

みんなで守ろう
交通安全!



鳥羽の花火情報

2

新型コロナワクチン追加接種（4回目）
予約受付を開始します

4

暮らしの情報 19

生活カレンダー 24

行政情報やイベント情報など！
鳥羽市ホームページ



広報とばをスマホで！
マチイロ（アプリ）



旬な情報を発信！
フェイスブック



動画で市の情報を！
鳥羽市YouTubeチャンネル



鳥羽の花火情報

観光課 ☎ 25 1157

がんばろう鳥羽！三冠花火 (感謝・感動・歓迎)

鳥羽市観光協会 ☎ 25 3019

まだまだ新型コロナウイルス感染症は猛威を振っている状況ではありますが、鳥羽を訪れていただくお客様や新型コロナウイルスと闘う医療従事者のかたがたへの感謝の気持ちと、感染症終息への願いを込めて、みなさんから募集したメッセージを花火と一緒に打ち上げます。引き続き感染予防対策を徹底しながら、このメッセージ花火で、鳥羽の夜空に希望の光を灯しましょう！

【主催 鳥羽市観光協会、石鏡旅館組合、相差旅館組合】

【とき】 8月4日(木) 午後8時30分～40分 【打ち上げ場所】 鳥羽マリナターミナル、石鏡、畔蛸

【とき】 8月5日(金) 午後8時30分～40分 【打ち上げ場所】 鳥羽マリナターミナル、石鏡、相差

【打ち上げ数】 毎夜 300 発以上

鳥羽湾毎夜連続花火

鳥羽旅館事業協同組合 ☎ 25 5096

鳥羽の夜、午後8時30分に空を見上げると、どこかで花火を見ることができるともかもしれません。今年は8月6日(土)～25日(木)までの開催となります。感染症対策を心がけてお楽しみください。

【主催 鳥羽旅館事業協同組合】 約5分間(小雨決行)

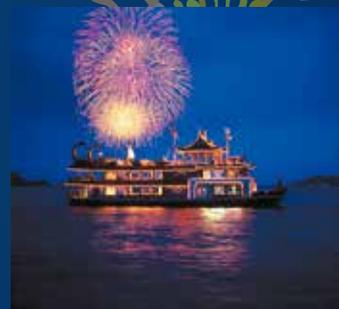
●佐田浜 8月 6日(土)～10日(水)の5日間

●安楽島湾 8月 11日(木祝)～15日(月)の5日間

●小浜湾 8月 16日(火)～20日(土)の5日間

【主催 小浜旅館街活性化組合(鳥羽旅館事業協同組合内)】 約5分間(小雨決行)

●小浜湾 8月21日(日)～25日(木)の5日間



答志島龍神花火

答志島旅館組合 ☎ 37 2822

新型コロナウイルス感染症により「亡くなられたかたへの追悼」、「今も感染症に立ち向かう医療従事者や関係者への励ましや応援」、「新型コロナウイルスの終息の願い」の意味を込めた花火があがります。

【主催 答志島旅館組合】

【とき】 8月7日(日) 午後8時～8時15分

【打ち上げ場所】 和具サンシャインビーチ

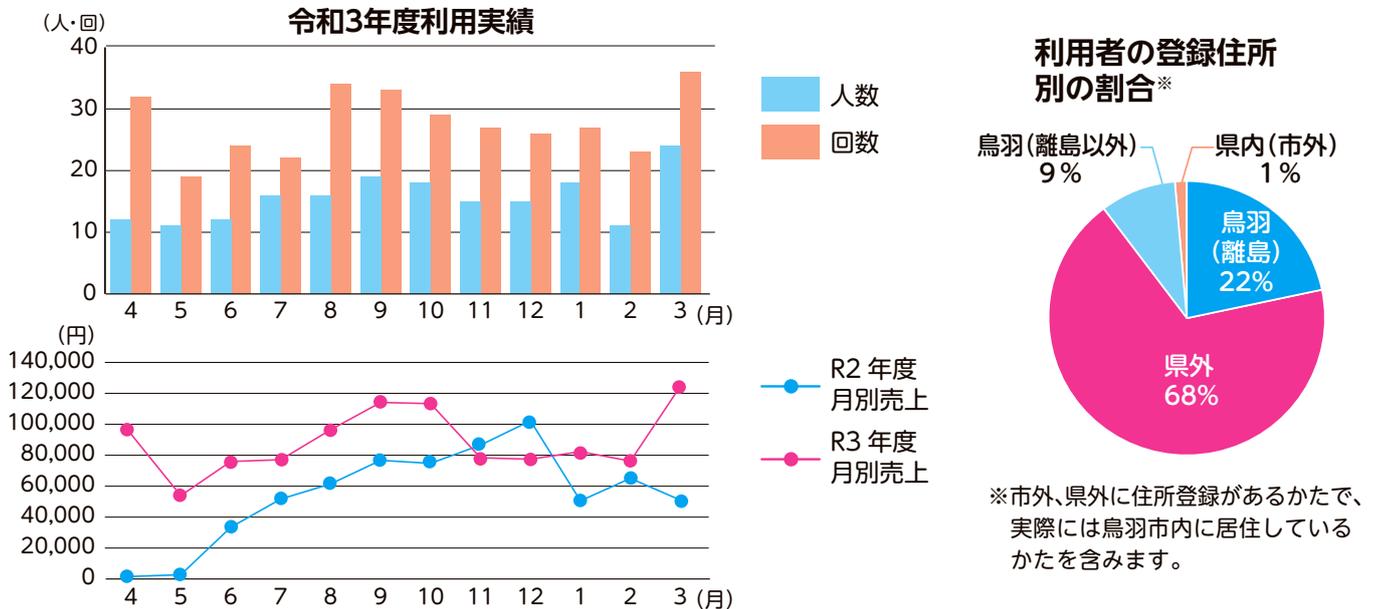
【打ち上げ数】 約900発



カーシェア実証実験が終了しました！

企画財政課企画経営室 ☎ 251101

地域の活性化および市民サービスの向上を目的に、令和2年4月より株式会社トヨタレンタリース三重と連携して取り組んできたカーシェアの実証実験が終了しました。これを受け、新たな公共サービスとしての有効性や課題について検証しました。



利用者数については、新型コロナウイルス感染症の影響に大きく左右されることから、2年間を通しての傾向を分析できるデータとはなりません。令和3年度については一定以上の利用をいただく事ができました。

引き続きカーシェアを利用できます！

実証実験中に行った利用者アンケートでは「今後も継続して欲しい」といった意見など、一定の評価をいただいた事もあり、令和4年度からは株式会社トヨタレンタリース三重の独自事業としてカーシェア事業を継続しています。

利用料金

基本料金			
ショート料金	パック料金		
15分単位	6時間	12時間	24時間
150円	3,080円	4,270円	5,511円

距離料金(税込)
6時間超の利用の場合
1kmあたり
11円



目印としてカーシェア車両の前にコーンを設置しています

利用にあたっては専用アプリ(トヨタSHARE)のダウンロードと登録が必要になります。次のQRコードからダウンロードが可能です。登録について不明な点は、トヨタレンタリース三重鳥羽駅前店へ問い合わせください。

アプリの登録について

トヨタSHARE 問い合わせ窓口 ☎ 0800-666-2077

カーシェアの使い方について

トヨタレンタリース三重鳥羽駅前店 ☎ 26 7100

アプリダウンロード



iPhone版



Android版



新型コロナワクチン追加接種（4回目） 予約受付を開始します（9月実施分）

新型コロナワクチンの3回目接種日から5か月以上経過するかたを対象に、追加接種（4回目）を実施します。8月17日（水）より、9月実施日程の予約受付を開始します。ワクチン接種には予約が必要です。

鳥羽市ワクチン接種相談・予約コールセンター

☎ 0120-709-027（通話料無料） 午前9時～午後5時30分

対象者 3回目接種から5か月以上経過し、次のいずれかに該当するかた

① 60歳以上のかた → 接種券の発行申請は不要

※令和4年3月21日～4月30日に3回目接種しているかたには、8月5日（金）に接種券（4回目用）を発送します

② 18歳以上60歳未満で、基礎疾患を有するかた
その他、重症化リスクが高いと医師が認めるかた

③ 医療従事者等および高齢者施設等の従事者

→ 接種券の発行申請が必要

○ 「5か月以上経過した」の考え方について

3回目接種日から5か月後の同日から接種可能となります。

例：（3回目接種日）令和4年4月20日 → （4回目接種可能日）令和4年9月20日

○ 対象となる基礎疾患について

1. 以下の病気や状態のかたで、**通院または入院**しているかた

- ・慢性の呼吸器の病気
- ・慢性の心臓病（高血圧を含む）
- ・慢性の腎臓病 ・慢性の肝臓病（肝硬変など）
- ・インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病または他の病気を併発している糖尿病
- ・血液の病気（ただし、鉄欠乏性貧血を除く）
- ・免疫の機能が低下する病気（治療や緩和ケアを受けている悪性腫瘍を含む）
- ・ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
- ・免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
- ・神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態（呼吸障害など）

- ・染色体異常
- ・重症心身障害（重度の肢体不自由と重度の知的障害とが重複した状態）
- ・睡眠時無呼吸症候群
- ・重い精神疾患（精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している^(*)、または自立支援医療（精神通院医療）で「重度かつ継続」に該当する場合）や知的障害（療育手帳を所持している^(*)場合）

※重い精神障害を有する者として精神障害者保健福祉手帳を所持しているかた、および知的障害を有する者として療育手帳を所持しているかたについては、通院または入院をしていない場合も、基礎疾患を有するかたに該当します。

