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。

Owase

ちょこんと並んで、秋日和。



11-2026

熊野古道センターで仲良く並ぶこどもたち。ピクニック気分でゆったりとした時間を過ごす中、一人ひとりが思い思いの表情を見せてくれました。ちょこんと並ぶ姿がなんとも愛らしく、こどもたちの自然な様子に、心がほっこりするひとときでした。

唄い継がれる　ふるさとの心

第39回
全国尾鷲節コンクール



今年で39回目を迎える全国尾鷲節コンクールを11月８日㈰に開催します。

全国から尾鷲節の愛好家たちが集まり、年齢制限なく、どなたでも参加できる「総合の部」、65歳以上から参加できる「壮年の部」、小学生以下を対象とした「少年少女の部」の３部門で、尾鷲節の唄い手日本一を決定します。ぜひ、お楽しみください！

また、大会当日には、会場となる市民文化会館で物産展やフリーマーケットを開催し、大会を盛り上げる予定です。

ぜひ、ご来場ください！

開催情報

開催日　11月8日㈰

場所　市民文化会館（せぎやまホール）

時間　受付：午前８時／開会：午前９時

問合せ　全国尾鷲節コンクール実行委員会
（商工観光事業推進課内）　☎㉓8223

ステージアトラクション

前回優勝者によるステージ

日本舞踊坂東流柳蛙（りゅうあかい）会の皆さんによるステージ

ロックジャム・尾鷲節保存会子ども太鼓によるステージ

予定

付帯事業

物産展・フリーマーケット　予定



市長の
今これを伝えたい！

おわせ海・山ツーデーウォークでは尾鷲の豊かな自然を、尾鷲節コンクールでは受け継がれる伝統を感じていただけます。ぜひ両イベントに足を運び、尾鷲の魅力を再発見していただきたいと思います。

尾鷲市民憲章　みんなでつくろう、おわせの未来

一　郷土を愛し、清潔でみどり豊かなまちをつくりましょう。

一　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。

一　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。

一　伝統を生かし、文化の香り高いまちをつくりましょう。

一　産業を育て、活気あふれるまちをつくりましょう。

海と山を歩き、尾鷲の魅力を再発見

第21回
おわせ海・山ツーデーウォーク

歩くたび、
好きになる。
尾鷲の自然。

尾鷲の海と山の魅力を感じながら、自然豊かなコースを歩いてみませんか。ご家族やご友人とお誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。
※当日参加の場合、記念品などをお渡しできないことがありますので、ご了承ください。



開催情報

日時　11月21日㈯・22日㈰
受付：午前７時30分／出発式：午前８時

主会場　三重県立熊野古道センター

参加料　一般2,000円/市民・団体1,500円（団体は20人以上）/高校生以下1,000円

参加方法　当日受付時間に熊野古道センター
※せっかくウォークは受付終了

問合せ　おわせ海・山ツーデーウォーク実行委員会
（商工観光事業推進課内）　☎㉓8223

せっかくウォーク

11月20日㈮
受付：午後１時30分/出発：午後２時

おわせふるさとガイドさんと歩く尾鷲まち歩き
（受付終了 30人限定）　3.2km

コース紹介

当日参加
歓迎です！

11月21日㈯

A	世界遺産熊野古道 馬越峠・猪ノ鼻水平道満喫コース	23km
B	巨岩と祈りの聖地・岩屋堂コース	10.6km
C	世界遺産熊野古道 馬越峠と清流・銚子川コース	13.7km
特別1	世界遺産熊野古道 馬越峠・大パノラマ天狗倉山コース （※受付終了　40人限定）	11km

11月22日㈰

D	世界遺産熊野古道　八鬼山全踏破コース	13km
E	滝と行野浦の碧い海コース	10.5km
F	世界遺産熊野古道 滝と行野浦と八鬼山林道コース	17km
特別2	羽後峠と尾鷲の水を巡るコース （※受付終了　40人限定）	8.7km

11月子育てカレンダー

（※10月23日㈭時点）

月	火	水	木	金	土	日
						1
※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。 ※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、28ページをご覧ください。						
2	3［文化の日］	4	5	6	7	8
育児サークル はっぴぃ			おはなしだっこ	夜間観望会	イタダキ市 夜間観望会	
9	10	11	12	13	14	15
育児サークル はっぴぃ 発達相談会 申			【ひのきっここども園】 おはなしポケット	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 はっぴぃ「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 夜間観望会	
23［勤労感謝の日］	24	25	26	27	28	29
				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。				
育児サークル はっぴぃ		トップページ		体験ガイドのページ（子どもと一緒に行けるイベント情報など）		

★**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。

11月16日㈪ 育児サークルはっぴぃ おたのしみデー

『スキンシップでヨガ』

今月は、『スキンシップでヨガ』を開催します。講師は、ヨガ＆メディテーションスタジオ 笑美 大川由美子（おおかわゆみこ）さんです。ぜひ、お子さんと一緒に遊びに来てくださいね。

【時間】 午前10時～ 11時30分
【場所】 福祉保健センター 3階 児童コーナー
【担当】 市子育てサポーター

育児サークルはっぴぃとは？

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、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、絵本等は備えつけていませんので、持参してください。

はじめまして満１歳です



出口永真（でぐちえいま）ちゃん
（中川、父・恭伍（きょうご）さん 母・稜子（りょうこ）さん）

えい君１歳おめでとう！生まれてきてくれてありがとう♡
これからも元気いっぱいすくすく育ってね！



島田莉杜（しまだりと）ちゃん
（林町、父・高宏（たかひろ）さん 母・和子（かずこ）さん）

１歳のお誕生日おめでとう！
食べることが大好きなりとくん♡
これからもいっぱい食べて元気に育ってね♪

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

11月27日㈭ 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、赤ちゃんとママ、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

12月13日㈰ 子育てHAPPYDAY ～ HAPPYワークinにゃんにゃん王国～

「今年もやります！ 仮想のまちでお仕事体験！」

「にゃんにゃん王国」を舞台に、銀行員や介護士、消防士、木工屋さんなど、いろいろなお仕事の体験ができます。
もらった仮想通貨「にゃん」は景品と「交換」したり、「銀行」に預けて次回へ繰り越すことができます。
詳しくは募集チラシができ次第、市ホームページなどでお知らせします。

【時間】 第１部 午前９時30分～ 11時30分
第２部 午後１時～３時
※要予約
【場所】 中央公民館
【参加費】 300円
（第１部、第２部ともに参加する場合 500円）

申し込み・お問い合わせ 文化・スポーツ振興課
☎㉓８２９３

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
☎㉓３８７１(こころ・子育て・体の相談)
☎㉓８２０２(女性・児童相談)

いのちと健康を守る　大切な健(検)診

毎日忙しくて、自分の健康チェックが後回しになっていませんか？年１回、自分のヘルスチェックを忘れずに。
申し込みは、電話または申込フォームからお願いします。
混雑を避けるため、実施日の２週間前頃に、受付時間のご案内をします。(受診票同封)

20代、30代の人の健康づくり健診

【日時】 11月28日㈮　午前８時30分～ 10時
【場所】 福祉保健センター４階多目的ホール
【対象】 職場健診を受ける機会のない20 ～ 39歳の人
【健診内容】 問診・尿検査・身体測定・血圧測定・血液検査ほか

●集団がん検診

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	エコー		
11月17日㈫	福祉保健センター	午前８時30分～ 11時	●	●				●
11月24日㈫	古江コミュニティーセンター	午前８時～８時30分			●		●	
	福祉保健センター	午前10時～ 11時			●		●	
		午後１時30分～２時30分			●		●	

【自己負担金】

胃がん検診　1,000円　　肺がん検診　500円
大腸がん検診　300円　　子宮頸部がん検診　1,000円
乳がん検診(マンモ・エコー)　1,000円
65歳以上の肺がん検診は、結核検診(無料)も同時に実施します。
(結核検診は感染症法に基づく法定検診です。)

１万円を超えることもある検診がこの金額で受けられます。(差額は市が負担)

健康づくり検診
集団がん検診
【申込フォーム】

令和７年度に受診した人は、５月下旬に届いた通知を確認のうえ、変更等があれば連絡してください。

●個別がん検診

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（☎㉒３７７３）
尾鷲総合病院(健診センター)(☎㉒３１１１)

・子宮がん検診
尾鷲総合病院(産婦人科)(☎㉒３１１１)
・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。

申し込み・お問い合わせ　福祉保健課　☎㉓３８７１

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、各コミュニティーセンターにて無料で配布しています！

★完歩達成者(※敬称略)　美らの国 沖縄編　№18　辻木智香子(つじきちかこ)
四国お遍路編　№8　Part3：伊予・讃岐の国　橋本綾子(はしもとあやこ)

お問い合わせ　福祉保健課　☎㉓３８７１

＼特定健診はお済みですか？／

特定健診が受けられるのは11月30日㈪までです！

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１回、特定健診を受けて体の健康を守りましょう！



【対象者】
尾鷲市国民健康保険に加入している40歳～ 74歳の人または後期高齢者医療制度に加入している人

【申込方法】
①個別健診を希望する場合は、次の医療機関に予約してください。

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	☎㉕３０００
きば内科クリニック	上野町５- ３９	☎㉒３５３５
九鬼脳神経クリニック	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	☎㉒８０８０
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	☎㉒３７７３
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は可能です。ご希望の医療機関に直接お問い合わせください。

