



広報 Public information of Taiki

# たいき

2026

3

No. 253



2月15日 美し国三重市町対抗駅伝に出場された大紀町チームの皆さん

行政情報を  
スマホで!



ホームページ



instagram



facebook



LINE

## 1/18 | 新春の消防団出初式

コンベンションホールで消防団出初式典が行われました。式典では、日頃の消防活動の功績に対しての各種表彰や町長講評・来賓祝辞がありました。式典終了後には、会場近くの大内山川の河原で、消防団による一斉放水が行われました。



## 1/27 | 大宮小学校ボッチャ体験教室



「ボッチャ」は重度脳性麻痺者や四肢重度機能障がい者などを対象に考案されたヨーロッパ発祥のバリアフリースポーツで、パラリンピックの正式種目です。障がいのある人の人権について理解を深めることを目的として、大紀町と伊勢市・鳥羽市・玉城町の人権擁護委員の皆さんが体験教室を行いました。体験を通じて、だれもがみんな楽しめるための工夫があることや、チームで励ましあい、お互いを思いやる心などを学ぶこともでき、児童たちにとっても有意義な時間となりました。

## 2/6 | 人権のおはなしと人形劇



大紀町と伊勢市の人権擁護委員会のご協力を受け、大宮保育園のお遊戯室において全園児を対象に人権教室「人形劇 森のおともだち」が開催されました。意地悪なオオカミが森のいろいろな動物たちに受け入れられながら楽しく料理をするというお話に、園児たちは興味深く見入っていました。また、人権キャラクターの「人権まもるくん」「人権あゆみちゃん」も来園し、人権について楽しくお話をしていました。

## 2/14 | 大紀町シーサイドトレイル

錦向井ヶ浜トロピカルガーデンを発着地とした「大紀町シーサイドトレイル」が開催され、ロングコース 369名、ショートコースに 232名、キッズコースに 50名が参加し、錦の街中や姫越山、近畿自然歩道などを総勢 651名のランナーが駆け抜けました。また、表彰式では大紀町観光大使の小倉久寛さん(崎出身)にプレゼンターを務めていただきました。会場内では、大紀町商工会による特産品や地元の美味しい食べ物の販売もあり、参加者の皆さんはとても楽しんでいました。





### スヴェンソンウィッグ 体験会

## 4月10(金)・11(土)

レティススヴェンソンのウィッグは、医療用ウィッグを長年扱ってきた技術による安心品質のウィッグです。お悩みの解決だけでなく、「もうひとつの自分の髪」と思える快適さ・自然さを追求します。

お気軽にお電話ください **送迎あり**

ナチュラルで  
魅力的な目元に♡  
アイラインも!  
**まゆアート**  
できます

大紀町商品券取扱店  
**ミズグチ**  
TEL.0593(36)2812

阿曾 コモリ様となり

広告

## 2/15 | 第19回 美し国三重市町対抗駅伝

県庁前からスポーツの杜伊勢陸上競技場を結ぶ10区間42.195kmのコースを各市町の代表選手が駆け抜けました。

大紀町チームは総合18位、町の部7位となりました。選手の皆様、お疲れ様でした。また、大紀町チームへの温かいご声援をありがとうございました。



7位入賞 表彰



1区 飯降蓮果さん



2区 本田拓巳さん



3区 水谷柗太さん



4区 中島穂々美さん



5区 入江昌史さん



6区 岡村龍翔さん



7区 亀田凧沙さん



8区 亀田有沙さん



9区 森山光さん



10区 塩見昊瑛さん



友好レース 谷口愛斗さん

### 輝け！大紀のアスリート



#### 優勝しました！

2月7日から開催された令和7年度三重県高等学校バレーボール新人大会に今井桜さん(津商業高校1年、滝原出身)が出場し、見事に優勝しました。おめでとうございます！

## ～大紀町観光協会だより～

「二十年に一度、天照大御神に新宮へお遷りいただき、わが国最大のお祭りが始まります」

いよいよ四月十二日(日)、第六十三回神宮式年遷宮瀧原宮御木曳行事が行われます。

御木曳は、社殿の建て替えなどに用いられる御用材を運ぶ伝統行事で、式年遷宮遷御の儀に向けた大切な民俗行事のひとつです。

二十年に一度の特別な日。

自然豊かな滝原の地において、地域住民(旧神領民)により受け継がれてきた歴史ある伝統行事に、皆様もぜひご参加ください。



当日は、瀧原宮駐車場に設置された特設ステージにて、大紀町無形文化財に指定されている「野原大神楽」の奉納や餅まきが行われます。

また御木曳行事に合わせて、道の駅奥伊勢木つつ木館前では、屋台やキッチンカーの出店も予定されています。

大紀町観光協会では、公式ホームページ内に「第六十三回神宮式年遷宮瀧原宮」専用ページを開設しております。

令和十六年に予定されている瀧原宮の式年遷宮遷御の儀に向けて、今後も随時情報発信をしていきますのでぜひご覧ください。

大紀町観光協会公式ホームページ：<https://taiki-okuse.jp/>



## 新庁舎整備計画について

現在の大紀町役場本庁舎は、建築後 60 年以上が経過し、経年劣化が著しく進んでいます。また、複数の課が分散して配置されていることから、来庁者や職員の安全面での懸念に加え、町民サービスの利便性の低下や執務効率の低下といった課題が生じています。町では、これらの課題を解決するとともに、地震・風水害等による災害発生時には、防災拠点としても機能できる新庁舎の整備を計画しています。

