



大宮小3、4年生が自然観察池の花壇に花の苗を植えました。(関連記事1頁)

主な内容 後期高齢者医療制度のお知らせ／外国人住民の方の住基ネットの運用が開始されます／健康診査・特定健康診査・後期高齢者健康診査・生活機能評価(介護予防健診)のお知らせ／ほか

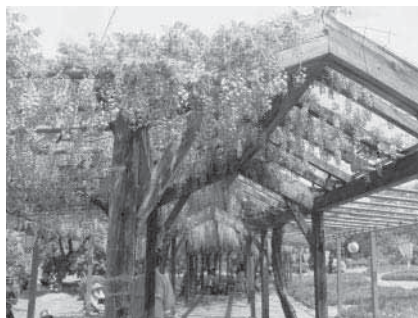
東作さんと藤まつり

5月3日 野原農村公園で「東作さんと藤まつり」が開催されました。

このまつりは、大正時代に全国町村会をつくり、義務教育費の国庫負担を国に働きかけた旧七保村村長の大瀬東作さんの功績を讃えるとともに、60mの藤棚に咲くフジを観賞してもらおうと毎年開催されています。

会場内には、野菜や盆栽、木工品の販売や各種飲食コーナーが設けられ、中でも野原工房元気村出店の鹿肉を使った鹿ちゃんコロッケや鹿カレーなど大好評でした。

広場では、世代別のクイズ大会や、ぎんなん子供会によるイベントもあり、訪れた人たちは楽しいひとときを過ごしていました。



色取り取りのエビネが展示されました



5月4日と5日 大内山B&G体育館で大内山エビネ展が開催されました。

この展示会は、大内山エビネ愛好会主催で毎年この時期に行われているもので、今年も会員が丹精こめて育てあげたエビネ蘭350鉢が出品されました。

会場を訪れた人たちは、エビネの花から漂う甘い香りに包まれながら、紫や白・黄色などのエビネ蘭をじっくりと観賞していました。

審査の結果、大紀町長賞を^{そのへみちのり}園部美智矩さんの「美空」が、議長賞を^{なかぎりみつく}中桐貢さんの「天狗」が受賞しました。

自然観察池の花壇に花苗植え

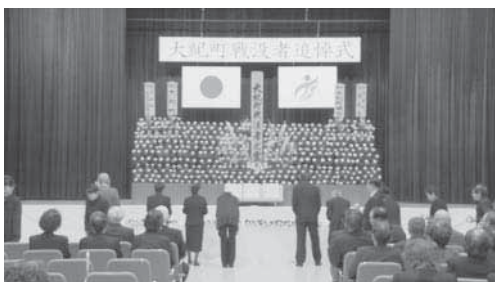
5月8日 滝原の自然観察池(ビオトープ)の花壇に大宮小3、4年生の33人が花の苗を植えました。

このビオトープは、遊休農地の活用などを通して里山の保全に取り組む町おこし団体「人とホタルの元気な里地づくりプロジェクト」により、子どもたちが自由に生き物の観察ができる場所として、5アールの畑を使って整備されました。

この日は、四季の会から提供されたマリーゴールドやナススタチウムの苗1,500株を、児童らが1株1株丁寧に植えていきました。花の育つ頃には、水辺の生物のほかにもたくさんの虫たちが集まってくることでしょう。



大紀町戦没者追悼式



5月11日 コンベンションホールで大紀町戦没者追悼式が行われました。

追悼式は、大紀町社会福祉協議会主催で行われ、遺族及び関係者184人が参列する中、戦没者への追悼の言葉が捧げられ、参列者が霊前に白菊を献花し、先の大戦までの戦没者899柱の冥福を祈りました。



中世古さん瑞宝双光章を受章

国や公共に功績のあった人に授与される春の叙勲で、中世古一英さん(錦)が、瑞宝双光章(消防功労)を受章されました。

中世古さんは、昭和42年に紀勢町消防団に入団以来、平成22年の大紀町消防団を退団されるまで43年3カ月にわたり、旧紀勢町では団長を大紀町では副団長を歴任されるなど、消防の発展に尽力されました。その間、町民の生命・財産を火災等の災害から守り、地域の安全・安心の確保と消防力の強化充実に努められた功績により叙勲の栄に浴されました。

受章おめでとうございます。



阿曾湯の里で春まつり



5月12日 阿曾湯の里で、春まつりが開催されました。

阿曾湯の里連絡会議主催で催されているこのまつりは、大紀町の春の風物詩となっており、地物の新鮮野菜の販売のほか各種バザーや体験コーナー、川をきれいにする取組やもちまきなど盛りだくさんの内容で、訪れた人たちは買い物をしたり体験をしたりして春の一日を楽しんでいました。

