

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。



7-2026

九鬼町にある九鬼神社の石段から望む風景。  
鳥居の向こうには、九鬼自慢の美しい海「九鬼  
ブルー」が広がります。  
神域の静けさと海の碧さが1つにつながる、  
九鬼ならではの景色です。

# はじめまして満1歳です

三木浦町のアイドル  
いつも元気いっぱい☆笑顔いっぱい☆  
アッチュ☆  
父ちゃんと母ちゃんの所に生まれてきて  
くれてありがとう♡



かわぐちあつや  
**川口淳治**ちゃん  
(三木浦町、父・妙喜さん  
母・礼子さん)

1歳お誕生日おめでとう！  
すくすく元気に育ってね♡



すずきいよと  
**鈴木依都**ちゃん  
(泉町、父・六三四さん  
母・あかりさん)

## 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 市長公室 ☎238132  
Eメール koho@city.owase.lg.jp

### 7月7日(火) 午後5時～9時 七夕特別夜間観望会

- 【場所】 市立天文科学館
  - 【内容】 ・市内小学校1～4年生が書いた短冊飾り  
・夜間観望会
  - ※曇り・雨天時は夜間観望会を中止し、短冊飾りのみ無料で見ることができます。
  - 【参加費】 無料  
※ただし、下の入館料は必要です。(夜間観望会中止時は無料)  
大人:200円 中学生:100円 小学生以下:50円
  - 【その他】  
短冊は7月24日(金)まで展示しています。期間中は開館時間内にご覧いただけます。
- お問い合わせ 天文科学館 ☎230525



市長の

## 今これを伝えたい！

尾鷲小学校150周年の人文字には、子どもたちと地域の皆さんの思いが込められています。これまでの歴史を大切にしながら、未来へつないでいきましょう。

### 尾鷲市民憲章 みんなでつくろう、おわせの未来

- 郷土を愛し、清潔でみどり豊かなまちをつくりましょう。
- 人と人とのつながりを大切にし、思いやりのある住みよいまちをつくりましょう。
- 未来を担う子らを健やかに育て、夢と希望あふれるまちをつくりましょう。
- 伝統を生かし、文化の香り高いまちをつくりましょう。
- 産業を育て、活気あふれるまちをつくりましょう。

# 7月子育てカレンダー

(※6月22日時点)

月	火	水	木	金	土	日
※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、24ページをご覧ください。		1	2	3	4	5
				夜間観望会	伊塔ダキ市 夜間観望会	
6	7	8	9	10	11	12
育児サークル はっぴい 発達相談会 申	七夕特別夜間観望会			夜間観望会	おはなしのひろば 夜間観望会	
13	14	15	16	17	18	19
育児サークル はっぴい 発達相談会 申				夜間観望会	おはなしのひろば 夜間観望会	
20 [海の日]	21	22	23	24	25	26
				ママサポ 申 夜間観望会 七夕星まつり	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		※申は申し込みが必要です。すでに締め切られていることや、定員に達していることがあります。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(旧尾鷲第二保育園内)

申し込み・お問い合わせ ちびっこひろば(旧尾鷲第二保育園) ☎232600

★発達相談会 心理士による子育て、発達相談を行っています。 お問い合わせ 福祉保健課 ☎238202

★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。

★育児サークルはっぴい

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、次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。

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎233871

★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  
(子どもと一緒にに行ける  
イベント情報など)

### 7月24日(金) 午前10時～11時30分 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、赤ちゃん和妈妈、その家族のための場所へ足を運んでみませんか？

【場所】 福祉保健センター2階 母子保健室

【定員】 1組30分ずつ ※要申込

【担当】 保健師

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎233871

## 子どもが好きな人集まれ／子育てを応援してくれる人 大募集

市ファミリーサポートセンターでは、「子育ての手助けをしてほしい人(依頼会員)」と「子育ての手伝いをしたい人(援助会員)」が互いに助け合う子育て支援を行っています。援助会員になるための講習会を行いますので、興味のある人はお問い合わせください。

【日時】 7月18日(土) 午前8時30分～午後4時30分

【場所】 福祉保健センター

【対象者】

市内在住の20歳以上で子育て支援に理解がある人  
(子育てがひと段落している人、育児や家事の空いている時間に活動したい人など)

【内容】

ファミリーサポートセンターについて、子どもの食事について、子どもの救急講座、心と育ちについて、子どものあそび、児童虐待予防や対応 など

【受講料】 無料

【定員】 10人

【申込期限】 7月10日(金)

【援助会員になると・・・】

- ・自分の都合の良い時間で活動できます。(1時間～でもOK)
- ・報酬ももらえる有償ボランティアです。
- ・補償保険に加入するので、活動中の事故やケガにも安心。
- ・子育てや援助のコツ等を講習会で学ぶことができます。

※依頼会員も同時に募集しています。

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎238202

## 子育てを応援！こども預かり制度のご案内

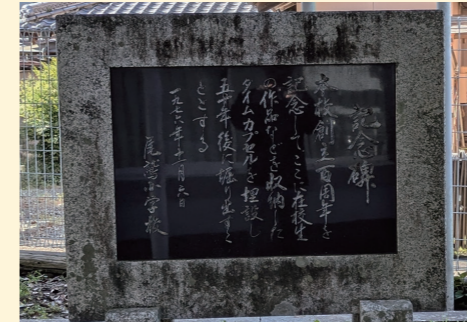
こどもを預けたいときは、下の制度をご利用ください。

※利用には事前登録・申請が必要です。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 ☎238202

制度名	こども誰でも通園制度	一時預かり保育事業	ファミリーサポートセンター事業
目的	家庭とは異なる環境での遊びや生活を通じて、お子さんの健やかな成長を支援する制度	保護者の就労や病気、出産、リフレッシュなどにより、一時的に家庭での保育が困難な場合に利用できる制度	仕事や急な用事などでお子さんの世話ができないときに、地域で子育てを支え合う制度
対象児童	市内在住で保育園などに通っていない、生後6カ月～満3歳未満のこども ※とちのり保育園は満3歳年度末まで利用可	市内在住の未就園児(満1歳～就学前) ※ミルクの授乳・離乳食が完了していること ※里帰り出産などで帰省中の人も利用可	おおむね生後4カ月から小学校6年生までのこども
利用日・利用時間	平日・土曜日 (半日:2時間/1日:5時間)	平日・土曜日 (半日:3時間30分/1日:8時間)	(原則)午前7時～午後10時の間
利用上限時間	こども一人あたり 月10時間まで	就労等:週3日以内 緊急時:月14日以内 リフレッシュ等:月7日以内	上限なし
実施場所(施設)	矢浜保育園、尾鷲乳児保育園※ とちのり保育園※ ※空き状況により利用可	ひのきっここども園	原則、援助会員の自宅 ※会員同士の合意により、依頼会員の自宅やその他の場所での預かりも可能
利用料金(利用者の負担額)	1時間あたり300円	(半日) 3歳児未満:1,300円 3歳児以上:1,000円 (1日) 3歳児未満:2,500円 3歳児以上:1,800円	午前7時～午後8時:1時間あたり400円 その他の時間:1時間あたり500円 ※送迎を依頼する場合は、別途実費相当額が必要
給食・おやつ代	1回あたり300円	1回あたり300円	原則、依頼会員が用意する



# 未来へつなぐ150周年 みんなで描いた人文字



### タイムカプセルお披露目会

【日時】 11月22日(日) 午前10時～午後3時

【会場】 市立尾鷲小学校

【内容】

- ・タイムカプセルの中身お披露目(体育館)
  - ・記念撮影
  - ・新旧校歌斉唱
  - ・石段での集合写真撮影
- ※作品を入れた卒業生の皆さんには、学年ごとに交流できる部屋を用意しています。

**尾鷲** 小学校では、創立150周年を記念し、50年前の創立100周年当時に校庭に埋設されたタイムカプセルを掘り起こす事業を進めています。

**150周年記念の人文字を撮影**

当時の卒業生有志が「尾鷲小学校タイムカプセル実行委員会」を立ち上げ、学校や在校生の協力のもと準備を進めています。5月25日(月)には、創立150周年を記念した人文字撮影を行いました。

