

## 美杉中学校2年生の職場体験学習

6月7日(水)～9日(金)の3日間、職場体験学習をおこないました。美杉町内の白山消防署美杉分署、美杉郵便局、特養千年希望の杜美杉、八知保育園、美杉リゾートホテルアネックス、そば処如月の6つの事業所に2年生生徒が1名～3名に分かれてお世話になりました。初めての体験ばかりで、最初は戸惑うこともあったようですが、最終日には、充実した表情で終えることができました。

事業所で働く方々との出会いを通して、働くことの大切さと大変さを学ぶことができました。感想には、「笑顔を大切にすることが大切」「最初はあまり大きな声であいさつできていなかったけど、3日目は大きな声でできた！」「普段見れないところも見れたことがよかった。」などがあり、学びの多い3日間になったようです。(美杉中学校)



## 美杉中学校3年生の修学旅行

6月7日(水)～9日(金)の3日間、修学旅行に行ってきました。

1日目は、広島の実業ドームを見学し、原爆の悲惨さを学びました。班別行動ではそれぞれの班で計画した場所を巡り、名物のもみじ饅頭を買いました。夜は本場の広島焼をみんなで堪能しました。

2日目は、神戸へ。班別行動では、中華街でお土産を買ったり美味しいものを食べたりすることができました。人と防災未来センターでは、阪神淡路大震災について学ぶことができました。

3日目は、待ちに待ったUSJへ。子どもたちはお揃いのカチューシャやキーホルダーを買い、アトラクションに乗るなど時間いっぱい楽しみました。

3日間、天気も良くとても充実した時間を過ごすことができました。子どもたちにとってとても素敵な思い出となりました。(美杉中学校)



担当：地域振興課  
電話：272-8080

### 目次

美杉中学校2年生の職場体験学習	1
美杉中学校3年生の修学旅行	1
第32回 みすぎ夏まつり納涼花火大会	2
各地区の夏祭り・盆踊り日程	2
君ヶ野ダム湖畔エコウオーク(清掃活動)を開催	2
和田Dr.の健康一口メモNo.52	3
夏休み企画 こども料理教室	3
8月下之川健康相談	4
美杉高齢者生活福祉センター生活支援ハウス入居のご案内	4
令和5年度みすぎ秋まつりを開催します。	4
空き家情報バンクからのお知らせ	4
美杉図書室からのお知らせ	4
美杉人権センター「知ってほしい身近な人権」	5
津市美杉森林セラピーイベント情報	5
がん検診・健康診査・結核健診のお知らせ	6
医療法人尚徳会 ヨナハ丘の上病院巡回診療開始式典	6
美杉地域人権学習会のお知らせ	6
栄養パトロールからのお知らせ	7
子育てサークル そらまめのお知らせ	7
美杉の石造物	7
美杉木材市場、初市の開催	7
美杉小学校1・2年生、梅の収穫体験	8
美杉幹部交番からのお知らせ	8
多気地域の竹灯籠点灯と道の駅美杉特別延長営業のお知らせ	8
津市消防団美杉方面団、水防訓練を実施!	8

## 第32回 みすぎ夏まつり納涼花火大会

日時：令和5年8月11日（金・祝）  
会場：美杉中学校グラウンド

### 第1部

18：30～ 開会宣言（オープニング）  
18：35～ Chojiミニコンサート  
19：00～ よさこいソーラン演舞  
19：25～ 美杉連山のろし太鼓演奏

### 第2部

19：45～ 主催者・来賓あいさつ  
20：00～ 花火点火式・打ち上げ花火  
20：15～ 手筒花火  
20：35～ 打ち上げ花火  
21：00 閉会宣言

※雨天の場合は12日（土）に順延・順延日雨天の場合は中止となります。

問い合わせ：みすぎ夏まつり実行委員会事務局（津市美杉総合支所地域振興課内）  
☎272-8085

## 各地区の夏祭り・盆踊り日程

開催日	夏祭り・盆踊り(8月)	会場
13(日)	八知地区納涼大会	八知駅前広場
13(日)	高巖寺盆踊り花火大会	高巖寺駐車場
13(日)	太郎生夏まつり	太郎生多目的 集会所駐車場
14(月)	丹生俣盆おどり	丹生俣 多目的集会所
14(月)	KT21夏まつり	上太郎生旧消防 詰所裏広場
24(木)	下多気区・西向院盆おどり	西向院境内