大紀町消防団初任者訓練が行なわれました

5月12日 大宮中学校周辺で、今年消防団に入団した初任者の訓練と幹部の研修がそれぞれ行われました。

初任者訓練では、紀勢広域消防職員や幹部団員の指導を受け、消防ホースの伸ばし方やつなぎ方、ポンプの操作方法など基本的な訓練が行われました。



町内一斉の清掃活動 大紀町クリーン作戦

5月19日 大紀町全域(錦地区を除く)で、町をきれいにするクリーン作戦が行われ、たくさんの人たちが町内各所で、朝早くからゴミ拾いなどの清掃活動を行いました。

参加していただいた皆さまありがとうございました。



太田国土交通大臣が錦タワーを視察

5月18日「全国みどりの愛護のつどい」に出席するため県内入りしていた太田昭宏国土交通大臣が、つどいに出席した後、錦タワーを視察されました。

歓迎に駆けつけた町民のみなさん約250人が迎える中、到着した太田大臣は、谷口町長から錦タワーと第2錦タワーの概要や防潮堤など町の防災減災対策事業の説明を受けました。

錦タワーの見学の後、大臣は、集まったみなさんに対して「安心できる防災の町づくりに取り組んでいくよう、さらに一層がんばります」と話されていました。



加藤君 軟式野球全国大会出場決定



錦小6年の加藤^{すばる}輝君がレギュラーとして所属するJBC玉城が、三重県代表として高^{たか}円^{まどのみや}宮^し賜^{はい}杯第33回全日本学童軟式野球大会への出場を決めました。

この大会は、全国15,000チームから各都道府県の予選を勝ち抜いた51チームだけが出場できる『小学生の甲子園』とも言われる大会で、8月6日から東京の明治神宮野球場で開催されます。

加藤君は、5月に行われた予選の三重県大会では、4番キャッチャーで出場し、毎試合打点を挙げて予選大会優勝に貢献しました。

全国優勝目指してがんばってください。

紀勢地区広域消防組合 消防職員募集のお知らせ

平成26年4月に採用の消防職(消防吏員)若干名を募集します。

【受験資格】

- ◆昭和62年4月2日～平成8年4月1日生まれで、大学・短期大学等若しくは高等学校を卒業又は平成26年3月31日までに卒業見込みの方
- ◆心身健全で、消防業務に支障がない方
- ◆日本国籍を有し、地方公務員法第16条に定める欠格条項に該当しない方
- ◆大台町、大紀町及び南伊勢町のいずれかに住所を有し又は就職・就学等のため各町から転出している方
- ◆採用後に紀勢地区広域消防組合管内に居住できる方

【申込書の配布】

平成25年7月1日(月)から奥伊勢消防署、紀勢分署、南島分署及び宮川出張所で配布します。(8:30～17:00まで)

【申込の受付期間】

平成25年7月8日(月)～平成25年7月29日(月)
(8:30～17:00まで 土・日・祝日は除く)

申し込み・問い合わせ 紀勢地区広域消防組合消防本部 総務課 TEL82-3612



甘辛トーク

蝶々のひとりごと 第2部

第22回

有難いことに

忙中閑無し

5月17、18日は、皇太子殿下におかれては、第24回全国 みどりの愛護の集い”が紀北町で開催される為、御来県される。

初日の17日の尾鷲駅で主催者である鈴木知事をはじめ県南部の関係者がお出迎えする。翌18日は本番なので開催時間は午前10時だったが早めに会場に到着、証明書を提示し、身体検査用のゲートを通り抜け、殿下の入場時間の30分前に大会場に入る。地元紀北町の皆さんによる歓迎の行事が披露され、ようやく殿下が御入場される。主催者である太田大臣、鈴木知事、はじめ全員起立をして、お迎えする。殿下から「おことば」を賜わる厳粛なひとときを味わう。生来、粗野者の私には、

たまには良薬である。

人は天皇陛下を神と言うが、殿下も生き神様である。

昨日尾鷲駅でのお迎えの折り、待つ間、係官から種々注意事項を聞く、みな園児並みである。時節柄、万全を期するも大事なことだと思う。

午后から太田国土交通大臣が錦タワーを御視察されるので、錦へ戻る。

昨年の夏にも中川正春防災大臣を迎え錦タワー等の視察をいただく、有難い事である。今年の春には第2錦タワーの竣工式には鈴木英敬知事には公務御多忙の中、除幕式に花を添えて戴く、有難い事である。又多くの方が集まってくれた事が嬉しかった。

