



Public information of Taiki
広報

大紀町役場

たいき

2014 **3** No.109

2月14日 各地で記録的な大雪に見舞われました。

主な内容 大紀町奨学金制度のお知らせ/狂犬病予防注射のお知らせ/認知症シリーズ/「ピロリ菌」をご存じですか?(こんにちは保健師です)/ほか

美し国三重市町対抗駅伝 開催



2月16日 第7回美し国三重市町対抗駅伝が開催され、29市町が三重県庁から伊勢市の県営総合競技場までタスキをつなぎ、競いました。

大紀町チームは、全体でのタイムを前年記録から1分44秒縮め健闘しましたが、最下位脱出はなりませんでした。



(左上)1区県庁前スタート 小倉理沙選手(左から6人目)
(左下)6区中継 大内泉選手から杉本多聞選手へ
(右) 閉会式が行われた県営総合競技場体育館前にて、大紀町チーム全員

紀勢ジュニア 優勝!



2月22日 大内山B & G海洋センター体育館で、第9回奥伊勢地区小中学生バレーボール大会(小学生の部)が開催されました。

この大会は、大紀町スポーツ少年団バレーボール部(紀勢ジュニア)の主催で、チーム間の交流と親睦を図りバレーボール人口を拡大することを目的に行われたもので、この日は、町内外から9チームが参加し、優勝を競いました。

試合の結果、紀勢ジュニアAチームが小学生の部で優勝しました。

中学生の部は、3月15日に大宮中学校体育館で開催されます。

おひなさまを鑑賞しながらお茶を楽しむ

3月1、2日の両日 阿曾公民館で、おひなまつり茶会が開かれました。

この茶会は、桃の節句に雛飾りとともにお茶を楽しんでもらおうと大紀町ひな茶会実行委員会の主催で行われました。

訪れた方たちは、飾られたお雛さまを鑑賞しながら、伝統文化子ども教室の茶道で学び子どもたちからのおもてなしのお茶を楽しんでいました。



甘辛トーク

蝶々のひとりごと

第30回

後悔先に立たず

今年の冬將軍殿はロシア、ソチで開催されている冬季オリンピックの招待状が届かなかったのか、判らないが機嫌が悪そうである。

2月の中旬に入り錦区でも20センチ余りの積雪であった。町内では30センチも積った地区もあった。毎年訪れる台風時と同じ様に先ず、保育園児の登園、待機、休園を決定、次に小中学生の登校、待機、休校を決める。そして女子職員を本庁から遠い順に戻すから、帰宅させるが4年前の大雪の時と同じ失敗を繰り返してしまふ。今回は午後2時から帰すも予想外の積雪と高速道路の早い通行止のため1時間程、遅れる。

中井福祉課長から、大台病院で人工透析をされている方々が柏崎地区で2名、錦地区で3名の皆さんが午後3時

15分に終るので迎えに行くとの事、積雪用の車両はすでに女子職員を送り出した後なので町長車を廻してほしいとの報告を受ける。町長車は七保区の女子職員(5名)を帰宅させている町長車に連絡させる約1時間余り経っているが、まだ川添あたりだとの事、七保支所長の西村富生君に女子職員を町長車から移す為、七保から迎車を出す様に指示、約1時間余り経って大台病院で疲れて待つて居られる5名の皆さんを町長車に乗せ、本庁に着いたのは午後5時であった。

柏崎区の2名の方を錦出身の谷口勇佐君(福祉課)が担当、錦区の3名の皆さんと私(西村周英君(総務課長))連転の町長車で錦に向かうも、普段なら錦から本庁まで25分程だが、高速道路から大型車両が全部、国道42号線に合流した為に大渋滞を起こす。

本庁から錦まで3時間15分掛けてようやく帰宅する。人工透析の5名の皆さんと女子職員には辛い思いをさせてしまふ。自身の判断ミスを深く反省する。

その夜は自室にて朝まで旧紀勢町当時の失敗した事を想い出し町民の皆さんの血税で糧を頂いている全役場職員を預かっている町長職とは何か、特に有事の時こそ「私事を捨て、公に働く事こそが責務」と諭しているが、私人としては職員も大切な各々の家族のひとりであり大切な町民の一人である、一方で公人である町長職としては有難い際、どこまでが許容範囲なのか、今もこれから先も迷い続けるだろう。

あの日は将に「貧すれば鈍する」で魔の金曜日であった。午後8時20分に帰宅、同時に月曜日に動脈瘤と心臓疾患で入院すると聞いていた友から電話を受ける。自分の不備故に友の待つ薬を届けられない大失策をしてしまう。翌朝6時すぎ、前夜から本庁の宿直当番だった、大西喜大君の才知よき彼の機転によって難をのがれる。土曜日の早朝大西君の届けてくれた薬を友に渡す。奥さんが入れてくれたコーヒーと注文した4ツの餅の入ったしるこ御夫婦の私の不備を責めぬ心と一緒に

