

誰もがキラめく 海の恵みがつなぐ鳥羽



# とほ

2026  
6/1号  
No.1450

一生懸命植えた苗  
元気に育ちますように



特集

気象情報の発表が大きく変わります 02

地域おこし協力隊活動日記 04

暮らしの情報 27

生活カレンダー 32



ホームページ



広報とほ  
マチイロ



LINE



Facebook



X



Instagram



YouTube



# 気象情報の発表が 大きく変わります

総務課防災危機管理室 TEL 25-1118

令和8年5月29日から、気象情報の発表が変更されました。  
今回の見直しで、防災気象情報が整理されたほか、災害時にとるべき避難行動  
がより直感的にわかりやすく整理されました。

**防災気象情報 いつ逃げる？ レベルで判断！ 避難の判断がよりしやすく**

	大雨 低地の浸水や 大河川以外の氾濫	土砂災害 急傾斜地の がけ崩れや土石流	高潮 海水面の上昇や 波の打ち上げによる浸水	河川氾濫 1級河川などの 大河川の氾濫
警戒レベル <b>5相当</b>	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報	レベル5 氾濫特別警報
警戒レベル <b>4相当</b>	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報	レベル4 氾濫危険警報
警戒レベル <b>3相当</b>	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報	レベル3 氾濫警報
警戒レベル <b>2</b>	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報	レベル2 氾濫注意報
警戒レベル <b>1</b>	早期注意情報			

※鳥羽市では、大雨の情報が発表されます。

※河川氾濫の情報は、洪水予報河川（伊勢市の宮川など的大河川）ごとに発表されるようになります。鳥羽市では、従来の洪水の情報は大雨の情報に含まれて発表されるようになります。（従来の洪水警報や洪水注意報は廃止されます）

## POINT 1



**警報・注意報の情報名に「レベル」が付記されます**

レベルで避難のタイミングを判断！

◎発表される警報・注意報の名称にレベルが付記されます。避難行動と直結するレベルがすぐわかり、避難判断の目安が明確になります。

【変更例】 (旧) 大雨警報 → (新) レベル3大雨警報  
警戒レベル3 (高齢者等避難) に相当

## POINT 2



**「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表されます**

新たに「危険警報」が新設されます！

◎危険な場所から避難が必要な状況であるレベル4相当の情報が「危険警報」として発表されます。

【変更例】 (旧) 土砂災害警戒情報 → (新) レベル4土砂災害危険警報

## POINT 3



**河川の氾濫の危険度の伝え方が変わります**

洪水警報や洪水注意報が廃止されます！

◎河川の区分（洪水予報河川かそれ以外の河川）に応じた伝え方になります。  
◎鳥羽市では、従来の洪水の情報は大雨の情報に含まれるようになります。

【変更例】

(旧) 「洪水警報」 → 【洪水予報河川以外の河川】 (新) レベル3大雨警報  
→ 【洪水予報河川\*】 (新) レベル3氾濫警報 ※鳥羽市は該当する河川なし



# 避難のタイミングは レベルで判断

災害が起きる前に何をすべきか、レベルごとにチェック！



<b>レベル1 早期注意情報</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・災害への心構えを一段高める</li> <li>・連絡体制を確認する</li> </ul>
<b>レベル2 注意報</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハザードマップなどで災害リスクを再確認する</li> <li>・自治体から発表される避難情報の把握手段を再確認する</li> </ul>
<b>レベル3 警報</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・避難に時間がかかる <b>高齢者等は危険な場所から避難する</b></li> <li>・高齢者等以外の人も必要に応じて避難の準備や自主避難</li> </ul>
<b>レベル4 危険警報</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ <b>危険な場所から全員避難する</b></li> <li>※台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了しましょう</li> <li>※避難とは「難」を「避」ける行動をいいます</li> </ul>
<b>レベル5 特別警報</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すでに安全な避難ができず、命が危険な状況</li> <li>・今いる場所よりも安全な場所へ直ちに移動などする</li> </ul>

## 災害の情報、どう受け取る？

警報・注意報などの情報は、テレビ・ラジオ・インターネット、スマートフォン向け防災アプリ（みえ防災ナビやYahoo!防災速報など）などを通じて伝えられます。あらかじめ情報入手手段を確認して、情報を得られるようにしてください。



みえ防災ナビ



Yahoo! 防災速報

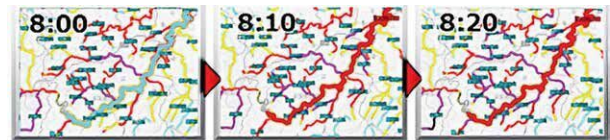


## このあとどうなる？をチェックしよう

警報などの情報が発表された際には、危険度を地図上に示したキキクルや、今後の危険度の推移を示した時系列情報（明日までの警報などの見通し）などを、気象庁ホームページで確認してください。



キキクル 検索



キキクル画面イメージ 10分ごとに更新される

2026年XX月XX日11時00分発表															
〇〇市	地域	昨日				今日				明日					
		12-15	15-18	18-21	21-24	00-03	03-06	06-09	09-12	12-15	15-18	18-21	21-24	30日	備考・関連する現象
1時間最大雨量 <sub>(mm)</sub>		10	30	50	50	30	20	10							
2.4時間最大雨量 <sub>(mm)</sub>		200				200									
大雨															
土砂災害															
高潮	潮位 <sub>(m)</sub>	0.5	0.5	0.5	0.5	1.0	1.0	1.0	1.5	2.0	1.5	1.0	0.5		

時系列情報（明日までの警報等の見通し）

くわしくは、気象庁ホームページを確認してください。  
<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/bosai/keiho-update2026/index.html>

# 地域おこし協力隊活動日記

今年で地域おこし協力隊3年目を迎える離島振興担当の竹久友理子さんに、これまでの活動と最後の1年の抱負を聞きました！

地域創生課地域連携係 TEL 25-1227

竹久友理子



地域おこし協力隊として菅島に在住しています、竹久友理子です。私は、「地域プロモーションと離島資源の高付加価値化」をミッションに掲げ、着任以降菅島の特産品である「あらめ(サガラメ)」を活かした商品づくりを通して菅島の認知向上に取り組んできました。2024年9月にはあらめを主原料とした「さがらめパック」を発売し、現在では鳥羽市内だけでなく伊勢志摩全域、さらに長島リゾートや東京・三重テラスといった遠方でも

も取り扱いいただき、80以上の場所で「さがらめパック」を通した菅島のPRを実現できたと思っています。

「さがらめパック」を通したさまざまな場所での菅島PRですが、決して容易なものではありませんでした。地域おこし協力隊着任後、商品を完成させ販売にいたるまでの過程では、多忙なスケジュールに苦勞したこともありましたが、鳥羽商工会議所のみなさんをはじめ、多くのかたがたの温かい協力を支えられ、わずか半年で商品化でき、現在まで活動を継続することができています。また、「さがらめパック」の事業をきっかけに、市内の経営者のみなさんとの交流も深まり、昨年度より定期的にマーケティング講座も開講しています。前職で培った経験が、地域の中で地化されることになるとは全く想像していませんでしたが、自身の経験が役立つと実感できることをとてもうれしく思っています。菅島の生活では、島のみなさんとともに網さばきなどの磯仕事や祭りの運営に携わり、日々充実した時間を過ごしています。また、子どもたちと定期的にクッキングイベントを行う



など、都市部の生活では得られなかった交流も生まれています。さらに、昨年は島内の空き家問題や人口減少の課題に向き合うために立ち上がったNPO法人「菅島ミライバル」のもと、三重県の離島では初となるシェアハウスを完成させることができました。これらの活動を通して、菅島に興味を持ってくれる人を増やし、関係人口の創出につなげていきたいと思っています。

さて、少し話題を変えますが、みなさんは菅島の<sup>おおやま</sup>大山に登ったことはありますか。大山から見下ろす海やリアス海岸、そして鳥羽市街の景観は、有名な景勝地にも引けを取らない美しさがあります。その理由は、大山の尾根にあります。菅島の大山は、背丈の低い紅ツゲの群生地であるため、尾根から360度の景色を見渡すことができるのです。私はこの美しい景色を、より多くのかたに実際に体感してもらうための取り組みを、任期最後の1年間を通して進めていきたいと考えています。そして、この1年をこれまでの活動の集大成と位置づけ、菅島の魅力発信に全力を尽くしていきます。どうぞみなさま、今年度もよろしく願いいたします。





# 新婚さんに 60万円の支援をします

地域創生課地域連携係 TEL 25-1227

これから夫婦として新生活をスタートさせようとする世帯を対象に、結婚に伴う新生活のスタートにかかる費用（家賃・引越費用など）の支援を行います。

## 事業の対象となる世帯

次の①～⑥の要件をすべて満たす世帯が対象です。

- 1 令和8年1月1日から令和9年3月31日までに入籍した世帯
- 2 夫婦の所得を合わせて500万円未満の世帯（※奨学金を返還している場合は別途計算あり）
- 3 夫婦ともに婚姻日における年齢が39歳以下の世帯
- 4 夫婦の一方または双方が過去にこの制度による補助を受けたことがないこと（他市町村での補助を含む）
- 5 申請日から5年以上継続して鳥羽市に居住する意思があること
- 6 そのほか、市が定める要件を満たす世帯



## 事業の対象となる費用

### 【新居の住宅費】

新居の家賃、敷金・礼金、共益費、仲介手数料



### 【新居への引越費用】

引越業者や運送業者に支払った引越費用



## 補助の上限

上記の新居の住居費、引越費用を合わせて

夫婦とも  
29歳以下

**上限60万円**

30歳以上

**上限30万円**

※予算に限りがありますので、必ず事前に問い合わせてください。



申請書  
ダウンロード

問い合わせ先

地域創生課地域連携係

TEL 25-1227

✉ chiiki@city.toba.lg.jp

# 第71回 鳥羽 みなとまつり

とき 7月24日(金)

花火打上時間

午後8時～8時45分

※荒天の場合は花火のみ

25日(土)に順延

鳥羽の夏の風物詩「鳥羽みなとまつり」を開催します。今年もドルフィン公園付近のエリアを「花火有料観覧席」として6月1日(月)から販売します。最高の場所で花火をお楽しみください。

鳥羽みなとまつり実行委員会 TEL 25-1373

観光商工課観光係 TEL 25-1157

花火  
3,333発  
(予定)

## 観覧チケットの販売について

チケットの販売情報は、公式ホームページに掲載しています(枚数限定)

鳥羽みなとまつり実行委員会  
(鳥羽商工会議所 2階)

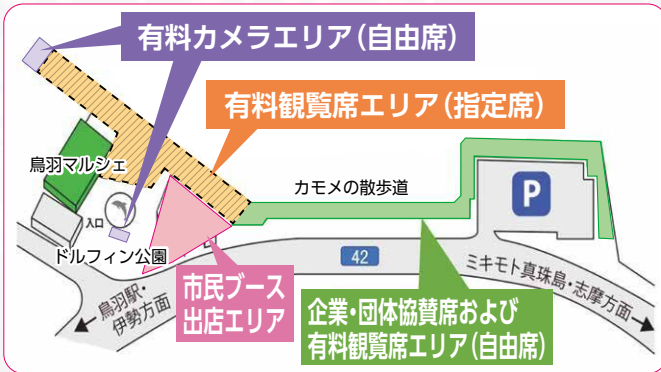
URL tobahanabi.com

TEL 25-1373 FAX 26-4988

✉ minatomatsuri@toba.or.jp



公式ホームページ



## 第71回鳥羽みなとまつり 飲食ブース出店団体募集について

### 応募資格

- ① 実行委員会が認める「鳥羽市内の非営利団体」であること  
例) ○○スポーツ少年団、鳥羽○○キッズクラブ、  
鳥羽○○保存会など  
※メンバーに鳥羽市在住者が含まれていること
- ② 実行委員会が提示するルールを遵守すること
- ③ 7月3日(金)の出店者説明会へ必ず出席すること

出店料 1ブース 16,500円(電気利用料込)

※その他備品レンタル代など別途

申込期限 6月22日(月)

※先着順 出店スペースに限りがありますので早めに申し込んでください。

## 鳥羽みなとまつりと「こんぴらさん」の深い絆

鳥羽みなとまつりは、香川県の金刀比羅宮ご本宮より神様の御分霊をお迎えして建てられたことを祝う「金刀比羅宮鳥羽分社」の例大祭として始めました。



みなとまつりの始まりは  
「お祝いの花火」

昭和31年(1956年)8月10日、鳥羽の地に「こんぴらさん」が鎮座された際、市民が総出で大歓迎し、お祝いとして打ち上げた花火が現在の「鳥羽みなとまつり」のルーツと言われています。