②集団健診を希望する場合は、事前に下の申込先まで申し込んでください。

今後の集団健診予定・・・11月28日㈮　午前８時30分～ 11時　福祉保健センター

申し込みは
こちらからも

申し込み・お問い合わせ　市民サービス課　☎㉓８１９３

尾鷲市地域振興券およびプレミアム付商品券の使用期限は今月末まで！



使い忘れにご注意ください！

尾鷲市地域振興券およびプレミアム付商品券の使用期限は11月30日㈪までです。
期限を過ぎると使用できませんので、お忘れのないよう利用してください。
なお、尾鷲よいとこスタンプ会では、同じく11月30日㈪までスタンプ２倍キャンペーンを実施しています。
市内加盟店でのお買い物やお食事に、ぜひ活用してください。

お問い合わせ
商工観光事業推進課
☎㉓８２１５

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】 11月14日㈯　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】 11月12日㈭　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
☎㉒３２４６

11月12日㈭～25日㈬は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

お問い合わせ　市長公室　☎㉓８１３４

配偶者やパートナーからの暴力（DV）、性暴力、ストーカー行為、売買春、職場などでのセクシュアル・ハラスメントなど女性に対する暴力は、重大な人権侵害です。

暴力は、殴る・蹴るなどの身体的なものだけではありません。大声で怒鳴る、無視する、交友関係や行動を制限する、生活費を渡さない、性的な行為を強要するなども暴力にあたります。

毎年11月25日の女性に対する暴力撤廃国際デーまでの２週間を「女性に対する暴力をなくす運動」期間とし、広報、啓発活動を行っています。

１人で悩まず、相談窓口に相談してください。

相談窓口

●**全国共通番号「＃８８９１（はやくワンストップ）」**
性犯罪、性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

●**全国共通番号「＃８１０３」（ハートさん）**
性犯罪被害相談電話
（各都道府県の性犯罪被害電話につながります）

●**全国共通番号「＃８００８（はれれば）」**
配偶者・交際相手からの暴力の相談
（最寄りの配偶者暴力支援センターにつながります）

●**市の女性相談窓口「☎㉓８２０２」**
女性の相談員が相談を受けます。
どんな些細なことでも相談してください。



令和８年度「女性に対する暴力をなくす運動」ポスター

11月は児童虐待防止推進月間です

毎年11月を「児童虐待防止推進月間」と定め、全国各地で児童虐待防止のための啓発活動が行われます。

市でも、市役所内にオレンジリボンツリーを展示し、児童虐待防止の呼びかけを行います。

【児童虐待とは】

身体的虐待	殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、濡れさせる など
性的虐待	子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など
ネグレクト	家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、重い病気になっても病院に連れていかない など
心理的虐待	言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力を振るう（面前DV） など

【子育てに困っていませんか】

子育ては大変で、不安や悩みがつきものです。

イライラして怒鳴ったり、手を上げてしまったりすることもあるかもしれません。子育てに困った時は、周りに話すことで解決することもあります。

ささいなことでもいいので、１人で悩まず相談してください。

【あの子、もしかして・・・と思ったら】

泣き声や怒鳴り声が聞こえる、こどもがいつもひとりで家にいる、こどもの笑顔が少ない・・など、

こどもの気になる様子に気づいたり、「虐待かも・・」と思ったら、市や児童相談所に相談してください。

【相談窓口】

福祉保健課　子育て支援係	☎㉓８２０２
紀州児童相談所	☎㉓３４３５
児童相談所　虐待対応ダイヤル	１８９（いちはやく）

令和９年度

三重大学医学部医学科学校推薦型選抜【地域枠B】

【推薦要件など】

令和９年度三重大学学校推薦型選抜学生募集要項における医学部医学科推薦要件に基づき、推薦者数は、２人以内とし、市長および尾鷲総合病院長との面接によって選抜します。

ただし、扶養義務者が３年以上本市に居住している人で、高等学校もしくは中等教育学校を令和８年３月卒業および令和９年３月卒業見込みの人。

【申請期間】

11月２日㈪から10日㈫　午後５時（必着）

※持参の場合は、土・日曜日および祝祭日を除く日の午前８時30分から午後５時まで。郵送の場合は指定日時までに必着。

【面接日および場所】

11月25日㈫ 午後　　尾鷲総合病院

申請方法等詳細については、ホームページを確認するかお問い合わせください。

お問い合わせ　福祉保健課　☎㉓３８７１

がん患者と家族のおしゃべりサロンin東紀州　講演会

近年、がんは２人に１人がかかるといわれる身近な病気です。今回は、がん予防のための食事を中心に、療養中の食事の工夫などについて学びます。この機会に、毎日の食生活を見直してみませんか。お気軽にご参加ください。

【日時】 11月27日㈮　午後１時30分～３時

【場所】 尾鷲庁舎４階401会議室（坂場西町１- １）

【内容】
①講演「がんと食事について」
講師　三重県尾鷲保健所　管理栄養士　河瀬夏澄（かわせかすみ）　先生
②三重県がん相談支援センターの紹介

【対象】 どなたでも

【参加費】 無料

【申し込み】 不要（先着30人）

お問い合わせ　三重県がん相談支援センター
☎０５９・２２３・１６１６

中央公民館・市立図書館の休館のお知らせ

市体育文化会館および中央公民館の耐震・長寿命化工事に伴い、中央公民館と市立図書館を次のとおり休館します。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

【市立図書館】

通常利用：令和９年１月24日㈰まで

全面休館：令和９年１月25日㈪～秋ごろ（予定）

※工事に先立ち、蔵書の移動・整理を行うため、蔵書点検終了後、引き続き休館します。

【中央公民館】

通常利用：令和９年３月15日㈪まで

一部利用制限：令和９年３月16日㈫～31日㈬

・貸館利用を制限します（窓口業務は継続）

全面休館：令和９年４月１日㈭～令和９年秋ごろ（予定）

・貸館、講座実施、窓口業務、駐車場等すべての施設利用を制限し、敷地内への立ち入りを禁止します。

工事に先立ち、館内備品などの移動・整理を行うため、段階的に利用を制限します。

なお、全面休館中の中央公民館の窓口業務は、別の場所で継続する予定です。移転先や各施設の再開日程は、決まり次第お知らせします。

お問い合わせ　文化・スポーツ振興課　☎㉓８２９３

地区センター管内の皆さんと市長との懇談会を行います

本市では、依然として全国的な課題である人口減少の傾向が続いており、特に、周辺市街地においては、その傾向が顕著に表れていることから、地域の活力をいかに維持していくかが、重要な課題となっております。

このような状況を踏まえ、今後の地域の将来を見据えたあり方について、各地区の皆さんと意見交換を行う「地区懇談会」を、次のとおり開催いたします。

「第７次尾鷲市総合計画」で定める、まちの将来像「住みたいまち　住み続けたいまち　おわせ」の実現に向けて、人口減少対策を含めた今後の地区のあり方について、市長とお話ししませんか？

お問い合わせ　市長公室　☎㉓８１３１

＜開催日程表＞

日にち	時　間			場　所
11月２日㈪	午前10時	～	11時30分	曽根コミュニティーセンター
	午後１時30分	～	３時	梶賀コミュニティーセンター
11月６日㈮	午後１時30分	～	３時	三木里コミュニティーセンター
11月９日㈪	午前10時	～	11時30分	九鬼コミュニティーセンター
	午後２時	～	３時30分	古江コミュニティーセンター
11月11日㈬	午前10時	～	11時30分	三木浦コミュニティーセンター
	午後２時	～	３時30分	須賀利コミュニティーセンター
11月12日㈭	午後２時	～	３時30分	賀田コミュニティーセンター
11月17日㈫	午前10時	～	11時30分	早田コミュニティーセンター

※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。

次期尾鷲市公共交通計画の策定に向けた懇談会を行います



これからの市の公共交通について、皆さんの意見をお聞かせください。

＜開催日程表＞

お問い合わせ　市長公室　☎㉓８１３４

日にち	時　間			場　所
11月４日㈬	午前10時	～	11時	向井コミュニティーセンター
	午後２時	～	３時	大曽根コミュニティセンター
11月５日㈭	午前10時	～	11時	行野漁業組合
	午後２時	～	３時	矢浜コミュニティーセンター
11月10日㈫	午後２時	～	３時	市役所３階 第２・３委員会室
11月16日㈪	午前10時	～	11時	曽根コミュニティーセンター
	午後２時	～	３時	須賀利コミュニティーセンター
11月18日㈬	午前10時	～	11時	古江コミュニティーセンター
	午後２時	～	３時	賀田コミュニティーセンター
11月20日㈮	午前10時	～	11時	三木里コミュニティーセンター
	午後２時	～	３時	三木浦コミュニティーセンター
12月18日㈮	午後２時	～	３時	梶賀コミュニティーセンター
12月21日㈪	午前10時	～	11時	早田コミュニティーセンター
	午後２時	～	３時	九鬼コミュニティーセンター

尾鷲年金事務所からのお知らせ

○「国民年金保険料控除証明書」について

支払った国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象です。例年11月もしくは翌年２月に、日本年金機構から本人あてに送付される「国民年金保険料控除証明書」は、年末調整や確定申告で使うことができますので、大切に保管してください。

