



二十歳の決意。

新たな門出を祝う
令和4年
度会町成人式

新成人の皆さん、
おめでとうございます

晴れやかな青空が広がる1月9日。新成人を祝う度会町成人式が、度会町民体育館で開催されました。

今年は、83人の皆さんが成人を迎え、町内外から70人(男性38人、女性32人)が華やかな姿で出席しました。

昨年に引き続き新型コロナウイルス感染症の対策を徹底した式を目指し、参加者全員にPCR検査キットを事前に送付。当日は入口で検温、手指の消毒を行うとともに、内容も縮小し行われました。

式典では新成人代表の大野徳竜さん(棚橋)が、「つながり希薄になりかねない状況下で、みんなが一つに集うことができ、非常に喜ばしいことと感じています。協調性を大切にしつつ、その中でも自分らしさを見失わずに成長し、社会に貢献していきたい」と力強く決意を表明。新成人として自覚と責任を胸に、新たな人生の一步を踏み出しました。

終了後には、小学校卒業時のタイムカプセルを開封。おもちゃや手紙、寄せ書きなど思い出の品々を恩師から渡されると、当時の記憶が蘇ったようで、明るい表情や優しい笑顔をそれぞれが見せていました。



恩師からの
Message from my teacher
メッセージ

中学校
恩師



奥田 二郎先生

中学校を卒業されてから、それぞれの進路で経験を積まれていると思います。一人でも多くの人が度会町に貢献出来るよう、育ってほしいと願っています。



西村 直樹先生

元気な姿を見せてもらえて、私も力をもらいました。これから自分の仕事でお金をもらう責任を感じていくと思います。良さを発揮し、頑張ってください。



田村 直紀先生

しばらく会わない間に立派になられて、とても嬉しく思います。これからそれぞれの道に進み、経験を積んでいくことでしょう。明るさで、幸せを掴んでください。

小学校
恩師



岡 ゆりか先生

皆さんの立派な姿を見て、本当に感動しました。これからの人生で悩むこともたくさんありますが、自分を信じてその道を進んでください。応援しています。



出口 智規先生

今日来るまでに卒業アルバムを見ながら、一人一人の思い出を頭の中で描き、楽しみにしていました。皆さんの顔が見れて本当に嬉しかったです。

新成人に聞きました
二十歳の気持ち

Messages of 20 years old



細谷 瑞季さん(麻加江)

後輩に頼られるように頑張ります。



味噌井 太一さん(棚橋)

20年間、ここまで育ててくれてありがとうございます。

ビッグな男になります。



尾崎 真央さん(上久鼻)

大学で英語を勉強しています。学びを活かせる仕事に就きたいです。

家族にいっぱい支えてもらいました。本当に20年間ありがとうございます。



岡村 みさ希さん(棚橋)



早川 奈瑞さん(立岡)



※令和4年度会町成人式では、写真撮影時のみマスクを外し会話は避けた上で撮影しています。

行政文字放送わたりチャンネル
令和4年度会町成人式
を動画で放送します

【日時】2月4日(金)~13日(日)
①午前10時~ ②午後3時~ ③午後8時~
※1日3回、放送時間約30分

式典の様子や新成人のインタビュー、恩師からのメッセージなどが放送されます。ぜひご覧ください。

町民の皆さまに新型コロナウイルス抗原検査キットをお届けします



- 【対象】**
 度会町住民基本台帳(令和4年1月21日)に登録されている人
- 【配達日】**
 2月10日前後にご自宅へお届けします。
- 【注意事項】**
- ①開封してから1時間以内に検査を終了させてください。テストプレートの袋を開封してから30分以内に検査を終了させてください。
 - ②唾液採取のおおよそ30分前に口を水で軽くすすいでください。その後、検査まで飲食や喫煙、歯磨きやうがい薬を使用したうがいはしないでください。

届いた文書中の注意事項及び検査キットに同封されている説明書を必ずご覧ください。

【問合せ】 役場みらい安心課 ☎ 62-2424

新型コロナウイルス感染者数が急増したことで、三重県において「まん延防止等重点措置」が適用されています。町民の皆さまには、ご自身、ご家族の生活を守っていただきたく、町において緊急確保した、抗原検査キットを配布します。今一度しっかりと感染防止対策をお願いします。

この状況が一日でも早く終息し、平穏な日々が戻りますことと、皆さまのご健康をお祈り申し上げます。

令和4年2月
 度会町新型コロナウイルス感染症対策本部長

度会町長 中村 忠孝

3回目新型コロナウイルスワクチン接種 キャンセル待ちについて

3回目新型コロナウイルスワクチン接種にあたり、体調不良など当日キャンセルが出た場合のキャンセル待ち枠を募集します。

【対象】
 町に住所を有し、当日電話を受けて早急に役場へ来る人(原則、接種券一体型予診票をお持ちの人に限り)

【実施場所】
 度会町役場

【費用】
 無料

【持ち物】
 本人確認ができる健康保険証または運転免許証

現在、何かの病気で治療中の人や体調などに不安がある人は接種して良いか、かかりつけ医へご相談をお願いします。キャンセルが出た場合に連絡させていただきます。

で、接種を約束するものではありません。
 ワクチンのメーカーの指定はできかねますので、ご了承ください。

申込フォームはこちら

【問合せ先】

ワクチン専用電話

(役場保健) (じも課)

☎ 62-11214



第15回^{うま}美し国三重市町対抗駅伝中止のお知らせ

2月20日(日)に開催を予定しておりました『第15回美し国三重市町対抗駅伝』は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、昨年に引き続き今年も中止となりました。

この駅伝に向けて、忙しい中練習に励んでくれた度会町チームの出場は、残念ながら叶いませんでしたが、選手たちのこれからの活躍を期待するとともに、その意思を受け継いだ来年の出場チームに希望を託します。

【問合せ先】 町教育委員会事務局 ☎ 62-2422



度会町登録選手 小中学生
 左から(上段)津村 宥翔、小林 大益、竹内 小絢、森本 七海、坂井 夢果
 (下段)西村 心花、丸井 悠楽、浦田 壮真、福井 温大

●出場予定のあった度会町登録選手名簿 (敬称略)

区間	区分	距離	選手名	字名
1区	小学生女子	1.28 km	丸井 悠楽	大野木
			西村 心花	大野木
2区	小学生男子	1.85 km	福井 温大	大野木
			浦田 壮真	坂井
3区	中学生女子	3.83 km	森本 七海	棚橋
			竹内 小絢	大野木
4区	中学生男子	5.58 km	津村 宥翔	平生
			小林 大益	南中村
5区	40歳以上男子	4.60 km	福井 良隆	大野木
監督			竹内 憲生	大野木

