

# 美杉たより

第113号  
令和元年9月1日

発行:美杉総合支所

## 第31回・みすぎ夏まつり納涼花火大会

毎年恒例となりました「みすぎ夏まつり納涼花火大会」が8月11日(日)の「山の日」に美杉中学校グラウンドで開催されました。

大会当日は、台風の影響も心配されていましたが、雨も降ること無く絶好の花火大会となり多く人で賑わいました。



第1部では美杉連山のろし太鼓、こども盆踊り、よさこいソーラン演舞が行われ、第2部の打ち上げ花火が上がり始めると、観客からは「音がもの凄い」「美杉の花火と言えばこの音」と山々に轟く大音響を褒め称える声が聞かれました。

また、美杉の夏の風物詩となっている美杉手筒会による『手筒花火』の大迫力に観客は目を奪われ、市内外はもちろん県外からも多くの写真愛好家が駆け付け、火の粉舞い散るその雄姿をカメラに収めていました。

このみすぎ夏まつり納涼花火大会は、「山々に轟く、打ち上げ花火の大音響」、「男たちが心であげる手筒花火の勇壮な姿」はもちろんのこと、大会に関わる全ての人、「美杉を元気にしよう!」という熱い思いで支えられているからこそ開催することができる、地域を挙げてのビックイベントです。

大会にご尽力いただきました地域の皆様及び関係者の皆様、並びにご協賛・ご支援くださいました方々に紙面をお借りして厚くお礼申し上げます。

みすぎ夏まつり実行委員会 実行委員長 眞伏 敏男

担当:地域振興課  
電話:272-8080

### 目次

第31回・みすぎ夏まつり納涼花火大会	1
久居美杉線 災害復旧工事の状況	2
津市食生活改善 推進協議会美杉支部	2
和田Drの健康一口メモ	3
伊勢本街道歴史探訪秋の多気宿・霧山城ウオークと薪能鑑賞の募集	3
健康づくり教室	3
霧山薪能と 野点・箏の演奏	4
羽田朝子記念映画上映会	4
美杉ホットテラス 美秋祭開催のお知らせ	4
人権標語の募集	5
寂庭の宴夜間特別鑑賞会	5
子育てサークル そらまめのお知らせ	5
美杉地域人権学習会	5
学生奨学金返還支援事業 助成金の募集	6
全国中学校体育大会出場	6
伊勢本街道奥津宿街道市 案山子コンクール開催中	7
津市森林セラピー基地 グランドオープン 10周年記念事業開催	8
夏休み名松線で行く! 宿題解決と自然満喫 プランを開催	9
栄養パトロールからの お知らせ	9
スカイランドおおぼら 天体観測施設からの お知らせ	9
お知らせ	10

## 久居美杉線（八知～比津）災害復旧工事の状況

県道久居美杉線（美杉町八知～比津）は、昨年の台風により大規模な土砂崩れが発生し、全面通行止となっています。

現在、本年12月末の開通に向けて復旧工事を急ピッチで進めています。

工事が完了するまでの間、もうしばらくご不便をお掛けしますがご理解・ご協力をお願いします。



最新情報は  
WEBで



### 【8月1日現在の工事現状】

問い合わせ 三重県建設事務所事業推進室 道路二課 ☎223-5230



津市食生活改善推進協議会美杉支部です

～楽しく一緒に活動する仲間を募集中！～



私たちは、食生活や健康づくりについて学び、料理を通して食生活の大切さをお伝えしているボランティアグループです。様々な活動を通して、地域のみなさんの健康づくりを応援しています。

8月3日（土）、美杉総合文化センターで開催された第3回HAPPYな子育て応援フェスティバルにおいて、減塩みそ汁の試飲、食育クイズなどの啓発活動を行いました。減塩みそ汁を試飲した人からは「だしの味が効いていて、薄さは感じなかった。」「家でも試してみたい。」との感想が聞かれました。



問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089



和田Drの

## 健康一口メモNo.4～トイレが近くて困っていませんか？その②

皆さん、おかわりないでしょうか？

今回は、尿の回数が多くなる病気についての2回目です。

尿を出したあとに尿が出きっていない感じ（残尿感）があり、尿の回数が多くなってはいませんか？その場合、前立腺肥大や膀胱の収縮障害などが考えられます。膀胱の収縮障害は、糖尿病、腰部脊柱管狭窄症、脊髄障害、パーキンソン病、加齢などが原因となります。

