



町内各地区で稲の収穫を迎えました
(撮影場所：七保地区)

主な内容 後期高齢者医療制度健康診査のご案内/寝具類洗濯サービスの受付を開始します
/10月11日から20日は全国地域安全運動です
/『10月1日から7日までは「公証週間」です』/輝
け大紀のアスリート!/ほか



三建会がボランティア清掃作業

8月1日 三建会の方たちに、ボランティアによる清掃作業を行っていただきました。

清掃作業は、交通事故を防止する目的で、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。

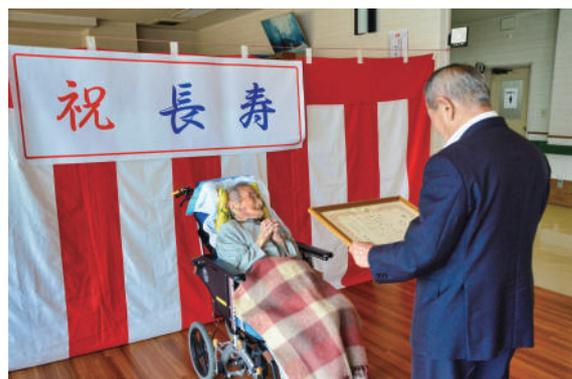
暑い中での作業、お疲れ様でした。

県内最高齢者を表敬訪問しました

8月8日 特別養護老人ホーム共生園を訪れ、三重県内で最高齢となった谷口みさ枝さん(錦)の長寿をお祝いしました。

この日は、111歳5か月のご長寿を迎えられた谷口みさ枝さんに谷口町長から表彰状と花束が贈られました。

いつまでもお元気でお過ごしください。



ふれあい鮎つかみ大会

8月10日 藤川上流で、「ふれあい鮎つかみ大会」が行われ、197人の親子が参加しました。

この大会は、自然の中で遊ぶ機会が少なくなっている子どもたちに鮎つかみ大会を通して、「人・自然とのふれあい」を楽しんでもらおうと、大紀町青少年育成町民会議主催で毎年行われています。



参加した親子は、鮎のつかみ取りや串焼き体験を楽しんでいました。

お昼には、自分たちで取った鮎をみんなでおいしそうに食べていました。

野原集会所竣工式

8月11日 七保地区野原集会所の新築工事が完了し、地元野原区主催による竣工式が行われました。

この日は、式典や祝宴、もちまきが行われ、竣工を祝いました。

なお、この集会所は「みえ森と緑の県民税市町交付金」を活用しており、三重県産の木材を使用しています。



錦花火大会

8月18日 錦魚市場で「錦花火大会」が行われ、たくさんの方で賑わいました。

会場に訪れた人たちは、錦小学校の児童が作った灯籠の鑑賞や津軽三味線と和太鼓の演奏を楽しみ、新たに瀬古食品様からの支援もあり、盛大に打ち上げられたスターマインや海上自爆など大迫力の花火に歓声が上がっていました。



B&G三重県交流水泳大会

8月26日 大内山B&G海洋センターで、三重県地域海洋センター連絡協議会主催の「B&G三重県交流水泳大会」が開催されました。

この大会は、県内の海洋センターを利用して、小学1年生から中学3年生を対象に行われ、参加した76人の選手たちは、力強い泳ぎでタイムを競っていました。

瀧原宮に鮎奉納

8月28日 瀧原宮で、大内山川漁業協同組合の役員らでつくる「大内山川のぼり鮎保存会」による鮎の奉納が行われました。

この日は、漁業の安全と大漁満足、未来永劫美しい自然を残せることを祈願し、大内山川で捕れた鮎50匹を瀧原宮ご神前に献上しました。



「川と海のクリーン大作戦」への参加者募集!!