有難く頂く。帰り道、大明神橋の中央部で車を止め、日本中が雪に埋まり20時間も立ち往生したところもあったと聞く、1週間程孤立し、難儀した人たち町村と比べ、考えると人的被害もなかった事は幸いであった。

錦港を囲む山々を昨日降った雪が白く染めていた。明日(日)は美し国駅伝大会である。今年も県下29市町のメンバーの町として参加出来る事を感謝する清々しい朝であった。

昨秋、正副議長さんたちと招待され、池田大作先生の写真展を見せてもらう。その時いただいた先生の「多宝抄」の中に「幸福な人」とは、どのような人でしょうか？

健康である。よい家族に恵まれている。経済の心配がない。心の通う友達がいる……。いずれも、大切なことでしょう。「体の成長」には限界があるでしょう。ある時期からは、年を重ねるとともに、体は思うようにいかなくなるものです。

までも、大きく、深くなれる。強く、賢くなれる。豊かに、優しくなれる。

何かを学ぶ喜び、音楽やスポーツなどを皆と一緒に楽しむこと、率直な友との対話、新しい挑戦、人を育てること、若者の手助け、地域や社会への貢献—そうした一つ一つが、「心の成長」につながっていきます。

「成長」という次元から見れば、苦難があることが不幸なのではない。むしろ安逸に流されて成長を止めてしまうことが、不幸です。

人は、どんな逆境もバネとして「成長」できる。しかも、自分が苦勞した分だけ、他者の「成長」にも尽くせるようになります。命ある限り、皆と励まし合いながら、成長を続けて、心に多くの宝を積んでいくことが、幸福な人生の年輪とは言えないでしょうか。

第3の人生を謳歌する友に贈る
多宝抄より

平成26年2月22日(土)

自宅にて

大紀町長 谷口 友見



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、生徒で学資の十分でない方に対し、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

- ◆保護者が町内に在住する方
- ◆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

平成26年4月30日(水)

○ 申込方法

貸与を希望される方は、申込書類一式を次の窓口にて入手し、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。

- ◆教育委員会事務局(中央公民館)・本庁住民課・錦支所・七保支所・柏崎支所

《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 世帯の公的年間所得証明書(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。

問い合わせ 教育委員会事務局 学校教育課 TEL72-4040

国家公務員募集

人事院は平成26年度中に次の採用試験を行います。

◆総合職試験(院卒者・大卒程度試験)
受付期間(インターネット) 4月1日～8日

◆一般職試験(大卒程度試験)
受付期間(インターネット) 4月9日～21日

◆一般職試験(高卒者試験)
受験案内のホームページ掲載 5月12日

・受付期間(インターネット) 6月23日～7月2日

・受付期間(郵送・持参) 6月23日～26日

受験案内等は人事院中部事務局ホームページ内からダウンロードできます。
<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>

【注】総合職試験及び一般職試験(大卒程度試験)の申込みについて

1 申込みは、必ずインターネットにより行ってください。

2 インターネットによる申込みができない環境にある場合は、受付期間前に余裕をもって人事院中部事務局にご連絡ください。

問い合わせ

人事院中部事務局
TEL 052-961-6838



狂犬病予防注射のお知らせ

平成26年度 畜犬登録及び狂犬病予防注射の日程について

月日	ところ	時間	ところ	時間
4月8日 (火)	黒坂生活改善センター	13:30~13:40		
	野原生活改善センター	14:00~14:10		
	野添集会所	14:20~14:25		
4月15日 (火)	紀勢老人福祉センター	9:00~ 9:40	川口コミュニティセンター	13:00~13:10
	三ヶ野生活改善センター	10:00~10:10	米ヶ谷コミュニティセンター	13:30~13:40
	駒コミュニティセンター	10:30~10:50	大紀町コンベンションホール	14:05~14:15
	大内山支所	11:10~11:40	柏野センター	14:30~14:45
4月16日 (水)	阿曾公民館	9:00~ 9:25	金輪集会所(櫃井原)	13:00~13:10
	滝原公民館	9:45~10:05	多目的センターふるさと館	13:25~13:35
	船木集会所	10:15~10:25	藤児童館	13:50~13:55
	三瀬川生活改善センター	10:35~10:45	板取橋バス停付近	14:05~14:10
	神原集会所	11:00~11:10	木屋集会所	14:25~14:30
	七保支所	11:20~11:30		