「竹原納涼盆踊り大会」・「かわせみ庵盆おどり」・「下之川納涼盆踊り大会」・「いせじ夏まつり」は行いません。詳細については、各地区の実行委員会や代表者にお問い合わせください。

なお、天候や地域の諸事情で中止や変更となる場合がありますのでご了承ください。

## 君ヶ野ダム湖畔エコウオーク (清掃活動)を開催

6月17日（土）、雲出川流域の環境保全等に取り組む新雲出川物語推進委員会が、雲出川漁協の方々等と協力しながら、雲出川周辺の環境保全と地域振興を目的としたエコウオークを開催しました。

市内のみならず四日市市の方や会社員数人の同僚とその家族など計72人が参加し、君ヶ野ダム湖周辺の森林セラピー・君ヶ野ダム湖畔コースを中心に清掃活動を行いました。

エコウオークに参加された方からは、「自然をきれいにしたいという思いで参加しました。（子どもと2人で参加した男性）」、「天気も良く、木陰もあり、自然がいっぱいで気持ちがいいです。（市内の会社の社員数人で参加した男性）」との話を伺いました。





和田Dr.の

## 健康一口メモ No.52～胸痛

皆さん、おかわりないでしょうか。今回から胸痛についてお話します。「胸が痛い」「胸がずつない」などの症状の原因となる病気は以下のものがあります。

- ①心臓や血管の病気: **狭心症、心筋梗塞、大動脈解離、肺塞栓症**、心膜炎
- ②肺や胸膜の病気: 肺がん、胸膜炎、自然気胸
- ③消化器の病気: 急性膵炎、胆石症、逆流性食道炎、胃・十二指腸潰瘍
- ④神経や肋骨や皮膚の病気: 肋間神経痛、肋骨の骨折、带状疱疹
- ⑤精神の病気: 心臓神経症、パニック障害

※特に心臓や血管の病気である狭心症、心筋梗塞、大動脈解離、肺塞栓症は、緊急な対応が必要です。

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

【管理者: 和田Dr.】 ※伊勢地診療所巡回時は電話090-9025-6632

【診療科目】内科、外科、小児科 (※金・土・日は休診。) ※8月14日(月)・15日(火)は医師の都合のため休診します。

診療受付時間	月	火	水	木
8:30～11:30	外来診療	休診	外来診療	外来診療
13:00～16:00	訪問診療	外来診療※13:30～	巡回診療(伊勢地)	訪問診療

※感染予防のため、発熱、咳、咽頭痛、鼻水等の症状のある方は、毎週月・木曜日11:30～12:00、火曜日13:00～13:30に外来診察します。診断にあたってコロナウイルス等抗原検査(小学生以上対象)を実施(費用1,000～3,000円程度(保険適用))。受診前に必ずご連絡をお願いします。

津市国民健康保険竹原診療所 美杉町竹原2777番地 ☎262-3076

【管理者: 田中Dr.】 ※竹原診療所では発熱、咳等の外来診療は行っていませんので、ご了承ください。

【診療科目】内科(金午後のみ)

診療受付時間	金
13:00～16:00	外来診療



## 夏休み企画 こども料理教室



森もり元気になろに美杉 × 食生活改善推進協議会美杉支部 × 三重大学医学部学生 コラボ企画

森もり元気になろに美杉(健康づくり推進員)と食生活改善推進協議会美杉支部、三重大学医学部学生が共同で、こども料理教室を開催します。夏休みのひとときを私たちと一緒に楽しんでみませんか?

日時: 8月21日(月) 9:30～12:00(受付9:15～)

場所: 美杉保健センター

対象: 小学生とその保護者

参加費(材料費・保険料)

1人 400 円

(事前予約制)

おじいちゃんや  
おばあちゃんの参加も  
大歓迎です!



受付は、先着順(先着8組)となります。

FAX(☎272-1120)もしくは、

メール(272-8089@city.tsu.lg.jp)にてお申し込みください。

FAX・メールの件名に「料理教室申し込み」と記載いただき、参加者全員の氏名、年齢、住所、連絡先をお知らせください。

申し込み〆切: 8月15日(火)17:00まで

問い合わせ: 美杉保健センター ☎272-8089

**8月下之川健康相談**

下之川健康相談所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 10日(木)・24日(木) 13:30~16:30

☆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 下之川健康相談所(下之川地域住民センター内)

問い合わせ:相談日(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(市民福祉課)

**美杉高齢者生活福祉センター生活支援ハウス入居のご案内**

美杉高齢者生活福祉センターでは、高齢等により独立して生活することに不安のある方に向けて、安心して健康で明るい生活が送れるよう支援するため、生活支援ハウスの運営を行っています。(定員14室17人)

