保健課 健康づくり係まで連絡してください。

【持ち物】

受診券兼問診票

(①の対象者には6月に送付しています。なくした人は下記までお問い合わせください。)

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③3871

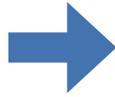
＼市の国民健康保険に加入している 40 歳～ 74 歳の皆さんへ／ 今年度の特定健診は受けましたか？



特定健診を
受け忘れて
いた...



かかりつけ病院
は予約がとれな
くて受けられな
かった...



尾鷲総合病院で特定健診を実施します！
実施期間は 1 月～ 3 月の毎週金曜日です。
電話で予約してください！



特定健診は、早期に病気の兆候を発見し治療に繋げるための大切な健診です。健やかに年齢を重ねていくために、年に 1 回は特定健診を受けましょう！

7 月～ 11 月中に特定健診を受け忘れた人・受けられなかった人は、ぜひこの機会に受診してください！

【対象者】

市の国民健康保険に加入している 40 歳～ 74 歳の人
(6 月以降に緑色の封筒で受診券が届いている人で、今年度まだ受診していない人)

※受診予定日に市の国民健康保険に加入していない人(社会保険等に加入)、75 歳以上の後期高齢者医療保険に加入している人は受けられません。

【健診内容】

問診・身体計測・診察・血圧測定・血液検査・尿検査・貧血検査・心電図等

【料金】 無料

【申込方法】

予約が必要です。受診希望日の 1 週間前までに、市民サービス課国民健康保険係まで電話で申し込んでください。
(※定員になり次第受付を終了します。)

申し込み・お問い合わせ
市民サービス課 ☎ 8 1 9 3

＼後期高齢者医療制度に加入している皆さんへ／

後期高齢者医療広域連合から 1 月下旬に医療費通知を送付します

【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。

この通知には、医療機関等からの請求書に基づいた医療費の総額や、支払った医療費の額等が記載してあります。なお、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医療費の明細書として使用することができます。

ただし、10 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控除の明細書を作成する必要があります。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。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 事業課
☎ 0 5 9 ・ 2 2 1 ・ 6 8 8 4
市民サービス課 ☎ 8 1 9 3

20 歳になったら国民年金

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 3 つの種類に分かれています。

- 【第 1 号被保険者】 学生・自営業・自由業など
- 【第 2 号被保険者】 会社員・公務員など
- 【第 3 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

～保険料を納めることが義務づけられています～

国民年金に未加入の人は、20 歳になってから概ね 2 週間以内に「国民年金加入のお知らせ」が送付されます。(既に厚生年金に加入されている人を除きます。)

保険料の納付が困難な場合は、保険料免除・納付猶予の制度もありますので、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 ☎ 8 1 9 3
尾鷲年金事務所 ☎ 2 3 4 0

がん検診(集団検診車)日程表

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 電話 3871

日にち	場所	受付時間	肺がん	胃がん	乳がん	子宮がん	大腸がん
					マンモ		
1月10日(金)	福祉保健センター	午前8時30分～11時	●	●	●		●
		午後1時30分～2時30分			●		
2月6日(木)	福祉保健センター	午前8時30分～11時	●	●			●
3月2日(日) ★	教育委員会トレーニング室	午前8時30分～11時	●	●	●	●	●
		午後1時30分～3時	●		●	●	●

★印の日程は託児があります。1週間前までに申し込んでください。

【自己負担金】 ※生活保護世帯は無料

胃がん検診	1,000円	肺がん検診	500円
大腸がん検診	300円	乳がん検診	1,000円
子宮頸部がん検診	1,000円	子宮頸部+体部がん検診(個別検診のみ)	2,000円

【新規でがん検診(胃・肺・乳・子宮・大腸)を予約したい人】

昨年度受診した人には、事前予約票を送付しています。
新しく予約を希望する人は、次の①②どちらかの方法で申し込んでください。

- ①申込先に直接または電話で申し込む。
- ②QRコード(申込フォーム)から申し込む。



申込フォーム
はこちらから

【乳がん検診・子宮がん検診は医療機関(個別検診)でも受けられます】

・乳がん検診

西井外科胃腸科 ☎38773 尾鷲総合病院(健診センター) ☎3111

・子宮がん検診

尾鷲総合病院(産婦人科外来) ☎3111

※尾鷲総合病院への予約の電話は、平日午後2時～4時30分の間をお願いします。

※乳がん検診はマンモ・エコーのどちらかを選択できます。

40歳以上の人はマンモ、39歳以下の人はエコーをお勧めします。

！！大腸がん検診の提出方法が変わりました！！

肺がん検診の日程にあわせて大腸がん検診を実施することになりました

本市では、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したが、今年度は、肺がん検診の巡回日にあわせて実施しています。