区間	区分	距離	選手名	字名
6区	ジュニア男子	6.36 km	中世古 翔	大野木
			御村 征也	脇出
7区	一般女子	2.89 km	畑 まどか	棚橋
			坂井 夢果	棚橋
8区	20歳以上女子	3.43 km	角前 温子 (市町交流選手※)	
9区	ジュニア女子	5.45 km	栴田 日菜果	棚橋
10区	20歳以上男子	6.925km	栴田 貴理丸	棚橋
			東出 純一	大野木
コーチ			浦井 峻自	大野木

※人口によるチーム力の格差を是正するため、他市町の選手をエントリーすることが出来る制度です。

そろそろ…マイナンバーカード作りませんか

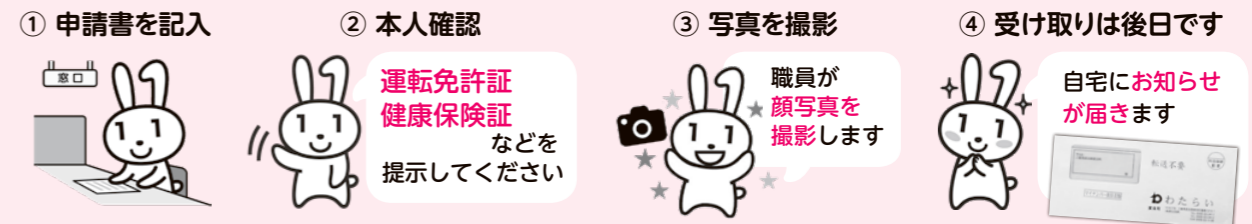
新型コロナワクチン集団接種会場に、マイナンバーカード申請サポート窓口を開設します。
 ワクチン接種の後に、マイナンバーカードを作りませんか。

【問合せ先】 役場税務住民課 ☎62-2411

5分~10分ほどで終わります



- 1 対象者** 当日にワクチンを接種された人(付添の人は除く)
- 2 開設場所** 役場1階 税務住民課窓口前
- 3 持ち物** 身分証明書(ワクチン接種券も可)
- 4 申請サポート手続きの流れ**



- 5 注意事項**
 - ご希望の人はワクチン接種の後に、お立ち寄りください。
 - 当日は、ワクチン接種の妨げにならないようご協力をお願いします。
 - 窓口では、マイナンバーカードの申請サポート以外、受け付けていません。
 - 混雑の状況により、後日改めてのご来庁をお願いする場合があります。
 - ご不明な点は、事前に税務住民課までお問い合わせください。

マイナポイント第2弾についてはこちら



マイナンバーカードの健康保険証の利用についてはこちら



12/20 人に優しくすることの大切さ 棚橋保育所人権教室

12月20日、人権擁護委員の皆さんによる人権教室が棚橋保育所で開催されました。

この日は歌や踊りのショー、人形劇などが披露されたほか、園児たちは、動物に扮した委員と交流しながら、人権について学びました。

人形劇『みかんくんとりんごちゃん』では、「それぞれ顔も声も形も違う。みんな違ってみんな良い」と呼びかけると、園児たちは元気よく返事をしていました。



1/1 町の頼れる相談役 人権擁護委員に門野隆一さん

令和4年1月1日付で、門野隆一さん(脇出)が度会町担当の人権擁護委員として、法務大臣から委嘱されました。

人権擁護委員は地域の皆さんからの人権相談に対し、法務局の職員と協力して人権侵害による被害者の救済などを行う役割を担っています。

門野さんは「微力ではありますが、度会町の人権意識の向上に寄与できるよう、努めていきたいです」と抱負を語ってくれました。

度会町担当の人権擁護委員 令和4年1月1日現在
木本恵子さん(川口) 福井利彦さん(平生) 門野隆一さん(脇出)

内田幸男さんに感謝状

平成22年1月から12年間、人権擁護委員を務めていただいた内田幸男さん(葛原)に1月1日、法務大臣から感謝状が贈られました。

ありがとうございました。



12/26 新教育委員の就任

町議会12月定例会において同意を受け、12月26日付で南紀代美さん(長原)が新たに教育委員に任命されました。

1月25日、定例教育委員会に初出席した南さんは「度会町の教育の充実と発展のために、皆さんと協力してできることを進めていきたいと思っております」と抱負を語ってくれました。

1/9 新たな決意 消防出初式

1月9日、度会町消防出初式が、役場庁舎前駐車場で挙行されました。

晴れやかな日差しの中、開催された式典では、新型コロナウイルス感染防止のため規模を縮小し実施され、小岸仁実消防団長をはじめ出席した団員43人に対し、町長から「度会町には頼れる消防団がいてくれます。消防・防災行政の軸となって、町民の負託に応えてください」と訓辞がありました。

また、衆議院議員鈴木英敬氏からご祝辞をいただいたほか、町消防団員への永年勤続表彰や消防団員への観閲などが併せて執り行われました。



12/26 全国高校駅伝に出場 畑まどかさん

12月26日に京都市で開催された『女子第33回全国高等学校駅伝競走大会』に、宇治山田商業高校3年生の畑まどかさん(棚橋)が出場しました。

畑さんは、小学校1年生から内城田スポーツクラブで陸上を始め、主に中長距離の選手として活躍し、高校駅伝の県大会では、2区で3人を抜いて区間賞に輝きました。

12月16日に役場町長室で行われた激励会では、「ラストスパートをかけられるところが自分の強み。悔いなく楽しく、自分の最大限の走りをしたい」と話してくれました。



12/22 令和3年度 茶品評会褒賞伝達式

12月22日、各種茶品評会において優秀な成績を収められた皆さんへの褒賞伝達式が、役場大会議室で行われました。

町長は、「コロナ禍の影響で消費が減少し、茶価が下落して痛手を受けている中、品評会で頭書の成績を収められ本当に頭が下がる思いです。これからも茶業組合を通じてしっかりとサポートしていきます」と祝辞を述べました。

おめでとうございます。



入賞者(敬称略)

関西
茶品評会

普通煎茶の部

2等 有限会社畑中製茶(立岡)
3等 福井秀治(大野木)

かぶせ茶の部

3等 有限会社中森製茶(大久保)