◎入居条件

- 入居にあたっては、次の条件すべてに該当しなければなりません。
- 1 津市内に住所があり、65歳以上の一人暮らし、又は夫婦のみで構成される世帯
  - 2 独立して生活することに不安のある方
  - 3 自炊ができる方
  - 4 養護老人ホームへの入所措置の基準に該当している方  
(※詳しくは問い合わせ先へ)



◎利用料金

居室料	1ヶ月につき	所得に応じた額
共益料	1ヶ月につき(1室1人)	10,000円
	1ヶ月につき(1室2人)	12,000円



入居等のご相談は問い合わせ先へ

問い合わせ:市民福祉課 ☎272-8084・社会福祉協議会美杉支部 ☎274-0022

**令和5年度 みすぎ秋まつり を開催します。**

日時 11月3日(金・祝)9時から15時まで

※ 展示作品は、11月1日(水)13時から6日(月)12時まで観覧できます。

会場 津市美杉総合文化センター・八知駅前広場(JR名松線八知駅前)

催物 (文化部門)作品展示や文化発表・(イベント部門)物産販売、各種ブース出展、ステージイベント

※文化部門の展示作品募集やイベント部門のステージ発表参加募集は、別紙折込チラシをご覧ください。

三重校ダンス部の  
演舞があります!

問い合わせ:みすぎ秋まつり実行委員会事務局(地域振興課内) ☎272-8082

**空き家情報バンクからのお知らせ**

津市空き家情報バンクでは、空き家の賃貸または売却を希望する方から申し込みを受けた物件を登録し、空き家の利活用を希望する方に対して情報を提供することで、移住を促進し地域を活性化する取り組みをしています。

美杉町内に所有されている空き家を「誰かに売りたい、誰かに貸したい」とお考えの皆さまはぜひ、津市空き家情報バンクに物件登録をご検討ください。

問い合わせ:地域振興課 ☎272-8082

**美杉図書室からのお知らせ**

おはなし会を開催します。

日時 8月17日(木) 10:00~

場所 美杉総合文化センター

内容 絵本の読み聞かせ



問い合わせ:美杉図書室 ☎272-8092



## 美杉人権センター「知ってほしい身近な人権」

### ～発達障がいってなんだろう～



**発達障がいって？** 発達障がいは、脳に機能的な問題が関係して生じる疾患であり、日常生活、社会生活、学業、職業上における機能障害が発達期に見られる状態をいいます。

**発達障がいは治らないの？** 人間は、時代背景、その国の文化、社会状況、家庭環境、教育など多様な外的要因に影響を受けながら、一生をかけて発達していく生き物です。それは、発達障がいをもつ人も同じです。つまり、年齢とともに成長をしていく部分もあり、必ずしも不変的な障がいとは言い切れません。

**どう向き合えばいいの？** 「障がいたから治らない」という先入観は、成長の可能性を狭めてしまいます。周囲が発達の仕方を理解し「障がいをもちつつ適応していく」という視点を持ち、サポートしていくことが大切です。

**発達障がいにはどんなものがあるの？** さまざまな種類の特性があります。いくつかの特性を併せ持つことが多く、状態は一人ひとり違うため、配慮の仕方も一人ひとり変わってきます。

**どんなことが起こりやすい？** 落ち着きがない、片付けが苦手、こだわりが強い、読み書き、計算が苦手、衝動的に動く、段取りがうまくできない、コミュニケーションが苦手、言語発達に比べて不器用、空気が読めない等

**どんな配慮が必要？** 発達のはかたは人それぞれ異なるため、得意不得意、困りごと一人ひとり違います。その人に合った方法を考え、受け入れることが大切です。

＜例＞その人が理解しやすい枠組みや段取りを作る・写真やイラストを使って説明する・こだわりへの理解と共感・失敗を責めない・自信を持てるよう褒める 等

発達障害情報・支援センターHP参照



**発達障がいは、もともとその人が持っている特性です。決して努力不足や怠慢ではありません。長所を伸ばし、短所は工夫して補う、その方に合った生活の仕方考えることが大切です。**

人権に関わること、お困りごと、いつでもご相談ください！ 美杉人権センター ☎272-8096

※美杉人権センター「知ってほしい身近な人権」は、隔月で掲載の予定です。



## 津市美杉森林セラピーイベント情報

美杉の里山を歩きながら健康なからだ作りをしませんか！



9/3(日) レッツ エンジョイ！ノルディックウォーキング(5)  
～北畠歴史探索コース～【募集期間:8/14～8/24】  
時間:9時～12時 定員:10人 参加料:1,000円(保険料込)

