

美杉だより

第105号

平成31年1月1日

発行:美杉総合支所

平成31年から→??元年へ出発

担当:地域振興課

電話:272-8080

目次

美杉小学校5年生 ??元年へ出発	1
所得税・市県民税 申告相談会日程	2
つるだDrの 健康アドバイス	3
子育てサークル そらまめだより	3
栄養パトロールからの お知らせ	3
満天の星空を満喫しよう	4
各地区文化祭・秋まつり	5
三重県福祉関係功労表彰	5
「元気づくり教室」 参加者募集のお知らせ	5
伊勢本街道奥津宿街道市	5
仲山神社「夫婦杉」	6
ミツマタの森ミニ公園	7
ちどりの里15周年感謝祭	7
上太郎生の イルミネーション点灯	7
国津神社「秋の大祭」	7
平成30年度人権作文・ ポスター・標語優秀作品	8
美杉人権を考えるつどい	8
森林セラピーイベント アロマな1日参加者募集	9
美杉中学生の林業体験	9
名松線を守る会会員報告	9
冬期における 「う回路」の安全走行	9
総合支所からのお知らせ 行政相談日	9
お知らせ	10



お
め
で
と
う



あ
け
ま
し
て



新しい時代への節目となる2019年。

最高学年となる今年も元気に仲よくがんばります！

美杉小学校5年生



所得税・市県民税申告相談会日程

詳しくは広報津1月16日号折り込みチラシをご覧ください。

三重県教育文化会館と市内24カ所の出張会場で、申告相談会が開催されます。

申告会場では、税務署職員や市職員がアドバイスしながら、会場で申告書の作成をお願いしています。

美杉地域では下記のとおり申告相談会が開催されます。

市民税課、各総合支所市民福祉課及び各出張所窓口では申告相談は行いませんので、申告相談がある方は各申告会場へお越しいただきますようお願いいたします。

また、次の①から⑪の申告は、**申告相談会場では受けることが出来ません**ので、税務署が開設する三重県教育文化会館での所得税確定申告会場で行ってください。

- | | | |
|------------------|--------------------------|-------------------------|
| ①青色申告 | ②損失申告 | ③株式・土地等の譲渡所得 |
| ④山林所得・先物取引に係る雑所得 | ⑤初めて住宅借入金特別控除を受ける申告 | ⑦外国に住んでいる人を扶養に入れる申告 |
| ⑥外国籍の方の申告 | ⑧特定支出控除の適用を受ける申告 | ⑨個人事業者の消費税・地方消費税・贈与税の申告 |
| ⑩亡くなった方の申告 | ⑪相続等に係る生命保険契約書等に基づく年金の申告 | |

◎ 申告に必要な主なもの

- **本人確認書類（マイナンバー（個人番号）の番号確認ができるものと身元確認および代理権の確認ができるもの）** ○ 印鑑（認め印）
- 給与、公的年金等の源泉徴収票、各種支払調書等収入のわかるもの（金額に関係なく全て必要）
- 営業、農業、不動産等の収支内訳書（事前に作成しておいてください。）
- 各種控除証明書（生命保険、地震保険の控除証明書など）
- 各種保険料納付済通知書（国保、介護保険、後期高齢者医療保険、国民年金保険料納付証明書、任意継続保険料領収書など）
- 寄附した団体から交付を受けた寄附金の受領証など
- 平成30年中に受けた医療費控除の明細書（事前に作成しておいてください。）
- 所得税等が還付になる方は、申告者名義の還付先口座がわかるもの
- ※ 申告内容によっては、他に書類が必要になることがあります。