**今後の予定**

8月初旬にタイムカプセルを掘り起こし、8月12日(水)から展示を行う予定です。また、11月22日(日)にはタイムカプセルの中身お披露目会を開催します。

お披露目会では、タイムカプセルに作品などを入れた卒業生の皆さんへの返却を予定しているほか、展示物をどなたでもご覧いただける機会を設ける予定です。当日は記念撮影も予定していますので、多くの皆さんのご来場をお待ちしています。

お問い合わせ  
尾鷲小学校 ☎230172

## 児童手当のご案内

児童手当の支給対象や支給額、申請方法などの詳しい内容は、市ホームページを確認してください。



詳しくはこちら

### 【現況届について】

児童の養育状況に変更がない場合は、原則として現況届の提出は不要です。ただし、次に該当する人は提出が必要です。

- ・児童と別居している人(住民票の住所が異なる場合)
- ・里親または施設等受給者の人

- ・多子加算の算定対象となる大学生年代の子どもがいる人  
※進学している場合は不要ですが、就職などを行っている場合は提出が必要です。
- ・配偶者からの暴力などにより、住民票の住所地と異なる市区町村で受給している人
- ・支給要件児童の戸籍がない人
- ・離婚協議中で配偶者と別居している人
- ・その他、市区町村から提出の案内があった人

※届出が必要な方には、郵送にてご案内をしています。提出がない場合には、6月分以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎️📞8 2 0 2

## 受給者、ご家族の状況に変更あれば/児童手当の申請、お忘れなく！

児童手当の受給者、配偶者、お子さんの状況に変更があった場合、申請が必要となる場合があります。

### 【申請が必要な例】

#### ①住所が変わった時

- ・受給者が市から転出した時
- ・受給者の住所が市内のまま、子どもと別居する時
- ・子どもの氏名または住所に変更があった時

#### ②受給者が転職した時

- ・転職して保険証が変わった時
- ・受給者が公務員になった時

#### ③22歳までの子どもが3人以上いる世帯で、18歳年度末～22歳年度末までの子どもの状況に変化があった時

- ・新たに学生(大学進学等)となった時

- ・専門学校・短大を卒業した時
- ・就職して経済的負担をしなくなった時

#### ④その他の場合

- ・受給者が離婚等で子どもを監護(養育)しなくなった時
- ・受給者が婚姻等により配偶者が主に子どもを養育することとなった時
- ・受給者の振込先金融機関に変更があった時
- ・出生・再婚で児童数の増減があった時

※不明な点がありましたら、お問い合わせください。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎️📞8 2 0 2

## 7月から肝炎ウイルス検診が始まります

ウイルス性肝炎は、治療せずに放置していると肝硬変や肝がんなどの重篤な病気を引き起こす危険性が高まります。病気を未然に防ぐためにも、ぜひ受診しましょう。

### 【対象者】

- ①年度中に満40歳になる人
- ②41歳以上で過去に市の肝炎ウイルス検診を受診したことがない人

### 【検診内容】

問診、血液検査(HBs抗原検査、HCV抗体検査)

### 【検診期間】 7月1日(水)～令和9年2月28日(日)

### 【受診方法】

- ①の人には個別通知を送付しています。同封の医療機関に直接申し込んでください。
- ②の人は、受診券を発行しますので連絡してください。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎️📞3 8 7 1

## 7月31日(金)まで/プレミアム付商品券の購入はお済みですか？

プレミアム付商品券の購入には、5月に全世帯へ発送した「購入引換券」が必要です。

平日のみ	尾鷲商工会議所、紀北信用金庫(本店・支店・出張所)、市役所(商工観光事業推進課)、尾鷲市社会福祉協議会(福祉保健センター)
土日祝含め毎日	尾鷲観光物産協会

### 【購入期限】 7月31日(金)

※売り切れる場合がありますので、お早めにご購入ください。

## 熱中症に注意してください

今年も厳しい暑さが予想されます。熱中症は、めまいや立ちくらみ、頭痛や吐き気などを引き起こし、重症になるとけいれんや意識がなくなる場合もあります。特に、暑さを感じにくい高齢者や体温調節機能が十分に発達していない乳幼児は、注意が必要です。

### 【熱中症予防対策】

- ・のどが渇く前に、こまめな水分補給をしましょう。
- ・外出時は帽子や日傘などを活用し、涼しい服装を心がけましょう。
- ・暑さを我慢せず、扇風機やエアコンを利用しましょう。

## ～もしもの時に、救えるように～

## パパママ安心！「こども救急講座」

日本赤十字社の講師を招き、子どもの命を守るための応急手当や安全対策について学びます。

### 【日時】 7月18日(土) 午後1時30分～3時30分

### 【場所】 福祉保健センター3階 児童コーナー

### 【内容】

こどもの事故予防と手当、こどもの心肺蘇生とAEDの取り扱い、こどもの病気と手当、気道異物の除去

### 【対象】 未就学児を養育する保護者など

### 【定員】 20人

### 【参加費】 無料

### 【尾鷲市地域振興券の受け取りができなかった人へ】

4月にゆうパックで発送した「尾鷲市地域振興券」のうち、不在による保管期限切れや宛所不明により配達できなかった分は、市役所で保管しています。

心当たりのある人は、本人確認書類を持参のうえ、商工観光事業推進課までお問い合わせください。

お問い合わせ 商工観光事業推進課 ☎️📞8 2 1 5



### 【熱中症(特別)警戒アラートを活用しましょう】

アラートが発表された日は、不要不急の外出を控える、クーリングシェルターを利用するなど、普段よりも積極的に熱中症予防行動をとりましょう。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎️📞3 8 7 1



熱中症予防情報サイト



LINE公式アカウント「環境省」



クーリングシェルター詳細

### 【その他】

動きやすい服装でお越しください。お子さんは同室で遊ぶことができるため、家族での参加も可能です。

### 【申込方法】

7月16日(木)までに、下のQRコード、またはお電話にて申し込んでください。



申し込みはこちらから

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎️📞8 2 0 2

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

## 特定健診が始まります！無料

【受診期間】 7月1日(水)～11月30日(月)

【健診項目】 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

【受診方法】 下の①または②のどちらかを選んで受診してください。

①【医療機関での受診】 表の希望の医療機関で申し込み・受診してください。

医療機関(50音順)	住所	電話番号
青木クリニック	中央町4-3	☎23000
きば内科クリニック	上野町5-39	☎23535
九鬼神経クリニック	九鬼町1080-1	☎292037
澤田医院	朝日町12-4	☎220062
さわだ内科外科クリニック	中川18-9	☎28080
長野内科小児科	大滝町10-9	☎228501
西井外科胃腸科	中央町10-24	☎23773
はしづめクリニック	三木里町294-3	☎288000



※市外の医療機関でも受診可能です。ご希望の医療機関に直接お問い合わせください。

受診券同封チラシに紀北町の医療機関の一部記載漏れがありました。下の医療機関でも受診できます。

医療機関	住所	電話番号
上里診療所	紀北町上里352-1	☎350030

②【集団健診での受診】 表の日程・会場から希望する受診日を選び、電話または右下 QR コードから申し込んでください。

日にち	場所	受付時間	申込先
8月23日(日)	中央公民館	午前8時30分～11時	市民サービス課 ☎238193 三木浦コミュニティセンター ☎282837 三木里コミュニティセンター ☎282274 賀田コミュニティセンター ☎272088 北輪内センター ☎282004 ※いずれかに電話で予約してください。
10月4日(日)	中央公民館	午前8時30分～11時	
10月15日(木)	三木浦コミュニティセンター	午前8時30分～9時	
10月15日(木)	三木里コミュニティセンター	午前10時15分～11時	
10月25日(日)	輪内中学校体育館	午前8時30分～11時	
11月28日(土)	福祉保健センター	午前8時30分～11時	

※国保加入者で、特定健診を利用せずに人間ドックを自費で受診した人に、5,000円助成します。対象となる人には、条件がありますので詳しくはお問い合わせください。

※受診の際は、6月下旬に送付された受診券を必ず持参してください！



集団健診の申し込みはこちらからも

## 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)

九州温泉巡り編 OP.10 いまむらすみこ 今村澄子

四国お遍路編 No.7 Part2:土佐の国 はしもとあやこ 橋本綾子

奥の細道編 No.17 Part2 つじきちかこ 辻木智香子

熊野古道世界遺産編 No.1 はまぐちたくほ 濱口拓保

美ら国 沖縄編 No.18 かわかみ はじめ 川上 肇

お問い合わせ 福祉保健課 ☎23871

## いのちを守る大切な検診 忘れずに受診しましょう

【個別検診】

随時受診できます。直接病院へ申し込んでください。  
(※尾鷲総合病院の予約受付:平日午後2時～4時30分)

