



Public information of Taiki  
広報

# たいき

2019 11 No.177



「第10回 大紀ふれあいまつりIN錦」が、錦大明神  
広場で開催されました。

**主な内容** 三重県司法書士会による「無料法律  
相談会」/令和2年度保育園入園のご案内/野口  
みずき杯2019中日三重お伊勢さんマラソン交  
通規制とご協力をお願い/ほか

# 第10回 大紀ふれあいまつり IN 錦



10月20日 錦大明神広場で、今年で第10回目となる「大紀ふれあいまつり」が行われ町内外からおよそ2万人の来場者が訪れ賑わいました。

大紀ふれあいまつりは、七保、大内山、阿曾、錦、柏崎、滝原の6地区で毎年開催地を持ち回り今年は、錦地区で開催されました。



▲オープニング「ザ・ニシキ」



▲鈴木知事の祝辞



▲谷口町長の開会のあいさつ



▲議会議長より開会宣言

この日は、大紀町議会議長の開会宣言の後、オープニングの「ザ・ニシキ」が行われ、開会式では、谷口町長のあいさつの後、鈴木知事から祝辞をいただきました。

式典の後には、マグロの解体ショー、子供みこし、牛乳早飲み大会、魚釣り大会、もちまきなど多くのイベントが行われました。



▲元気いっぱい子供みこし



▲マグロ解体ショー



▲フラダンス





▲乱舞キッズによるよさこいソーラン



▲牛乳早飲み大会



▲バカ踊り



▲四季の歌・踊り



▲魚釣り大会



会場には七保牛焼肉、マグロの刺身、牛乳 たっぷりミルクシチュー、ぜんざい、つきたて餅、鮎の甘露煮などの振る舞いや、各種バザー、体験コーナーがありました。



# 甘辛トーク

## 蝶々のひとりごと

### 第93回

#### 県内視察と県外視察の章

#### 天皇陛下と海外視察の章

#### (アメリカとカナダ)

10月1日に三重県町村会の県内視察があり、錦に決まり、15町の皆さんが全員参加してくれたのは嬉しかった。

北勢の仲間(5町)では伊勢湾の津波の高さは(海抜5メートル程)だが、減災工事の進捗さに驚いていた。

県南部の仲間(10町)では想定外で20米(錦港は、想定外16米、レベル1は9米)

今年からは4名の担当課長に説明をさせる。「合併特例債(利子0.26%)を利用して、今年からは、(日本列島強靱化の)予算を利用」河川工事と道路では、社会資本整備事業。橋や通学道路等の予算は助かる。およそ国が60%、残りは過疎債(国70%、利子は0.02%)ある町長は別際に「地震も津波も、いつ来るか判らない天災なので、

町単独で6年前からと聞いたが、4名の担当課長に説明をさせた事に感動した」と言う。

県町村会の町長さん方には、(私の塩辛声より、50才代の課長の声の方は良いと思う)

10月1日(火)自宅にて

#### 県外視察の章

「東北大地震」10月7日から(1泊2日)の宮城県南三陸町に県町村会的全町長参加(15名)と事務局長他2名で訪問する。7日の朝は6時半に自宅から「津市のなぎさ港」で乗り、中部国際空港に着き、朝食をとり、仙台空港へは風過ぎに着く。南三陸町には夕方に着き、佐藤宮城県町村会長の平成23年3月11日の経験談に18名が聞き入った。

私は彼とは9年間の付き合いだが、2時間の講義を終え、6時半からの懇親会でも9時迄付き合ってくれる。

翌朝は小雨だった。現場踏査にも付き合ってくれる。「谷口会長! 沢山土産物を買ってナ」約束通り買う事にする。「会長! 沢山買って頂いてあげるといいます」彼は一回り下の弟である。宮城県にも派遣している(5名)。

数年前には宮城県の今回と同じ南三陸町へ町議会の皆さんと、仙台では鈴木英敬知事と県市長会長の亀井名張市長と県町村会の会長として参加し、村井嘉浩宮城県知事も多忙の中、出席される。