9/10(日) アマゴの郷 清流コースウォーク  
～平倉コース～ 【募集期間:8/21～8/31】  
時間:9時～16時 定員:30人 参加料:2,500円(昼食、保険料込)

9/17(日) おまかせ！セラピー 里山を歩くウェルネスウォーキング②  
～日神西浦コース～ 【募集期間:8/28～9/7】  
時間:9時～15時 定員:10人 参加料:4,000円(昼食、保険料込)

9/23(土) おまかせ！セラピー ネイチャーゲームを楽しもう  
～大洞山石畳コース～ 【募集期間:8/31～9/14】  
時間:10時～15時30分 定員:10人 参加料:4,000円(昼食、保険料込)



ひがわにしろら  
日神西浦コース



おおぼらやまいたみ  
大洞山石畳コース

問い合わせ:津市森林セラピー基地運営協議会  
事務局(地域振興課内) ☎272-8082

※受付時間は、8時30分から17時15分です。  
※天候などにより中止となる場合があります。

## がん検診・健康診査・結核健診のお知らせ

下記の日程で、がん検診・健康診査・結核健診を実施します。

詳しい日時、内容等は、「広報津」6月16日号と同時期に配布の「令和5年度 津市がん検診と健康診査のご案内」をご覧ください。

日程	場所	(X線) 胃	胸部レントゲン		大腸	子宮	(マンモ) 乳	肝炎	前立腺	(津市国保) 特定健診	後期高齢者健診
			肺	結核※							
9月22日 (金)	9:00~11:00	多気 地域住民センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	13:30~15:30	竹原 地域住民センター		●	●	●	●				
9月29日 (金)	9:00~11:00	下之川 地域住民センター	●	●	●			●	●	●	●
	13:30~15:30	伊勢地 地域住民センター		●	●			●	●	●	●
10月11日 (水)	9:00~11:00	美杉保健センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	13:30~15:30			●	●	●	●	●	●	●	●

申し込み  
開始日

8月18日(金)

申し込み先

三重県健康管理事業センター「健診センターサンテ」  
☎059-221-5115 (8:30~17:15) 土日祝日、年末年始を除く  
インターネットによる仮予約も可能です

津市 サンテ



※結核健診の申し込みは不要です。肺がん検診の受診券が必要となりますので忘れずお持ちください。

問い合わせ:【特定健診】 津市 保険医療助成課 保険担当 ☎229-3317  
【後期高齢者健診】 津市 保険医療助成課 後期高齢者医療担当 ☎229-3285  
【がん検診等】 津市 美杉保健センター ☎272-8089

### 医療法人尚徳会 ヨナハ丘の上病院 巡回診療開始式典

6月30日(金)、太郎生地区で巡回診療を開始する医療法人尚徳会ヨナハ丘の上病院巡回診療開始式典が太郎生多目的集会所で行われました。その後、巡回診療を行う美杉健康相談所に移動し、テープカットが行われました。



### 美杉地域人権学習会のお知らせ

～みんなが笑顔になるために～

【八幡地区】

日時: 令和5年8月25日(金)  
19:00~



場所: 八幡地域住民センター

講師: 社会福祉法人 洗心福祉会 竹下彰人さん

演題: 「認知症になった家族の人権を考える」

ご近所お誘いあわせて、ぜひお越しください。

問い合わせ: 美杉人権学習会運営委員会  
(美杉教育事務所内) ☎272-8091

## 栄養パトロールからお知らせ

屋内でもこまめに水分摂取をして、熱中症を予防しましょう

最近、「やせた？」と言われるようになった、瓶やペットボトルのフタが開けにくい、友人と並んで歩くと遅れがちになるなど、日常の何気ない気づきの中にフレイルは潜んでいます。フレイルが気になる人は、保健師等が健康相談(栄養パトロール)を行いますので、お気軽にご相談ください。

### ～指輪っかテスト～

指輪っかテストは、筋肉量が減少した状態(サルコペニア)が分かります。サルコペニアの可能性が高まるほど、転倒や骨折の危険性が高まります。ふくらはぎ(利き足と反対の足)の最も太い部分を両手の親指と人差し指で囲んでみましょう。隙間ができる場合は、フレイルかもしれません。



