

よく食べよく育つ



# 食育で健康な生活を

乳幼児から

高齢者まで

食事は、生きていくために欠かせない営みであり、体と心の状態に密接に関係しています。健康な生活を維持するには、「栄養バランスの良い食事」を「楽しんで食べる」とことが非常に重要であり、そのための知識や能力を育てることを食育と言います。

度会町では、管理栄養士を配置し、保育所、小中学校、給食調理業者などと協力して度会町食育ネットワークを構築し、食育に取り組んでいます。乳幼児から高齢者まで、全ての住民が健全な食生活を営めるよう、各世代の食育に携わる担当者が、現状や課題を共有し、それぞれの現場に生かしています。

今回は、各世代の食育についてどのような取組が行われているのか、その一部を紹介します。

## 乳児期の食育



離乳食は、母乳やミルク以外で、赤ちゃんが取る初めての食事であり、親にとっても初めての子どもに作る食事です。役場保健こども課では、子どもがスムーズに離乳食に移行できるように、乳幼児健診などに合わせて、離乳食の進め方、量、内容などについて指導を行っているほか、新型コロナウイルス感染症拡大により中止している離乳食教室についても再開を検討しています。

## 保育所での食育



町内の3保育所では、家庭や地域の皆さんと協力しながら、子どもたちが生活の中で、食に関する知識と能力を自然に身に付けられるよう取り組んでいます。

また、給食提供者者と連携し、保育活動や行事を反映した、おいしく栄養が取れる献立作りが行われています。

## お箸プロジェクト

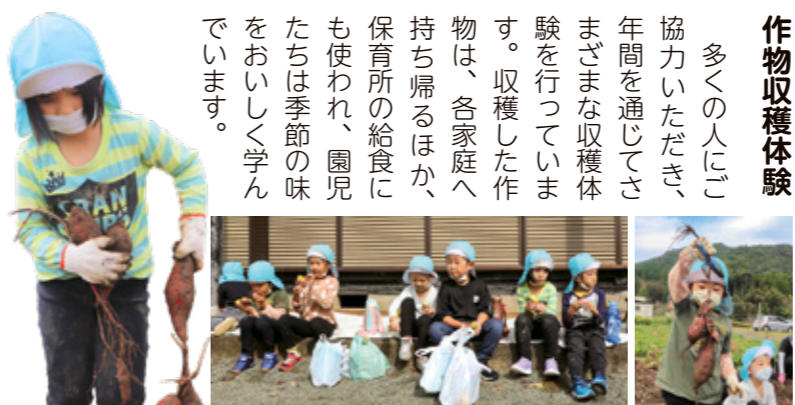
箸を正しく持つことは、指を鍛えることにもつながります。指の筋肉が不足し、鉛筆を持つことに



順番待ちをしてテストを受ける園児たち

## 作物収穫体験

多くの人がご協力いただき、年間を通じてさまざまな収穫体験を行っています。収穫した作物は、各家庭へ持ち帰るほか、保育所の給食にも使われ、園児たちは季節の味をおいしく学んでいます。



10月17日、市場でサツマイモ掘りを体験した中之郷保育所の園児たち

## 成人・高齢者への食育

食育の対象となるのは子どもだけではなくありません。仕事や家事などで自分の健康をおろそかにしがちな成人世代や、身体機能が低下して病気のリスクが高まり、食生活が健康状態に直結する高齢者世代に対しても、役場保健こども課の事業として、町管理栄養士と食生活改善推進協議会が協力し、健全な食生活のための食育を行っています。



## 栄養教室

生活習慣病を予防し、健康を保持促進するための食生活に関する講義、調理実習、運動などを行います。

## 伝達講習

食生活改善推進委員への知識・技術の伝達を通じ、その内容が地域や家庭に広まり、町全体の食生活がより良いものとなることを目指しています。

## 親子の料理教室

対象年齢の子どもと、その保護者、両方が健全な食生活を送れるように、栄養や食事バランスなどの講義と調理実習を行います。

## 小中学校での食育

小中学校では、児童の成長に合わせて、学年ごとに食に関する指導目標が定められ、その達成のために、さまざまな授業や行事を練り込んだ年間計画が作成されています。

## 総合学習

保育所から引き続き、各学年で季節ごとの体験学習を行っています。小学3年生からは、体験に合わせて食材ごとの栄養素や生

## 生活科・家庭科

野菜の栽培や、その野菜を用いた調理実習を行い、食材の育て方や調理方法を学ぶとともに、命の大切さと、食材を育ててくれる人、食事を作ってくれる人への感謝を再確認します。



## 栄養教諭 阪本先生へのインタビュー



### 栄養教諭とは？

小中学校の給食に携わる管理栄養士です。管理栄養士・栄養士の資格と栄養教諭の免許を持ちます。どの学校にもいるわけではないので、栄養教諭を知らない人も多いと思いますが、この機会に覚えていただけたら嬉しいです。

### 献立作りで気を付けていることは？

おいしく楽しく食べて、健康になれるよう給食の献立を考えています。また、郷土愛や感謝の心を育んでもらうため、地元食材の活用も行っており、町産のお茶を使った「度会茶あげパン」は人気メニューの一つです。



### 子どもたちに伝えたいことは？

かつお節や煮干しから「だし」をとる和食のよさ、手作りのおいしさ、食材の旬、産地など、伝えたいことは盛りだくさんですが、何よりも、将来子どもたちが健康に生活していけるよう、栄養や食事の取り方などについての正しい知識や、「食の自己管理能力」と「望ましい食習慣」を身に付けてほしいと思っています。

豊かな食育を受けた子どもたちが、将来大人になり、自分の体験を生かしながら次の子どもたちに食育を行う。その循環が確立し、すべての町民の健全な食生活が保たれるよう、多くの人が活動しています。食欲の秋とも言われるこの季節に、「自身の食生活について考えてみるのも良いかもしれません。」



# 度会スクール インフォメーション

Vol. 115

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

## 度会小学校 社会見学 新たな発見と体験

9月22日、小学1年生から6年生が社会見学を行いました。児童たちは、働く人から聞いたことや、体験したことなどをレポートや新聞にまとめ、今後の授業で発表していく予定です。



1年生

伊勢夫婦岩ふれあい水族館  
伊勢シーパラダイス



2年生

鳥羽水族館



3年生

- ・伊勢市防災センター
- ・伊勢忍者キングダム
- ・夫婦岩



4年生

- ・三重県立図書館
- ・三重総合博物館
- ・三重県総合文化センター



6年生

- ・川越電力館テラ46
- ・ナガシマスパランド



5年生

- ・志摩スペイン村パルケエスパーニャ
- ・近鉄スペイン村ソーラー発電所

## 命を守るとは

9月27日、思春期保健相談士で、元養護教諭であった中谷奈央子さんを講師に招き、小学5年生を対象に命の出前授業が行われました。

この授業は、思春期を迎える児童の命と性について向き合う機会となるよう開催されています。

児童たちは、初めに講師から、命が始まる奇跡と胎児の成長から生まれるまでの過程を、実際の体験談などを元に話してもらいました。授業の中で、胎児のエコー写真や心音などを聞かせてもらい、力強く生きようとする胎児の姿に心を打たれている様子でした。