#### 全国町村会では若手県や、

福島県では腕時計風のガイガー計?には驚かされる。東京電力の爆発をした3・4号基?の側に近付くと80キロの速度に25名を乗せたバスが急にスピードを上げる。放射線の濃度が上がったのだろうか。全員の腕時計が大きな音で鳴る。団長の私は1番にバスへ乗り、バスの背後席に座っていた。5・6人が通路で転ぶ。

(怪我人は無かった)運転手も「すいません」と言う。私は「運転手さんも大変なのう」

「来た時と同じ様に4箇所の所でバスを変え、東電の風評被害を防ぐ為に付き合う」仲間の町村長は口々に「一度来たら2度目は無い」と愚痴っていた。5回目の東北三県の地震、津波の猛威には人類の力では想定外である。

「町民の一人一人の日頃からの地道な心構えこそが大

事」と私は信じる。

#### 台風19号の章

3連休の前日(金)に、「台風19号」が来る。午後3時に

管理職全員に「1次出勤を命ずる」本部の錦支所では私と3名である。服部副町長は大内山区から七保区迄の副本部長。大内山区7名の管理職、

柏崎区4名の管理職、滝原区3名の管理職、七保区北村教育長と2名の管理職。9時に

服部君から「警報が出たので2次出勤の連絡が有り、OKを出す」錦本部は11名体制になる。其の頃には、「みなと

ホール」に50数名の避難者が有り、皆さんと15分程語り、

風雨も強くなる。錦支所長の坂口浩一朗君の

運転で、大潮の満潮時に魚市場に行く、高潮が足元から

20センチ程であった。風食は「金ちゃんヌードル」を職員

と食べる。12日(土)町議の

谷口宏嗣君も心配して加わり

13名であった。錦支所で12時半に寝て1時に電話が有り、

町民から電話で「迎えに来てくれるか?」電話を取ったのは奥川謹司君だった。

先輩の中世古励君と谷口勇

先輩の中世古励君と谷口勇

佐君と三人で迎えに行く。「危険度の高い時は3名で現場へ行くべし」と決めている。

本部と4箇所の支所が連絡網を強化すべし。「一人はひとりである」「職員全員が丸と成れば」大紀町の将来を担う事だろう。楽しみである。

午後7時前に全職員を自宅に帰す。本部の坂口支所長と

防災課長の玉木謙治君達は、

県から「被害状況」の連絡がある、日曜日には副町長の服部

吉人君の車で、午後1時に藤

区に着く。小倉建設課長と5

名の職員達は、小倉伸也藤区

長と三役の方々に世話をかける。藤区の墓地の3分の1が、

金曜の夜と土曜日の豪雨の為に、距離は50米程、藤川の左

岸が決壊する。河床から7米

の上に墓地が有り、三週間程

前の9月中旬に、小倉伸也区

長と「危険度」を予知した場所であった。

昨日は朝から、何時もの事であるが農林課、建設課、環

水課、商観課、被害状況を県に説明の為に出勤する。

秋の3連休を日本中の公務



員は楽しみにしている。

管理職は兎も角、若い職員は残念無念の心境だろう。

町内の会社勤めの方達は「2連休」も「3連休」も無い事を考えて、「頑張る」事だろう。「可哀想であるが、国、県市町村の公務員には避けて通す道は無い」今日は「体育の日」である。私も久しぶりの休日であった。

10月14日(月) 自宅にて早速、今日は県の伊勢土木の課長以下5名程が藤区の現場踏査に来ると言うので出向く。県が国の査定を受ける為である。「立ち合いをしなから人的な被害は無かった事にホッとする」

10月15日(火) 自宅にて16日は5時半起床、魚市場へ行く。何時もの事であるが、「鍵を付けたまま市場に軽自動車昨日の朝から置いていた」ので歩いてみると、3分程で魚市場につく。札幌に着くと西村民也君が朝早くから市場に居る。「おはよう、民也君、沖に魚はおらんのかれ?」「アア南島も無いデエー!」

「アア南島も無いデエー!」  
「大紀ふれあい祭りイン錦」

の現場へ行くと、服部副町長も来ていた。10月13日頃から「台風19号が来るから」とテレビで予知しているので、1週間後の20日に決める。

17日に上京。47都道府県の会長会議中、服部副町長からメールがあり、後の委員会を断り、東京から帰町する。

案の定13日(日)に台風19号が三重県にも被害を及ぼす。独断で決めた一週間であった。「長い一週間であった」

前日の19日(土)は津市で「日赤1300年記念大会」に副支部長として参加。松阪辺りの高速道路から見ると三日月が出ていたのに、町内(七保区)に入ると月が見えなくなる。錦峠を超えると真っ暗であった。公用車運転手の健ちゃんに「気を付けて行けよ」と言いながら、台風20号?の影響か?

