



美杉小学校児童がまこも植え付け体験！！

5月2日(火) 太郎生地区で、美杉小学校3、4年生がまこも植え付け体験を行いました。

「八十六石まこもの集い」代表の横川惣吾さんからまこもについて説明を聞いたあと、少しひんやりした田んぼに入り、竹で作られたものさしで、間隔を空けてまこもの苗を真っすぐに植えていました。参加した児童はドロドロになりながらも笑顔いっぱい、手際よく取り組みました。

みんなが植えたまこもは、全部で350株。夏休み前には、2mくらいに成長し、9月には約700kgのまこもが収穫できるそうで楽しみです。まこもは給食の献立にも使用されています。



担当:地域振興課

電話:272-8080

目次

美杉小学校児童 まこも植付け体験	1
五月の空に泳ぐ 鯉のぼり	1
家庭医療クリニック 開所から一カ月	2
地域懇談会を開催	3
「介護者教室」 のご案内	3
子育てサークル そらまめ	4
食生活改善推進協 議会 美杉支部 料理講習会	4
健康づくり教室	4
精神科医師による こころの健康相談	4
防災一口メモ	5
家庭医療クリニック スタッフ紹介	5
獣害対策について	5
街道市開催の お知らせ	5
市民清掃デー 及びごみ分別	5
お知らせ	6

五月の空に泳ぐ鯉のぼり！！

「♪ 雲の波と雲の波・・・♪」思わず口ずさんでしまうほど、今年も多気地域で爽やかに五月の風に、雄大に泳ぐ鯉のぼりが見られました。

この鯉のぼりは、毎年ゴールデンウィークを中心とした時期に、津市商工会美杉支所が取り組んでいただいているものです。



お願い

ご家庭にある鯉のぼりで寄付をしていただける方がみえましたら、津市商工会美杉支所までご連絡をお願いします。

津市商工会美杉支所 ☎272-0080

津市家庭医療クリニックの開所から一カ月が経ちました。

山の青葉は日に日に力強く、田んぼには涼しげに水が輝くようになりました。私自身も心待ちにしていた津市家庭医療クリニックの開所から、早くも1か月が過ぎました。4月は16日間の診療でのべ155人の方の外来診療、訪問診療及び巡回診療をさせていただきました。1日平均10人近い方にご利用いただき、開所から最初の1か月の受診者数としては人口の多い都会で新規開業した医院と比べても多いほうだと思います。改めて、地域の方々からの大きな期待を感じ、よりいっそう地域の医療ニーズに応えていこうという思いを強くしております。

この1か月、「通院する病院が近くなったのでよかった。」「何かあった時にすぐに相談できるので安心。」といったお声をよくいただいています。実際、これまでは通院先が遠くなかなか受診できなかった方でも、4月からは小まめに当クリニックに受診して病状をチェックできるようになりました。急なケガや病気で受診され、迅速な検査や治療に至ることができた方もいます。毎日のように、超音波エコー検査、レントゲン検査、血液・尿検査なども必要に応じてフル活用しています。介護福祉との個別の相談もありました。新規で訪問診療(在宅医療)や訪問栄養指導を開始された方もいます。

まだ開所したばかりですが、これからさらに地域の方々の潜在的なニーズに応えていければと思っています。ご高齢の方が多く交通機関も少ない地域なので、訪問診療が適切と思われる方も多くいらっしゃいます。そのような方々に適切に訪問診療をもっと利用していただけるようにしていきたいと思っています。多職種連携として訪問薬剤指導・栄養指導・看護なども、必要性が増えてくると考えています。また、乳幼児健診や子育て相談など、子供が比較的少ない地域でも子育て世代の方々も安心して暮らせるよう、小児科診療、学校等との連携なども行っていきたいと考えています。地域の健康増進活動として、健康講座やイベント開催なども行っていけたら、とも思っています。なにかご希望があれば、健康や診療のことで、生活のことで、イベントなどのことで、お気軽にご相談ください。

長期的な展望としても、津市、三重県、三重大学総合診療科のバックアップのもと、半永久的にこの地域から医療が途切れないようにしたいと考えています。地域の皆様にはずっと地元美杉で安心して暮らしていけるよう、みんなで頑張らせていただきます。これからどうぞよろしくお願ひ致します。

津市家庭医療クリニック

鶴田 真三



診療科目	診療日	受付診療時間
内科・外科・ 小児科・心療内科	月～木曜日	8時30分 ～11時30分
訪問診療	月・木曜日	13時00分 ～16時00分
巡回診療(伊勢地地域 住民センター)	水曜日	