また、思春期に起こる心と体の変化についての話があり、それに伴う不安や悩みについて理解を深めました。

児童たちからは「出産のときは、お母さんも赤ちゃんも命がけなんだと知りました」「命は弁償できないので、自分の命も友達の名も大切にしようと思いました」と感想がありました。



## 10/21 木製クラスプレートを寄贈 伊勢工業高校生徒が作成

10月21日、伊勢工業高校の生徒の皆さんから棚橋保育所に、絵柄入りの木製クラスプレート12枚を寄贈いただきました。

伊勢工業高校の皆さんには、5月に長原保育所にもクラスプレートを作成していただきましたが、今回は別の生徒たちによる作品です。度会町の空をイメージした背景に、クラス名となった動植物が描かれています。

クラスプレートの材料は、有限会社世古林業(麻加江)から提供された杉材。子どもたちは「いいにおい」「すべすべしてる」と、その香りと肌触りを楽しんでいました。

ありがとうございました。



## 9/17 9/24 9/25 10/1 植えた稲を自分たちで刈り取り 摂南大学農学部稲刈り実習

5月に上久貝地内の水田で田植え実習を行った、摂南大学農学部(大阪府枚方市)の学生185人が、再び町を訪れ、稲刈り実習を行いました。

実習は9月から10月にかけて、4日間にわたって実施され、学生たちは類農園農場長の指導を受けながら「鎌での刈り取り」「稲穂の結束」「稲架掛け」の工程を手作業で行いました。



場所によって刈り取りの進行にむらが出ないように、グループを作って作業を分担するなど、学生たちはそれぞれ工夫を凝らしながら、慣れない作業に汗を流していました。

手作業での刈り取りの後、学生たちはバインダーやコンバインの運転も体験し、「手作業だと、稲穂を結ぶのに時間がかかったけど、機械ではあっという間にできて気持ち良かった」と農業機械の大切さを学びました。

## 10/24 ~27 保育所でマイ箸づくり みえ森と緑の県民税市町交付金活用事業

10月24日から27日にかけて、みえ森と緑の県民税市町交付金を活用した「マイ箸づくり」が、町内3保育所で実施されました。

子どもたちは、箸の歴史や日本の箸の特徴などについて学んだ後、自らのこぎりを持ち、箸の製作に取り掛かりました。けがをしないよう慎重な手つきで、自分の手に合う長さの箸を切り揃えた後、やすりをかけ、木製食器用オイルを塗布した子どもたちは、「うまいことできた」「持ちやすい!」と誇らしげに、完成したマイ箸を見せ合っていました。



Pick Up!  
わたらいニュース



# QRコード付き交付申請書でマイナンバーカードを申請しましょう!

【問合先】 役場税務住民課 ☎ 62-2411

5月中旬時点でマイナンバーカードを申請されていない人を対象に、7月から9月中旬にかけて「QRコード付き交付申請書」が順次送付されました。

また、最大2万円分のマイナポイントがもらえる対象となるマイナンバーカードの申請期限が9月末日から12月末日に延長されたことなどに伴い、9月末時点でマイナンバーカードを申請されていない人には、再度「QRコード付き交付申請書」が送付されます。

「QRコード付き交付申請書」があれば、ご自身やご家族のスマートフォンなどから簡単に申請できます。マイナポイントの申込期限(2月末日)にも間に合いますので、お家でマイナンバーカードを申請してみましょう。

※75歳以上など一定の条件に該当する人には送付されません。

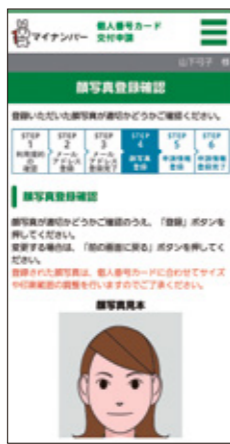


## 4 顔写真の登録

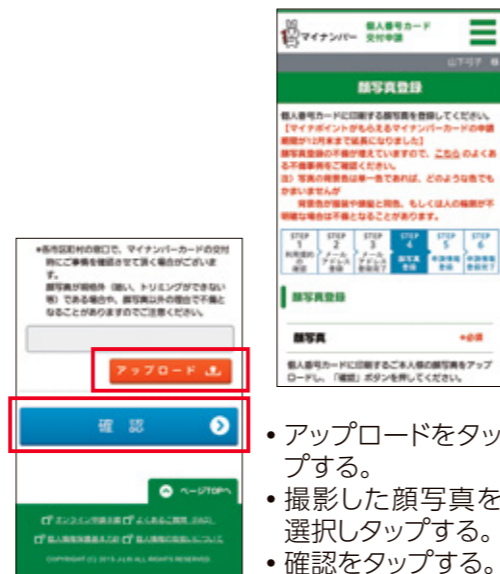
顔写真は事前に撮影しましょう!



- 確認事項をチェックする。
- 登録をタップする。

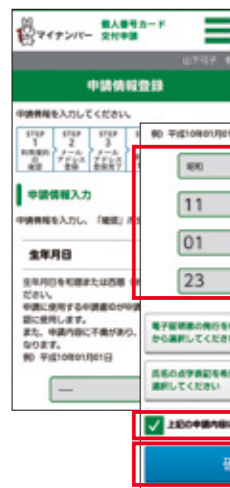


• 写真を確認する。



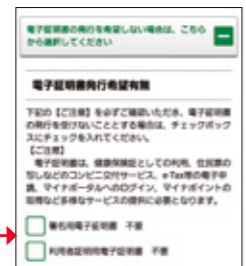
- アップロードをタップする。
- 撮影した顔写真を選択しタップする。
- 確認をタップする。

## 5 生年月日・電子証明書の有無などの登録

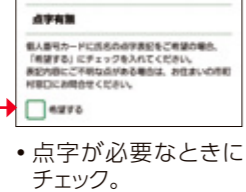


- 生年月日を入力する。
- 電子証明書の発行希望の有無、氏名点字の希望有無を確認し、確認をタップする。

• 電子証明書がいらな  
いときにチェック。



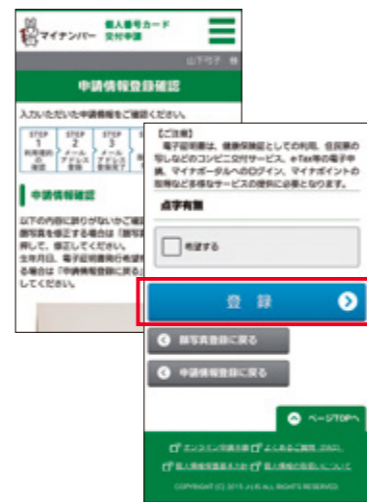
• 点字が必要なときに  
チェック。



特別な理由がない  
場合は、チェック  
しないで!