2. 基準（**BMI 30以上**）を満たす肥満のかた

（計算例）身長 170cm、体重 87kg → BMI = $87 \div 1.7 \div 1.7 \approx 30.1$

身長 150cm、体重 68kg → BMI = $68 \div 1.5 \div 1.5 \approx 30.2$

※ BMI = 体重 kg ÷ 身長 m ÷ 身長 m

○ 4回目接種券の申請方法

- ・18歳以上60歳未満の基礎疾患があるかた
- ・医療従事者等および高齢者施設等の従事者

① 市ホームページ経由の4回目接種券発行申請フォーム

② 窓口申請（保健福祉センターひだまり、各連絡所、市民課窓口）

③ 郵送による申請 市ホームページから「接種券発行申請書（4回目接種用）」をダウンロードしていただき、必要事項を記入したのち、下記宛先へ送付してください。

（送付先）〒517-0022 鳥羽市大明東町2番5号 鳥羽市健康福祉課 新型コロナワクチン接種対策チーム宛



4回目接種券
発行申請フォーム
（基礎疾患など）
※このQRコードから
予約はできません

みなさまへのお願い

- 予約開始日は電話が混み合います。つながりにくいときは時間を置いてかけ直していただくようお願いします。
- インターネット予約は24時間受付が可能で待ち時間もありません。ご近所やご親族で接種対象のかたがいらっしゃる場合は、インターネット予約のお手伝いをお願いします。
- 予約受付はワクチン接種予約コールセンターまたはインターネット予約のみとなります。市役所、連絡所では受け付けていませんが、**ひだまりに来所された場合は予約申込の支援**をさせていただきます。

予約開始日時（9月実施分）

ワクチン接種予約コールセンター、インターネット予約ともに **8月17日（水） 午前9時～**

※予約には接種券に記載の「接種券番号」と「生年月日」が必要です

※鳥羽市発行の接種券（接種券一体型予診票）をお持ちのかたのみ予約できます

予約方法① 電話予約

ワクチン接種予約コールセンター ☎0120-709-027（通話料無料）

受付時間：午前9時～午後5時30分（土曜・日曜日、祝日も開設）※電話のかけ間違いには、十分ご注意ください

予約方法② インターネット予約（24時間受付可能）

パソコンまたはスマートフォンで次のワクチン接種予約サイトを
開きます URL <https://jump.mrso.jp/242110/>

右のQRコードからも
アクセスできます



予約サイト



予約手順マニュアル

ワクチン接種（集団接種）新規日程（9月実施分）

会場：鳥羽市民体育館サブアリーナ

接種日	接種時間	使用ワクチン
9月4日（日）	午前10時～正午	ファイザー社ワクチン
9月6日（火）	午後1時30分～午後3時	モデルナ社ワクチン
9月8日（木）	午後1時30分～午後4時	ファイザー社ワクチン
9月10日（土）	午後1時30分～午後4時	ファイザー社ワクチン
9月15日（木）	午後1時30分～午後4時	ファイザー社ワクチン
9月17日（土）	午後1時30分～午後4時	ファイザー社ワクチン
9月22日（木）	午後1時30分～午後3時	ファイザー社ワクチン
9月27日（火）	午後1時30分～午後3時	モデルナ社ワクチン
9月29日（木）	午後1時30分～午後3時	ファイザー社ワクチン

新型コロナウイルス集団接種は気象状況などに応じて、利用者の安全確保のため中止する場合があります。中止する場合は、とばメール、防災行政無線、市ホームページ、フェイスブックなどでお知らせします。

予約受付中の集団接種日程（8月21日（日）～30日（火））

以下の日程についてはすでに予約を受け付けております。予約枠に空きがある場合、予約していただくことができます（3回目接種から5か月経過し、年齢要件または基礎疾患などの要件を満たすかた）。

予約が満了となっている場合でも、後日キャンセルなどにより空き枠が出れば予約可能です。

会場：鳥羽市民体育館サブアリーナ

接種日	接種時間	使用ワクチン
8月21日（日）	午前10時～午後4時	ファイザー社ワクチン
8月27日（土）	午後1時30分～午後5時	ファイザー社ワクチン
8月30日（火）	午後1時30分～午後3時	モデルナ社ワクチン

会場：旧長岡中学校

※接種会場が前回までとは異なります（弘道小学校ではありません）

接種日	接種時間	使用ワクチン
8月24日（水）	午後1時30分～午後5時	モデルナ社ワクチン
8月25日（木）	午後1時30分～午後5時	モデルナ社ワクチン

共通事項

- 各日程の接種時間については受付開始時点で変更する場合があります。
- 令和4年7月25日時点において、新型コロナウイルスワクチン接種が受けられる期間は、令和4年9月30日までとなっています。今後、接種期間について国から新たな方針が示されれば、改めて広報とばや市ホームページなどでお知らせします。

その他

- 1～3回目のワクチン接種を希望するかたについては、別途接種日を設けていますので、日程については鳥羽市ワクチン接種相談・予約コールセンターへ問い合わせいただくか、市ホームページにて確認をお願いします。
- 1～3回目の新たに接種対象となるかたには接種券発送時に日程案内チラシを同封します。

以前は未知の世界と思われた現象や場所も、現代では技術の進歩とともにさまざまなことが科学的に証明され、深度1万メートルを超える深海まで人の目が届きつつあります。しかし、かつて海中は陸上とは全く異なる神秘的な“異世界”として認識されており、人は海を舞台に、超自然的で人知の及ばない現象を起こす存在として妖怪や神仙を見だし、数多くの伝承が生まれました。それは人々が海や自然そのものと日常的に接しながら、敬意と畏怖を抱いてきたことのあらわれでもあります。

そう考えると、古くから漁業が盛んで、船の往来も活発に行われてきた鳥羽やその周辺は、海の妖怪が巣くうには絶好の場所であったと言えます。アワビを譲ると見せかけて、海女を海底深くに引きずり込むという“トモカツキ”。その姿は、自分にそっくりであるとも、年配の海女の姿をしているとも言われ、背を向けて後ろ手にアワビを受け取れば逃げるができるという説もあります。

海で亡くなった人の霊が化けて出て、「柄杓をよこせ」と言われたら底を抜いて渡さないと海水を汲み入れて船を沈められてしまうという船幽霊や、船にしがみついて沈めようとする大男・海坊主の伝承も各地にあります。貞享4年(1687)に発行された説話・奇談集「奇異雑談集」では、伊勢から伊良湖半島へ渡る船が、途中で「入道鰐」という黒い身体の大男に襲われる説話が載っています。

ほかにも志摩半島では大わらじをつくってダイダラボッチを撃退した話、9人の海女が龍宮へ行って戻ってこなかった竜宮井戸の話、海女が竜宮から蚊帳入りの玉手箱を持ち帰った話(その蚊帳は伊雑宮に納められたとされています)、津市に伝わる阿漕の平治、四日市～桑名の大ハマグリが見せる蟹気楼、紀北町白浦の母子クジラの話など、県内にエリアを広げればさらに多くの妖怪伝承に触れることができます。

「妖怪」と聞くと、みなさんはどのような印象がありますか。人を呪ったり、食べてしまったりという恐ろしいイメージでしょうか。「妖怪ウォッチ」を見て、ユーモラスで身近なイメージをお持ちでしょうか。実はそれらはすべて正解であると言えます。妖怪は恐ろしい災厄をもたらすこともあれば、地域によっては神さまのように崇めて利益をもたらすこともあり、人間との関係性は複雑怪奇です。そして妖怪伝承は、生きものをとり尽くさない、漁が少なくとも無理をしない、禁漁などの規則は必ず守るなど、人と自然とが共生してゆくための教訓を、我々に数多く伝えてくれる教材でもあります。

みなさんもぜひ海のなかの妖しい世界に首までどっぷり浸かって楽しみ、また自然との上手な付き合いかなども学んでください。



海女の魔除けの印
“セーマンドーマン”



志摩市大王町波切で
海へ流す大わらじ

特別展「海のなかは妖怪ワールド」

トモカツキや阿漕の平治など三重県の妖怪はもちろん、全国の海の妖怪伝説を通じて、海と人との戦いと共生の歴史を学んでいただくことができます。

展示予定資料 海女の魔除け道具、志摩市波切の大わらじ、平家の怨霊を描いた浮世絵、四日市まつり大入道のからくり ほか

会期 7月16日(土)～11月23日(水・祝)

【付属イベント】

① “悪魔のサカナ” タコをさわって食べる
欧米では「デビルフィッシュ(悪魔のサカナ)」とも称されるタコをさわって、さばいて、タコ焼きなどを作ります。

とき 8月7日(日)
午前10時30分～午後1時

参加料 300円(入館料含む)

定員 15人(要事前申込)

② 海の怪談 night

プロ怪談師による、海にまつわる怪談や朗読をお楽しみください。

とき 8月20日(土)
午後7時30分～8時30分

参加料 無料

定員 50人(要事前申込、空きがあれば当日参加も可)

出演 志月かなで(怪談師)



人魚の
ミイラ?