今朝は3時に起き、3時半に「ふれあい祭り」の大明神に行く。町民の皆さんのお陰で10回目の「大紀ふれあい祭り」は、谷口兄外湾理事を始め、商工会、森林組合、三建会と瀬古食品や大内山酪農、役場職員男女(100名)も

暗くなる迄、後片付けに頑張る。

鈴木知事、野呂前知事や国県の皆さん、大台署には交通事故防止の為に暑い中、頑張って頂いた事に感謝する。

明日は台風20号の為に雨降りだろうが、男子職員総出で片付けて呉れるだろう。

10月20日(日) 自宅にて天皇陛下の「即位礼正殿の儀」今日は、天皇陛下が即位を宣言する日である。

「即位礼正殿の儀」も済まされ、赤坂御苑に戻られ、ホッとされておられる事だろう。「天皇陛下の弥栄」を町民の皆さんと共に祈るばかりである。10月22日(火)

### 海外地方行政調査の章

明日は2度目のアメリカ、カナダ行きである。

10月24日から全国町村会の「第56回、海外地方行政調査」でアメリカ、カナダの二カ国に出向く。

1度目のアメリカは旧紀勢町長選2期目に、「自身の不徳故に敗れる」50才の冬だった。

今の志摩市の義兄夫婦の計らいで「黒真珠の里」タヒチ島、「黒真珠」の入札も体験し、フ

ランス領のボラボラ島にも1人で行く。ホテルを朝4時起き、セスナ機を借りて朝焼けと夕焼けは筆舌に尽くす事の出来ない程であった。

州の町村会と会い、互いの意見を発表、勉強会を3時間する。翌朝、市内歴史的建造物視察。昼過ぎにポートランド発、バンクーバーに夕方着。専用バスへ乗り、フェリーでバンクーバー島へ。ピクトリア泊。九州7県の鹿児島県だけ除いた程バンクーバー島で180万人居る大きな島であった。真っ赤な紅葉、黄色い紅葉、公園に、道に、住宅の屋根に撒いた様に木や花や動物を大事とする、お国柄に接する事に感動したチョット寒い秋であった。

### 地球が! 小さくなった章

理由は錦の親友の娘夫婦と子供達に会う為である。夫婦が車でホテルへ来て呉れる。「コウちゃん!、ラーメン屋に連れられてくれ」旦那は金輪区の「紫陽花祭り」で2度程会っているので助かる。

彼女も錦弁で「おじちゃん」幸せいっぱいである、ホッとする。仮の団長なので一時間半程のデートであった。

令和元年10月31日(木)バンクーバーのホテルにて大紀町長 谷口 友見



## チャイルドシート着用推進モデル 保育園指定式

9月30日 ななほ保育園で、チャイルドシート着用推進モデル保育園指定式が行われました。

はじめに、「たいちゃん」が登場し、園児にチャイルドシート着用推進モデル保育園のシンボルであるぬいぐるみが手渡されました。

そのあと、大台警察署から園児のみんなに道路の渡り方など3つのお願いがありました。



## 錦夜間津波避難訓練

10月4日 錦地区で、夜間津波避難訓練が行われ、521人が参加しました。

この避難訓練は、いつ起こるかわからない大地震に備え、夜間の津波発生を想定したもので、午後6時30分の防災行政無線によるサイレンを合図に住民の人たちが避難袋や懐中電灯を手にして、一斉に最寄りの避難所に避難しました。