注)集合注射料金は、注射メタル交付を含めて**1頭3,200円**です。

◎登録犬にはハガキを送付します。ハガキが届きましたら、おもてに記載の問診項目に必ずお答え下さい。また、記載事項に誤りがあるときは訂正して提出して下さい。

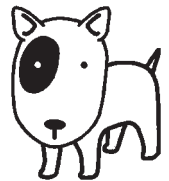
◎犬が死亡したとき、飼い主の住所・氏名や犬の所在地が変わったときには、大紀町役場に必ず届け出て下さい。

◎首輪をしっかりとつけて、事故のないようにして下さい。事故や責任問題等の観点からも出来るだけ動物病院で接種して下さい。尚、町外の動物病院で接種された方は、注射済証と印鑑と550円を持って注射済票の手続きを役場本庁・支所をお願いします。

※犬の登録は狂犬病予防法で定められています。(登録料1頭3,000円)

狂犬病予防法に違反した場合は拘留または罰金に処する場合があります。

散歩のときの犬の落し物(ふん)は、飼い主が責任を持って処理しましょう。ティッシュとビニール袋があると、処理がしやすいです。



問い合わせ 環境水道課 TEL86-2245

香肌奥伊勢資源化プラザリサイクルフェア フリーマーケット募集

平成26年5月18日(日)に開催予定の「香肌奥伊勢資源化プラザリサイクルフェア」へのフリーマーケット出店者を募集します。

募集資格	松阪市飯南町・飯高町、多気町、大台町、大紀町在住の方		
スペース	1区画(2m×4m程度)	募集区画	1グループ1区画のみ
出店料	無料	申込方法	下記の問い合わせ先へお申し込みください
受付時間	平日の8:30~17:00	募集期間	平成26年4月1日(火)~4月30日(水)
その他	ごみ・売れ残り品は、お持ち帰りください		

問い合わせ 香肌奥伊勢資源化広域連合 TEL0598-49-4311

「ゆうゆうキッチン」はどなたでもご利用頂ける、お弁当と喫茶の店です。

日替わりランチ 500円

伊勢うどんセット 500円

ケーキセット 500円

フリードリンク 300円

(いずれも税別)

カラオケ無料 部屋貸切1時間1,000円

場所：紀勢大内山インターから42号線
松阪方面に5分(旧喫茶店ミカサ)



「ゆうゆうキッチン」

配食サービスのご案内

栄養バランスのとれたお弁当
をご自宅までお届け。

昼食・夕食を500円(税別)

でご提供させていただきます。

提供地域：崎・柏野・大内山・滝原・阿曾

営業日：月~金 営業時間：9:00~17:00

連絡先：0598-89-4073

ゆうゆうキッチン 担当：藤原まで



町内事業所たがすへーふ



平成26年度 度会郡オープン講座参加者募集!!

～この春、新たな出会い！郡内留学始めませんか？～

度会郡(大紀町・玉城町・度会町・南伊勢町)の4町では、郡内の生涯学習の振興を目的に各町の公民館を結ぶ「度会郡公民館連絡協議会」という組織をつくっています。度会郡公民館連絡協議会では下記の講座を度会郡オープン講座(郡内留学)としてご紹介し、度会郡内(在住・在勤)の方の参加者を募集します。

講座名	とき・ところ	受講料(月額)	講師	定員
トールペイント教室	第3土曜日 9:30~11:30	500円	西岡利恵子先生	15名
	木の板に専用の絵の具で絵を描いてオリジナルインテリアを作ります。			
初心者弓道教室	毎週火曜日 19:30~21:00 玉城町屋内体育館	初回 下記(注1)参照 通常500円	玉城町弓道協会	30名
	「これから何か熱中できるスポーツ無いかなあ~」と思われる方に超オススメ。生涯を通じて楽しむことができ、体も無理なく鍛えられることはもちろん、精神を集中し無心となることで、心のリフレッシュやストレスの解消にも効果大です!!			
初心者フラダンス講座	第1・3木曜日 10:30~12:00	1,000円	未定	30名
	ハワイの伝統舞踊です。あののんびりとした優雅な手の動き、しなやかさの中にも軽快さが光る腰の動きやステップ。フラダンスには見ている人を引きつける不思議な魅力があります。			
初心者ギター教室	第2・4木曜日 19:30~21:00	1,000円	ムーチョ赤井先生	15名
	フォークギターの基礎的な指導を受けられます。 受講内容は、フォークソング・弾き語り等となります。			
初心者パッチワーク教室	第2・4水曜日 13:00~15:00	1,000円	林 恵美子先生	15名
	布片を縫い合わせて1枚の大きな布を作る手芸です。 この教室では、初心者を対象としたパッチワークの基礎的指導を受けられます。			
初心者ちぎり絵教室	第4金曜日 13:30~15:30	500円	菊山さち子先生	15名
	ちぎった和紙を台紙に貼って作成します。 紙のちぎれた部分の質感などが、独特な雰囲気演出します。			

