

## 美杉中学校2年生の職場体験学習

6月5日(水)～7日(金)の3日間、美杉中学校の2年生6人は、そば処如月・八知保育園・美杉郵便局の3つの事業所にお世話になり、職場体験学習を行いました。

事前訪問の日程調整の電話から始まり、3日間の職場体験を通して、働くことの大変さや心構えなど、日頃の学校生活では学ぶことのできない、多くの貴重な経験をさせていただきました。生徒にとっては初めてのことで初日は緊張の面持ちでしたが、事業所の皆さんに丁寧に仕事のやり方を教えていただいたおかげで、学校に戻ってきた生徒たちの表情からは、とても充実した時間を過ごせたことが伺え、最終日には「もっと働きたい」と言う生徒もいました。(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33回 みすぎ夏まつり納涼花火大会	2
これからの美杉地域の 地域づくりを考える	2
8月下之川健康相談	3
美杉高齢者生活福祉センター 支援ハウス入居のご案内	3
各地区の夏祭り・盆踊り日程	3
「木工体験教室」参加者募集！	3
がん検診・健康診査・結核健診の お知らせ	4
みすぎ秋まつりを開催します	4
和田Dr.の健康一口メモNo.64	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
空き家情報バンクからのお知らせ	6
美杉人権センター 「知ってほしい身近な人権」	7
美杉地域人権学習会のお知らせ	7
津市森林セラピーイベント情報	7
君ヶ野ダム湖畔エコウォーク (清掃活動)を開催	8
美杉幹部交番からのお知らせ	8
スマホで操作ができる檻を設置	8

## 美杉中学校3年生の修学旅行

6月5日(水)～7日(金)の2泊3日で、美杉中学校3年生は、東京方面に修学旅行に行きました。1日目は国会議事堂を見学し、特別プログラムで模擬法案の審議を体験しました。その後、スカイツリーに上り、展望回廊から東京の街を見下ろしました。2日目は、班ごとに計画したルートで浅草寺を出発して都内を回り、集合場所のディズニーランドに、どの班も時間どおりにたどり着くことができました。3日目は「JICA地球ひろば」へ行き、海外で実際に活動された方からお話を伺いました。その後、「第五福竜丸展示館」を見学し、水爆の恐ろしさと平和の尊さを学びました。

3日とも天候に恵まれ、予定どおりに学習を進めることができました。中学校の修学旅行ならではの体験をさせていただき、良い思い出ができました。(美杉中学校)



## 第33回みすぎ夏まつり納涼花火大会

日時：令和6年8月10日（土）

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

### 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11日（日）に順延・順延日雨天の場合は中止となります。

みすぎ夏まつり納涼花火大会は、本年度をもって終了となります。

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

## これからの美杉地域の地域づくりを考える



合併して18年が経過し、一つの自治体としてより一体となった地域づくりを進めるため、旧市町村の事業を継承していた「地域かがやきプログラム事業」の見直しが行われました。

事業の見直しは内容や規模の変更、事業の終了などがあり、各地域で開催されてきた花火大会も、津市の催しとしては津花火大会と、久居花火大会の二つに整理されました。

美杉地域の「地域かがやきプログラム事業」は、全て過疎計画にあるため見直しの対象から外れており、過疎債による財政支援の期限である令和8年度までは事業を実施することができますが、美杉地域も「地域づくりのあり方」の見直しを考える時期になりました。

令和6年4月、地域づくりに取り組む関係団体に、事業のこれからについて一緒に考えていきましょうとお話しさせていただき、関係団体それぞれが事業見直しの検討を進めています。

そのなかで、みすぎ夏まつり実行委員会は、事業の今後について皆さんで意見を出して検討された結果、令和6年度をもって最後の夏まつりにするという決断をされました。

美杉の夏の風物詩でもあり、毎年多くの方が来場されるイベントですが、今後の美杉地域のためにも、美杉地域の貯金である「美杉地域振興事業基金」を美杉の未来のために少しでも多く残そうという思いでご判断いただきました。

今後の美杉地域の取り組みについても、地域の皆さんにご意見を伺いながら、大切な貯金である「美杉地域振興事業基金」を使って、少しでも住みよい環境をつくり、地域の皆さんが生き生きと元気に暮らせる地域づくりを一緒に考えていきたいと思っていますのでご協力をよろしく願います。