伝統の神事「海上渡御」

毎年、花火大会の前に、神様の御分霊を乗せた「御座船」が鳥羽湾を周回します。これは、かつて讃岐の本宮から海を渡って鳥羽に到着した時の様子を再現した、歴史ある神事です。

海の守護神への感謝

古くから「海の守護神」として知られる金刀比羅の大神様。鳥羽みなとまつりは、日頃から私たち市民を見守ってくださる神様へ感謝を捧げ、地域の発展を願う大切な行事として受け継がれています。

# す と つ ぶ 交 通 事 故

市民課人権・市民交流係 TEL 25-1141



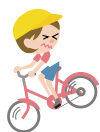
現在、県内において交通死亡事故が多発しています。  
6月の雨が多い時期は、路面が滑りやすく、晴天時より制動距離が長くなります。  
また、歩行者が傘をさして歩くため視界が遮られたり、雨音で車の音に気が付かないなど、歩道がない生活道路において、歩行者の側方を通過するときは特に注意が必要です。

道路交通法の一部が改正され、令和5年4月1日からすべての自転車利用者のヘルメット着用が努力義務化されました。自転車運転中の死亡事故は、約5割が頭部に致命傷を負っています。自転車運転中の交通事故の被害を軽減するためには、頭部を守ることがとても重要です。ヘルメットは努めてSGマークなど安全性を示すマークの付いたものを使い、あごひもを締めて正しく着用しましょう。

自転車の交通事故実態については、各ライフステージにより特徴があります。

## 未就学児・小学生

運転の未熟さや安全不確認の割合がライフステージ別で最も高いです。



## 成人

飲酒運転事故が多くなるとともに、「動静不注視」（相手方の動静注視を怠ることによる判断の誤り）が多くなります。

## 高齢者



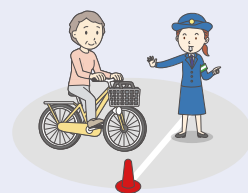
自転車乗用中の死亡事故件数がライフステージ別で最も多く、車両単独死亡事故のうち、道路から外れたり、転倒によるものが多く、加えてヘルメットの着用率が最も低いです。

## 中学生・高校生

通学で自転車を利用する生徒が増加し、運転技術は一定程度成熟するものの学年別の死亡・重傷事故では、中学1年生、高校1年生が最も多くなります。また、携帯電話やイヤホンの使用などの違反が増え、自転車の運転者が加害者となるケースが多くなります。

本市においては、鳥羽地区交通安全協会や鳥羽警察署と連携し、小中学生への自転車乗り方教室、交通安全教室に加え、鳥羽市老人クラブ連合会を通じて高齢者向けの交通安全教室を行っています。

ヘルメットはあくまで事故の被害を軽減するためのものです。また、自転車は車の仲間です。交通ルールを守り事故にあわないための安全行動を心がけましょう。



## 自転車用ヘルメット購入費

を補助します

学校教育課 TEL 25-1265

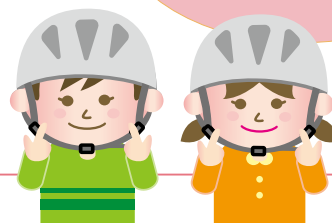
児童の自転車事故防止と安全意識の向上を目的として、市小学校に在籍する児童の保護者を対象に、自転車用ヘルメット購入費の一部を補助します。

対象	市内に住所を有する鳥羽市立小学校在籍児童の保護者
補助内容	児童1人につき1回 3,000円
補助回数	小学1～3年生の期間に1回 小学4～6年生の期間に1回 (合計2回まで)

購入期間 令和8年6月1日から令和9年3月31日まで

補助券を利用し、市内登録店で安全基準に適合したヘルメットを購入してください。

補助券は学校を通じて配布します。





# 熱中症 にご注意ください

消防署救急係 TEL 25-2821

## 熱中症とは

体温の過度な上昇で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなり、めまい・けいれん・頭痛・さらなる体温の上昇など、さまざまな症状を起こす病気のことです。重度の場合は死に至ることもあり、毎年多くのかたが命をおとしています。

重症度	症状	対処方法	受診の判断
軽度	●めまい ●こむら返り ●立ちくらみ ●手足のしびれ	●涼しい場所へ移動する ●水分と塩分の補給をする	
中度	●頭痛 ●吐き気 ●体がだるい ●力が入らない ●集中力や判断力の低下	●涼しい場所へ移動する ●体を冷やす ●安静にする ●十分な水分と塩分の補給をする	症状が改善した場合は、受診の必要なし
			症状が改善しない場合は、受診の必要あり
重度	●呼びかけに対して反応がおかしい ●会話が難しい ●けいれん ●普段どおりに歩けない など	●涼しい場所へ移動する ●安静にする ●体が熱ければ保冷剤などで冷やす	<b>救急搬送が必要です ためらうことなく 救急車 (TEL 119) を要請する</b>

## 一番大切なことは予防です！



## もしも熱中症になってしまったら

- + 涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる。
- + エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体を冷やす。



お子さんや持病をお持ちのかたは、かかりつけの医師にあらかじめ相談し、熱中症対策についてのアドバイスをもらっておきましょう。

症状が改善しない場合は、医療機関を受診してください。  
受診できる医療機関がわからない場合は、三重県救急医療情報センターへ連絡してください。  
TEL 059-229-1199



# みえ森と緑の県民税を 活用した取り組みについて



農林水産課農林係 TEL 25-1231

市では、平成 26 年 4 月から導入された「みえ森と緑の県民税」を活用し、暮らしに身近な森林づくりに取り組んでいます。令和 7 年度には、以下の事業を実施しましたので紹介します。

## 危険木伐採事業



町内会から提出された危険木伐採要望箇所の現地確認を行い、危険性が高く、市民の生活に支障をきたす恐れのある樹木について河内町、石鏡町、池上町、鳥羽二丁目地内にて伐採を実施しました。

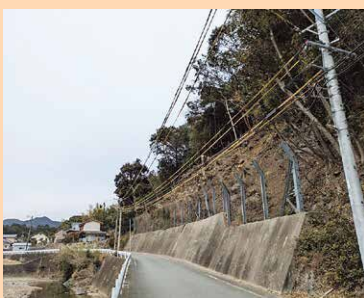
## 危険木伐採事業費補助金



地域において安全な生活環境を保全するため、町内会・自治会が実施する危険木などの伐採作業に対して、事業費の一部を支援しました。

## 災害からライフラインを守る事前伐採事業

台風などによる倒木被害で、停電被害などライフラインが寸断されることを未然に防止するため、三重県・中部電力パワーグリッド株式会社・鳥羽市の三者で協定を締結し、河内町地内で電線沿いの樹木を伐採しました。



## 鳥羽中央中学校（前鳥羽東中学校） 図書室に木製机・椅子の備品購入事業

森林教育の一環として、日ごろから木製品に触れる機会の創出のため、木製机・椅子を購入しました。



令和 8 年度も引き続き「みえ森と緑の県民税」を活用し、地域の実情に応じて創意工夫した森林づくりや、県と連携した災害に強い森林づくりなどの施策を実施していきます。なお、国から譲与される「森林環境譲与税」とは、用途を棲み分けただうで双方を有効活用していきます。

くわしくは、ホームページを確認してください。



市ホームページ



三重県  
ホームページ

健康係からの情報や募集案内をお知らせします。みなさんの健康づくりに役立ててください。

## 歯っぴー教室(おとな編)のお知らせ

子育て世代は、忙しい生活を送っていて自分のことは後回しになり、知らないうちに歯周病やむし歯が進行することがあります。

市では、子育て世代を対象に歯科衛生士による歯科教室を開催します。

この機会と一緒に自分の歯の健康について考えてみませんか。

- 対象** 乳幼児をもつ保護者
- とき** 6月4日(木) 午前10時30分～11時30分
- ところ** 保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール
- 内容** 歯周病とむし歯予防の話など、個別相談(希望者のみ)  
※事前の申し込みは必要ありません。



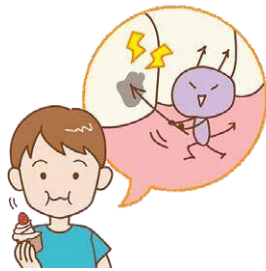
## 6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です

「むし歯は減った」といわれますが、治療が必要な永久歯のむし歯を有するかたはおよそ3～4人に1人と多いことが分かっており、小さいころからむし歯予防を行うことが大切です。

今回は「子どものむし歯予防のポイント」についてお話しします。

### おやつ「だらだら食べ」はやめましょう

おやつは同じ量でも、決まった時間に一度に食べるより、好きな時間に何度も食べる「だらだら食べ」をするほうがむし歯になる確率が上がります。おやつや甘いものを食べるのは「10時と15時」など時間を決めましょう。



### 仕上げ磨きをしましょう

小学校低学年ぐらいまでは、まだ歯の隅々まで磨くのは難しいため、目安として乳歯の生え始め～小学校2年生までは仕上げ磨きをしましょう。子どもがある程度ひとりで歯磨きができるようになったら、ドラッグストアなどで購入できる「歯垢染色液」を使って磨き残し部位を子どもと一緒にチェックするとより上手に磨ききっかけになります。



### かかりつけ歯科医院を作りましょう

初期のむし歯は、歯の色がほんの少し変色しているだけなど、なかなか見分けがつかせません。また、乳歯は痛みを感じづらいという特徴があり、子ども自身もむし歯に気が付きにくいです。もしむし歯になっても早期発見、治療ができるよう、かかりつけ歯科医院にて定期的な健診を受け、むし歯予防のために歯磨き指導、フッ化物塗布(フッ素塗布)も受けましょう。また、この機会にぜひ子どもと一緒に、お父さん、お母さんも定期健診を受けましょう。



# あなたと大切な人の健康のために～禁煙への第一歩を応援します～

たばこが健康に悪影響を及ぼすことは、多くの人が知るところです。喫煙は、肺がんをはじめとする多くのがん、心臓病や脳卒中などの循環器疾患、喘息や慢性閉塞性肺疾患(COPD)などの呼吸器疾患などにかかるリスクを高めます。

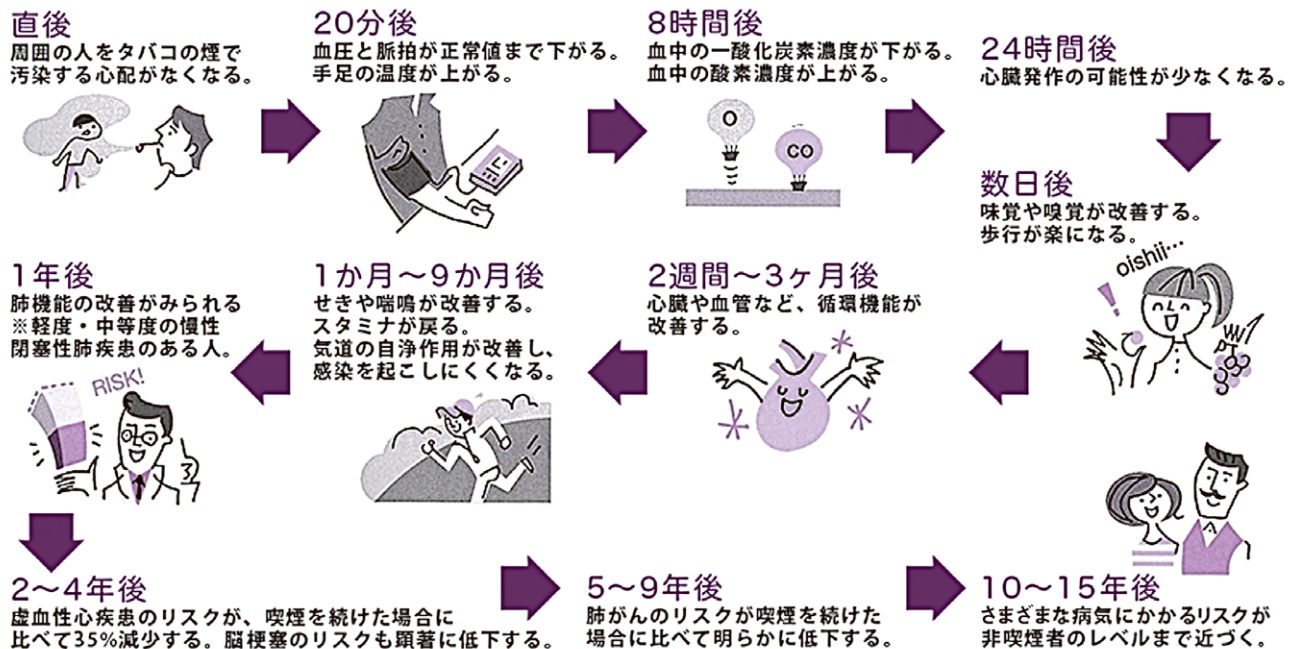
## 受動喫煙はどんな影響があるの？

喫煙者が吸い込む煙(主流煙)だけでなく、たばこから立ち昇る煙(副流煙)や喫煙者が吐き出す煙(呼出煙)にも、ニコチンやタールはもちろん、多くの有害物質や発がん性物質が含まれています。

