

担当：地域振興課

電話：272-8080

目次

桜まつり	1
まちづくり・ひとづくり 支援事業補助金	2
つるだDrの 健康アドバイス	3
栄養パトロール からのお知らせ	3
高齢者はり・きゆう・ マッサージ施術費助成	3
レークサイド君ヶ野 臨時職員募集	4
伊勢本街道奥津宿街道市 昔の遊び	4
子育てサークル そらまめだより	4
美杉中学校卒業証書 授与式	5
ノルディック競技会	5
美杉文化協会成果発表会	5
セラピストにおまかせ	6
春のおはなし会	6
総合支所からのお知らせ (県民の日施設利用料 の減免について)	6
美杉移住者懇談会を開催	6
美杉の暮らし探訪	7
美杉むらのわ市場	7
緊急告知ラジオを 貸与します	7
お知らせ	8

君ヶ野ダム公園桜まつり

4月8日(日) 10時～14時30分

場所：君ヶ野ダム公園

・ダム公園特設ステージ

開会宣言
歌謡ショー
カラオケ大会 等

・ダム公園広場

君ヶ野なべ
地元特産品販売 等

三多気桜まつり

4月14日(土)・4月15日(日) 9時～15時

場所：三多気真福院境内・夜桜広場

・夜桜広場

商工会物産販売
山賊鍋 等

・真福院境内

千本つき
ごく撒き 等

臨時バス及びシャトルバスを運行します。公共交通機関をご利用ください。

問い合わせ 美杉総合支所地域振興課 ☎272-8085

～地域づくりに向け、皆さんの取組を応援する～

『まちづくり・ひとづくり支援事業補助金』をご活用ください。

交付対象事業

過疎地域自立促進計画に基づき、地域の自立促進、雇用の増大を図る上で、美杉地域内における課題解決を目的として、主として地域づくりや活性化に資する住民主体の取組の中から、創意と工夫により、持続性がありかつ事業成果や効果が認められる事業等について、取り組む活動を始めた、または始めようとする団体等に、まちづくり・ひとづくり支援事業補助金を交付します。

単年で終わるものではなく、「地域課題を解決する活動」「地域資源を活用して地域活性化を図る社会的事業」など、地域や社会に対してのボランティア精神、愛着を持つだけでなく、ビジネスの手法を用いた将来的な効率性、採算性を考慮しながら、活動を維持し、発展していく事業を対象とします。

注) ただし、主たる目的がイベント開催に係る事業は除きます。

《事業例》※一例です。

- ・地域の農林水産物を活用した特産品加工販売 ・農林水産物の直売
- ・地域の伝統的な食品や郷土料理等を活用した飲食店の運営 ・観光農園等の運営
- ・遊休農地等を活用した新たな作物の導入 ・観光資源を活用した体験ツアー
- ・空き家等を活用した移住交流施設の運営 ・観光等の情報発信、通信販売事業

交付対象事業者

美杉地域内の各種団体等

注) ただし、この支援事業を除いて、市、国、または他の地方公共団体から財政的な支援を受けた、または、現に受けている団体等は除きます。

交付対象経費

交付対象事業に要する経費

注) ただし、飲食費、人件費、活動組織の運営管理に必要な一般管理費等を除きます。

交付対象限度額

交付対象事業費に2分の1を乗じて得た額(当該額50万円を超えるときは、50万円)を限度とし、予算の定める範囲内において交付します。

事業計画書の提出

申請内容には条件があり、事業計画書を5月末日までに提出していただく必要がありますので、詳しくは、美杉総合支所地域振興課(☎272-8080)までお問い合わせください。

交付対象事業の決定

外部有識者による審査の評価、意見を踏まえ決定します。





健康アドバイス ～飲酒で増える病気はなに？

No.10

春は気持ちウキウキ。お花見に行ったり、新しい出会いがあったりで、春はお酒を飲む機会も増えるかもしれません。鶴田もお酒は好きですが、アルコールが体に毒だということは有名ですね。では、具体的にどんな害があるのでしょうか・・・？

肝臓病は有名ですが、それ以外にも実は、大腸癌や食道癌などの癌、心臓病、脳梗塞の発生率があがり、なんと全体の死亡率もあがります。中年の方なら少量の飲酒（だいたい男性2合未満、女性1合未満）では心筋梗塞リスクが少し低下するというデータもありますが、それ以上の飲酒は危険です。肝臓病や高血圧は少量の飲酒でもリスクです。高齢の方も少量でもリスクが上がると考えられます。