残尿の有無は、尿をした後に膀胱に残っている尿を腹部エコーで簡単に確認できます。

治療は、尿道の抵抗を減らす薬や膀胱の収縮を高める薬を使います。残尿が多いときは、カテーテル（細い管）を、尿道に入れて、尿を出すこともあります。残尿が多い状態が続くと、膀胱炎、腎盂腎炎を生じたり、水腎症をきたし腎臓の機能が悪化することもあります。尿の回数多くて困っている方はご相談ください。



津市家庭医療クリニック 美杉町奥津929番地(美杉高齢者生活福祉センター内) ☎274-0066

※伊勢地診療所巡回時は

☎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

※金・土・日・祝日は休診

診療受付時間	月	火	水	木
午前8時30分 ～11時30分	○	○	○	○
午後1時～4時	訪問診療 予約診療	/	伊勢地 巡回診療	訪問診療 予約診療

## 伊勢本街道 歴史探訪

## 秋の多気宿・霧山城ウォークと

## 新能鑑賞に参加しませんか？

午後1時に「道の駅美杉」を出発し、北畠神社を拝観、街中ウォークや霧山城登山後に雪姫亭で夕食となります。

お茶会、箏の演奏の他、午後5時30分からは、能や狂言など幽玄の世界をお楽しみいただきます。

日 時：9月28日（土）  
12時30分～受付  
（昼食は各自済ませてください。）

集合場所：道の駅美杉

募集人数：50人

参加費：1,500円  
（夕食・庭園拝観料・保険料など）

募集期間：9月7日（土）～21日（土）

申込先：伊勢本街道を活かした地域づくり協議会  
（伊勢奥津駅前観光案内交流施設ひだまり）  
☎212-0168

## 健康づくり教室

みんなで楽しく、ウォーキング！生活習慣病予防・転倒予防・筋力アップのために体を動かしましょう。ぜひご参加ください！

日時：10月11日（金）

時間：9時30分～（受付9時～）

内容：健康運動実践指導者による講話

ウォーキング

集合場所：下之川地域住民センター

（雨天時は、同センター室内で行います。）

持ち物：タオル、飲み物、歩きやすい服装

問い合わせ

美杉保健センター

☎272-8089



## 霧山薪能と野点、箏の演奏

- 日時● 9月28日(土)  
野点と箏の演奏：14:30～16:30  
薪能：17:30～20:00

- 場所● 北畠神社境内(美杉町上多気)  
※雨天の場合は、美杉多気体育館で開催

- 内容● 野点・白山高等学校茶道部  
箏の演奏・セントヨゼフ女子学園高等学校、中学校箏部  
能「羽衣(はごろも)」・喜多流 長田 驍さんほか  
狂言「竹生島参(ちくぶしままいり)」・和泉流 井上 松次郎さんほか  
仕舞「天鼓」「半蔀(はしとみ)」「隅田川」「殺生石」



能「羽衣」

国の名勝に指定されている北畠氏館跡庭園を楽しみながらの野点・箏演奏を、夕刻からは荘厳な雰囲気の中で繰り広げられる能・狂言の幽玄の世界をお楽しみください。

問い合わせ 文化振興課 ☎229-3250

津市文化振興基金自主事業  
羽田朝子記念映画  
上映会

**入場無料**

## 上映映画

① 家族はつらいよ2(108分)※

② 父ありき(94分)

※①は、バリアフリー映画(日本語字幕付き)

とき 9月13日(金) 13時00分(12時30分開場)

ところ 美杉総合文化センター 多目的ホール(定員300名)

問い合わせ 文化振興課 ☎229-3250

日活撮影所に勤め、石原裕次郎の付き人をしていた羽田朝子さんは生前「もし残るものがあれば、両親の故郷である津市の文化的、芸術的な事業に役立ててほしい」と希望され津市へ多額の寄附金をご遺贈いただきました。

映画に携わってこられた羽田さんへ感謝の想いをこめて、今年も羽田朝子記念映画上映会を開催します。



©2016「超高速!参勤交代リターンズ」製作委員会

## 美杉ホットテラス・美秋祭開催のお知らせ

美杉ホットテラスでは、施設ご利用者様と地域住民の皆様の交流を目的として、「美杉ホットテラス美秋祭」を開催致します。音楽や踊り等のサークルの皆様の実演のほか、軽食や飲み物の販売も行われます。皆様お誘い合わせの上、お気軽にお越しくださいませ。