全国手もみ茶
品評会

3等 中森大(大久保)

伊勢税務署からのお知らせ

令和3年分の所得税などの確定申告会場のご案内

確定申告書の作成方法がご不明な人は、下記のとおり申告相談を受け付けます。
なお、会場の混雑緩和のため、会場への入場には「**入場整理券**」が必要となります。

確定申告会場（税務署内に確定申告会場は設けておりません。）	
確定申告会場	いせシティプラザ（いせ市民活動センター北館） 【所在地】伊勢市岩渕一丁目2番29号 ※駐車場の混雑が予想されますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。
開設期間	2月16日(水)～3月15日(火)の月曜日～金曜日 (土・日曜日および祝日には開設しておりません。)
開設時間	午前9時～午後5時

入場整理券について

- 「入場整理券」は会場当日午前8時30分から配付します。
LINEアプリを使えば事前にオンラインで入手することも可能です。

LINEアプリをご利用される人は、国税庁LINE公式アカウントを友だち追加してください。メニューの「ホーム」から「国税庁」または「@kokuzei」と入力していただくと友だち追加ができます。

友だち登録は
こちらから



詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

- 入場整理券の配付枚数には限りがあります。配付状況に応じ、後日のご来場をお願いする場合があります。

入場時のお願い

ご入場いただく皆様には以下の事項をお願いします。
ご不便をおかけしますがご理解のほどよろしくお願いいたします。

マスクの着用

検温の実施

手指消毒

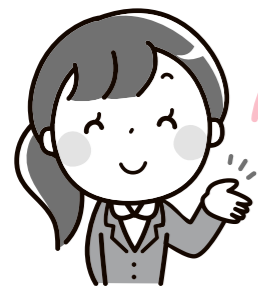
最少人数
での来場

筆記用具など
の持参

- 発熱(体温が37.5度以上)が認められる場合や検温にご協力いただけない場合には、入場をお断りさせていただきます。
- 体調が優れない人は、無理をせず後日来場いただくようお願いします。

還付申告について

令和3年分の還付申告は、5年間(令和4年1月1日から令和8年12月31日まで)行うことができます。
還付申告で申告相談をご希望される人は、3月16日以降、税務署での申告相談をご利用ください。
確定申告会場の混雑回避にご協力をお願いします。



確定申告には、ご自宅からパソコン・スマートフォンでご利用いただけるe-Tax(電子申告)が便利です。
新型コロナウイルス感染症の感染防止の観点からも、より安全・安心なご自宅からのe-Taxをご検討ください。

【問合せ先】伊勢税務署 個人課税第一部門 ☎28-3194
(受付時間 平日午前8時30分～午後5時)

度会スクール インフォメーション

Vol.
106

町教育委員会事務局 ☎62-2422

度会小学校 ☎62-0004

度会中学校 ☎62-0194

度会中学校 日本一きれいな河原に

12月8日、中学校では放課後に宮川の清掃活動を行いました。
この活動は、自分たちの力で宮川の景観をきれいに保ちたいという思いから、例年、生徒会が中心となって実施しており、生徒自ら企画と呼びかけを行っています。

当日は、寒空のもと、希望制にもかかわらず90人を超える生徒が参加しました。生徒たちはゴミ袋を片手に、大小さまざまなゴミを見逃さないように隅々まで目を光らせ、一生懸命に時間いっぱいまで拾い集め、帰校後はみんなで協力して分別を行いました。

清掃に参加した生徒は「宮川だけじゃなくて、町内もきれいに保ちたい」「宮川がきれいになってすっきりして気持ちがいい」と感想を聞かせてくれました。



度会小学校 他者への気遣いを大切に 南伊勢高校度会校舎出前授業

12月15日、小学4年生を対象に、南伊勢高校度会校舎の生徒を講師に出前授業が行われました。

この授業は例年、南伊勢高校度会校舎が地域連携の一環として実施するもので、本年度は「障害」をテーマに行われました。

授業の中で、「足が不自由な子とかけっこをするためにはどうすればいいか」と問題提起があると、児童たちは、「短いコースを作る」「全員が車いすで参加する」といった、さまざまなアイデアを発表しました。講師からは、だれもが暮らしやすい社会にするためには障害の有無にかかわらず、一人一人の特性に応じた合理的配慮が大切だと話がありました。

授業を受けた児童は、「困っている障害者の人がいたら声をかけたいと思います」「もっと周りを気遣いながら生活したいと思います」と感想を聞かせてくれました。



国民年金 便利でお得な納付方法のお知らせ

国民年金保険料を下記の方法により納付することで、保険料が割引され大変お得です。

【口座振替】

- 当月末振替(早割) **50円割引**
本来の納付期限よりも1カ月早く口座振替します。

【前納制度】

参考 令和3年度の割引額(口座振替の場合)

- ①2年前納(4月～翌々年3月分) **15,850円割引**
- ②1年前納(4月～翌年3月分) **4,180円割引**
- ③6カ月前納(4月～9月分、10月～翌年3月分) **1,130円割引**

※口座振替による前納を希望する人は、2月末までに年金事務所での手続きが必要です。

※現金納付による前納は、専用の納付書で使用期限までに納めてください。

【問合せ】伊勢年金事務所 ☎27-3601
役場税務住民課 ☎62-2412

所得税・住民税 障害者控除(要介護認定者など)について

令和3年12月31日において下記に該当する人は、申告の際に『障害者控除対象者認定書』を提示することで、所得控除(障害者控除)の適用を受けることができます。

同認定書の交付を受けるには、役場長寿福祉課へ申請が必要です。

特別障害者控除対象者

- 『障害高齢者の日常生活自立度』がB・Cに該当
- 『認知症高齢者の日常生活自立度』がⅢ・Ⅳ・Ⅴに該当

障害者控除対象者

- 『障害高齢者の日常生活自立度』がAに該当
- 『認知症高齢者の日常生活自立度』がⅡに該当

【問合せ】役場長寿福祉課 ☎62-1186

町県民税 申告相談所を開設

【問合せ】役場税務住民課 ☎62-2414

昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症拡大防止に向けた対策として、入場者全員の検温・マスクの着用・手指消毒、空気換気などを実施し、37.5度以上の発熱や体調不良が見受けられる場合は、当日の入場をお断りさせていただきます。

