

3

MARCH  
2000

去る1月31日、中央公民館で、男の料理教室が開催されました。

この日参加した男性19人は、なれない手つきで、鯖のムニエル、肉じゃが、ほうれん草としめじのごま和え、そしてかき玉汁に挑戦しました。

あまり厨房に立つことがなかった世代の人たちは、口々に「毎日食事を作ってくれる家族の大切さとありがたさを実感しました。」と話していました。

## 男の料理教室を開催



- 主な内容
- ▷春まつりを開催（4月9日）
  - ▷容器包装リサイクル
  - ▷介護保険あれ・これ

## 広報

# わたらい

# 第5回宮リバー 度会パーク春まつり

日時 4月9日(日) AM9:30~PM3:00

場所 宮リバー度会パーク

春の一大イベントとして定着した春まつり「第5回宮リバー度会パーク春まつり」を来る4月9日(日)、今年も宮リバー度会パークを会場に開催します。

メインゲストに、城之内早苗さんを迎えての歌謡ショーのほか、未来戦隊タイムレンジャーのキャラクターショー、度会中学校吹奏楽部の演奏などの楽しいステージを展開します。会場内では、各種協賛団体の模擬店や小イベント、一般参加のフリーマーケット、フィナーレには大餅まき大会と盛りだくさんの内容でお届けします。

詳しくは、4月上旬の新聞折り込みチラシをご覧ください。



城之内早苗歌謡ショー

寒風を切って全員が完走

## 第1回宮リバー度会パーク

## ジョギング大会

好天に恵まれて、町体育協会主催による第1回宮リバー度会パークジョギング大会が、一般の部約4km、小学生の部約2kmの2コースで開催されました。

一般の部コースは、度会中学校グラウンド前をスタート、南伊勢大橋手前を折り返し、第4駐車場から公園内に入り芝生広場でゴール。小学生の部コースは、度会中学校グラウンド前をスタート、第4駐車場から公園内に入り芝生広場でゴール。

一般の部には30名、小学生の部には103名の皆さんが参加して、全員が完走し、ゴールで完走証を手にしました。

ゴールでは、町茶業組合の皆さんによる度会茶が振る舞われ、参加者は渴いたのどを潤し、完走した爽快感に浸っていました。

競技終了後、芝生広場では町内外の事業所から協賛いただいた自転車などが当たる抽選会が行なわれ、楽しいひとときを過ごしていました。



参加最高齢者の西村金右衛門さん(85歳)





■行き

## シャトルバス運行表

中川線	一之瀬線	
	1便	2便
注連指	8:45	9:45
麻加江	8:55	9:55
長原	9:00	10:00
平生	9:05	10:05
度会中学校前	9:15	10:15

※主要地区の出発時刻を掲載しました。三重交通の各停留所で止まりますので、時間を想定してお待ちください。

■帰り

※シャトルバスは、中川線・一之瀬線ともに下記時間で運行します。

度会中学校前……3:15発 4:15発(予定)

中川線・一之瀬線に、送迎シャトルバスを運行します。運行予定時刻は別表をご覧ください。

また、自家用車の乗り合わせや、お近くの方は徒歩での参加にご協力ください。

※なお、シャトルバスの時間設定は、目安としてお考えいただき、状況によっては、ご乗車いただけない場合が発生するかもしれませんので、ご了承ください。

シャトルバスを  
ご利用ください

未来戦隊タイムレンジャー



お問い合わせ先

度会町役場企画課内  
第5回宮リバー度会パーク  
春まつり実行委員会事務局  
(☎62-1111代)



## 和やかにたこあげを楽しむ

# 第2回宮リバーたこあげ合戦

宮リバー度会パーク芝生広場を会場に、去る2月13日、昨年に引き続き「第2回宮リバーたこあげ合戦」が開催されました。

この日は、町内外から80名の皆さんが集まり、15チーム30名が、手作りのたこを持ち寄って、エントリー。「できばえ審査」、「あがりぐあい審査」の2部門で競いました。