日時：9月26日(木) 14:00～15:30

場所：美杉ホットテラス(津市美杉町下之川5299-1)

**※入場無料、予約不要です**

問い合わせ ☎276-7007(担当・久保)

## 人権標語を募集します

津人教美杉支部・津市では、差別をなくす取り組みを推進し、人権が尊重される明るく住みよい美杉地域の実現を図るため、人権標語を募集します。

## 募集内容

人権を尊重することの重要性を簡潔に表現したもので応募者本人の自作・未発表のもの。

## 応募対象

津市美杉町在住、在勤の方（高校生以上）

応募作品 ひとり2点まで

応募期間 9月1日(日)～10月10日(木)

提出先 美杉人権センターまたは、  
美杉教育事務所

☆詳しくは、9月1日の新聞折込、または、出張所に設置してある募集チラシをご覧ください。

問い合わせ 美杉人権センター ☎272-8096

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、集まっています。ぜひ、気軽にお越しください！

## 今後の予定

10月25日(金) 健康相談・栄養相談

11月22日(金)★ 料理教室

12月20日(金) 健康相談・栄養相談

1月24日(金)★ 味噌づくり

2月28日(金) 健康相談・栄養相談

3月13日(金) 座談会

※ ★がある日は申し込みが必要です。

詳細は毎月の美杉だよりに掲載します。

問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089

## 寂庭の宴

## 夜間特別鑑賞会

「北畠氏館跡庭園 ライトアップ」

11月8・9・10日 17:30~20:30



当代庭園中、全国屈指の作とされる「北畠氏館跡庭園」は、樹齢500年の古木の森に包まれた250坪の苑地に、清らかな水の米字池と豪快な枯山水の石組、そして一面の苔の緑、まさに名勝庭園の風格を備えるとともに、室町時代二百四十年のこの地方の栄華や、歴史の哀歓を秘めた貴重な史跡でもあります。

庭は往時の武将達の荒々しい心を鎮め、安らげる為の「たまゆら（玉響）の庭」として、大変重要な意味がありました。きっと現代の私達の心も癒してくれるに違いありません。

静寂と漆黒の闇に浮かび上がる鮮やかな紅葉との調和の美しさに包まれながら、郷土の歴史に思いをさせてみてはいかがでしょうか。

寄稿：北畠氏館跡庭園ライトアップ事業実行委員会

## 美杉地域人権学習会

【伊勢地地区】

と き：9月10日(火) 13:30～

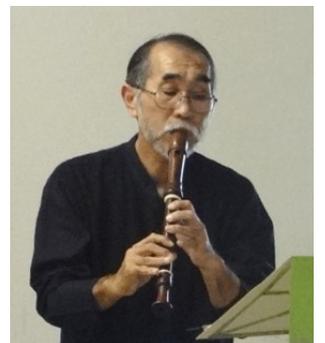
ところ：伊勢地地域住民センター

講 師：元雲出小学校校長

佐野 孝之さん

演 題：「ちょっと深い話～童謡編～」

リコーダーの演奏を聴いたり、童謡の歌詞の意味を一緒に考えたりします。ちょっと深い、やさしいお話です。



問い合わせ

美杉人権学習会運営委員会

☎272-8091（美杉教育事務所）

## 学生奨学金返還支援事業助成金の募集のお知らせ

三重県戦略企画部戦略企画総務課では、若者の県内定着を促進するため、県内の指定地域への居住等を条件に、大学生等の奨学金返還額の一部を助成します。

【募集期限】令和2年1月17日（金）17時まで

【応募資格】申請時に大学院、大学、短期大学、高等専門学校、専修学校専門課程の最終学年又はその1年前の学年の在学学生で就業先が決まっておらず、卒業後に県内の指定地域に定住を希望される方（その他条件あり）※詳細は、お問い合わせください。



【募集人数】20人

【助成金額】在学中に借受予定の奨学金総額の1/4（上限100万円）

【WEB】

問い合わせ 三重県戦略企画部 戦略企画総務課 ☎224-2009 FAX224-2069

## 祝・全国中学校体育大会出場

7月22日（月）、23日（火）伊勢市で行われた全日本中学校通信陸上大会で、美杉中学校3年生の樋口七海さんが、中学女子100m、中学女子200mで全国大会参加標準記録を突破し、8月21日から24日に大阪・ヤンマースタジアム長居で行われる第46回全日本中学校陸上競技選手権大会に出場することになりました。当日は持てる力を存分に発揮し、上位入賞を期待しています。



