

美杉小学校3・4年生、マコモの植え付けに挑戦！

4月30日(火)、太郎生地区で、美杉小学校3・4年生の子どもたち13人が、「八十六石まこもの集い」の会員のみなさんの指導を受けながら、田んぼに入ってマコモの植え付けを行いました。

マコモの植え付け体験は、作物を育てる喜びや苦勞を知るとともに地域の特産物であるマコモに慣れ親しんでもらうよう実施されており、本年度で13年目となります。

はじめに、集いの代表の横川惣吾さんから、植え付け方法などマコモのことについてのお話を聞いてから、子どもたちは一人ひとり順番に田んぼに入っていました。

水の冷たさや土のヌルヌルとした感触に驚いた表情をみせていましたが、竹の棒で苗と苗の間隔を測り、小さな手で上手に苗を植えていました。

「田んぼの感触が気持ちよかった」「楽しかった」と3年生は初めての植え付け体験を楽しんでいました。今回で2回目の4年生は「今年もマコモの植え付けができて嬉しかった」「少し傾いた苗があったので、反省しています」と経験者らしい感想を話してくれました。

横川さんは、「地元のマコモを覚えてもらい、マコモの植え付けが小学生の良い思い出になってくれたら良いなと思っています」と話してくれました。

収穫したマコモは、学校給食の食材にもなっており、子どもたちの楽しみの一つとなっています。この後は、夏休み前のマコモの観察と、秋の収穫が待っています。



担当：地域振興課
電話：272-8080

目次

美杉小学校3・4年生、マコモの植え付けに挑戦！	1
美杉小学校5・6年生、田植え体験	2
名松線に乗って美杉を満喫	2
6月下之川健康相談	3
〈高齢者の福祉〉 ～紙おむつ等給付事業について～	3
～緊急通報装置事業について～	3
ヨガで健康になりましょう！	4
民生委員・児童委員(八知・伊勢地地区)交代のお知らせ	4
マイナンバーカードの出張申請 受付窓口開設	4
住民基本台帳による 人口と世帯数	4
和田Dr.の健康一口メモNo.62	5
栄養パトロールからのお知らせ	5
健康づくり推進員からのお知らせ	6
子育てサークルそらまめのお知らせ	6
美杉の石造物	6
美杉図書室からのお知らせ	6
雲出川のあゆの解禁情報	6
美杉人権センター 「知ってほしい身近な人権」	7
八知公民館地域力創造講座 高齢者のためのスマホ入門講座 受講生募集！	7
第10回 たろつと寄席 開催のお知らせ	7
防災行政無線(屋外スピーカー) 放送が聞き取りにくいときは！	8
6月は土砂災害防止月間です！	8
津市森林セラピーイベント情報	8
美杉幹部交番からのお知らせ	8
記事訂正のお知らせ	8

美杉小学校5・6年生、田植え体験

5月8日(水)、美杉小学校の5・6年生の15人が、総合的な学習の一環で上多気の結城晋三さんの水田(道の駅美杉付近)で田植えを体験しました。JAみえなかの担当者から、コシヒカリの苗を植えてから様々な手間をかけて「美杉清流米」になることを詳しく説明され、美杉清流米は美杉町内で栽培されるブランド米で、化学肥料を一切使わず、減農薬により栽培され、粒が大きく、粘り気のある食感、甘みのある食味が特徴だと話されました。

田植えが2度目の6年生は、経験を活かして上手に田植えをすすめていき、初めての5年生は、地元の方に教えてもらいながらゆっくり丁寧に植えることができました。

6年生は「ドロドロで気持ちよかった」「良い経験になりました」、5年生は「楽しかった」「勉強になりました」「思ったより簡単でした」と話してくれた子どもたちの顔はとても満足そうでした。

結城さんは「皆さんが植えた苗は秋には収穫できますので、楽しみにしてください。」と話されました。

今後は子どもたちが秋の収穫を体験した後に、結城さんが精米などして下さってから小学校に届けていただく予定です。



名松線に乗って美杉を満喫

5月6日(月・振替休日)、名松線を守る会主催の「名松線で新緑の北畠氏館跡庭園と六田こんにやく作り体験」が開催されました。これは、参加者に名松線を活用してもらい、乗車を促進しようとするイベントで、美杉町内各地区の観光地などで開催されているものです。