マイナポイントの  
申込やオンライン  
手続きには電子証  
明書が必要です!

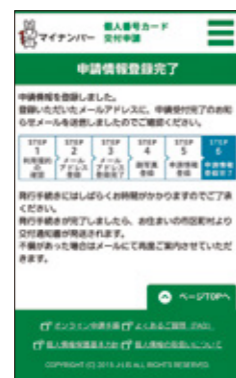
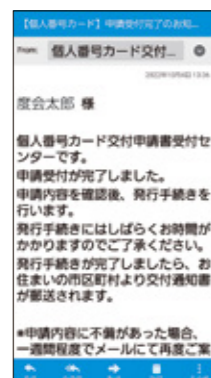


- 申請書ID、氏名、生年月日、顔写真などの最終確認をする。
- 登録をタップする。

## 6 申請情報登録完了と受付完了メールの受信

- 申請情報登録完了の画面が表示される。
- 申請受付完了のお知らせメールを確認する。  
※メールの件名:「【個人番号カード】申請受付完了のお知らせ」

役場からのお知らせをお待ちください!

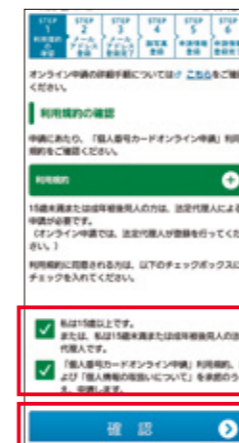


## 1 QRコードを読み取る



- 申請書の右下にあるQRコードをスマートフォンなどで読み取る。
- 表示されるアドレスをタップする。  
※申請書の氏名などを確認し、取り違えに注意してください。

## 2 利用規約を確認

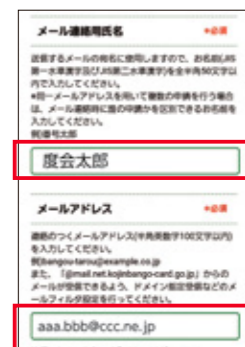


- 利用規約を確認する。
- 利用者確認をチェックする。
- 確認をタップする。

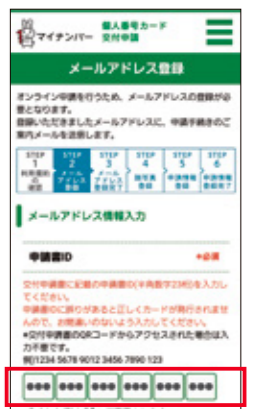
## 3 メールアドレスの登録とメールの受信



- 見えているコードを入力する。
- 確認をタップする。
- 次の画面で内容を確認し、登録をタップする。



- 氏名を入力する。
- スマートフォンのメールアドレスを入力する。



- 申請書IDは自動で入力される。

※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

# はじめよう 自宅から確定申告

新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、申告会場に出向かなくても、自宅から確定申告を行うことができるe-Taxについて、メリットや便利な機能をお知らせします。

【問合せ】伊勢税務署 個人課税第一部門 ☎28-3194



必要なもの



## マイナンバーカード

※マイナンバーカードは申請から受け取りまで1~2カ月ほどかかりますので、年内の申請をおすすめします。

## 「自宅からのe-Tax」5つのメリット

税務署への持参

不要



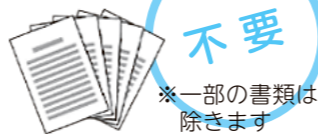
印刷・郵送代

不要



添付書類

不要



確定申告期間の利用可能時間

24時間いつでも



還付金

早期還付



## 確定申告書など作成コーナーの便利な機能はこちら

スマートフォンで申告

カメラで給与所得の源泉徴収票を読み取り自動入力



パソコンで申告

スマートフォンがICカードリーダーライタの代わりに

## 令和4年分(令和5年1月以降)からさらに便利に

青色申告決算書・収支内訳書がスマートフォンで作成可能に



## 11月は「労働保険未手続事業一掃強化期間」です

厚生労働省は、11月を「労働保険未手続事業一掃強化期間」として全国で集中的に取り組んでいます。一人でも労働者を雇ったら労働保険手続きが必要です。

三重労働局では、労働保険の未手続事業場を個別訪問するなどにより、手続勧奨を行っています。

【問合せ】三重労働局総務部労働保険徴収室 ☎059-226-2100

## オミクロン株対応2価ワクチンの接種について

【問合せ】ワクチン専用電話(役場保健こども課) ☎62-1214

町では、オミクロン株に対応したワクチン接種を10月16日から実施しています。このたび、接種間隔が5カ月から3カ月に短縮されました。

【対象】町に住所を有し、前回接種日から3カ月以上経過された人

※1回目、2回目接種がお済みでない人はご相談ください。

【予約方法】

ワクチンの供給量に限りがありますので、接種券が届いた人からWebもしくは電話で令和4年12月末日までにお申込みください。なお、電話は大変混み合いますので、Web予約のご協力をお願いします。

度会町ワクチン接種予約申込フォーム



※接種券がすでにお手元にある人は、その接種券を用いて、予約を行ってください。

【キャンセル待ち】

当日体調不良などの理由でキャンセルがあった場合の登録者を募集しています。詳しくは申込フォームもしくは町ホームページをご確認ください。

キャンセル待ち申込フォーム



## 一緒にマイナンバーカードを申請しませんか

ワクチン接種を受けた人を対象に、マイナンバーカード申請サポート窓口を設置しています。

手続きにかかる時間は5~10分ほどです。ぜひ、この機会にご申請ください。

※「QRコード付き交付申請書」からも簡単に申請できます。(関連ページ P6、7)

【問合せ】役場税務住民課 ☎62-2411

町でも半数以上の人がカードをつくっているよ

カードをつくるなら今でしょ



マイナンバーPRキャラクター マイナちゃん



## 令和4年度自衛官等募集案内

募集種目	資格	受付期間	試験期日	
陸上自衛隊高等工科学校生徒	推薦	男子で中卒(見込含)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる人	10月1日(土)~12月2日(金)	令和5年1月5日(木)~7日(土)※1
	一般	男子で中卒(見込含)17歳未満の人	10月1日(土)~令和5年1月6日(金)	1次: 令和5年1月14日(土)・15日(日)※2 2次: 令和5年1月26日(木)~29日(日)※2
自衛官候補生	男子 女子	18歳以上33歳未満の人(32歳の人は、採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない人)※3	年間を通じて行っております	受付時にお知らせ