太田大臣は愛知県豊橋の出身で京大の工学部で地震学を修得されたそうである。技術屋の私の拙い説明を心良く全てを御理解された事は有難い。

後日役場企画課の職員にビ

デオを觀せてもらったが太田大臣の質問を解せず、いつものマイペースで応待した我身を恥じる。

若い頃から最後は全てを善意にとる癖のある私なので太田大臣には申し訳ないが皇太子殿下のあとだった事と大臣が気さくに接してくれたので気が緩んだのだろう。

その分多くの錦の方々が大臣を迎えてくれたので今日の私の横着は帳消しだろうと考える直す。

有難いことである。

5月23日の現地時間午前9時に冒険家三浦雄一郎さん(80才)が今まで70才、75才、二度世界一高い山であるエベレスト登頂に成功し、今回80才で3度目の登頂を成し遂げられた。4年前の大ケガも克服され、持病の不整脈も4回の手術で乗り越えられたそうである。数ヶ月前に三浦さんと娘さんの出演しているテレビを見たが400グラムのステークを食べ、今回の準備の為両足首に2キロづつの重りを付けリックサックに20キロの重りを背負って鍛えていた姿を見て、冒険家とは言え、

その根性に敬服する。今日、見事に3度目の登頂に成功された事を我が事に喜び。

昔から、強い意志は岩をも砕く”と聞かされたものであるが、山頂近くの酸素の量は30%程だと聞く。45度の氷の急勾配やアルミ製のハシゴを数メートル渡して通る時、底が見えないクレバスの穴を覗きながら渡る勇氣、強風の中、切り立った氷の絶壁を靴巾だけの足場を何ヶ所も征服しながら一日掛りで、ようやく数百メートル進む作業を一週間続ける氣力、体力に驚くばかりである。50代半ばにカナダに旅した時、大氷河のあちこちに大きなクレバスを恐々覗き底なし状態だった事を想い出しながら、今日の三浦雄一郎氏の快挙を心から祝いたい。

の課題も、2、3点考えて居いてくれヨ”電話の向こうで岡原君が笑っている。彼とは長い付き合いである。嘘のない、武骨なところが気に入っている。彼との会話も”それはないでしょう!!イヤそうじゃない!!”が、多い感じである。近頃は県議会棟の喫茶で彼と会つのが楽しみの一つである。

5月30日午前中の県町村会議でも仲間の町長方の協力で、和氣あいあいの内に全ての案件を終了。有難いことである。今からここを出て賢島へ向かう「日台觀光サミット三重宣言」に出席の為。

今月は、私には楽しくもあり「春一番」到来のような5月であった。お陰で呆け防止には、忙中閑無しとは云え有難い実のある半月であった。

5月26日、友人である三重新報社の岡原一寿氏に頼まれ鈴木英敬知事との対談に向かう。テーマは「道州制導入」であった。この案件については知事の見解は、間接的には概ね理解はしていたので、岡ちゃん、道州制だけでは1時間の間対談時間は長すぎる。他

県町村会

自治会館にて

午後4時

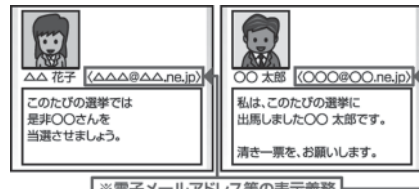
大紀町長 谷口 友見



インターネットを使った選挙運動が出来るようになります

(注)公職選挙法改正法施行日(平成25年5月26日)以降初めて公示される国政選挙(衆議院議員の総選挙又は参議院議員の通常選挙)の公示日以降に、公示・告示される国政選挙及び地方選挙について適用されます。

- ① 有権者は、ウェブサイト等(ホームページ、ブログ、ツイッターやフェイスブック等のSNS、動画共有サービス、動画中継サイト等)を利用した選挙運動が可能となりますが、電子メール(SMTP方式及び電話番号方式)を利用した選挙運動は引き続き禁止されています。



※電子メールアドレス等の表示義務

- ② 候補者・政党等は、ウェブサイト等及び電子メールを利用した選挙運動が可能になります。
※氏名、電子メールアドレス等の表示義務 ※一定の記録の保存義務

(注)・選挙運動とは、特定の選挙について、特定の候補者の当選を目的とし、投票を得又は得させるために直接又は間接に有利な行為のことです。

- ・選挙運動は、公示・告示日から投票日の前日までしか行うことができません。
- ・未成年者等は選挙運動をすることができません。

これらの禁止行為は処罰の対象となります

★ 選挙運動の方法等に関する規制(例)

有権者は電子メールを使って選挙運動をしてはいけません！

電子メールを使って選挙運動用の文書図画を頒布できるのは、候補者・政党等に限ります。有権者は候補者・政党等から送られてきた選挙運動用電子メールを転送により頒布することもできません。