宮川流域ルネッサンス協議会では、日本有数の清流である宮川を守るために、河川清掃活動を実施します。みんなで宮川をきれいにしましょう。

たくさんのご参加をお待ちしております。



と き	令和元年10月27日(日) 午前8時～午前9時
と ころ	宮リバー度会パーク下河川敷(度会町)

問い合わせ 宮川流域ルネッサンス協議会 Tel.0596-27-5411



甘辛トーク

蝶々のひとりごと 第91回

祝野原集会所竣工式

蝶々の失敗談と自慢話

今日は「野原集会所竣工式」に招待される。大紀町無形文化財の「野原お神楽保存会」(山下春川会長)皆さんによる舞を披露して頂き、元気村の弁当は美味しかった。特に女性の方々は喜んでくれる。「みどりの税」を2年間に亘り、無理を聞いて頂き、「みどりの税」を気付かれたのは、鈴木知事であり、県職の方々の努力の賜物である。「有難い事である」就任して間もなくの章

滝原の大宮中) 駐在所は現在も柘原。一方で就任後一年間は、「状況把握」の為、旧大宮町と旧大内山村をハード、ソフト面を踏査する。水道は

(大宮区だけ) 町道、通学路は(東の黒坂区から西の大内山区) 林道、農道、用水路、獣害対策(錦は無し) 一年間程で黒坂区から大内山区の犬戻り迄、踏査したものである。今考えると区長さん方には大変な御苦労を掛けられたものである。皆さんと共に歩いた道を今通ると懐しい。

「ハード面はスピードアップを心掛ける」「ソフト面は全ての事案に対し、町内と県内外の現状、そして、大紀町の財布と相談し、各団体の事情も含め「ソフト面は何年も継続する事に意義がある。」

全て一年後に決めると自身に言い聞かせる。
就任後一年程過ぎた章

「大紀町は丸となる」為には「ふれあい祭り」を6ヶ所に分け、町内全区の会長方を町長室に来て頂き、「阿弥陀くじ式は平等でありますので!」全会長さん方は賛成。金輪区は一番くじを引く。当

時の七保区長会の会長は辻原雄司さんだった。(現在は町議) 町民の皆さんのお陰で、この秋で10回目を迎える。

一週間程前に、野原集会所の件で、町長室で竣工式の打ち合わせ中、「8月11日は私の誕生日です」と、テシながら言う、私は「中谷区長さん、竣工式の折に私から言うけど、どうやナ」「イヤ、イヤ」手を横に振るが??今日の大役を済ませられて、ホットしたのか、「町長!今日は、いつ言ってくれるか?待っていたのに!」彼は笑顔であった。「忘れたア、すまん」反省。さすが!彼は紳士であった。若くして逝った二人を思う!

私から見れば錦の弟か、大内山の息子の様な二人。「今日も、この場に居てくれたら」と想う、口惜しさを堪えながら来賓席に坐っていた。

仏様となられた、お二人も、お盆には家に帰るだろう。一期目のお二人は、町長室に来ては、「町政の事を語り合ったものである」2期目に入り、お二人は議場で「賛成討論」もやって頂き、町を助けて頂いた恩人であった。お二

人は誰にでも優しく、律儀な立派な政治家であった。合掌
8月11日(日) 自宅にて
35年前の地方創生の章

8月9日(金) に津市で、何回目かの「地方創生会議」があり、鈴木英敬知事を始め、男女合わせて20名?一人4分程の意見発表をする。私は30数年前の紀勢町長時代に就任後一年程で「ABC D作戦」のC作戦(キューピット)の失敗を話す。

美空ひばりの「キューピットでないけれど、皆んなに幸せえ、あげたいナ」ロマンチックなア星の夜」私の好きな歌の一つであった。(津へ行く公用車の中で答弁を考えていたが)「錦々たるメンバー」なので、いつもの様に私流で、鈴木三重子の「出しやばり、お米に手を引かれ、愛ちゃん太郎の嫁になる」塩辛声で歌う。旧紀勢町当時(錦と柏崎の40・50才代の女性十名?をを選んで頂き) 町内外の20才代から30才代の女性と、町内の男子と「見合い」をしたり、浜でバーベキューやったり、一泊二日の小旅行をやったりした。「お米さん役」の方達は

4年間程、無報酬で一生懸命に頑張った頂く。或る晩、錦と柏崎の代表者の方が数名来る。「私達の力不足でした、これ以上、町長さんに迷惑かける訳には行きません」「私の若さ故に彼女達に辛い目をさせる」翌日からC作戦は辞める。早速「産み易い」「育て易い」環境に舵を切り替える。(戦前とは女性の立場は逆転している事に気付く)

私は土建屋の長男に生まれ、飯場暮しをした。青森、山形、群馬、愛知、島根、福岡、佐賀、長崎県の季節労働者と共に飯場(自分達で建て、トタン屋根、雨降りの日は、バケツは30口用意する) 旧南勢町から志摩市と鳥羽市の全ての港で仕事をやる。「北っぱ」(北風)は凄しい。