間違いやすいごみの出し方について

環境課資源リサイクル係 ☎ (25) 1149

ごみの収集日に間違った出し方をしている事例が見受けられます。改めて、次の点に気を付けてごみを出してください。もし、間違ったごみ出しをしているかたを見かけたら、正しく分別するようお声掛けの協力をお願いします。

生ごみなどの混入

現状 「プラ・紙」収集用のネットに生ごみなどが入っていることがあります。

正しい出し方 生ごみは市指定のごみ袋で可燃ごみの収集日に出してください。



ビン類の分別

現状 ビン類が、「無色」・「茶色」・「その他の色」に分別されずに出されていることがあります。

正しい出し方 ビン類の収集用かごは、「無色」・「茶色」・「その他の色」用にそれぞれありますので、分別して出してください。



ごみ出し時間の厳守

現状 ごみ出し時間を過ぎてから、ごみを出されるかたがいます。※地域によってごみ出し時間は異なります。

正しい出し方 お住いの地域のごみ収集カレンダーもしくは、町内会にて確認の上、ごみ出し時間までにごみを出してください。

汚れたごみの混入

現状 リサイクルごみの中に、汚れたチューブ類・調味料の小袋などが出されています。

正しい出し方 洗っても汚れが取れないものや、チューブ類・調味料の小袋など中身の残っているものは「可燃ごみ」として出してください。



ごみ袋のしばり方についてのお願い

可燃ごみを出す際、口をしぼっていないとカラスに荒らされるなどしてごみが散乱しているときがあります。コロナ禍でもありますので、必ず2か所ですっかりしばってごみを出していただきますようご協力をお願いします。



やまだエコセンターへ直接持ち込む場合の問い合わせ先

鳥羽志勢広域連合環境課 (やまだエコセンター) ☎ 0599 (56) 0530

収集日・分別に関する問い合わせ先 環境課資源リサイクル係 ☎ (25) 1149

海辺の自然体験

市立海の博物館 ☎ (32) 6006

海の博物館では、海辺の自然に触れる体験イベントを実施しています。博物館から歩いていける磯や干潟で、海辺に暮らす生きものや、流れ着いた漂着物を観察して、海辺の環境について考えてみよう！

真夏のアマモ場の生きもの観察

とき 8月11日(木・祝)
午前10時30分～午後1時30分

漂着物で標本作り ～マイクロプラスチックについて考えよう～

とき 8月27日(土)
午前11時～午後3時

磯の生きもの観察会 ～ウミウシを探そう!～

とき 8月28日(日)
午前10時30分～午後1時30分

募集人数 各日15人程度(要予約)

対象 小学生以上(低学年の児童は保護者も参加してください)

参加費 小学生以上1,200円(入館料込み)

持ち物 濡れてもよい靴、帽子、お弁当・水分など。新型コロナウイルス感染拡大予防のため、マスクの着用、消毒などをお願いする場合があります。

申込方法 各日前日までに電話で申し込みをしてください(先着順)。



消防団員募集



消防本部消防総務室 ☎️ 2072

消防団とは

その地域に「住んでいる」「働いている」人によって、「自分たちのまちは自分たちで守る」という精神に基づいて構成される市町村の消防機関であり、普段はサラリーマンや自営業など自分の仕事を持ちながら、災害発生などの非常時には自宅や職場から災害現場へ駆けつける非常勤特別職の地方公務員です。

入団できるかた

消防団に入団できるかたは、18歳以上で、市内に住んでいるか勤務しているかたなら性別を問わず入団できます。

活動内容

火災現場での消火活動、台風や地震などの自然災害が発生したときの救助活動、避難誘導、警戒活動などを行います。

災害時以外にも災害対応のための訓練、機材の整備点検や、水防設備の点検、予防広報など、災害時以外にも地域のための活動を行っています。

活動紹介



出初め式祝賀放水



ドクターヘリ誘導



消火訓練



震災対応訓練

待遇

報酬など
階級に応じた年報酬や、災害や訓練の出動に応じた手当が支給されます。

手当の一例

活動の種類(例)	手当額
災害出動	3,000～8,000円
台風警戒	3,000円
研修	2,000円
器具点検	1,000円

階級	報酬(年額)
団員	36,500円

公務災害補償

消防団活動中に負傷・死亡した場合などの補償制度があります。

退職報償金

5年以上勤務して退団されたかたには期間・階級に応じ

女性消防団員も活躍

鳥羽市消防団には女性も入団しており、活躍しています。女性消防団員も募集していますので、入団希望や質問などがありましたら、消防本部へ問い合わせてください。

災害支援団員制度開始

大規模災害時や昼間の火災など、基本団員のみでは人手不足が生じる場合に出動し、活動の支援を行う機能別団員制度です。

入団資格

消防団員OB、消防職員OB(1年以上以上の経験を有する者)

報酬

6000円(年額)
出動手当、退職報償金は基本団員と同額支給。公務災害も補償されます。

入団申し込みについて

鳥羽市消防団は地域別に分けられています。入団後は地域の分団に所属して活動します。入団するには、地域の分団に入団を申し入れるか、消防本部へ相談してください。

た退職報償金が支払われます。

ごみの野外焼却は禁止されています

ごみの野外焼却は、煙や悪臭で窓が開けられない、洗濯物やふとんへ灰や悪臭が付く、火災につながるおそれがあるなど、日常生活をする上で、近隣のかたがたに迷惑をかける行為です。みなさんが快適で暮らしやすい環境を維持していくために、ごみは燃やさずに正しく処理を行いましょう。

環境課環境保全係 ☎(25)1147

消防署警防係 ☎(25)2821



穴を掘って行った焼却



漁具などの燃えカス

ごみの野外焼却は法律で禁止されています

ごみの野外焼却は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されているとともに火災の危険性もあります。産業廃棄物だけでなく、家庭から出る生ごみなどの一般廃棄物も焼却することはできません。

禁止されているごみの野外焼却行為は？

- 地面で直接または穴を掘って行う焼却
- ドラム缶やブロックを積んで行う焼却
- 海岸での漁具などの焼却
- 構造基準を満たさない焼却炉を使用して行う焼却 など

すべての「ごみ」が野外焼却できません

家庭から出たごみは、少量でも焼却せずに分別してごみ集積所に出すか、直接、やまだエコセンター（志摩市磯部町山田800番地）へ持ち込んでください。

ただし、しめ縄焼きなどの伝統的な行事や伐採した枝葉や刈草によるたき火など、日常生活上で軽微なものは例外的に認められています。

しかし、むやみに焼却してよいというものではなく、煙や悪臭などで近隣のかたに迷惑をかけることは同じです。で、付近のかたがたへの十分な配慮をお願いします。

※漁具や農機具、飲食店の生ごみなど事業活動上発生した廃棄物は産業廃棄物となりますので、事業者の責任において適正な処理をお願いします。

ごみの野外焼却が禁止される理由

ごみの野外焼却は、300℃程度の低い温度で焼却されることから、燃やすものによっては非常に毒性の強いダイオキシンの発生原因になります。

ダイオキシンの毒性は、青



悪質な野外焼却現場

酸カリやサリンよりも強いとされており、800℃以上の焼却によりダイオキシン発生を抑制できますが、300℃〜500℃の燃焼では発生します。この温度は、まさに野外焼却の温度です。

また、住宅地付近で野焼きを行うと、煙が家の中に入りたり洗濯物に臭いがついたり、周辺の生活環境に悪影響を及ぼすことから法律で禁止されています。それだけでなく、鳥羽市民のマナーが疑われるなど、観光客などの印象を悪くします。

草木などを燃やす場合も必ず事前連絡を

しめ縄焼きなどの伝統的な行事や伐採した枝葉や刈草によるたき火など、日常生活上

で軽微なものは例外的に認められています。悪臭や火災の疑いなど、近隣の迷惑行為になる場合がありますので、必ず事前に環境課環境保全係に連絡してください。

加えて消防署警防係への届け出も必要となります（空気が著しく乾燥し、風が強い場合は、火の使用を制限することがあります）。

厳しい罰則

「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」において、5年以下の懲役または1千万円以下の罰金という厳しい罰則が設けられています。

市としても、悪質な野外焼却は警察などと協力して厳正に対処していきます。

鳥羽シアワセ研究所

vol.2

企画経営室 ☎(25) 1101

(地域活性化起業人 難波潤史)

人口が大きく減少する二〇四〇年に向けて、より強化していくべきまちづくりの方向性として、今回は『地域共生社会』の柱の一つ「豊かに暮らせる」たくさん稼げるまち」について考えてみます。



今夏、答志を訪れたときの写真。朝は、漁船の出航する音で目覚めました。

わかりやすく地域が活性化する姿とは、地域の経済が活性化すること。福祉・医療・教育など市民生活を豊かにする活動を支えるのは経済的な安心感があつてこそだと思います。

市の主要な産業である観光業と漁業の視点から見て

みましよう。

観光業ではコロナ禍前の令和元年の鳥羽市観光入込客数は約420万人。令和元年の鳥羽市人口が約1万8500人ですから、市民一人あたり227人の観光客を受け入れていました。日本を代表するおもてなしのまち、京都市の同年の観光入込客数は5352万人。受け入れる京都市民が147万人ですから市民一人あたり36人をもてなした計算となります。おわかりでしょうか。なんと鳥羽市はあの京都市の6倍以上の「おもてなし受け入れ力」があるのです。繁忙期を迎える夏は、観光業に従事する市民のご負担は大きくなりますが、「鳥羽市は京都市よりおもてなし上手」と言えるパワーを秘めています。

もちろん少子高齢化が進めば、日本全体の人口減、観光

客減、鳥羽市民減も予想されますが、観光客受け入れに対応するパワーが既に鳥羽にはあるのです。もっと効率的に、もっと稼げるまちになる可能性を秘めています。

漁業では私が言つまでもなく「鳥羽の海は、広大な森林を背後に持つ木曾三川などのミネラル豊富な伊勢湾の海水と、熊野灘を北上する黒潮の潮流がぶつかり合う好漁場であり、豊かな水産資源に恵まれた世界に誇れる海」です。人口減少に伴う後継者不足や海洋環境の変化への対応など、これから解決すべき課題は多々ありますが、「眼前に広がる海は、ほかでは得がたい恵まれた海」であることには変わりません。他市にはないポテンシャルを持つ鳥羽市ならば、きつと豊かに暮らせる」たくさん稼げるまちは実現するはずですよ。

恵まれたまちの力をこれからどう伸ばしていくか、知恵の絞りどころだと思います。



新鮮なエビはなによりのご馳走。「伊勢エビに負けてないよ」は嘘ではなかった!