今回は、17名の参加者が名松線からコミュニティバスに乗り換え、多気地区を訪れました。新緑の美しい北畠氏館跡庭園を散策した後、六田公民館に移動し、多気の郷元気づくり協議会のみなさんの指導で六田こんにやく作りとこけ玉作りを体験しました。

参加者は、楽しみながら地域に伝えられた技を学び、昔ながらの美味しい手作りこんにやくと、美杉の緑を使った癒し効果十分のこけ玉を作ることができました。

帰りの伊勢奥津駅では、できあがったこんにやくとこけ玉の袋を下げて列車に乗り込み、守る会のみなさんの見送りに手を振りながら美杉を後にしていきました。



六田こんにやく作り



こけ玉作り

6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。血压測定や尿検査、栄養指導も受けられますので是非ご利用ください。

日時 13日(木)・27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(13:30～16:30) ☎276-0333(下之川健康相談所)
相談日以外(平日、8:30～17:15) ☎272-8084(市民福祉課)

＜高齢者の福祉＞ ～紙おむつ等給付事業について～

◇対象者

津市内に居住しており、在宅において介護が必要で常時紙おむつを使用せざるを得ない本人市民税非課税の高齢者(65歳以上の方)。

◇給付内容

種類は紙おむつ(テープタイプ)、リハビリパンツ(パンツタイプ)、尿取りパッド、また、それらを組み合わせたコースから選択でき、月に1回決まった数量を配達します。

◇利用は無料です。

※生活保護の方は対象となりません。

※介護保険料に滞納がある方は給付が受けられません。



～緊急通報装置事業について～

◇対象者

津市内に居住しており、65歳以上の一人暮らしなどの方

◇事業内容

緊急時に迅速な連絡・支援体制を図るため、簡単な操作で通報できる緊急通報装置を設置します。

◇費用

市民税非課税世帯の方は無料です。

市民税課税世帯の方は、一部負担が必要な場合があります。

※緊急通報装置での通話料金は、利用者全員自己負担となります。

〈高齢者の福祉〉に関する申請方法、その他詳しい要件などは市民福祉課へ



問い合わせ :市民福祉課 ☎272-8084

ヨガで健康にないましょう！

竹原公民館では、7月から開催するヨガ教室の受講生を募集します。

ヨガは、身体の血の巡りを良くし、疲労回復、腰痛や肩こりの緩和、むくみや冷性の改善、姿勢を正し、体を引き締める効果があります。

今年度の開催日時、場所は下記のとおりです。

なお、講師は石井 綾子さんです。

日時 7月4日、7月18日、8月1日、8月22日、
9月5日、10月3日、11月7日、12月5日、
令和7年1月9日、2月6日、3月6日

いずれも木曜日、14時から(全11回)

場所 竹原地域住民センターふれあい実習室

申込期限 6月26日(水)

※電話にて申し込みください

年間受講料 3,300円



申し込み・問い合わせ：
竹原公民館 ☎262-3014

民生委員・児童委員(八知・伊勢地地区) 交代のお知らせ

5月1日から八知・伊勢地地区の民生委員・児童委員が交代になりました。

委員氏名	地区	担当地域
藤田 伊市夫	八知	比津
岸野 洋子	伊勢地	伊勢地中央

<※敬称省略>

児童委員は、地域の子どもたちが安心して暮らせるように、子どもたちを見守り、子育ての不安や心配事などの相談や支援等を行います。

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱され、それぞれの地域において、常に住民の立場に立って相談に応じ、必要な援助を行い、社会福祉の増進に努める方々で、「児童委員」を兼ねています。

問い合わせ：市民福祉課 ☎272-8084

マイナンバーカードの出張申請 受付窓口開設

下記のスケジュールで、マイナンバーカードの出張申請受付窓口を開設します。

当日は、無料で写真撮影を行います。

○スケジュール

(午前：10:00～12:00、午後：14:00～16:00)