昨年は、住民の皆様への説明会を開催するとともに、今後実施する基本設計の指針となる「大紀町新庁舎建設基本構想(案)」について、パブリックコメント(意見募集)を実施し、基本構想を策定しました。

パブリックコメントでは、財政面や将来の町の姿への不安など、さまざまなご意見をいただきました。今後は、住民の皆様にご理解いただけるよう、策定した基本構想を基に基本設計の策定に取り組みますが、住民代表や各種団体の方などで構成する「新庁舎建設検討委員会」を設立し、委員会でのご意見を踏まえながら、新庁舎の機能、規模、配置計画などを検討し、プロポーザル方式により選定した基本設計業務委託業者とともに令和 8 年度に基本設計の策定を進めていきます。

また、町の将来に負担を残さないよう計画的に財源を確保・運用し、町の財政が安定している今の時期に、物価高騰も視野に入れながら着実かつ迅速に整備していきたいと考えています。

町民の皆様には、今後も新庁舎整備の進捗状況や検討委員会での協議内容などを、「広報たいき」を通じてお知らせしていく予定です。引き続きご覧いただき、新庁舎整備へのご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

新庁舎整備に関する情報は、大紀町ホームページに掲載しています。

<https://www.town.taiki.mie.jp/gyoseijoho/new-government-building/index.html>

問い合わせ 総務企画課 Tel 0598-86-2212



## 大紀町地域経済活性化商品券について

国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、エネルギー・食料品価格等の物価高騰の影響を受けた生活者や事業者を支援するために交付します。

- ◆交付金額 一人あたり 20,000 円
- ◆使用期間 令和 8 年 3 月 10 日(火)～令和 8 年 12 月 31 日(木)
- ◆取扱店 町内の取扱登録店(商品券に一覧表同封)



問い合わせ 産業振興課 Tel 0598-86-2243

コミュニティチャンネル

地デジ 12ch

地元がもっと好きになる！  
～そんなチャンネルです～

QRで番組情報  
チェック！

地域情報番組 ニュースMCTV

ケーブルテレビの  
スマホが安い！

～もちろん乗り換え手続きもしっかりサポート！～

2GB 月額基本  
利用料 **990** (税込) 円～

ケーブル  
スマホ

広告

MCTV 松阪ケーブルテレビ・ステーション (株) 電話 0120-378-993 受付時間 月～金曜日(祝日除く) 午前9:00～午後5:30

## 大宮中学校と大紀中学校が統合します

大宮中学校と大紀中学校は令和8年4月より統合し、新たな統合中学校「大紀中学校」として開校します。

(※統合中学校校舎は現在の大宮中学校校舎となります)

これまで両校が培ってきた歴史と伝統を大切にしながら、より良い教育環境の整備と、質の高い探究的な学びの実現を目指してまいります。

この開校を記念して、町民の皆さまへ統合記念の記念クリアファイルをお届けします。  
今後とも学校教育についてご理解とご協力をお願いいたします。

問い合わせ 教育委員会事務局 Tel 0598-72-4040

## 第63回神宮式年遷宮 瀧原宮お木曳

### 4月12日(日)(雨天決行)

こぞってご参加ください

#### ❖行事

お木曳初式	三瀬川(出発9時10分)→瀧原宮 長者野(出発11時10分)→瀧原宮 2台の奉曳車により御神木奉曳
野原大神楽	午後3時40分より瀧原宮駐車場(木つつ木館前)
餅まき	午後4時より瀧原宮駐車場(木つつ木館前)
各種出店あり	木つつ木館周辺

問い合わせ 第63回神宮式年遷宮瀧原宮御木曳奉曳団事務局  
(大紀町役場 産業振興課内) Tel 0598-86-2243

※お木曳行程・予定時間、交通規制のご案内等の詳細は各戸配布のチラシをご覧ください。  
次の二次元コードからご確認ください。



## 松阪市民病院は令和8年4月1日から指定管理者制度\*へ移行します

松阪市民病院は、令和8年4月1日から指定管理者制度へ移行し、社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部 三重県済生会の運営により、「社会福祉法人 恩賜財団 済生会 松阪市民病院」として新たな体制でスタートします。

皆さまが安心して受診いただけるよう、準備を着実に進めています。

※<指定管理者制度とは>公の施設の管理運営を民間等に担ってもらい、民間のノウハウを活用して、市民サービスの向上や効率化を図る制度

これまでどおりの診療を継続しますので、診療科目や診療体制に大きな変更はありません。

ここが変わります	これまでと変わらないこと
<ul style="list-style-type: none"> <li>●病院名「済生会松阪市民病院」</li> <li>●経営・運営体制 松阪市直営から 三重県済生会による運営へ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●診療科目</li> <li>●外来の診療時間</li> <li>●受診方法 (紹介状の取り扱い、予約方法、窓口案内等)</li> </ul>