キーワード

#スマートフォン教室
#安楽島どーい

令和4年6月19日、安楽島公民館で高齢者向けのスマートフォン(以下スマホ)教室が開催されました。

このスマホ教室は鳥羽市健康福祉課の地域生活推進事業の一つであり、令和4年度は実証実験の一部の地域でのみ実施されます。今回のスマホ教室では、鳥羽市・民間の通信事業者・安楽島の市民団体「どーい」の3者が協働することによって開催に至りました。

今や生活のさまざまな場面に欠かせなくなってきたスマホですが、高齢者にとつて、1回1時間のスマホ教室だけでは使いこなせる様にはなりません。だからこそ、困った時に相談できる人が身近(地域)にいること、そしてサポートしてもらえる体制があることが大切なポイントになります。安楽島では、その大切な役割を「どーい」メンバー

が担うからこそ、開催の実現に向けて一歩を踏み出すことが出来ました。

今回の安楽島での第1回スマホ教室では、13人の参加者が一つ一つ丁寧に、驚きと喜びを感じながらスマホを操作している様に感じました。今後も事業の実証実験として、1か月に一度のペースでスマホ教室を継続する予定です。

「どーい」メンバーは当日のスマホ教室の様子をみて、自分たちでもできる事をしようとして、毎月15日の寄り合い時にスマホ教室を別枠で開催していく事を決めました。「地域の力」や「地域共生社会」の実現は、自分たちでやるからこそ強く・魅力的になつていくと感じました。



当日の様子



どーい独自教室の案内

とばびと
活躍
プロジェクト

トバゴト

Vol.17



トバゴトQRコード

☎(25) 1186

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)

～高齢者とその周りのみなさんへ～ コロナ禍を健康に乗り越えるために

健康福祉課地域包括支援センター ☎(25)1182

新型コロナウイルス感染症の対策はとても大切です。しかし、自粛生活の影響を強く受けすぎてしまい、足腰が弱くなったり、歩きにくくなったり、物事をこなすことがおっくうになったりして、介護が必要になってしまうケースが少なくありません。

あなたやあなたの周りのかたは大丈夫でしょうか。自分の健康を守るため、ちょっとした運動を取り入れたり、毎日の活動量を増やしたりしましょう。

お家でできる活動・運動

高齢者向け筋トレメニュー表

- ひだまり窓口にて配布
- 鳥羽市ホームページからもダウンロード可能です。



かんたん運動メニュー見本



かんたん運動メニュー
(座って運動)



かんたん運動メニュー
(立って運動)

ラジオ体操・テレビ体操



おなじみの体操です。関節をやわらかくしたり、筋肉の衰えの予防に役立ちます。

ながら運動

- テレビコマーシャル中に足踏み運動
 - 歯磨きしながら、かかと上げ運動
 - 料理しながら、台所シンクを支えにスクワット
- など日常生活にちょこっと運動をプラスしてみてください。

集まって行う運動・体操のグループ

健康福祉課地域包括支援センターでは、運動・体操を行うグループづくりをお手伝いしています。仲間と行うと運動が長続きしやすく、効果が高まります。

よくある質問

Q:そんなにたくさんは人数が集まらないのですが、何人以上ならよいですか？

A: 3人以上のメンバーがいれば、運動・体操のグループ作りを支援します。友人同士、老人クラブ、サロン仲間など、身近な人に声をかけてみてください。

Q:感染症対策が気になります。

A: 感染症対策の相談を受け付けています。無理なく、正しく感染症予防をしながら活動できるよう、資料提供やアドバイスをします。



Q:どんな体操を教えてくださいませんか？

A: 高齢でも無理なくできる運動のDVDを複数用意しています。メンバーに合ったものを選んでいただけます。



市内の運動グループの活動のようす

地域包括支援センターは、高齢になっても自立した生活を送るための相談窓口を担当しています。介護予防活動の始め方や介護予防教室の情報が知りたいなど、介護予防の相談は地域包括支援センターへ連絡してください。



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。

休日・夜間応急診療所のお盆期間の開設について

- ・休日・夜間応急診療所は、保健福祉センターひだまり（鳥羽市大明東町2番5号）に併設しています。
- ・投薬を受けているかたは、お盆の期間中に薬が切れないように、かかりつけ医療機関で早めの受診をお願いします。

お盆期間中の診療日・受付時間			
受付時間 診療日	昼間		夜間
	午前9時30分～ 11時30分	午後1時～4時	午後7時30分～ 9時30分
11日(木・祝)	○	○	×
12日(金)	×	×	○
13日(土)	○	○	×
14日(日)	○	○	×
15日(月)	○	○	×



連絡先 ☎ ㊟ 1119(受付時間内)

診療科目 内科・小児科

(担当医によっては内科のみの診察となります。受診の際には問い合わせてください)

利用にあたって

- ・受付時間内にお越しください。
- ・被保険者証、各種医療資格証をお持ちください。
- ・発熱の症状で受診される場合は、事前に問い合わせてください。
- ・診療科目以外のかた、診療時間外や重症時などに診察を受けられる医療機関を探したいかたは「三重県救急医療情報センター(☎059-229-1199)」へ問い合わせてください。また、パソコン・携帯電話などから「医療ネットみえ(救急医療情報システム)」のサイトにアクセスすると目的に合った医療機関を探することができます。



医療ネットみえ
(スマートフォン)



医療ネットみえ
(携帯電話)

親子でリトミック

音楽に合わせて親子でスキンシップを図りながら楽しくからだを動かす遊びです。申し込みは不要です。気軽に参加してください。

対象 乳幼児とその保護者

とき 9月1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

講師 林 千里 先生



子宮頸がん(HPV)ワクチン予防接種について

子宮頸がん(HPV)ワクチンの積極的勧奨が再開となりました。
対象者には7月上旬に案内および予診票を郵送しましたのでご確認ください。



- 対象者** 小学6年生～高校1年生相当の女子
※ワクチンは約6か月間に3回接種します。
三重県内の医療機関に事前に問い合わせ、接種してください。

接種の機会を逃したかたへの接種(キャッチアップ接種)について

子宮頸がん(HPV)ワクチンの積極的勧奨の差し控えにより接種機会を逃したかたへ接種の機会を提供(キャッチアップ接種)します。

7月上旬に対象のかたには案内を郵送しましたのでご確認ください。

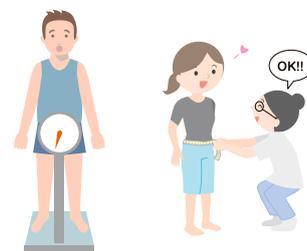
- 対象者** 平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれの女子で、過去にHPVワクチンを合計3回受けていないかた
接種期間 令和4年4月1日～令和7年3月31日
※平成18年4月2日～平成20年4月1日生まれの女子は、定期接種の対象年齢(小学6年生～高校1年生相当)を過ぎても、キャッチアップ接種の対象となり、令和7年3月31日まで接種できます。
※ワクチンは約6か月間に3回接種します。
すでに1回もしくは2回接種されたかたにつきましては残りの回数の接種をしてください。
三重県内の医療機関に事前に問い合わせた後、接種してください。

子宮頸がん(HPV)ワクチンを自費で受けたかたへの費用助成(償還払い)について

平成9年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた女子で定期接種期間に接種の機会を逃し、その後、自費で接種したかたにつきましては、接種費用の償還払いを行います。くわしくは問い合わせてください。

すっきりチャレンジ参加者募集

肥満を予防することで、健康づくりにつながるよう、減量の取り組みを支援する「すっきりチャレンジ」を実施します。この機会に減量にチャレンジしてみませんか。



- 対象** 20歳以上69歳以下で、BMIが25以上のかた
BMIは体格を表す指標で、 $\text{体重(kg)} \div \text{身長(m)}^2$ で計算されます。
- 申込期限** 10月31日(月)
- 内容** 減量を目標に3か月間生活習慣改善に取り組みます。
期間中は、保健師や管理栄養士が取り組みをサポートします。
目標を達成されたかたには抽選で10人に2,000円相当の地元産農水産物などを進呈します。
- 申込方法** 電話で申し込んでください。

すっきりチャレンジの流れ



※生活習慣改善の行動目標の例

- ・寝る前2時間は食事や間食をとらない
- ・間食は1日に1回小皿に乗る量にする
- ・ビールは1日1缶にする
- ・1日30分ウォーキングをする など

目標達成者には
抽選で景品を
プレゼント！



肥満を予防しよう

肥満とは

体内に脂肪が過剰に蓄積した状態をいいます。特に内臓脂肪がたまると血糖値や血圧、中性脂肪、コレステロール値に影響が出やすくなり、動脈硬化が進行しやすく、脳卒中や心疾患、糖尿病などの病気を引き起こしやすくなります。