今後提出できる日時・場所は日程表のとおりとなります。

＼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。

QRコード



ホームページ
はこちら



令和7年度奨学金貸与希望者を募集します！



令和7年度に新たに大学・短期大学・専修学校(修業年限1年以上の専門課程)・高等専門学校・高等学校に入学する人、またはすでに在学中の人を対象に、奨学金の貸与希望者を募集します。(※償還免除制度もあります。)

【募集期間】 1月15日(水)～3月10日(月)

【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し、大学・短期大学・専修学校(修業年限1年以上の専門課程)・高等専門学校・高等学校に入学予定の人および在学中の人
- ・品行方正で勉学に対する熱意のある人

【区分と貸与額】

- ・大学生・短大生・専修学校生
年額 30万円 または 年額 36万円
- ・高等専門学校生
年額 18万円 または 年額 24万円
- ・高等学校生
年額 12万円 または 年額 18万円

※貸与額はどちらかを選択してください。

※年1回貸与(12カ月分×1回)または、
年2回貸与(6カ月分×2回)のどちらかを選択

【償還方法】

- ・奨学金には利息は付きません。
- ・卒業の翌月から1年後に、貸与を受けた期間の2倍の期間内で、規則で定める償還方法での償還となります。

【収入基準】

【例】4人世帯 ①本人、②親(会社員)、③親(無収入)④中学生の世帯構成の場合、収入上限額の目安は約800万円となります。

※あくまでおおよその目安です。実際は、世帯の人数・年齢・家庭状況、在学中の学校の種別等により増減します。

【申し込み】

教育委員会 教育総務課 総務係(市役所別館 2階)
午前8時30分～午後5時 ※土・日・祝日を除く

【※奨学金の償還免除制度もあります】

卒業後1年以内に本市に居住し、市内の民間事業所等に5年間継続して従事した場合、奨学金の償還が免除される制度です。ただし、公務員や公務員に準じる団体の職員はこれに該当しません。

奨学金についての詳しい内容は、市ホームページにて確認するか下記までお問い合わせください。

お問い合わせ 教育総務課 ☎③8291

きょういく あれこれ

大切にしよう！生活習慣・家庭学習！

3年前の令和3年度全国学力・学習状況調査の結果から、本市の子どもたちの「平日に1日当たりゲーム等をしている時間」、「平日に1日あたり家庭学習に取り組んでいる時間」、「土日等の休日に1日当たり家庭学習に取り組んでいる時間」などに課題があることがわかりました。そこで、各学校では、継続して子どもたちの現状を把握し、家庭学習の定着と充実のため、家庭学習強化期間を設け、各家庭と一緒に取り組みを進めています。

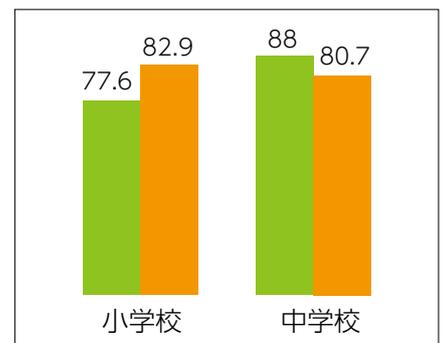
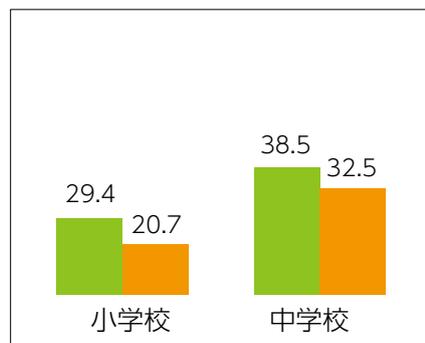
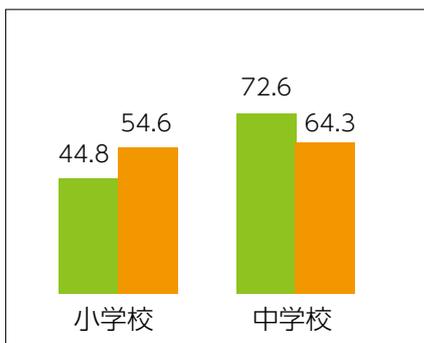
下のグラフは、本年度の全国学力・学習状況調査児童生徒質問紙の一部です。

令和6年度 児童生徒質問紙より(■尾鷲市 ■全国)