風は穏やかで、たこをあげるのに悪戦苦闘する家族もいました。中には400メートルのたこ紐をすべて伸ばしきるほどよくあがったたこもありました。

会場内では、バザールわたらいのみなさんによる温かい豚汁とわたらい茶が振る舞われ、参加者の皆さんは、ほのぼのとした冬の日を満喫していました。



### できばえ審査

- 1位 奥野尚宏・貴仁チーム
- 2位 中西久幸・瑞貴チーム

### あがりぐあい審査

- 1位 大西由晃・洋輔チーム
- 2位 林忠二・河井由美チーム

### 特別賞

- がんばったで賞 杉井一博・康寿チーム
- グッドアイデア賞 辻井弘行・孝文チーム



# 平成12年 第1回度会町議会 臨時会開催

## 町内公園造林地に感心

西場県議長・大野町長ら視察

町内森林造成の大きな位置を占める「緑資源公園」との契約造林地を、去る1月19日、西場県議会議長らが訪れました。

この日訪れたのは、町有林筒測河内約百ヘクタールと生産森林組合等が所有する鍛屋河内約二百ヘクタール。

平成12年第1回度会町議会臨時会が、去る2月1日に召集され、会期1日間で開催されました。

### 議員提出議案

○専決処分事項の指定について

次の請負契約について、町長が専決できる変更契約金額の範囲を5%以内と指定しました。

- ・ 柵橋保育所増改築工事（柵橋地内）
- ・ 度会町立学校給食センター改築工事（柵橋地内）
- ・ 度会町立学校給食センター厨房備品設備購入（柵橋地内）



一行は、いせしま森林組合の案内により、見事に手入れされた桧、杉の美林と、同時に施行された公園作業道を見て、しきりに感心。

通常、民有林の造林は、国・県の補助金を受けながら

行なわれるのですが、保安林地等において、緑資源公園と分収（収益を分け合う）契約を結ぶことにより全額国の財源で、行なわれる制度があります。県内でも一万ヘクタール余、町内では一千五百ヘクタールが契約され、大きな貢献をしています。

今回初めて県政に理解を求め、これを旨として、県議会、県、それに公園造林推進協議会（会長 大内山村長、副会長 度会町長）と緑資源公園との現地検討会が開かれたものです。

長い展望を持ちながら、度会の森林資源が育まれていくことに期待します。

## 内城田スポーツクラブ

### 全国大会へ出場

内城田スポーツクラブは、3月25・26日、大阪府池田市で行なわれる全国小学生クロスカントリリー大会（駅伝大会）への切符を手にしました。

全国から選ばれた36チームで競うこの大会へ向けて、上位入賞を目指し、練習に励ん

でいます。応援してあげてください。

### 全国大会出場選手8名

（敬称略）

東畑 陽介（大野木）  
大西 孝幸（柵橋）  
若宮 秀樹（大野木）  
東出 拳（大野木）  
岡村英莉奈（柵橋）  
松田 莉奈（葛原）  
清水 笑子（牧戸）  
東出 望花（大野木）

## 南勢茶業

### 振興協議会を設立

去る2月6日、飯南町産業文化センターを会場に、事務局を南勢茶試験地に置く「南勢茶業振興協議会設立総会」が開かれました。

南勢地域では、一級河川の上・中流域を中心に、朝霧が多く排水条件に恵まれた地理的条件を生かして、8,500余戸の農家が約1,200ヘクタールの茶園で良質茶の生産に取り組んでいます。

ここで、改めて南勢地域の茶業を見つめ直し、更なる発展に茶業が貢献することを目指し、茶生産農家、茶業組合、茶業関係団体を主に協議会

を設立。

○南勢地域特産の純粋な煎茶を全国へ発信

○品質の向上とブランド化による知名度の向上

○環境に優しく、後継者が育つ近代的な良質茶生産体制の整備

などを決議しました。

自然と人々との共生にかかわる茶業の役割に期待がかかります。





# 伝統芸能 町内各地で獅子が舞う

今もなお大切に受け継がれている伝統芸能の獅子舞が、今年も町内各地で優雅に披露されました。

無病息災や悪魔退散を願って、2月5日には下久具海蔵寺で、11日には一之瀬神社で、12日には柵橋コミュニティーセンターで、お頭神事や獅子神楽が行なわれました。

それぞれに特色のある伝統芸能を紹介します。今回ご覧になれなかった方は、ぜひ来年足を運んでみてください。量感のある獅子舞を楽しむことができます。



柵橋お頭神事



下久具お頭神事

## 一之瀬神社獅子神楽



和井野



南中村



市場



脇出



# ご協力ください

## 容器包装リサイクル

### 「容器包装」って何

食べ物や品物などが入っている容器や包装物、また、これらの買い物をした場合の袋を言います。

これらの容器包装は、現在ほとんどがゴミとして処理されています。4月から容器包装リサイクル法が施行されることによって、皆さんがゴミとして処理していた容器包装物を分別排出していただくことになります。

ゴミであったものをリサイクル資源として活用し、商品化することで、物の循環型社会を築いていこうというものです。

### 度会町ではどのように変わるの

町のゴミ収集体制が変わります。現在の分別収集体制より更に細かく分別排出していただくことになりますので、今まで以上に皆さんのご協力が必要になります。

ゴミの分別収集日および対象包装容器については、各ご家庭に配布する度会町カレンダー、または、今月号折込チラシでもお知らせします。分別収集に、より一層のご協力をお願いします。

## プラスチック（資源）ゴミの種類

(度会町カレンダー記載の収集日にステーションへお出しください)