(注1) 初心者弓道教室のみ申込時に下記の年齢別初回参加費が必要となります。

年齢別初回参加費(5月分受講料・保険料・自分専用の矢等の材料費を合わせて)

{中学生以下：5,400円 高校生以上：6,450円 65歳以上：5,600円}

※弓道教室は、直接玉城町中央公民館まで、お申し込みください。申し込み先：TEL0596-58-8212

◆開催場所は特に記載の無い場合、玉城町中央公民館です。

◆詳しくは教育委員会事務局へお問い合わせ、または役場本庁及び各支所に設置された参加申込書をご覧ください。

問い合わせ
申し込み

大紀町教育委員会事務局 生涯学習課 TEL72-4040 FAX72-2470
役場本庁及び各支所・教育委員会にて、申込書に記入しお申し込みください。
申し込みは、平成26年4月15日(火)までお願いします。



ストップ！ 農地の違反転用

無断で農地を転用したり、計画どおりに転用していない場合は、農地法違反となり、工事の中止や原状回復等の命令がなされる場合があります。また3年以下の懲役や300万円以下(法人は1億円以下)の罰金という罰則の適用もあります。違反転用に注意してください。

問い合わせ 農業委員会 Tel86-2246

障害年金受給等で法定免除を受けている方へ 国民年金保険料の通常納付ができるようになります。

【これまで】

障害基礎年金などを受給している方は、国民年金保険料の納付が免除(法定免除といいます)となるため、老齢基礎年金額の増額を希望するときは保険料の後払い(追納制度)をご利用いただいていたました。

【平成26年4月からは】

法定免除の期間であっても、保険料を通常納付できる「納付申出制度」がはじまります。納付申出により、以下の便利でお得な制度をあわせてご利用できるようになります。

- ・保険料の口座振替(手間いらずで便利)
- ・保険料の前納(保険料の割引あり)
- ・付加年金などの加入(お得な上乘せ制度)

問い合わせ 住民課 Tel86-2217
伊勢年金事務所 国民年金課 Tel0596-27-3604

【消費生活啓発(第22回)】

インターネット通販でのトラブルにご注意ください

インターネットで申し込みをする通信販売で、前払いをした場合のトラブルについての相談が急増しています。

前払いということは、すでに代金は業者側にあるので、トラブルが起きた場合業者が応じない限りは金銭的な救済がされません。加えてネット通販は、業者の実態がつかみにくいため、所在が不明であったり連絡ができないことが多いのです。

申し込む前に少しでもわからないことや不安なことがあれば、消費者相談窓口へご相談ください。

問い合わせ 企画調整課 Tel86-2214

町の情報誌「広報たいき」を郵送いたします (町内の各戸配布は変わらず行われます)

平成26年度分(平成26年4月号～平成27年3月号)の「広報たいき」を希望される方に郵送いたします。各戸配布を利用していない町内の方、町外の事業所・企業には1部無料で郵送いたします(町内の施設で閲覧用においていただける場合、5部以内は無料で郵送いたします)。町外の個人の方で郵送を希望される場合や、町内の方や町外の事業所・企業の方で2部以上郵送を希望される場合は、下記の要領で郵送料をお納めください。なお、「広報たいき」は、発行日(毎月第3金曜日・ただし1月号および特別な場合は除く)に、役場本庁及び各支所の窓口配置しております。

納入方法 1部につき郵便為替1,000円と、郵送先の住所を明記した紙を同封して下記までお送りください。広報紙の送付は、入金の確認後になります。また、年度途中で郵送を希望された場合も、郵送料は変わりませんのでご了承ください。

送付先 〒519-2703 三重県度会郡大紀町滝原1610-1
大紀町企画調整課広聴広報係 Tel0598-86-2214



【認知症シリーズ 第9回】

＜認知症になっても安心して生活できる環境づくりに取り組んでいます＞

高齢期を幸齢期に

日本人の平均寿命は、男性79.9歳、女性86.4歳（「平成24年簡易生命表」より）となり、世界でもトップクラスとなっています。

今、目標とされているのは『健康寿命を延ばすこと』です。

『健康寿命』とは「日常生活に制限のない期間」、つまり、自立した生活を送ることのできる期間のことです。

平成22年の調査によると、健康寿命は男性が70.4歳、女性が73.6歳で、同年の平均寿命との差が、男性9.1年、女性12.7年となっています。つまり、日常生活に支障がある期間がこれだけあったということです。

＜介護が必要になる原因＞

要支援者・要介護者が、介護が必要となった主な原因は、脳血管疾患をはじめとした生活習慣病が約3割、認知症や高齢による衰弱、関節疾患、骨折・転倒が5割を占めています。

