



大内山B&Gプールで小学1・2年を対象とした子ども水泳教室が開かれ、参加した子どもたちは一生懸命泳いでいました。

主な内容 輝け大紀のアスリート！/介護職員初任者研修の受講生募集/平成30年10月より国民健康保険被保険者証が変わります/平成30年度普通救命講習会開催のお知らせ/行政相談のご案内/ファミリー・サポート・センター交流会のご案内/福祉医療費助成制度更新のご案内/ほか

おんべまつり

7月1日 滝原地区の大滝峡で、おんべまつりが行われました。

このまつりは、アユを神様に奉納して、豊作、豊漁を祈ったのが起源とされ、生きたアユを岩穴へ投げ入れ吉凶を占う全国でも珍しいまつりです。

この日、谷口町長をはじめ12人の投げ手が今年の7月から1年間の農作物や狩猟・林業・商売などの運勢をアユを投げて占った結果、7月が大吉となりました。



谷口町長と歌楽会の皆さん

社会福祉事業へ寄付

7月3日 町長室で、社会福祉事業に役立ててほしいと大紀町社会福祉協議会へ多額のご寄付をいただきました。

この寄付は、歌楽会主催で開催された「大紀チャリティ歌の集い」にて、出演者をはじめ多くの来場者から寄せられたもので、この日、歌楽会会長の大野和加男さんから谷口町長に寄付金の手渡されました。

ありがとうございました。

いそもんフェスタ2018inにしき

7月8日 錦向井ヶ浜遊パークで、「いそもんフェスタ2018inにしき」が開催されました。

この日は、海開き神事が行われ、海の安全を祈願した後、伝統行事の「浅間さん」の再現や華やかな踊り、バンド演奏などのほか、海上でのSUP体験も行われ、訪れた人たちは各種飲食バザーや海水浴など思い思いに楽しみました。



海開き神事



浅間さん再現



乱舞キッズによる踊り

全国食生活改善推進連絡協議会 名誉会員として表彰を受賞

小林 幾さん(滝原)が、地域の食生活改善や食文化の継承の担い手として長年活躍いただき、90歳以上を迎えたヘルスマイトをたたえる「名誉会員」として、全国食生活改善推進連絡協議会の表彰を受賞されました。





平成29年度最優秀選手賞を受賞

阪本祐也さん(東洋大学1年・阿曾)が平成29年度三重県水泳連盟最優秀選手賞を受賞しました。

この賞は、平成29年度に最も活躍した選手に贈られる賞で、阪本さんは、世界ジュニア選手権で銀メダル獲得や国民体育大会での優勝など、国内外の多くの大会で素晴らしい成績を残したことから今回の受賞となりました。

また、最優秀指導者賞として、中井克樹さん(大内山)が受賞しました。

大紀小 交通安全子供自転車全国大会へ出場！

7月7日津市で開催された「第52回交通安全子ども自転車三重県大会」に、大紀小学校の児童が出場し、見事優勝という成績を収めました。

この大会は、競技を通じ児童に交通についての興味と関心を高めるとともに交通意識を身につけさせ、交通事故防止を図ることを目的とするもので、県内の各警察署管内で代表の小学校18校が出場しました。

また、8月8日に東京都で開催される全国大会に出場するため、放課後を利用して交通安全協会指導のもと、一生懸命練習していました。



柏野夏祭り

7月14日 柏野地区で柏野夏祭りが行われました。

この祭りは、450年ほど前に当地で疫病が流行した際に、疫病が治まるよう祈願して始められたもので、今では無病息災と五穀豊穡の願いを込めて行われています。

柏野旧道一帯に提灯が飾り付けられる中、

笹や提灯で飾られた御船山車の上でお囃子や太鼓を演奏しながら旧道沿いを練り歩きました。また、地元商工会青年部による楽しい夜店のほか、華やかな花火もあり、祭りを盛り上げていました。

三建会がボランティア清掃作業

8月2日 三建会の方たちが参加してボランティアによる清掃作業を行いました。

清掃作業は、交通事故が起きないように、町内各所に立てられたカーブミラーの清掃や道沿いの空き缶拾いなどをしました。

暑い中での作業、お疲れ様でした。



甘辛トーク

蝶々のひとりと

第79回

自然災害では

「年寄りの冷水」は、 止めましよう

十年程前は、大半の台風は紀伊半島南部に上陸し、三重、和歌山、愛知の各県に被害を齎す、厄介者であった。

昭和34年9月26日の伊勢湾台風である。潮岬に上陸し、三重、愛知の被害が特に甚大であった。亡くなられた方は、5千百名程であり負傷者は4万名近くであった。(九州を除く、日本列島は被害を受けたものである) 近頃の台風は、日本海側に舵を切った様である。7月上旬の西日本豪雨は10日現在で死者119人、行方不明者63人、平成年号では最大級の被害を発表。安倍総理も、激甚災害指定を前向きに検討する考えを示す。