避難所では、避難した人たちに発電機の操作説明も行われました。

## 人権啓発教室「仲良しお話会」

10月23日 大内山保育園で、人権教室「仲良しお話会」が行われました。

このお話会は、歌や人形劇を通じて「友達の大切さ素晴らしさ」を感じ取ってもらおうと、伊勢人権擁護委員協議会主催で毎年行われています。

子供たちは、合唱や人形劇、人KENまもるくん・あゆみちゃんとのふれあいを楽しみました。



## 瀧原宮大祭

10月27日 瀧原宮周辺で、瀧原宮大祭が行われました。

この日は、今年の稲穂を納める「初穂曳き」が行われ、参加者は力強い掛け声とともに奉曳車を引いて練り歩きました。

会場には、各種飲食バザーやフリーマーケットがならび、地域の特産品をはじめ様々な品物が販売されていました。

イベントでは、ビンゴゲームや餅まきなど、盛りだくさんの内容で来場者を楽しませていました。



## 三重県司法書士会による「無料法律相談会」

三重県司法書士会では、次のとおり無料法律相談会を開催します。  
みなさんお気軽にご相談ください。

と き	令和元年11月30日(土) 午前10時～午後2時まで(1人30分程度)
と ころ	紀勢老人福祉センター(大紀町錦915番地45)
相談内容	登記に関すること、相続、成年後見人制度、多重債務問題などの日常の様々な法律相談
予 約 先	大紀町役場総務財政課に電話でご予約ください。 ※原則予約制。ただし、予約なしで当日お越しになられた場合でも、予約に空きがあれば相談を受け付けます。

問い合わせ 総務財政課 TEL86-2212

## 行政相談・人権相談のご案内

行政相談及び人権相談を行います。  
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	令和元年12月5日(木)	
	午前10時～正午	午後1時30分～午後3時30分
と ころ	コンベンションホール	紀勢老人福祉センター (都合により福羅会館に変更する場合があります)
	七保支所	大内山いきいきプラザ

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
-----	------	------	-------



人権週間

12/4～12/10



#### 人権擁護相談員

氏 名	村田 明雄	中村真知子	宮原 靖	中世古真史	伊藤 伸子
-----	-------	-------	------	-------	-------

問い合わせ 総務財政課(行政相談) TEL86-2212  
住 民 課(人権相談) TEL86-2217

## 「借金のお悩み電話相談」の実施について

三重県多重債務者対策協議会では、潜在的な相談者の掘り起こし及び常設の相談窓口の認知度向上等を目的として、多重債務者対策本部において実施される「多重債務者相談強化キャンペーン2019」の期間中に無料電話相談を開催します。

### ▼開催日時

令和元年12月8日(日) 午前10時～午後3時  
令和元年12月14日(土) 午後5時～午後8時

### ▼実施方法

- ・相談日当日のみつながらる相談専用番号を設置します。

**電話番号：059 - 224 - 2644**



- ・対応者：弁護士(三重弁護士会)または司法書士(三重県司法書士会)
- ・相談は無料ですが、通話料がかかります。また、相談は1時間程度を限度にお聞きします。

問い合わせ 三重県多重債務者対策協議会 TEL059-224-2400



## 令和2年度保育園入園のご案内

令和2年4月から保育園の入園を希望する児童の申し込みを受け付けます。



### ○申し込み書類の配布場所、期間

健康福祉課、各支所、町内の各保育園

令和元年11月18日(月)～12月6日(金) 午前8時30分～午後5時15分  
(※土・日は除きます。)

### ○入園申し込み方法

申込書のほか、必要な書類を添えて、下記の受付期間中に第一希望の保育園まで申し込んでください。申し込みの際には、入園希望の児童を同伴してお越しください。

※入園資格など詳しくは、申し込み書類に同封しております「令和2年度版～保育園のご案内～」をご覧ください。

※在園児(令和元年11月1日現在)については、保育園より申込書を配付致します。

### ○受付期間

令和元年11月18日(月)～12月6日(金) 午前8時30分～午後5時15分  
(※土・日は除きます。)