また、会場内の密を避けるため、入場者数の制限をします。状況によっては自家用車など会場外での待機をお願いする場合があります。あらかじめご承知おきください。

なお、さらなる感染リスク軽減に向け、会場内の滞在時間を少しでも短くするため、医療費控除の明細書や収支内訳書などの添付が必要な場合は、事前にご自身で作成(ご持参)いただくなど、業務の円滑化へのご協力をお願いします。

申告をしていただく人

令和4年1月1日現在、度会町に居住し、次のいずれかに該当する人です。

- ①令和3年1月1日から12月31日までの間に所得のあった人
- ②給与所得者で次のような人
 - 給与以外に所得のあった人
 - 勤務先から役場へ給与支払報告書が提出されていない人
 - 令和3年中に会社などを退職した人
 - 雑損控除や医療費控除を受けようとする人
- ③公的年金を受給し、社会保険料控除や配偶者控除などを受けようとする人
- ④①～③以外の人で、国民健康保険、後期高齢者医療保険、介護保険に加入している人

※所得税の確定申告をする人は、町県民税の申告書を提出する必要はありません。

申告にお持ちいただくもの

- 申告用紙
 - 収入金額・控除額を明らかにできるもの
 - マイナンバーカードまたはマイナンバー確認書類および身分確認書類
- ※申告書へのマイナンバーの記載が必要となります。

申告書の発送

対象と思われる人へ、2月中旬に郵送します。

申告用紙が届かなかった人でも、申告をしなければならないと思われる人は申告をしてください。

高額医療・高額介護合算療養費制度について

高額医療・高額介護合算療養費制度とは

『医療』と『介護』の両方のサービスを利用している世帯の負担を軽減する制度です。

- **自己負担限度額** 1年間に支払った『医療保険』と『介護保険』の負担額の合計が、下記の自己負担限度額を超えた場合は、その超えた金額が支給されます。
※医療保険と介護保険で、どちらかの自己負担額が0円の場合は支給されません。

70歳未満の人

所得区分	所得要件	自己負担限度額
現役並み所得者(上位所得者)	旧ただし書き所得901万円超	212万円
	旧ただし書き所得600万円超901万円以下	141万円
一般	旧ただし書き所得210万円超600万円以下	67万円
	旧ただし書き所得210万円以下	60万円
低所得者	住民税非課税世帯	34万円

※旧ただし書き所得=総所得金額-基礎控除額

70～74歳の人、後期高齢者医療制度加入者

所得区分	所得要件	自己負担限度額
現役並み所得者	課税所得690万円以上	212万円
	課税所得380万円以上	141万円
一般	課税所得145万円以上	67万円
	課税所得145万円未満 ※旧ただし書き所得210万円以下を含む	56万円
低所得者Ⅱ	住民税非課税世帯	31万円
低所得者Ⅰ	住民税非課税世帯で、年金収入が80万円以下など、一定の要件を満たす人	19万円

※70～74歳の低所得者Ⅰに該当する世帯も、複数の人が介護サービスを利用する場合は自己負担限度額は31万円となります。

- **算定期間** 令和2年8月1日～令和3年7月31日

- **申請について** 対象となる被保険者には、通知しますのでご確認ください。

【問合せ】役場税務住民課 ☎62-2412 / 長寿福祉課 ☎62-1186

令和3年分 町県民税申告相談会日程表

月日	曜日	受付時間	対象地区	相談会場
2月16日	水	午前9時～11時30分	麻加江	度会町役場 3階 第7会議室
		午後1時30分～4時	田口・立花	
2月17日	木	午前9時～11時30分	注連指・坂井	
		午後1時30分～4時	長原	
2月18日	金	午前9時～11時30分	小萩・脇出・和井野	
		午後1時30分～4時	柳・市場・南中村・川上	
2月21日	月	午前9時～11時30分	川口・栗原・中之郷・五ヶ町	
		午後1時30分～4時	日向・小川・火打石・駒ヶ野	
2月22日	火	午前9時～11時30分	平生・当津・茶屋広	
		午後1時30分～4時	鮎川・下久具・田間	
2月28日	月	午前9時～11時30分	上久具・牧戸・宮ノ西自治会・度会団地自治会	
		午後1時30分～4時	立岡・大久保・葛原	
3月1日・2日	火・水	午前9時～11時30分	棚橋・みどりが丘団地自治会	
		午後1時30分～4時		
3月3日・4日	木・金	午前9時～11時30分	大野木	
		午後1時30分～4時		
3月7日(月)～15日(火) (土・日曜日を除く)		午前9時～11時30分	地区指定なし	
		午後1時30分～4時		

変更前 役場2階 大会議室

変更後 役場3階 第7会議室

年金事務所で 予約相談を実施しています。

年金事務所総合案内または電話で、1カ月先までの年金相談および請求手続きの予約を受け付けています。

予約の際には、基礎年金番号・名前・電話番号・相談内容を確認しますので、手元に基礎年金番号のわかるものを用意してください。

予約専用ダイヤル ☎0570-05-4890
平日 午前8時30分～午後5時15分

予約相談実施時間

平日 午前8時30分～午後4時
延長相談 (週の初日) 午前8時30分～午後6時
第2土曜日 午前9時30分～午後3時

【問合せ先】 ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165
伊勢年金事務所 ☎27-3601

後期高齢者医療制度 一定以上の所得のある人の医療費の 窓口負担割合が変わります

令和4年10月1日から、後期高齢者医療制度において、医療費の窓口負担割合に「2割」が加わります。

対象となるのは、一定以上の所得のある人です。ご自分の負担割合は、令和4年9月ごろに届く新しい保険証で確認してください。

制度に関するご質問は、厚生労働省コールセンターにお問い合わせください

コールセンター ☎0120-002-719

【受付期間】 1月4日～3月31日
【受付日時】 月曜日から土曜日の
午前9時～午後6時(祝日は除く)

【問合せ先】 三重県後期高齢者医療広域連合
☎059-221-6883
役場税務住民課 医療給付係
☎62-2412

国民健康保険からのお知らせ

【問合せ先】 役場税務住民課 健康保険係
☎62-2412

健康づくりと医療費節約のために、家庭でできることを紹介します。



1 「ポリファーマシー」ってご存じですか

ポリファーマシーとは、主に多くの薬を服用することにより、副作用などを起こすことをいいます。薬が追加されたり、変わった場合は特に注意が必要です。気になる症状があっても、勝手に薬をやめたり、減らしたりせず、必ず、医師や薬剤師に相談しましょう。