BMIが25以上の場合、肥満となります。BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

肥満を予防するには

食事からとるエネルギーと消費するエネルギーのバランスを保つことが大切です。腹八分目を心がけ、1日3度の食事を規則正しく摂りましょう。気づかないうちにエネルギーを摂り過ぎる原因となる間食やお酒の摂り方にも気を付けましょう。

また、運動を継続的に行うことも大切です。まとまった運動の時間がとれなくても、10分程度の運動を1日に数回行ったり、日常生活の中でのなるべく体を動かす行動を取り入れることで消費エネルギーを増やすことができます。

体重を3~4%減らすだけで血糖値や血圧などの改善に効果があると言われています。無理をしない程度に毎日少しずつ続けることが大切です。

お酒の飲み方に気を付けよう

暑い夏は、つい冷たいビールなどに手が伸びてしまいがちですが、アルコールは意外とカロリーが高く、中性脂肪を増やす作用もあります。また、つまみによってはエネルギーや脂質が多く、内臓脂肪を増やす原因になります。

お酒の1日あたりの適量(上段)とエネルギー(下段)

 ビール 500ml 195kcal	 焼酎 100ml 144kcal	 チューハイ 350ml 200kcal
 日本酒 180ml 193kcal	 ワイン 200ml 136kcal	

適量を守り、週に1~2日休肝日をつくりましょう。

おつまみのエネルギー

 から揚げ 350kcal	 ギョーザ 350kcal	 ポテト 250kcal
--	---	--

夕食で食べるおかずをおつまみにするといいでしょう。揚げ物や、肉や魚を使用した料理、味付けの濃い料理に偏らないようにしましょう。



夕食のおかずにもおすすめ おつまみメニュー

豚肉ときゅうりの炒め物

材料 (2人分)

豚こま切れ肉:	140g
きゅうり:	100g(1本)
しめじ:	60g
ごま油:	小さじ2
たかのつめ(輪切り):	適宜
しょうが(すりおろし):	少々
A	
酒:	小さじ2
鶏がらスープの素:	小さじ1
しょうゆ:	小さじ1

作り方

- ①きゅうりは乱切りにする。
- ②しめじは根本を切り、小房に分ける。
- ③フライパンにごま油とたかのつめ、しょうがを入れて熱し、豚肉を炒める。
- ④豚肉の色が変わったら、きゅうりとしめじを加える。
- ⑤仕上げにAを加えて炒め合わせる。

エネルギー:199kcal 塩分:1.2g

低エネルギーのきゅうりやしめじを入れることで、ボリュームを出しつつエネルギーを抑えます。豚肉のかわりにいかを使ってもおいしいですよ。

正確な情報を収集し、命を守る行動を取りましょう!!

災害発生時には、避難情報や避難所の開設状況など重要な情報を市から発信しています。正確な情報を収集し、落ち着いて早めの行動を心掛けましょう。

情報収集手段は？

情報の収集には次のような手段があります。複数の手段を準備しておき、確実に情報を受け取れるようにしておきましょう。

- ①とばメール…登録制の市の情報配信サービス
- ②緊急速報メール(エリアメール)
※各種携帯会社の対応機種を持つ人で、市内にいれば無料で情報を受け取ることができます(登録は不要)。
- ③防災行政無線関係(屋外拡声子局スピーカー、聞き直しテレガイドサービス)
※聞き直し電話番号(☎ 0599 21 2010) 通話料金は利用者負担です。
- ④テレビ(ケーブルテレビ文字放送)、ラジオ、インターネット
- ⑤市ホームページ
- ⑥市フェイスブック
- ⑦防災みえ.jp
- ⑧各種便利な防災アプリ…Yahoo! 防災速報、NHKニュース防災アプリ など
- ⑨気象庁ホームページ



とばメール

総務課防災危機管理室



25

1118

一人一人が備えてこい！
防災力UP! 鳥羽

vol.110

停電の情報収集手段は？

停電・復旧情報については、中部電力パワーグリッド(株)ホームページ(<https://teiden.chuden.jp/p/mie.html>)を確認していただくか、中部電力パワーグリッド(株)伊勢営業所(☎ 0120-923-287)へ問い合わせてください。

また、いつでも、どこにいても、すぐに情報が受け取れる中部電力パワーグリッド(株)の無料アプリ「停電情報お知らせサービス」もありますので、活用してください。

電氣に関するお問い合わせ、これからは「スマホ」で、「アプリ」で、すぐに「チャット」で。

App Store からダウンロード

Google Play でダウンロード

停電情報お知らせサービス

※ご利用可能なiPhoneのバージョンはiOS10以上となります。

※ご利用可能なAndroid™のバージョンはAndroid™ 6.0以上となります。

先日、答志広場で、助産師さんによる子育て中のママと赤ちゃんを対象にした「ベビーマッサージ」講座を開催しました。

ママが優しく赤ちゃんの背中をなでおろしていくと、赤ちゃんは気持ちよさそうにうっとりしていました。ママの手のぬくもりを感じ、眠ってしまいうような赤ちゃんもいました。心地よいスキンシップで、赤ちゃんはママの愛情を感じ、安心感に満たされたのでしょうか。

心地よさを感じたのは、赤ちゃんだけではなく、ママもわが子の気持ちよさそうな表情を見て、愛情を再確認したかのように笑顔でいっぱいになっていました。心地よいスキンシップは、親子の絆を深めるためにも大切なことですね。ほのぼのとした親子ふれあいの時間でした。



とばっ子育てLINE



そして、ママのゆったりとした穏やかな気持ち、子どもにも伝わるのだということに改めて感じました。コロナ禍の中でも、意識してスキンシップをし、心身の発達や健康の促進に努めたいですね。

子育て支援センターでは、離島やかみうら広場・相差サロンへの出張広場を実施しています。助産師相談もどうぞ利用してください。

また、とばっ子ハッピーセミナー事業の参加予約がスマホから申し込めるようになります。鳥羽市子育て情報LINE公式アカウント「とばっ子育てLINE」から申し込み済みフォームを配信予定ですので、活用してください。

Vol.63

スキンシップ

みんなで子育て
だっこで
ほっと

子育て支援センター

☎ 25 7225



令和3年10月31日執行の第49回衆議院議員総選挙において、適切な管理運営等の顕著な功績をあげたとして、鳥羽市選挙管理委員会委員長の出口真人さんが総務大臣から令和4年3月10日付で表彰されました。

第49回衆議院議員総選挙に関する総務大臣表彰では、全国の選挙管理委員会関係者、民間の団体・個人合わせて106人・16団体が表彰対象となりましたが、三重県では出口さんが唯一の表彰者となりました。これを受け、市では6月1日に伝達式を行いました。

第49回衆議院議員総選挙総務大臣表彰



7月11日、鳥羽水族館で「夏の交通安全県民運動キャンペーン」の一環としてセイウチの「ツラちゃん」が交通安全特別大使に任命されました。

このキャンペーンは7月11日から20日まで開催され、鳥羽警察署長は「高齢者と子どもの交通事故防止、横断歩道における歩行者優先の徹底、シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底、飲酒運転の根絶を目指していただきたい」と述べ、中村市長は「横断歩道での歩行者優先などを守っていただき、安心安全な鳥羽というイメージをつくっていきたい」と話しました。

交通安全特別大使にセイウチの「ツラちゃん」が任命！



5月24日、鳥羽市老人クラブ連合会が市民体育館横の多目的グラウンドでグラウンドゴルフ大会を開催しました。

この大会は老人クラブ連合会が毎年行っているものですが、ここ2年間は新型コロナウイルス感染症の影響で活動を自粛していたため、3年ぶりの開催となりました。当日は会員87人が参加し、晴天にも恵まれ、みなさん和気あいあいとかつ真剣にグラウンドゴルフを楽しみ交流を深めました。

老人クラブ連合会のグラウンドゴルフ大会！



7月20日、市は國學院大學との「相互連携及び協力に関する基本協定」を締結しました。この協定は、鳥羽市の観光地としての知識や経験などと、同大学が保有する知的財産や人材、技能などを活かし、観光まちづくりの分野で連携、協力していくものです。

締結式で同大学の針本学長は「地域を見つめ、地域を動かすをモットーに、鳥羽市と一緒に地域づくり、人づくりに取り組みたいです」と語ってくれました。

國學院大學と協定を締結しました

中村欣一郎市長の

山椒は小粒でも...