◎ 申告相談会日程

月 日	時 間	会 場	時 間	会 場
2月 4日(月)	9時00分 ～11時30分	下之川地域住民センター	13時30分 ～16時00分	竹原地域住民センター
2月 7日(木)	9時00分 ～11時30分	伊勢地地域住民センター	13時30分 ～16時00分	太郎生多目的集会所
2月 8日(金)	9時00分 ～11時30分	八幡地域住民センター	13時30分 ～16時00分	多気地域住民センター
2月18日(月)	9時00分 ～12時00分	美杉総合文化センター 会議室 1	13時00分 ～16時00分	美杉総合文化センター 会議室 1

◎ 公的年金受給者のための所得税等確定申告事前相談会

日時：2月5日（火） 9時30分～11時30分・13時30分～15時30分

会場：津市白山町川口897番地 白山公民館

☆ 問い合わせ 所得税等 津税務署 ☎228-3131
市県民税 市民税課 ☎229-3130 美杉総合支所市民福祉課 ☎272-8083

つるだDrの



健康アドバイス～冬のオススメ！乾燥対策！

No.19



あけましておめでとうございます。寒さが苦手な鶴田は今年も凍えています。

冬は空気が乾燥します。乾燥すると、インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなります。

また、肌がカサカサになり痒みになったり、夜間などの咳やのど痛の原因になったりします。さまざまな病気や症状の原因になるので、乾燥対策はぜひオススメです。

冬の乾燥対策はいいことがいっぱいなので、ぜひやってみてください。



☆感染症・咳の予防☆

- ・空気を潤すため加湿器をつける
- ・寝ている間等にマスクをしておく
- ・肌の乾燥を防ぐため、ワセリンなどで保湿を毎日行う



津市家庭医療クリニック

美杉町奥津929番地(高齢者生活福祉センター内)

☎274-0066

伊勢地巡回診療所 ☎090-9025-6632

【診療科目】 内科、外科、小児科、整形外科
心療内科

※健診・予防接種は要予約

診療時間 (受付時間)	【診療時間(受付時間)】			
	※金・土・日・祝日・年末年始は休診			
曜 日	月	火	水	木
午前8:30 ～11:30	○	○	○	○
午後1:00 ～4:00	訪問診療 予約診療	／	伊勢地 巡回診療	訪問診療 予約診療

※年始は1月7日(月)から通常通り診察いたします。



子育てサークルそらまめ

のお知らせ

親子のふれあいと交流の場として、毎月集まっています。
ぜひ、気軽にお越しください！

みそ作り

託児あり

日時: 1月25日(金)

10:00～12:00頃

場所: 美杉保健センター

持ち物: 参加費(1家族1,000円程度)

エフロン、三角巾、
飲み物



※申込〆切: 1月23日(水)

問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089



栄養パトロールからお知らせ

栄養パトロールに参加しませんか？

栄養パトロールでは、皆さんが
住み慣れた地域で暮らし続けられ
るよう、保健師、管理栄養士、歯
科衛生士等が地域へ出向き、健康
相談を行っています。

ぜひサロンなどでご活用くださ
い。詳しくは、下記までお問い合
わせください。



栄養パトロール内容

身体チェック

➡ 血圧や握力、バランス
チェックなどを行います

栄養チェック

➡ 簡単な質問で栄養状態
が分かります

栄養・歯科
相談

➡ 食事、歯の困りごとを
ご相談ください

問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089

満天の星空を満喫しよう



この写真は、平成30年夏、シーズン中のスカイランドおおぼらキャンプ場から南の空を撮影した写真で、星の日周運動を捉えたものです。

街の明かりは、生活の利便性が向上していくに伴って夜遅くまで煌々と光り続けているため、光が弱い星は年々見えなくなっています。

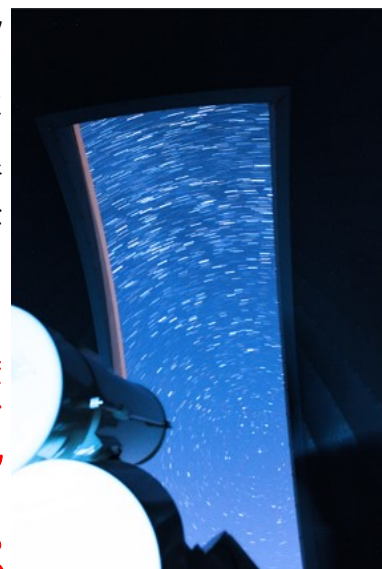
しかし、スカイランドおおぼらは街の明かりの影響を受けにくい場所（標高約700m）にあるため、市街地などで見る星の数とは比べ物にならない程多くの星を見ることが出来ます。