※1: 令和5年1月5日~7日 いずれか1日が指定されます。

※2: 令和5年1月14日・15日(1次) 1月26日~1月29日(2次) 各1日が指定されます。

※3: 応募資格や受付期間などは、自衛隊三重地方協力本部伊勢地域事務所にお問い合わせください。

※新型コロナウイルスの影響で試験関連に変更が生じる可能性があります。

【問合せ】自衛隊三重地方協力本部 伊勢地域事務所  
三重県伊勢市神久2-1-58 角屋ビル2F ☎23-3880



自衛隊三重地方協力本部HP

# 安心して一貫した支援を『パーソナルファイル』をご活用ください!

発達や発育に関して支援の必要なお子さんが、小学校入学前から就労まで安心して一貫した支援を受けられるよう、支援の情報をスムーズに引き継ぐためのファイル『パーソナルファイル』があります。

## どんなもの?

『パーソナルファイル』は、お子さんの成長の記録や支援の経過などを保護者が書き込んだり、挟み込んだりするファイルです。必要な情報を一つにまとめていくことで、成長過程を一目で確認することができます。

### 内容

- プロフィール
- 関係機関などでの記録
- 検査などの記録
- マイページ
- 成長の記録
- 支援を受けられる機関
- 身体・移動・運動について
- 感覚について
- 食事について
- 必要な医療行為など
- 補助装具
- 自由記録欄

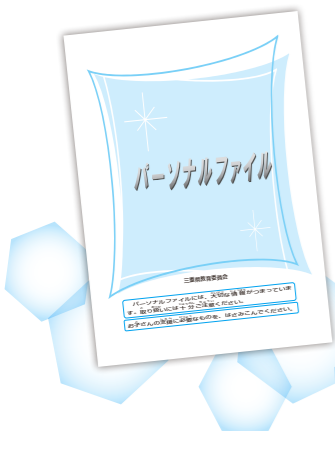
## どう使うの?

保育所や学校での相談、就学や就労の引き継ぎ、福祉や医療サービスの受給手続きなどの際、相談支援にあたる関係者に『パーソナルファイル』を提示することで、お子さんの様子について何度も同じ説明をしていただくことなく伝わり、共有された情報をもとに安心して「とぎれの無い支援」を受けることができます。

## どこで手に入るの?

町教育委員会事務局または役場保健こども課に備えています。また、県教育委員会のホームページからも取得することができます。

【問合せ先】 町教育委員会事務局 ☎62-2422  
役場保健こども課 ☎62-1112



## 「もしかして?」

(いちはやく)

## ためらわないで! 189

(令和4年度児童虐待防止推進月間標語)



## 11月は児童虐待防止推進月間です

児童虐待に関する相談対応件数は依然として増加傾向にあり、特に、子どもの生命が奪われるなど重大な事件も後を絶ちません。児童虐待問題は社会全体で早急に解決すべき重要な課題となっています。

### 児童虐待とは

親権者に限らず、保護者が監護する児童に対して行う行為のことで、次の4つに分類されています。

- 身体的虐待
- 性的虐待
- 心理的虐待
- ネグレクト(不適切な養育・放置)

### 児童虐待を発見したら

「夜遅くに幼児が一人戸外に出されている」「著しい怒鳴り声や子どもの泣き叫ぶ声がある」など、虐待と思われる子どもを発見したら、速やかに通報しましょう。これを**通告義務**といいます。通告義務は、一般の人も含め、虐待を発見した人全てに課せられた義務です。

※通告が間違いであっても責任を問われることはありません。

### 通報・相談先

- 役場保健こども課 ☎62-2413
- 南勢志摩児童相談所 ☎27-5143
- 伊勢警察署 ☎20-0110

## 防火・防災ポスターコンクール

伊勢防火協会では、毎年伊勢市・玉城町・度会町の小中学校から防火・防災に関するポスターを募集し、コンクールを開催しています。

今年は、小学生637点・中学生203点の合計840点の応募があり、審査の結果最優秀賞に12点、優秀賞に45点、秀作賞に45点が入選しました。

度会町では中村羽琉真さん(中学2年生)、久保友琶さん(中学3年生)が優秀賞、大西咲凜さん(小学5年生)、大西結奈さん(小学6年生)、亀田泰雅さん(中学2年生)が秀作賞を受賞しました。

【問合せ先】伊勢市消防本部予防課 ☎25-1268



中村 羽琉真さん

久保 友琶さん

## 防火・防災ポスターコンクール 入賞作品を展示します

- 11月8日(火)~14日(月) 伊勢みそのショッピングセンター1階 催事場所  
※新型コロナウイルス感染状況によっては中止する場合があります。
- 12月1日(木)から約1年間 伊勢市防災センター

11月9日(水)  
~15日(火)

## 秋季全国火災予防運動はじまる

お出かけは マスク戸締り 火の用心 (令和4年度全国統一防火標語)

### わが家の 防火診断

全国では1年間、約10,000件以上の住宅火災が発生しています。

大切な財産はもとより、尊い命まで奪う火災を防ぐためにも、住宅防火に関するチェックを行いましょう。

### 住宅防火チェック項目

#### コンロ



- コンロの周りに燃えやすいものはない
- コンロから離れるときは必ず火を消している

#### ストーブ



- ストーブの周囲に洗濯物は干していない
- 給油は完全に火を消してから行っている
- カーテンの近くには置いていない

#### たばこ



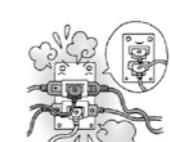
- 寝たばこは絶対していない
- 吸殻は水をかけるなどして捨てている
- 火がついたままのたばこは放置していない

#### 放火



- 家のまわりに燃えるものを置いていない
- ゴミは収集日の朝、指定場所に出している

#### 配線



- たこ足配線はしていない
- 定期的にコンセントまわりを掃除している
- コードは束ねていない

#### 火あそび



- 子どもの手に届くところにマッチ、ライターは置いていない
- 子どもだけで花火はさせていない
- 子どもには日ごろから火の怖さや危険性について教えている

#### その他



- 住宅用火災警報器が設置してある
- 住宅用火災警報器の点検、交換をしている
- 消火器を置いている、また使い方も知っている

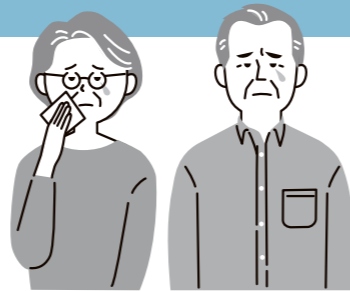
【問合せ先】伊勢市消防本部予防課 ☎25-1268

健康長寿で、  
いきいき生活を!