大潮の夜は飯場に帰り5分間で(麦6米4)のブリキ製の丼、鉄の箸で夕飯を食べ、朝迄作業して飯場で朝食を済ませ、現場へ戻ったものである。「あの6年間は我が人生で、たった一つの自慢である」令和元年9月1日(日) 自宅にて
大紀町長 谷 口 友 見



後期高齢者医療制度 健康診査のご案内



【後期高齢者健康診査】

後期高齢者健康診査はもう受診されましたか？

まだ受診されていない方は、ご自身の健康管理のためにもぜひ受診してください。

対象者	後期高齢者医療制度にご加入の方(令和元年8月31日までに資格取得された方)
受診期間	令和元年11月30日まで
持ち物	①受診券 ②保険証 ③質問票 ④自己負担金 ※自己負担金は500円または200円です。(受診券に記載されています)

【後期高齢者歯科健康診査】

対象者には受診票を後期高齢者医療広域連合から送付しました。

目的	口腔機能低下の予防を図り、肺炎等の疾病の予防に繋げるとともに、健康意識の向上を図り、後期高齢者の健康水準の向上に資することを目的として歯科健康診査を実施します。
対象者	平成31年3月31日時点において三重県の後期高齢者医療制度の被保険者であり、75歳及び80歳の方が対象です。
送付日	令和元年8月22日(木)
受診期間	令和元年9月1日～令和元年12月20日
受診場所	公益社団法人三重県歯科医師会が指定する実施歯科医療機関
受診方法	受診票等をご覧ください
自己負担額	無料

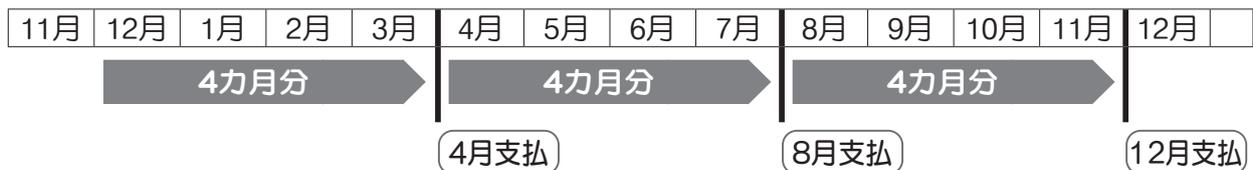
問い合わせ 三重県後期高齢者医療広域連合 住民課
TEL059-221-6884
TEL86-2217

ひとり親のご家庭へ、大切なお知らせ

「児童扶養手当」が年6回払いになります

「児童扶養手当法」の一部を改正し、令和元年11月分の児童扶養手当から支払回数を見直します。
【令和元年11月分からは、奇数月に年6回、各2カ月分を受け取れます】

現在(3回払い)



改正後(6回払い)



※支払月が変わる令和元年11月の支払は、同年8月分から同年10月分までの3カ月分が支払われます。
これ以降は、1・3・5・7・9・11月の年6回、それぞれの支払月の前月までの2カ月分が支払われます。

問い合わせ 住民課 TEL86-2217



一人暮らし高齢者・老夫婦世帯の方々へ

寝具類洗濯サービスの受付を開始します

体力の衰えや病気などの理由により、布団の衛生的管理が困難な方に対して寝具類の洗濯サービスの受付を開始します。

●サービスを利用できる方

おおむね、65歳以上の要支援、要介護認定を受けた一人暮らし高齢者、老夫婦世帯、身体障がい者等であって疾病等の理由により寝具類の衛生的な管理が困難な方で申請によりサービスの利用が必要とされた場合に限りです。

※自立の方、入院や施設入所されている方はご利用できません。

●寝具類洗濯サービスの内容

敷き布団・掛け布団・毛布それぞれ1枚ずつを限度に、10月に実施します。

※寝具の大きさや素材は、制限はありませんがマットレスはできません。

※敷き布団のみなど、1枚だけの利用もできます。



●利用者負担金について

敷き布団・掛け布団・毛布それぞれ1枚ずつの範囲内であれば無料です。

ただし、カバー、シーツ、コタツ布団、枕などは自己負担となります。

●申請手続きについて

本庁健康福祉課、または各支所で発行します『利用申請書』に必要事項を記入のうえ、**令和元年9月30日(月)まで**に提出してください。

後日、役場職員が実態調査にお伺いします。調査の結果、利用決定者の方に実施予定日と予約申込書を送付させていただきます。

問い合わせ 健康福祉課 TEL86-2216

幼児教育・保育の無償化について

令和元年10月1日から幼児教育・保育の無償化により**大紀町以外**の幼児教育・保育施設等(幼稚園・保育園・認定こども園等)を利用する場合でも、児童の年齢や世帯の所得状況により施設利用料(保育料)が無償化となる場合があります。