健康寿命を延ばすには・・・

可能な限り、加齢に伴う心身の健康や生活する能力の低下を遅らせ、予防することが大切です。

◎まずは自分の心身の状態を知りましょう⇒

基本チェックリストを行いましょう！

◆基本チェックリストとは？

心身の健康や生活する能力の低下を防ぐには、まず現在の自分の状態を知ることが大切です。基本チェックリストは現在の自分の状態を確認し、必要な予防に取り組む為の「お元気度チェック」です。

大紀町では独自に「脳の健康度チェック」も加えています。

◆基本チェックリストで分かることは・・・

「足や腰など運動機能の衰え」

「栄養不足」

「噛む・飲み込むなどお口の機能の衰え」

「気分の落ち込み」

「物忘れなど認知機能の衰え」

「外出回数の落ち込み」

◆平成26年度の基本チェックリストの対象となる方

平成26年9月末現在に**65歳以上**で、平成26年4月1日現在で**要支援・要介護認定**を受けていない方

◆基本チェックリストを実施する時期

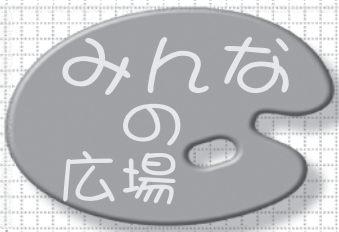
4月上旬に、各ご家庭にお届けする「平成26年度肝炎ウイルス・各種がん・口腔内検診のご案内」に、ピンク色の用紙の『基本チェックリスト』が同封されています。

基本チェックリストに記入し、同封の返信用封筒で健康福祉課へ提出してください。

基本チェックリストの詳細な内容については、お手元に届いた際にご確認ください。

問い合わせ 健康福祉課 保健師 TEL86-2216





5月号(5月16日発行予定)掲載の
締切りは4月18日(金)です。

短歌

沈丁花の蕾わずかに色づきて寒き中にも春の気配す
少年のオーストラリア快拳あり競泳で金メダル四銀二個を得たり
なつかしく昭和の歌を聞き終へて湯たんぽ入れし床にもぐりぬ
大寒に老いも若きもウオークにとりどりの帽子列なして行く
美しき色彩光るガラス絵は軍なき国の絵師が書くとう
玉子ひとつ茶碗の縁に割りたるに盛り上りたる黄味の光沢
この通りに三ヶ所ありし公衆電話いつとはなしに撤去されをり
百余年活き継ぐ雌松に寄り添ひて蟬梅の黄狹庭彩る
日溜まりは老の優しさつむぐことしだらけの手をさしのべて

※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
Tel86-2214 Fax86-3500 メールkik@town.mie-taiki.lg.jp

俳句

上がる風落ちる風あり兎の駈ける
故里は星と木枯し空き家かな
山海の珍味に勝る七日粥
表札の古びし上に注連飾る
穏やかにと余生の誓ひ初日記
初詣この道歩み半世紀
今年早や探し物から始まりぬ
正月や流れゆくもの競わずに
古り住みて歳月重し寒夕焼
小正月小豆ことと煮ゆる音
初日の出五体に滾る命かな
七草の粥のやさしさ腹にしむ
初雀店に迷ひ来浮子つつく
年新た喜寿まで命ありがとう
宝田を他人に鋤かせて着ぶくれる
戸袋に溜置く夜の隙間風

根来 千代 冬を對に無腰の父の頬被り
生駒ちづ代 友人と裏木戸口の年賀かな
大野 楼山 寒月光鱗一枚ずつ重ね
宮原 達洲 元旦や飯の光に祈りけり
山畑 正巳 しなやかに風やりすこし冬櫛
宮原 千枝 年玉の袋一枚誤算なり
畔地佳永子 錠剤は赤が効きそう藪柑子
清原 房 初雪や写真に残す一秒間
小倉きよなみ 初夢や宇宙船から地球みる
浮田 美代 見馴れたる四方の山々年明け
北 隆山 大いなるものを扶みて去年今年
喜多千保子 除夜と云ふ境は嶺を越す思ひ
伊東かねみ 新年や床の間飾る九頭凶
宮田あかり いくたびも口ずさむ曲冬日かな
藪部 唯逸 初雪や写真に残す一秒間
植村金次郎 正月の主役の如し実千両