<p><b>プラスチック容器</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●玉子ケース</li> <li>●カレー</li> <li>●目薬のケース</li> <li>●海苔</li> <li>●菓子</li> <li>●紅茶</li> <li>●味噌</li> <li>●豆腐</li> </ul>	<p><b>ラップ類</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●キャラメルやノートなどの包装用フィルム</li> <li>●3連ヨーグルト・納豆・カップ麺・肉・魚等の包装用フィルム</li> </ul>	<p><b>レジ袋</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●スーパーの袋</li> </ul>	<p><b>ポリ袋類</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●タバコのオーバーラップ</li> <li>●トイレットペーパーの袋</li> <li>●米の袋</li> <li>●お菓子</li> <li>●汎用ポリ袋</li> <li>●クッキー</li> <li>●インスタントラーメン</li> </ul>	<p><b>発砲スチロール容器 カップ類</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●インスタント食品</li> <li>●カップ麺</li> <li>●肉・魚・野菜・惣菜トレイ</li> </ul>
<p><b>カップ類</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●プリン</li> <li>●アイスクリーム</li> <li>●ヨーグルト</li> <li>●インスタント食品のプラスチック容器</li> </ul>	<p><b>ボトル類</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●食用油</li> <li>●シャンプー・リンス</li> <li>●ソース</li> <li>●しょうゆ</li> </ul>	<p><b>チューブ類</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●ケチャップ</li> <li>●マヨネーズ</li> <li>●歯磨き粉</li> <li>●工作用のり</li> <li>●靴スミ</li> <li>●白髪染め</li> <li>●練りわさび</li> <li>●口紅の入れ物</li> </ul>	<p><b>その他 金属のものは除きます</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●チューブや洗剤のキャップ</li> <li>●ペットボトルのフタ</li> <li>●入浴剤のフタ</li> <li>●工作用のりなどに使われる保護プラスチックカバー</li> <li>●発砲スチロールの緩衝材(成型されているもの)</li> </ul>	

※ボトル・チューブ類など、中身のあるものは、キャップを外し洗ってからお出しください。

※トレイ・発砲スチロールやカップなどの容器も同様に洗ってからお出しください。

※不明なものについては可燃物としてお出しください。



4月の運営開始を目指して

# リサイクルプラザ

伊勢広域清掃組合

伊勢広域清掃組合では、国民年金および厚生年金の積立金還元融資を受けて、総額七億六千二百二十五万円で同組合の施設内に建設中の『リサイクルプラザ』がまもなく完成し、4月からの運営開始を目指します。

この施設は、ごみの減量化、資源化を推進するための資源化棟とプラザ棟からなります。

資源化棟では、分別収集した『その他プラスチック製容器包装類』と『びん』の再資源化を行います。

プラザ棟は、リサイクルの体験学習の場として、町民の皆さんが自由に利用できるスペースです。多数の皆さんのご来場をお待ちしています。

また、プラザ棟では、管内にお住まいの皆さんによる運営を予定しています。運営を希望される方、運営・催しについてのアイデアなどをお持ちの方は、伊勢広域清掃組合（☎37-1218、FAX 37-1740）まで、お問い合わせください。