問い合わせ：地域振興課 過疎対策担当 ☎272-8080

**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 8日(木)・22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)

**美杉高齢者生活福祉センター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名)

## ◎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

**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(火)	八知地区納涼大会	八知駅前広場
13(火)	高巖寺盆踊り花火大会	高巖寺駐車場
13(火)	太郎生夏まつり	太郎生多目的集会所駐車場
14(水)	丹生俣盆おどり	丹生俣多目的集会所
14(水)	KT21夏まつり	上太郎生旧消防詰所裏広場
15(木)	竹原納涼盆踊り大会	竹原体育館
24(土)	下多気盆おどり	西向院境内

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。

**「木工体験教室」参加者募集!**

開催日:8月25日(日) 10:00～14:30

申し込み期限:8月12日(月・祝)

場所:津市美杉ふるさと資料館 創作館  
(津市美杉町上多気1010番地)

対象:市内在住者(小学生以下は保護者同伴)

定員:先着各20名(団体は応相談)

参加費:1,500円～(昼食・材料費込み)

※下の参加費の例のとおり

持ち物:飲み物、作業できる服装、タオル等

**参加費の例**

- ①・②キーホルダーかけなべしき:1,500円
  - ③ペン差し一輪挿し:2,200円
  - ④壁掛け時計:2,000円
- その他応相談。



問い合わせ:美杉ふるさと資料館 ☎275-0240



## がん検診・健康診査・結核健診のお知らせ

～あなたとあなたの大切な人のためにがん検診、健康診査を受けましょう！～

がん検診・健康診査は、市内ならお住いの地区以外でも受診でき、病院などで受ける「個別検診」か、保健センターなどで受ける「地域巡回検診」のいずれかを選択できます。

下記の日程で、がん検診・健康診査・結核健診を実施します。健(検)診の対象者で受診券をお持ちの人は、申込開始日から三重県健康管理事業センター(電話:059-221-5115)までお申し込みください。

下記日程のほか、8月30日(金)に多気地域住民センター・下之川地域住民センター、9月4日(水)に太郎生多目的集会所にて地域巡回検診を予定しています。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6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	胃がん(X線)	胸部レントゲン		大腸がん	子宮がん	乳がん(マンモ)	肝炎ウイルス	前立腺がん	(津市国保) 特定健診	後期高齢者健診
			肺がん	結核健診※							
9月20日(金)	9:00～11:00	八幡地域住民センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	13:30～15:00		●	●	●	●	●	●	●	●	●
10月9日(水)	9:00～11:00	美杉保健センター	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	13:30～15:00		●	●	●	●	●	●	●	●	●
申込開始日		8月19日(月)									
申込先		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)土日祝日を除く インターネットによる仮予約も可能です									
持ち物		検(健)診受診券・自己負担金(免除となる人は証明書類等)・健康保険証・健康手帳									



健康センターサンテ

※ 結核健診の申し込みは不要ですが、予告なく中止になる場合があります。結核健診を受診するには、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。

- 台風、大雨等により日時、内容等が変更または中止になる場合がありますのでご了承ください。
- がん検診は、メリットとデメリットのバランスを検討して、対象となる年齢や受診間隔が定められています。国は、がん受診を特に推奨する者の年齢を69歳以下としています。

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



### みすぎ秋まつりを開催します



津市消防音楽隊の演奏があります!

日時 11月3日(日・祝)9:00～15:00

※ 展示作品は、11月1日(金)は13:00～17:15、2日(土)～4日(月)は8:30～17:15に観覧できます。

会場 津市美杉総合文化センター・八知駅前広場(JR名松線伊勢八知駅前)

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。

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



和田Dr.の

健康一口メモ No.64 ~ 失神(しっしん) ~

皆さん、は、長時間立っていた時、急に立ち上がった時、排便時などに、ふらつしたり、気が遠くなるような経験をしたことはないでしょうか？今回はこの原因についてお話したいと思います。一時的に脳への血流が減少すると、一時的に、数秒から数分の間、気を失います(失神)。失神の手前で、「目の前が黒くなる」「気が遠くなる」「ふらつとする」「めまいがする」などの症状が出る場合があります(前失神)。失神や前失神の原因でよくあるものは、痛み・血を見る・排便時または排尿時のいきみ(迷走神経が活性化され、血管が広がり、心臓に戻る血流量が減少するため)、長時間の起立(心臓に血液を戻すのに必要な足の筋肉の動きが不十分になるため)、突然立ち上がる(病気や薬剤により自律神経系の機能が低下し、足にたまった血液が心臓に戻るのが遅れるため)などです。これらは命にかかわりません。命にかかわってくる原因としては、心臓の機能低下を起こす、不整脈、心臓弁膜症、狭心症などがあります。失神した場合は、病院で原因を調べてもらいましょう！