また、10月11日～13日に神奈川県で行われる第50回全日本ジュニアオリンピック陸上競技大会にも出場します。

【※この記事は、美杉だより掲載の関係から8月15日現在の内容で記載しています。】

7月13日から始まった中体連夏季総体でも各部が活躍しました。テニス部では、松本・竹森ペアが3回戦に、1年生ペアも2回戦に進みました。野球部はMHK（美杉中学校・東橋内中学校、香海中学校合同チーム）として、3年間の成果を発揮しました。



総合文化部とブラスアンサンブル部は、7月25日笑美の里を慰問訪問し、利用者の方々と楽しいひと時を過ごしました。



## 伊勢本街道 奥津宿 街道市開催のお知らせ

開催日：9月14日（土） 午前8時30分～午後2時

場 所：美杉町 奥津（川上口近く）

JR伊勢奥津駅うら国道368号沿い街道市の“のぼり”が目印です。  
川魚の塩焼き・新鮮野菜の即売会など、会員が心を込めた街道市です。  
是非お立ち寄りください。

問い合わせ 八幡地域活性協議会 商工部長 中野 忠夫 090-7438-0992



## 案山子(かかし)コンクール開催中です！！

毎年美杉小学校では、5年生が米づくり体験学習の一環として、案山子づくりに挑戦しています。今年も5月に親子で作った案山子を田植えをした田に立てに行きました。子どもたちが作ったユニークな案山子は、この夏も子どもたちの代わりに大切なお米を守ってくれます。場所は、「道の駅・美杉」の北側です。恒例の「案山子コンクール」も行われています。子どもたちが一生懸命作った案山子をご覧ください、投票をお待ちしています。

投票箱、投票用紙は「案山子設置場所」、「道の駅・美杉」に設置されています。



【 ○の写真は小学生が、□の写真は保護者が製作した案山子 】

## 津市森林セラピー基地グランドオープン10周年記念事業開催！

津市森林セラピー基地がグランドオープン10周年を迎えることを記念して、10月20日(日)に10周年記念事業を開催します。

まず、朝9時30分からは、世界的な登山家で、森林医学の権威者でもある今井通子さんをお招きして記念講演会を開催。森林セラピーをはじめ、森の力についてお話しいたします。講演会は参加費無料、どなたでも聴講できますので、お誘い合わせてお越しください。

また、当日は記念ウオークも併せて開催。今井通子さんと一緒に歩く森林セラピーウオークと、森の中での演奏会を楽しんでいただけます。参加費は無料ですが、昼食代実費800円が必要です。参加には事前のお申し込みが必要です。なお、記念ウオークには、記念講演会から引き続いてご参加いただく必要がありますのでご注意ください。

### ①記念講演会

と き：10月20日(日) 9:30～  
受付9:00～

ところ：美杉総合文化センター多目的ホール

参加費：無料

講師：今井通子さん  
(医師・登山家)



### ②記念ウオーク

と き：10月20日(日)

※記念講演会から続けて開催

ところ：森林セラピーロード三多気蔵王コース

参加費：無料(ただし昼食代800円が必要)

出演：Choji

内容：森林セラピーウオークと  
森の中での演奏会

定員：100人(先着順)

## 他にも季節のイベントが盛り沢山！！



### 「アサギマダラとふれあう

塚原コースセラピーウオーク」

下之川地区のフジバカマ畑はバイパス沿いで、市営温浴施設のすぐ隣り。

駐車場も近いのでアサギマダラの観察を気軽にできます。



と き：10月11日(金)

9時30分～15時00分

受付9時00分開始

ところ：塚原ヒストリーコース(約4km)

参加費：2,000円(昼食、保険込み)

定員：30人

募集期間：9月9日(月)～10月4日(金)

### 「森林セラピーウオークで

アサギマダラに出会う旅」

アサギマダラを飛来させようと美杉町でいち早く取り組んでいる太郎生地区は、大きなフジバカマ畑の他にも色々な場所で栽培が盛んです。



と き：10月14日(月・祝)

10時00分～15時00分

受付9時30分開始

ところ：美杉町太郎生地内(約7km)

参加費：2,000円(昼食、保険込み)

定員：50人

募集期間：9月9日(月)～10月4日(金)

### 問い合わせ・申し込みは

津市森林セラピー基地運営協議会事務局 ☎ 272-8082

(美杉総合支所地域振興課内)