無償化の対象には、利用前に申請をしていただく必要がありますので、詳しくは健康福祉課までお問い合わせください。

※大紀町内に住所を有する方で、引き続き町内の保育園を利用される場合は、無償化の手続きは必要ありません。



問い合わせ 健康福祉課 TEL86-2216



10月11日から20日は全国地域安全運動です

10月11日から10月20日は、全国地域安全運動です。期間中、大台警察署では次の5点を重点的に対策します。

皆様も安心して暮らせる地域社会の実現にご協力ください。



①子供と女性の犯罪被害防止

地域の目が犯罪から子供や女性を守ります。不審者を見かけたらすぐに警察へ通報しましょう。

②特殊詐欺の被害防止

オレオレ詐欺の不審電話や、架空請求のメールやハガキの送りつけが多発しています。一人で悩まず、必ず家族や警察に相談しましょう。

③自動車関連犯罪の被害防止

県内では、自動車の盗難や車上ねらいが多発しています。車を離れる際は、確実に鍵を掛け、貴重品の車内放置はやめましょう。



④空き家対象の窃盗犯罪の被害防止

管内に多数存在する空き家を対象とした犯罪を未然に防ぐため、パトロールを強化します。管理者の方は、適正な空き家管理をお願いします。

⑤金属対象の窃盗犯罪の被害防止

管内では、昨年からのグレーチング等の金属が盗まれる被害が多発しています。不審者や不審な車を見かけたら、警察へ通報してください。

問い合わせ 大台警察署 Tel0598-84-0110

消費者ホットライン188

消費者ホットライン188(局番なし)は、お近くの消費生活センター等の消費生活相談窓口をご案内することにより、消費生活相談の最初の一步をお手伝いするものです。

「悪質商法等による被害にあった」「ある製品を使ってけがをしてしまった」などの消費者トラブルで困っていることはありませんか？

そんなときは一人で悩まずに、全国どこからでも3桁の電話番号でつながる消費者ホットライン「188(いやや!)」にご相談ください。専門の相談員がトラブル解決を支援します。



問い合わせ 消費者庁消費者教育・地方協力課 Tel03-3507-9190



『10月1日から7日までは「公証週間」です』 —大切な契約や遺言は公証役場で—

お金を貸したり、不動産を売ったり、貸したりするときは契約書を作ります。しかし、せっかく作成しても後になって契約した覚えがない、内容がおかしいなどということで、紛争が生じることが少なくありません。遺言書についても同じようなことが起こります。

そこで、これらの書類は「公正証書」にしておきましょう。公正証書には、法律によっていろいろな力が認められており、紛失したり、知らないうちに書き換えられたりする心配もありません。

公正証書についての相談は、無料です。また、その内容を他人に知られることは絶対にありません。

詳しいことは、公証役場へお尋ねください。

問い合わせ 〒516-0037 伊勢市岩渕2丁目5番1号 三銀日生ビル5階
伊勢公証役場 TEL0596-28-6506



行政相談週間 令和元年10月7日(月)~13日(日) 困ったら 一人で悩まず 行政相談

「行政相談」ってご存知ですか？

「行政相談」とは、国やNTTなどの特殊法人等の仕事について、皆さんから意見や要望をお聞きし、その解決の促進を図る制度です。

総務省では、この行政相談制度をみなさんにもっとよく知っていただき、利用していただくため、10月7日(月)から13日(日)までの1週間を「行政相談週間」と定めます。

下記のところで行政相談に応じていますので、ご利用ください。

ご相談は無料で、相談者の秘密は固く守ります。

〒514-0033 津市丸之内26-8 津合同庁舎3階
総務省 三重行政監視行政相談センター 行政監視行政相談課

おこまりならまるまるくじょーひゃくとおばん

☎0570-090110

(平日 午前8時30分~午後5時15分)