HPや電子メール等を印刷して頒布してはいけません！

選挙運動用のホームページや、候補者・政党等から届いた選挙運動用の電子メール等、選挙運動用の文書図画をプリントアウトして頒布してはいけません。

未成年の選挙運動は禁止されています！

年齢満20歳未満の者は、インターネット選挙運動を含め、選挙運動をすることができません。

選挙運動期間外に選挙運動をしてはいけません！

インターネット選挙運動が解禁になっても、選挙運動は、公示・告示日から投票日の前日までしかすることができません。

★ 誹謗中傷・なりすまし等に関する刑罰(例)

悪質な誹謗中傷行為をしてはいけません！

公然と事実を明らかにし、人の名誉を毀損した者は処罰されます。事実を明らかにせずとも、公然と人を侮辱した者は侮辱罪により処罰されます。

候補者等のウェブサイトを変ざんしてはいけません！

候補者のウェブサイトを変ざんするなど、不正の方法をもって選挙の自由を妨害した者は、選挙の自由妨害罪により処罰されます。不正アクセス罪にも該当します。

候補者に関し虚偽の事項を公開してはいけません！

当選させない目的をもって候補者に関し虚偽の事項を公にし、又は事実をゆがめて公にした者は処罰されます。

氏名等を偽って通信してはいけません！

当選させる、もしくは当選させない目的をもって真実に反する氏名、名称また身分の表示をして、インターネットを利用する方法により通信した者は処罰されます。

詳しくは総務省ホームページをご覧ください。(http://www.soumu.go.jp/)



後期高齢者医療制度のお知らせ

被保険者証をお届けします

新しい被保険者証(ピンク色)を平成25年7月下旬に、ご自宅に郵送(簡易書留)させていただきます。

若草色の被保険者証は、平成25年8月1日以降使用できません。新しい被保険者証(ピンク色)が届いた後、若草色の被保険者証は住民課または各支所の窓口に戻却をお願いします。

平成25年度分の保険料

後期高齢者医療制度では、被保険者一人ひとりに対して保険料を計算します。

原則7月中旬頃に保険料額及び納付方法の通知を住民課から送付します。

保険料の計算方法

保険料額は被保険者全員が定額を負担する「均等割額」と、所得に応じて負担する「所得割額」の合計額になります。

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{均等割額} \\ \hline 39,120\text{円} \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割額} \\ \hline (\text{総所得金額等}-33\text{万円}) \times 7.55\% \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{年間保険料額} \\ \hline \text{限度額55万円} \\ \hline \end{array}$$

※総所得金額等とは

- ・各収入から必要経費(公的年金控除額や給与控除額等)を差し引いた所得の合計額で、申告分離課税の所得金額や山林所得金額を含みますが退職所得は含みません。
- ・遺族年金や障害年金は収入に含みません。
- ・各種所得控除(社会保険料控除・配偶者控除・扶養控除・医療費控除等)は適用されません。

保険料の軽減措置

◆所得の低い世帯に属する方に対する軽減

【均等割の軽減】と【所得割の軽減】があります。軽減の割合等は小冊子をご参照下さい。

保険料の徴収

保険料の徴収方法は、原則として特別徴収(年金からの天引き)となります。ただし、年金の受給額が年額18万円未満の方や、介護保険料と後期高齢者医療保険料を合わせた1回あたりの天引き額が、年金の1回あたりの支給額の1/2を超える場合は、納付書や口座振替などで納付していただく普通徴収となります。

※複数の年金を受給されている場合、受給額の多少に関わらず、国民年金・厚生年金・共済年金の順番で優先順位の高い1種類の年金から天引きされます。

問い合わせ 三重県後期高齢者医療広域連合事業課 TEL059-221-6883・6884
住民課 TEL86-2217

夏休み 小中学生ガラス工芸体験 参加者募集

参加料 500円(管外の方は625円)

※保護者同伴で、長袖・長ズボン・靴を着用。

申込受付 7月1日～(平日8:30～17:15)

※定員になり次第締め切らせていただきます。

申込・問い合わせ

香肌奥伊勢資源化プラザ TEL0598-49-4311

ガラス工芸体験 開催日

曜日	7月	8月			
火	25		6	13	27
木	27	1	8	22	29
土	30	3	10	24	



女性の悩み相談

1人で悩まずお気軽にご相談ください

相談は無料です。相談に関する秘密は固く守ります。

例えば・・・

夫・パートナーからの暴力や離婚のこと、嫁・姑など
家族の問題、近隣や職場の対人関係など

相談日 月～金 9:00～15:45 (年末年始、祝日はお休み)

相談先 多気度会福祉事務所 TEL0596-27-5304

三重県不妊専門相談センターからのお知らせ

三重県不妊専門相談センターは、不妊や不育症に関するさまざまな悩みをご相談いただけます。

受付時間が 10:00～20:00まで に変わりました。(毎週火曜日)