本人は喫煙しなくても身の回りのたばこの煙を吸わされてしまうことを受動喫煙と言います。実は、たばこの有害物質は、主流煙よりも副流煙に多く含まれています。受動喫煙は、他人のたばこの煙(特に副流煙)を吸い込むことで、非喫煙者の肺がん・心筋梗塞・脳卒中などのリスクを高める健康被害です。

健康のためには、たばこを吸わないことが最も望ましいのですが、長年たばこを吸っていても禁煙するのに遅すぎることはありません。また禁煙は病気の有無を問わず、健康改善効果が期待できるので、病気を持ったかたが禁煙することも大切です。

## 禁煙による健康改善



(厚生労働省：健康日本21アクション支援システム 健康づくりサポートネット参照)

医療機関でなら比較的楽に、より確実に禁煙できます。まずはかかりつけ医に相談してみましょう。最近、禁煙外来を設けた病院やクリニックが増えており、さまざまな診療科で禁煙治療を受けることができます。

## Q & A 「電子たばこや加熱式たばこなら大丈夫？」

最近、煙が出ない新しいタイプのたばこが登場しています。その1つが加熱式電子たばこです。たばこの葉を電気で加熱して蒸気を発生させ、ニコチンを吸い込むものですが、日本禁煙学会によると、紙巻きたばこと同様に依存性があり、発がん性物質を含む有害物質を含んでいることが指摘されています。健康被害の評価もこれからであり、安全性が証明されたものではないことを覚えておきましょう。

(日本禁煙学会：いわゆる「新しいタバコ」に対する日本禁煙学会の見解. 2016 05参照)

屋外や家庭などで喫煙する際にも、望まない受動喫煙を防ぐために、周囲への配慮をお願いします。たばこを吸う人も吸わない人も、それぞれがお互いの立場を尊重し、気持ちよく過ごせる環境をつくっていきましょう。

厚生労働省では、毎年5月31日の「世界禁煙デー」から6月6日までの1週間を「禁煙週間」と定めています。これを機会に、喫煙が健康に及ぼす影響について考えてみませんか。

# 令和8年度 結核健康診断・肺がん検診

結核や肺がんの早期発見のために、年に1回健(検)診を受けましょう。特に65歳以上のかたは結核健康診断を毎年受診するよう感染症法に定められています。65歳以上のかたで肺がん検診を受診されたかたは、結核健康診断を兼ねています。

- 対象** 鳥羽市に住民登録のあるかた
- 結核……昭和37年4月1日までに生まれたかた
  - 肺がん…昭和62年4月1日までに生まれたかた

※結核健康診断のみの受診は、昭和37年4月1日までに生まれたかたに限られます。

- 検診料**
- 結核……無料
  - 肺がん…350円(70歳以上のかたは無料)

- 注意**
- ・ 予約は必要ありません。健康手帳を持参のうえ、検診会場へ直接お越しください(お持ちでないかたは当日発行します)。
  - ・ 待ち時間短縮のため着脱しやすい服装でお越しください。

と き	検診場所	受付時間
7月1日 (水)	船津消防団格納庫前	午前9時～9時30分
	伊勢農協鳥羽支店 (JA鳥羽志摩 鳥羽支店)	午前9時45分～10時45分
	白木コミュニティセンター	午前11時～11時30分
	漁協安楽島支所	午後1時15分～2時
	ひだまり (休日夜間応急診療所)	午後2時15分～3時30分
7月3日 (金)	鳥羽市役所西庁舎	午前8時30分～9時10分
	漁協小浜支所	午前9時30分～9時50分
	池上公園	午前10時～11時
	堅神公民館	午前11時10分～11時30分
	浦村農村婦人の家	午後1時30分～2時
	漁協浦村支所	午後2時15分～2時45分
	漁協石鏡支所	午後3時～3時45分
7月6日 (月)	漁協和具浦支所	午後1時～2時30分
	漁協答志支所	午後3時～5時
7月7日 (火)	漁協答志支所	午前8時45分～10時30分
	桃取健康管理増進センター	午後0時30分～5時
7月8日 (水)	神島診療所	午後0時30分～2時30分
7月15日 (水)	坂手診療所	午前9時40分～11時20分
	菅島診療所	午後1時30分～3時30分
7月17日 (金)	ひだまり (休日夜間応急診療所)	午前8時30分～9時30分
	堅子消防庫前	午前10時30分～10時50分
	旧千賀漁協前	午前11時10分～11時30分
	畔蛸コミュニティセンター	午前11時45分～正午
	漁協相差支所	午後1時20分～2時
	漁協国崎支所	午後2時30分～3時30分

健康いいね

## 6月は食育月間 毎月19日は『食育の日』です。

食育とは、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人を育てることです。

食育基本法などにより、毎年6月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」としています。

食育月間から食育を実践してみませんか？



## 献血にいこう！

### 献血バス(400mL全血献血のみ実施)

下記の通り献血を実施します。みなさんのご協力をお願いします。

#### と き

6月3日(水)  
午前9時30分～11時

#### 受 付

保健福祉センターひだまり



## プレママ教室

要予約

**講 義** 妊娠中の過ごし方や出産の話、妊娠中の栄養の話など

**講 師** 助産師・管理栄養士・保健師

**体 験** ・抱っこの仕方、オムツの替えかた  
・沐浴実習(希望者)  
・パパの妊婦疑似体験(希望者) など

**対 象** 妊婦のかたとその家族(妊婦のかたのみでも参加できます)

**と き** 6月29日(月) 午前9時30分～正午

**と ころ** 保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール

**持 ち 物** 母子健康手帳 **募集人員** 5組(先着順)

**申込期限** 6月22日(月)



## 健康チャレンジ教室(7月～9月分)の参加者を募集します

**対 象** 昭和27年4月2日～平成8年4月1日生まれの市民

※対象年齢外のかたでも、体力に自信のあるかたは相談してください。

**募集人員** 30人

**と き** 午前10時～11時

7月 7日、14日、21日、28日

8月 4日、18日、25日

9月 1日、8日、15日、29日

※いずれも火曜日に開催

**と ころ** 保健福祉センターひだまり・元気ルーム

**内 容** エアロビクスなどの有酸素運動を中心とした運動、筋力トレーニング

**講 師** フィットネスインストラクター・藤原 京

**持 ち 物** ヨガマット、運動シューズ

**応募期間** 6月1日(月) 午前8時30分～6月10日(水) 午後5時15分

**応募方法** 電話もしくはインターネットで応募

・電話で応募 …………… 健康係(TEL 25-1146)

・インターネットで応募 …………… 右のQRコードから応募



◀ 申込フォーム

### 応募時の注意点

- 市民体育館で実施される、健康係委託のストレッチ教室と重複での申し込みはできません。
- 応募者が募集人員を上回った場合には抽選を実施します。
- 持病や体の状態が運動に支障がないか確認のうえ、申し込んでください。
- 特別な事情がない限り、**3分の2以上の日程に参加できる**ことを前提として応募してください。
- 応募は教室に参加する本人が行ってください。代理での応募はご遠慮ください。

### 抽選結果の通知について

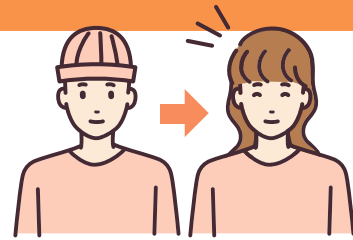
6月16日(火)以降に下記の方法にて連絡します。

申込方法	電話で応募のかた	インターネットで応募のかた (メールアドレス入力あり)	インターネットで応募のかた (メールアドレス入力なし)
当選結果 連絡方法	窓口にて当選結果の受け渡しを します。電話連絡はありません。	メール	窓口にて当選結果の受け渡しを します。電話連絡はありません。

※インターネットで応募(メールアドレス入力あり)のかたでメールが届かない場合は、健康係まで問い合わせてください。

# がん患者医療用ウィッグ等購入費助成事業

市では、がん患者のみなさんが、治療に伴うアピランス(外見)上の変化をカバーし、安心して療養生活や社会参加に取り組むための一助となるよう、医療用補整具の購入費用の一部を助成します。



**対象** 下記の全てに該当するかた

1. 鳥羽市に住所を有すること
2. がんと診断され、かつ、その治療を受けていること(過去に受けたことがある)
3. 補整具の購入が令和8年4月1日以降であり、かつ、購入日から1年を超えていないこと

**助成対象経費** 次の補整具などの購入費用が対象となります(助成対象者1人につき1回限り)。

- ウィッグ、装着に必要な頭皮保護用ネット
- ウィッグを購入してから装着するまでの間に理美容室で行うウィッグのカット費用
- 補整下着、補整パッド
- 人工乳房(装着タイプの人工乳房のことで、乳房再建術などによって体内に埋め込まれたものを除く)
- 人工乳頭(乳房再建術後の装着タイプの乳頭乳輪)
- 乳がん用バストタイムカバー
- フローズングローブ、フローズンソックス

**助成額** 購入合計額の3分の2(上限額2万円)を助成します(千円未満切り捨て)。

※ほかの制度において同様の助成または給付を受けることができる場合は、助成対象となりません。

**申請方法** 購入日の翌日から1年以内に、下記書類を郵送か直接健康福祉課へ持参してください。

- 申請書(健康福祉課健康係窓口を設置。市ホームページからダウンロード可)
- がん治療を証明する書類の写し(抗がん剤名や手術名が記載された診療明細書など)
- 領収書の写し(氏名・購入日・品目・金額が記載されたもの)
- 振込先口座を確認できるもの(通帳の写しなど)
- 印鑑
- 本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証)

**キーワード**  
#居場所づくり  
#拠点づくり

鳥羽市のなかでもさまざまな場所ので、さまざま分野のひとたちが、それぞれの「居場所づくり」や「拠点づくり」などの「場づくり」に励んでいる姿をよく目にするようになりました。私が普段関わる高齢者の介護予防・フレイル予防を目的とする取り組みのなかでは、「居場所」や「通いの場」という言葉によく出会います。その場に高齢者が気軽に集まり、交流や生きがい、運動、そこにある役割などを果たすことが、心身機能の維持・向上や認知症予防につながると思われています。

一方で、若い世代の地域活動やまちづくりの分野では、「拠点」や「コミュニティ」という言葉を耳にします。ひとが集まり、新しい活動や交流が生まれる場として使われることが多いのかもしれませんが、もちろん、言葉の意味が異なるので、それぞれの「場」がもつ意味や役割は異なります。居場所には「ここに居てもいい」という安心感が欠かせませんし、拠点には「ここから何かが始まる」という活力や熱気のようなものが求められます。ただ、どちらの「場」においても、「人がゆるやかにつながれる場」をつくるようにしていることは、同じであるように感じます。

実際、それらの場には、健康的で、それぞれによい状態を目指すひとの姿や雰囲気がいっつもあります。だからこそ、「居場所づくり」や「拠点づくり」には、「介護予防」「地域づくり」「子育て」などと分けて考える必要がないのかもしれない。どの世代、どの分野の人がつくる場であっても、いつも「人がゆるやかにつながれる場」を目指してさえいれば、そこは誰かにとつての居場所になり、地域の拠点になる可能性がありそうです。

とばびと  
活躍  
プロジェクト

## トバゴト

健康福祉課長寿介護係  
(生活支援コーディネーター 杉浦徹)