低 ← サルコペニアの可能性 → 高

問い合わせ・申し込み:  
美杉保健センター ☎272-8089

## 美杉の石造物 ～栄昌寺の六地藏～

杉平の栄昌寺には奥津墓地と同様に六地藏の名前を刻んだ石塔があります。造立年は一番右の地藏に正徳元(1711)年とあり、左から金剛願・金剛宝・金剛悲・金剛幢・放光王・天賀(預天賀のことか)の各地蔵名が刻まれています。経典によると、この名前は順に地獄・餓鬼・畜生・修羅・人・天の六道の人々を救う地藏です。後世に正しく並び替えられた可能性もありますが、いずれにしても関係者の中に経典に詳しい人物がいたのでしょう。

また、正面頂部にはそれぞれ異なる梵字も刻まれています。いずれも六地藏でよく見られる梵字ですが、残念ながら何に基づく順かはわかりません。

以前に紹介した持物とともに、六地藏には多くの意味が込められているのです。(津市石造物調査会)



## 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 8月18日(金) 9:30～12:00

場所 美杉保健センター

持ち物 母子手帳・フェイスタオル



20～64歳の方は骨密度測定もできます!

お父さん、お母さんも、この機会に測定してみませんか?

問い合わせ:美杉保健センター ☎272-8089

## 美杉木材市場、初市の開催

美杉木材市場は、6月1日(木)をもって有限会社美杉木材市場から西垣林業株式会社に経営を移譲し、6月22日(木)に初の競り市を開催しました。

立派な原木が市場いっぱい並べられ、その光景はまさに圧巻でした。代表取締役の西垣雅史さんは、木材市場の歴史と伝統を述べた後に、津市唯一の原木市場であり、林業・木材産業の流通の要として市場の機能が重要であることを説明されました。この地の産業を更に発展させる要の役割を果たしていきたいとの決意と、何が必要かを聞き、その先に美杉木材市場の発展を図りたいとの考えを話されました。

市場の新しい力が地域の活気と発展につながるよう期待したいですね。



代表取締役  
西垣雅史さん

## 美杉小学校1・2年生、梅の収穫体験

6月13日(火)、美杉小学校の1・2年生の計12人が、多気地域にある梅林にて梅の収穫を行いました。たげ愛郷会(多気老人クラブ)が主催で行ったもので、同会が育てた梅の収穫を体験することで、地域の活動と収穫の楽しさを子ども達に知ってほしいと企画したものです。

海住克己会長は、桃栗三年柿八年、梅は十三年との言葉があること、その中でこうして沢山の実を実らすまでになった同会の喜びと、子ども達が怪我なく梅の収穫を楽しんでほしいとの思いを話されました。

子ども達からは、「沢山収穫できた。楽しかった。お土産ができた。」と、喜びの声が多く聞かれました。



## 美杉幹部交番からのお知らせ

美杉交番で行う8月の運転免許更新手続きは、次のとおりです。

※住民票の住所が美杉町の方限定です。

【実施日】 8月1日(火)

【受付時間】 9:30~11:00

【講習時間】 優良講習 10:00~10:30

一般講習 10:00~11:00



【持ち物】 写真と更新案内はがきをご用意ください。

※高齢者の方は講習証明書もお忘れなく。

【次回手続き】 9月5日(火)予定

問い合わせ:美杉幹部交番 ☎272-0210

## 多気地域の竹灯籠点灯と道の駅美杉特別延長営業のお知らせ

8/19(土)開催の森林セラピー「第11回夕涼みウオーク」にあわせて、多気地域内のウオーキングコースが竹灯籠で飾られます。セラピーに申し込んでいなくても竹灯籠の幻想的な風景は楽しめますので、是非ご覧ください。また、これに合わせて道の駅美杉も特別延長営業を行いますので是非、観光の拠点としてご利用ください。

○ 竹灯籠点灯予定時刻 日没後~20:00頃

○ 道の駅美杉 特別延長営業20:00まで

(通常は9時から17時まで年中無休で営業)

## 津市消防団美杉方面団、水防訓練を実施!

6月18日(日)、フットパーク美杉において、4年ぶりに美杉方面団による水防訓練が実施されました。

近年は、台風接近時だけでなく、ゲリラ豪雨や線状降水帯による豪雨などによる被害が増えています。

今回はこれらの豪雨時、急斜面や谷川、水路などからの住宅地への浸水を想定し、土のうの小口積み・長手積みや、ビニールシートを使用して堤をつくる実践的な訓練が行われました。



【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 美杉人権センター 272-8096

美杉保健センター 272-8089 美杉教育事務所 272-8091