また、天候条件が整えば天の川もくっきり見ることができます。

スカイランドおおぼらキャンプ場は毎年4月27日から9月末まで営業していますので、夏休み、お盆休みなどでお孫さん等が帰省されたら是非この星空を見せてあげてください。「夜空にはこんなに沢山の星があったんだ!」、「綺麗」と感動されることでしょう。また、40cm口径の天体望遠鏡もあり、月のクレーターもくっきり見ることができます。（天体望遠鏡による天体観測及びキャンプは、事前予約が必要となります。）

※営業日、休業日などスカイランドおおぼらについて詳しくはQRコードから津市ホームページへアクセスの上ご確認ください。

また、インターネットでも津市ホームページにてご確認ください。



問い合わせ スカイランドおおぼら ☎272-1138
美杉総合支所地域振興課 ☎272-8085

〔竹原地区文化祭〕

秋晴れの中、地域の皆様の作品の展示や立派に育った野菜のせり市等、大勢の人たちで賑わいました。



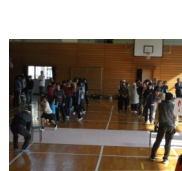
〔太郎生地区秋まつり〕

秋晴れのもと会場の旧太郎生小学校は児童生徒や地区民の作品展示、2分の1成人式、じゃんけん大会等で賑わいました。



〔伊勢地地区秋まつり〕

地元歌手松本まさおきさんの歌謡ショーと、軽スポーツ大会が行われ会場は笑顔であふれていました。また、展示会場は沢山の力作でいっぱいになりました。



各地区文化祭・秋まつり

〔八幡地区秋まつり〕

力作ぞろいの作品展示や、中学生のブラス演奏、やっば美杉さんのよさこい、満水競争などで、和気あいあいと楽しい一日を過ごしました。



〔多気地区文化祭〕

吹奏楽やアカペラサークルも参加して記念すべき40回目となる素晴らしい文化祭になりました。



〔下之川地区文化祭〕

好天に恵まれた中、素晴らしい作品展示、美味しいバザーや立派に育った農作物の即売会で賑わいました。



池田勝之民生委員が三重県福祉関係功労表彰を受けられました

池田勝之民生委員(竹原)は、平成13年12月から17年以上にわたり民生委員・児童委員として地域の見守り活動に力を入れられており、高齢者や困っている人の相談にのっていただいています。長年の活動、誠にありがとうございます。



「元気づくり教室」参加者募集のご案内

竹原公民館地域創造セミナー

栄養パトロール～フレイル予防でいつまでも元気に過ごそう～

日 時： 1月29日(火) 10時～12時
場 所： 竹原地域住民センター
内 容： 調理も片付けも超簡単！体験！シニア料理
お口の「健康講話」・血流測定(無料)
参 加 料： 材料費100円
申込締切： 1月21日(月)
申 込 先： 竹原公民館(☎262-3014)
◎血流測定・お口の健康講話のほか災害時にも役立つ簡単お料理の体験試食まで盛り沢山です。ご参加をお待ちしています。