2 「重複服薬」を見直しましょう

重複服薬とは、複数の医療機関を受診し、重複して同じ効能の薬を処方され、それを服用することです。副作用を発症する場合がありますので注意しましょう。



日頃から、注意しておくことは

- かかりつけ医や、かかりつけ薬剤師をもちましょう。
- 自分の処方されている薬がわかるように、お薬手帳は1冊にまとめておきましょう。

3 「ジェネリック医薬品」を活用しましょう



ジェネリック医薬品(後発医薬品)は新薬(先発医薬品)と同等の効果がありますが、新薬に比べて開発費を抑えられるため、価格が安く設定されています。国の安全基準を満たしているため、安心して使うことができ、医療費の節約にもつながります。

保険証更新時に「ジェネリック医薬品希望シール」を送付していますので、お薬手帳や保険証に貼って活用してください。

4 「セルフメディケーション」を行きましょう

セルフメディケーションとは、自分の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てをすることです。まずは、しっかりと健康管理をして、軽度な身体の不調時には市販薬を使用するなど、そのときの症状に合わせて判断しましょう。

ご存じですか「セルフメディケーション税制」

健康診断・予防接種などを受けている人が、対象の市販薬(OTC医薬品)を購入することで、所得控除が受けられる税制です。

医療費控除を受けている場合は、申告できません。
※OTC医薬品とは……薬局やドラッグストアで処方箋なしで購入できる薬です。

5 「整骨院・接骨院、はりきゅう・マッサージ」の適正受診を行きましょう

柔道整復師、はりきゅう、マッサージの施術を受ける場合、国民健康保険が使える場合と使えない場合があります。施術を受ける前に、国民健康保険が適用される範囲を正しく理解して利用しましょう。

適正受診のために

- 負傷の原因を施術者に正しく伝えましょう。
- 仕事や通勤途中の負傷、交通事故による場合、原則として保険は使えません。
- 慢性的な肩こりや疲労回復などの目的には、保険は使えません。
- 施術が長期にわたる場合は、医師の診察を受けましょう。

3月1日(火)
～7日(月)

春の全国火災予防運動 **【問合せ先】**伊勢市消防本部予防課 ☎25-1268

リチウムイオン電池からの火災にご注意

スマートフォンの普及により携帯電話は、一人一台が当たり前の時代となってきています。このスマートフォンにはリチウムイオン電池が使用されており、他にモバイルバッテリー、ノートパソコン、デジタルカメラ、電子タバコ、電動工具など数多くの製品に使用されています。

しかし、間違った使用方法や非純正品の使用などで、火災の原因になる場合があります。



火災を防ぐためにも

- リチウムイオン電池はメーカー推奨の物を使う
- リチウムイオン電池に膨張、異音、異臭などあれば使用をやめる
- リチウムイオン電池を廃棄する場合は、販売店の回収BOXに入れるなどし、燃えるゴミなどには絶対捨てない
など適切な使用をお願いします。



nite(独立行政法人 製品評価技術基盤機構)の注意喚起動画
<https://www.nite.go.jp/jiko/chuikanki/poster/index.html>

消費者庁 リコール情報
<https://www.recall.caa.go.jp>



公共施設で使用済インクカートリッジの回収をしています

再利用できないカートリッジをプラスチック資源としてリサイクルしています。

国内で使用されているインクカートリッジは年間1億1千万個といわれ、そのうち回収して再利用されているのは半分以下の5千万個。残りは可燃ごみとして処理されています。

インクカートリッジは、焼却すると1個あたり58g～110gのCO₂が排出されます。

回収して再利用、リサイクルすることにより、ごみの減量化やCO₂の排出を抑制することができます。



【収集場所・時間】

町美化センター・役場・中央公民館に回収ボックスを設置。開庁時間であればいつでも出すことができます。

全メーカー対象ですので、ぜひご活用いただきごみの減量化やCO₂の削減に貢献しましょう。

【問合せ先】 役場建設水道課環境係 ☎62-2415

「寄ってこカフェ」 実施地区へ訪問しました。

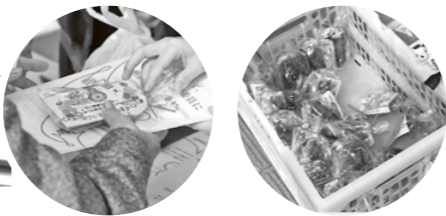
新型コロナウイルス感染症の影響により、寄ってこカフェの運営を自粛している地区がある中で、参加者の人がお元気にされているか、様子をうかがうため町包括支援センター職員が18地区を巡回しました。

当日寄っていただいた人からは、「久しぶりにみんなと話ができた」「早く集まれる日が来るといい」など、安心して集まれる日を心待ちにしている人の声が多かったです。

また、アンケート調査では、381名の人にお答えいただき、「コロナ禍でも続けている楽しみや趣味はありますか」では、「畑仕事（家庭菜園含む）」と答えた人が最も多く、その他に「釣り」や「裁縫」など、コロナ禍でも楽しみや生きがいを見つけ、元気にお過ごしの様子をうかがうことができました。



皆さん元気になっていますよ



理学療法士による歩き方講座を開催。



準備体操のレッスン

11月5日、「歩き方講座」を町民体育館で開催しました。この講座は、ウォーキングの効果と正しい歩き方について学ぶことを目的としたもので、60代から80代の人々が参加。

理学療法士の山本剛生さんから、「今日から始められる“効果的な歩き方”」をテーマに、転倒の危険度チェック、ウォーキング前の準備体操、正しい歩き方のポイントや注意点などについて学びました。参加者からは、「自己流だったので、少しのことで効果があることが分かった」「意識して歩こうと思った」「歩き方のコツがよく理解できた」などの感想があり、理解を深めてもらいました。

広報文芸

西野たけし指導

初伊勢や水脈美しき夫婦鴨
細井美江子

職辞して新たなくらし落ち椿
前村 治美

彼方から山を染めつつ初茜
門野まさ代

マスクして互いに見詰め同級生
長谷川吉春

手を振れば手を振る園児寒に入る
山本 殷次

老いたれど初春を春ぐ薄化粧
長澤 とよ

成人の子に祝ぐ一句筆初め
辻本久美子

青洲に染まらず白鷺去年今年
村山 和美

襖川橋に展げし初景色
中井 和子

令和四年一月二十日
茶の実句会抄



地域包括支援 センターだより

【問合せ先】
町地域包括支援センター ☎62-1118

茶き茶きポイントの交換について

健康づくりや介護予防活動、ボランティアを通してためた「茶き茶きポイント手帳」の交換が3月1日から始まります。今年も新型コロナウイルス感染症予防のため、ポイント獲得が難しい状況になってしまいましたが、少しでもためていただいたポイントは、3月中に加盟店でポイントを交換しましょう。4月からの新しい手帳は郵送などでお届けします。また1年間活動的に過ごしていきましょう。