また、紛失してしまった場合は、「ねんきんネット」での再交付申請や、尾鷲年金事務所または「ねんきん加入者ダイヤル」に電話することで再発行を受けることができます。詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ

尾鷲年金事務所　☎㉒２３４０

ねんきん加入者ダイヤル　☎０５７０・００３・００４

○年金の予約相談をご利用ください

全国の年金事務所では年金相談や年金請求等の手続きの際、お客さんの都合にあわせてスムーズに相談できる「予約相談」を実施しています。

予約すると、相談内容にあったスタッフが事前に準備のうえ、丁寧に相談をお受けします。

予約相談の申し込みは、電話にて受け付けています。申し込みの際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書を準備のうえ、電話してください。

なお、年金記録の確認や見込額の試算は「ねんきんネット」が便利です。詳しくは年金事務所へ相談してください。

お問い合わせ　尾鷲年金事務所　☎㉒２３４０

尾鷲市財政公表（令和８年８月31日現在）

皆さんに納めていただいた税金や、国・県の補助金・交付金などが、どのように使われているのか、また、市の財産や借金（市債）がどれくらいあるのかなどについて皆さんに知っていただくため、財政状況を公表します。

お問い合わせ　財政課　☎㉓８１４１

一般会計の歳出状況

予算額合計　1,421,533万円
支出済額合計　528,849万円
執　行　率　37.2％

科目	上段：　予算額 下段：支出済額	執行率
議会費	10,551万円 4,850万円	46.0％
総務費	257,687万円 70,152万円	27.2%
民生費	363,548万円 100,679万円	27.7%
衛生費	254,832万円 150,174万円	58.9%
農林水産業費	51,800万円 13,287万円	25.7%
商工費	35,773万円 27,878万円	77.9％
土木費	59,527万円 10,772万円	18.1％
消防費	61,210万円 24,356万円	39.8％
教育費	233,529万円 126,461万円	54.2％
災害復旧費	300万円 0万円	0.0％
公債費	92,576万円 240万円	0.3％
予備費	200万円 0万円	0.0％

一般会計の歳入状況

予算額合計　1,421,533万円
収入済額合計　429,594万円
収　入　率　30.2％

科目	上段：　予算額 下段：収入済額	収入率（%）
市税	185,371万円 104,079万円	56.1％
地方譲与税	9,455万円 1,305万円	13.8%
各種交付金	49,270万円 15,431万円	31.3％
地方特例交付金	1,200万円 1,019万円	84.9％
地方交付税	451,700万円 198,607万円	44.0％
交通安全対策特別交付金	100万円 0万円	0.0%
分担金及び負担金	7,232万円 1,639万円	22.7%
使用料及び手数料	10,628万円 3,874万円	36.5%
国庫支出金	200,132万円 45,474万円	22.7％
県支出金	75,301万円 3,570万円	4.7％
財産収入	3,750万円 1,263万円	33.7%
寄附金	40,000万円 11,919万円	29.8%
繰入金	137,245万円 0万円	0.0%
繰越金	658万円 39,028万円	5,931.3％
諸収入	17,411万円 2,386万円	13.7%
市債	232,080万円 0万円	0.0％

財産の状況

（令和８年３月31日現在）


土地
51,515,888㎡
前年比 229㎡ 減


市有林
5,035 ha
前年比 増減なし

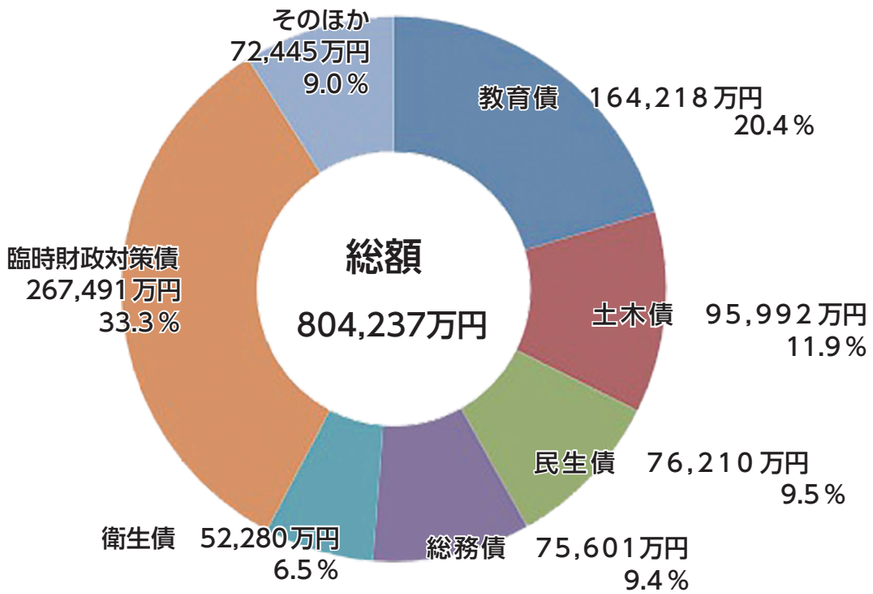

建物
97,816㎡
前年比 1,232㎡ 減


車両など
104台
前年比 2台 増

基金	443,756万円 前年比 8,946万円 増
債権	10,722万円 前年比 108万円 増
出資金と出捐金（しゅつえんきん）	15,339万円 前年比　311万円 減
有価証券	844万円 前年比 増減なし

市債（長期の借金）の状況

（令和８年５月31日現在）



各特別会計の予算執行状況

（令和８年８月31日現在）

会　計　名	歳　入		歳　出	
	上段：　予算額 下段：収入済額	収入率	上段：　予算額 下段：支出済額 （万円）	執行率
国民健康保険事業	167,222万円 57,666万円	34.5%	167,222万円 53,132万円	31.8％
後期高齢者医療事業	73,445万円 8,849万円	12.0%	73,445万円 19,495万円	26.5％

令和７年度　一般会計決算

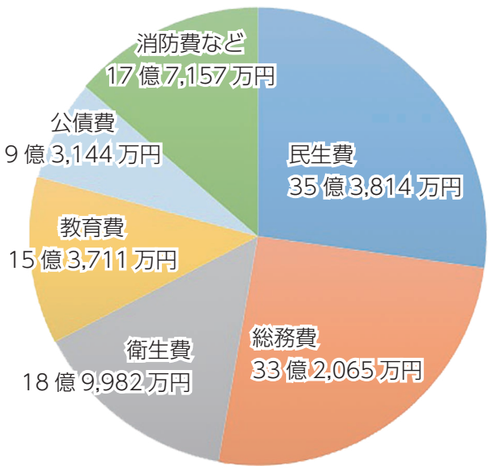
市の令和７年度一般会計・特別会計の決算が、第３回定例会において認定されました。一般会計を中心にその概要をお知らせします。　お問い合わせ　会計課　☎㉓８１８１

歳出 総額　129 億 9,873 万円

歳出の主なものを前年度と比較すると、衛生費では広域ごみ処理施設整備事業の増加などにより、２億1,559万円(12.8%)増加し、教育費では多目的スポーツフィールド整備事業の増加などにより、４億9,550万円(47.6%)増加となりました。

一方、公債費は消防救急デジタル無線整備事業等の償還が完了したことにより、4,552万円(4.7%)減少となりました。

歳出全体では10億3,228万円(8.6%)の増加となりました。



区　分		令和７年度 決算額	構成比(%)	対前年度比 増減額	増減率(%)
民生費		35億3,814万円	27.2	1,173万円	0.3
総務費		33億2,065万円	25.5	9,525万円	3.0
衛生費		18億9,982万円	14.6	2億1,559万円	12.8
教育費		15億3,711万円	11.8	4億9,550万円	47.6
公債費		9億3,144万円	7.2	△4,552万円	△ 4.7
消防費など	消防費	5億9,287万円	4.6	4,378万円	8.0
	農林水産業費	4億5,479万円	3.5	7,126万円	18.6
	土木費	4億1,695万円	3.2	7,195万円	20.9
	商工費	2億1,476万円	1.7	6,288万円	41.4
	議会費	9,220 万円	0.7	985 万円	12.0
合　計		129億9,873万円	100.0	10億3,228万円	8.6