・乳がん検診(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検査をお勧めします。)

西井外科胃腸科(☎23773)  
尾鷲総合病院(健診センター)(☎23111)

・子宮がん検診  
尾鷲総合病院(産婦人科)(☎23111)

・大腸がん検診  
受診可能な医療機関については、広報おわせ6月号・市ホームページを確認してください。

確認が難しい場合は、福祉保健課健康づくり係へお問い合わせください。

【集団検診】

昨年度受診した人には、自動的に予約票をお届けしています。新しく予約をしたい人、追加予約を希望する人は申し込み先まで直接または電話で申し込むか、下のQRコードから申し込んでください。



申し込みはこちらから

申し込み・お問い合わせ 福祉保健課 ☎23871

## HPVワクチン(子宮頸がん予防ワクチン)の接種はお済ですか？

次の対象者が無料で接種できるのは、令和9年3月31日(水)までです。合計3回(15歳未満で接種を開始した人は2回)の接種がまだ済んでいない人は、ワクチンの有効性やリスクについてご理解いただき、接種する医師へ相談してください。

【対象者】

現在高校1年生相当(平成22年度生まれ)の女子

【期間】

令和9年3月31日(水)まで

※学校等の関係で県外の医療機関で接種を希望される場合は、事前に申請が必要です。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 ☎23871

## 歯周病検診のお知らせ

生涯を通じて健康を維持し、食べる楽しみをもつことができるよう、青壮年期から歯の喪失を予防することを目的として、1人につき1回受診することができます。

【対象者】

本市に住所を有し、次の年齢に該当する人  
 ・20歳(平成18年(2006年)4月1日～平成19年(2007年)3月31日生)  
 ・30歳(平成8年(1996年)4月1日～平成9年(1997年)3月31日生)  
 ・40歳(昭和61年(1986年)4月1日～昭和62年(1987年)3月31日生)  
 ・50歳(昭和51年(1976年)4月1日～昭和52年(1977年)3月31日生)  
 ・60歳(昭和41年(1966年)4月1日～昭和42年(1967年)3月31日生)  
 ・70歳(昭和31年(1956年)4月1日～昭和32年(1957年)3月31日生)

【検診期間】

7月1日(水)～令和9年3月31日(水)

【受診方法】

対象の人には受診券を送付しますので、医療機関に予約し受診してください。  
 ※検診費用は無料ですが、同日に治療を行った場合は自己負担が発生します。

お問い合わせ 福祉保健課 ☎23871

【検診内容】

①問診、②視診察、③CPI検査(歯周組織検査)、④歯科保健指導

# 国民年金保険料には免除・猶予制度があります

国民年金保険料の納付が困難な場合は、申請により保険料の免除や納付猶予を受けられる制度があります。

## ●免除(全額免除・一部免除)申請

本人・世帯主・配偶者の前年所得が一定額以下の場合、申請により保険料の全額または一部が免除されます。なお、一部免除の場合は、減額後の保険料を納付しないと未納期間となります。

申請は過去2年までさかのぼることができます。免除期間は7月から翌年6月までの1年間です。全額免除の承認を受けた人が、翌年度以降も引き続き全額免除を希望する場合は、申請不要です。

## ●納付猶予申請

50歳未満で、本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合、申請により保険料の納付が猶予されます。

申請は過去2年までさかのぼることができ、対象期間は7月から翌年6月までの1年間です。納付猶予の承認を受けた人が、翌年度以降も引き続き納付猶予を希望する場合は、申請不要です。

## ●学生納付特例申請

学生で本人の所得が一定額以下の場合、申請により保険料の納付が猶予されます。

申請には学生証または在学証明書が必要です。申請は過去2年までさかのぼることができ、対象期間は4月から翌年3月までの1年間です。

## ●産前産後期間免除申請

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間(多胎妊娠の場合は3カ月前から6カ月間)の保険料が免除されます。

## ●免除期間の保険料の追納

免除や納付猶予の承認を受けた期間は、将来受け取る年金額が少なくなります。10年以内であれば後から保険料を納めること(追納)ができ、将来の年金額を増やすことができます。

お問い合わせ 尾鷲年金事務所 ☎2340  
市民サービス課 ☎8193

# 物価高騰に伴う生活必需品の配布と生活相談のお知らせ

尾鷲市社会福祉協議会では、物価高騰の影響を受けている市内の高齢者世帯などを対象に、食料品などの生活必需品を配布します。あわせて、暮らしに関する困りごとの相談も受け付けます。

配布は1世帯1セットです。中央公民館(各回100セット)および各コミュニティーセンター(各回20セット)にて受け付けを行います。申込書と簡単なアンケートにご協力いただいた後、物品は後日ご自宅へ配送します。

地区	日程	受付時間
須賀利	7月7日(火)	午前10時～11時
	8月3日(月)	
	9月2日(水)	
早田	7月9日(木)	午前10時～11時
	8月12日(水)	
	9月10日(木)	
九鬼	7月9日(木)	午後2時30分～3時30分
	8月12日(水)	
	9月10日(木)	
三木里	7月13日(月)	午前10時～11時
	8月5日(水)	
	9月15日(火)	
三木浦	7月13日(月)	午後2時30分～3時30分
	8月5日(水)	
	9月15日(火)	

## 【備考】

- ① 第1回配布で予定数を超える申し込みがあった場合は、第2回・第3回として予定していた日程にて順次配布します。
- ② 在庫に余裕がある場合は、すでに受け取った人も第2回・第3回に申し込むことができます。

地区	日程	受付時間
賀田	7月6日(月)	午前10時～11時
	8月6日(木)	
古江	9月8日(火)	午後2時30分～3時30分
	9月8日(火)	
梶賀	7月14日(火)	午前10時～11時
	8月4日(火)	
曾根	9月3日(木)	午後2時30分～3時30分
	9月3日(木)	
中央公民館	7月15日(水)	午後2時～4時
	8月13日(木)	
	9月16日(水)	

お問い合わせ おわせ生活サポートセンタークローバー ☎374151

# 特定不妊治療費助成制度のご案内

	助成対象となる治療	助成額	助成回数
①特定不妊治療費	医師が必要と認めた特定不妊治療(体外受精、顕微授精)、男性不妊治療等	治療にかかった自己負担額(年度上限額:特定不妊治療10万円、一般不妊治療5万円)	年度あたり1回まで(通算1子ごとに6回まで)
②一般不妊治療費	医師が必要と認めた一般不妊治療(タイミング法や人工授精など)および関連する検査		助成開始月(一般不妊治療として事前検査等を開始した月)から継続した2年間
③特定不妊治療費(先進医療)	保険適用の特定不妊治療とあわせて実施された先進医療(保険適用外)	先進医療部分の治療費の70%(上限5万円)	保険適用の特定不妊治療とあわせて実施された先進医療(保険適用外)であれば、助成回数の上限なし
④保険適用終了後の回数追加	保険適用の上限回数(※1)を超えた特定不妊治療	採卵から胚移植までの治療の場合は上限30万円 胚移植のみの治療の場合は上限17万5千円	1子あたり通算8回まで(保険適用の上限回数、⑤の助成回数、県内の他市町での助成回数を含む)
⑤着床前胚染色体異常検査(PGT-A)を含む特定不妊治療	PGT-Aを含む特定不妊治療(※2、3)		1子あたり6回まで(保険適用による胚移植の回数、④の助成回数、県内他市町での助成回数を含め、通算8回まで)
⑥不育症	医師が必要と認める不育症にかかる治療および検査(保険適用外)	上限10万円	年度あたり1回まで(通算1子ごとに5年間まで)

- ※1 1子ごとに、40歳未満…6回まで、40歳以上43歳未満…3回まで
- ※2 公益社団法人日本産科婦人科学会が認める不妊症・不育症に関するPGT-Aの承認医療機関において治療を受けたものに限る。
- ※3 令和7年4月1日以降に開始した治療が助成対象。