TEL 25-1186

Vol.40



トバゴトQRコード

昭和25年4月～  
昭和26年3月  
生まれの  
みなさんへ

# 元気でいきいきと暮らすために お元気日常生活チェック 提出のお願い

健康福祉課地域包括支援センター TEL 25-1182

市の介護保険の要支援・要介護認定率は80歳代になると大幅に上がっています。そのため、その前の段階である75歳のかたを対象に「お元気日常生活チェック」を郵送し、足腰や口腔の機能・心の健康状態・生活機能などが低下するおそれのあるかたには、医療・介護の専門職員(理学療法士・保健師・社会福祉士・ケアマネジャー)が早期に介護予防に取り組んでいただけるよう案内をしています。お元気日常生活チェックが届いたかたは6月30日(火)までに同封の返信用封筒にて返信してください。

介護予防の取り組みとして、そのかたに合わせて運動・口腔・栄養の状態を改善するサービスを利用することができます。

今まで教室に参加されたかたからは「立ち上がりが楽になり、歩きやすくなった」「口の渇きが改善して食べやすくなった」などの感想を聞いています。対象のかたは、ぜひ教室の参加をお勧めします。

## フレイル予防に取り組もう!

フレイルとは、加齢によって心身の機能が低下した状態のことで、「元気な状態と要介護状態の間」のことを指します。「年を取ったから」と言って、対策を取らないでいると、ますます体力が落ちてしまい、要介護状態に近づいてしまいます。しかし、早めに適切な対策を行うことで、元気な状態に戻る可能性がある時期とされています。フレイル予防は生活習慣と結びついています。自分の生活を見直し、早めのフレイル予防に取り組みましょう。

## フレイル予防の3つのポイント

- ①お口の健康(口腔ケア)を保ち、栄養バランスのとれた食事をとる。
- ②家事や散歩などで今よりプラス10分、コツコツ動くことを心がける。
- ③仲間や地域の人とのつながり(趣味やボランティアなど)を大切にします。

## お元氣くらぶメニュー

### 運動機能に低下がみられたかた

#### → お元氣くらぶ(運動)

通所型：毎週火曜日(6か月間)



### 栄養状態の改善が必要なかた

#### → お元氣くらぶ(栄養)

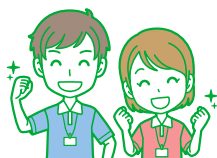
通所・訪問型：月1回(3か月間)

### お口の機能に低下がみられたかた

#### → お元氣くらぶ(口腔)

通所型：月1回(3か月間)

どの教室も参加費無料です。



## お元氣日常生活チェック

No.	質問項目	いずれかに○	
1	バスや電車で1人で外出していますか	はい	いいえ
2	日用品の買い物をしていますか		
3	預貯金の出し入れをしていますか		
4	友人の家を訪ねていますか		
5	家族や友人の相談にのっていますか		
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい	いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい	いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	はい	いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	はい	いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	はい	いいえ
11	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ
12	現在の身長と体重を記入してください 身長 _____ cm 体重 _____ kg .		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい	いいえ
15	口の渇きが気になりますか	はい	いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	はい	いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい	いいえ
18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあると云われますか	はい	いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい	いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	はい	いいえ
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない		
22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった		
23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じら		
24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない		
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ
*お元氣くらぶ(運動・お口・栄養)の参加を希望しますか		はい	いいえ

6月30日(火)までに  
同封の返信用封筒で  
回答をお願いします。

教室参加を希望する  
かたは、「はい」に○を  
つけてください。

対象：75歳のかた(令和8年4月1日現在) ※介護保険の認定を受けていない人に限る

# 水道週間が始まります (6月1日~7日)

水道課 TEL 26-2780

## 水道週間

6月1日(月)~7日(日)は、水道週間です。水道の現状や課題について理解を深め、これからの水道事業の取り組みについてご協力いただくことを目的として、広報活動を行っています。

令和8年度(第68回)のスローガン **たいせつな 水道守ろう 未来へと**

## 安心して水道を使っていたくための取り組み

- 法律で定められた定期的な水質検査のほか、毎日蛇口から出る水の「におい」・「色」・「にごり」の検査を行っています。
- 災害の時にも水が使えるように、離島や海沿いなどの孤立の心配がある地域から重点的に水道管の耐震化を行っています。
- 災害などで万が一水が出なくなった時にも早期に応急給水や施設の復旧ができるよう関係する団体などとの連携体制を整えています。



第68回水道週間ポスター  
出典:公益社団法人 日本水道協会

## いつでも連絡してください

- 道路から水が染みだしているけど漏水じゃないかな?
  - 水が濁っているような気がするんだけど。
- など、気付いたことや心配なことがあれば水道課まで連絡してください。

## 水道水の濁りについて

上水道を利用するにあたり、時おり水道水に濁りが発生することがあります。

原因については、さまざまなことが考えられますが、主な要因としては近隣で水道工事やそのほかの工事などで水道管に何らかの衝撃や変化が起きたときに、きれいな水道水が濁った水となり蛇口から出ることがあります。

今回はそのような濁った水道水にはどのような種類があるのか見てみましょう。

まずは、このような赤茶色の水です。こちらの水は「赤水」と呼ばれ、水道管内の鉄分(サビ)などが原因で発生します。近隣の消火栓などを使用する、大規模な漏水が発生するなど多量の水が配水管内を動く際にサビが一気にはがれることで発生します。万が一飲んでしまっても健康に被害はないケースがほとんどですが、味が鉄くさいなど気分を害されること、洗濯物などに着色してしまうことがありますので注意が必要です。



つぎに白い水についてです。写真のような白い水が蛇口から出てくることがあります。白い部分については水道管内の空気が原因となります。先ほどの「赤水」と違う点は、水道水の味については通常の水と変わらないこと、洗濯物が着色することはないことです。健康被害については空気が入っている水ですので飲んで大丈夫なのでご安心ください。



以上がおもな水道水の濁り水の種類となります。鳥羽市内の水道管は主に古いものでは昭和中期~後期に整備された管が今も活躍しています。近年では、毎年、水道管工事により昭和期の水道管を新しいものに更新しています。工事によりやむを得ず一時断水や濁りが発生してしまうケースもあります。水道をご利用のみなさんには、ご不便をおかけしますが、将来のきれいな水のため、更新工事をこれからも行っていきますのでご協力のほど、よろしくお願い致します。

そのほかお困りのことがありましたら水道課まで連絡してください。



市ホームページ

# 令和8年度 国民健康保険税について

課税内容について：税務課市民税係 TEL 25-1134

資格・給付について：市民課保険年金係 TEL 25-1148

政府は、少子化対策を目的とする「子ども・子育て支援金制度」(\*)を創設し、すべての医療保険において、「子ども・子育て支援金」が加算されることとなりました。

このことから、従来の国民健康保険税(医療保険分・後期高齢者支援分・介護保険分)に加えて、新たに「子ども・子育て支援金分」を合算して納付していただくこととなります。

令和8年度の国民健康保険税納税通知書は、6月11日(木)発送予定です。不明点などありましたら上記まで問い合わせてください。



こども家庭庁  
ホームページ

(※)「子ども・子育て支援金制度」についてくわしくは、こども家庭庁のホームページを確認してください。

		改正前 (令和7年度)	改正後 (令和8年度)
医療保険分	所得割の税率	7.20%	7.20%
	資産割の税率	13.00%	13.00%
	均等割の金額	30,600円	30,600円
	平等割の金額	20,300円	20,300円
	賦課限度額	660,000円	670,000円
後期高齢者支援分	所得割の税率	3.00%	3.00%
	資産割の税率	2.70%	2.70%
	均等割の金額	12,700円	12,700円
	平等割の金額	8,400円	8,400円
	賦課限度額	260,000円	260,000円
介護保険分	所得割の税率	2.30%	2.30%
	資産割の税率	3.30%	3.30%
	均等割の金額	12,300円	12,300円
	平等割の金額	6,100円	6,100円
	賦課限度額	170,000円	170,000円
子ども・子育て支援金分	所得割の税率	—	0.30%
	均等割の金額	—	1,100円
	18歳以上均等割の金額	—	60円
	平等割の金額	—	700円
	賦課限度額	—	30,000円

◎子ども・子育て支援金分においては、18歳未満の被保険者に係る均等割が全額軽減されます。

◎今年度は賦課限度額を除き、医療保険分・後期高齢者支援分・介護保険分の税率・金額に変更はありません。

## ●軽減・免除制度について

所得の少ない世帯などについては、軽減・免除制度があります。

くわしくは、納税通知書の同封チラシまたは、市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

市民体育館 TEL 25-6215

**申込方法** 市民体育館へ電話で申し込んでください。 **休館日** 月曜日（祝日を除く）、祝日の翌日（平日）

**その他** ※申し込みが少ない場合は、中止することがあります。

※自己都合によるキャンセルの場合は、料金を負担していただきます。

6月2日（火）より受付開始!!

教室名	講師	開催日	時間	内容	持ち物	参加費	対象	定員	ところ
シニアヨガ & 健康体操教室	岩橋育美	7月 1日(水) 7月 8日(水)	10:00 ~ 10:50	60歳以上のかたを対象に軽減法も用いて無理のない方法で身体を伸ばします。身体と頭を動かす簡単にできる体操を行います。	ヨガマット タオル 水分	10回 5,000円	60代 ~ 70代 (女性)	25	市民体育館 トレーニング ルーム
		7月15日(水) 7月22日(水)							
		8月 5日(水) 8月19日(水)							
		8月26日(水) 9月 2日(水)							
		9月 9日(水) 9月16日(水)							
お気軽ストレッチ (木曜日)	岩橋育美	7月 2日(木) 7月 9日(木)	19:30 ~ 20:20	ヨガはちょっと…というかたにおすすめ! 気軽に出来る健康な身体と習慣をつくる教室です。	ヨガマット タオル 水分	10回 5,000円	40代 ~ 70代 (女性)	25	市民体育館 トレーニング ルーム
		7月16日(木) 7月23日(木)							
		7月30日(木) 8月 6日(木)							
		8月20日(木) 8月27日(木)							
		9月 3日(木) 9月10日(木)							
		7月10日(金) 7月17日(金)							
		7月31日(金) 8月 7日(金)							
お気軽ストレッチ (金曜日)		8月21日(金) 8月28日(金)							
		9月 4日(金) 9月11日(金)							
		9月18日(金)							
フットサル教室	松井保明	7月 1日(水) 7月 8日(水)	19:00 ~ 19:50	サッカーのトレーニングを通じて子どもたちの身体づくり、動きづくりのお手伝いをします。	体育館 シューズ タオル 水分	10回 5,000円	年長 ~ 小学生	20	市民体育館 メインアリーナ サブアリーナ
		7月15日(水) 7月22日(水)							
		7月29日(水) 8月 5日(水)							
		8月19日(水) 8月26日(水)							
		9月 2日(水) 9月 9日(水)							
わくわくステップ体操教室	岩橋佐和	7月11日(土) 7月18日(土)	9:00 ~ 9:50	運動を楽しむ心を育みます。リズム遊びや運動遊びを通して多様な動きを経験します。	体育館 シューズ タオル 水分	6回 3,000円	年少 ~ 年中	15	市民体育館 サブアリーナ
		8月22日(土) 8月29日(土)							
		9月 5日(土) 9月12日(土)							
わくわくチャレンジ体操教室	岩橋佐和	7月11日(土) 7月18日(土)	10:05 ~ 10:55	より複雑な動きや新しい運動遊びに挑戦し、『できた!』の喜びを沢山味わいます。	体育館 シューズ タオル 水分	6回 3,000円	年中 ~ 年長	20	市民体育館 サブアリーナ
		8月22日(土) 8月29日(土)							
		9月 5日(土) 9月12日(土)							
わくわくアクティブ体操教室	岩橋佐和	7月11日(土) 7月18日(土)	11:10 ~ 12:00	ダイナミックな動きや連続した運動に取り組み全力で体を動かす楽しさと達成感を味わいます。	体育館 シューズ タオル 水分 縄跳び	6回 3,000円	小学1年 ~ 小学3年	20	市民体育館 サブアリーナ
		8月22日(土) 8月29日(土)							
		9月 5日(土) 9月12日(土)							
ダンス超初級~リズム遊び~	杉田華子	7月 9日(木) 7月23日(木)	17:00 ~ 17:45	踊るのが大好きな子、体を動かすのが好きな子、ダンスに興味がある子、音楽に乗ってリズム遊びを楽しみましょう!	体育館 シューズ タオル 水分	6回 3,000円	小学1年 ~ 3年 男女	14	市民体育館 トレーニング ルーム
		8月 6日(木) 8月20日(木)							
		9月10日(木) 9月17日(木)							
インナービューティーヨガ	山本恵美子	7月 2日(木) 7月 9日(木)	10:00 ~ 11:15	骨盤底筋やコアを意識して体幹を養い内側から健康で美しくを目指しましょう。	ヨガマット タオル 水分	11回 5,500円	一般	20	市民体育館 トレーニング ルーム
		7月16日(木) 7月23日(木)							
		7月30日(木) 8月 6日(木)							
		8月20日(木) 8月27日(木)							
		9月 3日(木) 9月10日(木)							
		9月17日(木)							
ボディメイクストレッチ	藤原京	7月 7日(火) 7月14日(火)	19:30 ~ 20:30	自分の身体の使い癖によって出来てしまった歪みなどを整えてボディラインを綺麗にしていくストレッチと体重を利用したトレーニングを行います。	ヨガマット タオル 水分	10回 5,000円	一般	25	市民体育館 トレーニング ルーム
		7月28日(火) 8月 4日(火)							
		8月18日(火) 8月25日(火)							
		9月 1日(火) 9月 8日(火)							
		9月15日(火) 9月22日(火)							
一生歩ける身体づくり講座	藤原京	7月 1日(水) 7月8日(水)	13:15 ~ 14:15	10年後も自分の足で歩けるように、身体の使い方を整える教室です。椅子に座って行う運動ですので、膝や足の悪いかたでも気軽に参加できます。	ヨガマット タオル 水分	12回 6,000円	50代~	20	市民体育館 トレーニング ルーム
		7月15日(水) 7月22日(水)							
		7月29日(水) 8月 5日(水)							
		8月19日(水) 8月26日(水)							
		9月 2日(水) 9月 9日(水)							
		9月16日(水) 9月23日(水)							