※四捨五入によるため合計が合わない場合があります。

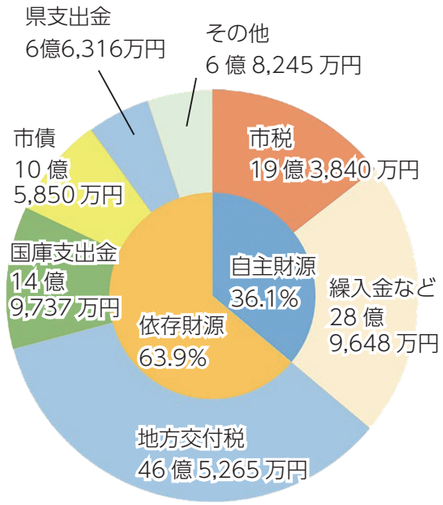
歳入 総額　133 億 8,901 万円

※決算額は、いずれも１万円未満を四捨五入して表示しています。

区　分			令和７年度 決算額	構成比(%)	対前年度比 増減額	増減率(%)
自主財源	市税		19億3,840万円	14.5	3,782 万円	2.0
	繰入金など	繰入金	12億6,204万円	9.4	2億7,592万円	28.0
		寄附金	7億7,187万円	5.8	△2億4,805万円	△ 24.3
		諸収入	3億3,134万円	2.5	1億2,348万円	59.4
		繰越金	3億2,839万円	2.5	△ 6,403 万円	△ 16.3
		使用料及び手数料	1億528万円	0.8	△ 215 万円	△ 2.0
		分担金及び負担金	5,974万円	0.4	△ 5,849 万円	△ 49.5
		財産収入	3,783万円	0.3	1,724万円	83.7
	小　計		48億3,488万円	36.1	8,173万円	1.7
依存財源	地方交付税		46億5,265万円	34.7	2億7,705万円	6.3
	国庫支出金		14億9,737万円	11.2	1億1,895万円	8.6
	市債		10億5,850万円	7.9	5億6,520万円	114.6
	県支出金		6億6,316万円	5.0	6,337 万円	10.6
	その他	地方消費税交付金	4億5,425万円	3.4	3,361 万円	8.0
		地方譲与税	1億49万円	0.8	309 万円	3.2
		法人事業税交付金	5,418 万円	0.4	470 万円	9.5
		株式等譲渡所得割交付金	3,265 万円	0.2	390 万円	13.6
		配当割交付金	2,077 万円	0.2	2 万円	0.1
		環境性能割交付金	801 万円	0.1	△ 59 万円	△ 6.8
		地方特例交付金	766 万円	0.1	△ 5,940 万円	△ 88.6
		利子割交付金	350 万円	0.0	262 万円	295.8
		交通安全対策特別交付金	95 万円	0.0	△ 7 万円	△ 6.7
	小　計		85億5,414万円	63.9	10億1,244万円	13.4
合　計			133億8,901万円	100.0	10億9,417万円	8.9

歳入の主なものを前年度と比較すると、自主財源では、主に繰入金が増加したことにより、全体で8,173万円(1.7%)の増加となりました。依存財源では、主に市債が増加したことにより、10億1,244万円(13.4%)の増加となりました。

歳入全体では、10億9,417万円(8.9%)の増加となりました。



※四捨五入によるため合計が合わない場合があります。

歳入歳出差引額　3 億 9,028 万円

実質収支額　3億8,370万円・・・歳入歳出差引額から翌年度への繰越事業に必要な財源を除いた金額。

単年度収支額　6,210万円・・・当該年度の実質収支から前年度の実質収支を差し引いた金額。

実質単年度収支額　3,508万円・・・単年度収支から市の預金である財政調整基金への積み立てや取り崩しなどの収支を調整する要素を除いた金額で、実質的な単年度の収支。

令和７年度 特別会計決算

国民健康保険事業

歳　入　総　額	20 億 5,399 万円
歳　出　総　額	20 億 3,202 万円
歳入歳出差引額	2,197 万円

後期高齢者医療事業

歳　入　総　額	7 億 7,370 万円
歳　出　総　額	7 億 6,205 万円
歳入歳出差引額	1,165 万円

公金の管理と運用状況

（令和８年８月末日現在）

市の一般会計・特別会計・基金などの公金は、６つの金融機関にて管理・運用が行われており、内容は次のとおりです。なお、百五銀行は、現在市の指定金融機関になっているため、金額が多くなっています。

金融機関	預金額
百五銀行	29 億 6,200 万円
紀北信用金庫	1,000 万円
三十三銀行	2 億 6,900 万円
東日本信漁連	1,000 万円
伊勢農協	2 億 4,000 万円
東海労働金庫	1,000 万円
合　計	35 億 100 万円

令和７年度　尾鷲総合病院決算

お問い合わせ
尾鷲総合病院　☎㉒３１１１

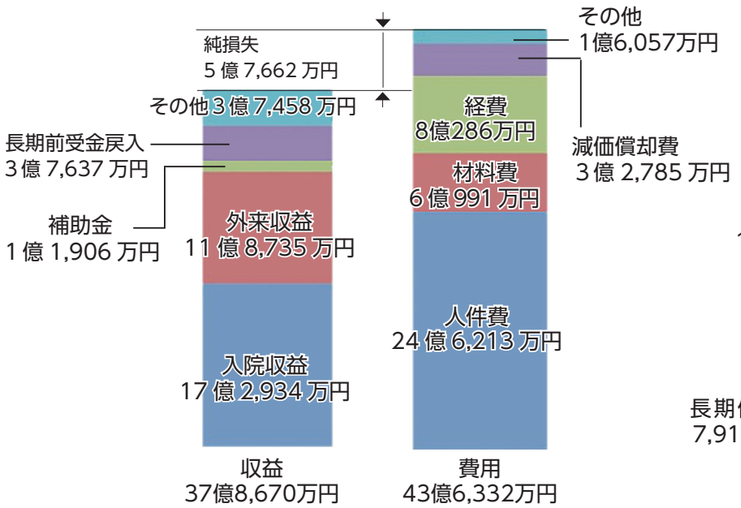
令和７年度の病院事業会計決算は、収益が37億8,670万円、費用が43億6,332万円、差し引き５億7,662万円の赤字となりました。

前年度と比較すると、収益においては入院収益が１億101万円の増、補助金が7,466万円の増となったことなどにより合計で２億3,912万円の増となり、費用においては人件費が8,796万円の増、経費が4,192万円の増となったことなどにより合計で１億3,656万円の増となりました。

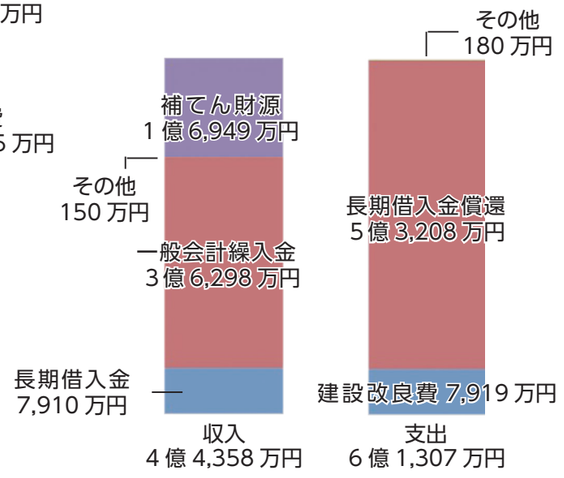
また、資本的収支は、主な収入として長期借入金7,910万円、一般会計繰入金３億6,298万円、主な支出として建設改良費7,919万円、長期借入金償還５億3,208万円となりました。

このような厳しい財政状況ではありますが、地域の皆さんが安心していつでも受診できる二次救急医療施設として、365日24時間の救急医療体制を維持し、また、がん診療連携病院、へき地医療拠点病院、災害拠点病院として、高度で良質な医療と患者サービスを提供し、これからも地域の皆さんの健康を支えます。

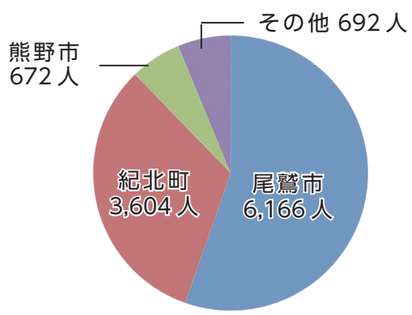
●収益及び費用（収益的収支・税抜）



●資本的収支（税込）

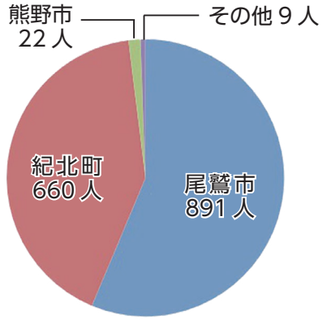


●地区別外来患者実人数



合計 11,134 人

●地区別救急車利用患者数



合計 1,582 人

●診療科別延患者数（人）

診療科	内科	脳神経内科	外科	脳神経外科	整形外科	小児科	産婦人科
入 院	23,247	－	3,066	－	13,754	－	886
外 来	33,511	1,710	3,083	1,126	17,450	947	2,370

診療科	耳鼻咽喉科	眼科	精神科	皮膚科	泌尿器科	放射線科	リハビリ	合計
入 院	0	1,116	－	－	317	－	－	42,386
外 来	1,480	6,837	436	5,256	6,357	948	2,494	84,005

令和７年度　水道事業決算

お問い合わせ
水道部　☎㉓８２７１

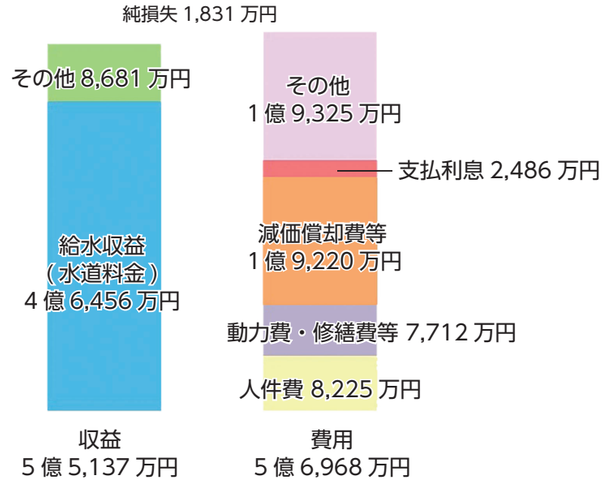
水道事業では配水管の布設替など、災害に強い水道施設の整備・更新に取り組んでおり、上水道においては尾鷲港新田線配水管布設工事に伴う設計業務委託、矢ノ浜浄水場設備取替工事（蓄電設備）を実施しました。