## 紙製容器・包装（資源）ゴミの種類

（古紙・古布の収集日にステーションへお出しください）

### 包装紙類

（デパート、土産店、商店などの紙製包装紙）

### 紙箱類

（菓子の外箱、靴の箱、タバコのボックス等）

### 紙の袋類

（本屋、デパートなどの紙袋）

※チラシ広告などは、今までどおり新聞と一緒にしばってお出しください。

※不明なものについては可燃物としてお出しください。

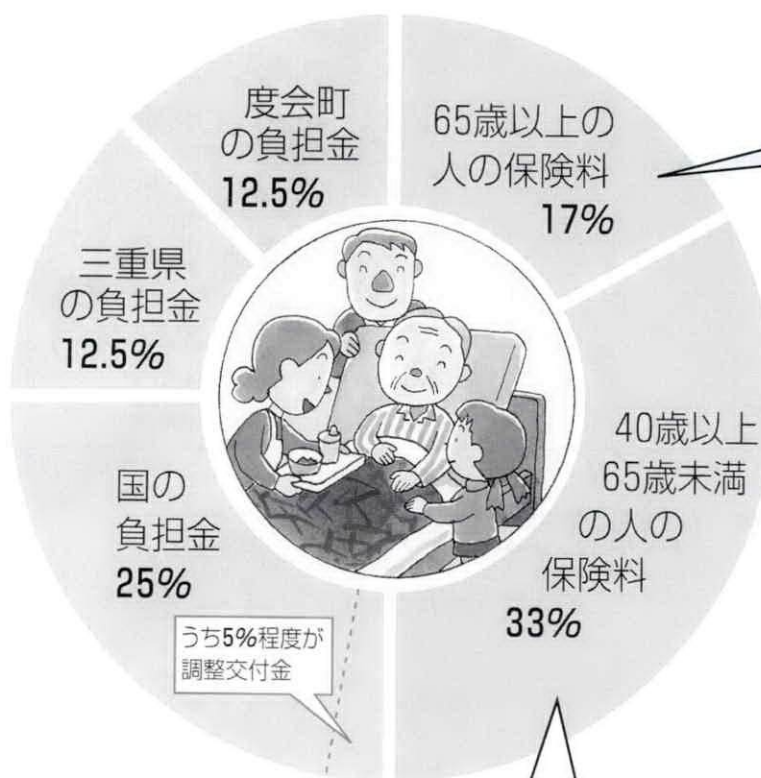


# 介護保険あれこれ

## — 介護保険の保険料について —

介護保険の運営に必要な費用は、わたしたちが納める保険料と公費（国や自治体の税金）でまかなわれます。

### 介護保険の財源内訳

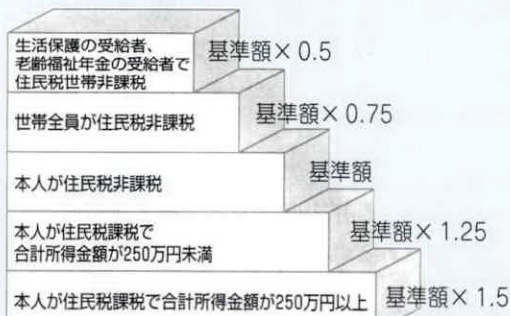


65歳以上の人は…

#### 第1号被保険者の保険料

介護サービスの状況により基準額が決まります。その上で、所得に応じて下のグラフのように調整されます。

□保険料は所得に応じて決まります。



※保険料は介護保険事業計画の見直しに応じて、3年ごとに設定されます。

#### ◎保険料の納め方

##### 年金額

**15,000円以上の人**  
年金の定期支払い（年6回）の際に特別徴収として介護保険料が差し引かれます。

##### 年金額

**15,000円未満の人**  
送付される納付書に基づき、納期限内に役場へ個別に納めます。医療保険料（税）は従来どおり納め、新たに介護保険料を納めることになります。

40歳以上65才未満の人は…

#### 第2号被保険者の保険料

加入している医療保険の算定方法によって決まり、医療保険料（税）と介護保険料をひとつの保険料として一括で納めます。





# 介護保険制度はみんなで支え合う制度です

- 人は一生で見ると、2人に1人は、寝たきりや痴呆などにより、お世話が必要になります。自分や自分の配偶者、その両親まで考えれば、介護の問題は誰もが避けて通れない問題となっています。
- しかし、介護を家族だけで支えるのには限界があります。そこで、介護を家族だけで支えるのではなく、国民みんなで支えることをねらいとして介護保険制度が生まれました。
- 40歳位になれば、脳卒中などの老化にともなう病気によって自分も介護が必要となる可能性が出てきます。また、自分の親も介護を必要とする場合が多くなります。そこで、40歳以上の国民のみんなで保険料を出し合って、介護が必要になっても自分らしい生活ができるよう、また家族としての負担が軽減されるように備える仕組みが生まれました。
- 40歳以上の方は、原則として全員が介護保険に加入します。40歳以上65歳未満の方は第2号被保険者、65歳以上の方は第1号被保険者になります。

## ◎保険料の決め方と納め方

### 国民健康保険加入者は

- 次の算定方法により、組み合わせて決まります。

所得割額:所得に応じて計算

資産割額:資産に応じて計算

均等割額:各世帯の該当者数に応じて計算

平等割額:1世帯いくらと計算

- 各世帯分の国民健康保険料(税)に、40歳以上65歳未満の世帯員の介護保険料分を上乗せしたひとつの保険料(税)の形で、世帯主が国保に一括して納めることとなります。



### 職場の健康保険などの加入者は

- 各組合ごとに、算出した計算方法をもとに決まります。

※おもに会社員が加入する健康保険組合、公務員や教職員が加入する共済組合、船員が加入する船員保険があります。

- 健康保険などの保険料に介護保険料を上乗せしたひとつの保険料の形で、給料から差し引かれます。

たとえば  
勤め人の  
わたしの  
場合...



※40歳以上65歳未満の健康保険の被扶養者は、被保険者本人の保険料に被扶養者分が盛り込まれますので、別途保険料を納める必要はありません。



# 地域あんしん ネットワークサービスを 受けませんか！

度の障害を抱える方が、防災上の『安心』を得られることを目的としたものであり、内容については申し込み情報に沿って次のようなことができます。

## 万が一、災害に遭って 119番通報したとき

- ・希望緊急連絡先に連絡します。
- ・確実にそして早く場所が特定でき、到着時間が短縮できます。
- ・目や言葉が不自由な方は、119番通報がファクシミリでできます。
- ・円滑な救護活動につながります。

伊勢市消防本部では、災害の複雑多様化や高齢化社会に対応するため、「消防緊急通信指令システム」を導入し、4月1日から運用を開始します。

このシステムは、最新のコンピュータ技術を駆使し、災害通報地点が、確実にそして早く確認できるなど様々な機能を有しています。

度会町では、伊勢市消防本部と協力して、このシステムをより効果的・合理的に活用するため、『地域あんしんネットワークサービス』を開始します。

このサービスは、心身に重

## 連載

### 「一日福祉体験教室」

感想文

## 渡してくれた事が うれしかった

一之瀬小学校六年

西岡 孝典

福祉体験学習に行きました。実は、すごく楽しみにしていました。その理由は、前の六年生が「楽しかった。」と言っていたからです。何が楽しか気になりました。そして、ついに行く日となりました。何をするのか楽しみでした。それに、五年生の時、六年生と秋祭りの芋を、度会学園に渡しに行った時がありました。その時、楽しかったからです。福祉センターは初めてなので、もともと楽しかったです。