詳細はこちら

お問い合わせ 福祉保健課 ☎3871

# 後期高齢者医療制度に加入されている皆さんへ

8月1日以降の医療機関へのかかり方についてのお知らせです。

## ●85歳以上の人

これまでどおり、新たな資格確認書を7月中にお届けしますので、お手元に届いた資格確認書で受診できます。

## ●84歳以下で、マイナ保険証を普段から利用されていない人(マイナ保険証をお持ちでない人も含む)

これまでどおり、新たな資格確認書を7月中にお届けしますので、お手元に届いた資格確認書で受診できます。

## ●84歳以下で、マイナ保険証を普段から利用されている人※普段からマイナ保険証を利用している人

引き続きマイナ保険証をご利用ください。また、「資格情報のお知らせ」を7月中に郵送します。マイナ保険証の読み取りができない場合などに利用してください。マイナ保険証での受診が難しくなった場合は、市役所での申請手続きにより資格確認書を交付します。

次の①・②の両方に当てはまる人です。

- ①過去1年間にマイナ保険証を6回以上利用している
- ②おおむね直近3カ月以内にマイナ保険証を利用している

## ●「マイナンバーカードを保険証利用」について

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、事前の登録が必要です。

登録するには、マイナンバーカード、マイナンバーカード申請時に設定した4桁の暗証番号が必要です。市民サービス課窓口でも登録できますので、お気軽に相談してください。

お問い合わせ 三重県後期高齢者医療広域連合 ☎059-221-6884  
市民サービス課 ☎8193

# 後期高齢者医療保険料のお知らせ

後期高齢者制度では、被保険者一人ひとりに保険料を納付していただきます。7月中旬に、保険料額および納付方法の通知を市から送付します。なお、令和8年度より、子ども・子育て支援金分が新設されました。

## ●納付書を送付します

今年度の納付書を7月中旬ごろに送付します。国が進めている標準化システムの移行により、文字のサイズ等の表記が変更になりました。納付書にはお知らせ等を同封していますので、お手元に届きましたらご確認ください。なお、子ども・子育て支援金分が新設されたことにより、昨年度よりも保険料が**増額**となります。

	所得割	均等割	賦課限度額
医療保険分	(被保険者に係る基礎控除後の総所得金額等) × 9.53%	54,843 円	850,000 円
子ども・子育て支援金分	(被保険者に係る基礎控除後の総所得金額等) × 0.25%	1,370 円	21,000 円

## ●保険料の軽減措置

### 【所得が低い世帯に属する人への軽減】

所得が一定基準以下の世帯に属する人は、下表の基準により均等割額が軽減されます。なお、令和8・9年度の医療保険分については、法律に基づく7割軽減に加え、国の交付金によりさらに0.2割軽減されます。

同一世帯の後期高齢者医療被保険者および世帯主の総所得金額等の合算額	軽減割合	軽減後の額
43万円+10万円×(年金・給与所得者数-1)以下	【医療分】 7.2割 【子ども分】 7割	【医療分】 15,356円 【子ども分】 411円 【合計】 15,767円
43万円+31万×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)以下	5割	【医療分】 27,421円 【子ども分】 685円 【合計】 28,106円
43万円+57万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)以下	2割	【医療分】 43,874円 【子ども分】 1,096円 【合計】 44,970円

※軽減判定は、毎年4月1日時点の世帯状況に基づいて行います(年度途中に加入した人は加入日時点)  
 ※軽減判定の対象となる総所得金額等の算定では、基礎控除額(43万円)の控除はありません。また、65歳以上の公的年金受給者は高齢者特別控除額15万円を控除した金額で判定します。  
 ※事業専従者控除および譲渡所得の特別控除は適用されません。

### 【後期高齢者医療制度に加入する前日に被用者保険※の被扶養者であった人への軽減】

制度加入前日に会社の健康保険などの被扶養者であった人は、所得割がかからず、均等割は加入後2年間5割軽減されます。なお、所得が一定基準以下の世帯は均等割の7割軽減(令和8・9年度の医療分は7.2割軽減)が適用されます。軽減措置が適用されていない場合は、市役所へお問い合わせください。  
 ※被用者保険とは、協会けんぽや健康保険組合、共済組合などの健康保険を指し、国民健康保険は含みません。

## ●保険料の徴収

保険料は、原則として年金から天引き(特別徴収)されます。ただし、年金額が年額18万円未満の人などは、納付書や口座振替による納付(普通徴収)となります。  
 ※複数の年金を受給している場合は、優先順位の高い年金を基準に判定します。

### ◆ご不明な点は、下記へお問い合わせください

お問い合わせ  
 三重県後期高齢者医療広域連合  
 ☎059・221・6883  
 税務課 ☎8171

# 高額療養費制度が変わります！

医療費の自己負担を一定額までに抑える「高額療養費制度」が、令和8年8月から見直されます。今回の見直しは、制度の公平性を高め、将来にわたって安心して利用できる制度を維持するために行われるものです。改正内容は次のとおりです。

## 1 改正のポイント

- ① 所得に応じた負担の公平化を図るため、月ごとの自己負担限度額が見直されます。
- ② 長期間治療を受ける人の負担軽減のため、「年間上限」が新設されます。年間(8月～翌年7月)の自己負担額が上限を超えた場合は、超えた額の払い戻しを受けることができます(令和9年8月開始予定)  
 ※別途お知らせします。

適用区分		年収目安	入院+外来【月額上限】 (世帯ごと) (多数回該当)	入院+外来【年間上限】 (世帯ごと)	外来 (個人ごと) ※70歳以上のみ
70歳未満	70歳以上				
区分ア	現役並みⅢ	約1,160万円～	270,300円+1% <140,100円>	1,680,000円	—
区分イ	現役並みⅡ	約770万円～ 約1,160万円	179,100円+1% <93,000円>	1,110,000円	—
区分ウ	現役並みⅠ	約370万円～ 約770万円	85,800円+1% <44,400円>	530,000円	—
区分エ	一般Ⅰ・Ⅱ	～約370万円	61,500円 <44,400円(※1)>	530,000円(※2)	月額上限22,000円 (年間上限21.6万円)
区分オ	—	住民税非課税【70歳未満】	36,900円 <24,600円>	290,000円	—
—	住民税非課税世帯Ⅱ	住民税非課税【70歳以上】	25,700円 <24,600円>	290,000円	月額上限11,000円 (年間上限9.6万円)
—	住民税非課税世帯Ⅰ	一定所得以下【70歳以上】	15,700円	180,000円	月額上限8,000円

※1 年収約200万円未満の人は、令和9年8月以降、多数回該当の金額が引き下がる(44,400円→34,500円)  
 ※2 年収約200万円未満であることが確認できた人は、年間上限41万円を適用し、令和9年8月以降に償還払い

## 2 今後の手続き

- ① マイナ保険証を利用されている人  
 手続きは原則自動化されます。新しい限度額はシステム上で自動適用されるため、窓口での申請は不要です。
- ② 限度額適用認定証等が必要な人  
 ご加入の保険者(国民健康保険組合、共済組合、健康保険組合等)にお問い合わせください。

お問い合わせ 市民サービス課 ☎8193

# 食の自立支援事業(配食サービス)



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。



詳しくはこちら

### 【配食提供事業者】

- ・カフェ・レスト・ハウス めしや
- ・洋食喫茶 ロリエ
- ・OCK Ba-mi
- ・輪内高齢者サービスセンター

お問い合わせ 福祉保健課 ☎8201

# 尾鷲市議会の新体制がスタートしました

6月8日(月)から開催された令和8年第2回定例会で、新しい市議会の体制が決まりました。  
正副議長選挙では、議長に小川公明議員、副議長に仲明議員が当選されました。  
また、監査委員には中村文子議員が選ばれました。

議会運営委員会、行政常任委員会の正副委員長や各組合議会議員の選挙も行われ、新体制がスタートしました。(敬称略)