問い合わせ 松阪市民病院経営管理課 Tel 0598-23-1515 FAX: 0598-21-8751

## 令和8年3月31日で資源ごみの袋の指定がなくなります

これまで不燃類等の資源ごみを出す際に使われていた袋の指定が、下記の理由により廃止になります。

- 原油価格の高騰により値上がりが見込まれる。
- 市販の袋は取っ手付き等のバリエーションが豊富。
- 旧指定袋が各家庭に残っているため、混乱が生じている。

今後は容量45ℓまでの透明、または半透明のビニール袋で出すことが可能になりますが、これまで使用されていた資源ごみの袋も使用可能です。(下表を参考にしてください。)

**「可燃ごみ」については今後も指定袋を使用してください。**

【ごみ袋新旧対照表】

分別区分	令和8年4月1日から	令和8年3月31日まで
不燃類 缶類 ビン類		
ペットボトル プラ類	<p>または</p> <p>市販の透明または半透明のビニール袋 (容量は45ℓまでのもの)</p> <p>※布団圧縮袋等は使用できません。 袋の口はしっかり結んで、片手で持てる 程度の重さにしてください。</p>	
可燃ごみ		

### 令和8年4月1日からごみ処理手数料が改正されます

最近の物価高によりごみ処理経費が上がっているため、一般家庭から出される粗大ごみの処理手数料が値上りします。

【ごみ処理手数料新旧対照表】

改正内容	【改定後】 令和8年4月1日から	【改定前】 令和8年3月31日まで
一般家庭から出る粗大ごみ	10kgにつき150円	10kgにつき100円

### 紙おむつの置き薬方式(配置販売)始めました

買物に行く手間がなく便利

大紀町商品券取扱店



使った分だけお支払い

介護用品レンタル・販売  
住宅改修いたします

**おむつ券使えます**

あて方・選び方ご相談ください  
配達いたします

あなたが選ぶ  
介護用品の専門店 介護ショップ

## ミスグチ

お電話ください 阿曾コメリ様となり  
TEL.0598(86)2812

広告

## 令和8年度 獣害対策簡易資材補助申込のご案内

簡易的な獣害対策資材補助の申込みを受付け致します。ご希望の方は下記により申込書をご提出ください。

また、今年度より、内容に一部変更がありましたのでご注意ください。

【申込場所】 役場（本庁産業振興課、各支所）

【申込方法】 役場（本庁・各支所）に申込書がありますので、申込書に必要事項を記入し、資材見積書・カタログ又は資材内容と価格がわかる物と図面（申込み農地が分かるもの）を添えてお申し込みください。

【申込条件】 ◆大紀町内の農林地において農林業等を行う個人（一戸）及び団体が田畑に設置する方。

◆資材購入金額は、2万円以上 20万円までを上限とします。

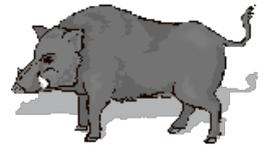
◆過去に国の事業等により獣害柵設置をされた団地は、原則対象外とします。

【資材の内容】 電気柵方式、金網・テグス網方式等により設置する資材とします。

【補助率】 資材購入費（補助対象費用）の60%（上限12万円）

【申込期限】 令和8年4月1日～令和8年7月31日

※申込は、年1回限り



※注意！

①申込の際に資材見積書・カタログ又は資材内容と価格が分かる物と図面を添付してください。

②見積業者に、特に指定はございません。

③申込後、交付決定され、「交付決定通知書」が届きましたら、購入及び設置をしてください。

また、申込前に、購入及び設置した場合は、補助対象外になりますのでご注意ください。

④本事業は、予算の範囲内での実施となります。その為、希望に添えない場合がございますのでご承知ください。

⑤完了報告が提出された後、担当職員が現場確認をします。

《お問い合わせ》 大紀町役場産業振興課 Tel 0598-86-2246



## 鳥の巣みまわりキャンペーンのお知らせ

毎年春先から初夏にかけては、カラスなど鳥の巣作り(以下、「営巣」)が多い時期となっており、営巣の材料となる木の枝や針金などが電線に接触することによる停電の発生など、営巣が停電の原因のひとつになっています。

中部電力パワーグリッド(株)では、電気をより安定的にお届けするために、地域の皆さまと一体となって、電柱上にある営巣のみまわりを行う「鳥の巣みまわりキャンペーン2026」が6月30日まで実施されていますので、是非ご参加ください。

キャンペーンサイトはこちら！

[https://pg-cep.it-builder.jp/app/nagoyahaiden/eisou\\_campaign](https://pg-cep.it-builder.jp/app/nagoyahaiden/eisou_campaign)



## 大紀町公営住宅・町営住宅入居者募集のお知らせ

公営住宅・町営住宅の入居者を募集いたします。

入居を希望される方は、大紀町役場本庁建設課までお申し込みください。

### 1. 募集場所

《公営住宅》※家賃月額は大紀町公営住宅法第16条により算出した額

■大内山岡ヶ野第2団地

大紀町大内山 3672 番地 世帯用1戸 木造2階建 延床面積 79.5㎡ / 戸

■大内山大津団地

大紀町大内山 981 番 3 世帯用1戸 鉄骨2階建 延床面積 79.5㎡ / 戸

■大内山伊良野第2団地

大紀町大内山 3124 番 4 世帯用1戸 鉄骨2階建 延床面積 79.5㎡ / 戸

《町営住宅》※家賃月額 世帯用：25,000円、単身用：15,000円

■大内山菅谷第1団地

大紀町大内山 6796 番地 鉄骨構造

世帯用1戸 延床面積 46.2㎡ / 戸、単身用1戸 延床面積 23.1㎡ / 戸

2. 敷 金 家賃月額の3ヶ月分

3. 入居予定 令和8年5月下旬

4. 申込期間 令和8年3月23日(月)～4月10日(金)  
(月～金曜日 8:30～17:00)