平日の学習時間【1時間以上】

平日のSNS、動画の視聴時間【3時間以上】

毎日、同じくらいの時刻に起きている



教科の調査結果をはじめ、基本的な生活習慣、ゲームや動画等の時間、家庭生活の時間の使い方に関わる項目や、「将来の夢や目標を持っている」等の豊かな人間性に関わる項目について、子どもたちの現状を把握し、家庭、地域と連携して改善に向けて取り組んでいきます。ご理解ご協力を、よろしく申し上げます。

お問い合わせ 教育総務課 ☎③8291



詳しくは
こちらから



防災ひとくちメモ

「みえ防災ナビ」を活用しよう！

県は、南海トラフ地震などの災害発生に備え、避難を支援するための各種防災情報を提供する公式防災アプリ「みえ防災ナビ」を運用しています。

みえ防災ナビをダウンロードすることで、いざという時に避難に必要な情報を受け取ることができます。また、①どこにいても周辺の避難場所や道順を確認できる、②台風などに備え事前に避難計画を登録できる、③さまざまな防災情報をまとめて確認できる、といった大きな特徴があります。

防災時に、自分や家族の命を守るためにも、積極的にみえ防災ナビを活用しましょう！

詳しくはこちらを確認してください



お問い合わせ 三重県防災対策部 地域防災推進課
☎059・224・2185



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)



みんなの／ゼロカーボンシティ尾鷲

尾鷲ネイチャーポジティブアクション会議

令和6年11月30日(土)と12月1日(日)の2日間、市内において「尾鷲ネイチャーポジティブアクション会議」を開催しました。

初日に行われた市有林「みんなの森」での生物多様性ワークショップでは、協賛企業の参加者たちが、環境活動家の坂田昌子さんの案内で、生物多様性の森づくりの現場を歩き、これまで行われた森林整備の成果を視察しました。

また、実際に水の流れをゆっくり、複雑にする、小枝を絡み合わせてつくった空間に落ち葉をぎゅっしりと押し込んだ「しごら作り」を体験。初めての経験に戸惑いながらも、森づくりの大切さや大変さを肌で体感しました。

2日目は、市民文化会館にて生物多様性の今とこれからについて考えるアクション会議を行いました。

国際自然保護連合アジア地域事務所長ディンド・カンピラン氏からのビデオメッセージ放映や、環境省国立公園利用推進室長の佐々木真二郎氏、SATOYAMAイニシアチブ国際パートナーシップ事務局次長、三宅里奈氏、日本自然保護協会の高川晋一氏の基調講演が行われ、本市の先進的な取り組みへの評価や、世界や日本における生物多様性の現状についての報告がされました。

メインのアクション会議では、協賛企業9社の代表が登場。本市をフィールドにした各企業の取り組みについて発表されました。

トークセッションでは、より具体的なアクションや企業間の協働についての意見交換など、今後の本市と企業との連携事業について語り合いました。

そして、この協賛企業9社の立ち合いのもと、市長による「尾鷲市ネイチャーポジティブ宣言」を表明し、今日からがスタートとの副市長の閉会の言葉で、無事に閉幕しました。

今回参加した協賛企業は、2日間の体験を通じて、改めてより深く尾鷲の課題とフィールドは世界にもつながっていることを理解し、課題解決に向かって進むパートナーとして関係を深めていくことを確認しました。

お問い合わせ

水産農林課

☎238262



協賛企業と共に行った尾鷲市ネイチャーポジティブ宣言



みんなの森で坂田さんから森の生物多様性の話を聞く企業参加者

今後、取り組みの様子をSNSで発信します。ぜひフォローしてください！



市では、1月を「減塩が肝腎」をテーマにして、減塩の必要性和工夫について啓発をしています。

寒い時期になると、温かい汁物や鍋、麺類など塩分の多い食事を摂る機会が増えます。また、夏と違い汗をかく量も減り、体内に塩分をためこみやすくなります。

1日の食塩摂取の目標量はどのくらい？

健康のための食塩摂取の目標量は、男性が7.5g未満、女性が6.5g未満とされています。令和4年の国民健康・栄養調査では、男性の平均が10.5g、女性の平均が9.0gとどちらも2～3g程多く塩分を摂取しているというデータが発表されています。