Vol.57

寄り道はムダなのか



私は外出時に寄り道をするのが好きです。大きく日程を変えてまで寄り道はしませんが、せっかくなので来たのなから以前から気になっていたところへ時間をやりくりして、あるいは少し足を延ばして一見に行きたいというのが私の本能です。

アナログな私ですが、寄り道に関しては頭の中はグーグルマップのようになっていきます。行き先を入力するとそこまでの道中や目的地周辺に、これまで蓄積した新聞の切り抜きや本、人との会話のメモ、テレビやラジオで見聞きしたネタなど、いつか何かで鳥羽の参考になるかもしれない、この人に会って鳥羽へ招いてみたい、など気になった情報が浮き上がる感覚です。

先日、國學院大學と観光まちづくりを通じた相互連携の協定を結びました。協定締結式に来られた学長が「最近は何でモノがスマホなどのエー

機器によってピンポイントで検索できてしまう。一方、本屋へ行ったら売り場を巡るうちに目当てでない本にも目が行き手に取ったりする。そこから違う世界が広がったりする。ピンポイントでモノが見つかるのは便利だけど豊かさや面白さという面では物足りない。いわゆる寄り道こそ人生を豊かにするんだよ」といったようなことを仰り、私の心も我が意を得たりと盛り上がりました。

ところで、私の最近の大きな寄り道を紹介します。海女文化の紹介と観光PRで3年前にフランスを訪れた時のエピソードです。訪仏する直前の新聞記事で、鳥羽市の友好都市である兵庫県三田市のアーティスト新宮晋氏が、レオナルド・ダ・ヴィンチ没後500年を記念してダヴィンチゆかりの古城・シャンボール城で風や水の力で動く作品展をするという情報を知りました。ちょうど私たちが訪仏する時期と会期



フランスのシャンボール城と展示された黄色と白色のモニュメント

が重なっていました。

「ご本人に「もしフランスに滞在中なら」と三田市と鳥羽市のご縁をお伝えし、突撃アポを取つてみると「パリ市内のオペラ座の前のカフェでお話ししませんか」と返信があり、ご夫妻と歓談の機会をいただきました。彫刻家である一方、絵本作家でもある新宮氏は開口一番、今構想を練っている途中の絵本「サンダリーノどこから来たの？」を熱心にご紹介くださいました。なんと主人公サンダリーノは海賊の未裔だというのです。九鬼水軍のイメージも片隅にあるとのこと。一時間少々の邂逅でしたが、このご縁をまたいつかどこかで活かせる日がきつとやってくる。



絵本「サンダリーノどこから来たの？」



Vol.214

市民課人権・市民交流係
☎ 1126

『キッズゲルニカ』

パブロ・ピカソの絵画「ゲルニカ」は、スペイン内戦中の無差別空爆がきっかけとなり生まれました。この作品はキャンバス上に描かれており、運搬することができないため、これまでパリ、ロンドン、ニューヨークなどで展示されています。

キッズゲルニカ国際こども平和壁画制作プロジェクト(以下「キッズゲルニカ」)は、「ゲルニカ」と同じサイズ(3.5m×7.8m)の巨大なキャンバスに、子どもたちがさまざまな技法や材料を用いて平和をテーマとした作品を制作する、国際的なアートプロジェクトです。「キッズゲルニカ」制作の過程で「ゲルニカ」が誕生した背景に触れ、ワークショップで平和について話し合うことは、異文化理解や多文化共生を考えるき

っかけとなります。世界中で多くの作品が制作されることで、地球全体をキャンバスにして、平和の精神を表現しています。

冷戦下で東西ドイツを分けたベルリンの壁や、異民族の侵攻などを防ぐために築かれた人口壁、万里の長城など、壁には境界線や隔たりといった意味がありますが、「キッズゲルニカ」もゲルニカと同様に壁ではなくキャンバス上に描くことで、どこでも持ち運び可能となり、「隔たり」を取り除く象徴となっています。私たちが願う平和もまた、国家・人種・宗教・文化などの「隔たり」をなくすところから始まるのではないのでしょうか。

今年は戦後77年を迎えます。平和の尊さや反戦の願いは、さまざまな形で若い世代へ託されています。戦争の苦しみを二度と繰り返さないため、また、平和への想いを繋げていくために、平和について考えてみませんか。





すこやかに とばっこげんきっこ

おみらむい 絵

vol.189

夏を迎え、海やプールに遊びに行く機会が増える季節になりました。感染症対策をしっかりしつつ、水分をこまめにとり、熱中症にも気を付けながら楽しく過ごしましょう。



新刊情報

児童書

一般書

その他 絵本 小説 その他 小説

- 『あるじなして』 天津佳之
- 『両手にトカレフ』ブレイディみかこ
- 『朽ちゆく庭』 伊岡瞬
- 『ナイトシフト』 香納諒一
- 『図説日本の風』 真木太一
- 『ウクライナの夜』 マーシ・シヨア
- 『生きもの毛事典』保谷彰彦 ほか
- 『生まれかわりのポオ』 森絵都
- 『イかにんじゅつ道場』 香桃もこ
- 『ぎょうは選挙の日。』塚本やすし
- 『ちびびりパンダ』みやにしたつや
- 『おりがみ大図鑑』 新宮文明
- 『押す図鑑ボタン』西村まさゆき ほか



にちか 濱口 日花 ちゃん

令和3年6月3日生まれ (啓志町)

いいにが大好きな癒し系ニチカ♡♡
すくすく育ててね♡

KIDS PHOTOGRAPH
やんちゃっこ
あまえっこ

満1歳になる元気なお子さんの写真(デジカメ画像可)に25文字以内のコメントを添えて、広報情報係へお送りください。メールでも受け付けています。

✉ koho@city.toba.lg.jp



あさき 濱口 葵咲 くん

令和3年5月19日生まれ (一丁目)

ニコニコ可愛い笑顔いっぱい
見せてな!



えいと 成瀬 慧都 くん

令和3年5月25日生まれ (岩倉町)

これからも元気いっぱいの
えいちゃんでていてね♡

図書館だより library news



開館時間 午前10時～午後6時

市立図書館 ☎ ☎ 4555

図書館カレンダー

8 August 2022	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3	4	5	6	13
	7	8	9	10	11	12	16
休館日	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			
9 September 2022					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	

- ◎ブックトーク
とき 8月6日(土) 午前10時30分
- ◎絵本と紙芝居の会
とき 8月28日(日) 午前10時30分
- ストーリーテリング勉強会
とき 8月16日(火) 午前10時
- ☆夏休みおはなし会
とき 8月6日(土) 午後2時

※新型コロナウイルスの感染状況により中止・延期する場合があります。

語り おはなしの会「ミルキーウェイ」
募集人員 15人(先着順)
おはなしは「オンロックがやってくる」・「でっかいカエル」ほか
☆「原爆と人間展」「戦争展」「夏休み読書しよう!」展示
期間 8月31日(水)まで
場所 図書館展示コーナー
原爆と人間展
関係資料、夏休みの読書や自由研究におすすめの本を展示します。



暮らしの情報

8月1日～

全国高等学校
総合体育大会
出場選手



お知らせ

福祉医療費受給資格証の更新

市民課保険年金係

☎ 1128

障がい者医療費、一人親家庭等医療費、子ども医療費の福祉医療費受給資格証を9月1日(木)に更新します。令和4年度所得(一人親家庭等医療費の場合、養育費の80%を含む)を確認し、引き続き該当のかたには、8月下旬に新しい受給資格証を郵送します。なお、所得の確認ができないかたには別途書類を送付しますので、手続きをお願いします。

また、障がい者医療費の対象者で後期高齢者医療被保険者のかたは、医療機関などで受給資格証を提示する必要がないため、資格証は発行し

児童扶養手当現況届提出をお忘れなく

健康福祉課子育て支援室

☎ 1184

ません。

現在、児童扶養手当の認定を受けたかたは、毎年8月1日現在の状況を把握するための現況届を提出していただく必要があります。提出がない場合は、11月以降の手当が支給されません。対象者には現況届を送付しますので、8月31日(水)までに、健康福祉課子育て支援室、または近くの連絡所へ提出してください。

※現況届を未提出のまま2年間経過すると、時効により受給権がなくなります。また、所得制限により手当の支給がなかったかたについても、資格継続のため、提出が必要です。

新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金

健康福祉課生活支援係

☎ 1181

「緊急小口資金及び総合支援資金(初回)」や「総合支援資金の再貸付」まで利用したかた、または再貸付などが不承認となつたかたで現在もお生活にお困りの場合、支援金を受け取れる可能性があります。

くわしくは、市ホームページをご覧ください。

受付期限 8月31日(水) (延長されました)



新型コロナウイルス感染症自立支援金の支給について

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金(1世帯/10万円)

健康福祉課生活支援係

☎ 1115

令和3年度または令和4年度の住民税非課税世帯のかたには、支給にあつての確認書を送付していますので、必要事項を記載のうえ返送してください。

なお、令和3年1月2日以降の世帯員の変更や家計急変世帯などの場合には申請が必要です。保健福祉センターひだまりにお越しいただくか、健康福祉課生活支援係まで問い合わせてください。

※1世帯1回のみ受給できます。

くわしくは市ホームページをご覧ください。

受付期限 9月30日(金)



住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の支給について

新製品。電池不要

新しい充電式 補聴器

続々登場

スタイリッシュ 充電式

低価格から色々あります。アフターケアの良い当店へ

創業明治29年

マスクをしても、くもらない！メガネくもり止め有ります。770円税込

時計のデタッチ入れ替え、修理、バンド調整。

メガネは認定眼鏡士が対応の当店へ

時計・メガネ・補聴器

鳥羽3丁目 16-26 TEL(25) 2148

ハラ

住宅・店舗・工場の外装・内装リフォーム・耐震補強工事
土木・外構工事・土地探し・マンション・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！(技術系・作業員・営業) お電話にてご相談ください！

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)

暮らしの情報

8月1日～

リサイクルパークの休業日

鳥羽市リサイクルパーク

☎ 25 92000

8月13日(土)・16日(火)はお盆休業日とさせていただきます。

し尿くみ取りと浄化槽清掃業務の休業日

環境課資源リサイクル係

☎ 25 1149

お盆休業日 8月11日(木・祝)・15日(月)

通常休業日 土曜・日曜日、祝日
※お盆前は大変混み合いますので、申し込みは8月9日(火)までをお願いします。

問合せ先 株式会社鳥羽産業

☎ 25 2807

マイナンバーカードの休日交付・申請窓口

市民課戸籍係

☎ 25 11127

仕事や学校などで平日に市役所へ手続きに行くことができないかのために、マイナンバーカードの休日交付・申請窓口を開設します。

マイナンバーカードの交付通知書が届いたかたや電子証明書の更新手

続きを希望されるかたは、事前に電話などで予約の上、来庁してください。

また、マイナンバーカードの新規申請のお手伝いもします。(予約不要)