日時	場所
6月 4日(火)午前	八幡地域住民センター
6月 4日(火)午後	伊勢地地域住民センター
6月 6日(木)午前	竹原地域住民センター
6月 7日(金)午後	太郎生多目的集会所
6月18日(火)午前	下之川地域住民センター
6月18日(火)午後	多気地域住民センター
7月13日(土)午前	道の駅美杉
7月13日(土)午後	下之川住民交流センター

○手続きに必要なもの

個人番号カード交付申請書、通知カード(または個人番号通知書)、住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)、本人確認書類

※詳しくは、広報津5月16日号の自治会回覧をご覧ください。市民福祉課にお問い合わせください。

住民基本台帳による人口と世帯数

(令和6年3月31日現在)

地区	人口			世帯数
	男	女	計	
竹原	214	287	501	268
八知	364	446	810	470
太郎生	296	336	632	331
伊勢地	162	190	352	213
八幡	172	226	398	216
多気	237	250	487	289
下之川	145	176	321	200
合計	1,590	1,911	3,501	1,987

問い合わせ：市民福祉課 ☎272-8083



和田Dr.の

健康一口メモ No.62 ～特定健診と後期高齢者健診

皆さん、おかわりないでしょうか。今回は津市で7月から11月まで実施される、**特定健診(40歳以上75歳未満の国民健康保険に加入の方)**と**後期高齢者医療健診(75歳以上)**についてお話します。糖尿病・高血圧などの生活習慣病は、内臓脂肪型肥満を要因として発症・重症化するため、**内臓脂肪を減らすことで、予防・改善**できます。メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した**特定健診・保健指導**を受けることで、より効果的に生活習慣病を**予防・改善**できます。特定健診の検査項目は、問診、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査、心電図です。後期高齢者医療健診は、生活習慣病の**予防・重症化を防ぐこと、加齢に伴う心身の衰え(フレイル)をチェックし、医療や介護予防につなげる**ことが目的です。特定健診と同じ項目で実施されます。健診は、津市家庭医療クリニック・竹原診療所でも実施しています。なお予約が必要です。ご希望の方は事前にお問い合わせください。

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

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

【診療科目】内科、外科、小児科 ※金・土・日は休診

診療受付時間	月	火	水	木
8:30～11:30	外来診療	休診 ※当分の間	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

※保険証としてマイナンバーカードが利用できます(伊勢地診療所は利用できません)

※発熱、咳、咽頭痛、鼻水等の症状のある方は、毎週月・木曜日(※当日11:00まで予約受付)11:30～12:00、火曜日(※当日12:00まで予約受付)13:00～13:30に外来診察します。診断には新型コロナウイルス等抗原検査(小学生以上対象)を実施(費用3,000円程度(保険適用))。受診前に必ず予約の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 (金午後のみ)

【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

診療受付時間	火	金
13:00～16:00	休診(当分の間)	外来診療

※竹原診療所はマイナンバーカードが利用できません。



栄養パトロールからのお知らせ

～ かかりつけ歯科医で半年に一度はプロのケアを ～



認知症の進行を予防するのに、歯と口の健康が大切だとご存じですか？なぜ、歯と口のケアをすることで認知症を防ぐことにつながるのかをお話します。

歯が20本以上残っている人は、認知症になりにくい？！

日本歯科医師会によると、愛知県の65歳以上の健常者4,000人以上を4年間にわたり調べたところ、歯がほとんどないのに入れ歯を使用していない人、あまり噛めない人、かかりつけ歯科医院のない人では、その後、認知症が発症するリスクが高くなることが分かりました。特に歯がほとんどないのに入れ歯を使用していない人は、20本以上歯が残っている人に比べ、なんと1.9倍も認知症発症のリスクが高かったのです。

あなたは、かかりつけ歯科医がありますか？治療だけでなく、予防のためのアドバイスをしてもらえる、かかりつけ歯科医は人生の欠かせないパートナーです。半年に一度はプロのケアを受けて、お口の健康を維持しましょう。