植村立風子 奥山 泉
奥山 和子 奥山津々子
小倉 稜子 卓球 路
瀨古 多永 出口 美敏
園田 寿子 西 扶左夫
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 悦 やがて長男に委ねる杉の間伐をせむと山道踏みしめ登る
服部 勝人 またひとつ己の趣味を消去して足の痛めば気弱くなりぬ
伊藤 みさ 高らかに豆撒く隣の老いの声我も続けて「鬼は外」
大西貴美子 路肩崩れ鶯の這ひたる旧道を歩幅狭めて探りつ登る
小林 佳子 夫は八粒われ四粒の菓飲む五十四年目の結婚記念日
村田 薩子 初雪に大紀の町も様変わり白き大地は豪雪になく
小関 辰夫 納屋隅に父の被りし鉄兜七十年経して戦日のまま
柏木 里 童顔の金メダリストに魅せられて熱き一日よ雪にこもりて
小山ます代 艶やかな色を纏いし御婦人も歩めば判る実年齢は

生駒 さが 紙谷 孝代 中世古起和 仲 栄子 服部 利恵 米倉 憬行 乾 恵美 伊藤 みさ 米倉 弘子

俳句ひと言 仲山あつし

湾曲し火傷し
爆心地の馬拉ソソ

掲句は長崎市へ投下された原爆被災をテーマの名句といわれる金子兜太師の御作品です。この緊迫力のある名句に季語の入り込む余地はありません。兜太師の造型俳句論の骨格は「対象と自分との直接結合を切離し対象と自分との間に創る自分を設定する」です。作者の対象への鋭い凝視は被爆湾曲した原爆ドームの彼方に荒廃した祖国を見据え火傷という表現に全被爆者と意識を一体化させた作者の悲憤の心情があらわれています。(CVC)



「ピロリ菌」をご存じですか？

ピロリ菌は日本国民の約1/3が感染していると言われ、ピロリ菌の感染によって胃潰瘍、十二指腸潰瘍、そして胃がんのリスクが高まることが知られています。

ピロリ菌とはどんな菌でしょう？

ピロリ菌は、正式にはヘリコバクター・ピロリという細菌で胃の粘膜に生息している細菌です。一度感染すると多くの場合、除菌しない限り胃の中に棲み続けます。

日本の20歳までの若い人たちのピロリ菌の感染率は低く、20%以下の低い値を示しています。これに対して50歳以上の世代では、感染率が80%と極めて高い状態を示しています。

ピロリ菌はどうやって感染するでしょう？

感染経路はまだはっきりとわかっていませんが、ピロリ菌は口を介した感染(経口感染)が大部分であろうと考えられています。また、ピロリ菌の感染率は、衛生環境と関係していると考えられており、上下水道が十分普及していなかった世代の人で高い感染率となっています。

衛生環境が整備された現代日本では、水道水を飲んでピロリ菌に感染することはありません。また、大人は、コップの回し飲みなどの日常生活ではピロリ菌は感染しないと考えられています。

ピロリ菌は、ほとんどが5歳以下の幼児期に感染すると言われていています。そのため最近では大人から子へなどの家庭内感染が疑われていますので、ピロリ菌に感染している大人から小さい子どもへの食べ物の口移しは、やめましょう。

どんな症状がでるのでしょうか？

ピロリ菌はずっと胃の中にとどまり続けるので胃の表面細胞を壊し、粘膜を薄くして炎症を起こし、その状態で刺激物などが触れると深い傷ができたまま、なかなか修復されず、慢性胃炎などの病気になることがあると言われていています。胃もたれや吐き気、空腹時の痛み、食後の腹痛、食欲不振など、もしかすると胃の中のピロリ菌が原因かもしれません。



ピロリ菌が関係すると思われる病気は？

長期間のピロリ菌感染の持続により多くの病気を引き起こす可能性があります。

日本人では、^{いしやくせいえん}萎縮性胃炎の原因の90%以上をピロリ菌が占めると考えられ、十二指腸潰瘍の95%、胃潰瘍の90%以上がピロリ菌陽性です。

今、大きな注目を集めているのは、ピロリ菌感染と胃がんの関わりです。

2000年11月から、ようやく日本でも胃・十二指腸潰瘍に限って除菌治療を保険で行うことができるようになり、2013年2月からは、将来的な胃がん予防の効果が認められたことから、ピロリ菌による慢性胃炎の方にも保険の適用範囲が広がられました。

伊勢市 休日・夜間応急診療所から 小児科診療の休診のお知らせ

伊勢市休日・夜間応急診療所は、地域の医師等のご協力によって運営していますが、小児科医師は、各医院での診療に加え、乳幼児や、休日・夜間応急診療所での診療と、負担が大きい状況です。

さらに高齢や転勤等により、休日・夜間応急診療所の小児科で診察する医師が減少し、現在の診療体制を維持することが困難となりました。

そのため、平成26年4月から、第2・第3・第5日曜日は昼間(10:00~12:00、13:00~17:00)のみ、小児科医師が不在となるため、小児科診療が休診となりますので、ご了承ください。