お問い合わせ 議会事務局 ☎③8211



議長  
おがわきみあき  
小川公明



副議長  
なかあきら  
仲明



監査委員  
なかむらあやこ  
中村文子

## 議会運営委員会(5人)

会期日程等議会の運営に関する事項、議会の会議規則、委員に関する条例等に関する事項、議長の諮問に関する事項等



委員長  
みなみやすひさ  
南靖久

委員長  
南靖久

副委員長  
にしのゆうき  
西野雄樹

委員  
西川守哉  
いりたまさよし  
入田真嘉  
なかいゆうき  
中井勇氣



委員長  
にしかわもりや  
西川守哉

委員長  
西川守哉

副委員長  
のだけんし  
野田憲司

委員  
入田真嘉  
ささきこうじ  
佐々木康次  
中井勇氣  
南靖久  
仲明  
中村文子  
西野雄樹

## 紀北広域連合議会 (尾鷲市議会選出議員6人)

小川公明 佐々木康次  
西川守哉 中井勇氣  
入田真嘉 西野雄樹

## 三重紀北消防組合議会 (尾鷲市議会選出議員4人)

小川公明 野田憲司  
西川守哉 南靖久

## 東紀州環境施設組合議会 (尾鷲市議会選出議員2人)

小川公明 西川守哉

## 食中毒予防の3原則

①【菌をつけない】調理前には必ず手を洗い、まな板などの調理器具も、清潔に保ちましょう。②【菌をふやさない】生鮮食品やお惣菜などは、購入後すぐに冷蔵庫に入れ、早めに食べるようにしましょう。③【菌をやっつける】肉や魚は、十分に加熱しましょう(中心部が75度以上で1分以上の加熱が目安)。

# 尾鷲市職員を募集します(後期試験)



【職種・採用予定数・受験資格】

- 事務職 2人程度  
平成3年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法で定める大学・短期大学(専門学校を含む)、高等学校を卒業した人、または、令和9年3月卒業見込みの人
- 土木技師 1人程度  
建築技師 1人程度  
昭和56年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法で定める大学・短期大学(専門学校を含む)を卒業した人、または、令和9年3月卒業見込みの人
- 学芸員(近世史) 1人  
平成3年4月2日以降に生まれた人で、学芸員の資格を取得している人、または、令和9年3月までに取得見込みの人
- 図書館司書 1人  
平成3年4月2日以降に生まれた人で、司書の資格を取得している人、または、令和9年3月までに取得見込みの人

【採用予定日】

令和9年4月1日

【試験日(第1次試験)】 9月20日(日)

【試験会場(第1次試験)】 市立中央公民館

【試験内容(第1次試験)】

職務基礎能力試験、事務適正検査等、専門試験(土木技師、建築技師、学芸員、図書館司書のみ実施)、作文試験

【受付期間】

7月1日(水)~8月7日(金) (土・日・祝日は除く)  
午前8時30分~午後5時15分

※郵送の場合は、8月7日(金)午後5時必着。

【試験日(第2次試験)】

10月25日(日)に実施予定(第1次試験合格者のみ)



詳細は  
こちら

申し込み・お問い合わせ 総務人事課 ☎③8112

# 令和9年度採用 三重紀北消防組合職員を募集します

【職種・採用予定人員】 消防職員 3人程度

【採用予定日】 令和9年4月1日

【受験資格】

- ・平成10年4月2日以降に生まれた人
- ・大学、短期大学(高等専門学校含む)、高等学校を卒業した人、または令和9年3月卒業見込みの人
- ・普通自動車1種免許(AT車限定不可)を持つ人、または採用後1年以内に取得できる見込みの人
- ・日本国籍を有する人で、地方公務員法第16条(欠格事項)に該当しない人
- ・心身健全で消防業務に支障がない人
- ・採用後、三重紀北消防組合消防本部から通勤距離100km圏内に居住できる人(三重県内に限る)

※上記の他にも受験資格要件がありますので、受験案内をご覧ください。

【試験】

- ・第1次試験  
日時 9月20日(日) 午前10時~正午  
会場 中央公民館  
内容 教養試験(高校卒業程度以上)
- ・第2次試験(※第1次試験合格者に直接通知)  
日時 11月上旬予定  
内容 体力適正試験・論文試験・面接試験

【受付期間】

7月1日(水)~31日(金) (土・日・祝日は除く)  
午前8時30分~午後5時15分

【提出書類(各1通)】

- ・試験申込書：消防本部消防総務課、海山消防署、紀伊長島消防署にて交付
- ・三重県市町等職員採用試験申込書：消防本部消防総務課、海山消防署、紀伊長島消防署にて交付
- ・履歴書：全国高等学校統一用紙または、市販用紙(JIS規格履歴書)・写真貼付
- ・最終学校の卒業(見込み)証明書
- ・成績証明書または、調査書(全国高等学校統一用紙)  
※厳封のうえ、提出してください。(開封不可)
- ・普通自動車1種免許証の写し(免許取得者のみ)  
※AT車限定不可

申し込み・お問い合わせ

三重紀北消防組合消防本部 消防総務課 ☎②2021  
(〒519-3639 中川28番43号)



## 放課後プログラミングラボ 開催中!



ゲームやグラフィック制作を通して、プログラミングを楽しく学びませんか。未経験の人でも基礎から学べるので、初めての人も安心して参加できます。9月まで毎月開催しており、継続して参加することでステップアップできます。

**【日時】** 7月6日(月)～10日(金) 午後4時～6時  
※期間中は都合の良い日・時間に参加できます。

**【場所】** 中央公民館1階 小会議室  
※7月7日(火)のみ講座室B

**【定員】** 各時間先着5人(事前予約制)

**【対象】** 小学4年生以上

**【参加費】** 無料

**【申込方法】**  
参加を希望する日の前日正午まで(土・日曜日を除く)に、下の申込フォームから申し込んでください。



申し込みは  
こちらから

申し込み・お問い合わせ 市長公室 ☎238117  
協力:株式会社サンエル

We will be holding a Japanese language exchange salon.

## 日本語交流サロンを開催します



毎月1回の予定で「やさしい日本語」を使い、さまざまな文化や国籍を越えて住民どうしが交流する場として、「日本語交流サロン」を開催しています。ゲームなどをしながら楽しく日本語を学びましょう!

**【日時】** 7月11日(土) 午後3時～4時

**【場所】** 福祉保健センター1階ロビー

**【参加者】**

外国人住民の人、日本語サポーター養成講座受講者の人

**【参加料】** 無料

**【申込期限】** 7月9日(木) 午後5時まで

**【内容】**  
・国籍を問わず楽しくおしゃべりする憩いの場として  
・日常生活の情報交換、相談の場として  
・国籍を越えて相互理解や親交を深める場として  
外国人住民と働いている人や、近所に外国人住民が住んでいる人がいれば、交流の場の1つとして参加を呼びかけてみてください!

申し込み・お問い合わせ  
尾鷲市社会福祉協議会 総務・地域福祉係  
☎23246

## DX推進支援補助金のお知らせ

**【補助対象企業】**  
市内の中小企業(小規模事業者・個人事業主を含む)

**【補助率】** 補助対象経費の2分の1

**【補助上限額】** 20万円

**【補助対象経費】**

・ホームページの制作費、ECサイト構築費、ソフトウェア開発・導入、カスタマイズ関連費、キャッシュレスシステム導入費、その他DXに関連する事業費

**【対象経費要件】**

補助金交付決定日から令和9年3月12日(金)までの期間内に契約・実施・支払いを完了する取り組み

**【募集期間】**  
令和9年2月26日(金)まで  
※予算額に達し次第、受付を終了します。

**【応募方法】**  
下のQRコードからのオンライン申請のみとなります。



申請は  
こちら

お問い合わせ 商工観光事業推進課 ☎238215



## 市立国市浜公園野球場(尾鷲ヤーヤスタジアム)が完成しました!

●落成式のご案内

**【日時】** 7月19日(日) 午前10時  
**【場所】** 市立国市浜公園野球場  
(尾鷲ヤーヤスタジアム)

約一年半にわたる工事を経て完成した市立国市浜公園野球場(尾鷲ヤーヤスタジアム)の落成式を開催します。  
式典終了後には、餅まきや内覧会も予定しています。ぜひご来場ください。

●利用受付開始のお知らせ

尾鷲ヤーヤスタジアムの一般利用受付を開始しています。  
利用できる日は令和8年8月10日(月)以降となります。利用を希望する人は、担当窓口まで使用許可申請書を提出してください。