5. 選考方法 書類実情調査等

6. 入居資格 (1) 町内に住所又は勤務場所を有すること(町営住宅)  
(2) 独立の生計を営み、収入を有し、条例に基づいて定める家賃及び敷金を支払う能力を有する者  
(3) 現に同居し、又は同居しようとする者がある場合は、その者が親族であること  
(4) 現在、住宅に困窮していることが明らかな者  
(5) 諸税、諸納付金を常に完納している者  
(6) 申込者又は同居しようとする親族が暴力団員でないこと

7. 資格の喪失 入居決定後、入居者が暴力団員であることが判明した場合  
家賃を3ヶ月以上滞納したとき ほか

8. その他 \*家賃の他に共益費が必要となりますのでご承知ください。

\*入居に際し消耗品の負担が生じる場合があります。

\*申込みに際し入居資格等詳細については、建設課へお問合せください。

\*単身用の応募が多数の場合、世帯用へ斡旋させていただくことがあります。

\*内覧を希望される方は、事前に建設課までご連絡ください。

\*申込書は本庁建設課及び各支所にあります。

なお、申込書の提出は本庁建設課へお願いします。

問い合わせ 建設課 TEL 0598-86-2247

## ヨイハデー特別企画 歯のこと何でも電話相談（相談無料）

- 内 容：日頃から気になっている「歯に関する悩み」に歯科医師が直接回答します。  
相談は無料ですので、お気軽にお電話をおかけください。  
※時間帯によっては電話がつながりにくい場合があります。
  - と き：4月12日（日）10時～15時
  - 電話番号：Tel 059-225-1071 / Tel 059-225-8747
- 問い合わせ：三重県保険医協会 Tel 059-225-1071

## < 環境水道課からのお知らせ >

### ○畜犬登録及び狂犬病予防注射集合注射について

右記の日程におきまして、令和8年度 狂犬病予防注射集合注射を実施いたします。

既に登録をしている犬にはハガキを送付しますので、おもてに記載の問診項目をお答えいただき、注射の際にご持参ください。

ご参加していただく際には首輪やリードをしっかりと装着し、事故のないようご協力をお願いいたします。

注) 集合注射料金は、1頭 3,650円です。  
(注射済証発行手数料を含みます)  
また、集合注射で未登録の犬に注射を行う場合、犬の登録料として別途 3,000円が必要です。  
※金額が変更になりましたのでご注意ください。

月日	場 所	時 間
4/22 (水)	紀勢老人福祉センター	9:00～9:15
	三ヶ野生活改善センター	9:35～9:40
	駒コミュニティセンター	9:55～10:05
	役場大内山支所	10:20～10:40
	旧川口コミュニティセンター	10:50～10:55
	米ヶ谷コミュニティセンター	11:10～11:15
	阿曾公民館	11:35～11:45
	船木集会所	12:05～12:10

月日	場 所	時 間
4/23 (木)	コンベンションホール	9:00～9:10
	柏野センター	9:20～9:30
	滝原公民館	9:45～9:55
	藤児童館	10:10～10:15
	木屋集会所	10:25～10:30
	ふるさと館	10:45～10:50
	金輪公園	11:00～11:05
	神原集会所	11:15～11:20
	役場七保支所	11:30～11:35
	野添集会所	11:40～11:45
	野原生活改善センター	11:55～12:00
	黒坂生活改善センター	12:10～12:15

### ○再生資源回収事業について

ゴミの減量化・資源の再生化を図るため、下記の日程で再生資源回収事業を実施いたします。みなさまのご協力よろしくお願いいたします。

※詳細につきましては、回覧やケーブルテレビなどでお知らせします。

荒天により延期となった場合は次週土曜日の開催となります。

日 時	収 集 場 所	日 時	収 集 場 所
4/11 (土)	三ヶ野生活改善センター (柏崎) B & G 海洋センター (大内山)	10/17 (土)	中部電力錦 SS 駐車場 (錦)
4/25 (土)		8:30	役場本庁駐車場 (滝原) 山村広場駐車場 (七保)
7/11 (土)	役場本庁駐車場 (滝原) 山村広場駐車場 (七保)	1/9 (土)	8:30
8/22 (土)		11:00	三ヶ野生活改善センター (柏崎) B & G 海洋センター (大内山)
	三ヶ野生活改善センター (柏崎) B & G 海洋センター (大内山)	2/27 (土)	11:00
			役場本庁駐車場 (滝原) 山村広場駐車場 (七保)

問い合わせ 環境水道課 Tel 0598-86-2245

## 大紀町奨学金制度のご案内

大紀町奨学金制度は、高等学校、短大、各種専門学校、大学に在学する向学心旺盛な学生、生徒で、学資の充分でない者に対し奨学金を貸与し、卒業後、社会のために貢献していただくことを目的としています。