不妊カウンセラー(看護師・助産師)が、ご相談をお受けします。

ホームページ http://www.pref.mie.lg.jp/D1KODOMO/kodomok/soudan/funin.htm

相談先 三重県不妊専門相談センター TEL059-211-0041

お子さんの発達・療育相談のお知らせ

「1歳を過ぎたけど歩き始めるような様子がみられない」「歩いているけどよく転ぶ」「車椅子や
装具が合っているか心配」など・・・お子さんのことで相談したいことはありませんか。

三重県立「草の実リハビリテーションセンター」が、下記の日程で相談をお受けします。

相談日の一週間前までにお申し込みください。(相談無料)

と き	第1回 平成25年 7月26日(金) 10:00～16:00 第2回 平成25年12月24日(火) 10:00～16:00
ところ	三重県伊勢庁舎101会議室
対応者	医師(整形外科)、理学療法士
対象者	①伊勢市・鳥羽市・志摩市・度会郡在住であること ②身体的な発達について相談がある子どもとその保護者 ③脳性まひなど先天的な疾患のある肢体不自由児者とその保護者

申し込み・問い合わせ 健康福祉課 保健師 TEL86-2216

紅一点じゃ、足りない。

6月23日～29日は
平成25年度 男女共同参画週間です

男女共同参画社会とは、「男女が、社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、共に責任を担うべき社会」です。(男女共同参画社会基本法第2条)

内閣府男女共同参画局ホームページ
http://www.gender.go.jp/

水廻り・浄化槽・太陽光発電・ガス
など、その他の工事一式 (見積無料)

大紀町指定給水装置工事事業者
指定番号 第1号

大紀町大内山323-2
(有)南勢地区保安センター

TEL(0598)72-2927 FAX(0598)72-2586

町内事業所たがふページ



平成25年7月8日から

外国人住民の方の住基ネットの運用が開始されます

住民登録制度の変更により、昨年7月に外国人住民の方も住民票が作成されましたが、平成25年7月8日からは、住民基本台帳ネットワークシステム(住基ネット)においても、外国人住民の方の運用が開始されます。運用開始に伴い、外国人住民の方も、平成25年7月8日から、住民票に住民票コードが記載され、住民基本台帳カードの交付を受けることが可能となります。

◆外国人住民の方も住民票へ住民票コードが記載され、平成25年7月8日から、住民票コードがお住まいの市区町村からご本人へ通知されます

◆外国人住民の方も住民基本台帳カードの交付を受けることができるようになります

外国人住民の方もお住まいの市区町村で平成25年7月8日から、申請することにより、住民基本台帳カード(住基カード)を取得することが可能となります。

問い合わせ 住民課 Tel.86-2217



【消費生活啓発(第13回)】

点検商法にご注意ください

主に高齢者宅を訪問し、屋根に上って点検したうえで、瓦工事などを勧める業者が県内を回っています。

屋根の写真やビデオなどを見せて説明し、早く修繕工事をしないと雨漏りするようになるなどと不安を煽^{あお}って契約を急がせるようです。

もし、契約してしまっても、8日間以内ならクーリング・オフができるということを覚えておいてください。

屋根工事などの契約をするときは、信用できる業者から先ず見積りを取ることが大切です。

専門相談員による消費生活相談の開催

訪問販売や電話勧誘販売などでの契約に関するトラブルでお悩みがございましたら、お気軽にご相談ください。電話でのご相談もお受けします。

と き	平成25年7月16日(火) 9:00~15:00
ところ	役場本庁内 企画調整課

問い合わせ 企画調整課 Tel.86-2214

図画コンクール 作品募集のお知らせ

第四管区海上保安本部では、海洋環境保全思想の普及を目的として、第14回「未来に残そう青い海・図画コンクール」を行います。

◆次のテーマのいずれかを

①海をきれいにする様子

②きれいな海で楽しく遊ぶ

③海で元気に暮らす生き物の様子

④きれいな海を航行する船の様子

◆用紙は四つ切り(380mm×540mm)の画用紙です。

*作品には「標語」など文字は書かないでください。

【対象者】

小学生及び中学生

【提出期限】

平成25年9月12日(木)必着

問い合わせ・応募先

〒455-8528

愛知県名古屋市中区入船

2-3-12

第四管区海上保安本部「図画

コンクール係」

Tel.052-661-1611

詳しい内容はホームページを「ご覧下さい」

<http://www.kaiho.mlit.go.jp/04kanku/>

go.jp/04kanku/



短歌

不注意の骨折事故にしみみと人の情の身にしみし春
はるばると孫が持ち来しボツワナの花の種まく初夏の朝
くつろげる湯舟の窓透く月明かりつつがなき身を照らしくれおり
山の神木々を守りて谷の辺に深山の清水落葉と流る
点滴の針先見つめ看護師は雲になりたいと静かに語る
今朝も又裏山に鳴く鶯の声と掛け合ふ夫の口笛
炊きたての竹の子御飯春の味さいはい猪の害まぬがれて
ひとまわり小さくなりし母の背今日は初めて流しやりたり