飲まないに越したことはありませんが、せめて飲酒は少量で抑えましょう。

気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。



津市家庭医療クリニック

美杉町奥津929番地
(高齢者生活福祉センター内)

☎ 274-0066

伊勢地巡回診療所 ☎090-9025-6632

【診療科目】内科、外科、小児科
整形外科、心療内科

※健診・予防接種は要予約

診療時間 (受付時間)	曜 日	月	火	水	木	金
午前8:30 ～11:30		○	○	○	○	/
午後1:00 ～4:00		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

栄養パトロールの冊子が新しくなりました！



元気に過ごして
いくためのヒント
が沢山載って
います。

栄養パトロールを
サロンなどで行っ
てみませんか？

住み慣れた家・地域で暮らし
続けたい！

栄養パトロールではそのお手伝いとして、健康寿命を延ばすことができるように、保健師、管理栄養士、歯科衛生士が相談を行います。

この冊子は、栄養パトロールに参加された方にお渡ししています。

問い合わせ 美杉保健センター ☎272-8089

～津市高齢者はり・きゅう・マッサージ施術費助成事業をご存知ですか？～

在宅の高齢者の健康のため、保険適用外のはり・きゅう・マッサージ施術にかかる費用の一部を助成しています。

- ♥対象者：津市在住で住民登録されている70歳以上（4月1日現在）の方
- ♥助成券：年間6枚以内（1枚で1,000円助成）
（交付枚数は申請月が4～5月は6枚以降2カ月ごとに1枚ずつ減ります。）
- ※保険適用または生活保護法適用により施術を受ける場合は使用できません。
- ※利用できる施術所は決まっていますので詳しくは下記までお問い合わせください。
- ♥申請に必要なもの：印鑑、加入医療保険証
※申請窓口は市民福祉課、各出張所（※出張所で申請される場合は助成券は後日交付となります。）
問い合わせ 市民福祉課 ☎272-8084

レークサイド君ヶ野臨時職員募集

レークサイド君ヶ野では、臨時職員を募集しています。

・業務内容

レストランや宴会用料理の調理補助、食器類の清掃、配膳やレジ精算、電話対応などの接客業務、施設の清掃や点検などとなります。

・業務日時時間

火曜日、木曜日から日曜日の10時から16時（予約状況によっては勤務日時の変更、延長することもあります。）

・時給 854円

・通勤費 最高日額340円



問い合わせ：美杉総合支所地域振興課
☎272-8085

レークサイド君ヶ野では各種ご宴会の他、お弁当のご注文もお受けいたします。

お花見や行楽、スポーツ等のお弁当にご利用ください。

伊勢本街道 奥津宿 街道市

開催のお知らせ

開催日：4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



昔遊びを教えてくださいました(^ ^)/

2月15日（木）、美杉小学校1・2年生が、竹原老人クラブの皆さんにお世話になり、昔遊びを教えてくださいました。

テレビやゲームとは違う、昔の遊びの素朴な楽しさに夢中になり時間を忘れて遊んでいました。



河村老人クラブ会長さんをはじめ竹原老人クラブの方々、大変お世話になりました。ありがとうございました。



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：4月27日（金）

9:30～12:00

※受付は～11:00

場所：美杉保健センター

持ち物：母子手帳



問い合わせ先 美杉保健センター ☎272-8089



美杉中学校卒業証書授与式



3月8日（木）、第42回卒業証書授与式が行われ、17名の3年生が美杉中学校を巣立ちました。

卒業証書授与では、生徒一人ひとりが担任呼名に大きな声で返事をし、壇上に登って校長から卒業証書を受け取りました。

式辞では「みすぎ」の3文字を頭文字に、「㊦みんなが幸せになれる社会を創ってください。㊧進んで学び、行動してください。㊨ギブアップしないで、夢に向かって突き進んでください。」と卒業生の心に残る温かい言葉を贈られました。

送辞では在校生代表の沓澤藍さんが、「美杉中学校でのかけがえのない思い出が、先輩方の背中を押してくれると思います。私たちも応援しています。」と励ましの言葉を送りました。

