

美杉だより

第116号
令和元年12月1日

発行:美杉総合支所

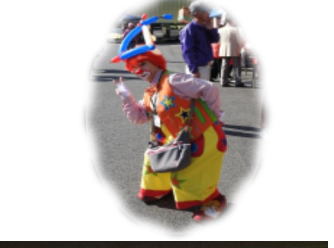
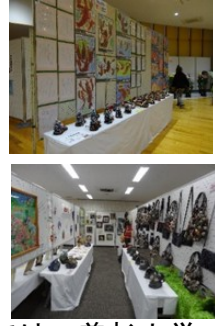
令和元年度 「みすぎ秋まつり」が開催されました

11月3日(日・祝)、みすぎ秋まつり実行委員会が主催する「令和元年度みすぎ秋まつり」が美杉総合文化センターで盛大に開催されました。

当日は天候にも恵まれ絶好の祭り日和となり、大勢の人が来場されました。

美杉の郷ホール(多目的ホール)でのステージイベントでは、美杉小学校児童による合唱、美杉小学校1年生から3年生の低学年児童による文化箏演奏、美杉中学校生徒による和太鼓演奏、美杉連山のろし太鼓による太鼓の演奏、美杉町三多気出身の日置秀彦さんによる講演会、美杉文化協会による芸能発表が行われました。

また、屋外では特産品販売などの各種ブースが出店され、地元の味覚を味わったり、買い物などを楽しむ人で大いに賑わいました。絵画や手芸、生け花などの作品展示は、11月2日(土)から4日(月)までの3日間展示され、訪れる人々の目を楽しませてくれました。



コミュニティバスの運行等について

先日、三重県から皆様にお知らせしましたとおり、長期間ご迷惑をおかけしておりました県道久居美杉線(八知・比津間)の災害復旧工事が完了し、11月14日から通行が可能となりました。それに伴い、臨時運行していました津市コミュニティバスは11月15日から通常運行となっていますのでご確認ください。

問い合わせ 地域振興課 ☎272-8080

担当:地域振興課
電話:272-8080

目次

みすぎ秋まつり が開催されました	1
コミュニティバスの 運行等について	1
歳末餅つき 大作戦2019	2
美杉人権を考えるつどい 開催のお知らせ	2
おこしなして市場 を開催	2
和田Drの 健康一口メモ	3
栄養パトロール からのお知らせ	3
子育てサークル そらまめのお知らせ	3
北畠氏館跡庭園 ライトアップ	4
介護者教室のご案内	4
伊勢本街道奥津宿 街道市開催のお知らせ	5
小学生のサツマイモ 収穫体験	5
スカイランドおおぼら 天体観測施設からの お知らせ	5
行政相談・人権相談	5
美杉地域自主防災訓練 が開催されました	6
第46回 美杉木材まつりを開催	6
美杉老人クラブ連合会 グラウンドゴルフ大会 開催	6
津市森林セラピー基地 10周年記念イベント を開催	7
お知らせ	8

歳末餅つき大作戦2019

歳末餅つき大作戦2019にご参加いただけるボランティアの方を募集しています。

地域のみなさんで心を込めてお餅をついて、80歳以上の高齢者がいるご家族へ配り「あったか正月」を迎えていただくとするものです。

多くの方のご参加をお願いします。

日時 12月15日(日) 午前9時から

場所 美杉高齢者生活福祉センター



【昨年の様子】

問い合わせ・申し込み

美杉地区社会福祉協議会 ☎274-0022

美杉人権を考えるつどい開催のお知らせ

～みんなが笑顔になるために～

日時 12月8日(日) 13:00～15:30

場所 美杉総合文化センター 多目的ホール

第1部 美杉小・中学生の人権作文発表
教育集会所中学生学習会による発表

第2部 明石 一郎さん講演会(関西外国語大学教授)

「心の窓を少し開いて」

～好感・共感・親近感

が人権力を育む～



★詳しくは、広報津11月16日号と同時配布のチラシをご覧ください。

人権作品(入選者)展示

会場 美杉総合文化センター エントランス

期間 12月3日(火)～8日(日)