俳句

御白石一と日神の子白法被
表札の其のまま空家木瓜の花
山桜トンネルに消ゆ峠の名
進る春水里をつなぎゆく
旅立ちを見送る数珠に光る風
何時の世も家族の絆母子草
故里の隣は遠く朧中
母子草棒持つ子等に踏まれけり
初蝶の風に押されて飛び立ちぬ
つまづいて気付く足下母子草
母子草優しき日差しに包まれて
母子草踏まれてもなほ花咲かす
歳時記を片手に母子草見付け
五月雨に緑嶺けむる行者山
鍋蓋に焦痕深し迎へ梅雨
子育ての大紀に祝ぎ歌鰻船
長椅子の向き同一に春の蟬

山畑 正巳
清原 房
宮原 達洲
小倉きよなみ
生駒ちづ代
畔地佳永子
宮原 千枝
北 隆山
根来 千代
宮田あかり
伊東かねみ
喜多千保子
浮田 美代
奥谷 明人
藺部 唯逸
仲山あつし
植村金次郎
壇の蛸蚪苛められつ子の目と会いぬ
春の風猫紙屑に追い着けず
さなぎから蝶出る正義の味方かな
鶯茶爛鍋さげて母が来し
勾玉の形に眠る子猫かな
春眠や三個の目覚まし夢の中
剣玉の世界一周初燕
種袋早く出て水飲みたいよ
二分咲きの花はこのまま咲かぬのか
勇敢や村に一つの鯉幟
幼稚園覗いていたりこいのぼり
獲物焼きて供する海女のみな化粧ふ
とまりさうな水車のうごき春の水
黄梅は小さな枝に花いっぱい
椅子よりも畳で本読む四月かな
山桜ひとひら入った弁当箱
鶯が来て桜咲かない嘘だらか

植村立風子
奥山 泉
奥山 和子
奥山津々子
小倉 稜子
卓 球 路
瀬古 多永
出口 美敏
園田 寿子
中村 千エ
中村真知子
濱 草坪
東 砂都市
見並 康子
宮原 浩美
宮原 来実
吉田 弘一

米倉 弘子
伊藤 みさ
服部 利恵
米倉 懐行
米倉 悦
乾 恵美
服部 勝人
中世古起和
言ひたりぬに少しの悔ひを残しつつ運営会議無事に終えたり
津波去り遺体引きとる人達のこわばる心ゆるむ日はいつ
約束を果せず友を逝かしめしチューリップ祭りを有線が呼ぶ
財布より時々我が抜き取るを知りて父は咎めざりにき
始めてのサラリーからと男孫呉れし紅色の万年筆握りて眠る
海棠の紅の深さに見ほれつつ明るき昼の日ざしを受ける
窓に見る向かいの山裾に虹立ちて一瞬に消え行くものみな美しく
飛びて来し蛙を庭に追ひ出して静かな夏の夜を寝につく

大西貴美子
小林 佳子
村田 薩子
小関 辰夫
柏木 さと
小山ます代
紙谷 孝代
生駒 さが

錦ぶし保存会より

伝統ある錦ぶし舞台踊りをみなさんで受継ぎませんか？
踊りに興味のある方、やってみようと少しでも思う方
練習に参加してみませんか？
希望される方は下記までご連絡を(*^_^*)

代表 吉田つか 電話73-3151

お詫びと訂正

5月号掲載の仲山あつし様の句で『躍る』という漢字が間違っていました。お詫び申し上げますとともに訂正させていただきます。

訂正後 犬母模様着て駆け鯛躍る



こんにちは保健師です

〈健康診査・特定健康診査・後期高齢者健康診査・生活機能評価(介護予防健診)〉のお知らせ

特定健康診査はメタボリックシンドロームの発生リスクが高い方を発見し、生活習慣の改善を図ることで病気の発症と重症化を防止することを目的としています。以下のとおり、今年度も各対象者に合わせて健診を実施いたしますので、ぜひ受診しましょう。