- (注)1. 土・日・祝日・上記以外の時間帯は留守番電話で対応します。
2. PHS、IP電話などをご利用の場合は(Tel059-227-1100)
3. ご相談のお電話は、相談内容の正確な把握のため、録音させていただきます。

問い合わせ 総務財政課 TEL86-2212

まさかの火事で助かる命があります

住宅用火災警報器を設置しましょう！

就寝中に発生した火災によって、多くの方が亡くなられています。

住宅用火災警報器は電気店、ホームセンターなどで容易に購入できるもので、個人でも容易に取り付けできます。

問い合わせ 紀勢地区広域消防組合 TEL0598-82-3611



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。

▼水泳

○2019年全国B&Gジュニア水泳競技大会【東京辰巳国際水泳場】(8月17日)

- ・ 阪本 礼遠(大紀SC・大宮中3年) 中学生男子の部 50m背泳ぎ 7位
50mバタフライ 7位
- ・ 出口 陽都(大紀SC・大宮小4年) 小学3・4年男子の部 50m背泳ぎ 4位
50m自由形 7位
- ・ 飯降 優梨愛(大紀SC・錦小4年) 小学3・4年女子の部 50m背泳ぎ 8位

▼剣道

○国民体育大会第40回東海ブロック大会 剣道競技(8月18日)

- ・ 西村 真美(阿曾) 三重県代表として出場 成年女子団体 優勝
- ※9月29日～10月1日に茨城県で行われる第74回国民体育大会の出場権獲得



問い合わせ 教育委員会 生涯学習課 TEL72-4040

コミュニティ助成事業により備品を整備しました

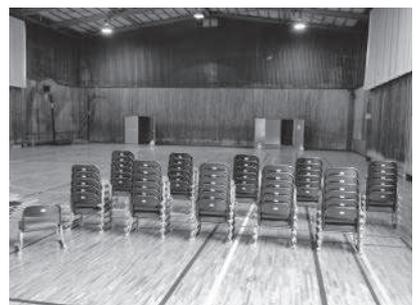
宝くじの社会貢献広報事業の一環として行われている、令和元年度コミュニティ助成事業により助成金を受けて、阿曾区会が会議用テーブル、折りたたみ椅子、テントなどを整備し、滝原地区区長会が会議用テーブル、折りたたみ椅子、座敷椅子を整備しました。



【阿曾区】



【滝原区】



問い合わせ 企画調整課 TEL86-2214



短歌

グーチョキパー足指先に指令して今日の一步を動かし始め
忘れる事びつくりする程多くなりメモ帖離さず記し置くなり
琉金の尾びれ美し帰省する曾孫に見せんと二匹程買ふ
息子や孫の帰りしあとの二人居の夕飯の支度簡単にする
梅雨あけの真夏の太陽肌を差す老軀に鞭うち夏乗りきろう

米倉 悦
伊藤 みさ
服部 利恵
乾 恵美
米倉 弘子

あかねさす空に聳^そびゆる棟^{むね}の染まず淡紫の花を咲かしむ
海面に映る花火に歓声のひと際高し夏逝かむとす
窓の外^との夕日に染まる雲ひとつ消ゆるまで見て灯をともす
楽しげに海外旅行を話し合う友らに少し距離置きてをり
山桃の暗きに蝉がしきり鳴く師が逝き友が逝き八月が行く

西村 昌美
中世古起和
紙谷 孝代
大西貴美子
村田 薩子

俳句

新聞を読み尽くしけり梅雨長し
祭り船去りて侘^{わび}しき里の闇
貼つかみ子等のひとみの輝けり
貧しさも孝行も知る盆の月
初帖や村はみどりに輝きて
大会の鮎より多き人の数
鮎解禁年に一日の休暇とる
若鮎の身を踊らせて掛りくる
鮎群れて光を放つ浅瀬かな
若鮎の跳ねる清流山深し

畔地佳永子
大野 楼山
生駒ちづ代
宮原 達洲
清原 房
宮原 千枝
浮田 美代
小倉きよなみ
北 隆 山
喜多千保子

黒西瓜叩いて一句撫で一句
いにしえの花咲かんとす蓮の池
シヤワー浴ぶ鏡に吾のあばら骨
紀勢線レール軋むや草いきれ
昼さがり転た寝足元夏の風
朝顔やつる垣根越え花五輪
四度目にやつとききぶり打ちのめす
夏の月酔いどれ歌の調子良し
時々はへくソカズラだつて憂^{うれ}う
山の茶屋螢の為に開けておく