### ○申し込み資格

- 町内に在住する方
  - 世帯の前年度所得が500万円以下の方
  - 日本国内の学校に在学する方
- ※大学卒業後の専門学校は奨学金の主旨から対象外です。



### ○貸与額および人員

- ◆高等学校生 ⇒ 年額 120,000円 定員 20名
- ◆短大・専門学校生 ⇒ 年額 240,000円 定員 20名
- ◆大学生 ⇒ 年額 360,000円 定員 20名

○貸与期間 高等学校、短大、各種専門学校、大学における正規の修業期間内とします。

○貸与時期 年3回（5月・9月・1月）に分けて貸与します。

○償還の方法 最終学校を卒業後、2年間据え置き期間を経た後、10カ年の年賦均等償還とし、利子は課しません。

○申込期限 **令和8年4月30日（木）**

### ○申込方法

貸与を希望される方は、申込書に必要事項を記入の上、関係証明書を添付し、**教育委員会事務局**へ提出してください。※提出の際に申請に不備が無いか確認いたします。

#### 《提出書類》

- ①奨学生申請書
- ②奨学生推薦書
- ③在学成績証明書又は出身校成績証明書（学校に申請）
- ④家庭状況表
- ⑤在学証明書又は入学試験合格証明書写し（学校に申請）
- ⑥公的年間所得証明書（役場本庁・支所に申請）

○選考方法 奨学生選考委員会において家計・学力について基準に照らして審査決定します。

**奨学金についてのお問い合わせ** 教育委員会事務局（Tel 0598-72-4040）まで



**JA三重厚生連 大台厚生病院**

求人案内

## 看護師募集中

スキルを活かして、  
私たちと一緒に働いてみませんか？

経験や資格が不要な看護補助員  
(ナースアシスタント)も募集中！

短時間でも大丈夫！  
お気軽にご相談ください。



採用情報  
QRコード ▶



**待遇** 交通費支給・制服貸与・有給制度あり・車通勤可

**お問い合わせ** ☎ 0598-82-1313 **担当** 看護部 神内(こうち)

広告



## 令和8年度自衛官等募集案内



募集種目	資格	受付期間	試験期日
幹部候補生 一般・飛行 (海・空)	22歳以上26歳未満の方 (20歳以上22歳未満の 方は大卒(見込含)修士 課程終了者(見込含)は 28歳未満の方)	3月1日(日)～ 4月3日(金)	1次:4月11日(土)4月12日(日) (12日は飛行要員のみ) 2次:6月1日(月)～6月7日(日) 3次:(飛行要員のみ) 詳しくは三重地方協力本部にお問合せください
幹部候補曹	20歳以上33歳未満の方	3月1日(日)～ 4月3日(金)	1次:4月11日(土) 2次:6月1日(月)～6月7日(日)
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方 (32歳の方は、採用予定 月の末日現在、33歳に達 していない方)	3月1日(日)～ 5月7日(木)	1次:5月16日(土)～5月24日(日) 2次:6月13日(土)～6月28日(日) ※いずれか一日を指定されます。
2等陸・海・空士 (任期制自衛官)	18歳以上33歳未満の方 (32歳の方は、採用予定 月の末日現在、33歳に達 していない方)	年間通じて行って おります。	受付時または三重地方協力本部のホーム ページにてお知らせします。 詳しくは三重地方協力本部にお問合せく ださい
予備自衛官補 (一般)(技能)	18歳以上52歳未満	1月22日(木) ～3月30日(月)	4月1日(水)～19日(日)

※その他 幹部候補生には専門(陸)院卒業者 歯科・薬剤科もあります。医科、歯科幹部、キャリア幹部、技術陸曹も受け付けています。

※応募資格など詳しくは自衛隊三重地方協力本部もしくは伊勢地域事務所にお問い合わせください。

連絡先：自衛隊三重地方協力本部 伊勢地域事務所  
三重県伊勢市神久 2-1-58 角屋ビル 2F  
TEL 0596-23-3880



## 三重いのちの電話協会

### 第16期生ボランティア電話相談員養成講座募集

- ・開講期間 令和8年5月16日(土)～令和9年7月  
おおむね月2～3回 木曜19時～21時、土曜14時～16時
- ・開催場所 津市内
- ・募集人員 30名
- ・受講資格 20歳以上の方(学歴、職業は問いません)
- ・受講料 第1課程 30,000円(一泊研修費別途)  
第2課程 20,000円(学生割引あり)
- ・募集期間 令和8年4月15日(水)締切 当日消印有効
- ・申込方法 所定の申込用紙に必要事項を記入し郵送してください。  
この要項はホームページからもご覧いただけます。 <https://mieinochi.net>
- ※郵送先 〒514-8691 津中央郵便局私書箱25号  
三重いのちの電話協会事務局 電話相談員募集係
- ※問い合わせ 三重いのちの電話事務局 平日(月～金)13時～16時 TEL&FAX 059-213-3975

## ～国民年金保険料の学生特例制度について～

日本国内に住むすべての方は、20歳の誕生日前日から国民年金の被保険者となり、保険料の納付が義務づけられていますが、学生には申請により在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」が設けられています。

### ○対象者

学生納付特例を受けようとする年度の前年の所得が一定以下で、大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、特別支援学校、専修学校および各種学校、一部の海外大学の日本分校に在学する方が対象です。なお、家族の方の所得の多寡は問いません。