また、簡易水道においては、賀田地内、名柄地内、曽根地内の配水管布設替工事を計223.0m、三木浦第２浄水場設備取替工事（電気設備）を実施しました。

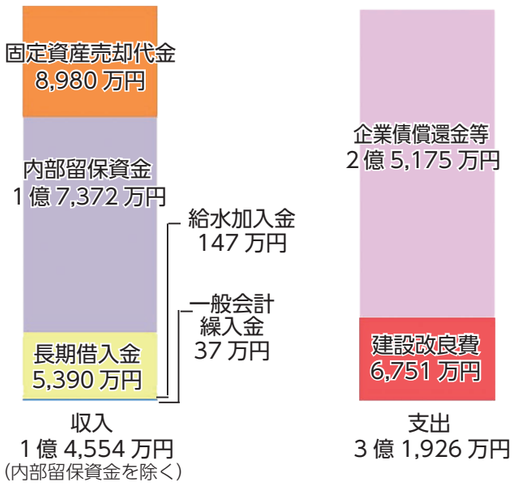
水道事業は皆さんに安全・安心でおいしい水を安定供給するため、各施設の整備と更新、さらに日常の維持管理を行っています。事業に必要な経費は水道料金収入と長期借入金によって賄う独立採算制により運営しています。

令和７年度決算では、固定資産売却損等特別損失の計上により1,831万円の純損失となりましたが、経常利益は9,470万円を計上することができました。水道事業では配水管の布設替など、災害に強い水道施設の整備・更新に取り組んでおり、今後も安全・安心でおいしい水を安定供給していくため、継続的に水道施設を整備・更新していく必要がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

●収益及び費用（収益的収支・税抜）

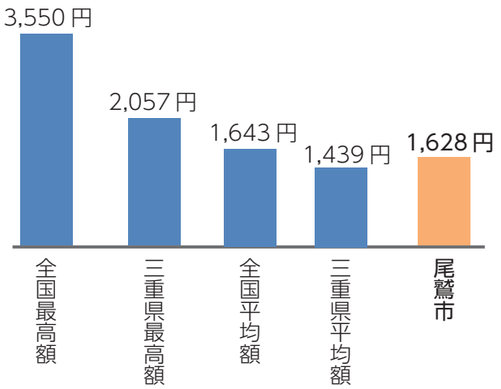


●資本的収支（税込）



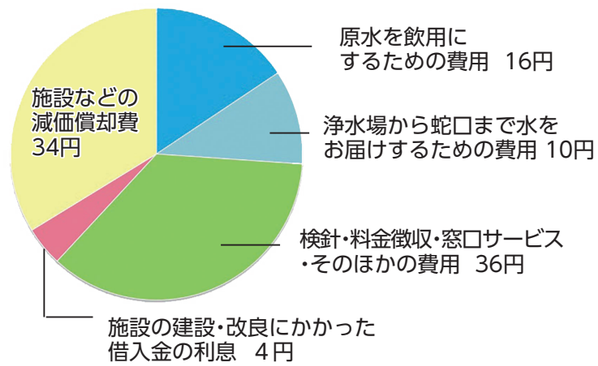
●水道料金の比較（税込）　※令和７年４月１日現在

家事用 10㎥／月当たりの水道料金比較



●水道料金の使用状況（税抜）

水道料金 100 円当たりの使い道



●水道事業会計決算状況　過去５年間の推移（税抜）

年度	収益	費用	差し引き	
令和３年度	４億7,524万円	４億5,010万円	純利益	2,514万円
令和４年度	４億5,155万円	４億7,139万円	純損失	1,984万円
令和５年度	４億4,867万円	４億6,447万円	純損失	1,580万円
令和６年度	５億8,425万円	４億5,206万円	純利益	１億3,219万円
令和７年度	５億5,137万円	５億6,968万円	純損失	1,831万円

※万円単位で表示しているため、内訳と合計等が一致しない場合があります。



お知らせします！

尾鷲市各会計の決算審査概要

一般会計を含めた5つの会計の令和７年度の決算審査を、尾鷲市監査委員（西（にし） 謙一（けんいち）・中村文子（なかむらあやこ））が実施し、令和８年８月18日付けで意見書を提出しましたので、その概要をお知らせします。

お問い合わせ　監査委員事務局　☎㉓８１５０

一般会計

本年度の一般会計決算額は、歳入が133億8,901万円、歳出が129億9,873万円、歳入歳出差引額は、３億9,028万円となっています。さらに、翌年度へ繰越すべき財源657万円を差し引いた実質収支額は３億8,370万円の黒字となっています。（単位未満切捨）

今後の財政運営について考察すると、歳入面では、主な自主財源である市税収入、ふるさと応援寄附金、依存財源である地方交付税の増額等が見られたものの、引き続き財政見通しは厳しい状況であると思われ、中長期的な視野にもとづく適切かつ効果的な財政運営が肝要であると推察されます。

一方、歳出面では、公共施設の老朽化対策や子育て支援施策の拡充、さらには津波避難タワー建設等の防災・減災対策、体育文化会館および中央公民館の整備といった大型設備投資が本格化します。加えて、病院事業をはじめとする公営企業会計への繰出金増額も見込まれていることから、今後の財政運営は極めて厳しい局面を迎えます。

このような状況を踏まえ、急激な人口減少に伴う税収減と、公共施設の老朽化対策の両立は本市最大の課題であります。将来世代に過度な負担を先送りしないよう、既存インフラの最適化と新規投資の厳格な抑制を徹底し、中長期的な見通しに立った財政の健全化と、時代の変化に即応できる強固な財政体質の構築に取り組まれることを望みます。

国民健康保険事業特別会計

本年度の歳入決算額は20億5,398万円、歳出決算額は20億3,201万円で歳入歳出差引額は2,196万円の黒字となっています。

今後においては、財政調整基金の適切な活用による収支の安定を図りながら、国保税の税率動向や国・県の制度改正の影響を的確に見極め、特定健診・保健指導の充実など医療費の適正化に向けた取り組みを一層強化されることを望みます。また、運営主体である県との連携を密にし、持続可能な事業運営に向けて継続的な努力を求めるものであります。

※端数処理の為、他のページの数字と一致しない場合があります。

後期高齢者医療事業特別会計

本年度の歳入決算額は７億7,370万円、歳出決算額は７億6,204万円で、歳入歳出差引額は1,165万円の黒字となっています。

本事業については、今後とも市民の理解と協力を得ながら、安定的な財源を確保するとともに、三重県後期高齢者医療広域連合と緊密に連携し、事業の着実かつ積極的な推進を図るよう望みます。

水道事業会計

経営成績については、収益的収支において、総収益は５億5,137万円で、総費用は、５億6,967万円となり、当年度は1,830万円の純損失が計上されています。

業務実績において、年度末の給水戸数は8,527戸で、前年度より164戸減少しています。給水普及率は99.9％で前年度と同様です。総配水量は3,412,160㎥で、前年度より40,019㎥（1.1％）減少しています。

有収水量は2,079,807㎥で、前年度より92,178㎥（4.2％）の減少となっており、有収率は60.9％で、前年度より2.0ポイント低下しています。

水道事業を取り巻く経営環境は、人口減少などにより水道使用料の大幅な増加が見込めない一方で、老朽化した施設等の更新に加え、近年の資材高騰などの影響から、より一層厳しさを増していくものと予測されます。

水道部では「尾鷲市水道事業経営戦略」に基づいて、設備の長寿命化や水道料金の改定等を実施しています。経営戦略の期間満了が近づいていることから、実施してきた取組を十分に検証するとともに、今後も経営の効率化、合理化を図りながら、経営の更なる健全化に努め、次期経営戦略に適切に反映していくことを望みます。

病院事業会計

経営成績については、収益的収支において、総収益は37億8,669万円で、総費用は43億6,331万円となり、５億7,661万円の純損失が計上されています。これにより、当年度未処理欠損金は、前年度より5億7,661万円増加し23億5,956万円となっています。

業務実績において、入院患者数は42,386人（1日平均116.1人）で、外来患者数は84,005人（1日平均347.1人）であり、入院患者数は前年度より1,803人（4.4％）増加し、外来患者数は928人（1.0％）減少しています。病床利用率は58.4％で、前年度（55.8％）より、2.6ポイント上昇しています。

診療報酬加算の戦略的な取得に向けた取り組みにより、入院収益の増加という確かな成果へと繋げた経営努力は高く評価されるべきものであります。しかしながら、長期化する物価高騰や施設・設備の老朽化に伴い、今後も費用のさらなる増加が懸念されます。今後も引き続き、各種委託料の適正価格の検証や粘り強い価格交渉による経費削減の徹底をするとともに、病床再編による効率的な病床運営へのシフトなど、より一歩踏み込んだ経営改善を断行していただきたい。

公立病院の経営悪化は全国共通の構造的課題であり、長期化する物価高騰にとどまらず、少子高齢化に伴う医師従事者の深刻な不足、患者の減少、医療需要の変化など、病院を取り巻く環境は一層厳しさを増すことが予見されます。このような逆風を乗り越えるためには、診療報酬のプラス改定や新たな財政措置の導入など、公立病院の経営基盤を維持するための施策について、国に対して積極的な働きかけを展開していくことも極めて重要であります。