山畑 正巳
伊東かねみ
宮田あかり
藤原 梢
大矢 エミ
小倉 嘉治
奥山 泉
奥山 笑空
奥山 和子
奥山津々子

夏^{なつ}疾^{はやて}風君の手縫いの「1」を背に
「S」字から「つ」や「し」にもなり蝸^{どか}蟻^け逃ぐ
藍^{あゐ}浴衣母の教えはみな口伝
夕立や軒のしたたり数えおり
梅雨傘の動き始めしバス乗場
カンナ燃ゆ単線駅の時長し
日盛りを硝子の^{うわ}上^つ面^{めん}に観ぬ
扇風機一休みにはかかせない
アイスコーヒー会話が弾む朝日課
人それぞれ行先あつて雲の峰

亜 矢 子
渋谷 睦子
瀬古 多永
卓 球 路
出口 美敏
殿村 順子
東 砂都市
見並 康子
宮原 来実
宮原 浩美

※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 Fax86-3500 メールkik@town.mie-taiki.lg.jp



こんにちは保健師です

インフルエンザ予防接種事業(高齢者・子ども対象)について

今年度も65歳以上の方および子ども(満6か月以上高校3年生該当年齢まで)を対象に、インフルエンザ予防接種事業を実施します。特に高齢者や子どもの場合、インフルエンザにかかると、肺炎や脳症などの重大な合併症を引き起こす率が高いといわれています。予防接種でインフルエンザに備えることが大切です。



	高齢者	子ども
実施期間	令和元年10月15日～令和2年1月31日	令和元年10月1日～令和2年1月31日
実施場所	実施医療機関(三重県内)	実施医療機関(日本国内)
対象者	接種日現在で、 ●65歳以上の町内に住所を有する方 ●60歳以上65歳未満の心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある方で町内に住所を有する方。	接種日現在で、満6か月以上高校3年生該当年齢までの方で、町内に住所を有する方。
自己負担金 (接種日現在の年齢)	【1,220円】 ・65歳以上75歳未満の方 ・60歳以上65歳未満の心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある方 【無料】 ・75歳以上の方 ・65歳以上で生活保護の方 ・60歳以上65歳未満の心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある生活保護の方	無料(接種後申請にて、予防接種費全額を助成) ※医療機関で一旦、接種料金全額を支払ってください。接種料金は医療機関によって異なりますので、ご希望の医療機関でお尋ねください。 ※必ずインフルエンザ予防接種費用とわかる領収書をもらって、申請書に添えて提出してください。 ※年齢に応じた回数分の予防接種費の全額を町が助成しますので、 令和2年3月31日までに申請してください。
助成回数	接種1回分	13歳未満の方→接種2回分まで 13歳以上の方→接種1回分
接種時の持ち物	・自己負担が必要な方は1,220円 ・健康保険証 ・健康手帳(予防接種済証明を貼付します) ・身体障害者手帳もしくは診断書等(60歳～65歳未満の方) ※健康手帳を紛失された方は、保健師までご連絡ください。再発行いたします。	・健康保険証 ・母子健康手帳 ・予防接種料金
予診票	・予診票は医療機関にありますので、接種の際に医療機関にてご記入ください。	
注意点	・病気で治療中の方やアレルギーなど、心配のある方は医師とよく相談して接種してください。	

問い合わせ 健康福祉課 保健師 TEL86-2216



野菜のパワーを知ろう!!

「野菜類を1日350g以上食べましょう」これは健康な生活を維持するために掲げられている目標のひとつです。日本人の平均値は約70g不足しており、ここ10年間で横ばい状態と報告されています。

野菜は、生活習慣病の予防に役立つ豊富な栄養素が含まれています。野菜のパワーを知って毎日の食生活に少しずつ野菜料理をプラスしてみましょう。

●野菜のちから●

①ビタミン・ミネラルでからだを整える

抗酸化作用、エネルギー代謝、免疫力の向上などのサポート役

②機能性成分の宝庫

ポリフェノール、食物繊維、クロロフィル、カロテノイドなど

③野菜のうま味と甘味で健康的なメニューに

野菜のうま味と甘味を引き出すことで、調味料が減り生活習慣病予防に



～ 9月は食生活普及運動月間 ～

☆ささみと蒸なすときゅうりの中華和え☆

【材料と分量(2人分)】

ささみ	1本	
塩	少々	
酒	少々	
なす	1本	
きゅうり	1本	
白髪ねぎ	適量	
A	ごま油	小さじ 1/2
	酢	小さじ 1
	しょうゆ	大さじ 1/2
	砂糖	小さじ 1/2
	おろしにんにく	小さじ 1/4