健康相談・栄養相談のお知らせ(フレイルチェック)

6月24日(月)9:30～11:00

多気地域住民センターにて(予約不要)

問い合わせ:美杉保健センター ☎272-8089

～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

津市健康づくり推進連絡協議会美杉支部は、「森もり元気になろに！美杉」として現在13名で活動しています。月1回「美杉だより」で活動を紹介しています。

スクエアステップ体操教室のお知らせ

日時：6月24日(月)9:30から11:00
場所：多気地域住民センター



健康づくり推進員として活躍するためには、中央保健センターにて7月から開催される健康づくり推進員養成講座を受講する必要があります。活動に興味がある方はぜひ受講ください。

養成講座の詳細につきましては、こちらのホームページをご確認ください。



問い合わせ：美杉保健センター ☎272-8089

美杉の石造物 ～昔の八知小学校～

現在の津市美杉総合支所。かつて八知小学校があった場所で、敷地の一角に小学校に関わる石造物が集められています。八知小学校の正門は、石材はそのままに「創立平成10年4月1日」、「美杉東小学校」の銘板がはめ込まれています。美杉地域の小学校が統合される際、竹原小と八知小が統合され、美杉東小となった時期がわかります。

小学校と言えば、校庭に立つ二宮金次郎像。この像はコンクリート製で、年代は昭和10年頃と推測されます。すでに90年以上経過しており、胴体真ん中に

補修の跡があります。この二宮像は、小学校の変遷だけでなく、美杉地域の歴史を見てきた証人かもしれません。(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：6月21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：母子健康手帳、バスタオル

問い合わせ：美杉保健センター ☎272-8089

美杉図書室からのお知らせ

おはなし会を開催します。

とき 6月20日(木)10:00～
ところ 美杉総合文化センター
内容 絵本の読み聞かせ

◎6月のテーマ：
心に刺さるこの一行

楽しいよ。
みんな来てね！



問い合わせ：美杉図書室 ☎272-8092

雲出川(上流部)のあゆの解禁情報

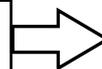
解禁日時 6月30日(日)



※解禁は、瀬戸ヶ淵より上流です。

※解禁当日は年券のみ販売
(日券は翌日から)です。

詳しくは、問い合わせ先に
連絡又はホームページへ



雲出川漁協HP

問い合わせ：雲出川漁協 ☎262-2511



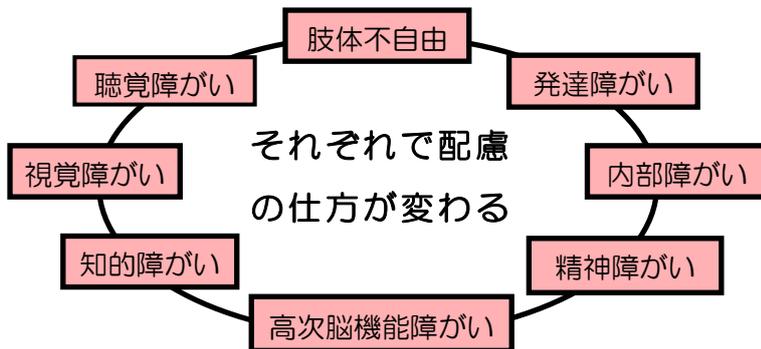
美杉人権センター「知ってほしい身近な人権」



障がいのある人の人権について考えましょう

障がいのある人とは、身体障がい、知的障がい、精神障がい、発達障がいなど心身の機能等に障がいがあり、その障がいや社会の中のバリア(障壁)によって生活に制限を受ける状態にある人をいいます。

障がいには様々なものがあります



それぞれの障がいの特性を知ることで、障がいに応じた適切な配慮や支援ができるようになります。

ポイント

およそ14人に1人の割合で何かしら障がいのある方がいらっしゃいます。誰もが障がいと関わる可能性があり、決して他人事ではありません。自分にも関係する問題として障がいのある人の人権を考えることが必要です。そして、目の前の人は何に困っているのか、その人の状況に応じて配慮することが大切です。配慮の負担が大きい場合は、代替りの方法を提案しながら障がいのある人にその理由を説明し、理解を得られるように心がけましょう。