今後も、社会の変化に柔軟に対応しながら、地域だけでなく次代を担う医療スタッフからも「選ばれ続ける病院」となりますよう、魅力ある職場環境を構築するとともに「安心・安全で質の高い医療の提供」に努めていただくことを望みます。

職　員　給　与　等　の　状　況

お問い合わせ　総務人事課　☎㉓８１１２

地方公務員の給与は、民間との比較、国家公務員や他の地方公共団体職員とのバランスなどを考えて決められています。
市民の皆さんに、市職員の給与の実態を知っていただくため、そのあらましをお知らせします。

●職員給与費の状況（普通会計予算）

（単位：千円）

区分	職員数（A）	給与費（B）				1人当たり給与費（B／A）
		給　料	職員手当	期末・勤勉手当	計	
8年度	172人	700,848	116,444	402,198	1,219,490	7,090

㈱1　職員手当には退職手当と児童手当は含みません。　㈱2　給与費は当初予算に計上された額です。

●人件費の状況（普通会計決算）

（単位：千円）

区　分	住民基本台帳人口（令和8年3月31日）	歳出額（A）	実質収支	人件費（B）	人件費率（B／A）	参考：6年度の人件費率
7年度	14,867人	12,998,731	383,705	1,909,941	14.7%	14.6%

㈱人件費には、特別職に支給される給料と報酬等を含みます。

●職員の平均給料月額、平均給与月額および平均年齢の状況

区　分	一般行政職			技能労務職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
8年度	345,146円	411,257円	43.5歳	263,400円	289,332円	40.6歳

●職員の初任給の状況

区分		尾鷲市		国
		法定初任給	採用2年経過日給料額	初任給
一般行政職	大学卒	232,000円	240,900円	232,000円
	高校卒	200,300円	211,600円	200,300円

●職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

区分		経験年数		
		10年	15年	20年
一般行政職	大学卒	288,200円	311,600円	336,400円
	高校卒	256,900円	288,200円	311,600円

●一般行政職の級別職員数の状況

区　分		7　級	6　級	5　級	4　級	3　級	2　級	1　級	計
標準的な職務内容		事務長	課長級	補佐級	係長級	主　任	主　事	主　事	
職員数		0人	25人	25人	48人	28人	15人	15人	156人
構成比		0.0%	16.0%	16.0%	30.8%	17.9%	9.6%	9.6%	100.0%
参考	1年前の構成比	0.0%	16.1%	13.5%	32.9%	21.9%	7.1%	8.4%	100.0%
	5年前の構成比	0.0%	14.0%	16.1%	30.8%	26.6%	7.0%	5.6%	100.0%

㈱1　尾鷲市職員の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。
　2　標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職名です。

●部門別職員数の状況と主な増減理由

部門		職員数		対前年増加数	主な増減理由
		令和7年	令和8年		
一般行政部門	議　会	3	3	0	
	総務企画	55	55	0	
	税　務	10	9	△1	退職による減
	民　生	22	23	1	異動による増
	衛　生	26	25	△1	退職による減
	農林水産	12	11	△1	異動による減
	商　工	9	9	0	
	土　木	11	10	△1	異動による減
	小　計	148	145	△3	
特別行政部門	教　育	17	17	0	
	小　計	17	17	0	
普通会計　計		165	162	△3	
公営企業等会計部門	病　院	189	195	6	雇用による増
	水　道	10	10	0	
	そ の 他	7	8	1	異動による増
	小　計	206	213	7	
合　計		371	375	4	

㈱職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者、派遣職員などを含み、会計年度任用職員または非常勤職員を除きます。

●特別職の報酬等の状況

区分		給料月額等
給料	市　長	914,000円
	副市長	723,000円
	教育長	624,000円
報酬	議　長	431,000円
	副議長	358,000円
	議　員	326,000円

区分		令和7年度支給割合	
期末手当	市　長	6月期	1.975月
	副市長	12月期	1.975月
	教育長	計	3.95月
	議　長	6月期	1.575月
	副議長	12月期	1.575月
	議　員	計	3.15月

●職員手当の状況

区分	尾鷲市　令和7年度支給割合			国の制度との異同
期末手当 勤勉手当 （）は管理職		期末手当	勤勉手当	同
	6月期	1.250月分	1.050月分	
		（1.050月分）	（1.250月分）	
	12月期	1.275月分	1.075月分	
		（1.075月分）	（1.275月分）	
	計	2.525月分	2.125月分	
		（2.125月分）	（2.525月分）	
	職制上の段階・職務の級等による加算措置　有			

区分	尾鷲市		国の制度との異同
扶養手当	配偶者	3,000円	同
	満22歳までの子	11,500円	
	その他の扶養親族1人につき	6,500円	
	扶養親族で満16才から22才の子	5,000円加算	
住居手当	借家・借間居住者		同
	支給対象額　16,000円を超える額		
	最高支給額	28,000円	
通勤手当	交通機関利用者の最高支給限度額	150,000円	同
	交通用具利用者の最高支給限度額	31,600円	

区分	尾鷲市　令和7年度支給率			国の制度との異同
退職手当		自己都合	定年	同
	勤続20年	19.6695月	24.586875月分	
	勤続25年	28.0395月	33.27075月分	
	勤続35年	39.7575月	47.709月分	
	最高限度額	47.709月分	47.709月分	
	一人当たり平均支給額	自己都合	定年	
		4,984千円	18,740千円	

㈱退職手当一人当たり平均支給額は、前年度に退職した職員に支給された平均額です。

区分		全職種
特殊勤務手当（7年度）	全体に占める手当支給職員の割合	0.0%
	対象職員1人当たりの平均支給年額	0円
	手当の種類（手当数）	2
	代表的な手当の名称	・市税等事務手当 ・行旅病人、同死亡人処理手当
時間外勤務手当	6年度　支給総額	58,264千円
	6年度　職員1人当たり平均支給年額	334千円
	7年度　支給総額	66,795千円
	7年度　職員1人当たり平均支給年額	412千円

（病院・水道会計除く）

きょういく あれこれ

地域と家庭で育む、子どもたちの健やかな生活とマナー

学校では、子どもたちが安全で健やかな学校生活を送れるよう指導を重ねていますが、心身ともに大きく成長する時期だからこそ、家庭や地域との温かなつながりが何よりも大切です。子どもたちが心地よく過ごし、健やかに成長できるよう支えていきましょう。

規則正しい生活リズム

毎日同じぐらいの時刻に起床・就寝するなど、基本的な生活習慣を身につけることが大切です。

「おはよう」から始まり、「いただきます」「行ってきます」と1日を気持ちよくスタートさせましょう。

公共のマナーと思いやりの心

みんなが心地よく過ごすために、お菓子の包み紙やペットボトルなどゴミのポイ捨てをせず、自宅に持ち帰るなど、身の回りの公共の場所をきれいに保つ意識を持ちましょう。

周囲への配慮やマナーを大切にする心を、みんなで育んでまいりましょう。

ルールを守り安全に過ごすために

未成年者の喫煙や飲酒などは法律で禁止されており、心身の成長に大きな影響を与えます。

また、夜間の外出や不必要な深夜の徘徊を控えさせ、健全な生活が送れるよう見守っていきましょう。

地域で見守る温かいまなざし

登下校時や休日も含め、地域の皆さんの温かい見守りや何気ない声かけは、子どもたちの大きな安心と励みになっています。ルールやマナーを大切にし、お互いを思いやる心を育むことで、子どもたちは地域社会の温かさを感じながら大きく成長していきます。

これからも、学校・家庭・地域が１つになって、子どもたちの健やかな歩みをともに温かく支えていきましょう。

防災ひとくちメモ　11月５日は「津波防災の日」

毎年11月５日は「津波防災の日」です。

1854年11月５日に発生した安政南海地震（マグニチュード8.4）による津波が和歌山県を襲った際に、１人の住民が稲むらに火を付けて逃げる方向の目印とし、暗闇の中で逃げ遅れている人々を安全な高台に避難させたという実話に由来しています。

全国的に発生が危惧されている南海トラフ地震では、想定でマグニチュード9.1震度６弱以上の揺れ、高い所で約17mの津波が本市を襲うといわれています。そして、今後30年以内に60～90％の確立で発生するといわれていますが、地震はいつ起こるかわかりません。

明日、この瞬間、いつ地震が起こってもできるだけ冷静に対処できるよう、備蓄品の確認や、健康づくり・生活習慣病予防と合わせて、散歩コースに避難経路を歩いてみるなど、日頃からの備えを大切にしましょう。



お問い合わせ　防災危機管理課　☎㉓８１１８

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)

みんなで健康づくり

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
運動習慣の改善「プラス10分☆運動習慣」

長くなっている「座りっぱなし」の時間

近年、生活環境や仕事環境の機械化・自動化に伴い、仕事やテレビの視聴などで座って過ごす時間が長くなっています。

座りすぎによる健康リスク

座りすぎは、肥満や体力の低下、血圧の上昇、生活習慣病、認知機能の低下などと関連していることが多くの研究で明らかになっています。

また、1日に座って過ごす時間の合計が6～8時間、または座ってテレビを視聴する時間が3～4時間を超える人は、それより短い人と比較して総死亡および心血管疾患による死亡リスクが高いことも示されています。