上手に減塩しよう！

「作るとき」と「食べる時」にできる減塩の方法を知って、実践してみましょう。

①旬の食材を選ぶ

旬の食材は調味料をたくさん使わなくても、食材そのもののおいしさを楽しむことができます。

②酸味や香辛料などを使用する

お酢やしょうがなどの酸味や辛味を加えるとアクセントになり、塩分が少なくてもおいしく食べることができます。

③調味料は「かける」と「つける」を使い分ける

しょうゆやソースを使う時は、料理に直接かけるのでは

なく、小皿に入れてつけるようにしましょう。逆に、天ぷらなどを食べる時の塩は、つけるのではなく、少量を上からパラパラとかけるようにすると減塩になります。

④汁物は具たくさんにする

汁物は、いろんな食材を入れて具たくさんにすることで、汁が少なくても満足感は増します。

⑤麺類の汁は控えめにする

麺類は塩分が多くなりがちです。汁は飲み干さず、ひとくちふたくち程度にとどめるようにしましょう。

野菜や果物を食べましょう！

野菜や果物に含まれるカリウムには、余分な塩分を体の外に排出する働きがあります。汁物を野菜たっぷりにつくれば、減塩効果もあるのでおすすめです。

調理の仕方や食べ方を工夫することで、食塩摂取の目標量に近づけることができます。今年の冬は減塩を意識して健康的に過ごしましょう！

お問い合わせ 福祉保健課 ☎3871

海中さんぽ

ウツボ

ウツボはウナギ目ウツボ科の魚で、房総半島以南の沿岸の岩礁域がんしょういきに分布しています。当地では主に、筒を使った漁法で漁獲されています。繁殖期は夏で、孵化ふかした稚魚ちぎよはウナギと同様、レプトケファルスといわれる透明な柳の葉の形をしています。夜行性でエビ、カニの仲間、魚類をエサとし、特にタコを好んで食します。イセエビはタコが天敵なので、タコの天敵であるウツボと同居して、身の安全を守っていることが、よく観察されています。ウツボは歯が鋭く、獲物に噛みつくると回転するので、噛みつかれた獲物は引きちぎられてしまいます。ウツボに足を噛み千切られた、足が8本に満たないタコを見かけるのは、珍しいことではありません。

一方、近年の黒潮大蛇行くろしおだいなこうに伴う高水温化によってウツボが増え、イセエビ漁に被害を及ぼすウツボを積極的に漁獲するようになったという報道も見受けられます。ウツボは刺し網にかかった魚を食べる上、ウツボが網を破るなどの被害が起きているようです。ウツボは嗅覚が発達しているため、網にかかった魚の匂いを頼りに網にたどり着けるのでしょう。自分自身の経験としては、磯で釣れた魚をスカリという網に入れ、磯の近くに浮かべていた際、ウツボに網を破られ、魚を食べられたことがあります。

厄介者扱いされがちなウツボですが、太平洋沿岸各地に食文化があり、当地では一般的に干物として食されます。ウツボはコラーゲン等の栄養が豊富で、きれいな白身をしています。ただし、めめりが多いほか、複雑な小骨が多く、骨を取り除くようには熟練の技術が必要です。そのため、食文化があるところには、そのような加工技術が支えとなっているようです。



◇熊野古道世界遺産登録20周年記念企画展

特別展示室企画展「高野参詣道を歩く」

高野参詣道のうち「黒河道」「京大坂道不動坂」「町石道」
「三谷坂」の4本の道を写真と映像で紹介します。

開催日：1月13日(月)祝まで ※休館日：1月1日(水)祝

時間：午前10時～午後5時

入場料：無料

◇ロビー展「熊野古道伊勢路 写真コンテスト

入賞・入選作品展」

令和6年8月13日～9月13日までの期間で募集をした世界遺産登録20周年記念「熊野古道伊勢路 写真コンテスト」の入賞作品と入選作品を紹介するロビー展を開催します。

会期：2月2日(日)まで ※休館日：1月1日(水)祝

時間：午前9時～午後5時 入場料：無料

◇特別展示室企画展「水彩画教室参加者作品展」

今年度の「熊野古道センター水彩画教室」の成果発表として、熊野古道と東紀州を描いた作品展を開催します。

会期：1月25日(土)～3月23日(日) ※休館日：会期中無休

時間：午前10時～午後5時

入場料：無料

◇ひのきが奏でるハーモニー

～京フィルとの夢のステージ～

京都フィルハーモニー室内合奏団による、楽しい演奏会を開催します。子どもたちが手作りした楽器でコンサートに参加します。

開催日：2月9日(日) 時間：午後2時30分～4時

参加料：小学生以下500円、中学生以上1,000円

定員：150人(要入場券・先着順)

対象：どなたでも

出演：京都フィルハーモニー室内合奏団

主催：熊野古道センター

共催：京都フィルハーモニー室内合奏団

受付：1月2日(木)～2月8日(土) 午後5時まで

※定員になり次第終了

◇尾鷲ひのきの楽器作り

ひのきの打楽器を作って、京フィルと共演しよう！

開催日：2月9日(日) 時間：午前9時30分～正午

参加料：500円 定員：20人(要申込・申込多数の場合抽選)