### 所得基準 学生本人の前年所得が128万円以下

※学生の方に扶養家族がいる場合や社会保険料等の控除がある場合は所得の基準額が変わります。

### ○申請方法

いずれかの方法で申請可能です。

- ・役場窓口で申請

※申請用紙は日本年金機構ホームページからダウンロードしていただくか、役場窓口でもお渡ししています

(申請者本人と同じ世帯の家族に限り、委任状がなくても手続きできます)

- ・マイナポータルから電子申請



詳しくはこちらから

### ○必要な書類

- ・学生等であることまたは学生等であったことを証明する書類

※在学期間がわかる在学証明書（原本）または、学生証（裏面に有効期限、学年、入学年月日がある場合は裏面も含む）など。

#### 【基礎年金番号で手続きする場合】

- ・「基礎年金番号通知書」または「年金手帳等の基礎年金番号を明らかにできる書類」

#### 【マイナンバーで手続きする場合】

- ・マイナンバーカード（個人番号カード）1点またはマイナンバーが確認できる書類と身元（実存）確認書類の2点



この制度のほかにも、国民年金保険料の納付が困難な方は国民年金保険料の免除・納付猶予制度、国民年金第1号被保険者で平成31年2月1日以降に出産された方には産前産後期間の免除の制度などもあります。詳しくは役場の住民課までお問い合わせください。

問い合わせ 住民課 Tel 0598-86-2217

広告

JA三重厚生連 大台厚生病院

お問い合わせ先

資格・年齢・経験は問いません！

0598-82-1313(代表)  
栄養科 押尾（おしお）



募集要項  
時給 1,120円～  
+ベースアップ手当別途支給  
時間 5:30～18:30(早出手当あり)  
待遇 交通費支給・制服貸与  
有給制度あり・車通勤可

給食員 パートスタッフ募集



錦ぶりまつり開催します!!

とき 令和8年3月28日（土）午前10時から  
ところ 錦第二魚市場（築地）

※不漁、天候等の都合で延期または中止する場合があります。

問い合わせ 錦ぶりまつり実行委員会事務局  
(三重外湾漁業協同組合錦内)  
Tel 080-3419-0825

## 短歌

書初は亡夫の名前を認めり亡くして知りぬ深き懐  
桜咲く馱で戦地へ向かう伯父を見送り永遠の別れとなる  
福はうち福は内をの声高く夫は米寿の豆撒きをせり  
電柱より見下す鴉今日も来ず大寒の風コートを吹き上ぐ  
父母逝きし齡すぎたれど今日を生かされ歌を詠みいる  
初場所や今か今日かと待ち侘びて名勝負をも千秋楽に  
谷間より湧きて廣がる霧の中遠くくぐもる鳩の声あり  
次々に浮びくるものをうち消して今は眠らむ午前二時すぎ  
ひと日終へ見上げし南の空高くオリオン優しき光のままに

山崎 螢子  
平見 翠玉  
西村 昌美  
服部 利恵  
乾 恵美  
坂口 みき  
村田 薩子  
大西貴美子  
中世古起和

## 俳句

幸いは豆一つほどでもと豆を撒く  
鳩も豆食わなくなった鬼の家  
柀挿す鬼傷つける為に挿す  
冬木立風のアルバム一ページ  
悴みてしゅると抜ける玉結び

奥山 泉  
奥山 笑空  
奥山 和子  
坂口 文香  
渋谷 睦子

煙突のけむり真つ直ぐ寒晴るる

卓球 路

胡坐かいてテレビ画面の初日待つ

東 砂都市

冬至南瓜んのつくもの食べ袖風呂

見並 康子

冬薔薇や小言はさらりと聞き流し

宮原 浩美

雪国の幸福駅は消えており

中村真知子

山茶花の散り積もりしと我が余生

山本 君子

寒暁の朱きこころの明さかな

稲葉 千尋

南方より遺骨帰らず春浅し

平見 翠玉

片耳にマスク残して缶コーヒー

生駒ちづ代

冬すみれ崖のくぼみに陽をあつめ

宮原 千枝

初孫の飛び出しさうな賀状受く

北 隆山

故郷の山河に感謝初日の出

大野 楼山

節分の想い出辿り豆を炒る

伊東かねみ

書初や姿勢正して亡夫の名を

山崎 螢子

辛きことほどよく忘れお屠蘇飲む

小倉 恵美

独り居のすぐに消えたる初笑い

小倉 克修

鹿児島の大根揚げた孫の声

後藤 芹凜

三世代丸めた餅も個性あり

大矢 エミ

大根を干して眩しき春日和

正岡 清規

※応募の際、電話番号等の連絡先を記載して下さい。

(問) 総務企画課広報たいき担当 TEL 0598-86-2212 fax 0598-84-8568 メール som@town.mie-taiki.lg.jp

# がんは早期発見が大切です

がんは、早期に発見できれば治る確率がぐんと高くなりました。しかし、早期には自覚症状がないため、定期的に検診を受けることをお勧めします。



## 肺がん検診（結核検診）

### 胸部エックス線検査

#### がん死亡数のトップ



肺がんは喫煙との関係が深いですが、非喫煙者にも発生します。

#### 結核検診を兼ねています！

結核がかつて国民病であった時代にり患した方が、高齢化による免疫力低下に伴い発症する場合があります。感染症法に基づく法定検診であるため、65歳以上の方は年に1回、必ず結核検診を受けましょう。