問い合わせ 竹原公民館 ☎262-3014

伊勢本街道 奥津宿 街道市

【1月の街道市は、
お休みします。】

次回開催は、2月9日(土)
を予定しています。

皆様のお越しをお
待ちしています。



美杉町八知の新名所

八知の仲山神社御神木を「夫婦杉」と命名

八知地区の県道久居美杉線旧県道西側の石段を登ると、朱色に輝く春日造りの八知仲山神社の本殿や神殿が鎮座しています。

八知仲山神社はその昔、後三条天皇の時代(西暦1068年～1073年)当地に神が祀られ、八知地区の住民が氏神様として崇め、また南北朝から室町時代には伊勢国司北畠公の祈願所として奉られてきた940年以上の歴史ある神社です。

その境内には幹回り約5メートル、樹高30メートルを超える杉の大木が2本並んで仲睦まじくそびえ立っています。

この2本の大杉は、室町時代(西暦1338年～1573年)に植樹されたもので樹齢約600年と伝えられ、八知仲山神社の御神木として地域の皆様に敬われ、大切に守り継がれてきました。

八知仲山神社の宮世話さんや地域の皆さんが600年の長きにわたり仲良く寄り添う2本の杉は、夫婦のように見えることから「夫婦杉」と命名してこの大杉の歴史を後世に伝えるため保全していこうとの気運が高まり、昨年11月22日、「いい夫婦の日」に命名記念式典が行われました。

命名記念式典は、地域の皆さまの他、町内の90歳以上のご夫婦4組と多数のご来賓の方々をご招待して、厳かに執り行われました。

今後は毎年11月22日に記念の祭礼等を行っていく事も確認されました。

夫婦杉は、正面右側が「男杉」、左側が「女杉」で、しめ縄でしっかりと囲われ、健康と幸せを願って美杉町の皆さまを温かく見守っています。

ご夫婦やカップルに限らず、美杉町の新しい名所として一度ご覧いただきたいと思います。

八知仲山神社宮世話一同



～伊勢は二見の夫婦岩、美杉は八知の夫婦杉

いついつまでも仲睦まじく、杉の大樹に見守られ～

「ミツマタの森ミニ公園」を整備

伊勢地地区の新たな名所になった「ミツマタの群生地」。昨年は沢山の方に訪れていただきました。しかしながら、体力的等、現地までは行けない方々にもミツマタの花を楽しんでいただこうと昨年11月18日（日）に緑の募金交付事業の支援を受け、沿道の空き地へミツマタの苗76本を植栽し、「ミツマタの森ミニ公園」として整備しました。

今年の3月中旬には、見事な花を咲かせてくれることと思います。

伊勢地地域づくり委員会では、「他人（ひと）に教えてあげたい風景等」を観光資源と位置付けて、まずは自分たちが楽しく、そして伊勢地を訪れていただく方々との交流やおもてなしの心を大切に活動していきたいと考えています。



上太郎生のイルミネーション点灯

上太郎生地区の国道368号沿いに12月9日（日）からイルミネーションが点灯されました。

これは上太郎生区有志の「上太郎生地域の21世紀を考える会」（略称：KT21）が、平成13年から稲の刈り入れ後の田や土手を活用して地域の活性化を図ろうと始めたものです。

今年も町内を通行される方々に、夜間に映える美しい光の輝きを楽しんでいただけるよう昨年より数も増やし、工夫も凝らして作成されました。

点灯時間は午後5時から午前0時までです。

このイルミネーションは2月末まで点灯される予定です。お近くをお通りの際は、是非ご覧ください。



美杉竹原ちどりの里

15周年感謝祭が行われました！

11月25日（日）、JR名松線伊勢竹原駅前で、「美杉竹原ちどりの里15周年感謝祭」が行われました。新鮮野菜に、音楽ライブ、餅つき、美杉特産の飲食や物販店舗が大集合し、普段は寂しい無人駅が、来場者数500名（主催者発表）が賑わう活気のある駅へと変貌しました！

支えて下さる皆様のお陰で大盛況となりました事、改めて感謝の気持ちで一杯です。

毎週土曜日7時から11時半、竹原三叉路にて、次の節目を目指して頑張ります！



太郎生・国津神社の秋の大祭

（子ども神輿が盛大に・・・）

11月23日（金・祝）、いちょうに彩られた国津神社での舞の奉納や上・中・下太郎生の三地区の子ども神輿の練り歩きなど、太郎生地区恒例の行事がさわやかな秋晴れのもと、盛大に行われました。