続いて答辞では卒業生を代表して山中春香さんが、「いつまでも友だちや後輩、先生方と笑っていたいのです。でも、明日からは夢と希望を胸に、自分の足で道を探し、歩いていこうと思います。」とこれからの決意を述べました。

最後に卒業生、在校生と先生方全員が、「旅立ちの日に」を合唱し、感動の中、卒業式を終えました。

津市森林セラピー基地イベント報告



3月11日（日）、晴天の中、第6回を数えるノルディックウォーキングフェスティバルが開催されました。

東は新潟、西は兵庫から過去最多となる84名の参加者をお迎えし、君ヶ野湖畔コースの美しい自然の中、ノルディックウォーキングですがすがしい汗を流されていました。

年々、ノルディックウォーキングをされる方が増えており、津市森林セラピー基地では、インストラクターの派遣や、専用ポールの貸し出しなどを行っておりますので、お気軽にお問合せください。

問い合わせ 津市森林セラピー基地運営協議会
(美杉総合支所地域振興課内) ☎272-8082

美杉文化協会成果発表会

3月2日（金）から4日（日）にかけて、美杉総合文化センターで美杉文化協会成果発表会が開催されました。

ロビーには、俳句、短歌や伊勢型紙の作品が展示されました。

4日（日）には、美杉の郷ホールで芸能発表が行われ、たくさんの方が訪れていました。



セラピストにおまかせ

森林セラピーイベント参加者募集

森林セラピーの奥深い体験を感じていただくため、今年もセラピストが企画・運営全てを行うイベントを開催します。



春の美杉を満喫するための内容が盛りだくさんです。

今回は、霧山、平倉、北畠歴史探索、三多気蔵王の4コースのウォークと、お寺でのマインドフルネスの全5コースです。

各コースの詳細は津市森林セラピー基地運営協議会事務局までお問い合わせください。

問い合わせ 津市森林セラピー基地運営協議会
(美杉総合支所地域振興課内) ☎272-8082

きてきて！春のおはなし会

と き 4月22日(日) 10:00~
と ころ 美杉総合文化センター 健康づくり室
語り手 ひまわり
内 容 紙芝居、絵本・昔ばなしの読み聞かせ
問い合わせ 美杉図書室 ☎272-8092



★★★★ 美杉図書室からのお知らせ ★★★★★

開館時間：月・水～日曜日・国民の祝休日
9:00～17:00

休 館 日：毎週火曜日・毎月最終木曜日
年末年始(12月28日～1月4日)
本はひとり10冊まで(2週間)借りられます。美杉図書室にない本は、市内図書館の本を予約したり、リクエストすることもできます。
詳しくは、美杉図書室(☎272-8092)までお問い合わせください。

総合支所からのお知らせ

「県民の日」記念 施設利用料の減免について

県民の日は、明治9年4月18日に安濃津県と度会県が合併し、現在の三重県が誕生したことを記念し、100年後の昭和51年に三重県条例において定められたものです。

この「県民の日」を記念して4月14日(土)美杉地域内の下記公共施設の利用料金が無料又は半額となりますので、是非ご利用ください。

○フットパーク美杉(テニスコート)

☎274-1189

1面1時間400円(市外 800円) → 無料

※1組当たりコート1面2時間以内の利用で事前に予約が必要です。

○スカイランドおおぼら(パターゴルフ)

☎272-1138

大人800円、中学生以上500円 → 半額

美杉移住者懇談会を開催しました！！

3月4日(日)に津市空き家情報バンク制度を利用して美杉での暮らしを始められた方を対象にした「美杉移住者懇談会」を開催しました。

懇談会には津市田舎暮らしアドバイザーと倉田市議会議員に参加していただき、災害時の避難所のことや畑作りのコツなど移住者からの様々な意見や相談に対して、優しく丁寧に応じていただきました。



懇談会は終始和やかな雰囲気の中行われ、大変有意義なものとなりました。

美杉の暮らし探訪を開催しました！！

3月11日（日）に「美杉の暮らし探訪」を開催しました。当イベントは、津市空き家情報バンク美杉エリアに登録されている空き家の見学会と田舎暮らし相談会などを通して、美杉地域に居住者を誘致して増加傾向にある空き家の利活用を図ると共に、地域の活性化を図っていかようとするものです。