私も何度か指定を受けた経験があるので有り難さを感じる。広島、愛媛、岐阜、七府県全てに指定を受けられる事

を願うばかりである。「頑張り！仲間たち」

昨年(2017年)の11月中旬に鈴木知事を団長として三重県民の一人に加わり、アジア圏の南ベトナムとタイ国を訪問した縁で気になっていた、タイ国のチェンライ郊外のタムルアン洞窟に閉じ込められた地元サッカーチームの少年らが男子コーチを含め13人全員を救出したと新聞記事を読み、ホッとする。18日間も真っ暗闇の洞窟に閉じ込められた少年達の不安度は、筆舌に尽くせないだろう。(洞窟の距離は、一、五キロ米だったとテレビで聴く。)そして世界中から専門家が現場で支援されている様子をテレビで見聞する。

7月11日(水)自宅にて訪問した折に世話になった、タイ王国のソムキット副首相が来県される。志摩市の志摩観光ホテル、ザクラシック「真珠の間」、2年前の「伊勢志摩サミット2016」での同じ場所で、鈴木英敬知事主催で、経済団体関係者、県内企業等70名程度とタイ王国側は、ソムキット副首相、政府関係者等50名程度。「タイ王

国ソムキット副首相歓迎夕食会」に出席する。

午後7時志摩観光ホテル集合、散会9時50分、帰宅は午後11時半に着く。

7月18日(水)自宅にて

昨日はあつという間の3時間が過ぎる。タイ国の人々は彼らは自分の国を誇り、隣人に愛に満ちているのだろう。そして全ての国々に対し、社交性に富んだ術を身につけているのは確かである。憶測すれば、大陸の一部に暮らす、小さな国々では、国境を持つ故に隣国には社交術が必要なのかも知れない? 百年前は同じ民族だったかも知れないアジア圏も、ヨーロッパの国々も占領されたり、併合されてきた歴史を持つ気の毒な国々が沢山ある。私達日本人は、国境線は太平洋と日本海だけである。

私は50才で自身の不徳故に2期目の(旧)紀勢町長選に散る。志摩の義兄の計らいで、「フランス領のポリネシア群島のタヒチ」(パテーテ、ポラボラ島3泊4日)では、ブラックパール(黒真珠)のオークションで札を入れさせて貰

う。翌日一人で飛行機をチャーターし、(サモア族の青年に錦弁を教え)二人でヤマハのボートでポラボラ島一周(殆んど自分で運転する)をした事は良き思い出の一つである。そして北米一周の旅に出る為、西海岸のロサンゼルス空港で「名古屋商工会議所」の滝貞男団長方と合流。時計周りに合計21日間の旅をする。当時のアメリカは全ての面で大きく、夢のある国であった。「あと20年若かったら」と悔んだものである。

7月23日(月)町長室にて

10年程前から世界中で自然災害が起きる。日本でも日本海側の防波堤高は、私たちの太平洋側と比べると、かなり低く軟弱である。三重県でも昨年、伊勢市や玉城町では想定外の豪雨に遭い、今も度々郡の仲間である、辻村町長が苦勞をされている。(？百年程前に田丸城を築いた折に、外堀として外城田川を造ったかも知れない? そのお陰で、あれだけの肥沃な広大な土地が出来たかも知れない?)

私達、高齢者は自然災害を受けたら絶対に頑固に「年寄

りの冷水」を止める事。

「大紀町の将来を守る為に」

私達高齢者は素直な気持ちで1分でも早く、安全な場所へ急ぐべきであり、「元

気で長生きする事も私達の役目です」相手は自然災害です。

私は(怖がる事は勇氣のいる事と普段から考えております) 轢越ながら、私の体験談を紹介いたします。過去の台風時、息子夫婦が、「親父!二階に上がってくれ」嫁も「お義父さん上がって下さい、お願いします!」間もなく、真っ暗な泥濁りの一階へ「親を助ける

為に飛び込んだ、息子」私達は、我が命よりも大切な息子夫婦や孫まで道連れにするべきではありません。

そして農家の方達には、今の時期、稲田の水加減は気になる事ですが、台風時に河川沿いに田畑のある方は、前日から雨量が多い時の早朝や夕方一人での活動はしないで下さい。「子供は町の宝、お年寄りは町の誇り」「人の命は、何よりも大事」です。

平成30年7月25日(水)