対象：小学生 ※小学3年生以下は保護者同伴

講師：竹内健悟氏(家具工房kigumi)

受付：1月26日(日) 午後5時まで

※楽器は持ち帰れません。

◇新熊野学講座「熊野観心十界曼荼羅の役割と意義について」

仏教美術の専門家である瀧川和也氏が、熊野観心十界曼荼羅や熊野比丘尼について解説し、当時の熊野信仰のようすに思いを馳せます。

開催日：1月25日(土)

時間：午後1時30分～3時30分

参加料：無料

定員：80人(要申込・先着順)

対象：どなたでも

講師：瀧川和也氏(三重県総合博物館学芸員)

受付：1月24日(金) 午後5時まで

◇熊野古道自然学校「冬の野鳥観察会」

紀北町銚子川河口で、ツグミ、ジョウビタキ、ヒドリガモなどの冬鳥を中心に、その周辺に生息する野鳥たちの姿を観察します。

開催日：2月16日(日) ※雨天の場合中止

時間：午前9時～正午 参加料：500円(保険料・資料代)

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3年生以下は保護者同伴)

場所：銚子川河口(紀北町)

講師：さわもとひろし
沢本浩志氏(日本野鳥の会三重 東紀州地区長)
さわもとあつこ
沢本厚子氏

受付：1月2日(木)～2月2日(日)午後5時まで

◇熊野川川舟下り～川の参詣道を行く～

熊野本宮大社と熊野速玉大社を結ぶ川の熊野古道を舟で下り、平安時代の巡礼の旅を追体験します。

開催日：3月15日(土) ※雨天の場合、中止

時間：午前9時30分～午後1時

参加料：100円(資料代) 別途乗船料4,400円が必要です。

定員：14人(要申込・応募多数の場合抽選)

※最少催行人員13人

対象：一般

場所：熊野川(集合場所：川舟センター 和歌山県新宮市 熊野川町田長54-8)

案内人：新宮市観光ガイドの会会員

受付：1月10日(金)～2月10日(月) 午後5時まで

☆1月の日曜わくわくものづくり体験教室

5日(カタカタ動物作り他) / 12日(貝細工) / 19日(ひのきのおもちゃ) / 26日(キャンドルホルダー他) ※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！



紀北広域連合会計年度任用職員を募集します

【職種および採用予定人数】

- ・事務補助員 1人
- ・認定調査員 2人
- ・生活支援員 8人
- ・給食調理員 2人

【業務内容】

- ・事務補助員：一般事務に関する業務
- ・認定調査員：要介護認定に係る訪問調査業務、要介護認定審査会に係る調査票の作成業務（※未経験者も可。研修制度あり。）
- ・生活支援員：障害者支援多機能型事業所の利用者の支援、指導および障がいの分野に関する業務
- ・給食調理員：障害者支援多機能型事業所での利用者への給食提供業務

【勤務場所】

- ・事務補助員および認定調査員：紀北広域連合
- ・生活支援員：紀北作業所、ゆめ向井工房、分場瑠璃ヶ浜
- ・給食調理員：紀北作業所、ゆめ向井工房

【応募資格】

- ・事務補助員：パソコン操作（エクセル・ワード等）ができる人
- ・認定調査員：パソコンで文字入力ができる人
- ・全職種共通：普通自動車免許を持っている人および地方公務員法第16条に規定する欠格条項に該当しない人

【任用期間】 4月1日(火)～令和8年3月31日(火)

【報酬・休暇等】

- ・勤務の都合により時間外勤務あり
- ・休暇：土・日曜日、祝日、年末年始（12月29日から1月3日）および有給休暇、夏季休暇などの規則により定められている特別休暇
- ・報酬：事務補助員 月額156,871円
認定調査員 月額168,000円
生活支援員 月額169,548円
給食調理員 時給 1,076円
- ・手当：通勤手当、時間外手当、期末勤勉手当等

【提出書類および提出先】

①履歴書（市販のものに自筆、写真貼付）、②運転免許証の写しを、紀北広域連合 総務課まで提出してください（郵送可）。

【受付期間】 1月6日(月)～1月20日(月)の午前8時30分から午後5時（※土・日・祝日を除く。）

【試験日時および場所】

1月26日(日) 紀北広域連合（紀北町船津881-3）

【試験内容】 ※全職種共通
面接試験（個別）、作文

お問い合わせ 紀北広域連合 ☎³⁵0888

尾鷲市消防出初式を開催します！



1月11日(土)に、尾鷲市消防出初式を開催します。

午前10時から中央公民館で式典を行ったあと、午前11時15分頃より、市役所前駐車場にて消防団による一斉放水を実施します。また、一斉放水終了後は消防団車両による市内パレードも実施しますので、ぜひお気軽にお越しください！