※祝・休日、12月29日～1月3日を除く

津市美杉町奥津929番地 ☎059-274-0066

地域の団体の代表者と市長が語り合う 地域懇談会を開催

4月27日（木曜日）美杉総合文化センター多目的ホールにおいて「地域懇談会」が開催されました。地域懇談会は「地域からいただいた声をあいまいにしない」「地域の望みを一步でも前に進める」ことをコンセプトに、半年に一回開催しているものです。

この日は、美杉地域で活動されている8団体の代表者の方々から、地域や団体の課題について意見をいただき、市長から皆さんからのご意見に対し、市の現状や方向性等を説明させていただきました。

また、会場では41人の傍聴者の皆さんが終始熱心に傍聴されていました。



「介護者教室」のご案内

—特別養護老人ホーム笑美の里—

津市美杉町八知 729-1

☎059-272-8800

社会福祉法人 明光会

理事長 東 明彦

開催日 平成29年7月1日(土)

場所 特別養護老人ホーム笑美の里

受付 9時20分より

時間 10時～11時30分(予定)

参加者 どなたでも参加頂けます。

内容 講演「転倒予防/腰痛・関節痛」



三重県立一志病院 **山田悠貴先生**

転倒する原因としては、住宅の構造などの外的な要因と、本人の年齢や運動機能、疾病、内服薬、転倒した経験などの内的な要因があります。

※講演終了後、質問やご相談を受け付けます

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



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！

デイキャンプ

日時: 7月22日(土)

10:00~14:00頃

場所: フットパーク美杉

※雨天の場合は伊勢地地域住民センター

内容: 親子クッキング(カレー作り)、
宝探し等のゲーム(景品あり)

持ち物: 参加費(1家族500円)、ごはん、
飲み物、お皿(カレー用・サラダ用)

※申込メ切: 7月19日(水)

小学生・保育児親子
参加大歓迎!

問い合わせ先 美杉保健センター ☎272-8089

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。

各地区で料理講習会を開催します。ぜひ、ご参加ください。

《テーマ: 生活習慣病予防》

6月14日(水) 9時半～

下之川地域住民センター

《テーマ: 高齢者の栄養》

6月23日(金) 9時半～ 八知公民館

《テーマ: 朝ご飯をおいしく食べよう》

7月18日(火) 9時半～ 太郎生地域住民センター

7月25日(火) 9時半～ 八幡地域住民センター

★参加費350円(材料費、保険代含)

★各会場約20名程度募集します。参加を希望される方は、開催日の5日前までに各地区の食生活改善推進員か美杉保健センターまでお申込ください。



申込み 美杉保健センター ☎272-8089

健康づくり教室のお知らせ

今のあなたに役立つ「プラス1」の健康情報が満載の健康づくり教室を開催します。

この教室は、「健康づくり推進員」の養成講座も兼ねており、地域で仲間と一緒に健康づくりを進める活動をしていただくこともできます。

まずは自分自身が健康になり、家族や地域の健康づくりと一緒に考えてみませんか。

日時 7月11日(火) 13時30分～

場所 美杉総合文化センター 多目的ホール

テーマ 『もう転ばない! 足腰貯筋生活!』

内容 筋力アップ運動、バランス
力を高めるストレッチなど

申込みは美杉保健センターへ
(☎272-8089)



精神科医師によるこころの健康相談

こころの専門医が、こころの悩みがある人の相談に応じます。

不安、眠れない、憂うつ等の症状や閉じこもり等でお悩みの人、またそのご家族もお気軽にご相談ください。

日時 6月29日(木)

①14時 ②14時30分

③15時 ④15時30分(各30分)

場所 美杉保健センター

申込みは美杉保健センターへ

(☎272-8089)



防災一口メモ

昨年より「避難準備情報」等の名称が変更になりました。

平成28年8月の台風10号の際、岩手県岩泉町が避難準備情報を出したが意味が伝わらず、多くの犠牲者が出ました。これを受け、集中豪雨などの災害時に、高齢者や障がい者など避難に時間を要する人の早期避難を促すため津市が出す「避難準備情報」の名称を、「避難準備・高齢者等避難開始」に変更しました。

また、津市が出す「避難指示」は、緊急性がより伝わるよう「避難指示（緊急）」との表記に改めました。

変更前

避難準備情報

避難勧告

避難指示

変更後

避難準備・高齢者等
避難開始

避難勧告

避難指示（緊急）

地域振興課 ☎272-8080

津市家庭医療クリニックスタッフ紹介

美杉町奥津の高齢者生活福祉センター支援ハウス内で美杉地域における地域医療確保のため、4月3日から診療を行っています。

同クリニックは、県立一志病院の協力を得て鶴田先生を中心に今井看護師、松永事務員の3人体制で赤ちゃんからお年寄りまで、すべての年代のさまざまな健康問題に幅広く対応します。