平成30年度人権作文・ポスター・標語優秀作品



美杉小6年 松本 沙季さん



美杉中3年 小竹 陽花さん

人権ポスター

いたしません 傷つくことや わけへだて

一志町波瀬 松室 晃さん

僕だけ 違うって おかしいの？

美杉中2年 前山 陽哉さん

「こんにちは」のあいさつは 地域をつなぐ合い言葉

美杉中1年 三浦 桃子さん

友だちは ぼくのだいじな 宝もの

美杉小6年 奥村 一平さん

仲間がいると 笑顔になれる

美杉小5年 中森 優衣さん

一歩ふみだしたい

美杉中3年 嶋田 佳純さん

あなたは あなたのままでいい

美杉中2年 片野 夏実さん

※12月9日に開催の 美杉人権を考えるつどいで発表
していただきました。

人権標語

人権作文

自分からの「勇気」

美杉小6年 小竹 真花さん

「美杉人権を考えるつどい」を開催しました

12月9日（日）、美杉総合文化センターで「美杉人権を考えるつどい」を開催しました。

第1部の美杉小・中学生による人権作文の発表では、人権学習を通しての自身の心の変化や思いを自分の言葉で表現し、また梅ヶ丘教育集会所学習会に参加する中学生は、学習会の様子を再現する形で、自分たちの思いを発表しました。

第2部は、みえ人権教育・啓発研究会所長 松村智広さんに「へこたれへん～人はきっとつながれる～」と題して、自身の体験に基づいたお話をユーモアたっぷりにわかりやすく講演いただきました。

また、12月4日（火）～9日（日）の間、美杉総合文化センターエントランスホールにて人権標語・ポスターの入選作品とみすぎ杉の実作業所の紹介展示を行いました。

たくさんのご来場ありがとうございました。



森林セラピー基地イベント

アロマな一日 室内でアロマセラピー開催

寒い季節も「こころ」と「からだ」の健康を保ちましょう。アロマセラピーを通じて森林セラピーの効果を実感。軽く体を動かして筋肉をほぐして本来の呼吸を取り戻します。当日はアロマ製品の手作り体験もあります。できたアロマ製品はおみやげにお持ち帰りいただけます。

日時 平成31年2月17日(日)

午前10時～午後3時

(受付午前9時30分から)

場所 美杉総合文化センター 会議室1・2

参加料 2,000円(昼食、体験料込)

内容 アロマスプレーコースとミツロウクリームコースのどちらかをお選びください。

問い合わせ 津市森林セラピー基地運営協議会
☎272-8082

【名松線を守る会会員加入数報告】

H30. 11. 30現在

正会員	竹原地区	460人	八知地区	700人
	太郎生地区	367人	伊勢地地区	406人
	八幡地区	397人	多気地区	506人
	下之川地区	298人		

賛助会員 359人 合計 3,493人

たくさんのご加入、ありがとうございました。

今後ともご支援をよろしくお願いいたします。

名松線を守る会 役員一同

冬期における県道15号通行止に伴う「う回路」の通行にご注意を！！

県道15号の通行止により、市道逢坂線のほか市道瀬之原逢坂線などをう回路として通行いただいておりますが、市道によっては幅員が狭く、これから冬期を迎え、積雪等が予想されることから、通行には十分にご注意ください。



問い合わせ 地域振興課 ☎272-8085

中学生林業体験を行いました！

11月8日(木)、美杉中学校1年生を対象に、林業について学び、体験することで、地元の産業について理解を深めることを目的とした林業体験実習が行われました。講師は美杉地域で林業を営まれている三浦林商の三浦妃己郎さんに務めていただきました。中学生は木のぼり体験、ロープ上げ体験、火おこし体験、チェーンソー体験など、普段できない作業を体験して、今まで詳しく知らなかった林業について楽しく学ぶことができ、大変満足している様子でした。体験の最後に行われた杉の木の手入れは大迫力で、自然と歓声が上がりました。