大紀町長 谷 口 友 見
町長室にて



輝け大紀のアスリート！

大紀町在住・出身の人たちが色々な大会で、輝かしい活躍をしています。
皆さん、これからも応援よろしくお願いいたします。

▼剣道

- 第10回全日本都道府県対抗女子剣道優勝大会(7月14日)
- ・西村 真美(阿曽) ベスト16

▼レスリング

- 平成30年度三重県高校総体(5月26・27日)
- ・西村 麻凜(松阪工業3年・大内山)
- 男子フリースタイル125kg級 優勝
- 男子グレコローマンスタイル125kg級 優勝
- ※全国高校総体・全国高校グレコローマンスタイル選手権 出場権獲得
- 平成30年度東海高校総体(6月16・17日)
- ・西村 麻凜(松阪工業3年・大内山)
- 男子フリースタイル125kg級 優勝
- 男子グレコローマンスタイル125kg級 優勝
- 三重県高等学校レスリング選手権(7月14日)
- ・西村 麻凜(松阪工業3年・大内山)
- 男子フリースタイル125kg級 優勝

▼水泳

- 三重県ジュニアオリンピックカップ夏季水泳競技大会(6月9・10日)
- ・阪本 礼遠(大宮中2年)
- 13～14歳の部 50mバタフライ 2位
- 100mバタフライ 3位
- 200mバタフライ 3位
- ・阪本 航也(三重高2年・阿曽)
- 15～18歳の部 200m個人メドレー 4位
- 400m個人メドレー 3位
- ・小倉 夢加(大紀中1年)
- 11～12歳の部 50mバタフライ 8位
- 100mバタフライ 6位
- ・藤原 彩花(大紀中2年)
- 13～14歳の部 50mバタフライ 4位
- 100mバタフライ 4位
- ・清水 千路(大宮中3年)
- 13～14歳の部 50mバタフライ 5位
- 三重県選手権(7月7・8日)
- ・阪本航也(三重高2年・阿曽)
- 50m背泳ぎ 8位
- 200m個人メドレー 7位
- ・阪本祐也(東洋大1年・阿曽)
- 50mバタフライ 優勝
- 100mバタフライ 優勝
- 200m個人メドレー 優勝



問い合わせ 教育委員会 生涯学習課 TEL72-4040



介護職員初任者研修(旧ヘルパー2級)の受講生募集

福祉・介護職場の人材不足を改善するため、就労希望者を対象に介護職員初任者研修を実施し、資格取得後、県内の福祉・介護職場への就労につなげていくことを目的に、介護職員初任者研修を開催します。

募集期間	平成30年9月3日(月)～平成30年10月1日(月)必着
研修期間	平成30年10月12日(金)～平成30年12月20日(木)
受講場所	三重県社会福祉会館(津市桜橋2-131)
応募要件	三重県に住民登録している離職者で、概ね70歳未満の方
募集定員	39名(応募者多数の場合は抽選)
受講料	無料(テキスト代6,000円は自己負担)

申込み・問い合わせ 三重県社会福祉協議会 福祉研修人材部福祉人材課 Tel.059-227-5160

介護有資格者Reスタート研修 参加者募集！ ～介護の“知識・技術”確認してみませんか？～

資格は持っているけれど「経験がない」、「ブランクがある」と介護の仕事をすることに不安をお持ちの方に不安や悩みを解消し、福祉・介護の現場で活躍していただけるよう研修会を開催します。

とき	平成30年10月4日(木)、12日(金)、午前10時～午後4時30分
ところ	尾鷲市福祉保健センター(尾鷲市栄町5番5号)
対象	介護の資格をお持ちで、現在福祉・介護の仕事をしていない方もしくは、介護職として就職または復帰後、概ね1年未満の方
内容	介護保険制度の動向、介護技術、コミュニケーション技術、認知症ケア、就職相談施設体験2日間(希望者)など
定員	30名
参加料	無料

※1日のみの参加や、他会場との組み合わせなどご都合に合わせた受講が可能です。
詳しくは、三重県社会福祉協議会 三重県福祉人材センターまでお問い合わせください。

申込み・問い合わせ 三重県社会福祉協議会 三重県福祉人材センター
Tel.059-227-5160(平日午前9時～午後5時)

停電情報配信サービス「きずなネット」のご案内

2017年3月から「きずなネット」アプリで、停電情報をプッシュ通知で受け取ることができるようになりました。また、停電情報だけでなく、天気情報や防災情報、地震・津波情報、暮らしに役立つ便利な情報を配信しています。ぜひ、ご利用ください。

問い合わせ 中部電力株式会社松阪営業所 Tel.0120-985-320



平成30年10月より国民健康保険被保険者証が変わります

新しい被保険者証(黄土色)を平成30年9月中旬に役場から、ご自宅へ簡易書留にて送付します。

今お持ちの被保険者証(灰色)は、平成30年10月1日以降使用することができなくなるため、新しい被保険者証が届きましたら、旧被保険者証(灰色)は本庁住民課または、各支所に返却していただくか、各自で破棄していただきますようお願いいたします。