健診項目	健康診査	特定健康診査	後期高齢者健康診査	健康増進法健康診査	生活機能評価(介護予防健診)
対象者	20歳～39歳の方(昭和49年4月1日～平成6年3月31日生まれ)で国民健康保険の加入者	◆40歳～74歳の方(昭和14年4月1日～昭和49年3月31日生まれ)で国民健康保険の加入者 ◆今年度75歳になる方の内、昭和13年9月1日～昭和14年3月31日生まれで国民健康保険の加入者	75歳以上の方(昭和13年8月31日以前の生まれ)で後期高齢者医療の加入者 ※長期入院中の方及び施設(養護老人ホーム、介護保険施設等)に入所されている方は対象外となります。	40歳以上の方で医療保険未加入者	65歳以上の方で基本チェックリストで特定高齢者(介護予防の必要が高い方)の候補者となり、介護予防事業への申し込みのあった方
	※妊産婦及び厚生労働大臣が定める者(海外在住、長期入院の方など)は対象外となります。				
とき・ところ	【集団健診】町内公共施設で実施 9/ 2(月) いきいきプラザ 9/ 5(木) 紀勢老人福祉センター 9/10(火) 滝原公民館 9/13(金) 野原生活改善センター 9/20(金) コンベンションホール 9/26(木) 阿曾公民館 9/30(月) ふるさと館 ※受付時間 午前9時～午前11時30分		7月～11月30日 三重県内医療機関		7月～11月30日 特定健康診査・後期高齢者健康診査及び健康増進法健康診査を受診される場所で、できるだけ同時に受診してください。
	個別健診は受診できません	【個別健診】 7月～11月30日(三重県内医療機関で実施) ※集団健診・個別健診のいずれか1回となります。			
持ち物	保険証、質問票、自己負担金	受診券、保険証、質問票、自己負担金		受診券、質問票	
自己負担金	一律1,000円		住民税課税世帯の方：500円 非課税世帯の方：200円	無料	
注意事項	受診券はありません	◇昭和13年9月～11月生まれの方は、ご自分の誕生日前日までに受診してください ◇集団健診を受診される方は、下記問い合わせ先に申し込んでください ◇現在特定保健指導を利用されている方は、特定保健指導終了後に受診してください。	昭和13年7月・8月生まれの方は、誕生日が過ぎてから受診券が届きますので、その後受診してください。		
担当課及び問い合わせ先	住民課国保係 健康福祉課保健師	☎(86)2217 ☎(86)2216	三重県後期高齢者医療広域連合 ☎059(221)6884		
				健康福祉課保健師	☎(86)2216

※ 受診券・希望調査票・健診把握調査票は、6月末頃発送予定です。



毎年6月は食育月間!!あなたの食生活を見直してみませんか?

「食育月間」は、国、地方公共団体、関係団体等が協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の国民への浸透を図るための月間として、「食育推進基本計画」により定められました。

食育とは、子どもの頃から食べることに関心を持ち、健やかな食生活や命の尊さなどのことを育てることです。

妊娠前からバランスのよい食事を!

近年、妊婦のやせすぎによる低出生体重児の増加が問題になっています。

適切な体重増加がないと、胎児に十分に栄養がいかず、胎児の発育不全や出産後の母乳の出にも影響があるといわれており、妊娠前から栄養バランスには気を配りましょう。

主食(ごはん・パン・麺など)、主菜(肉・魚・卵料理・大豆料理など)、副菜(野菜・いも・豆・海藻料理など)を組み合わせた食事をし、どれが欠けても、多くても、バランスが悪くなります。

主食

(ごはん・パン・麺など)



毎食欠かさず、主菜、副菜とともに適宜。

主菜



主食に対して偏重しないように、魚、大豆製品などを使った料理も取り入れるようにする。

副菜



日常の食生活で不足しがちなので、できるだけ意識的に十分な摂取(毎食1~2皿)を心がける。

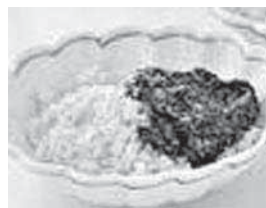
葉酸も鉄分もたっぷりとれる料理

「葉酸」は細胞の発育に大きくかわるもので、「鉄分」は赤血球をつくるのに必要なミネラルです。

いり卵のモロヘイヤがけ

【材料 2人分】

卵 3個
A(豆乳 大さじ3 砂糖 小さじ1/2 塩 少々)
モロヘイヤ 1/2袋(約50g)
しょうゆ 小さじ1/2



【作り方】

- ① モロヘイヤは塩(分量外)を入れた熱湯でゆでて冷水にとる。水気を絞って細かく刻み、粘りを出したら、しょうゆを加えてよく混ぜる。
- ② 小鍋に卵を溶きほぐしてAを加え、泡立て器か数本の菜箸で卵のコシをきるように混ぜる。
- ③ ②を中火にかけ、混ぜながら好みの固さになるまで火を通す。
- ④ 器に③を盛り、①をかける。