【総合支所からのお知らせ】

新年明けましておめでとうございます。

美杉町の皆様には、輝かしい新年をお健やかに過ごしのこととお慶び申し上げます。

旧年中は津市の行政にご理解、ご協力を頂き、誠にありがとうございました。

さて、今年は4月末をもって平成から新しい元号に改元される記念すべき年になります。

美杉総合支所も気持ちを新たに美杉だよりを通して市政情報や美杉町の出来事、また皆様の生活や健康に直接関わる記事等を見やすく、読みやすく提供してまいりたいと考えています。

本年も美杉だよりをご支援いただきますようお願い申し上げます。

美杉だより編集委員一同

行政相談

日時 1月10日(木)13:30～15:00

場所 伊勢地地域住民センター

お気軽にお越しください。

問い合わせ 地域振興課総務担当 ☎272-8080

1月下之川健康相談

下之川地域住民センターで健康相談を無料で実施しています。

血圧測定や尿検査もできますので是非ご利用ください。

日時 1月18日(金) 9時30分～12時30分

☆相談日:毎月第1、第3金曜日(祝日の場合は、休業となります。)※1月4日(金)はお休みです。

場所 下之川地域住民センター

問い合わせ 相談日(9時30分～12時30分)

☎276-0333(下之川健康相談所)

相談日以外(平日8時30分～17時15分) ☎272-8084(美杉総合支所市民福祉課)

三重県立一志病院健康教室

予約不要・参加無料

“健康”について 一緒に 楽しく 学びましょう!

後期第3回 今日からできる!肺炎対策!

講師:行俊 浩平(一志病院 医師)

日時 1月8日(火) 13時～14時

場所 一志病院診療棟2階会議室

問い合わせ 三重県立一志病院 外来 津市白山町南家城616

☎262-0600(内線110) F A X 262-3264 電子メール ihos@pref.mie.jp

**市民福祉課より**

シルバーエミカの申請およびポイントチャージの手続きについて

●シルバーエミカの申請 ☞マイナンバーカード、暗証番号が必要

○対象者 市内在住の65歳以上の方(平成31年3月末時点)

●ポイントチャージ(更新) ☞シルバーエミカが必要

○対象者 30年3月末までにシルバーエミカのポイントを使用した方(上限が2000ポイントになるようにポイントを付与します。)

◇窓口 ○市民福祉課 平日(祝日及び年末年始を除く)

(8時30分～17時15分)

○各出張所 次の予定は2月です。(右表のとおり)

9時00分～11時30分、13時30分～16時00分

※来年度は5月以降、年数回実施する予定です。

問い合わせ 市民福祉課(☎272-8084)

2月の予定

14日	木	午前	多気出張所
		午後	八幡出張所
19日	火	午前	竹原出張所
		午後	下之川出張所
25日	月	午前	太郎生出張所
		午後	伊勢地出張所

～森もり元気になろう!美杉～(健康づくり推進員)からのお知らせ**私たちと一緒に“健康づくり”をすすめましょう!**

健康づくり推進員は、健康について学び、自らが健康に、さらに地域にも健康づくりを広げていく活動をしています。

私たちが企画する健康づくりのための活動に参加して、一緒に楽しく健康づくりをすすめましょう。

次回の2月号では、体操教室についてご案内します。お楽しみに!

問い合わせ 美杉保健センター☎272-8089



【電話番号】美杉総合支所

地域振興課 272-8080・8082・8085

市民福祉課 272-8083・8084

人権センター 272-8096

保健センター 272-8089

教育事務所 272-8091

※その他の電話番号などは美杉総合支所へお問合せください。