(注)制度改正により、平成30年4月より三重県も国民健康保険者となり、左上隅に県名が記載され、国民健康保険被保険者証から、三重県国民健康保険者証と表記されます。

問い合わせ 住民課 TEL86-2217

『福祉の職場見学バスツアーinみえ』の開催について

保育・児童分野の仕事に就きたい方や関心がある方を対象に、福祉の職場見学バスツアーを開催します。

と き	平成30年9月8日(土) 午前9時～午後5時
内 容	松阪市内の保育・児童施設を訪問し、施設見学や仕事の概要、職員の体験などをお聞きします。
対 象	保育・児童分野の職場に就職希望、または関心のある一般の方・学生の方
定 員	20名
申 込	平成30年8月29日(水)までにお申込みください。
参 加 料	無料

※詳しくは、三重県福祉人材センターのホームページからご確認いただくか、お電話にてお問い合わせください。

申込み・問い合わせ 三重県社会福祉協議会 三重県福祉人材センター TEL059-227-5160

『家屋調査にご協力ください』

家屋の固定資産税は、毎年1月1日現在で所在しているものに課税されます。税務課では町内の新增築家屋や取り壊し家屋の把握に努めておりますが、適切な課税を行うためにも、次のようなときは役場税務課に報告または届出をお願いいたします。



●新築・増築したとき

税務課へご報告ください。税務課職員がお伺いして、家屋評価をさせていただきます。この評価は、固定資産税の基となる評価額を算出するために行うものです。ご都合の良い日を相談の後、調査にお伺いします。

●取り壊したとき

家屋の一部または全部を取り壊した方は、「家屋滅失届」を提出してください。

取り壊した家屋については翌年度から固定資産税が課税されなくなりますが、届出がないと課税される場合がありますので、お早めにご連絡ください。

●未登記家屋の所有者を変更したとき

所有者変更届の「家屋補充課税台帳名義人変更訂正申告書」を提出してください。この手続をしないと、翌年以降も前所有者に課税されてしまいますので、忘れずに届出をしてください。
※各用紙は役場本庁及び各支所の窓口、または大紀町ホームページ【便利ガイド>各課様式ダウンロード>税務課】からお取り寄せください。

問い合わせ 税務課 TEL86-2215



平成30年度 普通救命講習会開催のお知らせ

呼吸や心臓が止まってしまったときの処置方法、AEDの取扱いを含めた3時間の講習です。是非、この機会に受講してみたいはいかがですか。

講習内容は、成人に行うAEDを用いた心肺蘇生法、大出血時の止血法、異物除去法などの一次救命処置となっています。



と き	平成30年9月9日(日) 午前9時～正午
と ころ	多気郡大台町佐原754番地 紀勢地区広域消防組合 消防本部 2階会議室
対 象 者	大台町・大紀町・南伊勢町にお住まいの方。各町内の事業所で勤務されている方。各町内の学校に在学(中学生以上に限る)の方。
定 員	30名(先着順)
受付期限	8月31日(金)まで
申込方法	最寄りの消防署、分署、出張所で受講申込書に必要事項(氏名・住所・生年月日・連絡先・受講歴)を記入して提出してください。

※講習を受けていただくと「普通救命講習修了証」を発行します。

※実技がありますので動きやすい服装で受講してください。

※災害発生時には、予告なしに中止させていただく場合がありますのでご了承ください。

問い合わせ 紀勢地区広域消防組合 奥伊勢消防署 TEL0598-82-3614

知っていますか、建退共制度

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

- ・ 加入できる事業主 : 建設業を営む方
- ・ 対象となる労働者 : 建設業の現場で働く人
- ・ 掛 金 : 日額310円



■特長

- ◎国の制度なので安全、確実、申し込み手続は簡単です。
- ◎経営事項審査で加点評価の対象となります。
- ◎掛金の一部を国が助成します。
- ◎掛金は事業主負担となりますが、法人は損金、個人では必要経費として扱われ、税法上全額非課税となります。
- ◎事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

■建退共制度の特例措置

建退共では、地震等により災害救助法が適用された皆さんに対し、各種手続の特例措置を実施しております。

◇建退共から事業主の皆様へのお願い

- ・ 共済証紙は、労働者の就労日数に応じて適正に貼付してください。
- ・ 「建設業退職金共済手帳」を所持している労働者が、建設業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するよう指導してください。

問い合わせ 建設業退職金共済事業 三重県支部 TEL059-224-4116



行政相談のご案内

行政相談を行います。

ご相談は無料で、相談者の秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

と き	平成30年9月3日(月) 午後2時～午後4時
と ころ	大紀町役場 本庁議会棟 小会議室

なお、当日都合の悪い方は、下記の委員が随時相談に応じますので、ご相談ください。

【相談を受ける人】

行政相談員

氏 名	野村 昇	米倉 章	西村 元代
電話番号	83-2718	72-2641	73-2388

問い合わせ 総務財政課 TEL86-2212



「知っててよかった！裁判所の民事調停 ～話し合いで円満解決～」のご案内

10月1日から7日までは「法の日」週間です。津地方裁判所では、国民の皆様にも民事調停について理解を深めていただくため、広報行事を企画しましたので、ふるってご参加ください。