健康リスクを減らすには

座りっぱなしの時間が長い人でも、中～高強度の身体活動を1日60分以上行うことで、健康リスクが軽減されるといわれています。中強度の身体活動とは、速歩きなど、息が弾み、少し汗ばむ程度の活動を指します。

一方で、まとまった運動時間を確保することが難しい人も、まずは長時間座り続けることを避け、日常生活の中で身体を動かす機会を増やすことが大切です。

「座りっぱなし」を「プラス10分」に変えましょう

家や職場で長時間座り続けることを避け、こまめに立ち上がることから始めましょう。立ち上がって少し歩く、用事を済ませる、家事をするなど、座っていた時間の一部を立ったり歩いたりする時間に変えることで、日常生活の中に身体活動を取り入れることができます。

スポーツやトレーニングだけでなく、家事や通勤、仕事などで身体を動かすことも身体活動に含まれます。10分間続けて動くことにこだわらず、短い時間の積み重ねで「プラス10分」を目指しましょう。

●自宅でできる対策
- テレビのCM中は立ち上がる
- テレビのリモコンを離れた場所に置く
- スマートフォンを使うときは立って使う
- 電子レンジや湯沸かしの待ち時間に動く

●職場でできる対策
- 30分～1時間に1回は立ち上がる
- プリントやコピーをこまめに取りに行く
- 近い場所への移動はできるだけ歩く

まずは座っている時間に気づくことから

テレビの視聴やデスクワークに集中していると、座っている時間は思った以上に長くなりがちです。まずは、自分がどのくらい座り続けているかを意識してみましょう。

座りっぱなしに気づいたら、一度立ち上がることから始めましょう。

上方落語を楽しもう　紀北教育文化事業

笑福亭呂鶴（しょうふくていろかく）の三番弟子として活躍する落語家・笑福亭呂翔（しょうふくていろしょう）さんによる落語会を開催します。上方落語の魅力に触れながら、楽しいひとときを過ごしてみませんか。入場は無料です。ぜひお気軽にお越しください。

【日時】　12月５日㈯　午後２時開演（午後１時30分開場）

【場所】　紀北教育会館ホール（紀北町相賀379-1）

【入場料】　無料

【申込締切】　11月13日㈭まで

【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。

申し込みはこちら

申し込み・お問い合わせ　紀北教育研究所　☎㉜３５００



秋季全国火災予防運動のお知らせ

11月９日㈪から15日㈰まで秋季全国火災予防運動を実施します。今年度の全国統一防火標語は「火の確認　いい日を支える　いい習慣」となっています。この時季は空気が乾燥し、燃え広がりやすいので、火の元には十分注意して、火災を予防しましょう。また、枯草やごみなどは決して燃やすことなく、適切に処分しましょう。

住宅防火

いのちを守る 10のポイント

４つの習慣

1．寝たばこは絶対しない、させない

2．ストーブの周りに燃えやすいものを置かない

3．コンロを使うときは火のそばを離れない

4．コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

６つの対策

1．火災の発生を防ぐために、ストーブやコンロ等は安全装置の付いた機器を使用する

2．火災の早期発見のために、住宅用火災報知器を定期的に点検し、10年を目安に交換する

3．火災の拡大を防ぐために部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防炎品を使用する

4．火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく

5．お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく

6．防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

お問い合わせ　三重紀北消防組合予防課　☎㉒２０５１

海中さんぽ

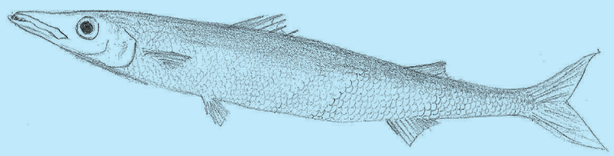
アカカマス

当地で水揚げされるカマスは、アラハダと呼ばれるアカカマス、黒カマス、水カマスと呼ばれるヤマトカマスの２種類がほとんどで、定置網や刺し網などで漁獲されたものが水揚げされています。

２種類のカマスはよく似ていて、両者を比べるとアカカマスはヒレや背中の色が全体的に黄色っぽく、ヤマトカマスは灰色っぽい特徴があります。アカカマスは背ビレの先端の位置が尾びれの先端の位置よりも後ろにあるのに対し、ヤマトカマスは背ビレと尾ビレの先端が同じ位置にあります。また、アカカマスは口の中が黄色いのも特徴です。

ヤマトカマスの産卵期や成長について、詳しいことはわかっていませんが、アカカマスについては、いくつかの報告例があります。アカカマスの産卵期は６、７月が盛期で、この頃には沿岸の岩礁帯などに群れでやってきます。藻場などでよく見られる幼魚は小魚を食べて９月頃には20㎝、11月には25㎝となり、１歳で成熟して繁殖に参加します。１歳以降の成長は遅く、同じ年齢ならメスの方がオスよりも大きいようです。

一般に身が水っぽいとされるカマスですが、味が凝縮される干物や寿司にぴったりです。産卵期や秋の旬の時期の大型のアカカマスは皮付きの刺身や塩焼きがおすすめです。ヤマトカマスはアカカマスに比べて身が水っぽいとされていますが、フライやムニエルでも美味しく、安価なので、日常のおかずにはぴったりです。



＼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）　☎㉒３２４６

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　☎㉕２６６６

◇三重県立熊野古道センター開館20周年記念講演会「気象予報士の仕事って？ ＆ 尾鷲の気象の特性」

本講演会では、「地域特性」について大雨等のメカニズムを研究している気象予報士の親見麗菜（しんみれいな）氏をお招きし、日本でも有数の多雨地として知られる尾鷲の気象特性についてお話ししていただきます。

開催日：11月28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　：一般
講師　：親見麗菜（しんみれいな）（オフィス気象キャスター株式会社所属 気象予報士、防災士、流域治水アンバサダー、気象キャスターとしてNHK津放送局まるっと！みえに出演中）
受付　：11月27日㈮　午後５時まで

◇企画展付属事業　記念講演会「昭和30年代の修験の里・天ケ瀬の暮らし」

大峯山（おおみねさん）中の大普賢岳（だいふげんだけ）麓にある「修験の里」と呼ばれる上北山村の天ケ瀬。世の中が高度経済成長で沸き返っていた昭和30年代、この地に生まれ・暮らした岩本さんの不思議なパラレルワールドについてお話ししていただきます。

開催日：12月13日㈰　　時間：午後１時30分～３時
入場料：無料　　定員：80人（要申込・先着順）
対象　：一般
講師　：岩本泉治（いわもとせんじ） 氏（奈良山岳自然ガイド協会顧問、日本山岳ガイド協会登山ガイド、上北山村在住）
受付　：11月１日㈰～ 12月12日㈯　午後５時まで

◇体験学習「三重の木で作るクリスマスツリー」

ヒノキ・サクラ・ウォールナットの３種の木を使い、クリスマスのインテリアにぴったりの卓上ツリーを作ります。

開催日：12月20日㈰
時間　：午前10時～午後３時
①午前10時～正午　②午後１時～３時
参加料：1,500円（材料費込み）
定員　：20人　※各回10人（要申込・応募多数の場合抽選）
対象　：どなたでも（小学生は保護者同伴）
講師　：熊野古道センター職員
受付　：11月６日㈮～ 12月６日㈰　午後５時まで

◇体験学習「伊勢型紙でつくる干支の豆色紙」

長い歴史のある三重県鈴鹿市の伝統工芸品・伊勢型紙にふれる体験教室を開催します。自宅の玄関や部屋に飾るのはもちろん、大切な人への手づくりの贈り物としてもおすすめです。

開催日：12月６日㈰
時間　：午後１時～３時
参加料：1,000円（材料費込み）ヒノキの台座付き
定員　：20人（要申込・応募者多数の場合は抽選）
対象　：小学３年生以上（小学生は保護者同伴）
講師　：大杉華桜（おおすぎかおう） 氏（伊勢型紙彫型画会会長）
受付　：11月22日㈰　午後５時まで

★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！

ごみ減量へ、はじめの一歩　市公式 LINE を登録していますか？

環境課では市公式LINEアカウントで、ごみ分別の注意や減量方法、リサイクル家具の提供情報を発信しています。まだ登録をしていない人は、ぜひご登録して、ごみ減量化にご協力お願いします。

【登録方法】
①IDで追加
検索バナーから「@owase_city」を入力し、友だち追加をタップ

②QRコードで追加
右のQRコードから追加

★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！

＼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。

お知らせ

相談

無料法律相談（要予約）
11月25日㈬　午後1時30分～6時
坂本貴生（さかもとたかお）　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）
11月17日㈫　午前10時～正午
庄司純史（しょうじじゅんし）　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）
11月17日㈫　午後1時30分～3時30分
内山博之（うちやまひろゆき）　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　☎㉓8250

ココロとカラダの相談会&健康チェック
【日時】11月10日㈫　午前10時～11時30分
【会場】福祉保健センター　4階
【内容】骨密度測定・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
【定員】45人（要予約）
申し込み・お問い合わせ　福祉保健課　☎㉓3871