早く回りました。僕は、なんとかやらなくてすみませんでした。次に、班に別れて作業をしました。僕は、みかん班だったのでまき割りでした。僕と、康人くんがまき割りに挑戦しました。それと、度会学園の田中さんもやりました。最初正直言うと、度会学園の人達は何もできないんじゃないかと思っていました。そして、まき割りが始まりました。僕が、初めやりました。「あつ。はずれた。」そして、隣でやっていた田中さんは、「コーン、コーン。」と連続で全部中心に振り落としていました。僕は、とても驚きました。そして、しばらくたつて、まきがなくなりました。取りに行こうとした時、「んっ。」と田中さんが、まきを笑顔で渡してくれました。すごくうれしくて、ありがとうと言いたかったのに声が出ませんでした。そして、まき割りが終わり、感想を発表しました。僕は、ありがとうが言えなかつたかわりに、「えーつと、まき割りをやっていた時は、はしっこにしか斧が当たらなかつたけど、田

中さんは、全部真ん中に当てていたので、すごいと思いました。」と言いました。田中さんは、無表情だったけどすごく嬉しそうに感じました。田中さんとは、あまりしゃべれなかつたけど、親しくなれたような気がしました。今日、度会学園に来て、言葉が通じなくても気が通じる事を学びました。来て良かったです。「障害」は、一つの個性だと教えてもらいました。一人一人が違いを持っていて、それを認め合う事が大切なんだと言っていました。障害について知らないことが誤解を生み、偏見を持ちそして差別しているところがあるそうです。一緒に活動すると何か親しくなれる。これが大切なんじゃないでしょうか。

## 福祉体験で

### 変わった自分

度会中学校三年

山本 典宏

今日は、何だかとても緊張している。何故なら、今日初めて『緑清苑』に来たからで





## グッドライダー 防犯登録をしましょう

オートバイの交通事故と盗難防止を図るために、三重県二輪車安全普及協会では、グッドライダー防犯登録を行っています。

オートバイを購入したときは、防犯登録に加入しましょう。盗難などにあつたオートバイが放置された場合、ナンバーが取り外されていても、グッドライダー防犯登録がしてあれば、すぐに所有者が判明します。

防犯登録は、左のグッドライダーステッカーのある取扱店で行なっています。

※詳しくは、三重県二輪車安全普及協会（☎059-234-8611）まで、お問い合わせください。

## お気軽にご相談を

### 交通事故巡回相談

三重県県民生活センターでは、平成12年度も次のとおり巡回相談を行います。

交通事故に関する相談を無料で受け付けます。ぜひご利用ください。

#### ▽伊勢警察署管内相談場所

伊勢市役所広報情報課

#### ▽開設日時

毎月第1〜第4水曜日

午前9時〜午後4時まで

※詳しくは、三重県県民生活センター（☎059-228-7350）まで、お問い合わせください。

### 巡回相談開催日

3	2	1	12	11	10	9	8	7	6	5	4
月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月
7	7	10	6	1	4	6	2	5	7	10	5
14	14	17	13	8	11	13	9	12	14	17	12
21	21	24	20	15	18	20	16	19	21	24	19
28	28	31	27	22	25	27	23	26	28	31	26

す。というのは、いままでは老人ホームで、ふれあいという形で老人ホームにいつていましたが、今回はちよつと違って介護をするという形で来たからです。

だから、介護の仕方や入所の方々の接し方が出来るか心配でした。それに、入所の方の中に急におこってくるような人がいたらどうしようかと不安でした。

しかし、廊下の掃除をしていた時、すれちがう入所している人に僕が「おはようございます。」という、体で表現してくれたり、返事をしてくれたりと、とてもやさしく接してくれました。その時からみんなもだいぶなれてきたのか、入所している人といろいろ話をしている姿を見ました。

僕達の班は、食事介護の仕事を手伝う班でした。しかし僕が何をしてよいか分からなかった時、職員の方が「この食事はあの人。」「これは、あそこの人に。」とテキパキと指示してくれたので迷わず昼食を運ぶことが出来ました。また、入所の方の食事介護の時気付いたことがあります。

それは、一人一人すごく個性を持っていて人が多かったことです。例えば、ごはんを食べながら寝てしまう人、ごはんを食べさせてあげると、一回一回「ありがとう、ありがとう。」という人もいました。

「何歳ですか。」と聞くと必ず「34歳です。」と答える人もいます。すごく楽しく食事介護することができました。また、介護していたおばあちゃんが涙ぐんで「ありがとう。」と言ってくれたのがすごく印象に残っています。

最後の交流会では、たくさんの方々に生徒会を中心に考えた魚つりゲームを楽しんでもらい、「大きな古時計」の歌を歌い終わった後に大きな拍手をもらったこともすごくうれしかったです。

僕は、今回の福祉体験学習で緑清苑にいったことで三つ自分自身の中で変化しような気がします。

一つ目は、職員の方々の老人への対応、そして僕達への指示などのことです。このことにより僕は、やさしさや、今自分が何をしなければいけないかという行動力への見方が大きく変わりました。