【栄養価 1人分】

エネルギー	141kcal
たんぱく質	11.3g
脂質	8.7g
塩分	0.6g

ヘルスマイト



7月の

くらしのカレンダー

●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(火)

9:30～10:15 上西出集会所

10:45～11:30 登利集会所・中村集会所

13:30～14:00 勝瀬集会所・長者野集会所

14:30～15:00 小広瀬集会所・毘沙野集会所

30日(火)

9:30～10:15 金輪集会所(櫃井原)

10:45～11:30 打見構造改善センター

13:30～14:00 黒坂生活改善センター

14:30～15:00 ふるさと館

▼紀勢

10日(水)

9:30～10:00 中里・栃ヶ久保集会所

10:15～10:45 沼ヶ野会館

11:00～11:30 柏野センター

12日(金)

9:00～ 9:30 紀勢保健センター(錦支所内)

10:00～10:30 高岡会館

11:00～12:00 紀勢老人福祉センター

13:30～15:30 福羅会館

17日(水)

10:00～10:30 柏崎公民館(旧駅前会館)

10:45～11:30 コンベンションホール

13:30～14:00 三ヶ野生活改善センター

14:15～15:00 笠木集会所

▼大内山

12日(金)

10:30～11:00 米ヶ谷コミュニティセンター

13:00～13:30 奥出保様宅

13:40～14:20 村田長様宅

26日(金)

10:30～11:00 間弓コミュニティセンター

13:00～14:00 米倉三津様宅

●妊婦・産婦・育児相談

持ち物 母子健康手帳

11日(木) 10:00～11:30

子育て支援センター きらり(滝原)

●子どもの病気のお話

29日(月) 10:00～11:30

子育て支援センター すくすく(大内山)

●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)

※対象児の家庭には案内を郵送します。

22日(月) 滝原公民館

◆受付 13:00～13:20

2歳6カ月児(H22.11.1～H23.1.31生まれ)

◆受付 13:20～13:40

1歳6カ月児(H23.11.1～H24.1.31生まれ)

3歳6カ月児(H21.11.1～H22.1.31生まれ)

●健康体操

18日(木) 10:10～11:30 打見生活改善センター

13:10～14:30 阿曽公民館

●ランチクラブ

2日(火) 10:00～12:00 野原生活改善センター

5日(金) 10:00～12:00 滝原公民館

8日(月) 10:00～12:00 コンベンションホール

9日(火) 10:00～12:00 阿曽公民館

10日(水) 9:30～11:30 いきいきプラザ

11日(木) 10:00～12:00 紀勢老人福祉センター

12日(金) 10:00～12:00 ふるさと館

16日(火) 10:00～12:00 野原生活改善センター

19日(金) 10:00～12:00 滝原公民館

22日(月) 10:00～12:00 コンベンションホール

23日(火) 10:00～12:00 阿曽公民館

24日(水) 9:30～11:30 いきいきプラザ

25日(木) 10:00～12:00 紀勢老人福祉センター

26日(金) 10:00～12:00 ふるさと館

日時などに変更がある場合は行政チャンネルでお知らせします。



満1歳！ お誕生日 おめでとう



永会 ^{にしかわ}西川 ^{れんと}蓮人 ちゃん
父・信宏 母・紗織
蓮くん1才おめでとう。元気に楽しく育ってね。



滝原 ^{なかむら}中村 ^{てっぺい}哲平 ちゃん
父・太一 母・理恵子
いつも元気でやんちゃなてっちゃん！
すくすく大きくなってね♪



永会 ^{たにくち}谷口 ^{さり}紗理 ちゃん
父・幸広 母・かずみ
お兄ちゃんとたくさん遊んで、元気に大きくなってね。

行事・催し物のご案内

金輪区 夢★花街道あじさい祭り

新鮮野菜ほか各種バザー、ビンゴゲーム、もちまきほか
と き 平成25年6月23日(日) 10:00～
と ころ 金輪 武士谷

おんべまつり

アユを岩穴へ投げて1年の農作物の出来や商売を占う「鮎占い」神事
と き 平成25年7月7日(日) 10:00～
と ころ 滝原 大滝峡 水戸神社

いそもんフェスタ

錦向井ヶ浜の海開きイベント 乗船体験、競泳大会など
と き 平成25年7月14日(日) 10:00～
と ころ 錦 向井ヶ浜遊パーク

浜をきれいにしよう

参加者募集

7月6日(土)10:00～

海開きの前に向井ヶ浜のボランティア清掃を行います。

手伝ってくださる方は、当日向井ヶ浜に集合してください！

6月の納税など

町県民税
国民健康保険税
介護保険料
水道料金

町のすがた 5月末日現在

人口	9,901人
男	4,659人
女	5,242人
世帯数	4,311戸