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 ※金・土・日は休診 ※8月13日と15日は医師の都合の為休診させていただきます。

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せん(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。診断にはコロナウイルス等抗原検査(小学生以上対象)を実施(費用2,000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。

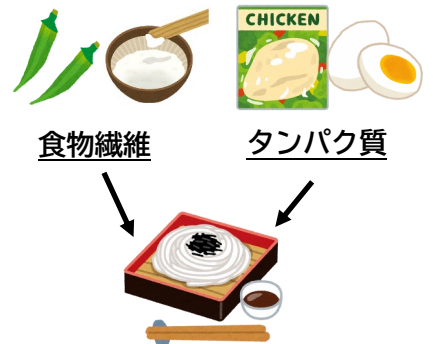
栄養パトロールからのお知らせ

暑い時期のフレイル予防のポイントは「1日3食」と「水分補給」

1日3食しっかり食べる

高齢期になると一度にたくさん食べられず、栄養を後で補うことが難しくなります。そのため、1食抜いてしまうと1日の栄養摂取量が大きく減ってしまいます。1日3食を決まった時間に食べましょう。

夏場は、のど越しのいい麺類を食べる機会が増えますが、温泉卵やサラダチキンなどでからだを作るタンパク質を補いましょう。とろろ芋やオクラをのせれば、食物繊維も補えます。



食事の時にコップ1杯

食事と合わせてコップ1杯(約180ml)のお茶かお水を飲み切るよう意識しましょう。1日の水分摂取量は1日8杯が目安です。

健康相談・栄養相談のお知らせ(フレイルチェック)

8月28日(水)9:30~11:30 太郎生多目的集会所にて(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。

#### 防災教室のお知らせ

日 時：8月29日(木)9時30分から13時  
場 所：美杉総合文化センター 会議室  
テーマ：防災リュックをチェックしてみよう！  
防災食を食べてみよう  
持ち物：(可能なら)防災リュック、動きやすい  
服装、飲み物

受付は、先着順(先着20名)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「防災教室  
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。申込〆切：8月  
23日(金)17:00まで。

問い合わせ：美杉保健センター ☎272-8089

### 美杉の石造物 ～日神の地蔵菩薩立像～

太郎生地区は、鎌倉時代末期頃の種子碑、石  
仏、石幢など多くの石造物が現在も遺されており、  
歴史的背景が興味深いところです。名張市との境  
界近くの飯垣内の日神石仏群(県指定文化財)や  
日神不動院周辺には、数多くの石造物の存在が知  
られています。今回紹介する地蔵菩薩立像は、日  
神不動院の下を流れる日神川沿いの大きな岩に  
刻まれた摩崖仏です。この地域の石材である大洞  
石(溶結凝灰岩)の平らな面を船形に彫り込んだ中  
央に、右手に錫杖、  
左手に宝珠をもった  
地蔵菩薩の立ち姿が  
浮き彫りされていま  
す。正面向かって右  
側に「真善法師」、左  
側に「天文十八年」の  
文字が刻まれています。  
天文十八年は西  
暦1549年にあたり、  
戦国時代につくられ  
たことがわかります。



(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、サークル活動  
を行っています。妊婦さんも大歓迎です！

### 保健師・栄養士による すくすく健康相談

日 時：8月16日(金)9:30～12:00  
※受付は11:30まで  
場 所：美杉保健センター  
持ち物：母子手帳、バスタオル

当日は、骨密度測定も同時に行います。家族で  
骨密度測定に挑戦してみませんか？自由研究のヒ  
ントが得られるかも！？予約は不要です。ぜひ、ご  
家族で気軽にお越しください！

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 8月15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

楽しいよ。  
みんな来てね！



#### ～テーマコーナーからのご紹介～

季節や行事に合わせた「おすすめ本」を展示スペ  
ースで紹介しています。何を讀もうか迷っている方は、ぜ  
ひ、ご利用ください。

◎8月のテーマ：たかがお金 されどお金

問い合わせ：美杉図書室 ☎272-8092

### 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



## 美杉人権センター「知ってほしい身近な人権」 ～平和と人権～



戦争という事実があったことさえ非現実的に感じるほど平和な暮らしが当たり前の日本。しかし、ひとたび世界に目を向けてみると、今この瞬間にも、どこかの国で紛争が起きている状態です。