\*立位が自力で保持できない方は検査できないことがあります。

## 胃がん検診

### バリウムによる胃透視

#### 日本人に多いがん

胃がんは日本人がかかりやすいがんのひとつです。胃がん以外にもポリープや潰瘍を発見し、早期に治療に結びつけることもできます。ピロリ菌除菌をした方も受けましょう。



\*バリウムを飲み込む際に誤って気管に入ってしまうと肺炎や呼吸困難、場合によっては生命の危険が生じる可能性があります。

\*検査技師の指示が聞き取りにくい方や、透視台から転落の危険がある方は検査をお断りする場合があります。

## 肝炎ウイルス検査

### 血液検査

#### 検査を受けたことがない方は 肝炎検査を受けましょう

肝硬変や肝がんになる可能性が高いB型・C型肝炎の原因は、血液を介した肝炎ウイルス感染によるものが多くを占めます。



### 注意事項

- ◆自覚症状がある人は検診の対象となりません。
- ◆治療中や経過観察中の方は、主治医にご相談ください。
- ◆がん検診で100%がんが発見されるわけではありません。検診後に気になる症状がある場合には、早めに医療機関を受診しましょう。またがんではないにも関わらず、がんの可能性を診断されることもあります。

## 大腸がん検診

### 2日間の便による便潜血反応検査

#### 働き盛りの年代で増加

大腸がんは40歳代から増加します。早期は自覚症状がありません。年に1回は検診を受けましょう。



\*痔出血や生理中は、便の採取を避けてください。

## 乳がん検診

女性のみ

### マンモグラフィ検査・エコー検査

#### 検診と自己触診で早期発見



乳がんは、30歳代から増加し50歳代前後を中心に最も多くなります。40歳以上の方は、マンモグラフィ検査をお勧めします。

\*妊娠やその可能性のある方、授乳中の方、豊胸手術、ペースメーカーを挿入されている方は検査することができません。主治医にご相談ください。

## 子宮頸がん検診

女性のみ

### 子宮頸部粘膜の細胞診



#### HPV ワクチン接種をした方も 検診を受けましょう

子宮頸がんは、20~30歳代の若い世代に増加し、HPV（ヒトパピローマウイルス）の感染が発症に深く関係しています。

\*妊娠やその可能性のある方、授乳中の方、生理中の方は検査はできません。

## 前立腺がん検診

男性のみ

### 血液検査

#### 近年は日本でも増加

前立腺がんは、加齢とともに増加します。他のがんに比べると進行が遅いのが特徴ですが、進行すると排尿障害などを引き起こします。



# 大紀町のがん検診ガイド（令和8年度版）

**検診の申込方法** 4月中に対象者の方に、がん検診案内と申込書を送付します。検診ご希望の方は、検診申込書を本庁健康福祉課または各支所へご提出ください。



## ◆集団がん検診（バスでの検診）◆

検診の種類	内容	国が推奨する受診間隔	自己負担額	大紀町の対象年齢（推奨される年齢） 令和8年4月1日現在						
				20	30	40	50	60	70以上(歳)	
B型・C型肝炎 ※1	血液検査	生涯に一度は検査しましょう	無料				40歳以上			
肺がん（結核※2）	胸部レントゲン	1年1回	無料				40歳以上（40歳以上に推奨）※3			
胃がん	バリウム検査	2年1回	無料				40歳以上（50歳以上に推奨）※3			
大腸がん	便潜血反応検査	1年1回	無料				40歳以上（40歳以上に推奨）※3			
前立腺がん	血液検査		無料				40歳以上			
乳がん	マンモグラフィ	2年1回	無料				40歳以上（40歳以上に推奨）			
	エコー		無料				30歳以上			
子宮頸がん	細胞診	2年1回	無料				20歳以上（20歳以上に推奨）			

- ※1 今までに肝炎ウイルス検査を受けたことがない方が対象です。
- ※2 肺がん検診は結核検診も兼ねています。結核検診は感染症法に基づく法定検診です。65歳以上の方は年に1回、必ず結核検診を受けましょう。
- ※3 令和8年度より対象年齢は40歳以上です。

## ◆個別がん検診（医療機関での検診）◆ ※乳がん（マンモ）検診・子宮頸がん検診のみ

- 個別がん検診として、乳がん（マンモ）検診・子宮頸がん検診を協力医療機関で受けられます。令和8年度から、大紀町役場への事前申し込みは不要になりました。
- ・対象者全員に『大紀町個別がん検診無料受診券』を送付予定です。
  - ・医療機関へ直接予約し、がん検診案内に同封の『大紀町個別がん検診無料受診券』に必要事項をご記入のうえ医療機関でご提示ください。
  - ・検診の期間

検診の種類	伊勢地区	松阪地区
乳がん（マンモ）検診	1月～3月	8月～3月
子宮頸がん検診	6月～12月	8月～3月



## ◆集団がん検診・個別がん検診の日程等について◆

集団がん検診・個別がん検診の詳細内容は、4月に送付するがん検診案内か、大紀町ホームページをご覧ください。

問い合わせ 健康福祉課 Tel0598-86-2216

## 幼児期のおやつとの与え方のポイント

体がぐんぐん成長する子どもは、朝・昼・夜の3食だけでは必要な栄養を十分摂取しきれません。それを補うのが、子どもにとってのおやつです。

### ①おやつの時間を決めて、メリハリをつける。

欲しがるときにいつでもあげていると、だらだら食べになり、むし歯の原因にもなりやすくなります。また、お腹が空かないので、その後の食事が進みにくくなります。

### ②「ながら食べ」をさせない

テレビを見せながら、遊びながら、歩きながらなどの「ながら食べ」は、食べた気がしないので、食べ過ぎの原因になります。また、よく噛まずに丸飲みしたり、喉に詰まらせたりすることもあるので気をつけましょう。