ポイント交換期間

3月1日(火)～31日(木)

※どうしても3月中にポイント交換ができなかった場合は4月になってもかまいませんが、なるべく早めに交換していただきますようご協力お願いいたします。

ポイント交換方法

『令和3年度茶き茶きポイント手帳』を持って町内加盟店でポイント数に応じた商品と交換し、手帳を加盟店に渡してください。

※昨年度(令和2年度)の手帳は景品交換できませんのでご注意ください。

ポイント数に応じた商品などについて

- 5～9ポイント…町指定ごみ袋(10枚入り)1個
- 10～34ポイント…町指定ごみ袋(10枚入り)2個
- 35～49ポイント…1,000円分の商品(お買い上げ金額1,000円以上で利用可)
- 50ポイント …1,500円分の商品(お買い上げ金額1,500円以上で利用可)



加盟店一覧

※店舗名の頭に★マークのある所は、ごみ袋取扱店です。

店舗名	所在地	業種・取扱商品など
★ 舟瀬商店	大久保146-3	ガソリンスタンド・食品雑貨など
★ 貴の園	平生1126	お茶・菓子・ブルーベリー
Maminka	棚橋326-1	パン
★ 松本寝具店	棚橋439-3	寝具、婦人服、ギフト各種
★ 岡村石油店	棚橋571-1	ガソリンスタンド
★ CPSくりはら	棚橋783-1	食品、日用品など
★ ファミリーマート くりはら度会店	棚橋783-1	コンビニエンスストア
焼肉おどり場 本店	棚橋738-1	飲食店
★ 広美屋	棚橋1441-1	日用雑貨、化粧品、菓子など
★ 理容 オカムラ	棚橋225-3	理容室
鈴木水産	葛原777-2	活魚販売、飲食店
★ 西金商店・シャディ サラダ館度会店	大野木2007-1	LPGガス、灯油、米、 ギフト、住宅整備など
あんふあん	大野木2008-12	洋菓子
★ 有限会社中野板金	大野木2411	飲食店
田園	大野木2444-1	自動車板金塗装、車検、 新車中古車販売など
お菓子のじかん RUCIEN	大野木2445-1	飲食店
★ サロンド 宏香	大野木2543-1	美容院
割烹つつみ	川口1625	飲食店
★ 中井商店	小川188	ガソリンスタンド

地域包括ケアシステム 啓発講演会

人生100年時代と言われるようになった今、「最期まで誰とどこで過ごしたいか」、「それを叶えるために何を考えて準備しておけばよいか」など、考えた事はありませんか。「自分の希望や大切にしているもの」を家族や身近な医療・介護者と話し合う「人生会議」について、お伝えします。

内容
講演「最期まで豊かに生きるための人生会議(アドバンスケアプランニング)の理解と普及」
講師 東京医科歯科大学 保健衛生学研究所 在宅ケア看護学分野 教授 福井小紀子先生

放送日時
行政文字放送わたりチャンネル
2月14日(月)～28日(月)
午前10時、午後3時、8時～
(1日3回、放送時間1時間)



『119の健康相談』を開催

【開催日時】
3月24日(木)
午後1時30分～3時20分

【開催場所】
県伊勢庁舎ヘルスサポート室

【内容】
専門医による個人面接相談(要予約)
※相談は無料で、秘密は堅く守られます。

【予約・問合先】
伊勢保健所地域保健課
☎27-15148

NTT電話交換機メンテナンス工事に伴う119番通報への影響について

令和4年2月10日(木)の午前0時から午前3時のうち約3分間、NTT電話交換機メンテナンス工事のため119番通報がつながりにくくなる可能性があります。
つながらなかった場合、再度119番通報していただくか、伊勢市消防本部通信指令課へ通報してください。詳細にあつては、NTT西日本ホームページ(https://www.ntt-west.co.jp/)

『言語相談』を開催

町では、言語に係る発達相談を開催します。

【開催日時】
3月15日(火)
午前9時～正午

【場所】
町保健センター

【相談員】
石川和代先生(言語聴覚士)

【対象】
乳幼児および小学生

【相談内容】
言葉の遅れ、発音不明瞭、言葉に詰まるなど
※相談は無料で、秘密は堅く守られます。

【申込期限】 ※要予約
3月1日(火)

【申込・問合先】
役場保健こども課
☎62-12413または
☎62-11112

相続・遺言に関する県下一斉電話相談会を開催

【日時】
2月20日(日)
午後1時～4時

【相談方法】
電話相談会
☎0120-1314442

denwanを『』ご覧ください。

【問合先】
伊勢市消防本部通信指令課
☎25-11261

『健康麻雀』参加者大募集

仲間づくりや介護予防のために、みんなで麻雀をしませんか。ルールを知らなくても丁寧に教えてもらえるので大丈夫。一緒に楽しく脳トレしましょう。

【日時】
2月10日(木)
午前10時～正午

【場所】
お元気ハウス
大野木145317

【申込・問合先】
町地域包括支援センター
☎62-11118

ファミリー・サポート・センター提供会員養成講座を開催

ファミリー・サポート・センターは、子育てを助けてほしい人と子育てのお手伝いができる人を会員として募集しています。

【開催日程】
2月7日(月)・9日(水)・12日(土)・3月20日(日)。

子育て支援教室「親子でリトミック」を開催

予約不要、相談料・通話料無料(約30分程度)

【相談内容】
遺産相続のお悩み、遺言書の書き方など

【問合先】
三重県司法書士会事務局
☎059-1224-5171

自筆証書遺言書保管制度

令和2年7月から、自分で作成した遺言書を法務局で保管できる自筆証書遺言書保管制度がスタートしました。法務局に遺言書の保管を申請すれば、遺言書の紛失や改ざんなどの心配がありません。詳細は法務省ホームページをご覧ください。

【問合先】
津地方法務局伊勢支局
☎28-6158

『公共職業訓練』受講者を募集

ポリテクセンター伊勢では、公共職業訓練を実施します。

【訓練科・定員・日程・受講料】 下記のとおり
【訓練場所】 ポリテクセンター伊勢
【募集対象者】 求職中の人
【申込・問合先】 ポリテクセンター伊勢
☎37-3121

●公共職業訓練日程

訓練科	定員	訓練期間	応募締切日	入所選考日
機械・CAD科	15人	3月17日(木)～ 9月13日(火)	2月15日(火)	2月17日(木)
ものづくり溶接科	12人	4月6日(水)～ 9月27日(火)	3月2日(水)	3月4日(金)

※受講料は無料です。
※応募締切日以降も二次募集を行う場合がありますので、お問い合わせください。

地域貢献のため寄付 グッディ度会店

グッディ度会店などを経営する株式会社玉城様から、町民の皆さんの日頃のご愛顧に感謝し、地域貢献のためとしてご寄付をいただきました。ありがとうございました。

株式会社玉城 様
300,000円



BOOK 図書室だより

おすすめの絵本を紹介!