紛争地域で暮らす子どもたち  
約4億人以上

紛争の影響で学校に通えない子どもたち  
約2,500万人以上



「人権」は「人間が人間らしく幸せに生きていく権利」です。

紛争地域で暮らす子どもたちは、暴力、迫害を受け、家族を失い、家や財産を失い、住む場所を追われ、命を奪われることも少なくありません。人権は「すべての人が生まれながらにして持っている権利」です。また「自分が手にしている自由や権利をほかの誰かの自由や権利を奪うために使ってはならない」という社会的ルールを守ることで「平和」に暮らすことができるのです。しかし、紛争地域で暮らす人々は人権が保障されていない状態です。

ポイント

「平和と公正をすべての人に」

世界中の首脳たちが目標としている「SDGs(持続可能な開発目標)」というのがあります。17の目標があり、そのうちの1つに「平和と公正をすべての人に」があります。すべての人が認められて、法律や制度などで守られる社会を目指し、この目標ができました。紛争地域などで起きている問題に対して「関係ない」「よくわからない」ではなく、正しく理解していくことがまずは大切なのではないのでしょうか。安心して共に暮らすことができる社会の実現を願って。



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：8月23日(金) 19:00～

場所：八幡地域住民センター

講師：癒し系バンド ゆりねさん

演題：「いつもとなりに」

ご近所の方と、お誘いあわせのうえ、お越しください。

人権コンサートを  
開催します。



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



### 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
9/6(金) 9:00～15:00	自家焙煎珈琲のミル、ハンドドリップで癒しの珈琲タイム	三多気蔵王コース	8/19～8/29	10人	4,600円(昼食、保険込)
9/7(土) 9:00～15:00	新秋の涼風が肌に心地よく圧倒的な自然に包まれ心動かす感動を	日神西浦コース	8/19～8/29	12人	5,000円(昼食、保険込)
9/14(土) 9:00～16:00	アマゴの郷 清流コース ウォーク	平倉コース	8/26～9/5	30人	2,500円(昼食、保険込)
9/15(日) 9:00～12:00	レッツ エンジョイ！ ノルディックウオーキング(4)	伊勢本街道(奥津宿)コース	8/26～9/5	10人	1,500円(保険込)
9/17(火) 9:00～15:00	新秋の涼風が肌に心地よく圧倒的な自然に包まれ心動かす感動を	日神西浦コース	8/19～8/29	12人	5,000円(昼食、保険込)
9/25(水) 9:30～15:00	プランクバーベキューで杉焼料理体験と大洞の森での一日	大洞山石畳コース	9/2～9/12	12人	5,000円(昼食、保険込)
10/6(日) 9:00～15:00	第12回ノルディックウオーキングフェスティバル	君ヶ野ダム湖畔コース	8/30～9/26	50人	2,000円(昼食、保険込)

※天候などにより中止となる場合があります。

イベント予約はこちら

問い合わせ：津市森林セラピー基地  
運営協議会 ☎272-8082



## 君ヶ野ダム湖畔エコウォーク(清掃活動)を開催

6月15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ォ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104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。

エコウォークに参加された方からは、「ボランティアグループの方に教えてもらい四日市市の方から参加しました。自然が多く非日常的で楽しいです。(中1の子と2人で参加した女性)」、「前回参加し、子ども達が楽しかったと言ってくれたので、今回も一緒に参加しました。特に娘は活動に興味を持っています。(小2・小6の子と3人で参加した女性)」との話を伺いました。



### 美杉幹部交番からのお知らせ

美杉幹部交番で行う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6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3日(火)予定

### スマホで操作ができる檻を設置

太郎生地区にICT(情報通信技術)を用いた大型の檻が6月中旬に設置されました。同地区は以前から鹿や猿などの獣害に悩まされており、スマートフォンの遠隔操作で捕獲ができる5メートル四方の檻を設置しました。

同地区鳥獣被害対策協議会横川惣吾会長は「美杉地区でのICTを用いた檻の導入は初めてで、効果を期待しています。」と話されました。



問い合わせ: 美杉幹部交番 ☎272-0210

問い合わせ: 地域振興課 ☎272-8085

【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