教室名	講師	開催日		時間	内容	持ち物	参加費	対象	定員	ところ
足育教室	奥村祐佳	7月 1日(水)	7月15日(水)	19:30 } 20:30	棒を使い足裏をほぐし、踏ん張る力をつけ体幹を整えます。リンパを流す動きも取り入れ浮腫みのケアにもつなげます。簡単な動きもあり無理なく行います。	ヨガマット タオル 水分	10回 5,000円	一般	15	市民体育館 サブアリーナ
		7月29日(水)	8月 5日(水)							
		8月19日(水)	8月26日(水)							
		9月 2日(水)	9月 9日(水)							
		9月16日(水)	9月30日(水)							
楽しい水泳教室 ※2クラス開催	岩橋育美	7月27日(月)	7月28日(火)	9:30 } 10:45	水泳の基礎を1から楽しく学べます。	水着 スイミングキャップ ゴーグル バスタオル	全4回 2,000円	小学性 低学年	20	中央公園 水泳プール
		7月29日(水)	7月30日(木)	10:50 } 12:05				小学生 高学年		
		予備日：7月31日(金)								
ゼロから学ぶ 韓国語	パク・ソニョン	7月11日(土)	7月25日(土)	10:30 } 11:30	韓国語をほとんど知らないかた、文字や発音、簡単な日常会話を学びたいかたのための内容です。教材をベースに進めますが、歌やゲームなども使って楽しく学んでいきます。韓国の文化や料理なども紹介していきます。	筆記用具 ノート	全18回 9,000円	中学生 } シニア まで	15	市民体育館 会議室
		8月 8日(土)	8月22日(土)							
		9月12日(土)	9月19日(土)							
		10月10日(土)	10月17日(土)							
		11月 7日(土)	11月28日(土)							
		12月12日(土)	12月19日(土)							
		1月 9日(土)	1月23日(土)							
		2月13日(土)	2月27日(土)							
		3月13日(土)	3月20日(土)							

## 令和8年度 鳥羽中央公園水泳プールの とばっ子カード特典について



健康福祉課子育て支援室 TEL 25-1184

利用した時に子ども1人分と保護者1人分の使用料が無料になる「とばっ子プール券」を1世帯につき1枚発行します。

### プール券発行期間

6月16日(火)～8月31日(月)の  
市民体育館開館日

### 発行場所

市民体育館1階・受付窓口

※プール受付では発行できません。

### 持ちもの

とばっ子カード

※「とばっ子プール券」発行時にとばっ子カードの提示が必要です。

### 注意事項

※令和7年度以前に発行された「とばっ子プール券」は使用できません。

※プール受付でとばっ子カードを提示しても無料で利用できません。

※鳥羽市民体育館の休館日(月曜日(祝日の場合はその翌日)、祝日の翌日(土曜、日曜日を除く))は発行できません。

※プール券を紛失・忘れたなど、プール利用時に持参されない場合は無料になりません。

※プール券を紛失された場合は、再発行をします。鳥羽市民体育館(Tel 25-6215)で手続きをしてください。再発行されるまではプール利用料は無料になりません。

※プール券の利用期間は令和8年7月1日(水)から8月31日(月)までです。



# ネット口座振替受付サービスをご利用ください

税務課管理収納係 TEL 25-1132

市税などの口座振替について、一部の金融機関においてインターネットで申し込むことができる「ネット口座振替受付サービス」が利用できます。口座振替は、一度申し込めば口座から納期ごとに市税などが自動的に納税できる、便利で安心・確実な納付方法です。まだ利用されていないかたは、ぜひ利用してください。

## 利用できる税目

- ◇ 市県民税（普通徴収分）
- ◇ 軽自動車税（種別割）
- ◇ 固定資産税・都市計画税
- ◇ 国民健康保険税

## 利用できる金融機関

- ◇ 百五銀行
- ◇ 三十三銀行
- ◇ あいち銀行

## 申し込み方法

右のQRコードより申し込んでください。  
宛名番号や納税義務者については、納税通知書を確認してください。  
※振替日（納付期限）の15日前までに申し込みが必要です。

市県民税  
（普通徴収分）



軽自動車税  
（種別割）



固定資産税・  
都市計画税



国民健康  
保険税



## 令和8年度 ネット口座振替受付サービス申込締切一覧

税目	納期	第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期	第7期	第8期
市県民税	納付期限	6/30	8/31	11/2	2/1				
	申込締切	—	(8/16)	(10/18)	(1/17)				
軽自動車税 （種別割）	納付期限	6/1							
	申込締切	—							
固定資産税 都市計画税	納付期限	4/30	7/31	12/25	3/1				
	申込締切	—	(7/16)	(12/10)	(2/14)				
国民健康保険税	納付期限	6/30	7/31	8/31	9/30	11/2	11/30	2/1	3/1
	申込締切	—	(7/16)	(8/16)	(9/15)	(10/18)	(11/15)	(1/17)	(2/14)

※口座振替登録を完了した税目については、翌年度以降も継続して振替処理となります。

この30年以上、大型の海藻群落  
が消失する磯焼け現象が全  
国的に広がっている。三重県  
南部でも磯焼けが見られ、状況  
は悪化している。鳥羽でも30  
年ほど前から答志島北岸、坂手  
島北岸域などで海藻の衰退は  
確認されていた。2017年  
ごろから相対的矢湾側で磯  
焼けの前兆が見られ、2021  
年から2024年にかけてサ  
ガラメ（あらめ）やカジメがほ  
とんど無くなってしまった。  
浦村でもホンダワラやサガラ  
メは大部分が消失、菅島西部  
でもカジメ群落が発落が貧弱  
になるなどの変化が見  
られていた。温暖化や  
藻食魚類の活発化、伊  
勢湾の海水の変化に加  
えて黒潮大蛇行による  
環境変化も大きく影響



繁茂するサガラメ群落  
(2025年6月、国崎)



葉が無くなった状態から新しい葉  
が出てきた(2026年1月、国崎)

していると考えられる。そん  
ななかでも石鏡から国崎沿  
岸にはかなり豊かな海藻群落  
が残っていた。  
昨年の春、8年近く続いた黒  
潮大蛇行が終息を迎えたが、そ  
の秋、国崎でもサガラメが大規  
模に消失してしまった場所が  
いくつも見られた。今年の冬、  
同じ場所を調査したところ、す  
べての場所が消失したわけ  
ではなく、茎の上部に新しい葉が  
生え始めている個体が見られ  
る場所もあった。何が原因な  
のかよくわからない。黒潮大  
蛇行による水温などの環境が  
不安定な状況にも7年間耐え  
てきたのに。また、それほど離  
れていない場所は相変わらず  
豊かに茂っているのに。生き  
残り、新しく生えてきた葉が茂  
り、以前のような群落に復活す  
ることを期待して見守りなが  
らも、藻場再生のためのアフ  
ションに関する相談は受け付  
け、一緒に考えていきたい。

## 鳥羽・海藻文化革命 岩尾博士の 海藻博物記

vol.44

～国崎での異変～

水産研究所 TEL 25-3316



# 6月1日から30日は、 土砂災害防止月間です

国では、土砂災害の防止と被害の軽減を目的に、昭和58年から6月を「土砂災害防止月間」と定めています。地球温暖化に伴う気候変動によって、大雨の頻度が増加する可能性が高くなってきており、土砂災害の増加、激甚化が懸念されています。

台風や集中豪雨などによる土石流やがけ崩れ、地すべりなど、危険な箇所や避難経路・緊急時の避難場所をハザードマップなどで確認し、いざという時に適切かつ迅速な行動がとれるようにしましょう。

土砂災害から  
命を守るために



早めの避難行動を



とばデジ Map  
(公開型 GIS)



鳥羽市土砂災害・  
洪水ハザードマップ

一人一人が備えて！  
**防災力UP！鳥羽**

vol.156

総務課防災危機管理室

TEL 25-1118

気象庁では、新たな防災気象情報の運用を開始し、これまでの「大雨警報(土砂災害)」が「レベル3土砂災害警報」などの情報名称に変更されました。くわしくは、2ページを確認してください。

## 新たな土砂災害に関する情報

〈現状〉

発表指標	60分雨量(解析・予測) 土壌雨量指数(解析・予測)	土壌雨量指数(解析・予測)
5		大雨特別警報(土砂災害)
4	土砂災害警戒情報	
3		大雨警報(土砂災害)
2		大雨注意報
1		早期注意情報



〈改善後〉

発表指標	60分雨量(解析・予測) 土壌雨量指数(解析・予測)
5	レベル5 土砂災害特別警報
4	レベル4 土砂災害危険警報
3	レベル3 土砂災害警報
2	レベル2 土砂災害注意報
1	早期注意情報

「見える情報」に惑わされない  
ネット通販やSNSを使っている、「期間限定セール」「残りあと1点」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

ない」「早く買わない」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

ない」「早く買わない」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

ない」「早く買わない」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

ない」「早く買わない」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

ない」「早く買わない」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

ない」「早く買わない」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

ない」「早く買わない」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

ない」「早く買わない」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

ない」「早く買わない」という画面があらわれることがあります。これが「見える情報」です。これらは私たちの判断を助けてくれますが、中には「早く買わ

# 「こども家庭センター」の設置

健康福祉課子育て支援室 TEL 25-7221

健康福祉課に「こども家庭センター」が設置されました。妊産婦さん・子育て中の家庭・そして子どもたちを対象に、妊娠期から出産・子育てまでのさまざまな悩みや不安に寄り添い、必要な支援につなぐ窓口です。「ちょっと気になることがある」「相談先がわからない」など、どんな小さなことでも相談してください。また、児童虐待やヤングケアラーなど、子どもに関する深刻な相談にも対応し、関係機関と連携しながら支援を行います。地域の子どもと家庭が安心して過ごせるよう、身近な相談先としてご利用ください。

## 相談窓口

健康福祉課  
健康係

TEL 25-1146

- 妊娠・出産に関すること
- 母乳のこと・育児のこと
- 健診・予防接種のこと
- 産後ケア事業のこと



健康福祉課  
子育て支援室

TEL 25-7221

- お子さんの発達に関する相談
- お子さんの家庭のさまざまな悩みの相談
- 児童虐待やヤングケアラーの相談



## 「生ごみ処理容器購入補助金」および「事業系生ごみ処理機設置事業補助金」について

環境課資源リサイクル係 TEL 25-1149

生ごみの資源化および減量化を図るため、家庭用・事業所用それぞれの生ごみ処理機器購入に対する補助制度を設けていますので、活用してください。

### 家庭用 生ごみ処理容器購入補助金



生ごみ処理  
容器購入補助金

#### 補助対象

- ①市内に居住しているかた（ただし事業者は除く）
- ②処理容器を常に良質な状態で維持管理できるかた
- ③処理容器の維持管理を自己所有地または自己の管理している土地の範囲で行うかた