お問い合わせ 防災危機管理課 ☎²³8118



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）

熊野古道世界遺産編 No.1 ^{はしもとあやこ}橋本綾子 四国お遍路編 No.6 Part1:阿波の国 ^{やまもと しげる}山本 茂

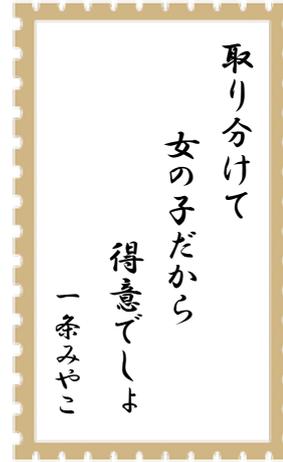
箱根駅伝編 OP.6 ^{いまむらすみこ}今村澄子 中山道横断編 OP.8 ^{のなかかよこ}野中嘉代子 お問い合わせ 福祉保健課 ☎²³3871

投稿者は「お料理の取り分けは女性の方が得意」という思い込みにもやもやしています。このような、「無意識の思い込み(アンコンシヤス・バイアス)」は誰もが持っているもので、経験や見聞きしてきたことから生み出されるため、完全に払拭するのは難しいかもしれません。

「無意識の思い込み」への気づきが、男女がお互いを尊重し合い、職場、学校、家庭、地域などの社会のあらゆる分野で、性別にかかわらず個性と能力を十分に発揮し、喜びや責任を分かち合うことができる社会である男女共同参画社会への第一歩となります。

【作者のコメント】
会社の忘年会にて。私以外の社員が全員男性だったため、大皿のお料理の取り分けは全て私がやらされました。ちなみにお料理の取り分けは苦手です。(笑)(30代、女性)

(出典:「ちいともやもや」ジェンダー川柳コンテスト)



【審査員賞】

男女共同参画をもっと身近に感じてもらうため、昨年に広島で開催された「ちいともやもやジェンダー川柳コンテスト」の受賞作品を、毎月一句ずつ紹介しています。

🌍 ごみ減量へ、はじめの一歩

ごみの減量化にご協力をお願いします

生ごみは水切りをするだけで約10%も減量できることをご存じですか？生ごみの水分は腐敗や悪臭の原因となるので、水切りをすると臭いが減り、ごみステーションでのカラス対策になります。あなたも水切りダイエットを始めてみませんか！

今回は、生ごみ処理機を紹介します。

生ごみ処理機ってエコなのは分かるけど、家には花壇がないから肥料もいらないし、大きいから置く場所がないなど、ためらっている人はいませんか？

現在、従来型の「バイオ式タイプ」に加え、温風で乾燥させる「乾燥式タイプ」で、室内における小さなサイズの生ごみ処理機が人気です。

「乾燥式」は「バイオ式」では入れることができなかった、卵の殻や魚の骨、手羽先の骨も入れられ、空気循環によりムラなくしっかり乾燥してくれます。パリパリになったごみは、燃えるごみに出してもらっても構いません。また、家庭菜園をやっている人は砕いて、土に混ぜれば肥料になります。

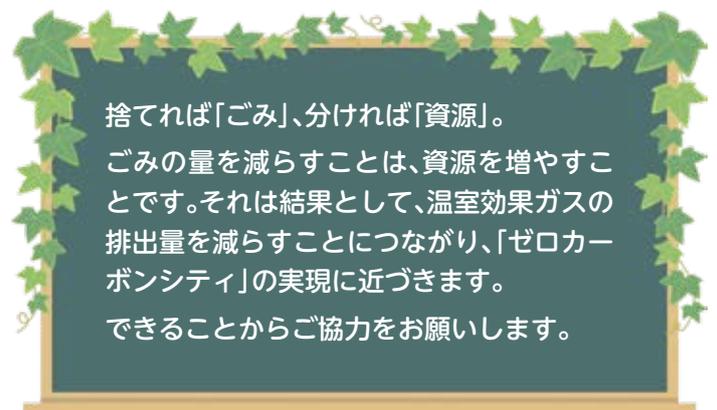
家族構成や用途によって、最適な生ごみ処理機を購入されてはいかがでしょうか。

※市では「電動生ごみ処理機」や「生ごみ処理容器」に加え、剪定後の枝を粉碎する「ガーデンシュレッダー」の購入に対して補助を行っています。ぜひ、この制度も活用しながら、ご家庭でのごみ減量にご協力をお願いします。なお、本補助は、インターネットで購入した商品についても対象となるので、必ず購入前にお問い合わせください。