# 地域包括支援 センターだより

## 高齢者虐待を防ぎましょう

高齢者虐待の件数は全国的に増加傾向にあり、社会的に大きな問題となっています。平成18年4月1日から「高齢者虐待防止法（高齢者の擁護者に対する支援等に関する法律）」が施行されています。高齢者虐待について正しく理解し、高齢者虐待を未然に防ぎましょう。



高齢者虐待とは 65歳以上の高齢者に対して行われる次のような行為 です。

### 身体的虐待

- ・殴る、蹴る、つねる
- ・ベッドに縛りつける
- ・意図的に薬を過剰に服用させるなど



### 心理的虐待

- ・怒鳴る、ののしる、悪口を言う
- ・話し掛けているのを意図的に無視するなど



### 性的虐待

- ・排泄の失敗に対する罰として、下半身を裸にして放置する
- ・わいせつな行為を強要するなど

### 経済的虐待

- ・生活費を渡さない、使わせない
- ・自宅などを本人に無断で売却する
- ・年金や財産を無断で使用したり処分するなど

### 介護・世話の放棄・放任(ネグレクト)

- ・入浴させず異臭がする、髪が伸び放題、皮膚が汚れている
- ・水分や食事を十分に与えず、脱水症状や栄養失調の状態にある
- ・室内にごみを放置するなど、劣悪な住環境の中で生活させるなど



虐待かもと思ったら  
地域包括支援センターにご相談ください。

【問合せ】 役場長寿福祉課 町地域包括支援センター ☎62-1118



度会町×  
コスモエコパワー株式会社

わたらい  
フォトコンテスト

写真：杉田賢治

## 「楽しく学べる写真教室」を開催します

度会ウインドファームを運営する、コスモエコパワー株式会社との共催で実施している、わたらいフォトコンテストに合わせ、写真家 杉田賢治氏を講師とした、写真教室を開催します。

### 【テーマ】 記憶に残る写真作品を作ろう！

何気ない日常で撮られる風景やもの、人の記録写真は、ちょっとした工夫で、記憶に残る写真作品になるかもしれません。プロカメラマンを迎えて、撮影の心得や技術を楽しんでいただく、度会町初開催の写真教室です。

町の魅力を再発見できる一枚を、一緒に作ってみませんか。

【開催日時】 11月23日(水・祝) 午前9時30分～午後3時

【参加費】 無料 ※昼食は各自でご用意ください。

【内容】 午前中に指定エリア内で自由に撮影を行い、午後から撮影写真に対する講評を行います(1組5分程度)

【場所】 午前：宮リバー度会パークステージ  
午後：町中央公民館

【募集人数】 15人(中学生以下の児童1人まで同伴可能)  
※募集人数を越えた場合は抽選となります。

【申込方法】 右の応募フォームもしくは  
電話にてご応募ください。

【申込期限】 11月18日(金) まで

【問合せ】 役場みらい安心課  
☎62-2423



写真教室参加  
応募フォーム

## フォトコンテストまだまだ作品募集中

フォトコンテストへの応募は12月10日(土)まで可能です。友人や家族、ペットから、風景や建物まで、ジャンルは問いません。あなたのお気に入りの一枚を、ぜひご応募ください。

## 11月25日～12月1日 犯罪被害者週間

犯罪被害者は、犯罪による直接的な被害だけでなく、被害後もさまざまな問題に苦しめられます。

警察では、公益社団法人みえ犯罪被害者総合支援センターなどと連携し、犯罪被害者の支援活動に当たるとともに、被害に遭われた人への相談にも応じています。

【問合せ】 三重県警察本部被害者支援室 ☎059-222-0110

## 被害者相談窓口

### 相談先

(社) みえ犯罪被害者総合支援センター

### 相談電話

☎059-221-7830

### 相談受付時間

毎週月～金曜日(祝日を除く)  
午前10時～午後4時

## プログラミング教材をご自宅の学習で活用してみませんか？ 親子で学ぶプログラミング教育

小学校では令和2年度からIT人材の育成を目的にプログラミング教育が必修化されています。この教育は、論理的思考や「知識および技能、人間性、表現力など」を育む狙いがあります。ご家庭においても、楽しみながら「親子でプログラミング」を学ぶ機会として、教材をぜひご活用ください。

### 【貸出教材】

①はじめてのプログラミング工作



### 【貸出対象】

①度会小学校1年生～6年生

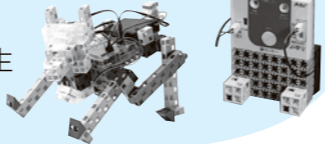
### 【貸出教材】

②アーティックロボベーシック



### 【貸出対象】

②度会小学校5年生～6年生



【貸出期間】14日以内 【貸出費】無料 ※詳細については町ホームページをご覧ください。

【問合せ】町教育委員会事務局 ☎62-2422

## ちょっと待って！ ごみを出す前に考えよう！

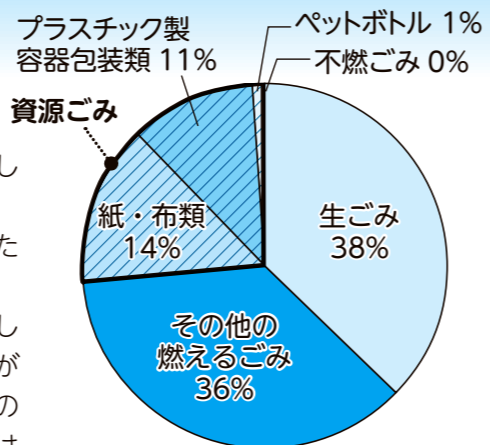
令和3年度の町内における燃やせるごみの収集量は約1,733tでした。またその処理費用には約2,450万円のお金が使われました。

こうした現状を踏まえ、町ではごみの減量やリサイクルを図るため、収集した燃やせるごみの組成調査を行いました。

その結果、右記のグラフのように燃やせるごみの中に資源物として、リサイクルできるプラスチック製容器包装類が11%、紙・布類が14%、混入しており、これらの分別を徹底することで燃やせるごみの量を減らすことができると考えられます。また燃やせるごみの38%は生ごみで、未利用食品や食べ残しなども多く含まれていました。