8:30～17:15

※8日(日)は15:30まで

みすぎ杉の実作業所による作品展示も行います。

【問い合わせ】美杉教育事務所 ☎272-8091

おこしなして市場を開催します！！

日時：12月14日(土) 午前10時～午後2時(雨天決行)

場所：美杉町八知・JR名松線伊勢八知駅前イベント広場(旧美杉村役場跡地)

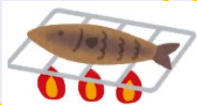


JA三重中央による
マコモシューマイ・
地場産野菜等の販売

美杉・白山・一志町の地場
産品や名産、特産品販売

白塚漁業加工組合による
魚貝等の水産加工品販売

焼き魚の試食
や貝汁のふる
まいがあります！



名松線でご来場の方先
着100名様、粗品進
呈！

美杉町の特産品や名松
線グッズ等を色々準備
しています

JR名松線

松阪駅発 7時32分・9時38分・11時33分

伊勢奥津駅発 9時35分・11時30分・13時06分



・会場周辺に臨時駐車場を準備しています。

・路上駐車はご遠慮ください

沢山の方のご来場を
お待ちしております

主催：おこしなして市場

問い合わせ 藤田☎274-0959 又は 中川☎275-0026



和田Drの

健康一口メモNo.5～めまいでこまっていますか? その②

今回は、耳の異常によるめまいについてお話ししたいと思います。

まず耳が原因のめまいは、命にはかかりません。ただしめまいの他に耳がきこえにくくなった場合は、【突発性難聴】の可能性があります。難聴が回復せず、きこえにくさが残ることがあるため、早急に耳鼻科を受診してください。耳が原因のめまいで最も多いのは【良性発作性頭位めまい症】です。耳の奥（内耳）に体のバランスをみる器官（半規管）があり、その中に小さい粒状の石（耳石）が数多くあります。加齢や外傷でその石の一部がはがれ、頭や体を動かす際に動き、周囲がぐるぐるまわるようなめまいが生じます。そのため目が開けられず、動けなくなり、むかむかします。嘔吐することもあります。その石の動きが止まるとめまいは止まり、持続時間は数分です。頭や体を動かすたびに症状が出ます。はがれた石が出て行くと良くなり、数時間から数日で自然に完治します。この病気には数タイプあり、石を出すような体位変換をすると、すぐに治るタイプもあります。この病気は内科で対応が可能ですので、ご相談ください。

津市家庭医療クリニック ☎274-0066

※伊勢地診療所巡回時は☎090-9025-6632

12月27日～1月5日は年末年始のため休診

※金・土・日・祝日は休診

【インフルエンザ予防接種ご希望の方へ】
12月よりワクチンの数が制限されるため予約の方優先で実施します。ご希望の方は、必ず事前にご連絡をお願いします。（電話でも可）

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



栄養パトロールからのお知らせ

～寒い季節の食中毒を予防しよう!～



寒い季節に発生する食中毒はウイルス性が多く、その代表的なものは「ノロウイルス」です。

<症状と原因は?>

1～2日で吐き気や嘔吐、下痢や軽度の発熱など風邪のような症状が出ます。感染していても症状が出ない場合もあります。

原因は生や加熱不十分の二枚貝などで、二次感染で人から人への感染がみられます。

★私たちができること、こころがけること★

- ・「早寝・早起き・朝ご飯」で生活リズムを整えよう!
- ・手洗いをしっかりと! 「外出先から戻ったとき」「調理をするとき」「食事の前」「トイレの後」などに、ていねいに手を洗おう!



問い合わせ：美杉保健センター ☎272-8089



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!

保健師・栄養士による
健康相談・身体測定

日時：12月20日(金)

9:30～12:00

※受付は11:00まで

場所：美杉保健センター

持ち物：母子手帳

1月は味噌づくりをします。詳しくは、1月号美杉だよりをご覧ください。お楽しみに!