### ○受付保育園

保育園名	住所	電話番号	入園受入年齢
ななほ保育園	打見296番地1	83-3200	6ヵ月～5歳児
大宮保育園	滝原1888番地5	86-2010	
柏崎わかば保育園	崎177番地1	74-1302	
錦あおぞら保育園	錦788番地10	73-2002	
大内山保育園	大内山3140番地1	72-2076	

問い合わせ 健康福祉課 Tel.86-2216  
各保育園(Tel.上記をご覧ください。)

### ○大紀町浄化槽補助金を活用ください○

大紀町では、私たちが住む身近な生活環境や、海や川などの自然を守るため、生活雑排水をきれいにする浄化槽の設置に対して、補助金を交付しています。  
浄化槽の新設や改修をお考えの際は、ぜひご利用ください。

※来年度以降は、国の交付基準の変更により補助の対象となる工事の内容が変更となる可能性があります。  
申請できる条件や申請方法などの詳細につきましては、役場環境水道課までお問い合わせください。

#### 問い合わせ

環境水道課 Tel.86-22245

#### 浄化槽の維持管理について

浄化槽の管理は、浄化槽管理者が責任を負うことになっており、浄化槽を使用する場合は浄化槽法により、「保守点検」、「清掃」、「法定検査」が義務づけられています。

浄化槽の適正な維持管理にご協力をお願いします。



## 野口みずき杯2019中日三重お伊勢さんマラソン ～交通規制とご協力をお願い～

令和元年12月8日(日)は2019中日三重お伊勢さんマラソンの開催に伴い、8時頃～12時30分頃にかけて、伊勢市内で大規模な交通規制が実施されます。  
当日、伊勢市方面へお出かけの際は注意してください。

### 〔主な交通規制実施区間等〕

- 伊勢二見鳥羽ライン二見JCT～伊勢自動車道伊勢西インターチェンジ間
- 国道23号黒瀬町交差点～伊勢神宮内宮間
- その他内宮周辺の道路
- 中・大型車の伊勢道路(県道伊勢磯部線)から伊勢市内への乗り入れ

※詳細は、伊勢市のお伊勢さんマラソン特設ホームページ(<https://www.city.ise.mie.jp/8836.htm>)をご覧ください。

問い合わせ 伊勢市観光振興課内・お伊勢さんマラソン実行委員会 TEL0596-21-5542

～NPO法人 故郷の海を愛する会～

## 海から始まる物語IN2019

【第4回イベント】もうすぐクリスマス、遊んで学ぼう。商船学校の歴史と船と海の話

と き	令和元年12月14日(土) 午前9時50分～午後3時50分
と ころ	鳥羽市 鳥羽商船高専
定 員	50名
募集対象	主として小学5・6年生、中学生
参加費	無料 ※先着順となります。
申 込	E-mail:umiwoaisurukai@yahoo.co.jp ※E-mailのみの申し込みとなります。

問い合わせ NPO法人 故郷の海を愛する会 イベント事務局 TEL090-7612-2979

## プレミアム付商品券について(お知らせ)

### 【プレミアム付商品券とは】

消費税の引上げが家計に与える影響を緩和するとともに、地域の消費を下支えするためにプレミアム付商品券を発行します。

### 【ご購入いただける方】

ご購入いただける方には、8月上旬に申請書を送付させていただいておりますのでご確認ください。

### 【利用可能額】

対象者1人につき、購入金額4,000円で5,000円の商品券が購入できます。  
但し、お一人につき購入金額は20,000円(商品券額25,000円)までとなります。

### 【取扱い店】

町内の登録されたプレミアム付商品券取扱い店になります。

### 【申請期限】

申請書の提出期限は、令和元年12月27日(金)までです。

問い合わせ 健康福祉課 TEL86-2216 (午前8時30分～午後5時15分 平日のみ)