食品ロスをなくしたり、生ごみの水切りやごみの分別を徹底したりすることで、ごみの減量化・処理費用の抑制につながりますので皆さまのご理解・ご協力をお願いします。

【問合せ】役場建設水道課 ☎62-2415



燃やせるごみ組成調査の様子



燃やせるごみとして出されたプラスチック製容器包装類

令和四年十月二十日  
茶の実句会抄

古刹より花野へ続く水の音  
中井 和子

葛城に向く皇女の歌碑穂絮とぶ  
村山 和美

竹林の葉擦れの音に秋深む  
辻本久美子

名月と一緒に走る車窓かな  
長澤 とよ

峡谷に渦巻く流れ秋出水  
山本 殷次

秋桜の風に揺らめく休耕田  
長谷川吉春

困ひ戸は考の造作秋の風  
門野まさ代

秋あかね休む丸形ポストかな  
前村 治美

たをやかに秋の風吹く雨上がり  
細井美江子

広報文芸 西野たけし指導

## みんなで取り組もう、 身近な水災害対策！

# 流域治水のススメ

毎年、全国で豪雨による大規模な水災害(水害や土砂災害)が発生しており、今後も気候変動の影響などにより、さらに頻発・激甚化することが予想されます。このような状況をふまえ、従来の「河川改修」や「ダム整備」など国や自治体が行う治水対策に加えて、企業や地域住民の人なども含めた、流域内のあらゆる人々が協働して治水対策に取り組む「流域治水」を進めています。

【問合せ】三重県 県土整備部河川課 ☎059-224-2682

### 流域治水とは？

堤防の整備、ダムの建設などの対策に加え、**集水域**(雨水が河川に流入する地域)から**氾濫域**(河川などの氾濫により浸水が想定される地域)にわたる流域のあらゆる関係者が協働して、水災害対策を行う考え方です。

### 県民の皆さんへ

### こんなことも流域治水です！

一人ひとりの小さな行動も流域全体で行えば、効果を発揮します。大雨の際、みんなで川に流れ込む水の量を少しでも減らし、被害を最小限にとどめましょう。

#### ●お風呂の水を流すのをちょっと待つ

大雨の時は、お風呂の水を流すのを少し待って、ためておくのも流域治水です。

#### ●雨水をためて庭の水まきに

雨どいから流れ落ちる水をバケツにためておき、晴れてから庭の水まきに利用することも流域治水です。

#### ●庭の土や植物、池も役立ちます

降った雨が庭の土や植物、池に、自然にたまることも流域治水になります。

## 流域治水は大きく3つの対策に分けられます

### ① 氾濫をできるだけ防ぐ・減らすための対策

氾濫を防ぐ堤防などの整備、氾濫する水を減らすための貯水施設や貯水場所の確保・整備などに取り組んでいます。

#### 県内の取り組み事例 田んぼダムの普及・啓発

田んぼの排水口に堰板などを設置し、雨水が川や排水路へ、すぐに流れ込むことを抑制します。



### ② 被害対象を減少させるための対策

浸水想定区域など水災害リスクを把握し、よりリスクの低い地域への居住を促すなど、まちづくりや住まいの工夫を行っています。

#### 県内の取り組み事例 立地適正化計画における防災指針の作成・検討

災害リスクと都市計画情報を重ね合わせ、市町が土地利用の規制や安全な区域への移転を検討します。



### ③ 被害の軽減、早期復旧・復興のための対策

ハザードマップや、大雨・洪水に関する情報発信など避難につながる対策、道路高架や民間施設なども活用した避難場所の確保などに取り組んでいます。

#### 県内の取り組み事例 リアルタイム河川情報の提供

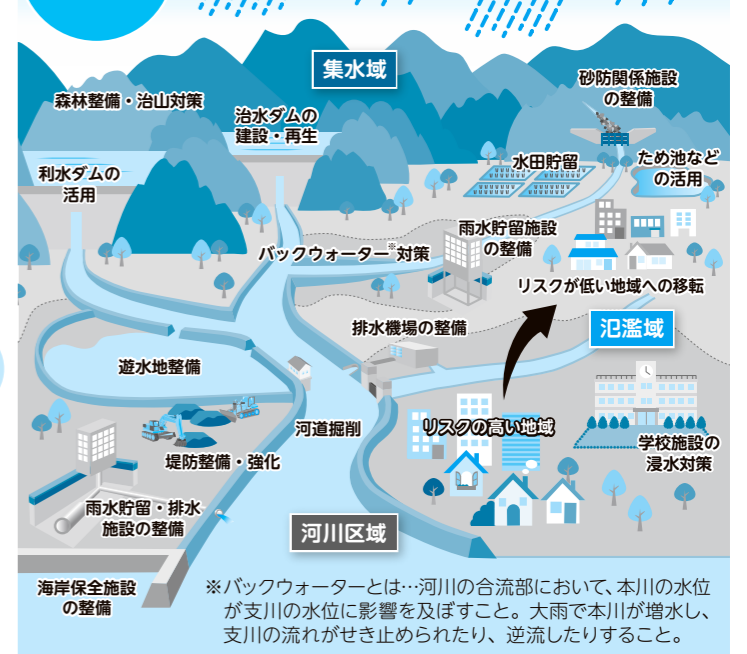
大雨の時に川の様子を直接見に行かなくても、水位計と河川カメラの情報を専用サイトから確認できます。



川の水位情報 🔍 検索



### 流域治水イメージ図



※バックウォーターとは…河川の合流部において、本川の水位が支川の水位に影響を及ぼすこと。大雨で本川が増水し、支川の流れがせき止められたり、逆流したりすること。

私たちが住んでいる地域は、必ずどこかの川の流域に入っています。この流域で行う流域治水の全体像を示したものが流域治水プロジェクトです。県内全域で流域治水プロジェクトを策定し、さまざまな取り組みを行っていますので、ぜひ、お住まいの地域の流域治水プロジェクトを確認してみてください。

三重県 流域治水プロジェクト 🔍 検索





『子ども相談』を開催

【開催日時】  
12月12日(月)  
午後1時～4時

【開催場所】  
町保健センター

【相談員】  
石川加苗先生(臨床心理士)

【対象者】  
乳幼児および小・中学生のお子さんとその保護者

【相談内容】  
育児、「こころ」からだ、言葉、不登校、落ち着きがないなど

※相談は無料で、秘密は堅く守られます。

400ml献血にご協力ください

【実施日時】  
11月18日(金)  
午前9時30分～10時30分

【実施場所】  
役場町民ホール

【内容】  
400ml献血

※要予約

【申込・問合せ先】  
役場保健こども課  
☎6211112

11月、12月を滞納整理月間に

【対象者】  
・体重 男女とも50kg以上  
・年齢 男性17～69歳、女性18～69歳

※65歳以上の人の献血については健康を考え、60～64歳の間に献血経験のある人に限ります。

【問合せ先】  
役場保健こども課  
☎6211112

度会町、伊勢県税事務所および管内の市町は、今年度の地方税滞納対策として、11月、12月を共同滞納整理期間としました。

期間中、税の公平性および税収確保のため滞納整理の強化に取り組みます。

【問合せ先】  
役場税務住民課  
☎6212414

税を考える週間  
11月11日(金)～17日(木)