とき 8月28日(日)

午前9時～午後3時

ところ 市役所西庁舎1階・市民課

予約受付時間 平日 午前8時30分～午後5時15分

※マイナンバーカードの交付は交付通知書が届いたかたが対象です。

※転入・転出などの異動手続き・証明書の発行・戸籍の届け出などはできません。

※マイナンバーカードの交付は交付通知書が届いたかたが対象です。

全国一斉情報伝達試験の実施

総務課防災危機管理室

☎ 25 11118

市では、地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、情報伝達試験を行います。この試験は、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いた試験で、鳥羽市以外の地域でもさまざまな手段を用いて情報伝達試験が行われます。

※Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時に伝えるシステムです。

とき 8月10日(水) 午前11時ごろ

試験内容

①防災行政無線での放送

②とばメール・市フェイスブックでの配信

(メールの件名は「即時音聲合成メッセージ」と表示されます)

①②で「これは、Jアラートのテストです」という内容が流れます。

肢体不自由児巡回相談

志摩福祉センター

☎ 0599 43 6068

身体の発達について相談のある子ども、または先天的な疾患のある肢体不自由児とその家族に対し、県立子ども心身発達医療センターの理学療法士による、病状に応じた診察・相談・訓練指導を行います。

専門家による療育のための助言や指導なども行います。気軽に相談、申し込みください。なお、新型コロナウイルスの拡大状況によっては、リモートでの対応や、急遽中止する場合があります。

とき 9月2日(金)

午前9時30分～午後3時30分

ところ 志摩福祉センター

(志摩市阿児町神明1539-4)

対象者 小児対象

(疾患によっては成人も対応可)

申込・問い合わせ先 志摩福祉センター

※相談については要事前予約

お盆期間中の臨時駐車場の開設

鳥羽市観光交通対策協議会(事務局 観光課観光振興係)

☎ 25 1157

お盆の期間、多くの観光客が鳥羽へ訪れることが予想されることからシャトル船を活用した臨時駐車場を開設します。

開設場所 市民の森横の臨時駐車場

開設日時 8月13日(土)～15日(月)

午前10時～午後5時30分

シャトル船運航区間 市民の森臨時駐車場シャトル船のりば～ミキモト真珠島横のりば

鳥羽で雨漏りを止める会社です

レディオキューブFM三重・毎週水曜日【雨漏り18時12分!】放送中

雨漏り調査は無料です。

雨漏りは原因を見つけることが「止らない雨漏り」を防ぎます。



公式サイトはこちら



小河



水谷

情熱リパレション (受付 8:00～20:00・365日対応)

※を元気にする会社

本店：津市久居野村町515-3 **0120-246-194**

8月1日～

information

獣害対策用駆逐煙火 (サル用) 配布

農水商工課農林係
☎ 12331

サルによる獣害被害の軽減支援として、獣害対策用駆逐煙火(サル用)を8月9日(火)午前9時から配布します。希望するかたは、農水商工課までお越しください。

なお、1世帯につき1セット(5本入)の配布としますのでご了承ください。

50セット限定のため先着順で、なにより次第終了します。

かびやのイベント

鳥羽大庄屋かどや
☎ 8686

展示「小林勇輝 言葉の結晶展」

自作の詩と書と造形が三位一体となった「象詩書」を創造して創作活動を展開中。書道に興味ある人必見。ニューヨークやパリをはじめ国内外で高い評価を得ている新進気鋭のアーティストの作品展です。

とき 7月30日(土)～8月17日(水)
最終日は午後3時まで

展示「Lemont イラスト展」

森本厚志さん(松阪市飯高)は、Lemontの作家名でイラストレー

ターとして活動中。コミカルな動物や花などをカラフルな色彩で描き、見ているだけで楽しい気分になります。

とき 8月20日(土)～9月4日(日)
かどや「絵本の時間」

老若男女が楽しめる絵本の読み聞かせです。

とき 8月1日(月)、6日(土)、8日(月)、22日(月) 午前11時～11時30分

参加費 無料
金継ぎワークショップ

とき 第24回 8月4日(木)
第25回 8月21日(日)

参加費 1回4500円(漆などの材料費込み)

定員 各5人
持参 金継ぎしたい器

その他 エプロン・長袖・アームカバーなど、汚れてもよい服装で

講師 林遼子 氏
申込期限 開催日の3日前

オカリナ教室

とき 初級 8月11日(木・祝)、25日(木)

中級 8月6日(土)、27日(土)
午前10時～11時30分

月謝 3300円
講師 加藤貴彦 氏

第31回紹刺し教室
とき 8月11日(木・祝)

午後1時～4時

参加費 2500円(材料費込み)
持ち物 はさみと(あれば)拡大鏡
講師 西川 佐恵子 氏
申込期限 8月8日(月)

第21回みるふい倶楽部「シャドーボックスを作ろう!」
とき 8月18日(木)

午後0時30分～3時30分
参加費 1700円(材料費別)

講師 丸井靖子 氏
申込期限 8月15日(月)

第30回キラキラ倶楽部「スワロフスキーでアクセサリを作ろう!」
とき 8月22日(月)

午後1時～3時
参加費 1500円(材料費別)

申込期限 8月18日(木)

第22回みそら塾「一閑張で好みのかごを作ろう!」
とき 8月25日(木)

午後1時30分～3時30分
参加費 2000円(材料費別)

定員 10人
講師 マチノヤヨイ 氏

申込期限 8月18日(木)

第25回「野の花と万葉の会」
とき 8月28日(日)

午後1時30分～3時
参加費 1000円

定員 15人(先着順)
申込期限 8月24日(水)

行政チャンネルとば番組案内(ケーブルテレビ ZTV)

デジタル 123 ch

○内閣府 政府広報番組(約30分)

「宇賀なつみのそこ教えて!」

～覚えてほしい! 海の「事件・事故」は118番～

放送時間

午前10時、午後3時、7時～

※体操番組終了後に放送



○鳥羽健康づくり体操(約10分)

放送時間 午前7時、午後1時、7時～

○健康ウォーキング&みんなと☆ばーがー体操(約8分)

放送時間 午前9時、11時、午後5時～

○元気づくりソング(約5分)

放送時間 午前8時、10時、正午、午後3時～

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広報情報係(☎ 1102)、加入申し込みについては株ZTV伊勢放送局(☎ 0120-222-505)へお問い合わせください。

暮らしの情報

8月1日～

8月は電気使用安全月間

中部電気保安協会

☎05996②⑤ 0892

感電災害は夏場に集中して発生します。夏は汗をかきやすく、皮膚の露出部分が多くなり、また疲労から注意力が散漫になりがちです。

感電災害を防止するため、電気は安全に正しく使いましょう。

下水道排水設備工事責任技術者試験

公益財団法人三重県下水道公社

☎05998③ 23331

とき 11月24日(木) 午後1時開始
ところ 三重県総合文化センター
(津市一身田上津部田1234)

試験 筆記(マークシート方式)
受験資格 受験申込日現在で、排水設備工事などの設計・施工に関して2年以上の実務経験のあるかたなど

手数料 8000円(合格され、責任技術者証が必要なかたは、別途交付手数料3000円が必要となります)

申込書の配布 三重県下水道公社

ホームページからダウンロードできます。希望者には郵送します。

郵送申込先 公益財団法人三重県下水道公社総務課(〒515-0104 松阪市)

高須町3922番地)
申込期間 8月8日(月)～9月12日(月)
(当日消印有効)

募集

ふるさと納税返礼品出品者

鳥羽市観光協会

☎0593019

ふるさと納税で市に寄附をしていただいたかたへの返礼品の出品者を募集します。出品を希望されるかたは、資料をお送りしますので、鳥羽市観光協会へ申し出てください。

申し込みには申込書のほか、商品写真などの資料が必要となりますので、早めの手続きをお願いします。

申込期限 8月26日(金)
対象者 市内事業所のみなさん

令和4年度

就学義務猶予免除者等の 中学校卒業程度認定試験

三重県教育委員会事務局

高校教育課キャリア教育班

☎059922412913

対象 病気などのやむを得ない理由により、義務教育諸学校への就学を猶予または免除されたかたなど

試験期日 10月20日(木)

午前10時～午後3時40分

試験会場 三重県吉田山会館・第204会議室(津市栄町一丁目891)

試験科目 国語・社会・数学・理科・外国語(英語)

願書受付期限 9月2日(金)消印有効

第47回鳥羽市民文化祭の 展示作品と音楽芸能の部 新規出演者

教育委員会生涯学習課

☎0591268

11月3日(木・祝)、4日(金)に市民体育館にて開催する市民文化祭の展示作品と音楽芸能の部の新規出演者を募集します。

作品展示の部

絵画、伊勢型紙、彫塑、工芸、写真、書道、絵手紙(いずれの作品も自作未発表で、表装・額装してください)

応募資格 市民または市内在勤・在学のかた

作品受付 10月13日(木)、14日(金)
午前9時～午後4時

作品に出席申込書を添えて、市民体育館・第1小会議室へお持ちください。

※団体として出展する場合は市文化協会への加入をお願いします。

音楽芸能の部

音楽・芸能発表会は、11月3日(木・祝)に市民体育館サブアリーナで開催します。

募集出演者 新規で2団体程度

※出演の際には鳥羽市文化協会への加入が必要となります。

会費 年額5000円

8月26日(金)までに生涯学習課へ出演申込書と文化協会加入申込書を提出してください。

※開催・募集要項、出展・出演申込書は、教育委員会、市立図書館、市民体育館、市民課の窓口にご設置します。

8月求人情報

鳥羽市無料職業紹介所 ☎0591241

(農水商工課商工労政係 ☎0591156)