問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089

北畠氏館跡庭園ライトアップ

沢山の方々にお越しいただきありがとうございました。

色づきはじめた木々が水面に映りこみ、ひととき美しい北畠氏館跡庭園において11月8日、9日、10日の三日間「ライトアップ」を開催しました。

地域の方はもとより、県内外から沢山の方にお越しいただき、参道に置かれた竹行灯の揺らめく蝋燭(ろうそく)の灯りが幻想的な雰囲気醸し出す中、庭園内の米字池周辺のいくつものライトにより、暖かみのある色で包まれるモミジなどの鑑賞を十分に楽しんでいただくことができました。

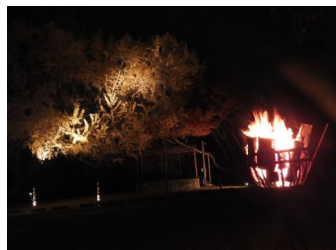
境内では屋台やテントで販売された温かい食べ物が喜ばれ大勢の方々に賑わっていました。



沢山の方々にご協力いただき、盛況に終わることができましたこと厚くお礼申し上げます。ありがとうございました。

来年も皆様の期待に応えられるよう頑張ります。お楽しみに……。

北畠氏館跡庭園ライトアップ実行委員会



介 護 者 教 室 の ご 案 内

開催日 12月7日(土)

場 所 特別養護老人ホーム笑美の里

受 付 午前9時20分より

講 演 午前10時～午前11時30分(予定)

参加者 **どなたでもご参加頂けます。**

講演「インフルエンザ感染予防」

三重県立一志病院

副看護師長・感染管理認定看護師 **大久保 幸世 様**

主 催 社会福祉法人明光会

特別養護老人ホーム 笑美の里

笑美の里デイサービスセンター

笑美の里ショートステイセンター

問い合わせ 笑みの里 ☎272-8800



伊勢本街道 奥津宿 街道市開催のお知らせ

開催日：12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

小学生のサツマイモ収穫体験

1・2年生が、下之川老人クラブの方々にお世話になって、サツマイモの収穫をしました。

6月に老人クラブの方々と一緒につるさしをさせていただいたサツマイモが、大きく大きく育って、子どもたちを待っていてくれました。

子どもたちは「見て見て、こんなに大きいのがとれたよ!」「またあった!ここにもあるよ。」と大喜びで土の中をさがすことができました。

掘りたてのサツマイモの他にもお土産をいただいて、楽しい思い出とともにサツマイモでカバンをいっぱいにして帰ってきました。

下之川老人クラブの皆さん、ありがとうございました。



スカイランドおおぼら天体観測施設 からのお知らせ

～流れ星をみよう～

今月はふたご座・こぐま座流星群が見頃をむかえますがいずれも観測条件は良いとはいえません。

～部分日食をみよう～

今月26日、地球と太陽の間に月がくることにより、午後2時30分～午後4時30分頃に月が太陽の一部を隠してしまう「部分日食」を観測することができます。ただし、この現象を見るために直接太陽を見ないでください。観察には日食グラスを利用しましょう。

2019年12月 夜空での出来事

12月12日（木）・・・満月

12月26日（木）・・・新月

問い合わせ

地域振興課 ☎272-8085

行政相談・人権相談

【 行政相談 】

日時：12月5日（木）

午後1時30分～午後3時

場所：グリーンハウス美杉

【問い合わせ】

地域振興課総務担当

☎272-8082

【 人権相談 】

日時：12月5日（木）

午後1時30分～午後3時

場所：美杉人権センター相談室

【問い合わせ】

地域振興課人権啓発担当

☎272-8096

お気軽にお越しください

令和元年度・美杉地域自主防災訓練が開催されました

10月27日（日）、下之川多目的グラウンドにおいて津市自主防災協議会美杉支部主催による美杉地域自主防災訓練が「直下型地震による大規模な災害が発生した」との訓練想定に基づき、行われました。

約200名の参加者は4班に分かれて、消火器取扱・心肺蘇生や応急救護・避難所運営訓練等に真剣に取り組みました。

また、訓練には（株）中部電力の発電車や津市水道局の給水車も展示され、参加者全員が特殊車両の説明を受けました。

津市自主防災協議会美杉支部では、防災訓練を今後も各地区持ち回りで順次実施していきます。



自助・共助の重要性



「第46回 美杉木材まつり」を開催

10月24日（木）、美杉木材協同組合の主催による第46回美杉木材まつりが「“三重の木” “美杉の木” 国産材の復権をめざして！」をテーマに、有限会社美杉木材市場で開催されました。