【作り方】

- ①耐熱容器にささみを入れ塩、酒をふり、ふんわりラップをする。なすは縦に切り込みを入れてラップで包む。ささみとなすをレンジで2分ほど加熱し、それぞれ粗熱をとってから細長くほぐす。なすは大きければ長さを半分に切る。
- ②きゅうりは縦半分に切って斜め薄切りにする。
- ③ボウルに調味料Aを合わせ、①・②を和える。
- ④③を器に盛り、白髪ねぎをのせる。

野菜不足
解消レシピ

ヘルスマイト

【1人分の栄養価】

エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
64kcal	7.1g	1.3g	0.9g



10月の 暮らしのカレンダー

- 成人健康相談（時間は受付時間です）
持ち物 健康手帳

▼大宮

4日(金)

午後1時～午後2時

金輪集会所

午後2時30分～午後3時

板取集会所

8日(火)

午後2時～午後3時

野原集会所

午後3時30分～午後4時

野原新田集会所

- 妊婦・産婦・育児相談

母子健康手帳をご持参ください。

30日(水) 午前10時～午前11時30分

子育て支援センター すくすく

- 骨密度・足指力測定

1日(火)、2日(水)、3日(木)、4日(金)

時間・場所は各戸配布の案内チラシをご覧ください。

※希望会場を3日前までに保健師(86-2216)までお申込ください。

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

令和元年度健康増進普及月間の実施について

生活習慣病の特性や運動・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性について国民一人ひとりの理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するため、食生活改善運動と連携して様々な活動が全国的に実施されています。



◆実施期間

令和元年9月1日～9月30日

◆令和元年度統一標語

「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～健康寿命の延伸～」

問い合わせ 健康福祉課 TEL86-2216

令和元年度ハロウィンジャンボ宝くじ9月24日(火)発売！

ハロウィンジャンボ宝くじ5億円(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)、ハロウィンジャンボミニ3千万円(1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて)が、同時発売されます。

この宝くじの収益金は、市町の明るく住みよいまちづくりに使われます。

発売期間 令和元年9月24日(火)～10月18日(金) 各1枚300円

問い合わせ 公益財団法人 三重県市町村振興協会 TEL059-225-2138

満1歳！ お誕生日おめでとう



つむぎと過ごす毎日がとても楽しいです。
元気に大きくなってね。

柏野 高橋 紬 ちゃん
父・渉 母・桂

トビカゲ・サン
郵便引券(大額)
有効期限：〒1.10末
200円/人
(家族5名まで)
フル・タイム

大紀町広報紙およびホームページ有料広告のお知らせ

「広報たいいき」、「大紀町ホームページ」では、有料広告・有料バナー広告掲載を受け付けています。

広報紙	掲載対象	町内に本所・本店または支店・営業所のある事業所		
	サイズ	縦 5cm × 横 8cm		
	掲載期間	1回		
ホームページ (バナー広告)	掲載料	2,000円		
	掲載対象	町内外を問いません		
	サイズ	縦 54ピクセル × 横 190ピクセル		
	掲載期間	1ヶ月 町内広告者	2,000円	町外広告者 5,000円
	掲載期間	半年間 町内広告者	10,000円	町外広告者 25,000円

【申し込み】 広報紙は、掲載希望月号発行日の1ヶ月前まで、ホームページは掲載希望月前月の1日までに企画調整課までお申込みください。

問い合わせ 企画調整課 TEL86-2214

行事・催し物のご案内

第10回大紀ふれあいまつりin錦

とき	ところ
令和元年10月13日(日)	大明神広場

問い合わせ 商工観光課 TEL86-2243



9月の納税など

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 8月末現在

人口	8,410人
男	3,985人
女	4,425人
世帯数	4,019戸

フル・タイム
入浴引券(大額)
有効期限：〒1.10末
200円/人
(家族5名まで)