毎月、当紹介所に登録のある求人情報をご案内します。仕事をお探しのかた・興味のあるかたはご連絡ください。

求人 情報

- 宿泊業(ホテル・旅館) 客室清掃、レストランサービス、洗い場
- 小売業 商品陳列など

※無料職業紹介所は西庁舎3階に毎週火・木曜日に開設しています。(第1・第2木曜日は保健福祉センターひだまり)

8月1日～

information

およろこび

お誕生おめでとう
(7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
山本 葵央	拓一	6.14	五丁目
仲地 郁真	弘顕	6.23	大西西
野村 悠翔	潤	6.25	松尾

おくやみ

ご冥福をお祈りします
(7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
大西みき子	(76)	6.24	二丁目
上村 攻	(78)	6.19	池上
伊藤 史郎	(89)	7.1	小浜
宮瀨浅次郎	(96)	6.19	安楽島
大森 道弘	(62)	7.12	安楽島
中村 愛喜	(61)	7.6	相差
齋藤 直美	(80)	7.2	桃取
川原かつ子	(94)	6.17	答志
木下 和代	(72)	7.1	菅島

市の人口

令和4年6月末日現在()内は前月比

人口	17,436人 (-23人)
男	8,234人 (-16人)
女	9,202人 (-7人)
世帯数	8,309世帯 (-4世帯)

編集と発行 総務課広報情報係

〒517-0011 鳥羽市鳥羽三丁目1-1

☎0599-25-1114

ホームページ <http://www.city.toba.mie.jp/>

Eメール koho@city.toba.lg.jp

とびっ子ハッピーセミナー

子育て支援センター

☎7225

赤ちゃん講座「助産師さんと話そう」(妊婦さんと生後6か月まで)

これから出産される妊婦さんや6か月までのお子さんとお母さん。田畑助産師さんとお話ししましょう。

とき 8月5日(金) 午前10時～11時

ところ 子育て支援センター

講師 田畑千津子 助産師

対象 妊婦さんと生後6か月までの

お子さん

持ち物 母子手帳

募集人員 5組程度

申込期限 8月4日(木)

律子さんとリズムで遊ぼうin菅島

親子で音楽に合わせて体を動かす楽しさを体験しながら、親子のこ

コミュニケーションを深めましょう。動きやすい服装で気軽に参加してください。

とき 8月10日(水)

午前10時45分～11時30分

ところ 菅島コミュニティアリーナ

講師 井村律子 氏

対象 小学校低学年と幼児とその保護者

募集人員 20人程度

申込期限 8月5日(金)(先着順)

「足育教室」in桃っ子サロン

子育て真っ最中のサポーターさんと、足のケアをしてリフレッシュしましょう。

とき 8月17日(水) 午前10時～11時

ところ 桃取コミュニティセンター

講師 奥村祐佳 氏

対象 乳幼児とその保護者

募集人員 7組程度

申込期限 8月12日(金)

簡単キッズカット&ヘアアレンジ

子どもの簡単なヘアカットやヘアアレンジについて話していただきます。

とき 8月23日(火) 午前10時～11時

ところ あおぞら保育所2階・遊戯室

講師 立橋香那 氏

対象 乳幼児とその保護者

募集人員 5組程度

申込期限 8月16日(火)

公共職業訓練(ハローワーク)受講生

ポリテクセンター伊勢

☎05996(37)3121

ポリテクセンター伊勢では、求職者が早期に再就職できるように、ものづくり分野に特化した職業訓練を実施しています。

訓練場所 ポリテクセンター伊勢(伊勢市小俣町明野685)

対象 再就職を希望し、公共職業安定所に求職申し込みをしているかた

※受講料は無料ですが、別途テキスト代・作業服代が必要です。

入所月	訓練科名	定員	訓練期間	説明会日	入所選考日
10月	ものづくり溶接科	12人	10月5日(水) ～ 令和5年3月27日(月)	8月1日(月) 8月22日(月) 8月29日(月) 9月5日(月) 9月12日(月) いずれかの日に参加してください。	①9月2日(金) ②9月20日(火) ①で定員に達した場合、②の実施は実施しませんのでご了承ください。

※説明会日の午後から訓練体験をしていただけます。

※本紙に掲載のイベント・相談・教室などについては、新型コロナウイルス感染症の予防措置に伴い、中止または変更になる場合があります。参加を希望する場合は、事前に担当課へ問い合わせてください。

暮らしの相談

相談内容	実施日	受付時間・問合せ先	ところ
教育相談	月～金	9:00～17:00 ☎ 25 2457	旧小浜小学校内教育支援センター HARP
総合こども相談	要予約 児童相談所による相談療育手帳判定	月～金 9:00～16:30 ☎ 0596 27 5143	南勢志摩児童相談所 (予約があるときのみ開催)
	随時相談	月～金 9:00～16:30	保健福祉センターひだまり
要予約 心理カウンセラーによる相談 発達検査	2日(火) 16日(火)	「ほっぷ」 ☎ 25 7221	
要予約 法律相談(弁護士)	25日(木)	13:30～16:00 ☎ 25 1188	②一般相談は3日前までに予約 (予約があるときのみ開催)
要予約 一般相談②(何でも相談)	18日(木)	13:00～15:30 ☎ 25 1188	
障害相談	月～金	9:00～17:00 ☎ 25 1183	市民課(市役所西庁舎1階)
女性相談	月・水・金	9:00～17:00 ☎ 25 1276	
要予約 交通事故相談	10日(水)	13:00～15:00 ☎ 25 1126	第2小会議室(市役所西庁舎4階)
要予約 人権相談	16日(火)	13:30～15:30 ☎ 25 1126	
要予約 行政相談	16日(火)	13:30～15:30 ☎ 25 1112	税務課(市役所西庁舎2階)
要予約 夜間納税相談	月～金	17:15～20:00 ☎ 25 1132	
要予約 無料職業紹介	火・木	9:00～16:00 ☎ 25 1241	無料職業紹介所(市役所西庁舎3階)
消費生活相談	月～金	9:00～12:00、13:00～16:00 ☎ 0596 21 5717	伊勢市消費者生活センター

朝市

あらしま朝市	あらしま新鮮組 ☎ 090-7950-4425
とき	第2・第4日曜日 8:00～10:00 ところ 安楽島漁協前
今浦朝市	麻生の浦会 ☎ 090-2577-4833
とき	第1・第3日曜日 8:00～10:00 ところ 旧今浦保育所

●国崎朝市は、新型コロナウイルス感染症の予防措置に伴い休止します。問い合わせ/国崎朝市実行委員会 ☎ 080-1576-1052

健康

健康福祉課健康係 ☎ 25 1146

	日程など
要予約 乳幼児健康相談	4日(木) 9:00～11:00 持ち物 母子健康手帳 ※母乳相談：前日正午までに要予約
要予約 健康相談	月曜～金曜日 9:00～17:00 担当 保健師
要予約 こころの健康相談	月曜～金曜日 9:00～17:00 担当 保健師・福祉相談員
要予約 栄養相談	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

子育て応援

●あそびの広場「だっこ」子育て支援センター ☎ 25 7225

ところ	とき
子育て支援センター(あおぞら保育所2階)	月～金 9:00～11:30、13:00～15:30 ※子育て相談は、月～金 9:00～16:30

●子育てサロン 社会福祉協議会 ☎ 25 1188

ところ	とき
相差女性活動センター	2日(火) 10:00～12:00
菅島コミュニティアリーナ	毎週水曜日 10:00～12:00 ※8月10日(水)も開催します
桃取コミュニティセンター	不定期(くわしくは問い合わせください)

●子育て応援! 0.1.2.3 サークル 山本 ☎ 090-7953-7066
Facebook <https://www.facebook.com/toba0.1.2.3>

開催日	内容(ひだまり2階・ひだまりホール 10:00～12:00)
4日(木)	オリジナルうちわ作り ～好きなキャラクターで作ろう♡
18日(木)	ほうこう剤作り ～かわいくていい香り! 持ち物:保冷剤
25日(木)	ペットボトルピザにチャレンジ&誕生会 ～防災クッキング、参加費300円
28日(日)	こどもとみんなのイベント ～ファミサポセンター(こども食堂)

納税

税務課 ☎ 25 1132

税目	期別	納期限
市県民税	第2期	8月31日(水)
国民健康保険税	第3期	8月31日(水)

今月の表紙

まちの話題(16ページ)に掲載している「夏の交通安全県民キャンペーン」に、かもめ幼稚園の園児らも参加し、交通安全宣言をしました。また鳥羽水族館前では鳥羽警察署による交通安全啓発運動が行われ、園児らは白バイの乗車をたのしみました。

中川 健康診断、お二人はもう受けましたか?
押川 この前ドックに行ってきたけど、結果が怖いわ...。
松本 僕は来月の予定ですが、最近腹回りが気になってきてるんですよね...。
中川 僕も体重増えてきてたんで、運動と食生活を見直そうと思つています。
押川 やっぱり定期チェックと生活習慣が大事か。ただ自分だけではなかなか...。
松本 あ、「すつきりチャレンジ」に参加するとサポートしてもらえらるみたいですよ。
中川 肥満予防メニューも紹介されてますね!
押川 おお。チャレンジしてみよかな!?
※くわしくは12、14ページの健康いねをご覧ください。

編集後記
広報マン
健康第一!