と き	平成30年10月10日(水) 午後1時30分～午後4時(午後1時15分までに集合)
と ころ	津地方裁判所(津市中央3-1)
定 員	30名程度(応募多数の場合は抽選)
内 容	①民事調停制度の概要紹介 ②模擬民事調停 ③裁判官による質疑応答 など
応募方法	往復はがきでお申し込みください。【締切】9月21日(金) 【往復はがき記載事項】 ①「知っててよかった！裁判所の民事調停」参加希望 ②代表者氏名・ふりがな 代表者住所・電話番号 ③同行者(2人まで)氏名・ふりがな

問い合わせ 〒514-8526 津市中央3-1
津地方裁判所事務局総務課庶務係 TEL059-226-4172

「平成30年度行政書士制度広報月間」に伴う 全国一斉無料電話相談会のご案内

三重県行政書士会では、平成30年10月1日に「平成30年度行政書士制度広報月間」に伴う全国一斉無料電話相談会を実施します。

と き	平成30年10月1日(月) 午前10時～午後4時
と ころ	三重県行政書士会事務局(三重県津市広明町328 津ビル2階)
相談内容	①遺言・相続・契約など権利義務・事実証明に関する書類の作成等 ②各種許認可申請など官公署に提出する書類の作成 ③行政手続法等に関する相談(申請に対する処分、不利益処分、行政指導等)

問い合わせ 三重県行政書士会事務局 TEL059-226-3137



度会郡・大台町ファミリー・サポート・センター 交流会のご案内

もしもの時 あなたならどうする？！



突然やってくる災害…

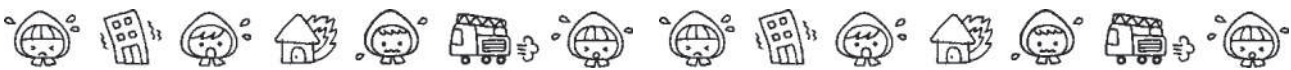
子どもがいる家庭は、どんな備えをしたらいいのかな？

地震や水害でライフラインが閉ざされてしまった時やケガをしてしまった時などに自分や子どもの身を守る・身近にあるものを使っての簡単な手当の方法等を、日本赤十字社の富内先生にお話ししていただきます。

また避難袋に入れてある非常食(缶詰など)と貴重な水を上手にを使って、ポリ袋で簡単にできるご飯作り『パッククッキング』を親子で実際に体験します！



パッククッキングとは、ポリ袋に食材を入れて湯せんで火を通す調理法です。ガスや水道、電気などのライフラインが使えなくなっても、カセットコンロ、鍋、水、ポリ袋を準備すれば簡単に調理して食べることができます。



日時 平成30年9月17日(祝・月)

午前の部

大紀会場

午前10時～正午(受付 午前9時45分～)

大紀町コンベンションホール

〒519-2802 度会郡大紀町崎2200-1

午後の部

玉城会場

午後2時～午後4時(受付 午後1時45分～)

玉城町保健福祉会館

〒519-0433 度会郡玉城町勝田4876-1

講 師	富内直美先生(日本赤十字社三重県支部看護師)
対 象	大紀町・大台町・玉城町・度会町・南伊勢町のファミリーサポート会員と、各町にお住まいの小学6年生までの親子ならどなたでも可
持 ち 物	お米 0.5カップ(1人) 防災グッズの中の物(缶詰などの食品)※ポリ袋はこちらで用意します
参 加 費	無料
募 集 人 数	各会場先着30人

問い合わせ・申し込み 大紀町ファミリー・サポート・センター TEL0596-23-3938



福祉医療費助成制度 更新のご案内

現在、福祉医療費助成制度を受けている方には、8月下旬に新しい受給資格証を送付します(ただし、平成29年中の所得額によっては資格が更新されない場合があります)。9月以降は新しい受給資格証を使用してください。

新たに該当される方は申請手続きのお知らせを送付します。

問い合わせ 健康福祉課 TEL86-2216

平成30年9月から 未就学児の 福祉医療費の窓口無料化が始まります！

現在の福祉医療費助成制度は、医療機関の窓口で医療費を支払い、後日口座振込により助成する「償還払い方式」としてありますが、平成30年9月診療分からは、下記の条件に該当する場合、窓口での支払いを必要としない「現物給付方式」となります。

条件(すべてに該当すること。一部例外あり)

- ・大紀町内に住所を有する、未就学児(※)であること。
- ・大紀町・伊勢市・玉城町・度会町・南伊勢町・鳥羽市・志摩市内の医療機関で、保険適用の医療費であること。
- ・受診時に現物給付の受給資格証を提示すること。
- ・国民健康保険加入の方で、高額な医療費が発生する場合は限度額認定証を提示すること。
- ・保育園などで怪我をした場合など、日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度の対象でないこと。