**補助金額** 購入費用の2分の1(100円未満切り捨て)

**限度額** 容器・コンポストなど:1基につき4,000円  
電動式生ごみ処理機:1基につき20,000円

**制限** 1世帯につき2基まで

※予算には限りがあることから、生ごみ処理機の購入を検討しているかたは、早めの利用をおすすめします。

### 事業者用 事業系生ごみ処理機設置事業補助金



生ごみ処理機  
設置事業補助金

#### 補助対象

- ①市内に事業所を有する事業者であること
- ②1日20kg以上の生ごみ処理機を設置すること
- ③事業を営む個人にあっては、市内に住所を有していること
- ④市税を滞納していないこと

**補助金額** 設置費用の3分の2(上限200万円)

※購入を検討している事業者のかたは、予算確保に日数が必要となるため、事前に相談してください。



X (旧 Twitter)  
@Toba\_Lib



鳥羽図書館前

開館時間 午前 10 時～午後 6 時 市立図書館 TEL 26-4555

## 図書館カレンダー 休館日

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
6 June 2026	1	2	3	4	5	6	7 July 2026	1	2	3	4		
	7	8	9	10	11	12	5	6	7	8	9	10	11
	14	15	16	17	18	19	12	13	14	15	16	17	18
	21	22	23	24	25	26	19	20	21	22	23	24	25
	28	29	30				26	27	28	29	30	31	

### ◎ブックトーク

とき 6月6日(土) 午前 10 時 30 分～  
テーマ「かえるがなくから…」

### ◎おはなし会

おはなしの会「ミルキーウェイ」によるおはなし会  
とき 6月6日(土) 午後 2 時～  
おはなしは「おじさんのかさ」ほか

### ◎絵本と紙芝居の会

ボランティアグループ「稲穂会」による絵本と紙芝居の読み聞かせ

とき 6月14日(日) 午前 10 時 30 分～、11 時～  
絵本『ともだちともる』ほか  
紙芝居『へびとのやくそく』ほか

### ◎赤ちゃん絵本

ボランティアグループ「ぐりとぐらの会」による0～3歳児くらいを対象とした絵本の読み聞かせ  
とき 6月26日(金) 午前 10 時 30 分～  
絵本は『おいちののだーるまさん』ほか

### ●ストーリーテリング勉強会

とき 6月16日(火) 午前 10 時～

### ☆令和8年度課題図書

課題図書コーナーにあります。貸出には制限があります。くわしくは、問い合わせてください。

## 新刊情報



### 一般書

小説	『日本買収』	牛島信
	『私たちはたしかに光ってたんだ』	金子 玲介
	『人生のリフォームどき』	内山 純
	『ウイルス』	真山 仁
その他	『図解でわかる高齢者の病気と症状』	清水 奈穂美
	『子どもと海あそび』	茂木 みかほ
	『はじめての健康マージャン教室』	川島 隆太 ほか

### 児童書

小説	『あの子が一番』	朝比奈 あすか
	『まゆとごちそう春夏秋冬』	富安 陽子
絵本	『よーいドテッ!』	西村 敏雄
	『おばけのそごちから』	山本 孝
その他	『みんなが知りたい! ダムのひみつ』	福手 勤
	『はじめての語彙力えほん』	金田一 秀穂 ほか

三重県内男女共同参画連携映画祭において、市では6月13日に映画「あまろつく」を上映します。リストフで失業し、実家に戻ってきた39歳・独身の優子。そんな中、65歳の父が20歳の再婚相手を手を連れてきて、一家は衝突と騒動の連続に見舞われます。この一家にも言えるように、人生100年時代を迎えた今、家族の姿・人生の姿は多様化しています。

内閣府が作成している「男女共同参画白書」によると、昭和45年頃の婚姻件数は約100万件、離婚件数は約10万件でした。その後、婚姻件数は減少傾向となり、平成27年～令和元年の婚姻件数は約60万件、離婚件数は約20万件となっています。全婚姻件数に占める再婚件数の割合は近年増大傾向にあり、令和2年の再婚件数は13.9万件で、婚姻の約4件に1件が再婚です。

また、家族の姿の変化を見ても、昭和55年時点では、全世帯の6割以上を「夫婦と子供」と「3世代等」の家族が占めていました。令和2年時点では、「夫婦と子供」「世帯」の割合は25%に、「3世代等」世帯の割合は7.7%に低下する一方で、世帯員が1人だけである「単独」世帯の割合が38%となり、昭和55年時点の19.8%と比較して2倍近く増加しています。

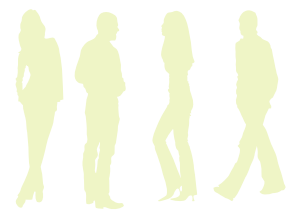
女性の生き方も多様化しており、50歳時点で結婚経験のある女性は、昭和35年時点では約98%で、かつて社会制度や慣行の多くはこれを前提としていました。令和2年では、50歳時点で配偶者がいる女性は69.3%となっています。

「家族のかたちはこうあるのが当たり前」という固定観念に縛られず、自身が望む家族のあり方や人生の姿を模索する時代が訪れています。

## イコール パートナーシップ

Vol.160

さまざまな  
家族のかたち



市民課人権・市民交流係

TEL 25-1126

# 鳥羽市に住民票があるかたはコンビニ交付が便利です

市民課 TEL 25-1127 税務課 TEL 25-1132

鳥羽市に住民登録があり、利用者証明用電子証明書が搭載されたマイナンバーカードをお持ちのかたは、全国のコンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機で、証明書が取得できます。取得できる証明書は表のとおりです。ぜひご利用ください。戸籍証明が必要なかたで、本籍地が鳥羽市以外の場合は、本籍地の市区町村に問い合わせてください。



## 取得できる証明書

証明書	取得範囲	手数料	利用可能時間 ※12月29日～1月3日およびシステムメンテナンス日を除く。各店舗営業時間内に限る
住民票の写し	本人・世帯員	200円	午前6時30分～午後11時 土日祝日も含む
住民票記載事項証明書			
印鑑登録証明書	印鑑登録をしている本人	200円	午前9時～午後5時15分 平日のみ
所得(課税)証明書	本人(転出されたかたは取得できません)		
戸籍全部事項証明書(戸籍謄本) 戸籍個人事項証明書(戸籍抄本)	鳥羽市に本籍がある本人・ 同じ戸籍に在籍する人	450円	午前9時～午後5時15分 平日のみ
戸籍の附票の写し		200円	

※マルチコピー機で取得された証明書の交換や返金はできません。

みなさんは「アカモク」という海藻をご存じでしょうか。最近メディアや店頭で目にする機会が増えているアカモクですが、実は『日本書紀』や『万葉集』にも登場するほど、日本では古くから親しまれてきた歴史ある食材です。

春先には全長10メートル近くにまで成長する生命力の強さから、地域によっては船の運航を妨げたり漁網に絡みついたりする厄介者として敬遠されることもありましたが、しかし最近の研究では、脂肪燃

アカモク

6月  
旬の  
とば  
鳥羽ごまかな

vol. 18

観光商工課観光係  
TEL 25-1157  
農林水産課水産係  
TEL 25-1167

鳥羽市が誇る四季折々の「鳥羽ごまかな」を漁協さんご紹介！

焼促進や美容効果、さらには花粉症などのアレルギー症状抑制効果が期待できる成分が豊富に含まれていることがわかり、今や健康志向のかたたちから注目を集めるスーパーフードとなりました。

おすすめの調理方法は、旬のシラスとあわせた「アカモクシラス丼」です。炊きたてのご飯にシラスとアカモクを乗せるだけで、ネバネバとシヤキシヤキの絶妙な食感と磯の香りが楽しめる一品に仕上がります。また、酢の物や味噌汁に入れるのもおすすめです。生のアカモクでも下処理してから冷凍保存すれば、旬の味を長く楽しむことができます。

鳥羽海域でも各地で採藻・商品化が行われており、現在は鳥羽マルシェでも販売されています。健康にも良く、歴史のロマンもつまった地元の味。ぜひこの機会に、食卓へ取り入れてみてはいかがでしょうか。

広報 とば 令和8年6月1日号 24

## 栄えある受賞 おめでとうございます

### 瑞宝双光章 消防功労

前田 益稔 さん(65)  
鳥羽三丁目  
元 鳥羽市消防司令長



消防職員として長年にわたり危険性の高い業務に従事され、平成31年からは消防長も務められ、消防力の強化・充実に尽力されました。

### 受賞の声

このたび危険業務従事者叙勲の栄を賜り、誠にありがとうございました。

この章を戴けたのも、指導をしてくださった諸先輩がたをはじめ、各業務遂行に協力してくれた同僚や後輩、そして陰で支えてくれた家族を含むすべてのかたがたを代表しての受章であると思っています。お世話になったみなさまに心から感謝を申し上げます。

空中からの情報収集に関する協定を締結



4月20日、中日本航空株式会社三重支店と、災害時における空中からの情報収集に関する協定を締結しました。

この協定により、災害発生時に同社が保有する航空機を活用し、空から画像・動画撮影、さらにはレーザー測量による詳細なデータ提供を迅速に受けることが可能になります。

同社の鈴木常務取締役は「災害時にいち早く情報を共有することで、鳥羽市のみなさんが安心して暮らせるよう協力していきたい」と力強く話してくれました。

GWは「駅ボラ」で鳥羽のおもてなし



5月3日～5日の3日間、鳥羽駅ボランティアガイド（通称：駅ボラ）が実施され、9歳から85歳までの36人がボランティアとして参加しました。

初参加のボランティアは事前に研修を受け、当日は鳥羽駅周辺にて観光案内のほか、車いすやベビーカーの貸し出し、身体の不自由なかたのサポートなどを行いました。ボランティアに参加したかたは「観光客のかたとお話ができて楽しかった」「思い出に残る旅のお手伝いできていれば嬉しい」と話してくれました。

いのち  
生命の駅伝ランナーがひだまりを訪れました



5月21日、第32回生命の駅伝のランナーが保健福祉センターひだまりを訪れ、鳥羽市子育て応援キャラクタージュジュや職員らが拍手で出迎えました。

生命の駅伝は三重県全市町を走りながらがん研究の支援を呼びかける活動であり、ランナーとして参加した大野副市長が鳥羽市で集まった募金を贈呈しました。

大野副市長は「がん研究の発展を願い、ランナーの無事完走を応援します」と述べました。

# やんちゃっこ

# あまえっこ



せりちゃん  
辻 世梨 ちゃん

令和7年4月22日生まれ

超食いしん坊のせりちゃん  
いっぱい食べて大きくなーれ



ひなたちゃん  
市岡 陽翔 ちゃん

令和7年5月30日生まれ

誕生日おめでとう！  
明るく元気な子に育ってね☀

## 募集集中!

1歳になる元気なお子さんの写真と25文字以内のコメントを添えて、秘書広報係までお送りください。



QRコードでも受け付けています



## すこやかに とばっこげんきっこ

おみらむい 絵

vol.234

6月は雨が多い季節。楽しみにしていたお出かけが中止になるとがっかりしますが、「雨降って地固まる」と言うように、おうち時間だからこそ楽しめる遊びもあります。外に出られない梅雨時こそ、みんなで特別なおうち遊びを満喫してみませんか。

## 小竹篤市長の 変革のスイッチ

vol.12

賑わいをみせる、  
鳥羽・佐田浜港



昨年の11月以降、鳥羽市の観光客入込数が増えています。昨年7月に開園したミジユマル公園も休日にはお子様づれで大変賑わっていますし、市内の飲食店でも順番待ちのお客様の列ができている様子をよく見かけます。

また、今年の4月25日には、伊勢志摩国立公園指定80周年記念イベントとして、帆船・日本丸が入港しました。「太平洋の白鳥」と呼ばれ、その優雅な姿は世界中の船乗りたちの憧れだといえます。離島に囲まれた穏やかな鳥羽湾にはその船影がよく似合いました。

さらには、昨年度は23隻だったクルーズ船の来航は、今年度39隻が予定されています。鳥羽港に入港する一番大きな客船は、ダイヤモンド・プリンセスの約12万トンですが、クルーズ船としては小型の1万トンクラスの船舶までさまざまなクルーズ船がやってきました。「風光明媚な静かな入り江で伊勢神宮やミキモト真珠島に