国税庁ホームページには、国税局や税務署の仕事や動画で紹介するインターネット番組「WebTAXITV」や、税とは何かを楽しく

『伊勢市消防職員意見発表会』を開催

学ぶことのできる「税の学習コーナー」があります。この機会に、税の仕組みや使い道、必要性について考えてみましょう。

【問合せ先】  
役場税務住民課  
☎6212414

伊勢市消防本部では、住民の皆さんに「消防・防災」について理解していただくため、消防職員が、取り組むべき課題について問題を提起し、改善案などを発表する意見発表会を開催します。

安心・安全を守る消防職員の熱い思いを、ぜひお聴きください。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、一般公開を中止する場合があります。

【日時】  
11月12日(土)  
午後1時～3時30分

【場所】  
伊勢市防災センター4階  
防災多目的ホール

【問合せ先】  
伊勢市消防本部消防課  
☎2511216

11月30日(土)までは「年金の日」です

「ご自身の年金記録や年金見込み額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。」ねんきんネット」をご利用いただくと、パソコンやスマートフォンからいつでも年金記録を確認できるほか、次のようなさまざまな機能がご利用いただけます。

・将来の年金見込額の試算  
・電子版「ねんきん定期便」の閲覧  
・受給に関する各種通知書の確認 など

ご利用方法には次の2つの方法があります。

- ・マイナポータルからログイン
- ・日本年金機構のホームページからログイン

詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

●日本年金機構ホームページ(ねんきんネット)  
[https://www.nenkin.go.jp/n\\_net/](https://www.nenkin.go.jp/n_net/)

【問合せ先】  
日本年金機構  
☎0570-0581555

『潜在保育士就労・職場復帰支援研修』(Web研修)を開催

保育士資格をお持ちで、保育士として働きたいと考えている人を対象に、5つの講座を開催します。各講座、2時間程度の動画視聴によるWeb研修です。受講したい講座に、1講座からでもお申し込みいただけます。

【配信期間】  
10月3日(月)～  
令和5年2月28日(火)

【申込期日】  
令和5年2月16日(木)  
午後4時まで

【対象者】  
保育士資格を持ち、保育士として職場復帰したい、就労したいとお考えの潜在保育士

【受講料】  
無料 ※インターネットの通信料は、受講者負担

【講座】  
①「保育制度の動向」  
②「子どもの発達と保育」  
③「よりよい保育のために」  
④「子どものあそび、学びを促す保育」  
⑤「保育の質を高める記録の取り方」

【申込方法】

二次元コードから開く申込フォーム、もしくは電話にて連絡してください。

【問合せ先】  
社会福祉法人三重県社会福祉協議会 三重県保育士・保育所支援センター  
☎059122715160



潜在保育士

『特設人権相談所』を開設

「第74回人権週間」に合わせ度会町では、特設人権相談所を開設します。いじめ、虐待、差別、名誉毀損、プライバシーの侵害などでお悩み、困りの人の相談に応じますので、お気軽にご相談ください。

【開設日時】  
12月5日(月)  
午前10時～午後3時

【開設場所】  
町中央公民館2階中会議室

【相談対応者】  
・人権擁護委員 門野隆一氏、福井利彦氏、山根一子氏  
・行政相談委員 岡谷恭代氏

※相談は無料で、秘密は堅く守られます。

※新型コロナウイルス感染症

『存じですか 建退共制度』

拡大などの状況により中止する場合があります。

【問合せ先】  
役場税務住民課  
☎6212411

建退共制度とは、建設現場で働く人のための業界退職金制度です。事業主が変わっても退職金は通算されます。

- ・加入できる事業主
- ・建設業を営む人
- ・対象となる労働者
- ・建設業の現場で働く人
- ・掛金

日額320円

※掛金は事業主負担ですが、法人は損金、個人では必要経費として扱われ、税法上全額非課税となります。

※詳しくはお問い合わせください。

【問合せ先】  
建退共 三重県支部  
☎059122414116

裁判員制度もまもなく名簿記載通知を発送します

裁判員候補者名簿は、市区町村の選挙人名簿からくじで無作為に抽出した名簿を基に、全国の地方裁判所で作

度会の雨漏りならお任せ！  
調査などを行い、雨漏りの原因を徹底説明(無料)し、お見積りします！

止まらない雨漏りは無い

雨漏り修理専門 5,000円の調査実績 10年間の無料メンテ

FM三重で毎週水曜放送！  
雨漏り18時12分

情熱リペア

0120-246-194  
8:00～20:00(365日年中)  
【本社】津市久居野村町515-3

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ、一人で悩まずに無料電話相談をご利用ください。

**B型肝炎給付金について無料電話相談**

対象者 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ  
※ご遺族の方も給付金請求できます

給付金 50万円～3,600万円  
※病態に応じて給付等の内容が異なります

弁護士費用 着手金・相談料 無料  
成功報酬制 ※訴訟実費別途

〈ご予約受付時間〉 平日 9:00～18:00 〈完全予約制〉 ☎0120-013-621

弁護士法人 弁護士 栗庭亨一「あいばこういち」東京弁護士会所属 登録番号35029  
プレシヤス総合法律会計事務所

東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A 【営業時間】平日 9:00～18:00  
TEL 03-5363-6333 E-mail: info@precious-law.jp  
FAX 03-5363-6334 https://precious-law.jp/

やすらぎ公園指定店 お墓のご相談 承ります

各種墓石・デザイン墓石取り扱い

ISHIYA いしや

**石八石材**

無料 ☎0120-69-1488

代表取締役 岡村有浩

事務所 伊勢市浦口3丁目8-9(宇治山田高校トンネル横)  
<http://www.ishiyasekizai.com>

焼肉おどり場 OROKIRA

お電話ください お持ち帰り 20%OFF

期間は がんばれるまで(※)!!