★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 ☎ 8 2 5 1

＼意識しよう！SDGs／



お知らせ

相談

無料法律相談(要予約)

22日(水) 午後1時30分～6時
坂本貴生 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)

21日(火) 午前10時～正午
中瀬幸志 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)

21日(火) 午後1時30分～3時30分
北村琢磨 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1月6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

新たな民生委員の就任について

令和6年12月1日(日)から、次の地区に新たに
民生委員が就任しました。
民生委員・児童委員への相談は、民生委員児
童委員協議会事務局(福祉保健課)まで問い
合わせください(個人情報保護のため担当地区
と民生委員氏名のみ公表しています)。

【宮ノ上座ノ下町】原みさこさん
【林・瀬木山町】小林素子さん
【梶賀町】榎本洋子さん

お問い合わせ 福祉保健課 ☎③82001

コロナとカラダの相談会&健康チェック

【日時】 1月14日(火) 午前10時～11時15分
【会場】 福祉保健センター 4階
【内容】
血圧測定・体組成測定(インボディ)・ペジ
チエック・血管年齢測定・握力測定・腰痛や疲
れがとれないなどの相談 等

【定員】 40人(要予約)

働き世代のための

相談&健康チェックも開催

【時間】 午前11時30分～午後1時
【定員】 40人(左下の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 ☎③3871



第3回尾鷲市二十歳のついで開催

【日程】 1月12日(日)
【受付】 午前9時30分～10時20分
【式典】 午前10時30分～
【会場】 市民文化会館
【対象】

平成16年4月2日～平成17年4月1日生
まれの人
なお、市内に住所を有する人には式典の案
内を9月下旬に発送しています。住所を有し
ない人はお問い合わせください。
お問い合わせ 生涯学習課 ☎③8293

国民年金基金のお知らせ

国民年金基金とは、自営業やフリーランスの人
が、国民年金に上乘せする公的な個人年金です。
掛け金は、加入時の年齢で一定であり、全額
「社会保険料控除」の対象になります。また、受
け取る年金は終身が基本で一生変動しません。
加入できる人は、国民年金の第1号被保険
者(免除の人を除きます)と国民年金の任意加
入者です。詳しくは、全国国民年金基金三重支
部までお問い合わせください。

お問い合わせ 全国国民年金三重支部

☎0120・65・4192

し尿くみ取り日程

須賀利 1月8日(水)～10日(金)
早田 1月14日(火)午前中のみ
1月15日(水)
九鬼 1月16日(木)～20日(月)
三木浦 1月21日(火)午前中のみ
1月22日(水)午前中のみ
三木里 1月23日(木)～27日(月)
1月28日(火)～31日(金)
梶賀 2月3日(月)
古江 2月4日(火)～7日(金)
曾根 2月10日(月)
賀田 2月12日(水)～17日(月)
※日程に土・日・祝日が含まれている場合
は、土・日・祝日を除きます。
お問い合わせ クリンクルセンター ☎②06005

有料広告欄

昨年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)

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
・地元で家族もいなくなり、お墓
じまい・散骨をしたい など
ペットの火葬・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

市民優待券

切り取ってください

有効期限 令和7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 ☎08293

尾鷲市教育委員会

切り取ってください

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60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、長寿の祝い年の人達へも寄付を呼びかけています。

過去59年間で、6,642人の人達から、2,626万6,059円の寄付をいただき、13,265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します。

【受付期間】 1月5日(日)～3月12日(水)

※なお、初午(2月6日(木))のころには尾鷲神社金剛寺、妙長寺、常盤寺、祐専寺、光圓寺、永昌寺、念仏寺の各寺社に「寿文庫協力箱」を設置させていただきます。ぜひご協力ください。

受け付け・お問い合わせ

図書館 ☎08292

令和7年度国有林モニター募集！

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、意見や要望を聞いて、国有林野行政に反映させるため、国有林モニターを募集します。

【任期】 4月1日(火)～令和8年3月31日(火)

【対象】

近畿中国森林管理局管内2府12県※に在住で、森林・林業および国有林に関心のある成人。

ただし、国会および地方議会の議員、地方公共団体の長、常勤の国家公務員、令和4年度から令和6年度まで3年間連続して国有林モニターを務めた人は除きます。

※石川県、福井県、三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県

【応募締切】 1月31日(金)

【詳細】 近畿中国森林管理局ホームページをご覧ください。

お問い合わせ

近畿中国森林管理局 総務企画部 ☎06・68881・3412(直通)



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】 1月25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 自衛官等募集