帆船・日本丸



鳥羽駅周辺エリア  
2040 将来ビジョン

# 暮らしの情報

information



まちで見かけた元気な子

広報とばに掲載された写真を差し上げます。ご希望のかたは、政策秘書課秘書広報係まで。

## お知らせ

### 緊急地震速報伝達訓練

総務課防災危機管理室

TEL 25-11118

緊急地震速報の訓練放送を行います。災害時に身を守るため、ぜひ訓練に参加してください。

とき 6月17日(水)

午前10時ごろ

ところ 市内全域

**訓練内容** 消防庁から全国瞬時警報システム(J-ALERT)を通じて配信される緊急地震速報により、防災行政無線から緊急地震速報を放送します。なお、防災行政無線の放送内容は市ホームページやとばメール、Facebook、LINEでも配信されます。

のお子さんとそのきょうだい(小学校3年生まで)、保護者※予約は不要ですが、混雑時にはお断りさせていただく場合があります。

### 福祉医療費助成の対象年齢拡大

市民課保険年金係

TEL 25-11128

令和8年9月診療分から子ども医療費助成の対象年齢を「15歳年度末」から「18歳年度末」までに拡大します。

このことから、新たに対象となるかたに対し、5月中旬ころに、資格取得に必要な申請書を郵送しました。6月30日(火)が提出期限となっておりますので、申請手続きがお済みでないかたは、期限までに提出をお願いします。

なお、提出期限を過ぎても医療費助成資格の申請書を提出することはできませんが、令和8年9月30日までに届け出がない場合は、申請のあった月初から支給対象となり、それ以前の医療費助成については、さかのぼっての支給ができませんのでご注意ください。

### 消防ポンプ操法競練会

消防本部

TEL 25-2072

令和8年度鳥羽市消防ポンプ操法競練会を開催します。市内の各分団の団員が参加して、日ごろの訓練で習得したポンプ操法を披露します。

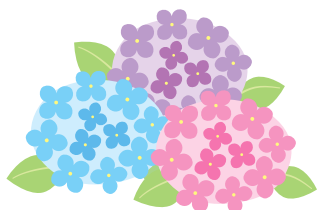
とき 6月20日(土) 午前

※予備日なし

ところ 市民体育館横(アスファルト舗装部分)



過去の大会の様子



広告

住宅・店舗・工場の外装・内装リフォーム・耐震補強工事  
土木・解体工事・土地を売りたい、買いたい～アパート探し  
**お住まい等のお困りごとは当社へご相談ください。**

★従業員募集中！ 設計・積算/現場監督/専門作業員/営業員

0599-26-2580  
**村瀬建設株式会社**  
鳥羽市船津町235番地(ドラッグストア セイムス 隣)

広告

漏水調査などを行い、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 10年間 無料メンテ

FM三重で毎週月曜放送！  
雨漏り 17% 47%

**情熱リペジョ**

0120-246-194  
8:00~20:00 (365日対応)  
【本社】津市久米町川町2100-8

代表 小河

## 労働保険の年度更新

### 厚生労働省労働基準局

#### 労働保険徴収課

TEL 03-5253-1111

令和8年度労働保険（労災保険・雇用保険）の年度更新期間は、6月1日（月）～7月10日（金）です。

労働保険の手続きは「電子申請」をぜひ活用してください。自宅やオフィスから24時間いつでも申請や届出が可能です。また、労働保険料の納付は口座振替や電子納付が便利です。労働保険の電子申請に関して、くわしくは特設サイトを確認してください。



## 令和8年度「みえの働き方改革推進企業（みえワク企業）」の登録

### 三重県雇用経済部雇用対策課

TEL 059-224-2454

三重県では、誰もが働きやすい職場環境づくりを積極的に推進する企業などを「みえワク企業」として登録し、さらに当該年度に登録された企業などの中から知事表彰を行っています。

えの働き方改革推進企業（みえワク企業）」として登録し、さらに当該年度に登録された企業などの中から知事表彰を行っています。

応募方法などくわしくは、ホームページをご覧ください。

なお、登録企業には、取り組みに応じて奨励金が受けられるなどのメリットがあります。

応募期限 7月31日（金）



## 介護保険負担限度額認定証の更新

### 健康福祉課長介護係

TEL 25-1186

介護保険施設や短期入所（ショートステイ）を利用するかたの居住費と食費について、低所得のかたへの補助（補足給付）を行っています。

現在、負担限度額の認定を受けているかたについては、有効期限が7月31日（金）までとなっています。8月以降も引き続き認定証が必要なかたは

更新申請を行ってください。

※利用実績のあるかたには更新勧奨通知を郵送しますの

で、届くまでお待ちください。くわしくは、市ホームページを確認してください。

## スマートフォン教室

### 健康福祉課長介護係

TEL 25-1186

スマートフォンを持つてみようと考えている、または操作に不安を感じているシニアのかた向けのスマートフォン教室です。

※スマートフォンの貸出可能（台数に制限があります）

とき 6月24日（水）

午後1時30分～2時30分

ところ 保健福祉センターひだまり1階・会議室

内容 スマートフォンをあんしん・安全に使うために

講師 ドコモショップ鳥羽店

参加費 無料（要予約）

※開催日の1週間前までに申し込んでください。

※定員に達し次第、受け付けを終了します。

申込先 ドコモショップ鳥羽店

TEL 21-2366

## 電波のルールは、必ず守りましょう

### 総務省東海総合通信局

TEL 052-971-9107

6月1日～10日は、電波利用環境保護周知啓発強化期間です。

電波の利用にはルールがあります。無線機器を使用するときは、必ず「技適マーク」が付いているか確認してください。「技適マーク」がない外国規格の無線機器は、Wi-Fiや重要無線である携帯電話などに障害を与える恐れがあります。

くわしくは、総務省東海総合通信局に問い合わせてください。

### 不法無線局の相談

TEL 052-971-9107

テレビなどの受信障害の相談

TEL 052-971-9648



広告

# 正攻法。鳥羽から世界へ

## 中村真翔

(育英大学)  
グレコローマンスタイル63kg級  
U23全日本選手権大会 優勝

## 山口叶太

(中央大学)  
フリースタイル79kg級  
U23全日本選手権大会 優勝

## 平井鉄清

(韮崎工業高校)  
グレコローマンスタイル45kg級  
U17アジア選手権大会 出場

中村・山口は10月開催のU23世界選手権へ出場予定!

## 固定資産に係る各種申請書の提出

### 税務課固定資産税係

TEL 25-11133

市内の固定資産に係る内容に変更があった場合、所有されるかたに対して、各種申請書の提出をお願いしています。

### 【届出例】

- ①住宅用地申告書・新增築家屋申告書
- 家屋を新築または増築した場合
- 併用住宅における居住部分と非居住部分の床面積を変更した場合
- 家屋の用途変更にもなう土地の利用状況を変更した場合（非住宅用地から住宅用地など）
- ②家屋滅失申請書
- 家屋を取り壊した場合
- ③家屋補充課税台帳登録名義人変更申請書
- 法務局で登記をしていない家屋（未登記家屋）の名義人（所有者）を売買や相続等により変更する場合

それぞれの申請書は、税務課の窓口または市ホームページからダウンロードできます。

申請内容によって、税額が変更となる場合があります。まずは、税務課固定資産税係へ相談してください。



市ホームページ

## 海女さん応援事業

### 農林水産課水産係

TEL 25-11167

海女漁業の振興や海女文化の保存・継承を図るとともに、後継者不足の解消につながるため、海女漁に必要な道具などの購入に要する費用を支援します。

### 対象者

- ①市内に住所を有し、新たに海女漁業に従事しようとする女性のかた（鳥羽磯部漁業協同組合の証明が必要です）
- ②市内に住所を有し、海女漁業を行う女性のかた

### 対象経費

海女漁に必要な道具（ウエツトスーツ、帽子、足袋、ウエイト、フィン、メガネ、磯ノミ、スカリ）の購入に係る費用

※補助金交付決定前に購入したものは、補助対象外です。  
※複数同じ道具購入不可（夏用・冬用は可）

### 補助率

- ①10分の10（3万円を上限）
  - ②10分の5以内（1万5千円を上限）
- 募集人員  
①10人程度 ②70人程度
- 募集期間  
①6月1日(月)から  
②6月8日(月)から

## かどやのイベント

### 鳥羽大庄屋かどや

TEL 25-8686

### 展示「きみやワールド作品展」

ジャズピアニストとして活躍中の伊藤君代さん制作の点描画と、植物の葉を使って描くポタニーペインティングを展示します。

とき 6月6日(出)午後27日(出)

### 第140回かどや屋下がりコンサート「Jazz Time」

常連の人気ジャズグループ・宮崎義明トリオ（サクソ、ピアノ、ベース）が素敵な音色を奏でてくれます。ボーカルは、かどや2度目のLizさんです！

とき 6月7日(日)  
午後1時30分～3時

※要予約（協力金500円）  
第76回キラキラ倶楽部「スワロフスキーでアクセサリーを作ろう」

とき 6月8日(月)  
午後1時～3時

参加費 1500円(材料費別)  
申込期限 6月4日(木)

第78回紹刺し教室

とき 6月11日(木)  
午後1時～3時45分

参加費 2500円(材料費込)  
※はさみと（あれば）拡大鏡を持参してください

申込期限 6月8日(月)

### 簡単茶道教室

とき 6月17日(水)

午前10時30分～正午  
参加費 1000円

※お点前練習なしの場合は500円

申込期限 6月15日(月)

第17回大人の折り紙教室  
ユリやサクラ・バラなど、花の折り紙を習得します。

とき 6月20日(出)

午後1時30分～3時  
参加費 800円(材料費込)

※はさみを持参してください  
申込期限 6月19日(金)

## 6月求人情報

鳥羽市無料職業紹介所 TEL 25-1241  
(観光商工課商工労政係 TEL 25-1156)

毎月、当紹介所に登録のある市内または近隣事業所の求人情報をご案内します。仕事をお探しのかたはご連絡ください。事業所のかたは求人情報の提供にご協力ください。  
また、当紹介所では、雇用保険受給中のかたに「職業相談等証明書」や「職業紹介証明書（再就職手当）」を発行することが出来ます。必要なかたはご相談の際にお申し付けください。

- 求人情報
- 販売・接客業
- 介護業務
- 栈橋業務員
- 運搬業務
- 調理業務
- 事務
- 清掃 etc.

求人情報は、こちらで詳しく掲載しています。



※無料職業紹介所は西庁舎3階に毎週火曜・水曜・木曜日に開設しています。  
(第1木曜日は保健福祉センターひだまり)

## 行政チャンネルとば番組案内

デジタル123ch  
(ケーブルテレビZTV)

### ○議会録画放送（令和8年本会議）

放送時間 午後1時10分、7時10分～

議案上程	6月5日(金)
一般質問	6月11日(木)、12日(金)、13日(土)
質疑	6月14日(日)
表決	6月24日(水)
再放送	6月25日(木)～6月30日(火)

上記以外の時間は文字情報を繰り返し放送します。番組内容については秘書広報係(☎25-1114)、加入申し込みについては(株)ZTV伊勢放送局(☎0120-222-505)へ問い合わせてください。

## 菅島灯台を一般公開(無料)

### 鳥羽海上保安部

TEL 25-2303

菅島灯台は、明治6年7月1日に点灯した灯台で令和4年に国の重要文化財に指定されました。

普段は内部を見ることが出来ませんので、この機会にぜひお越しください。

とき 7月11日(土)(小雨決行) 午前10時30分～午後2時30分

ところ 菅島灯台  
(鳥羽マリナーミナルから市営定期船で菅島港、遊歩道で徒歩30分) 公共交通機関をご利用ください。

## 福祉の就職フェアinみえ

### 三重県社会福祉協議会

### 三重県福祉人材センター

TEL 059-227-5160

福祉・保育の仕事をお探しのかたを対象に、合同就職説明会を開催します。

### 松阪会場

とき 6月21日(日)

午後1時30分～3時30分

ところ 松阪商工会議所1階・大ホール

参加法人 30法人(予定)

### 津会場

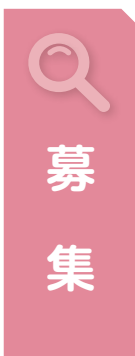
とき 7月12日(日)

午後1時30分～3時30分

ところ 三重県総合文化センター2階・第1ギラリール

参加法人 35法人(予定)