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

八知公民館地域力創造講座 高齢者のためのスマホ入門講座受講生募集！

「スマートフォンを持っているけど使い方がわからない」、「ライン(LINE)など、もっとアプリを活用したい」という高齢者を対象に、基本操作を含め、Wi-Fi環境を活用した体験ができる講座です。初心者対象の講座ですので、お気軽にご参加ください。
 ※各自スマートフォン(スマホ)をご持参ください。

開催日	6月15日(土)・6月29日(土)・7月6日(土)・7月20日(土)・7月27日(土)・8月3日(土)計6回
時間	各回とも10:00~11:30
場所	美杉総合文化センター 会議室
参加費	無料(ただし、6回とも受講できる方)
定員	10名(高齢者)※申込者多数の場合は抽選
申し込み	6月12日(水)まで

申し込み・問い合わせ: 八知公民館(美杉教育事務所) ☎272-8091



第10回 たろっと寄席開催のお知らせ

開催日時 6月8日(土) 13:30
 場所 太郎生多目的集会所(津市美杉町太郎生2120)
 出演者 桂文鹿さん、笑福亭鶴二さん
 木戸銭 1,500円
 主催 太郎生地域づくり協議会
 ※第10回記念・お楽しみ抽選会あり



申し込み・問い合わせ: 太郎生地域づくり協議会 ☎090-3482-8900

防災行政無線(屋外スピーカー)放送が聞き取りにくいときは!

美杉地域は、地形的に山に囲まれたり陰になつたりしている場所が多く、防災行政無線の放送が聞き取りにくい場合があります。

放送の内容が聞き取れなかったときは、電話で問い合わせることができますので、ぜひご利用ください。(自動音声での対応です。)

☎ 電話での問い合わせの仕方

① 次のどちらかに電話をかける

0800-200-1699 (無料)

059-221-5424 (有料)

② 「*」と美杉地域の番号「0」を続けてプッシュ



※放送直後は問い合わせが込み合い、つながりにくくなる場合があります。(その場合はしばらくしてから再度おかけください。)

※下段(有料)の電話番号は通話料がかかります。 ※放送内容は、約24時間保存されています。

6月は土砂災害防止月間です!

梅雨や台風の時期、防災情報はいろいろあるけれど、いつ避難すればいいの?

警戒レベル4で全員避難!



早期注意情報 (気象庁が発表) 大雨・洪水注意報 (気象庁が発表) 高齢者等避難 (津市が発令) 避難指示 (津市が発令)

危険を感じたときは、発令等を待たず避難を!

問い合わせ: 地域振興課 ☎272-8080

津市森林セラピーイベント情報

月日	イベント名称	コース名等	募集期間	募集人数	参加料
8/3(土) 9:00~15:00	涼を求めて五感を楽しむウォーキングとヨガ	大洞山石畳コース	7/16~7/25	15人	4,500円(昼食、保険込)
8/18(日) 9:00~15:00	太陽と蝉の声を迎えた日神渓谷、食と清流と森林浴を楽しむ里山ウエルネスウォーキング	日神西浦コース	7/29~8/8	16人	3,900円(保険込) ※昼食代別
8/25(日) 15:00~20:00	第12回夕涼みウォーク	北島歴史探索コース	8/5~8/15	50人	2,000円(夕食、保険込)

※天候などにより中止となる場合があります。



森林セラピーイベントのお申込みは、こちらから



問い合わせ: 津市森林セラピー基地運営協議会 ☎272-8082

美杉幹部交番からのお知らせ

美杉交番で行う6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】 6月4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】 7月2日(火)予定

問い合わせ: 美杉幹部交番 ☎272-0210

記事訂正のお知らせ

美杉だより令和6年5月1日号の「美杉分署からのお知らせ」の記事に、「八知郵便局配達員前田秀毅さん」と記載がございましたが、正しくは「美杉郵便局配達員前田英毅さん」でした。

訂正しお詫びいたします。

【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