令和8年「夕暮れ時、ちょっと早めのライト・オン運動」の実施
10月1日㈬から12月31日㈬まで実施します。
秋から冬にかけては日没が早くなります。交通事故を防ぐため、一人ひとりが交通安全を心がけましょう。
【運転者の皆さんへ】
歩行者、周囲の車両、道路上の危険を早期に発見するため、夕暮れ時は早めのライト点灯をお願いします。
【歩行者・自転車運転者の皆さんへ】
自身の存在を車の運転者にいち早く知らせるため、夜間や夕暮れ時は反射材用品やライトの活用を心がけましょう。
お問い合わせ　防災危機管理課　☎㉓8118

感震ブレーカーで地震火災を防ごう！
大規模地震では、停電復旧時に発生する「通電火災」に注意が必要です。通電火災の防止には、揺れを感知して自動で電気を遮断する「感震ブレーカー」が有効です。
市では、簡易型感震ブレーカーの設置費用を補助しています。この機会に自宅の防災対策を見直しましょう。

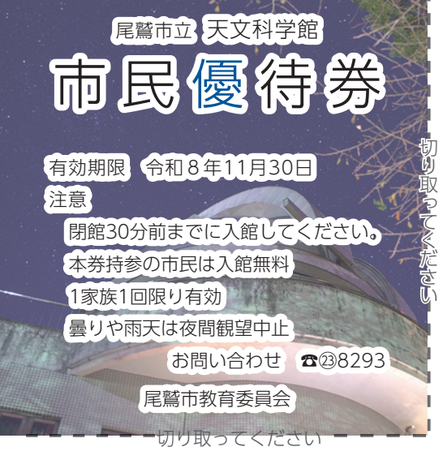

▲簡易型感電ブレーカー

お問い合わせ　防災危機管理課　☎㉓8118

第38回　尾鷲市社会福祉大会
【日時】11月29日㈯　午前10時～正午（受付：午前9時30分～）
【場所】中央公民館3階　講堂
【内容】
社会福祉に功労のあった人に対し、尾鷲市長表彰と尾鷲市社会福祉協議会会長表彰を行います。また小中学校の児童、生徒の福祉作品コンクールの表彰や、民生委員児童委員の活動紹介についての講演がありますので、ぜひご来場ください。
お問い合わせ　福祉保健課　☎㉓8201

地方税の納付について
地方税は、医療・福祉・教育・消防・道路整備など、私たちの暮らしを支える重要な財源です。この財源を確保するため、本市を含む東紀州地域の2市3町と紀州県税事務所が連携し、地方税の徴収に取り組んでいます。
地方税の滞納は、納期限内に納付している人との公平性を損ない、住民サービスにも影響するため、納期限内の納付をお願いします。納期限を過ぎても納付されない場合は、法令に基づく滞納処分の対象となります。
三重県では、11月・12月を「差押強化月間」として、県税の滞納整理に取り組んでいます。
災害や病気など、特別な理由で納期限内の納付が困難な場合は、未納のまま放置せず、市税等は税務課収納係、県税は紀州県税事務所へご相談ください。
お問い合わせ　税務課　☎㉓8173
紀州県税事務所　☎㉓3417

固定資産税（第４期分）、国民健康保険税（第６期分）、後期高齢保険料（第５期分）の納期限は11月30日㈰です。　税務課　☎㉓８１７３



釣りシーズンの安全装備の再確認をしましょう
東紀州地方の沿岸では、過去3年間に釣り中の事故が18件発生し、そのうち13件が海中への転落事故でした。
また、3人が亡くなっており、全員がライフジャケットを着用していませんでした。
釣りに出かける際は、天気予報を確認して無理をせず、防波堤や磯場での事故に備えて、必ずライフジャケットを着用しましょう。
ライフジャケットは命を守る大切な装備です。自分自身と家族や友人のため、安全第一で釣りを楽しみましょう。
詳細はこちら
お問い合わせ　尾鷲海上保安部交通課　☎㉒3277

27～33歳程度の独身の人へ　同世代との新しい出会いを見つけませんか？
こだわりのドーナツを楽しみながら、同世代と気軽に交流できるイベントです。
交流企画や特産品のプレゼントもあり、参加者全員にNISCO（ニスコ）で使える1，000円券をプレゼントします。
【イベント名】THIS DONUTS（ディス ドーナツ）FUN DONUTS（ファン ドーナツ）
【日時】12月12日㈯　午後1時45分～3時55分（受付：午後1時30分～）
【会場】NISCO 離れ（御浜町上市木2198-1）
【対象者】御浜町・熊野市・紀宝町・尾鷲市・和歌山県新宮市に在住・在勤の27～33歳程度の独身男女
【定員】最大20人（男女各10人）程度
【参加費】無料
【申込締切】12月6日㈯
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

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、気軽にご相談ください。（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】11月28日㈮　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・㉓7883

町の人口（令和８年９月末）
人口	男	女	世帯数
15,000	7,139	7,861	7,000

町の動き
出生	死亡	転入	転出
8	21	19	25

おめでた
町名	子の名前	届出人
栄町	大野紬姫（おおのつむぎ）	和博（かずひろ）
朝日町	TRAN DANG TUAM PHONG（チャン ダン トゥアン フォン）	TRAN DANG PHUONG（チャン ダン フォン）

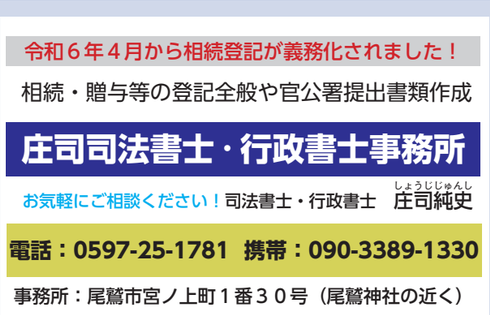
おくやみ
町名	氏名	年齢	町名	氏名	年齢
栄町	仲 保史（なか やすし）	75	新田町	神保 中（じんぼ あたる）	81

戸籍届け出時に掲載依頼された人です。【令和８年９月１日～ 30日受付分】

し尿くみ取り日程
九　鬼　11月2日㈪午前中のみ
三木浦　11月4日㈬午前中のみ
11月5日㈭～9日㈪
三木里　11月10日㈫～13日㈮
梶　賀　11月16日㈪
古　江　11月17日㈫～20日㈮
曽　根　11月24日㈫
賀　田　11月25日㈬～30日㈪
※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　☎㉒0605







有料広告欄

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９月末、カード保有枚数は11,809枚、保有率は78.5％です。 お問い合わせ　市民サービス課　☎㉓8161

広報おわせ　2026（令和8年）11月号
発行日　令和8年11月1日
編集者　尾鷲市市長公室広報係

〒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.873

天文科学館　☎㉓0525

【夜間観望会】入館：午後7時～9時
6日㈮・7日㈯
　土星・亜鈴星雲・アンドロメダ銀河・はくちょう座アルビレオ
13日㈮・14日㈯
　土星・海王星・アンドロメダ銀河・ケフェウス座ガーネットスター
20日㈮・21日㈯
　満月前の月・土星・天王星・すばる
27日㈮・28日㈯
　土星・天王星・アンドロメダ銀河・すばる
※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。

☆81㎝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　☎㉓8282

おはなしだっこ（自由参加）
対象　0歳児～2歳くらい
日時　11月5日㈬
　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　11月14・21日
　午前11時～

今月の休館日
2日㈪・9日㈪・16日㈪
24日㈫・30日㈪

リサイクルフェア
　図書館では、除籍等により不用となった本や雑誌を有効活用していただくため、希望者に無償でお譲りするリサイクルフェアを開催します。
【日時】11月21日㈯
　午前10時～午後3時
【場所】中央公民館3階　講堂

おすすめ図書

《一般図書》



それでも、わたしらしく。
キム ユウン／著　西野明奈（にしのはるな）／訳　かんき出版
　誰かの正解を生きようとして見失った自分を取り戻す88のエッセイ。
　私らしく生きたい、でもどうしてうまくいかないんだろう……。
　日々、諦めることが増えていくとしても「自分」らしい姿だけは失くさないことを願って。あなたの人生はあなただけのもの。あなたの肩を抱きしめる小さな温もりになりますように。

《児童図書》



きみのいすはなかった
ダニエル・ギル／文　スーザン・ギャル／絵
かわの たろう／訳　岩崎書店
　少年時代の体験を教師として子どもたちに語るギル先生。親友と誕生日会に行くことになった。晴れ着に身を包み、はずむ気持ちで扉をたたいたが、待っていたのは「ともだちには、いすがない」というひとこと。
　大人になったギル先生が40年以上、なぜ、いつも教室に椅子をひとつ多く置くことにしたのか。子供も大人にも読んでほしい絵本です。

その他
ツッコミたくなる！正解がヘンすぎる雑学クイズ
こざき ゆう／文　Meppelstatt（メッペルスタット）／絵

#おわフォト　交通ルールを楽しく学ぼう！



　9月25日㈭、尾鷲小学校で交通安全教室が開催されました。
　児童たちは実験や音楽を通して交通安全の大切さを楽しく学びました。

人の動き（9月末現在）

人　口	14,710人（前月比 −6）		
	（男6,852人　女7,858人）		
世帯数	8,490世帯（前月比 ＋2）		
転　入	27人	転　出	18人
出　生	2人	死　亡	17人
その他	0人（住民基本台帳）		

VEGETABLE OIL INK　「広報おわせ」は、再生紙・植物油インキを使用しています。