買い付けには、県内はもとより奈良・岐阜県等の遠方から多数の方がみえられ、会場である木材市場は活気に包まれていました。



美杉老人クラブ連合会

グラウンドゴルフ大会開催！！

11月6日（水）、フットパーク美杉において「第11回グラウンドゴルフ大会」が開催されました。

当日は雲一つない晴れやかな青空で、暖かな日差しの中187人のプレーヤーが集結しました。好プレーの連続でホールインワンも42人の方が出され、大いに盛り上がりました。親睦・交流も深まり、皆さんの笑顔があふれる素晴らしい1日となりました。



津市森林セラピー基地10周年記念イベントを開催しました



10月20日(日)、津市森林セラピー基地グランドオープン10周年を記念し、記念講演会と記念ウオークが開催されました。記念講演会では、医師でもあり登山家の今井通子さんを講師にお招きし、「森の力」と題して自然が人に与えてくれる健康効果についてご講演いただきました。講演会の開催にあたり、前葉津市長の主催者あいさつ、またご臨席いただいた今井県議と倉田市議にご来賓の祝辞を頂戴しました。さらに、前葉津市長から、津市森林セラピー基地運営協議会と、10年以上地域の森林セラピーに先導者、指導者としてご尽力いただきました6人の方に対して、感謝状が贈呈されました。講演会には市内外から250人を超える来場者で会場は満員となり、中には子供連れのご家族の姿もありました。ご来場の皆さんは熱心に今井講師の話を聞かれ、森林セラピー基地の意義と価値を改めて知っていただきました。



記念講演会に続いて行われた記念ウオークでは、今井講師も同行され三多気から太郎生の蔵王公園までを往復するコースを歩きました。120人の参加があり、前日までの雨でコースにはぬかるみ等、状態の悪い所もありましたが、皆さん元気に森を楽しんでいました。昼食の美杉産食材を使って地元商店が心を込めて作った森林セラピー弁当は、大変好評をいただきました。ウオークの折り返し地点である太郎生の蔵王公園では、美杉町在住のシンガーソングライター「Choji(チョージ)」さんの森の演奏会が行われ、参加された皆さんは、日常生活をしばし忘れ、森の澄んだ空気の中で、穏やかな木漏れ日と風にそよぐ木々、そして優しい歌声を聴きながら、心安らぐひとときを過ごされました。また、今回でイベント参加通算5回を達成された方々には岡田会長から記念品が贈られました。帰りのコースは雨による悪路を避けるため若干遠回りの道に変更しました。登り下りが往路よりもきつくなりましたが、皆さん全員が頑張ってゴールされていました。

これからも津市森林セラピー基地運営協議会では皆さんに楽しんでいただけるイベントを開催していきます。



12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) 13時30分～16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 相談時(13時30分～16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2回 **ストレス・不安と上手に付き合う方法**

講師 中村 太一(一志病院 医師)

日時 12月10日(火) 13時00分～14時00分

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

**市民福祉課より****〈高齢者の福祉〉緊急通報装置事業について**

- 緊急通報装置とは**… ひとり暮らしの高齢者等が急病などの緊急時に速やかに連絡が取れるよう簡単な操作で通報できる装置です。緊急ボタンを押すと緊急通報センターに通報が入り状況に応じた対処をします。また、月に1回、安否確認をしています。
- 対象者**… この装置の設置対象者は、市民税非課税世帯の65歳以上で、ひとり暮らしの高齢者もしくは寝たきりの者を抱えた高齢者の世帯、障がい者を抱えた世帯となります。詳しい要件はお問い合わせください。
- 利用料**… 無料(電話回線を利用するため通話料はかかります。)
- 協力員**… 近隣の方等2人以上の協力員が必要です。対象者の状況によりご協力をお願いすることがあります。

問い合わせ：市民福祉課 ☎272-8084

**～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****みすぎ秋まつりに参加しました！**

11月3日に行われた、みすぎ秋まつりでスクエアステップや足の筋力アップになる運動を行いました。スクエアステップは、転倒予防、認知症予防に効果があります。子供から高齢者まで多くの方にご来場いただき、間違えても、うまくできても、みんなで笑いあって楽しく過ごしていただきました。

私たちが企画する健康づくりのための活動を美杉だよりでご案内します。是非ご参加いただき、一緒に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

【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。