■小児科の診療は、中学3年生までが対象です。

■平日夜間(19:30~22:00)の小児科診療は、内科医師による診療です。

問い合わせ 健康福祉課 TEL86-2216



こんにちは保健師です

<内視鏡を使わない方法>

ピロリ菌を見つける検査には大きく分けて内視鏡を使わない方法と、内視鏡を使う方法があります。内視鏡を使わない検査方法は、何より内視鏡検査を受けずに済むという大きなメリットがあります。

1) 尿素呼気試験法	検査用のお薬をのみ、一定時間経過した後に、検査用の袋に吐き出された息(呼気)を調べて、ピロリ菌に感染しているかどうかを判定します。
2) 抗体測定	血液や尿を採取してピロリ菌に対する抗体の有無を調べることにより、ピロリ菌に感染しているかどうかを判定します。
3) 糞便中抗原測定	糞便中のピロリ菌の抗原の有無を調べる方法です。便は自宅で採取して、病院に提出します。

<内視鏡を使う方法>

内視鏡検査では、胃炎や潰瘍などの病気があるかどうかを直接観察して調べますが、それと同時に、胃粘膜を少し採取しそれを使って検査する方法です。

1) 培養法	採取した胃の粘膜組織を用いて培養し、ピロリ菌が増えるかどうかを5~7日培養して調べます。
2) 迅速ウレアーゼ試験	ピロリ菌のもつ酵素のはたらきで作り出されるアンモニアの量を調べて、ピロリ菌がいるかどうかを判定します。
3) 組織鏡検法	採取した胃の粘膜組織を染色して顕微鏡で観察することにより、ピロリ菌がいるかどうかを調べます。

ピロリ菌感染の検査法は?

除菌前に行うピロリ菌感染診断には以下の6種類の方法があります。その内のいずれかを1回実施し、また除菌治療終了後、4週間以降にいずれかの検査により除菌診断を行います。

どうやって治療するのでしょうか?

ピロリ菌の感染が確認された場合には、1次除菌として胃酸を抑える薬+抗菌薬2種類の3剤を朝夕食後に1週間内服する3剤併用療法が第一選択となっています。

1次除菌不成功の場合には、抗菌薬1種類を替えた3剤併用による2次除菌療法が保険で認められており、9割程度の除菌率が見込まれています。

2次除菌に失敗した場合、保険適応外で行われる3次除菌療法があります。



除菌療法の注意点は?

ピロリ菌の除菌療法で軟便や軽い下痢、または味覚がおかしいといった副作用が起こることがありますが、このような副作用が起きても日常生活に支障がない程度であれば、服用回数や量を減らしたりせず、薬を続けて飲むようにしてください。

除菌療法を行っている1週間は飲酒、喫煙を控える必要があります。ピロリ菌の除菌療法では、すぐに抗菌薬を使わなければ生命にかかわるというわけではありません。年末年始や年度初め、旅行など飲酒の機会が多い時期を避け、無理なく服薬を継続できる時期に除菌療法を正しく行ってください。

問い合わせ 健康福祉課 保健師 Tel.86-2216



子どものおやつはお菓子で大丈夫？

子どもは成長が盛んなため、大人に比べて体重あたりのエネルギーや栄養素が多く必要です。また、消化吸収機能も未発達で、一度に食べられる量が少なく、1日3回の食事だけでは必要な栄養量を満たすことができません。

3回の食事で摂ることができなかった栄養分を補うのが子どものおやつで、補食又は第4の食事といえます。

～上手な補食のあげ方 3原則～

★時間を決める

時間(リズム)を決めて、だらだら食べをさせないことが大切です。欲しがるたびにあげると、3回の食事がきちんと食べられなくなったり、むし歯などの原因になります。

★栄養バランスを考える

補食には乳製品、果物や芋類などがおすすめです。子どもは水分を多く必要とするので、牛乳やお茶などの甘くない飲み物とセットにしてあげましょう。

★量を決める

大きい袋ごとあげたりせずに量を決めて与えるようにします。1日に必要な総エネルギーの約10～20%(150～300kcal)にします。



簡単で栄養満点！じゃこトースト コップ一杯の牛乳を添えて！

【材料 幼児3人分】

6枚切食パン	1枚
マヨネーズ	大さじ1弱
じゃこ	大さじ1
チーズ	18g
刻みのり	1g
ごま	小さじ1/3

【作り方】

- ①食パンにマヨネーズを塗る。
- ②じゃこ・チーズ・ごまのりを①にのせる。
- ③トースターで焼く。



【栄養価 1人分】

エネルギー 113kcal たんぱく質 12.5g 脂質 6g カルシウム 69g

ヘルスマイト

『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(治療の有無は問わず)を募集します。このコンクールは6月の“歯と口の健康週間事業”の一環として行われます。