二つ目は、福祉の仕事についてです。この仕事は大変な仕事です。しかし、やりがいのある仕事だと思います。今回のように「ありがとう。」など感謝の言葉をかけられると、本当にうれしく「がんばってよかった。」という気持ちになったことです。

三つ目は、今回のことで自分自身の考えが大きく変わりました。それは、言葉ではなく、いい表せないけど、この経験が将来の自分に大きく影響することだと思つたからです。

今回、初めは不安で入所している方々とうまく接することが出来ませんでした。時間がたつにつれて、自分の家のおじいちゃん、おばあちゃんかのように思えてきたことが印象的でした。

自分の考え方も変化し、心もまた一つ経験から大きく成長したのは、入所の方々にいろいろ教えてもらったからだと思います。今回は、貴重な経験をさせていただき本当にありがとうございました。





## 熱戦 度会町長杯 ゲートボール大会

去る2月7日、度会町老人クラブ連合会主催による第12回度会町長杯ゲートボール大会が棚橋ゲートボール場を会場に開催されました。

小雪が舞い底冷えする天候の中、町内の19チームが参加して、熱戦が繰り広げられました。

### 大会結果

- 優勝 小川郷Aチーム
- 準優勝 平生チーム
- 3位 長命会チーム

### 高齢功労賞 (85歳)

- 上村政五郎さん (注連指)
- 松原ツジエさん (注連指)

## 保健だより

NO.66

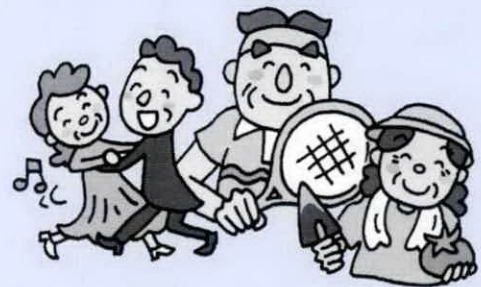
### 介護保険と健康づくり

4月1日からいよいよ介護保険制度がスタートします。

介護保険とは、どんな制度か?、どうしてこの制度がつくられたのか?、あるいはなぜこんなに騒がれているのか?など、疑問を感じられる方は、たくさんみえると思いますが、この背景には、ひとくちで説明できない多くの問題が絡んでいます。ただ、スタートを目前にした今、必要なのは国民一人ひとりが「自分の老後ではできるだけ人に頼るまい」と、本気で考えることではないでしょうか。

健康づくりは、人それぞれにやり方も異なり、健康感も違って当然ですが、目指す頂上は同じではないでしょうか。

寝たきりにならず、老人性痴呆症にもならず、いつまでも健康に生活できるよう明るく過ごしましょう。



かつては、注目されていなかった食物繊維。今では、現代病を予防する「救世主」となっています。

食物繊維は、豆類や海藻類、野菜などにたくさん含まれています。摂取することによって、便秘や肥満の予防、血糖値を下げる、コレステロールを体外に排出する、ガンの発生や高血圧を予防するなどの効用があると言われています。



### シリーズ今夜の夕食

## 食物繊維をたっぷりとうろう 度会町食生活改善推進協議会

### 材料 (4人分)

豚もも肉 (うす切り)	300g
ねぎ	50g
三つ葉	4本
ちりめんじゃこ	30g
にんにく	1かけ
しょうが	少々
キャベツ	200g
レモン	1こ
植物油	大さじ1
塩・こしょう	少々

### 三つ葉とねぎの

### 豚肉ロール

#### 作り方

①ねぎは、長さ5cmの細切りにする。三つ葉は、長さ2〜3cmに切る。にんにくとしょうがは、せん切りにする。

②キャベツは、せん切りにして熱湯をかける。レモンは、くし形に切る。

③豚肉は、1枚ずつ広げ、塩・こしょうを少々ふり、ねぎ、三つ葉、ちりめんじゃこ、にんにく、しょうがを等分してのせて巻く。

④植物油をひいて熱したフライパンに、豚肉の巻き終わりを下にして並べ、全体に焼き色をつける。焼きあがったら、器に盛り、キャベツとレモンを添える。





### 楽しい昔話を披露 「お話おじさん」の中西さん

去る2月10日、中之郷保育所では、「お話おじさん」として親しまれている中西万三さん（牧戸）が、子どもたちに「おおむ石」や「猫師ときこりと雪女」のお話を愉快的な話術で聞かせてくれました。

子どもたちの“でてこい、でてこい、おはなしおじさん”の元気な呼び声でお話おじさんが登場。子どもたちは、豊かでユーモアいっぱいの表情と真にせまる演技に目をキラキラ輝かせて、話に引き込まれていました。

話を披露してくれた中西さんは、「子どもたちとお年寄りとの交流を深め、思いやりの気持ちをお互いに持つことが大切。」と話していました。



### 節分集会で鬼退治 小川郷小学校

去る2月5日、小川郷小学校で、節分集会が行なわれました。

この日までにみんなで作った6つの鬼を披露し、それぞれの鬼に「ポイ捨て鬼」や「いじわる鬼」などの名前をつけて、まめに見立てた紅白玉を投げつけ、鬼を退治するなど楽しい節分集会でした。