(受付は、原則、利用日の3カ月前からとなります)

お問い合わせ

文化・スポーツ振興課

☎238299

## 体育文化会館前駐車場 一時閉鎖のお知らせ

市体育文化会館および中央公民館の耐震・長寿命化工事期間中、体育文化会館前駐車場が使用できなくなります。

日程は調整中ですが、決まり次第、市ホームページ、ワンセグ等でお知らせします。

ご不便、ご迷惑をおかけしますが、本庁舎、中央公民館等へ来庁の際には乗り合わせでお越しいただくなど、ご理解ご協力をお願いします。

**【閉鎖予定期間】** 令和8年7月～令和9年9月末頃

お問い合わせ 文化・スポーツ振興課 ☎238293



## ジャズフェスティバル

**【日時】** 7月18日(土) 開場:午後6時 開演:午後6時30分

**【会場】** 市民文化会館 大ホール

**【チケット料金】** 1,000円(全席自由)

**【発売場所】**

市民文化会館、中央公民館、小椋商会、賀田コミュニティーセンター、三木里コミュニティーセンター、熊野市民会館

お問い合わせ 市民文化会館 ☎233000



# 7月は社会を明るくする運動強調月間・再発防止啓発月間

## 第76回 社会を明るくする運動強調月間

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

### “社会を明るくする運動”とは？

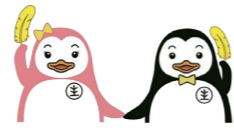
犯罪や非行の防止と、犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。

### 地域のチカラが犯罪や非行を防ぐ

“社会を明るくする運動”は、犯罪や非行のない地域づくりを目指す全国的な運動です。

近年は、人と人とのつながりの希薄化や孤独・社会的孤立が課題となっています。犯罪や非行を防ぎ、立ち直ろうとする人を支えるためには、地域での支え合いが大切です。

この機会に、安全・安心に暮らせる明るい地域社会について考えてみませんか。



### 合同街頭啓発活動

市では、「社会を明るくする運動」「青少年の非行・被害防止全国強調月間」「ダメ。ゼッタイ普及運動」などと歩調を合わせ、尾鷲保護区保護司会尾鷲支部、尾鷲紀北更生保護女性会、尾鷲市青少年育成市民会議等、関係団体・機関と連携した合同街頭啓発を実施します。

【日時】 7月7日(火) 午後4時20分～  
(セレモニー 午後4時～)

【場所】 主婦の店せぎやま店前、主婦の店セントラルマーケット前、イオン尾鷲店前

お問い合わせ 福祉保健課 ☎238201

# 🌍 ごみ減量へ、はじめの一步 生ごみ減量と水切りで減量を！

## 生ごみの水切りをお願い

水分を含んだ生ごみは重く、ごみ処理にも収集にも負担がかかります。

水切りすることによって、多くのメリットがあります。

1. 腐敗を遅らせるため、悪臭や外注の防止！
2. ごみ袋が軽くなり、ごみステーション(収集場所)までの持ち運びが楽になる！
3. 家庭やごみステーション(集積場所)でのごみ袋から出る汚水漏れの抑制！
4. 水分を多く含んだ生ごみが軽くなると、ごみ収集車の燃費コスト・CO2排出の削減！

## ～水切りの仕方～3原則

### ①生ごみをできるだけぬらさない

野菜の皮むきや不要な部分の切り落としは、洗う前に行いましょう。取り除いた皮などは、ぬれた場所に置かず、そのまま捨てることで水分を減らせます。

### ②しぼる

水切りネットを使うだけでなく、ごみを出す前にひと絞りして水分を切りましょう。

直接触れるのに抵抗がある場合は、市販の水切り用グッズもあります。

### ③乾燥させる

お茶がらやティーバッグは乾燥させてから捨てましょう。果物や野菜の皮も天日干しすると、水分を減らすことができます。

**★生ごみの約80%は水分です。しっかり水切りを行うことで重量を約10%減らすことができます。**

★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 ☎238251



＼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。

市では、科学的に死亡率減少効果が証明された国が推奨する胃・肺・乳・子宮頸部・大腸の5つのがん検診を実施しています。

### 市が実施しているがん検診

「時間がない」「健康だから必要ないと思う」「がん」と診断されるのが怖いなどの理由で、がん検診を受けない人もいます。しかし、早期のがんは自覚症状が少なく、発見が遅れると治療が長期化する場合もあります。生活習慣に気を付けていても、すべてのがんを防ぐことはできません。

40歳を過ぎたら(子宮頸がん検診は20歳から)、定期的に行うがん検診を受けましょう。

気になる症状がある場合は、早めに医療機関を受診してください。

### 定期的ながん検診で、あなたと大切な人のいのちを守る

【目指す姿】がん検診の受診率が向上し、がんの早期発見・早期治療につながり、死亡率が減少する

市では、7月に「がん検診を受診しましょう！」をテーマに、がん検診の受診を呼びかけています。がんは日本人の死因の第1位ですが、早期発見・早期治療で治せる可能性が高まります。定期的ながん検診を受けましょう。

## みんな健康づくり ～がん対策について～ 第3次尾鷲市健康増進計画(令和6～10年度)における取り組み

市では、科学的に死亡率減少効果が証明された国が推奨する胃・肺・乳・子宮頸部・大腸の5つのがん検診を実施しています。

### 市が実施しているがん検診

「時間がない」「健康だから必要ないと思う」「がん」と診断されるのが怖いなどの理由で、がん検診を受けない人もいます。しかし、早期のがんは自覚症状が少なく、発見が遅れると治療が長期化する場合もあります。生活習慣に気を付けていても、すべてのがんを防ぐことはできません。

40歳を過ぎたら(子宮頸がん検診は20歳から)、定期的に行うがん検診を受けましょう。

気になる症状がある場合は、早めに医療機関を受診してください。

### 定期的ながん検診で、あなたと大切な人のいのちを守る

【目指す姿】がん検診の受診率が向上し、がんの早期発見・早期治療につながり、死亡率が減少する

市では、7月に「がん検診を受診しましょう！」をテーマに、がん検診の受診を呼びかけています。がんは日本人の死因の第1位ですが、早期発見・早期治療で治せる可能性が高まります。定期的ながん検診を受けましょう。

## みんな健康づくり ～がん対策について～ 第3次尾鷲市健康増進計画(令和6～10年度)における取り組み

## 🧰 防災ひとくちメモ ローリングストックを始めてみませんか？

いつ起きても不思議ではない南海トラフ巨大地震や、今後発生確率が高くなる台風の影響で、大きな災害が発生する可能性があります。いざ災害が発生すると電気や水道などのライフラインの停止やがれきで道路が塞がれたりして、食料が手に入らない可能性があります。そんな時に役に立つのがローリングストックです。

ローリングストックとは、ふだん食べている食材を多めに買って、蓄えるふだんの食事で食べる、食べたら買い足して補充する、これを繰り返しながら常に一定量の食料を備蓄することです。普段食べているものを少し多めに買うだけで備蓄をすることができ、また誰でも無理なく始められます。

ぜひこの機会にローリングストックを始めてみませんか？

市では、科学的に死亡率減少効果が証明された国が推奨する胃・肺・乳・子宮頸部・大腸の5つのがん検診を実施しています。

### 市が実施しているがん検診

「時間がない」「健康だから必要ないと思う」「がん」と診断されるのが怖いなどの理由で、がん検診を受けない人もいます。しかし、早期のがんは自覚症状が少なく、発見が遅れると治療が長期化する場合もあります。生活習慣に気を付けていても、すべてのがんを防ぐことはできません。

40歳を過ぎたら(子宮頸がん検診は20歳から)、定期的に行うがん検診を受けましょう。

気になる症状がある場合は、早めに医療機関を受診してください。

### 定期的ながん検診で、あなたと大切な人のいのちを守る

【目指す姿】がん検診の受診率が向上し、がんの早期発見・早期治療につながり、死亡率が減少する

市では、7月に「がん検診を受診しましょう！」をテーマに、がん検診の受診を呼びかけています。がんは日本人の死因の第1位ですが、早期発見・早期治療で治せる可能性が高まります。定期的ながん検診を受けましょう。

## みんな健康づくり ～がん対策について～ 第3次尾鷲市健康増進計画(令和6～10年度)における取り組み

☎ 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)