当日は津市から委嘱を受けた津市田舎暮らしアドバイザーと（公社）三重県宅地建物取引業協会がイベント参加者に空き家のチェックポイントや美杉地域の特徴などについて詳しく説明しました。

県外から家族連れで参加した人は、空き家の所有者から住まいの説明を受けたあと、家の周囲や環境をチェックしたり、美杉地域の居住性や魅力について、また木材加工等の産業についても熱心に質問していました。

空き家情報バンクへの登録にご協力を！

空き家情報バンクに関するお問い合わせは
美杉総合支所地域振興課

☎272-8082



「美杉むらのわ市場」を開催します

「美杉むらのわ市場」は、美杉町の自然や環境、伝統の伝承をも視野に入れて素敵な活動をしている美杉町在住の人たちが主になって、美杉町で生活している人たちの思いや文化を来訪者にやさしく伝えられるようなイベントとして開催しています。

この市場は、単に地域住民の交流の場にするだけでなく、「**かっぱが暮らせる故里を創る**」ことを目指して今年も各地域で毎月9日（かっぱの好物、きゅうりの日）に開催していきます。

4月・5月の開催は次の通りです、皆様のご来場をお待ちしています。（雨天でも開催します）

日時：4月9日（月）及び5月9日（水）午前10時から午後2時

会場：美杉町竹原2773番1（美杉竹原体育館脇の広場です）

内容：物品販売、飲食店、木工体験等のお店が多数出店します

問い合わせ 美杉むらのわ市場事務局 ☎262-7778（せち節知）



平成30年度も引き続き緊急告知ラジオを貸与します

津市緊急告知ラジオとは、避難勧告等の発令時にFM三重が発信する信号を受信することで自動起動し、避難情報をお伝えするラジオです。

対象者は、津市に住民登録があり、「防災行政無線が聞こえにくい」かつ「緊急速報メール等が使えない」という避難行動要支援者や避難支援等関係者の方々に貸与します。

また、貸与時に「避難行動要支援者や支援活用シート」を提出していただくことで、避難行動要支援者と避難支援等関係者との関係を明確化し、避難行動要支援者の支援体制づくりにつなげます。

問い合わせ 美杉総合支所地域振興課危機管理担当 ☎ 272-8080



4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 6日(金)・20日(金) 9時30分～12時30分

☆相談日:毎月第1、第3金曜日(休日の場合は、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)

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!

前期第1回 検診で長生きしよう!

講師 四方 哲(一志病院 医師・院長)

日時 4月10日(火) 13時～14時

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) F A X 262-3264 電子メール ihos@pref.mie.jp

**市民福祉課より**

【問い合わせ：市民福祉課 ☎272-8084】

国民健康保険の手続きお忘れなく!

4月は就職・離職、転入・転出など異動の多い時期です。国民健康保険の加入、喪失の手続きはお済みですか?

事実が発生してから14日以内に届出をする必要があります。手続きに必要なものなど詳しくは市民福祉課へお問い合わせください。

※平成30年度から事業運営主体が市町村から都道府県になりますが、医療の受け方、届出などには変更はありません。

シルバーエミカの申請受付、更新手続きについて

4月は出張所での受付はお休みとさせていただきます。
 シルバーエミカのポイントの更新手続きは5月7日からです。3月末時点のポイント残高は繰り越され、更新手続きにより2000ポイントになるように追加します。

あわせて出張所での受付も右表のとおり再開します。6月以降も継続しますが日程は随時美杉だよりでお知らせします。

手続き等、詳しくは次回美杉だよりでお知らせします。

5月の予定

10日	木	八幡出張所
15日	火	下之川出張所
17日	木	多気出張所
22日	火	竹原出張所
24日	木	伊勢地出張所
29日	火	太郎生出張所

～森もり元気になろうに!美杉～ (健康づくり推進員) からのお知らせ**2月16日に体操教室を行いました!**

ジャパンスポーツの石松先生を講師に迎え、体操教室を開催しました。椅子に座ってできる簡単な体操から、普段の運動不足が解消されるような体操まで、寒さで固まった体をほぐすように、たくさん体を動かすことができました。

今後も地域のひととのふれあいや楽しみの場を作っていきます。みなさん、ぜひご参加ください。



【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。