※未就学児とは、6歳到達年度末(4月1日生まれは前月末日)までの子ども

8月下旬に、対象者の方へ現物給付方式に対応した受給資格証を郵送します。

申請手続きは必要ありません。
対象となる方には、現物給付方式の受給資格証を8月下旬に郵送します。9月1日以降はそちらを使用してください。

受診時には、保険証と一緒に、右記の資格証を窓口へ毎回提示してください。

大紀町福祉医療費受給資格証 子ども・児童		大紀町福祉医療費受給資格証 子ども・児童 ※現物給付対応医療機関のみ有効	
受給資格証番号 0000000001	現住所 伊勢市	医療費納付番号 81240731	受給資格証番号 0000018
氏名 大紀 太郎	性別 男	現住所 伊勢市	氏名 大紀 太郎
生年月日 平成 28 年 8 月 1 日	性別 男	生年月日 平成 28 年 8 月 1 日	性別 男
住所 大紀町南原1610番地	受給資格証(見本)		
保護者等氏名 大紀 太郎	交付年月日 平成 30 年 8 月 1 日	有効期間 平成 30 年 8 月 1 日から 平成 31 年 8 月 31 日まで	交付年月日 平成 30 年 8 月 1 日
有効期間 平成 30 年 8 月 1 日から 平成 31 年 8 月 31 日まで	交付年月日 平成 30 年 8 月 1 日	発行機関名 大紀町長 【公印】	発行年月日 平成 30 年 8 月 1 日
発行機関名 大紀町長 【公印】	発行年月日 平成 30 年 8 月 1 日	発行機関名 大紀町長 【公印】	発行年月日 平成 30 年 8 月 1 日

左：償還払い用

右：現物給付用

県内の医療機関で現物給付を受けられない場合に掲示

問い合わせ 健康福祉課 TEL86-2216





10月号(10月19日発行予定)
掲載の締切りは9月21日(金)です。

短歌

熊野灘くろぐる今朝は風ぎ渡り釣船らしも水脈ひきてゆく
梅雨空に七変化の紫陽花は雨に濡れては色を増しゆく
時間かけて行く服を選び置く吾が生れし日のデーサービスに
災害の爪跡のこし梅雨明けの痛ましきかな人の命運
何をすると云ふこともなく此の年も半ばとなりぬ梅雨しきり降り
梅雨晴れま朝日まぶしき裏庭に咲くねじり花くれぬい優し
雨どいまで絹糸のごと細きつる伸ばして謡るる風船かつら

西村 昌美
米倉 憬行
伊藤 みさ
米倉 弘子
服部 利恵
乾 恵美
米倉 悦

左膝関節症にて雨の日は鉛一魂堤げたる気分
こぼしたる煮豆を足に踏みつけぬ椅子より立ちて杖をつく時
広がる芝生の上を白雲の流れゆく影追ひかけてゆく
平和なる未来を目標そうと呼びかける少女の詩に命かがよう
「おお来たか」負ふ子抱き上げくれし父六十年経ても面影にたつ
父母の声が脳裏によみがえる墓前にしやがみて話しかくとき

村田 薩子
小関 辰夫
中世古起和
小林 佳子
紙谷 孝代
大西貴美子

俳句

恋失せしうさぎの見合いぼんの月
梅雨寒や小猫の温み四畳半
その夢の続きのなくて明け易し
ほろ苦きビールよ遠き青春よ
父のなき我に父の日めぐり来る
梅雨空や地震のニュースで一日過ぎ
万緑や朝な夕な我が山河
百姓は教えず息子とビール飲む
枝豆とビールのごとき親子かな
薄着して思案の朝や更衣
友釣りの魚籠にも一つ缶ビール

仲山あつし
山畑 正巳
清原 房
生駒ちづ代
喜多千保子
宮原 千枝
根来 千代
大野 楼山
畔地佳永子
北 隆 山
小倉きよなみ

夫甘党前にわたしの缶ビール
燕の巣子育て覗き反省す
記憶とは儚きものよビール飲む
紫陽花や寝息伝うるおんぶ紐
遮断機の上り一気に青田風
葉桜の木陰にベンチ猫眠むる
宵闇を躡きながら走る月
忘れもの取りにか蟻の引き返す
梅雨晴れ間スマ木娘に物申す
穴熊の尻丸々と枇杷拾う
土塊の掌を陽にかざし水を呑む

宮田あかり
伊東かねみ
宮原 達洲
大矢 エミ
藤原 梢
小倉 嘉治
植村金次郎
奥山 泉
奥山 笑空
奥山 和子
奥山津天子

便箋の文字右上がり夏に入る
葱坊主一人大きくなりし顔
風薫るとうふうの汽笛かな
十七才と云う文字なつかし更衣
ゴッホの黄北斎のブルー夏兆す
名前まで少女は綺麗夏木立
風速五メートルでおよぐ鯉のぼり
ガードレールくぐって飛び出す夏の草
窓伝い風と踊って五月雨