コース料理 2,200円～

好評! お得な豚コースと 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

# 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

11月17日(木)

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

11月30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、ミニ子育て講座、お母さん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。

## 1歳6カ月児健診 3歳6カ月児健診

12月7日(水)

受付 午後1時～  
場所 町保健センター  
対象 1歳6カ月児健診  
令和3年4月・5月生まれのお子さん  
3歳6カ月児健診  
平成31年4月・令和元年5月生まれのお子さん

## 乳児健診

12月7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4年8月16日～10月15日生まれのお子さん  
7カ月児健診  
令和4年4月・5月生まれのお子さん

## 育児相談

(保健相談および栄養相談)

12月28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。



## 豚ヒレ肉のじゃこニラソース添え

**栄養価 (1人分)** エネルギー 161kcal/たんぱく質 22.3g/脂質 7.5g  
カルシウム 49mg/塩分 0.6g

### 材料(4人分)

豚ヒレ肉(塊肉)・・・300g  
塩・・・・・・・・小さじ1/2  
黒こしょう・・・・適量  
レタス・・・・・・・・4枚  
プチトマト・・・・8個  
ニラ・・・・・・・・100g

A  
ちりめんじゃこ・・・20g  
酢・・・・・・・・小さじ4  
ごま油・・・・・・・・小さじ4  
しょうゆ・・・・小さじ2  
砂糖・・・・・・・・小さじ1

### 作り方

- ①豚ヒレ肉に塩、黒こしょうを振り、よく擦り込む。
- ②鍋に肉がかぶるくらいの水と①を入れ、火にかける。
- ③沸騰したら弱火にし、8分ゆで、ホイルで包んで冷ます。
- ④Aを混ぜ、みじん切りにしたニラと合わせる。
- ⑤③を食べやすい大きさに切り、皿に並べる。肉の上に④をのせ、レタスとプチトマトを添えたら完成。

豚肉とニラは相性抜群の特にニラは栄養満点な緑黄色野菜で、美容や疲労回復などに効果があります。

7ヶ月パッドでも紹介しています!

今日の一皿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!



## 暮らしがイイ! 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
- ▶いらっ茶いわたらい 090-4797-9494

## 町のうごき 人口と世帯数

令和4年9月30日現在 ( )内は前月比  
男 3,810人 ( 0 ) 出生 2人  
女 4,014人 ( 0 ) 死亡 8人  
計 7,824人 ( 0 ) 転入 13人  
世帯数 3,107世帯(+4) 転出 7人

## おめでた 9月中旬に届出のあった方(敬称略)

子の名前	保護者名	字名
小谷 咲葉	幸之助	小 萩
濱岡 泰雅	優介	大野木

## おくやみ 9月中旬に届出のあった方(敬称略)

名前	年齢	字名
橋本 美代	95	中之郷
山下 テルミ	86	南中村
御村 賢	86	川 上
釜谷 徹	72	棚 橋
杉本 廣通	74	平 生

## 11月の町税

国民健康保険税 第7期

※口座振替日は、11月28日(月)です。  
預貯金残高の確認をお願いします。

## BOOK

図書館だより

おすすめの本をご紹介します!

## 「ひとり旅日和」

秋川 滝美 / 著 角川書店



行楽の秋に一人旅を楽しんでみませんか?この本は「人見知り女王」と称する主人公が一人旅をして次第に自分に自信を持っていく成長ストーリー。主人公の日和は「旅の醍醐味はひとり旅に尽きる」という言葉が後押しとなり、ガイドブックを片手に、各地の名物グルメを堪能しに行きます。

実際には一人旅が叶わない人でも、本の中で充分楽しむことができます。中央公民館にはシリーズ続巻もそろっています。

開館時間 午前9時～午後5時  
休館日 水曜日・祝日  
問合せ 中央公民館 ☎62-1588



# かがや びと 輝け!わたらい人

a Person of Shining Watarai 第259人目

なかむら あやの  
中村 彩乃さん(棚橋) 19歳

PROFILE この4月から、JA伊勢度会支店の金融窓口で働いている、中村さんを紹介します。

## ★ どのような仕事をしていますか

窓口で、主に定期預金に関する業務を行っています。口座の開設や、キャンペーンの案内など、毎日たくさんのお客様と接しています。大変なときもありますが、優しい先輩や上司の皆さんに囲まれて、温かい環境の中で仕事ができています。



## ★ この仕事のやりがいは

窓口での対応が終わった後「ありがとう」と言ってもらえた時に、「人の役に立てたんだなあ」と感じられ、大きなやりがいになっています。働き始めてから半年がたち、少しずつできることも増えてきたので、もっとたくさんの方の助けになれるよう、積極的に仕事をしていきたいです。

## ★ 休日の過ごし方

車の運転が好きなので、友達とよくドライブをします。県内の景色が良い所を巡ったり、おいしいものを食べに行ったりしています。あとは、たくさん寝ています。

## シリーズ 突撃! わたらい 調査隊!

### #31 脇出区

わきで

栗や柿、澄んだ空。  
今回は秋が深まる脇出地区にお邪魔しました。



### 区の思い出を映像記録に

一之瀬公民館に車を止め、区内を散策しました。日が沈みかけ、肌寒い風が吹き始めたため、帰ろうとした時、自宅の庭先にいらっしゃった西川洋治さんに出会い、声を掛けました。

突然の調査隊インタビューを快く引き受けていただいた西川さん。お気に入りのお部屋に通していただき、驚いたのは、壁面に並ぶ数多くのDVD。

その中には区のイベントを収録したものが、昭和から令和まで保管されており、さらに一際目を引いたのは区の皆で作りに上げたという「芝居」を収録したDVDです。



上演した水戸黄門のシーン

「昔から川辺で区民が集まって芝居や演奏を行っていた。ある時、本格的に芝居をして映像に残そうという話が立ち上がり、台本、舞台装置、音響、もちろん配役、そして編集と、地区の皆で協力をしながら作り上げました」と話されます。

成功の秘訣は「地区の誰もが知っている内容を芝居にすること。例えば、私たちの年代なら、水戸黄門、忠臣蔵などを劇にするとみんなで楽しめる」と話されました。

区の皆さんがそれぞれの役を演じ、成り立っている芝居を生で見たいと強く思いました。



ずばっとならんだDVDと音響設備

### ふれあいカフェ やぶ椿

また、西川さんは区の人が集う場としてミニサロンを開催しています。

「やぶ椿」という名称は、その花卉が散ることなく、その生涯を終えるということから、歳を重ねても最後まで元気に、キレイでいられるようにという思いから付けたとのこと。

活動内容は、地区の皆と新年会、茶話会、小物作り、そして、上述のDVD鑑賞などです。

コロナ禍で、これらの活動が以前のように実施することが難しいと感じているそうです。また、参加者の高齢化に伴って活動内容を再検討する必要があると伺いました。

ただ、これまでのお話を伺って、何事にも力を合わせてトライしてきた脇出地区の皆さんであれば、再びいろいろな活動をしてくれるだろうと感じています。再開の暁には、ぜひ私も参加してみたいです。

今回の脇出地区の取材は、「いつまでもチームワークが大事」と実感できた取材でした。

次回はあなたの地区へ調査隊がお邪魔します。

調査隊員 川島 大嗣



「ふれあいカフェ やぶ椿」看板

※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、現地で行った内容を基に編集しています。