また、通院が困難な患者のお家へ医師が定期的な診療に伺い、計画的に健康管理を行う「訪問診療」も行っていきます。

連絡先診療時間等は本号2ページをご覧ください。

来月から健康問題について、美杉だよりに記事を掲載いたします。



(手前)鶴田先生(左奥)今井看護師(右奥)松永事務員

伊勢地地区鳥獣害対策協議会委員会を開催

5月12日（金）、伊勢地地域住民センターで、伊勢地地区鳥獣害対策協議会委員会が開催されました。深刻化する獣害被害の対策を、地域で取り組んでいこうと平成28年度に協議会が設立されました。

今回は三重県中央農業改良普及センターより講師を招き、地域住民で獣害対策に取り組んでいる事例紹介をしていただきました。その後、今後の活動計画について話し合わせ、委員の方より様々な意見が出されました。協議会の岸野会長は「獣害対策を地域みんなで考え、地域みんなで取り組んでいきたい。」と話されていました。



八幡地域活性協議会伊勢本街道奥津宿 街道市開催のお知らせ

開催日：6月10日（土） 午前8時30分～午後2時

場所：美杉町奥津

JR名松線伊勢奥津駅裏 国道368号線沿い

街道市の“のぼり”が目印です。

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

市民清掃デー及びごみ分別について

環境月間にあわせて、美杉地域では6月4日の第1日曜日を「市民清掃デー」としています。その日に都合が悪い場合は、6月中の実施にご協力をお願いいたします。

また、家庭ごみ分別、収集日などにつきましては、「ごみ分別ガイドブック」や「家庭ごみ収集カレンダー」を参考にいただき、決められた日に決められたものを地域のゴミ集積所へ出してください。ご協力をお願いいたします。

地域振興課 ☎272-8085

6月健康相談

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。
 血圧測定や尿検査もできますので是非ご利用ください。

日時 2日(金)・16日(金) 9時30分～12時30分

☆相談日:毎月第1、第3金曜日(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 相談時のみ ☎276-0333 (下之川健康相談所)

相談日以外 ☎272-8084 (美杉総合支所市民福祉課)

三重県立一志病院健康相談

入場無料・事前申込不要

楽しみながら 健康について いっしょに学びませんか!

前期第1回 めまいで困っていませんか?

講師:和田 健治(一志病院医師)

日時 6月13日(火) 13時～14時

場所 一志病院管理棟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****◇◇ 高齢者の紙おむつ給付事業 ◇◇**

津市に住所があり、現に居住している65歳以上の方で、寝たきりや認知症、心身の障害などで常時紙おむつを使用せざるを得ない在宅の高齢者の方に紙おむつを給付しています。

(生活保護の方は対象となりません。また、介護保険料に滞納がある方は給付できません。)

●給付内容 1ヶ月あたり5000円以内の現物を給付(配達)します。

※種類は紙おむつ、リハビリパンツ、尿取りパッドなどがあり、それらを組み合わせたコースを選択していただきます。

●その他、詳しい要件、申請方法等は下記までお問い合わせください。

〈問い合わせ〉本庁高齢福祉課 ☎229-3156 美杉総合支所市民福祉課 ☎272-8084

欠員となっていた太郎生地区民生委員さんが5月1日から新たに委嘱されました。

◇太郎生地区民生委員【担当地区 奥出・猿子・飯垣内】中野 正則 さん

～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

6月4日は「むし歯予防の日」、4日～10日は「歯と口の健康週間」です

～「おいしい」と「元気」を支える 丈夫な歯～

いつまでも丈夫で健康な歯を保つことは健康で豊かな生活につながります。むし歯と歯周病を予防して、生涯自分の歯でおいしく食べるために歯と口をよい環境に保ちましょう。

食後の歯磨きをしっかりしよう! 歯科検診も忘れずに!



【電話番号】美杉総合支所
 地域振興課 059(272)8080-8082-8085
 市民福祉課 059(272)8083-8084

※主な電話番号を記載しましたが、その他の電話番号などは、電話帳でお調べいただくか、美杉総合支所へお問い合わせください。

行政相談 ・ 人権相談

日時:6月1日(木) 13時30分～ 場所:グリーンハウス美杉