### 大喜びの園児たち つくしの会と交流会

去る1月20日、南中村保育所で、また2月7日、中之郷保育所で、つくしの会の皆さんとの交流会を開催しました。

「しよじよじのためきばやし」のおゆうぎを楽しんだ後、宝探しゲームをしたり、綿菓子を作ってもらったりして、楽しいひとときを過ごし、大喜びの園児たちでした。



# 3月 暮らしのおせ information

## 募集

### 暮らしの講座を開講

三重県県民生活センターでは、消費生活に関する知識を学び、地域における消費者の核となる人材を養成することを目的として、暮らしの講座を開講します。

▽開講期間 5月～8月の第1・3火曜日（5月は第5火曜日、8月は第1火曜日のみ）午前9時30分～午後3時（5月のみ午後1時～4時）

▽開講場所 三重県県民生活センター研修室（津市栄町）

▽募集人員 60名

▽受講料 無料

▽締切日 4月20日（木）

※お申し込み、お問い合わせは、役場産業課（☎62-1111代）まで。

### 勤労者

### 暮らしの相談会を開催

弁護士による法律相談、司法書士による不動産登記相談および三重県労働金庫との協調融資制度（勤労者教育資金、勤労者住宅持家貸付制度）などの相談を中心に勤労者“暮らしの相談会”（無料）を開催します。お気軽にご相談ください。

▽日時 3月20日（月）午前10時～午後4時

▽場所 伊勢シティホテル

※詳しくは、伊勢志摩労働者福祉協議会（☎24-8117）まで、お問い合わせください。

### 廃止します 火葬費用助成制度

度会町では、南勢広域斎場発足時から、火葬を推奨するために火葬費用の一部を助成してまいりましたが、現在、町内では火葬が80%を超え、南勢広域斎場構成市町村とほぼ同一水準となり、推奨目標を達成したため、制度の見直しを行ない、4月1日から助成制度を廃止しますので、ご理解をお願いいたします。

※詳しくは、役場環境施設課（☎62-1111代）まで、お問い合わせください。

### 参加者募集 宮川流域体験ツアー

三重県では、宮川流域の小・中学生とその保護者に対して、自然や環境に関心を持つてもらうと、宮川流域ルネッサンス事業の一環として、次のとおり宮川流域体験ツアーを開催します。ぜひ、ご参加ください。

▽日時 3月25日（土）午前9時～午後4時

▽内容 午前は地びき網による稚アユの分布調査の体験および小動物の観察、午後は環境学習講座

▽集合場所 近鉄宇治山田駅

▽学習場所 二見浦海水浴場および二見町公民館（稚アユ調査）、度会町中央公民館（環境学習講座）

▽対象者 小・中学生および保護者

▽定員 50名

▽申込期限 3月17日（金）

▽参加費 無料

### 年金教育資金 貸付のご案内

三重県年金住宅福祉協会では、国民年金および厚生年金の年金積立金還元融資を「国の教育ローン」の一部として実施しています。

利用条件に該当する方は、ぜひ、ご利用ください。

▽対象者 高校・大学・専修学校などに入学・在学している生徒・学生の保護者（国民年金または厚生年金保険に10年以上加入している方）

▽融資額 学生・生徒一人につき 国民年金加入者 五十万円

以内

- ・厚生年金保険加入者 百万円以内
- ▽融資利率 年2.20%（平成11年11月10日より）
- ▽返済期間 10年以内
- ▽用途 入学時や在学中の教育費および国民年金保険料

※詳しくは、三重県年金住宅福祉協会（☎059-227-7527）まで、お問い合わせください。







**参加チーム募集**  
**玉城町野球協会**  
 玉城町野球協会では、次々とおり参加チームを募集しています。  
**▽対象** 玉城町近隣市町村の企業・一般チーム（9人以上の構成）  
**▽内容** 前期・後期にわけ、総当たりのリーグ戦のほか、

トーナメント方式による玉城町長杯、会長杯  
**▽日程** 毎週火・木・土曜日の午後8時〜9時30分  
**▽会場** 玉城町町総合グラウンド  
 ※申し込みおよび問い合わせは、玉城町教育委員会社会教育課（☎58-6331）まで。

**労働保険の年度更新をお忘れなく**  
 労働保険（労災保険・雇用保険）の平成11年度確定保険料および平成12年度概算保険料の申告・納付期間は、4月1日から5月22日までです。お忘れなく、お早めに申告・納付をお願いします。  
 4月1日から三重労働基準

## 所得税の確定申告と納付は正しく期限内に

平成11年分の所得税の確定申告と納付の期限は3月15日（水）です。

申告期限間際になりますと税務署は大変混雑しますので、申告書はご自分で書いて、できるだけお早めに郵送で提出してください。

## 確定申告は正しく期限内に！

所得税は、自分の所得の状況を最もよく知っている納税者が税法に従って自ら自分の所得と税額を正しく計算して申告し、納税するという「申告納税制度」を採用しています。昨年1年間の所得と税額を正しく計算し、お早めに申告と納税を行なってください。