「ここは」
最果 タヒ/文
及川 賢治/絵
河出書房新社

男の子が、椅子に座るお母さんの膝の上で安心して居る場所は、視点を変わるとさまざまな捉え方ができます。それを一つ一つ発見していく男の子のきらきらした目が見えてくるようです。

詩人である最果タヒさんの言葉と及川賢治さんの絵で紡がれる優しく力強いメッセージ。

貸出日時 毎週土曜日午前11時～午後5時
開館時間 午前8時30分～午後5時
休館日 日曜日・祝日
問合先 町地域交流センター ☎63-0070

町職員の人事異動

1月31日付で退職しました。

保健こども課 大西 麻由
建設水道課 廣 昇

有料広告を募集しています

町では、『広報紙』への有料広告を募集しています。会社やお店の宣伝にご利用ください。広告の規格や掲載料、申込方法など詳しくは、町ホームページをご覧ください。

【問合先】 役場みらい安心課 ☎62-2423

焼肉 おどり場 ODOKIBA

PayPay お持ち帰り 30%OFF

コース料理 2,200円～

お徳な豚コースと若鶏のハーフランチ 700円

豚コース、若鶏、ごはん、サラダ、味噌汁orスープ、ネギナムル

平日はコーヒーサービス!

本店 ☎62-2929 明和店 ☎55-2829

営業時間 11:00～14:00(LO 13:45) / 17:00～21:30(LO 20:30) 定休 水曜日

2022年度(来春)新年度入学予約 ご案内

★現在新中3・新中2の部は、各校舎共定員ですのでお詫び申し上げます。

ホームページ エーススクール 検索

小学生から5教科を指導する本格的な塾!

エース・スクール TEL (0596) 27・0236 (代)

小学生の部	※○…新入塾生募集中	明野校	伊勢校 (出入部)	馬瀬校
新中1 / 英語、数学、90分授業 / 理科、社会、国語、90分授業 中間、期末テスト対策、特別講義(無料)	¥13,200 5教科 ※税込	○	現在調整中	現在調整中
新小6 / 180分+特別講義 内容:90分授業週2回(算数・国語・英語)、特別講義(理科・社会)	¥9,900 5教科 ※税込	○	現在調整中	○
新小5 / 180分+特別講義 内容:90分授業週2回(算数・国語・英語)、特別講義(理科・社会)	¥9,900 5教科 ※税込	○	○	○
新小4 / 110分+特別講義 内容:110分授業週1回(算数・国語)、特別講義(理科・社会)	¥6,600 4教科 ※税込	○	○	○



豆腐とひき肉のうま辛みそ鍋

栄養価(1人分) エネルギー283kcal/たんぱく質 16.8g/脂質 15.1g
カルシウム 154mg/塩分 2.6g

材料(4人分)

豚ひき肉	160g	水	800ml
絹ごし豆腐	350g	みそ	大さじ2
エノキ	200g	みりん	大さじ2
ニラ	5本	A コチュジャン	大さじ2
白菜	2枚	鶏がらスープの素	小さじ2
ニンジン	40g	にんにく(チューブ)	2cm
		しょうが(チューブ)	2cm
		B 白いりごま	大さじ2
		ごま油	適量

作り方

- ①ニラは3~4cm、ニンジンは千切り、白菜は食べやすい大きさに切る。
- ②鍋にAを入れて強火にかける。
- ③沸騰したら中火にし、ニラ以外の全ての具材を入れてひと煮立ちさせる。豆腐をスプーンで軽くくずしながらさらに2~3分煮る。
- ④ニラを入れて5秒ほどサッと煮て、仕上げにBをかける。

まだまだ寒い日が続く中、たくさんの野菜を体温まるスープで煮込んだ鍋を作ってみませんか。少し辛味のある味付けになっています。

7ツ7パッドでも紹介しています!

今日の一品をはじめとするレシピを公開していきます!ぜひご覧ください!



暮らしがイロイロ 主な施設の電話番号一覧

▼度会町役場

開庁時間 午前8時30分~午後5時15分
※昼の休憩時間は2班交代制での執務
※各課直通電話をご利用ください
※閉庁時間は当直室電話をご利用ください

- 総務課 (代) 62-1111
・行政係・財政係・人事係
- みらい安心課
・みらい企画係 62-2423
・防災安心係 62-2424
- 税務住民課
・税務係 62-2414
・戸籍住民係 62-2411
・健康保険係・医療給付係 62-2412
- 保健子ども課
・保健衛生係 62-1112
・こども・障がい係 62-2413
・新型コロナワクチン接種専用ダイヤル 62-1214
- 長寿福祉課
・長寿支援係 62-1118
・地域福祉係 62-1186

- 産業振興課 62-2416
・振興係・農林係
- 建設水道課
・建設係 62-2420
・水道係・環境係 62-2415
- 出納室 62-2410
- 議会事務局 62-1113
- 教育委員会事務局 62-2422
・学校教育係・社会教育係
- 当直室(夜間・休日) 62-1114
- 防災行政無線確認ダイヤル 63-0001 63-0002

▼保育所

- 棚橋保育所 62-0074
- 長原保育所 64-0022
- 中之郷保育所 62-0070
- ▶地域交流センター 63-0070
- ▶社会福祉協議会 62-1117
- ▶わたらい緑清苑 62-2200
- ▶美化センター 62-0249
- ▶中央公民館 62-1588
- ▶度会小学校 62-0004
- ▶度会中学校 62-0194
- ▶バザールわたらい 63-0333