## 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「自然信仰～熊野の巨岩、巨木、大滝」

原始宗教の始まりの一つと考えられている自然信仰を、熊野に現在も残る巨岩、巨木、大滝を写真や解説パネルで紹介し、日本の信仰の源流に迫ります。

開催日：7月11日(土)～9月27日(日) ※会期中無休

受付時間：午前9時～午後5時

入場料：無料

### ◇特別展示室企画展 「郷土の軌跡～紀北町の文化財展」

深緑の大台ヶ原山系を背景に、紺碧の熊野灘に囲まれた自然豊かな町、紀北町の数ある文化財より特徴的なものを紹介します。

開催日：7月25日(土)～10月12日(月祝) ※会期中無休

受付時間：午前10時～午後5時

入場料：無料

### ◇新熊野学講座①「熊野にあった鉱山の歴史」

紀和町にあった古代から続く鉱山の歴史や、明治、戦後の鉱山の様子についてお話しいただきます。

開催日：7月26日(日)

時間：午後1時30分～3時30分

参加料：無料

定員：80人(先着順)

講師：堀 誠 氏(熊野市教育委員会 熊野市紀和鉱山資料館)

受付：7月25日(土) 午後5時まで

### ◇「くまの古道料理教室～相可高校に学ぶ～」④マグロ料理

相可高校食物調理科教諭、西岡宏起氏と相可高校調理クラブの皆さんと料理を学びます。今回は「マグロ料理」です。

開催日：8月23日(日)

時間：午後1時～3時

参加料：3,000円

定員：24人(要申込・応募多数の場合抽選)

対象：中学生以上

講師：西岡宏起氏(相可高校食物調理科教諭)、調理クラブの皆さん

共催：三重県教育委員会

受付：7月9日(休)～8月9日(日) 午後5時まで

### ◇夏の思い出づくり体験教室

ものづくりを通して夏の思い出づくりの場としていただく為の体験教室を開催します。

#### ●ヒノキの木琴づくり体験

開催日：8月15日(土)

時間：①午前10時～正午、②午後2時～4時

参加料：1,500円(材料代込み)

定員：各10人(要申込・応募多数の場合抽選)

対象：小学生以上(小学生は保護者同伴)

受付：7月1日(休)～8月1日(土) 午後5時まで

#### ●丸太を切って木製ぽっくり&ひのきのキーホルダーを作ろう

開催日：8月16日(日)

時間：①午前10時～正午、②午後1時30分～3時30分

参加料：木製ぽっくり1,000円、キーホルダー 200円

定員：計30人程度(申込不要・材料がなくなり次第終了)

対象：どなたでも(小学生3年生以下は保護者同伴)

場所：芝生広場(丸太切り)、体験学習室(穴あけ・焼きペン等、仕上げ作業)

講師：熊野古道センター職員

受付：当日受付・先着順



私はまもなくアメリカへ帰国いたします。この尾鷲市で多くの貴重な経験をし、大切な出会いを得られたことは、私にとって一生の財産です。いつも温かく支えてくださった地域の皆様、そして、英語での会話を楽しみ、共に笑い合ってくれた生徒の皆さん、本当にありがとうございました。

から、私自身もたくさん刺激と学びをもらいました。ここでの素晴らしい思い出を胸に、次のステップへと進んでまいります。これまで温かく迎えてくださったすべての皆様に、心より感謝申し上げます。

お問い合わせ  
学校教育課 ☎8292

アレックス先生からのメッセージ

ALITのアレックス先生が  
7月で異動します

## 海中さんぽ

マダコは軟体動物門頭足綱八腕形目マダコ科マダコ属で、軟体動物門とは貝やウミウシ、イカ、タコの仲間で、そのうち頭足綱は特にイカ、タコの仲間になります。日本では青森県以南に分布し、当地ではカゴ漁、釣り等で漁獲されたものが水揚げされます。かつて世界に広く分布するマダコは一種とされていましたが、近年の世界的な分類の見直しにより、現在は複数種が存在すると考えられています。

寿命は1年～1年数カ月と考えられており、水温が低下する冬以外はとても速く成長します。産卵期は地域によって異なりますが、日本で最も水揚げの多い瀬戸内海では春と秋に産卵期のピークがあり、主な産卵期は秋といわれています。

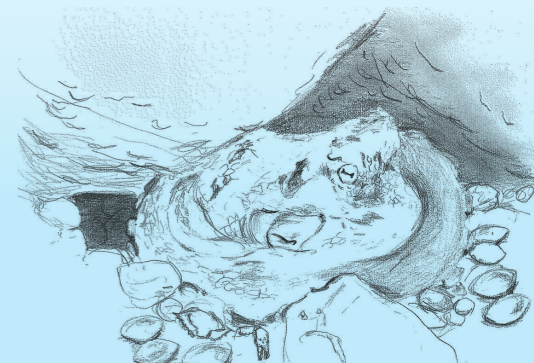
その居所は神出鬼没で、磯では岩や海藻に、砂地では砂の色に姿を変えています。夜行性でエビ、カニ、貝を食べ、昼間は巣穴に潜っていますが、カニの甲羅や貝殻が巣穴の周りに放り出しているため、その場所は簡単にばれてしまいます。

日本人は古代からタコを食べていたようで、弥生時代の遺跡からマダコよりも小型のイダコを獲っていたで

## マダコ

あると思われるタコ壺が多く出土しています。国内で流通するタコ類の半分以上は輸入されたもので、アフリカのモロッコやモーリタニア、中国やベトナムが主な輸入先です。

近年、日本国内の漁獲量の減少、海外の需要の増加に伴い、国内のタコ不足が深刻化しているようです。国や大学などは養殖の研究に取り組んでおり、近年では種苗生産技術が開発され、技術が大きく進歩したことが報道されました。現在も産業レベルの養殖の実現に向け、エサのコスト、飼育の手間などの課題解決のための研究が行われているようです。



## 海軍熊野灘部隊 戦没者慰霊祭

尾鷲にも「戦争」がありました。今一度「平和」について考えてみませんか。

日時：7月26日(日) 午前10時～(受付 午前9時30分～)  
場所：尾鷲神社境内

<海軍熊野灘部隊について>

熊野灘部隊は、終戦直前の昭和20年7月28日に連合国軍艦載機の空襲により、対空激戦死闘の末甚大な被害を蒙り、指揮艦「駒橋」を含む主要艦艇が着底し、この戦闘で即死戦死者74人、最終的には147人が戦死するという被害を受けました。

これらの戦没者の奈骨は、市街地では煙により攻撃目標となることを避けて山中深くの矢所で行われました。慰霊碑は、市内の白石墓地に建立され、心ある市民の手で手厚く供養がなされており、山中の矢所にも小さな地蔵尊が静かに立っています。また、尾鷲神社にも慰霊碑が建立され、以降毎年、慰霊祭が行われています。

お問い合わせ 海軍熊野灘部隊慰霊顕彰会事務局 ☎2468

# お知らせ

## 相談

### 無料法律相談(要予約)

7月22日(水) 午後1時30分～6時  
坂本真生 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)

7月21日(火) 午後10時～正午  
黒久恭 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)

7月21日(火) 午後1時30分～3時30分  
内山博之 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  
申し込み・お問い合わせ  
市民サービス課 ☎②82550

### コロナとカラダの相談会&健康チェック

【日時】 7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・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 ☎②3871

### 七夕星まつり

天文クイズやゲームに挑戦して景品をゲットしよう！  
【場所】 天文科学館  
【日時】 7月24日(金) 午後7時～9時  
※雨天の場合順延  
【参加費】 無料  
※ただし下記入館料は必要  
大人：2000円  
中学生：1000円  
小学生以下：500円  
お問い合わせ 天文科学館 ☎②0525

### 献血(400cc)のお知らせ

【日時】 7月24日(金) 午前10時～11時30分、午後1時～4時  
【場所】 尾鷲市役所  
【対象者】 年齢18～69歳で、体重50kg以上の人(男性は17歳も可能)  
お問い合わせ  
福祉保健課 ☎②3871

# 市民優待券

尾鷲市立 天文科学館  
有効期限 令和8年7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

## 8月1日からの国民健康保険の資格確認書・資格情報のお知らせ

現在お持ちの資格確認書の有効期限は令和8年7月31日までのため、7月下旬ごろまでに、「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を郵送します。