1月号(1月6日発行予定)  
掲載の締切りは11月22日(金)です。  
いつもより早いので、ご注意ください。

### 短歌

母の腰に呆け除けの鈴付けし日も遙かになりて吾も呆け来し	伊藤 みさ	おびえつつ台風通過を待つている被害なきことひたすら祈り	米倉 弘子
さるすべり咲きて今年の夏もゆく我体調のすぐれぬままに	米倉 悦	放置自転車隠して茂る夏草にへクソカズラはからまりて咲く	大西貴美子
三冊の旅の葉をめぐりつつ更新ちかきパスポートみる	西村 昌美	ピラカンサ緋の色に垂るわが庭は実を啄めるヒヨの晩餐 <small>ばんさん</small>	村田 薩子
払っても払ってもくる蠅ひとつ苛だつ思いひと打ちに落す	服部 利恵	西空に傾く月を追ひかけて我の歩みの速くなるなり	中世古起和
枕辺の灯り小さく切りかえて今夜もねむれず眠剤を飲む	乾 恵美	八十過ぎて心昂るしほしあり「青南」の封筒に鉄入るとき	紙谷 孝代

### 俳句

新米に農止める気のまた揺らぎ	大野 楼山	かなかなの声薄れゆく日暮れかな	喜多千保子	半分の月電線のラのあたり	渋谷 睦子
子が諭し免許を返す秋の声	宮原 達洲	ベビーカー押す母の手に秋団扇	伊東かねみ	ただ歩く事の幸せ秋の雲	瀬古 多永
露草や朝刊少し濡れており	生駒ちづ代	庭に出て何につまずく十三夜	藤原 梢	バッタ跳ぶ吾一步より広がりし	卓球 路
白湯の味甘しと思ふ秋立つ日	清原 房	伸びやかに吟ずる声や秋の風	大矢 エミ	仏壇の供物の光る秋彼岸	出口 美敏
吟行の記憶に残るぬかご飯	宮原 千枝	月明り帰りの子を待つ無人駅	小倉 嘉治	葛の花ま青の空に匂いけり	殿村 順子
敗色のひいき球団秋の風	北 隆 山	朝刊を取込みに出て初秋に会う	奥山 泉	秋刀魚焼く回覧板が回る頃	東 砂都市
納経へ登る一坊風は秋	山畑 正巳	新米や香りと旨味食うたつた	奥山 笑空	草取りや知らぬ間に虫にさされけり	見並 康子
それぞれに歩く姿の残暑かな	宮田あかり	銀杏降る母の質問リフレイン	奥山 和子	恒例の真つ赤な道標彼岸花	宮原 来実
いくばくの余命和むや栗ご飯	畔地佳永子	柿喰えば山鳩並ぶ橋の下	奥山津々子	目薬を落としそこねて天高し	宮原 浩美
夕暮れの誰もが無口秋の風	小倉きよなみ	鯛引く指先ひとつ世代の子	亜 矢 子		

※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

## ～11月14日は世界糖尿病デーです～

糖尿病になっても、初めのうちは自覚症状がほとんどありません。しかし、高血糖の状態は全身の血管を傷つけ、動脈硬化が進行し、やがて合併症を引き起こします。糖尿病とその合併症を予防するため、ご自身の生活習慣を見直しましょう。

### 糖尿病の3大合併症

- 末梢神経障害 ・ 手足のしびれや感覚が鈍くなる。進行すると壊疽(えそ)とよばれる体の細胞が死んだ状態になり、下肢の切断を避けられなくなる恐れもある。
- 網膜症 ・ 目の網膜の血管が傷ついて視力が落ちる。進行すると失明の恐れもある。
- 腎臓症 ・ 腎臓の血管が傷ついて腎機能が低下する。進行すると人工透析が必要になることもある。

### 予防のために

- 食事のポイント  
1日3食、バランスの良い食事が基本です。間食は食べすぎないように、量や回数に注意しましょう。
- 運動のポイント  
無理せず軽い運動から始めて、運動量を増やしていきましょう。ウォーキングやサイクリングなどの有酸素運動が効果的です。
- 定期健診の受診  
糖尿病は初めのうちは自覚症状がほとんどないため、定期健診を受けることが大切です。早い時期に糖尿病予備群とわかると、食事や運動などの生活習慣を改善することで糖尿病を防ぐことができます。  
また、糖尿病を症状が出始めていない時期に見つけて、生活習慣の改善と適切な治療を行うことで、糖尿病の合併症を予防することができます。