町のうごき 人口と世帯数

令和3年12月31日現在 ()内は前月比
男 3,854人 (+3) 出生 2人
女 4,038人 (+1) 死亡 10人
計 7,892人 (+4) 転入 21人
世帯数 3,072世帯(-3) 転出 9人

おめでた 12月中に届出のあった方(敬称略)

子の名前	保護者名	字名
中谷 岳仁	俊介	五ヶ町

おくやみ 12月中に届出のあった方(敬称略)

名前	年齢	字名
坂口 みつ	89	葛原
玉村 和代	91	田間
藤田 みよ	93	當津
荻田 秋和	91	栗原
御村 かた	90	南中村



子育て情報



子育て支援

問合せ 役場保健子ども課 ☎62-2413 ☎62-1112 町子育て支援センター ☎63-0070

わたっこ広場開放

月曜日~金曜日

時間 午前9時30分~午後3時30分
場所 町子育て支援センター

遊・友・YOU くらぶ

3月16日(水)

ひよこグループ・うさぎグループ合同

時間 午前10時30分~11時30分
場所 町子育て支援センター
※初回のみ要申し込み
※新型コロナウイルス感染状況により、中止とする場合があります。

わたっこBaby広場

3月23日(水)

時間 午前10時30分~11時30分
場所 町子育て支援センター
内容 赤ちゃんとのふれあい遊び、保健師によるミニ子育て講座、お母さんとのおしゃべりタイムなど
対象 おおむね3カ月から1歳くらいまでの子どもとその保護者
※要事前申し込み
※新型コロナウイルス感染状況により、中止とする場合があります。

保健情報

問合せ 役場保健子ども課 ☎62-1112 ※都合により時間帯など、変更する場合があります。

3歳6カ月児健診

3月2日(水)

受付 午後1時~
場所 町保健センター
対象 平成30年7月・8月生まれのお子さん

乳児健診

3月2日(水)

受付 午後0時40分~1時
場所 町保健センター
対象 2カ月児健診 令和3年12月生まれのお子さん
7カ月児健診 令和3年7月生まれのお子さん

育児相談

(保健相談および栄養相談)

3月23日(水)

受付 午前11時30分~正午
場所 町子育て支援センター
対象 0歳~6歳までのお子さん
お気軽にご相談ください。

2月の町税

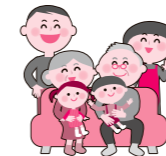
固定資産税 第4期
国民健康保険税 第10期

※口座振替日は、2月28日(月)です。預貯金残高の確認をお願いします。

ご相談ください

度会町 地域包括支援センター

- ・介護に関すること
- ・認知症に関すること
- ・介護予防に関すること
- など



【問合せ】 役場地域包括支援センター ☎62-1118

『脳の健康相談』を開催します

【開催日時】 3月3日(木) 午後3時~5時30分まで
【開催場所】 町保健センター

【相談員】 いせ山川クリニック 山川 伸隆院長

【内容】 物忘れに関する専門的な相談
※相談時間は、1人30分程度の予定

【定員】 5人(先着順で要予約)

【費用】 無料

【申込期限】 2月16日(水)

【申込・問合せ】 町地域包括支援センター (役場長寿福祉課内) ☎62-1118



「あれ、何かおかしい」
気付いたら一人で悩まず、まず相談

かがや びと 輝け!わたらい人

a Person of Shining Watarai 第248人目

さかたに ひなの 坂谷 日菜乃さん(棚橋) 20歳

PROFILE 今年めでたく成人を迎えた坂谷日菜乃さんをご紹介します。坂谷さんは、兵庫県の大学に通う学生です。

★今頑張っていること

大学では心理学部に所属し、心のメカニズムや行動の仕組みを勉強しています。広告代理店やイベント企画関連の仕事にも興味があるため、休日はコンサートスタッフのアルバイトをしています。さまざまな経験を基にして、自分に合った就職先を見つけていきたいです。



★同級生との再会は どうでしたか?

同級生とは久しぶりの再会で本当に懐かしいです。見た目もすごく変わっていてビックリし、時の流れを感じました。

★度会町について どう思いますか?

自然豊かな暮らしやすい町で愛着があります。兵庫県で1人暮らしを始めてから2年が経ちますが、地元に戻ってくると、とても心が和みます。

シリーズ 突撃! わたらい 調査隊!

📁 #22 川口区 かわぐち

今回は、川口区にお邪魔しました。五輪堂や安心寺などのお寺が有名なこの地区で、趣味の手品でみんなを笑顔にする人のお話や、区内の橋について聞くことができました。



趣味の手品でみんなを笑顔に

手品が趣味という大久保 勝さんにお話を伺いました。

毎月1回の自主グループ講座に参加し、手品を始めて今年で15年になるそうです。依頼があると、町内各地区のイベントに出向き、練習の成果を披露するとのこと。お話をうかがった際も、牧戸区の老人会から出演依頼が来ているとのこと、練習中の手品を見せてもらいました。「こつが必要で、難しいものもあるが、お客さんの驚いた顔や笑顔を見るのが楽しく、とてもやりがいがある。コロナウイルスの影響でイベントが中止になることも多いが、要望があれば出演し、皆さんを元気づけたい」とその思いを話してくれました。



手品を披露する大久保勝さん

銭取橋の由来と、かつてあった板橋

板を運んだ思い出を話す大久保富生さん、訓子さん夫妻



散歩中の大久保富生さん、訓子さん夫妻が、区内の橋について話してくれました。取材にあたり、名称が特徴的で気になっていた銭取橋の由来を尋ねると、「その昔、ここには船の渡し場があり、運賃を取っていたことから、その名が付いた」とのことでした。

また、かつては、板橋があり、五輪堂や川向うの田畑へ渡る際には、そこをよく利用していたそうです。「3~4メートルの長さの板を、20枚ほど重ねてできた大きな橋だった。大雨で川が氾濫しそう日には、板が流れていかないように、1人1枚ずつ抱えて岸へ運んだ」と懐かしそうに話してくれました。

その後、実際に、板橋が架かっていたという場所へ案内してもらいました。現在は、橋はありませんが、当時の名残で、岸の何カ所かに支柱の跡があることから、大きな橋が架かっていたことが想像できました。

次回は、あなたの地区へお邪魔します。

調査隊員 大辻 将弘

※広報度会では、撮影のため一時的にマスクを外してもらっている場合があります。

※調査隊は、現地で伺った内容を基に編集しています。