防衛省・自衛隊では、自衛官候補生を募集しています。自衛官候補生として採用されると、自衛官になるために必要となる基礎的な教育訓練を経て、任用期間が定められた「任期制自衛官」に任命されます。さまざまな訓練や職務を通じた技術の習得、任期満了後の就職に向けた資格の取得など、希望に合った将来設計が描けます。

【受験資格】 18歳～33歳未満の人

【受付期限】 2月4日(火)

【試験日】

・WEB試験

2月9日(日)～10日(月)のいずれか1日

・口述、身体検査

2月16日(日)

【試験会場】 陸上自衛隊久居駐屯地(予定)

【採用時期】 4月

※受験の申し込みや試験内容などは、気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ

自衛隊熊野地域事務所(担当：広報官 浅利) ☎0597・85・2214



海の幸・山の幸!!尾鷲の名産がお買い得!!

尾鷲イタダキ市

1月はお休みです

お問い合わせ 尾鷲商工会議所 ☎22611
商工観光課 ☎8215

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ています。		
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 ☎8132
掲載料	1 枠につき月額 市内業者 10,000円 市外業者 15,000円	

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】。

令和6年11月末、カード交付枚数は12,645枚、交付率は79.64%です。お問い合わせ 市民サービス課 ☎8161





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!!」

天文科学館 ☎0525

【夜間観望会】入館：午後7時～9時
4日(出)

三日月・木星・土星・天王星・オリオン大星雲

10日(金)・11日(出)

満月前の月・木星・すばる・おおいぬ座シリウス

17日(金)・18日(出)

金星・火星・木星・天王星・オリオン大星雲

24日(金)・25日(出)

金星・火星・木星・天王星・オリオン大星雲・うさぎ座球状星団

31日(金)

金星・火星・木星・天王星・すばる・おおいぬ座シリウス

※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」を利用して、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。

図書館 ☎08282

蔵書点検のため休館します

1月27日(月)～2月3日(月)

図書館では、蔵書点検を実施します。

期間中は休館となり、図書館の利用ができません。ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

休館中の返却本は、1階玄関前の返却ポストを利用してください。

おはなしだっこ (自由参加)

1月はお休みです。

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 1月11・18・25日

午前11時～

今月の休館日

6.14.20.27.31日

※年末年始の休館日

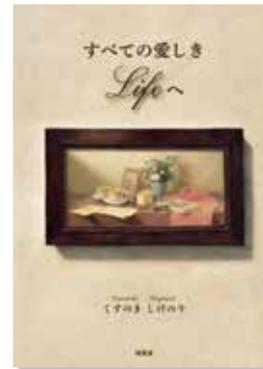
令和7年1月4日(土)まで

おすすめ図書

《一般図書》

すべての愛しきLifeへ

くすのきしげのり／著
瑞雲舎



町はずれにある小さな店「Life(ライフ)」。大工の父親がパン職人の息子のために丹精込めて建てた店。しかしそこはパン屋として開業することはありませんでした。ただ、いつしか人々が訪れ、メッセージと共に何かを置いて別の何かを持って行く、そんな場所になりました。絵本から生まれた、人と人との繋がりが作り出す心温まるお話をお楽しみください。

その他

ほんが技術 取材・構成・表現 石井光太／著 文藝春秋

《児童図書》

へびのニョロリンさん 富安陽子／ぶん 長谷川義史／え 童心社



冬眠から起きたへびのニョロリンさん。体が大きくなったので、山のふもとにあるトメばあさん家の屋根裏にすむことにしました。ニョロリンさんとトメばあさんは、いっしょにごはんを食べ、おさんぽして、毎日のんびりくらしていました。ところがある夜、どろぼうがやってきて…。思わず「ニョロリン」をマネしたくなる楽しい絵本です。皆さん、本年もどろぼう、ニョロリンくおねがいします。

その他

あおいほしのあおいうみ

シンク・ジ・アース／編著

シンク・ジ・アース

人の動き (11月末現在)	
人口	15,545人(前月比 -33) (男7,199人 女8,346人)
世帯数	8,789世帯(前月比 -20)
転入	12人
転出	24人
出生	2人
死亡	23人
その他	0人 (住民基本台帳)

#あわフォト

未来に向けて
お仕事チャレンジ!



令和6年12月15日(日)、仮想のまち「にゃんにゃん王国」で、消防士や薬局など約20種類のお仕事体験が楽しめるイベントを開催しました。子どもたちは、お仕事で稼いだ「にゃん」を使って景品交換や貯金を体験し、楽しい1日を過ごしました!

広報おわせ 2025 (令和7年)

発行日

令和7年1月1日
尾鷲市政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.owase.lg.jp/>

No.851



「広報おわせ」は、再生紙・植物油インキを使用しています。