問い合わせ 健康福祉課 保健師 TEL86-2216

## 11月は「8020推進月間」です

### 8020運動とは・・・

「80歳になっても20本以上の歯を保とう」という運動です。健康で豊かな生活を送るには、自分の歯でよく噛んで食べることが大切です。20本以上の歯があれば、ほとんど満足できる食生活が出来ます。

### 歯とお口の健康づくりのポイント

#### ○ていねいな歯みがき

ていねいな歯みがきはむし歯や歯周病を予防し、歯が抜けてしまうのを防ぎます。入れ歯を利用されている方も、毎食後の歯みがき、1日1回の薬液洗浄を行い、入れ歯や残っている歯をきれいに保ちましょう。

#### ○よい生活習慣

運動不足や不規則な食生活、喫煙などは口の健康状態を悪化させます。規則正しい生活習慣を送りましょう。

#### ○定期的な歯科受診

自分にあった歯のみがき方を教えてもらい、むし歯や歯周病の予防・早期発見・早期治療に努めましょう。

問い合わせ 健康福祉課 保健師 TEL86-2216



## 食料・飲料などの備蓄、十分ですか？

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などを備蓄しておきましょう。

防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ普段の生活の中で利用されている食品等を備えるようにしましょう。



○食料・飲料・生活必需品などの備蓄の例(人数分用意しましょう)

- ・飲料水 3日分(1人1日3リットルが目安)
- ・非常食 3日分の食料として、ご飯(アルファ米など)、ビスケット、板チョコ、乾パン、缶詰、乾物 など
- ・トイレットペーパー、ティッシュペーパー、マッチ、ろうそく、カセットコンロ など

※大規模災害発生時には、「1週間分」の備蓄が望ましいとされています。

※飲料水とは別に、トイレを流したりするための生活用水も必要です。日頃から、水道水を入れたポリタンクを用意するなどの備えをしておきましょう。

## ☆さば缶と豆のトマト煮☆

### 【材料と分量(2人分)】

さば缶(味噌煮) 1缶	190g
トマト缶(カット) 1缶	400g
ミックスビーンズ(水煮)	100g
固形コンソメ	1個

### 【作り方】

フライパンに、さば缶(味噌煮)、トマト缶(カット)、ミックスビーンズ(水煮)、固形コンソメを入れて、時々混ぜながら強めの中火で7~8分煮る。

混ぜて煮込むだけで  
非常時にも役立つ

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
340kcal	24.9g	18.6g	2.2g

## ヘルスマイトによる おせち料理教室参加者募集!!

参加ご希望の方は、12月6日(金)までにお申し込みください。

- と き 令和元年12月16日(月) 午前9時~正午
- ところ コンベンションホール内 調理室
- 持ち物 エプロン、三角巾
- 参加料 800円(材料・容器代含む) ※定員は20名となっております。



### 問い合わせ・申し込み

大紀町食生活改善推進協議会事務局(役場健康福祉課内) TEL86-2216  
大紀町食生活改善推進協議会会長 植村 昭子 TEL86-2815



# 12月の ぐらしのカレンダー

●成人健康相談 (時間は受付時間です)  
持ち物 健康手帳

▼大宮  
2日(月)

午後1時30分～午後2時30分 長者野集会所

13日(金)

午後1時～午後2時 三瀬川生活改善センター  
午後2時30分～午後3時 船木集会所

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

●妊婦・産婦・育児相談

母子健康手帳をご持参ください。

3日(火) 午前10時～午前11時30分

子育て支援センター すくすく

●1歳6カ月児・3歳6カ月児健康診査・  
2歳6カ月児歯科健診

持ち物 母子健康手帳、問診票(3歳6カ月児  
は目と耳のアンケートと尿検査があり  
ます)

12日(木)コンベンションホール

◆受付 午後1時～午後1時20分

1歳6カ月(H30.3～H30.5生まれ)

2歳6カ月(H29.5～H29.6生まれ)

3歳6カ月(H28.3～H28.5生まれ)