## 夏休み名松線で行く！宿題解決と自然満喫プランを開催

8月2日（金）、3日（土）の両日、市内の小学生とご家族を対象に「夏休み名松線で行く！宿題解決と自然満喫プラン」を開催、12家族32人の親子が参加しました。内容は、焼杉を活用した小鳥の巣箱作りとアマゴのつかみ取り、夕方からは大洞キャンプ場でテントを張ってアマゴの塩焼きとカレーで夕食。キャンプ場が夕闇に包まれると星空観測。

この日は猛暑でバテバテでしたが、夜は満天の星空に疲れも忘れて大感激。大洞山の木々に包まれながら慣れないテントでスヤスヤと・・・。

翌朝は日の出と共に早起きし、牛乳パックでホットドックを作って朝食を。その後、セラピストさんの案内で森林セラピーコースを散策して全ての日程が終了しました。



【焼杉を施しての巣箱作り】



【アマゴのつかみ取り】



【朝食のホットドック作り】



【森林セラピーコースを散策】



## 栄養パトロールからのお知らせ

熱中症から命を守ろう



熱中症は梅雨入り前から発生し、7月から9月頃にかけて多くなります。特に、その日の体調が大きく影響するため、日頃から体調管理を心がけ熱中症を予防しましょう。

## ＜暑さに備えた体づくりをしよう＞

- ・規則正しい生活習慣を心がけましょう
- ・十分な休養や睡眠を取って、体調を整えましょう
- ・主食、主菜、副菜のバランスのとれた食事を心がけましょう

## ＜水分補給をしよう＞

- ・飲み物を持ち歩き、喉が渇く前にこまめに飲みましょう
- ・就寝中にも熱中症は起こるので、寝る前に水分補給をしましょう
- ・運動や体を動かすときは、30分に1回程度は休憩しましょう
- ・たくさん汗をかくときは、スポーツドリンクで塩分も補給しましょう



問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089

## スカイランドおおぼら天体観測施設からのお知らせ

今年の「中秋の名月（十五夜）」は、満月の前日9月13日（金）となります。

十五夜の歴史は古く、平安時代に中国から貴族に広まったといわれています。月を見ながら酒を酌み交わし、船の上で詩歌や管弦に親しむ風流な催しだったそうです。また当時の月見の方法はロマンチックで、空を見上げて直接月を眺めるのではなく、水面や盃の酒に映った月を見て楽しんでいたようです。「十五夜」が一般的に広く楽しまれるようになったのは江戸時代に入ってからだといわれています。ただ月を眺めるというものではなく、収穫祭や初穂祭の意味合いが大きかったようです。

～ お月見をしよう！！ ～

2019年9月 夜空での出来事

9月14日（土）・・・満月

9月29日（日）・・・新月



さあ、今年は色々な方法でお月見をしてみませんか！？

## 9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、栄養指導もできますので是非ご利用ください。

日時 12日(木)・26日(木) 午後1時30分～4時30分

☆相談日：毎月第2、第4木曜日(祝日の場合は、休業となります。)

場所 下之川地域住民センター内

問い合わせ 相談日(午後1時30分～4時30分) ☎276-0333(下之川健康相談所)

相談日以外(平日、午前8時30分～午後5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!

前期第6回 運動のススメ

講師：木村 咲香(一志病院 理学療法士)

日時 9月10日(火) 午後1時～午後2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) FAX262-3264 電子メールihos@pref.mie.jp



お知らせ

## 市民福祉課より

## 各地区敬老会の日程

地区	日時	会場
太郎生地区	9月 3日(火)10:30受付	姫石の湯
八幡地区	9月 8日(日)10:30受付	美杉高齢者生活福祉センター
多気地区	9月16日(月)10:00受付	美杉多気体育館
下之川地区	9月19日(木)10:00受付	下之川住民交流センター
竹原地区	9月22日(日)10:00受付	美杉竹原体育館
八知地区	9月23日(月)10:00受付	美杉総合文化センター
伊勢地地区	9月28日(土)10:00受付	美杉伊勢地体育館



## ～森もり元気になろに！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”を始めませんか？

健康づくり推進員養成講座

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。

あなたも健康づくり推進員になって私たちと一緒に楽しく健康づくりをすすめましょう。



問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089

【内容】地域で健康づくりを広げていくために、運動・栄養・生活習慣病予防・心の健康など幅広く健康づくりについて学びます。全7回シリーズ(10月～12月)

【場所】 白山保健センター

【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。