くわしくは、問い合わせてください。



申し込みフォーム

## 環境共育講座

### 鳥羽市リサイクルパーク

TEL 25-9200

夏に向けて美味しい梅干しを作りませんか。梅、塩などの材料はこちらで準備します。お一人様3kgまでとさせていただきます(都合により変更する場合があります)。

とき 6月24日(水) 午前10時～

参加費 梅1kgに付き100円

持ち物 梅を入れる容器

定員 5人

申込方法 6月4日(木)より電話で申し込んでください。

## 手話講座(入門編)

### 健康福祉課障害福祉係

TEL 25-1183

手話をはじめて勉強するかた、手話に興味のあるかたを対象に初心者向けの手話講座を開催します。あいさつや自己紹介など、日常生活で役立つ基本的な手話を学びます。初めてのかたでも安心して参加していただける内容です。※定員に達していない場合、過去に受講されたかたも参加可能

今年度は「入門編」、次年度には「基礎編」を学び、手話奉仕員(日常会話程度の手話表現技術を習得したかた)を養成します。

くわしくは、問い合わせてください。

とき 日程表のとおり

午後7時～8時30分

ところ 保健福祉センターひだまり

対象 市内にお住まい、または通勤・通学されている高校生以上のかたで、「入門編」「基礎編」講座の全日程のうち7割以上受講可能なかた

定員 20人

※定員になり次第、受付終了します。

受講料 無料(テキスト代4290円は別途必要)

申込方法 6月22日(月)までに電話で申し込んでください。

日程表	
7月	3日(金)、17日(金)、31日(金)
8月	7日(金)、21日(金)、28日(金)
9月	4日(金)、11日(金)、25日(金)
10月	2日(金)、16日(金)、30日(金)
11月	6日(金)、13日(金)、27日(金)
12月	4日(金)、11日(金)、25日(金)
1月	8日(金)、22日(金)、29日(金)
2月	5日(金)、12日(金)、26日(金)
3月	(予備日)5日(金)、(予備日)12日(金)

## 地域資源活用商品づくり支援事業補助金

### 鳥羽商工会議所

TEL 25-2751

市内製造業者および卸売業者などが市内で収穫された農水産物などの地域資源を活用し、新商品の開発や販路拡大などを行う費用に対して一部

を支援します。

対象 次の全てに該当する事業者

①市内に事業所などを有し、かつ交付申請時において、市内で事業を営む製造業者など

②市税を滞納していないこと

### 対象経費

●新商品開発にかかる費用

●販路拡大にかかる費用

●対象条件 本市資源を活用すること

●支給金額 対象経費の2分の1の補助、ただし補助上限は次の通りです。

●新商品開発事業…50万円(約3件)

●販路拡大事業…12万円(約10件)

●申請方法 申請書、計画書、収支予算書などを鳥羽商工会議所に提出してください。

### 申請期限

●新商品開発事業…7月10日(金)(審査により決定)

●販路拡大事業…随時受付(ただし、年度末までに事業を終了すること)

くわしくは、問い合わせてください。

## 鳥羽市景観審議会市民公募委員

### 建設課まちづくり整備室

TEL 25-11175

景観づくりに関する重要事項について調査審議する鳥羽市景観審議会の設置に伴い、委員として参加するかたを募集します。

**募集人員** 1人程度

**任期** 委嘱の日から2年間

**応募資格** 次に掲げるすべてに該当するかた

- ①鳥羽市在住の満20歳以上のかた
  - ②景観行政に関心のあるかた
  - ③平日の日中に開催される会議に出席できるかた
- 報酬** 規定に基づき支払います。

## およろこび

お誕生おめでとう

(5月15日までに届出のあったかた) 敬称略

子どもの名前	届出人	生まれた日	町名
大田 まれ	勇樹	5. 7	船津
齋藤 耀大	誠也	5. 4	桃取

## おくやみ

ご冥福をお祈りします

(5月15日までに届出のあったかた) 敬称略

名前	年齢	亡くなった日	町名
安部 信清	(92)	5. 5	二丁目
安田 恒男	(98)	4.15	三丁目
勝又 久美	(98)	4.29	小浜
宮崎 勝己	(86)	5.12	船津
岩本さき子	(96)	4.17	岩倉
松本 とう	(96)	5. 6	松尾
野村 文弘	(50)	4.26	相差
上村 明美	(85)	4.28	相差
清水 博	(87)	4.30	桃取
田畑はる子	(100)	5.13	桃取
内田由加里	(67)	5. 6	答志
木下 庄一	(87)	5.14	菅島
藤原喜代造	(89)	5.10	神島

## 市の人口

令和8年4月末日現在( )内は前月比

人口	15,901人	(+38)
男	7,486人	(+2)
女	8,415人	(+36)
世帯数	8,153世帯	(+41世帯)

編集と発行 政策秘書課秘書広報係

〒517-0011 鳥羽市鳥羽三丁目1-1

TEL 0599-25-1114

ホームページ <https://www.city.toba.mie.jp/>

Eメール [koho@city.toba.lg.jp](mailto:koho@city.toba.lg.jp)



市ホームページ

## 宿泊施設美観整備事業補助金

### 観光商工課観光係

TEL 25-11157

宿泊税を活用し、市内宿泊施設の魅力向上や受入環境の充実を図るため、施設の外観や機能の整備に要する費用を支援します。

**対象者** 市内で旅館業または住宅宿泊事業を営む事業者

**対象施設** 宿泊者の利用に供される宿泊施設(旅館・ホテル・民宿など)

**対象事業** 外壁・屋根・看板・照明などの外観整備、ロビーや客室などの改修、バリアフリー化、省エネルギー化など

**補助内容** 200万円以内の

部分(全額補助)、200万円超の部分(2分の1補助)

※上限(300万円)

**募集期間** 6月15日(月)～7月3日(金)

**申請方法** 市ホームページで必要書類を入手のうえ、観光商工課へ提出してください。

**交付決定** 先着順ではなく、申請内容を審査のうえ決定します。申請多数の場合は減額または不採択となる場合があります。

くわしくは市ホームページを確認してください。

※この事業は、宿泊税を活用して実施しています。

## 税務職員採用試験受験者

### 名古屋国税局総務部

#### 人事第二課 試験係

TEL 052495113511

### 受験資格

①令和8年4月1日において、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していないかた(令和5年4月1日以降に卒業したかた)および令和9年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みのかた

②人事院が①に掲げるかたに準ずると認めるかた

**申込方法** 人事院ホームページより申し込んでください。

**受付期間** 6月12日(金)午前9時～24日(水)

※インターネット申込みができない環境にある場合は、問い合わせ先まで連絡してください。

### 試験日

第1次試験 9月6日(日)  
第2次試験 10月14日(水)～23日(金)のうち、指定する日

# 6月 生活カレンダー

June

## 暮らしの相談

総合こども相談

### 児童相談所による相談・療育手帳判定 要予約

TEL 0596-27-5143

実施日 月～金 受付時間 9:00～17:00

ところ 南勢志摩児童相談所 (予約があるときのみ開催)

### 随時相談 「ほっぷ」 TEL 25-7221 実施日 月～金

受付時間 9:00～17:00 ところ 保健福祉センターひだまり

### 心理カウンセラーによる相談 発達検査 要予約

「ほっぷ」 TEL 25-7221

実施日 2日(火)・16日(火) 受付時間 9:00～17:00

ところ 保健福祉センターひだまり

### 教育相談 TEL 25-2457

実施日 月～金 受付時間 9:00～17:00

ところ 旧小浜小学校内教育支援センター HARP

### 法律相談 (弁護士) 要予約 TEL 37-7061

実施日 25日(木) 受付時間 13:30～16:00

ところ 保健福祉センターひだまり ※3日前までに予約

### まるごと相談 TEL 25-1188 実施日 月～金

受付時間 8:30～17:00 ところ 保健福祉センターひだまり

### 障害相談 TEL 25-1183 実施日 月～金

受付時間 9:00～17:00 ところ 保健福祉センターひだまり

### 女性相談 TEL 25-1276 実施日 月・水・金

受付時間 9:00～17:00 ところ 保健福祉センターひだまり

### 人権相談 要予約 TEL 25-1126 実施日 16日(火)

受付時間 13:30～15:30 ところ 市民課 (市役所西庁舎1階)

### 行政相談 要予約 TEL 25-1112 実施日 18日(木)

受付時間 12:30～14:30 ところ 坂手公民館

### 夜間納税相談 要予約 TEL 25-1132 実施日 月～金

受付時間 17:15～20:00 ところ 税務課 (市役所西庁舎2階)

### 無料職業紹介 要予約 TEL 25-1241

実施日 火・水・木 受付時間 9:00～12:00、13:00～16:00

ところ 無料職業紹介所 (市役所西庁舎3階)

### 消費生活相談 TEL 0596-21-5717 または局番なし 188

実施日 月～金 受付時間 9:00～12:00、13:00～16:00

ところ 伊勢市消費生活センター

## 朝市

### あらしま朝市 ところ 安楽島漁協前

第2・第4日曜日 8:00～10:00

あらしま新鮮組 TEL 090-7950-4425

### 今浦朝市 ところ 旧今浦保育所

第1・第3日曜日 8:00～10:00

麻生の浦会 TEL 090-2577-4833

### わのわ市 ところ JA 加茂駐車場

第2土曜日 8:30～10:30

わのわ市代表 TEL 090-8338-7493

今日の表紙

4月26日、加茂小学校近くの田んぼで田植え体験が実施され、4年生14人、5年生22人が参加しました。稲作体験は、自然に親しみながら農業の喜びや農家の苦労を体験し、食と農業への理解と関心を持ってもらうことと、加茂地区の主たる産業である米作りに触れることで郷土を愛する心を育てることを目的として毎年行われています。

参加した子どもたちは「自分が植えた苗が育つのが、今からすごく楽しみ」と話してくれました。



## 子育て応援

### あそびの広場「だっこ」 子育て支援センター TEL 25-7225

とき 月～金 9:00～11:30、13:00～15:30

※子育て相談は、月～金曜日 9:00～16:30

ところ 子育て支援センター (あおぞら保育所2階)

### 子育てサロン

社会福祉協議会 TEL 25-1188

対象 就学前の子どもとその保護者

相差女性活動センター とき 4日(木) 10:00～12:00

桃取コミュニティセンター とき 不定期(くわしくは問い合わせてください)

### 子育て応援!! 0.1.2.3 サークル 山本 TEL 090-7953-7066

[Facebook] <https://www.facebook.com/toba0.1.2.3>

ところ 保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール 10:00～12:00

4日(木)	アンパンマンと歯の話～紙芝居とお子さんの歯みがきの悩み解決!
11日(木)	保育士さんと遊ぼう♪～子育て支援センターの先生が紙芝居・歌遊び♪
18日(木)	浴衣の着付け教室～赤崎まつり・みなと祭りに出かけよう! 浴衣一式、ない方は貸出可
25日(木)	ふわふわパンケーキ作り&誕生会～参加費100円、皿、フォーク
28日(日)	子どもとみんなのいべんと～幸丘公園前で焼き芋・綿菓子・非常食など無料イベント

## 健康

健康福祉課健康係 TEL 25-1146

乳幼児健康相談 25日(木) 9:00～11:00

要予約 持ち物 母子健康手帳 ※母乳相談要予約

健康相談 要予約 月曜～金曜日 9:00～17:00 担当 保健師

こころの健康相談 月曜～金曜日 9:00～17:00

要予約 担当 保健師・福祉相談員

栄養相談 要予約 月曜～金曜日 9:00～17:00 担当 管理栄養士

元気ルーム開放 月曜・木曜日 9:00～16:30 水曜日 13:00～16:30

## 高齢者支援

健康福祉課地域包括支援センター TEL 25-1182

### 喫茶たちばな (認知症カフェ)

とき 6月17日(水) 13:00～16:00

ところ 保健福祉センターひだまり2F ひだまりホール

原 それは飲みすぎですよ…  
立野 余計、熱中症になりやすくなりますよ(笑)

原 暑さが続くと熱中症にも気を付けたいといけませんね。  
立野 水分補給が肝心ですよ!  
浜崎 昨日の晩は暑すぎてビール3本も飲んだよ。

原 季節外れの暖かさが続いていましたからね。  
立野 これから梅雨に入って涼しくなるといいですね。

原 ハッ、ハックション!  
浜崎 大丈夫ですか!?

立野 風邪でもひいたんですか。  
浜崎 最近、暑くてエアコン付けたまま薄着で寝たから寝冷えしたのかも。

暑さ対策

編集後記

広報マン