申告書を書くときは、「確定申告の手引き」や「書きかた」を参考にさせていただくと、所得や税額が簡単に計算できるようになっています。ぜひ、ご自分で書いて提出してください。

※詳しくは、伊勢税務署（☎28-3191）まで、お問い合わせください。

## 審査会開催日時および会場

月日（曜日）	時間	会場
4月18日（火）	10:00~14:00	県津庁舎
5月16日（火）	10:00~14:00	県尾鷲庁舎
6月20日（火）	10:00~14:00	県四日市庁舎
7月18日（火）	10:00~14:00	県伊勢庁舎
9月19日（火）	10:00~14:00	県上野庁舎
11月21日（火）	10:00~14:00	県松阪庁舎
2月20日（火）	10:00~14:00	県津庁舎

## 銃砲刀剣類の登録審査会を開催

局、三重県職業安定課、三重県雇用保険課および三重女性少年室が統合されて、『三重労働局』となります。  
 ※詳しくは、三重労働局労働保険徴収室（☎059-226-2100）まで、お問い合わせください。

三重県教育委員会では、平成12年度銃砲刀剣類登録審査会を開催します。  
 登録には登録手数料などが必要ですが、詳しくは、三重県教育委員会事務局生涯学習課文化財保護室（☎059-224-2999）まで、お問い合わせください。



# 愛犬の登録と予防接種を

平成12年度の畜犬登録および狂犬病予防注射を下記日程で実施しますので、受診してください。

なお、当日都合の悪い方は、最寄りの動物病院で受診してください。

月 日	開催場所	実施時間
4月11日(火)	南中村公民館	9:45~10:00
	脇出公民館	10:10~10:25
	和井野公会堂	10:40~10:50
	小萩公民館	11:10~11:30
	小川公民館	13:00~13:20
	中之郷生活改善センター	13:30~14:00
	上久具公民館	14:20~14:40
	大野木公民館	15:00~15:30
4月12日(水)	注連指集落農事集会所	9:45~10:00
	上田口バス停	10:15~10:30
	麻加江生活改善センター	10:45~11:10
	長原公民館	11:30~11:50
	平生構造改善センター	13:20~13:50
	度会町役場	14:10~15:00

## ▽費用

- ・登録している方 3,200円 (注射代2,650円、注射済票代550円)
- ・新規登録の方 6,200円 (畜犬登録代3,000円、注射代2,650円、注射済票代550円)

※飼い主は、愛情としつける根気、そしてマナーを守って正しくペットを飼ってあげてください。

## おめでた・おくやみコーナー

1月中に届出のあった方(敬称略)

### おめでた

子の名前	保護者名	字名
藤井 紬	壽 人	大野木
岡村明日加	芳 隆	棚 橋
丸屋 廉	英 明	立 岡
早川美雄士	和 行	立 岡
山本 怜奈	卓 司	棚 橋

### おくやみ

名 前	年 齢	字 名
浦田 サカ	88	大久保
小川 一男	83	棚 橋
南 貞男	68	長 原
石井 ひさ	88	上久具
西岡 くに	80	和井野
西岡 フミ	86	市 場
御村 みつ	82	南中村
岡山 彦二	81	日 向

## 編集後記

▽今年も町内各地で行われた県指定有形・無形文化財の獅子舞。それぞれに特色があって、「下久具お頭神事は優雅に」、「一之瀬神社獅子神楽は厳かに」、そして「棚橋お頭神事は勇壮に」獅子が舞うように感じられます。今年見逃した方は、ぜひ来年ご覧になって、伝統芸能に触れてみてください▽宮リバー度会パークを中心に行われたジョギング大会で85歳の西村金右衛門さんが健脚を披露してくれました。継続することは何事も難しいことですが、大切なことだと再認識しました▽今年の春まつり(4月9日)は、メインゲストに城之内早苗さんを迎えて開催! そのほかのイベントも盛りだくさん。ご期待ください。

## 茶の実句会抄 2月17日

日の匂ひ蒲団にありて眠りけり	切り千の日が逃げゆけり峡の庭	篋の香の静まりて雪催	北風や斜めに吹かれ三輪車	初雪をベッドに座して眺めをり	汲みたての寒の水呑む鶏の首	高々と火は神のもの大どんど	曲りたる幹を隠して梅しだる
茶屋広 河村 つね	茶屋広 河村 鈴	大久保 浦田 フユ	牧 戸 井戸木 った	棚 橋 山本 順	麻加江 北村 櫓江	長 原 中西 定雄	上久具 柳谷 静雄

山報文芸

西野たけし指導

## 町のうごき

平成12年1月31日現在 ( )内は前月比  
 人口 男 4,563 (- 4) 計 9,401 (- 5) 出生 5 転入 13  
 女 4,838 (- 1) 世帯数2,553 (+ 3) 死亡 11 転出 12



この広報誌は再生紙を使用しています。

http://www.ise-ics.co.jp/watarai/ e-mail:wata-rai@tcp-ip.or.jp

発行/度会町役場 〒516-2195 三重県度会郡度会町棚橋1453-2 ☎0596-62-1111 編集/企画課 印刷/文化印刷有限会社