### ③「袋ごと」を与えない

袋ごと食べると食べたいだけ食べてしまいがち。1回分の食べる量だけをお皿に分けて、あげるようにしましょう。

### ④不足しがちな栄養を補えるものを選ぶ

幼児期のおやつは食事のうち。芋類、おにぎりやサンドウィッチ、ヨーグルト、果物など



### ⑤なるべく市販のお菓자에頼らない

市販のお菓子を選ぶときは、着色料や保存料などの添加物なるべく少ないものを選びましょう！



## レンジ蒸しパン



### 材料 8 個分

ホットケーキミックス… 200g  
卵…………… 1個  
砂糖…………… 50g  
牛乳…………… 150ml  
チーズ…………… 50g  
さつまいも…………… 100g

### 作り方

- ①さつまいもは皮付きのまま、1cm 角に切り水にさらす。チーズも 1cm 角に切る。
  - ②さつまいもをレンジで 2分加熱する。
  - ③ボウルに砂糖、卵、牛乳を入れてよく混ぜ、ホットケーキミックス、さつまいも、チーズを加えてさっくり混ぜる。
  - ④カップに③の生地を入れて 500w のレンジで 3分かける。
- ※レンジは機種によりかなり差がつくので、様子をみながらかけましょう。

子どものお手伝いPOINT★  
材料がよく混ぜるように  
グルグルかき混ぜてみよう！

### 【1 個分の栄養価】

エネルギー	たんぱく質	脂質
175kcal	4.9g	4.1g

## 3月 は自殺対策強化月間です

自殺対策基本法では、3月を自殺対策強化月間と定め、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、悩んでいる人が支えられ、つながることができる社会を目指し取り組みを進めています。

# /// 4月の ぐらしのカレンダー ///

## ●妊婦・産婦・育児相談

**日時：**令和8年4月21日（火）  
午前10時30分～午前11時30分  
**持ち物：**母子健康手帳  
**会場：**子育て支援センターすくすく  
**問い合わせ：**健康福祉課内 たいきっこ  
TEL 0598-86-2216  
※日程の変更がある場合は支援センターのおたよりでお知らせします。

## ●女性の健康週間について

毎年3月1日から8日までは「女性の健康週間」です。  
情報ウェブサイト『女性の健康推進室ヘルスケアラボ』には、ライフステージ別の女性の健康に関する情報が掲載されています。日々の健康づくりにご活用ください。  
『女性の健康推進室ヘルスケアラボ』  
URL <https://w-health.jp/>

## 「よい歯でいきいきコンクール」参加者募集のお知らせ

伊勢地区歯科医師会では、伊勢市・度会郡在住の80歳以上で歯が20本以上残って見える方を募集いたします。

このコンクールは毎年6月に行われる“歯と口の健康週間事業”の一環として行われ、令和8年7月5日(日)に優秀な方を表彰する予定です。

- ・**参加資格：**伊勢市、度会郡在住の80歳以上で20本以上の歯（治療の有無は問いません）を有する方（昭和21年3月31日以前に生まれた方）
- ・**募集期間：**令和8年6月2日(火)まで
- ・**申込方法：**①年齢が確認できるものを持参の上、伊勢市・度会郡(大紀町、玉城町、度会町、南伊勢町)の歯科医院(伊勢地区歯科医師会会員)にて審査(無料)を受けてください。  
②各歯科医院での審査をもとに書類審査を行います。  
③書類審査に通過された方は口腔内審査(6月21日(日)伊勢市健康福祉ステーション)を受けていただき、そこで入賞された方は表彰式へご参加いただきます。

※以前に表彰された方も参加していただけます。

※詳しくは、伊勢地区歯科医師会事務所までお問い合わせください。

**問い合わせ：**伊勢地区歯科医師会事務所

TEL0596-24-1904（受付時間 月～金曜日 午前9時～午後4時）

## こころの健康相談実施のお知らせ

伊勢保健所では、精神科医によるこころの健康相談を年間6回行っています。

### 【令和8年度こころの健康相談日程】

月	日	時間	場所
5月	28日(木)	午後1時30分～午後3時20分	伊勢庁舎 ヘルスサポート室 (伊勢市勢田町628番地2)
7月	24日(金)	午後1時30分～午後3時20分	
9月	24日(木)	午後2時00分～午後3時50分	
11月	27日(金)	午後1時30分～午後3時20分	
1月	28日(木)	午後1時30分～午後3時20分	
3月	25日(木)	午後2時00分～午後3時50分	

- ・相談は**予約制**となっています。あらかじめ伊勢保健所 地域保健課 (TEL0596-27-5148) までお電話ください。今年度から、開催する曜日や時間が変わりますので、ご注意ください。
- ・相談内容は厳守されますので、安心してご相談ください。セカンドオピニオンとしての利用は対象外です。
- ・相談時間は1人30分です。