●マイナ保険証を利用していない人  
「資格確認書」を送付します。医療機関などで提示すると、これまでと同様に保険診療を受けることができます。

●マイナ保険証を利用している人  
「資格情報のお知らせ」をお送りします。このお知らせだけでは医療機関を受診できません。受診の際は、マイナ保険証を利用してください。

お問い合わせ 市民サービス課  
☎②8193

## 国民健康保険 限度額適用・認定等申請のお知らせ

国民健康保険には、入院や手術などで高額な医療費がかかる場合に、医療機関の窓口で支払う自己負担額を上限額までに抑えたり、入院時の食事が減額されたりする制度があります。

この制度を利用するには申請が必要です。申請が認められると、申請した月の初日から有効な「限度額適用認定証」が交付されます。  
「限度額適用認定証」の有効期限は毎年7月31日までです。引き続き入院等の予定がある人は、8月以降に申請してください。  
※マイナ保険証を利用されている人は、申請は不要です。

お問い合わせ 市民サービス課  
☎②8193

## 【熊野市主催】お盆イベント

LUNCH buffet PARTY  
【日時】 7月25日(土) 午前11時30分～午後1時30分(受付：11時15分)  
【会場】 Regalo(熊野市木本町1-7-1)  
【定員】 最大16人(男女各8人)  
【参加費】 無料  
【申込締切】 7月16日(木)

申込・詳細はこちらから



申し込み・お問い合わせ  
株式会社デルタスタジオ  
☎059-355-1320

## 海の事故ゼロキャンペーンについて

7月16日(木)から31日(金)までの16日間、「海の事故ゼロキャンペーン」が全国一斉に展開されます。スローガンは「海難ゼロへの願い」です。このキャンペーンは、海上保安庁のほか、海事、漁業やマリンスポーツの関係者が一体となって海難防止思想の普及活動を行います。

次の重点事項を呼びかけ、海難ゼロを目指します。

- ・見張りの徹底および船舶内・船舶間におけるコミュニケーションの促進
  - ・小型船舶の安全対策およびマリンスポーツ活動における安全対策
  - ・ライフジャケット着用率の向上
- お問い合わせ 尾鷲海上保安部交通課  
☎②3277

## 情報公開の実施状況

【令和7年度の情報公開の実施状況】

情報公開請求の状況			
請求件数	91件	処理件数	91件
(市内71件、市外20件)			
公文書の公開状況			
公開	54件	部分公開	28件
不存在	4件	非公開	3件
取下げ	2件		
主な請求文書	工事設計書など		

お問い合わせ 総務人事課 ☎②8112

## し尿くみ取りについてのごお願い

し尿のくみ取りは、市内を旧町内と地区センター管内に分けて、期間を定めて行っています。7月期間においては、旧町内を中心に行うため、ほかの地区からの急な申し込みがあつた場合、速やかな対応が困難となりますので、早めの連絡をお願いします。ご理解とご協力をお願いします。

お問い合わせ  
フリンフルセンター ☎②0605

## 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】 7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1-7-8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  
☎059-807-883

**サマージャンボプレミアム12億円**  
(1等8億円・前後賞各2億円合わせて)  
**サマージャンボ7億円**  
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)  
**サマージャンボミニ5千万円**  
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。  
プレミアム：1枚 500円  
ジャンボ・ミニ：1枚 300円  
**6月30日(火)3種類同時発売!**  
発売期間 6/30(火)～7/31(金)  
公益財団法人三重県市町村振興協会

## 有料広告欄

令和6年4月から相続登記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)

大きい家具や家電の処分  
お困りではないですか？  
**ミル住まいのオアシス**  
軽トラック積み放題  
家の片付けお任せください  
**14,800円(税別)**  
お問い合わせ先電話番号  
**0597-49-0712**  
※許可番号 尾鷲市指令尾環第568号  
※家電リサイクル品は別途リサイクル券が必要になります。  
※合同会社ミル商事 尾鷲市中央町1番11号リバービル中央2F

**ZTVモバイル**  
スマホの料金 見直しませんか？  
格安プラン 1GB音声  
月額 **990円** (税込)  
お問い合わせ：株式会社ZTV 尾鷲市戸町11-31 TEL.0120-222-505

**新年度から働ける新従業員募集!!**  
当社は子育て中の方を全力で応援します。  
▶1日5時間×週3日～フルタイムまで  
▶お子さんの都合に合わせて遅刻・早退など可  
▶夏休みなど学校の長期休みの働き方も応相談  
▶給与は当社規定(時給の場合1,100円～)  
▶正社員登用後は育児手当(0歳～義務教育児対象)あり

前の職場とは違い、タケムラでは子供の都合に合わせて休めているのですごく助かっています(子育て中Aさん)  
保育園行事や子供の急病などでも勤務時間を調整してもらるので、安心して働いています(子育て中Bさん)

タケムラ 株式会社 紀北町海野 562-3 TEL:0597-47-1355 URL: https://www.takemura-net.com

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8年5月末、カード保有枚数は11,789枚、保有率は75.9%です。 お問い合わせ 市民サービス課 ☎②8161



固定資産税(第2期分)、国民健康保険税(第2期分)、後期高齢保険料(第1期分)の納期限は7月31日(金)です。 税務課 ☎②8173



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

☎23 0525

【夜間観望会】入館：午後7時～9時

3日(金)・4日(土)

金星・ヘルクレス座球状星団・はくちよう座 一重星アルビレオ

10日(金)・11日(土)

金星・ヘルクレス座球状星団・七夕の星々

17日(金)・18日(土)

三日月・金星・さそり座アンタレスと球状星団・はくちよう座アルビレオ

24日(金)・25日(土)

満月前の月・さそり座アンタレスと球状星団

31日(金)

ヘルクレス座球状星団・はくちよう座アルビレオ・七夕の星々

※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

☎23 8282

おはなしだっこ (自由参加)

対象 0歳児～2歳くらい

日時 7月2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。

毎週第2、第3土曜日に開催します。

日時 7月11・18日

午前11時～

今月の休館日

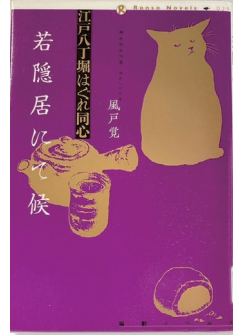
6日(月)・13日(月)・21日(火)

27日(月)・31日(金)

## おすすめ図書

### 《一般図書》

江戸八丁堀はぐれ同心・若隠居にて候  
風戸 寛／著 論創社



### 《児童図書》

わにおのわのじはどわかくの？  
乾栄里子／文 出口かずみ／絵  
福音館書店



中山進之介は同心職を甥に譲り、齢40にして念願の若隠居生活に。  
《猫を相手にお茶をすすする物静かな日々》を願う進之介になぜか舞い込む騒ぎと事件と謎の数々。  
男と女の心のあやが染みわたる、惚れた腫れたも十人十色、お江戸の長屋は泣き笑い。  
貧乏長屋の元同心が浮世の善悪、裁いて候！

名前を書けるようになったさるのすけは、ともだちのわにおくんに書いた字を見せます。それを見たわにおくん、おれの名前も書いてよ！「わにおってどわかくのかな？」2人は町に出かけ、いろんなところにある字をみつけて、名前を完成させます。  
字を覚えてたの子どもが、文字を通して自分と世界とのつながりを1つずつ発見していく気持ちと一緒に味わえます。

その他  
エンズリストは居酒屋です  
渡邊直子／著 講談社刊

## 人の動き (5月末現在)

人口	14,811人 (前月比 -28)
	(男6,896人 女7,915人)
世帯数	8,531世帯 (前月比 -11)
転入	26人
転出	35人
出生	1人
死亡	20人
その他	0人(住民基本台帳)

## #おわフオト 海を越えて広がる 交流の輪



6月11日(木)、輪内中学校の1・2年生が台湾の興達小学校とのオンライン交流会を行いました。

広報おわせ 2026 (令和8年)

発行日 令和8年7月1日  
編集者 尾鷲市長公室広報係

〒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.869



「広報おわせ」は、再生紙・植物油インキを使用しています。