神戸 蒼春
瀬古 多永
卓球 路
出口 美敏
中村真知子
東 砂都市
見並 康子
宮原 浩美
宮原 来美

※応募の際には必ず電話番号等の連絡先を記載して下さい。
(問)企画調整課広報たいき担当 Tel.86-2214 Fax.86-3500 メールkik@town.mie-taiki.lg.jp



こんにちはは保健師です

「骨粗しょう症を予防しましょう」



○骨粗しょう症とは

骨の量が減少したり、骨の質が悪くなって骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気を「骨粗しょう症」といいます。骨粗しょう症により骨が弱くなると、つまずいて手や肘をついたり、くしゃみをするなどのわずかな衝撃で骨折してしまうことがあります。

<主な症状>

立ち上がる時や重い物を持つ時に背中や腰が痛む、背中や腰が曲がってくる、身長が縮む、ちょっと転んだだけで骨折してしまう など

<予防法>

① 運動

運動することで骨を強くするだけでなく、骨を支える筋肉やバランスが低下するのを防ぎます。散歩を日課にしたり、階段の上り下りを取り入れるなど、日常生活の中でできるだけ運動量を増やしましょう。骨折予防に有効な運動はウォーキングやジョギング、エアロビクスなどです。骨粗しょう症治療中の方や、膝に痛みがある方は、運動を開始する前に医師に相談してください。

② 食事

- ・カルシウムを含む食品・・・主に牛乳・乳製品、小魚、大豆製品など
- ・カルシウムの吸収を助けるビタミンDを含む食品・・・うなぎ、サンマ、サケ、干しいたけなど
- ・骨の形成に役立つビタミンKを含む食品・・・納豆、ほうれん草、小松菜、キャベツなどを意識しながら、バランスよく摂取することが大切です。

ただし、食品添加物に含まれているリン(カップラーメンやレトルト食品に多く含まれる)を過剰に摂取すると、カルシウムも一緒に体外へ排出されてしまうので注意しましょう。

また、食事療法中の方や食物アレルギーのある方はかかりつけ医に相談してください。

③ 日光浴

日光の紫外線を浴びることで体内にビタミンDがつくられ、カルシウムの吸収を助けます。洗濯干しや通勤時間などの日常生活で、1日合計30分程度日光に当たるだけで十分です。

ただし、熱中症の危険のある気温の高い時期は避けましょう。

骨粗しょう症は、生涯を通じて予防に取り組むことが大切です。
若い頃にはしっかりと骨の貯金をし、それぞれの年代の生活に応じた予防に取り組みましょう。

問い合わせ 健康福祉課 保健師 Tel.86-2216



夏から秋にかけて注意！！

食中毒は、細菌性、ウイルス性、自然毒によるもの(フグや毒キノコなど)の3つに分けられます。夏から秋は、カンピロバクターやサルモネラ、腸管出血性大腸菌などの細菌による食中毒が最も多くなるので、注意が必要です。



○食中毒を防ぐポイント

【購入・保存】

- *新鮮なものを購入する。
- *10度以下の冷蔵庫またはマイナス15度以下の冷凍庫で保存する。

【下準備・調理】

- *包丁・まな板は、できるだけ肉用・魚用・野菜用に使い分け、使用後は洗って消毒をする。
- *冷凍食品は、使う分だけを冷蔵庫内または電子レンジで解凍する。
- *加熱するときは、中心温度75度(ノロウイルスは85度)以上で1分以上加熱する。

【残った食品の処理】

- *浅めの容器に小分けし、粗熱が取れたら冷蔵庫や冷凍庫に入れる。
- *温め直すときも、中心温度75度(ノロウイルスは85度)以上で1分以上加熱する。
- *少しでも怪しいと感じたら、迷わず捨てる。

手洗いは、生鮮食品に触れた後、トイレ後、調理前、食べる前、帰宅後、ペットに触れた後など、できるだけこまめに行いましょう。

☆かぼちゃと枝豆のサラダ☆

【材料と分量 4人分】

かぼちゃ	440g	
枝豆(さやあり)	120g	
チーズ	80g	
A	マヨネーズ	大さじ3
	ヨーグルト	大さじ3
	カレー粉	小さじ1
	塩・こしょう	少々
サラダ菜	4枚	

【作り方】

- ①かぼちゃはワタと種を取り除き、一口大に切る。耐熱ボウルに入れてラップをかけて約4分間加熱する。軟らかくなったら、粗くつぶす。
- ②枝豆はゆでて、さやから出しておく。チーズは角切りにする。
- ③ボウルに調味料Aを入れてよく混ぜ、①②を加えてよくあえ、サラダ菜の上に盛りつける。