※対象児には個別に通知します。

## 令和元年度海上保安庁船艇職員・無線従事者・航空機職員採用試験のお知らせ

海上保安庁では、船艇(航海・機関)、無線通信や航空機の有資格者を対象に令和2年7月に  
入校する海上保安学校門司分校の職員採用試験を実施します。

詳しいことは、海上保安庁のホームページをご覧ください。か、尾鷲海上保安部管理課まで  
お問い合わせください。

### ▼試験日程

第1次試験	令和元年12月1日
第2次試験	令和元年12月19日～24日
実技試験 (航空機職員 のみ)	令和2年1月22日、23日

### ▼採用予定数

船艇職員	航海、機関	それぞれ若干名
	通信技術	約10名
航空機職員	飛行	約5名
	整備	約10名
	航空通信	約5名

問い合わせ 尾鷲海上保安部管理課 TEL0597-25-0118

清掃スタッフ  
大募集!

福利厚生が充実♪  
NTT西日本グループで働きませんか!

勤務地：大紀町大内山 介護老人保健施設暁内

◆雇用条件

業務/介護老人保健施設内の清掃・洗濯等

時給/880円

勤務時間/8:30～16:00の間の5時間程度(実働5時間、15分休憩)

休日/シフト制・月10日程度・祝祭日及び年末年始(12/29～1/3)

待遇/交通費全額支給、有給休暇、制服貸与、資格手当、資格取得支援  
賞与年2回、健康診断、雇用保険、労災保険、レクリエーション

◆連絡先◆ テルウェル西日本(株)三重営業支店 大内山事務所  
受付時間/平日9:00～17:30 担当：早戸/渋谷 TEL0120-194-530

山西電機株式会社 本社工場・第2工場  
正社員及びパート社員募集

仕事内容：電子部品製造

勤務時間：①8:00～17:00 ②9:00～16:00

待遇：各種保険完備、交通費支給

※お気軽にお問い合わせください。

未経験者の方大歓迎!!

問い合わせ 山西電機(株)本社工場  
大紀町錦66-3 TEL0598-73-3171

町内事業所たすけページ

# 令和2年 大紀町成人式のお知らせ

令和2年大紀町成人式を次のように開催しますので、新成人の方はご参加ください。

と き：令和2年1月2日(木)  
 午前10時30分から(受付：午前10時から)  
 ところ：大紀町コンベンションホール  
 対 象：平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方



◀平成31年成人式

案内状は、大紀町に住所登録されている新成人の方等を対象に11月下旬にお届けいたします。なお、大紀町に住民登録されていない方で、成人式への参加を希望される方は、**12月13日(金)まで**に大紀町教育委員会までご連絡ください。

問い合わせ 教育委員会 生涯学習課 Tel.72-4040

トビカギクーポン  
 有効期限：R1.12末  
 200円/人  
 (家族5名まで)  
 シムとち5か1

## 伊勢志摩定住自立圏

# みんなが住みやすい町に

人口減少、少子高齢化が進行する中、中心となる市と近隣市町が連携・協力し、誰もが住みやすい町づくりのためにさまざまな施策を行うのが「定住自立圏構想」です。  
 伊勢志摩定住自立圏構想は、伊勢市、鳥羽市、志摩市、玉城町、度会町、大紀町、南伊勢町、明和町が連携し、平成25年から事業を行っています。



### 第2回 圏域内外への地域情報などの発信

各市町でのイベント、観光、交通情報などを共有化し、圏域内での活発な交流を図るため、情報をやり取りしています。各市町の広報紙、ホームページ、ケーブルテレビなどを活用し、近隣市町の情報を掲載することで、より多くの住民に知ってもらうことができます。



#### 情報発信の例

- 伊勢市宮川の花火の開催内容
- クラウドファンディングの内容
- 春まつりなどのイベント情報
- …など

ぜひご覧いただき、お隣の市町のイベントなどにもご参加ください。

問い合わせ 企画調整課 Tel.86-2214

### 行事・催し物のご案内

イベント名	と き	と ころ
<b>大紀町防災の日「避難訓練」</b>	令和元年12月6日(金) 午後1時40分～	大紀町全域

### 11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 10月末現在

人口	8,384人
男	3,972人
女	4,412人
世帯数	4,026戸

トビカギクーポン  
 有効期限：R1.12末  
 200円/人  
 (家族5名まで)  
 シムとち5か1