募集期間 4月11日～5月7日

申込方法 伊勢市・度会郡の歯科医院(伊勢地区歯科医師会会員)にて審査を受けてください。(審査料無料)

問い合わせ 伊勢地区歯科医師会事務所 TEL0596-24-1904
(受付は、平日の9:00～16:00)



●成人健康相談（時間は受付時間です）
持ち物 健康手帳

▼大宮

15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 神原集会所
15:30~16:00 ふるさと館

▼紀勢

9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

11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
13:30~15:00 福羅会館

16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

18日(金)

- 10:30~11:30 米ヶ谷コミュニティセンター
13:00~13:30 奥出保様宅
13:45~14:30 米倉三津様宅

●妊婦・産婦・育児相談

22日(火) 10:00~11:30

大内山子育て支援センター すくすく
持ち物 母子健康手帳

●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

21日(月) 滝原公民館

◆受付 13:00~13:20

2歳6カ月児(H23.8.1~H23.10.31生まれ)

◆受付 13:20~13:40

1歳6カ月児(H24.8.1~H24.10.31生まれ)

3歳6カ月児(H22.8.1~H22.10.31生まれ)

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)

次回の幼児健診は、平成26年5月28日(水)
に錦みなとホールで予定しています。

※対象児の家庭には案内を郵送します

●にこここ会

- 1日(火) 10:00~12:00 野原生活改善センター
4日(金) 10:00~12:00 滝原公民館
7日(月) 10:00~12:00 コンベンションホール
8日(火) 10:00~12:00 阿曾公民館
9日(水) 9:30~11:30 いきいきプラザ
10日(木) 10:00~12:00 紀勢老人福祉センター
11日(金) 10:00~12:00 ふるさと館
15日(火) 10:00~12:00 野原生活改善センター
18日(金) 10:00~12:00 滝原公民館
21日(月) 10:00~12:00 コンベンションホール
22日(火) 10:00~12:00 阿曾公民館
23日(水) 9:30~11:30 いきいきプラザ
24日(木) 10:00~12:00 紀勢老人福祉センター
25日(金) 10:00~12:00 ふるさと館

予期せぬ妊娠
「妊娠レスキューダイヤル」

(電話して) いいよ、なやみにんしんレスキュー

090-1478-2409

(通話料が必要です。)



相談日：毎週月・水曜日 午後3時~6時
毎週土曜日 午前9時~12時
(祝日・12月29日~1月3日を除く)
相談員：助産師・看護師など



三重県健康福祉部子ども・家庭局子育て支援課
相談機関：NPO法人

MCサポートセンターみっくみえ

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



阿曾 西村 光顕 ちゃん
父・勝敏 母・真美

ドヤんちゃな♥ マメ剣士☆光顕参上！



崎 谷口 英一 ちゃん
父・紀彦 母・千和

愛嬌たっぷりの英一くん
いつもかわいい笑顔をありがとう

伊勢志摩定住自立圏共生ビジョン(案)への意見を募集します

伊勢市と近隣市町では、相互に役割分担し、連携・協力することにより、圏域全体で必要な生活機能を確保し、地方圏への人口定住を促進することを目的とする定住自立圏構想に取り組んでいます。

この度、その取組内容をまとめた「伊勢志摩定住自立圏共生ビジョン案」を作成しましたので、次のとおり意見を募集します。

◇募集期間 4月1日(火)～30日(水)(必着)

◇提出資格 伊勢志摩圏域内に在住または通勤・通学している人

※伊勢志摩圏域：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

◇提出方法 所定の様式(任意でも可)に住所・氏名・電話番号・意見等を記入し、直接または郵送・ファクス・Eメールで伊勢市企画調整課(〒516-8601伊勢市岩洲1丁目7-29、FAX0596-21-5522、アドレスkikaku-cyousei@city.ise.mie.jp)へ

※詳しくは、縦覧場所に配置されている実施要領をご覧ください。

計画案の縦覧 ビジョン案は、意見募集の期間中、以下の場所また、伊勢市のホームページでご覧いただけます。

【縦覧場所】大紀町役場本庁および各支所

問い合わせ 企画調整課 TEL86-2214

行事・催し物のご案内

今年もやります！“錦ぶりまつり”

と き 平成26年3月29日(土) 10:00～
と ころ 錦第二魚市場(築地)
問 い 合 わ せ 錦ぶりまつり実行委員会事務局
(三重外湾漁協 錦事業所内) TEL73-2111



3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 2月末日現在

人口	9,752人
男	4,595人
女	5,157人
世帯数	4,303戸