【1人分の栄養価】

エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
292kcal	10.8g	15.7g	0.8g

ヘルスマイト



●成人健康相談（時間は受付時間です）

持ち物 健康手帳

▼大宮

26日(水)

午前 9 時30分～午前10時15分 上西出集会所
 午前10時45分～午前11時30分 登利集会所
 午後 1 時30分～午後 2 時 勝瀬集会所
 午後 2 時30分～午後 3 時 小広瀬集会所
 午後 3 時30分～午後 4 時 毘沙野集会所

▼紀勢

7日(金)

午前10時～午前10時30分 高岡会館
 午前11時～午前11時30分 紀勢老人福祉センター
 午後 1 時30分～午後 2 時30分 福羅会館

12日(水)

午前 9 時30分～午前10時 柏野生活改善センター
 午前10時20分～午前10時50分 中里・栃ヶ久保集会所
 午前11時10分～午前11時40分 コンベンションホール
 午後 1 時30分～午後 2 時 三ヶ野生活改善センター
 午後 2 時20分～午後 2 時50分 柏崎公民館(旧駅前会館)

▼大内山地区の健康相談は偶数月に行います。

日時等に変更がある場合は行政チャンネルで
連絡いたします

●400ml献血

19日(水)

と き：午前10時00分～午前11時30分
 ところ：大紀町役場本庁
 共 催：奥伊勢ライオンズクラブ
 ご協力よろしくお願いします。

●国民健康保険加入者の特定健康診査

詳細については対象の方に通知した案内をご覧ください。

【受付時間】午前9時～午前11時00分

【実施会場】

2 日(日) 滝原公民館
 5 日(水) 紀勢老人福祉センター
 10日(月) ふるさと館
 13日(木) コンベンションホール
 21日(金) 阿曾公民館

町内事業所広告スペース

農家直売

新米初売り！

8月18日「たいき楽市」
(木つつ木館前)にて
お届け物にも・・・

“鈴虫のプレゼントあります”

しばさん
爺婆SUN農園(大紀町大内山)

「子どもの人権110番」強化週間について

子どもをめぐる様々な人権問題の解決を図るための取組を強化することを目的として、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施します。

期 間	平成30年8月29日(水)～平成30年 9 月 4 日(火)までの7日間
と き	午前 8 時30分～午後 7 時まで(土・日曜日は午前10時～午後 5 時まで)
相 談 番 号	Tel0120-007-110(全国共通フリーダイヤル・無料)

問い合わせ 津地方法務局人権擁護課 Tel059-228-4193

満1歳！ お誕生日おめでとう



大内山 吉藤よしふじ 茉理咲まりさ ちゃん
 父・一貴 母・理佳子
 お姉ちゃんと仲良く、すくすく健康に大きくなってね。
 1歳おめでとう。



100%お祝い金
 申込期間：11月30日末
 補助期間：12月31日末
 200円/人/人
 (1家族5名まで)
 フォールディング

学生奨学金返還支援事業助成金の募集のお知らせ

県では、若者の県内定着を促進するため、県内の指定地域への居住等を条件に、大学生等の奨学金返還額の一部を助成します。

募集期限	平成31年1月11日(金) 午後5時まで
応募資格	次のすべてを満たす方 1.申請時に大学院、大学、短期大学、高等専門学校、専修学校専門課程の最終学年または、その1年前の学年の在学生在職先が決まっていない方 2.県内の指定地域への定住を希望する方 3.常勤雇用または個人事業主等として就業予定の方(公務員は除く) 4.日本学生支援機構第一種奨学金またはこれに準ずる奨学金を借り入れ、返還予定の方(日本学生支援機構第二種奨学金は対象外) 5.平成30年3月31日時点で35歳未満の方
募集人数	20人
助成金額	在学中に借受予定の奨学金総額の1/4(上限100万円)

※詳しい内容につきましては、三重県戦略企画部戦略企画総務課までお問い合わせください。

問い合わせ 三重県戦略企画部戦略企画総務課 TEL059-224-2009

大紀町成人式の実行委員を募集します

平成31年1月に行われる成人式の企画・運営を行う実行委員を募集します。

- ◆対象 新成人の方で、10月下旬からの月1回程度の打合せ(夜間)に出席できる方。
- ◆申込み 10月12日(金)までに大紀町教育委員会 生涯学習課までご連絡をお願いします。



問い合わせ 教育委員会 生涯学習課 TEL72-4040

8月の納税など

町県民税
 国民健康保険税
 介護保険料
 後期高齢者医療保険料
 水道料金

町のすがた 7月末現在

人口	8,703人
男	4,114人
女	4,589人
世帯数	4,111戸

100%お祝い金
 申込期間：11月30日末
 補助期間：12月31日末
 200円/人/人
 (1家族5名まで)
 フォールディング