



美し国三重市町対抗駅伝	2
第2弾とばまるとくキャンペーン	4
暮らしの情報	26
生活カレンダー	32

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



**第16回
うま美し国三重市町
対抗駅伝**
2月19日(日)
午前8時45分県庁前
スタート

Re:START!

熱い想いで駆け抜けろ!!



県庁前をスタートし、ゴールの三重交通Gスポーツの杜伊勢（県営総合競技場）までの10区間をタスキでつないで走る「第16回美し国三重市町対抗駅伝大会」が開催されます。

ここでは、登録された監督、コーチ、選手、スタッフをご紹介します。

みなさん応援よろしくお願いします。

教育委員会生涯学習課スポーツ推進係
☎ 25 1271

監督



松本 聖（加茂中学校）

コーチ



中山 祐樹（(有)中山建築）

スタッフ

松本 明彦
（市陸上競技協会）

岩橋 育美
（市スポーツ推進委員）

今大会の抱負

家族、学校、職場、チームスタッフ、そして応援して下さるたくさんのかたがたがいて選手があります。

鳥羽市の代表であることを誇りに思い、感謝の気持ちを胸に、長年の目標である「2時間30分の壁を超える」ことができるよう、全力でタスキをつなぎます。

5区 40歳以上男子 (4.60km)	4区 中学生男子 (5.58km)	3区 中学生女子 (3.83km)	2区 小学生男子 (1.85km)	1区 小学生女子 (1.28km)
 松川 亮 (鳥羽市役所)	 古川 爽太郎 (鳥羽東中学校)	 中川 星空 (鳥羽東中学校)	 木下 慶建 (鳥羽小学校)	 伊藤 柚寿果 (神島小学校)
 伊藤 和正 (神島中学校)	 野村 尚生 (鳥羽東中学校)	 中村 晴暖 (鳥羽東中学校)	 橋本 煌矢 (安楽島小学校)	 和田 倅歩 (安楽島小学校)
10区 20歳以上男子 (6.925km)	9区 ジュニア女子 (5.45km)	8区 20歳以上女子 (3.43km)	7区 一般女子 (2.89km)	6区 ジュニア男子 (6.36km)
 中村 正仁 (ヤマモリ (株))	 藤原 亜瑚 (宇治山田商業高校)	 奈良 葵	 今井 柚月 (伊勢学園高校)	 小久保 凱生 (皇學館高校)
 掛橋 拓馬 (安楽島小学校)	 伊藤 亜姫 (宇治山田高校)	 齋藤 萌 (鳥羽小学校)	 藤原 梨瑚 (伊勢学園高校)	 西 城空 (宇治山田商業高校)

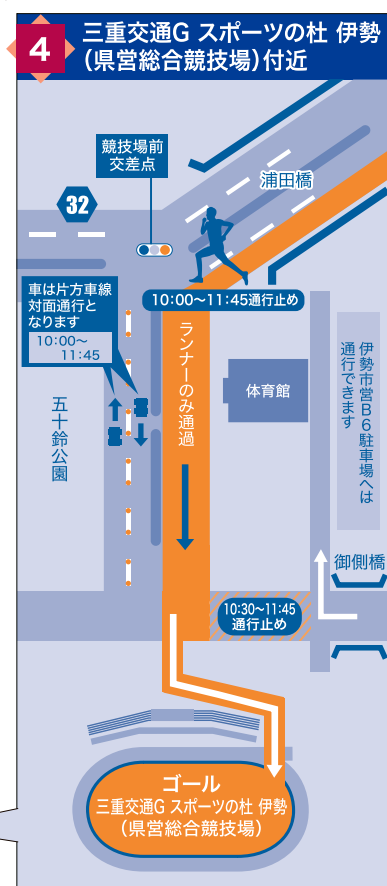
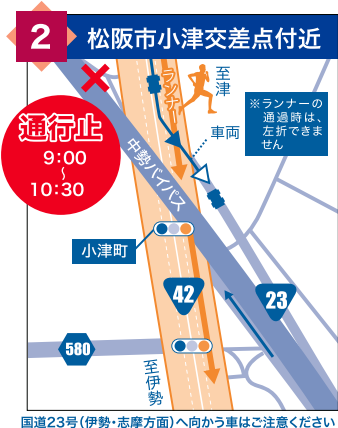
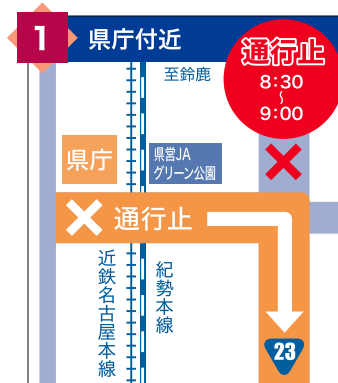
美し国を満喫！市町交流市場（物産展）
同時開催

とき 2月19日(日) 午前10時～

ところ 三重交通Gスポーツの杜伊勢（県営総合競技場）



交通規制にご協力をお願いします



- 県道鳥羽松阪線(松阪市宮町交差点～度会橋西詰交差点)は、9:15～11:45までの間、上下線の通行が制限されますので南勢バイパスを利用してください。
- 交通規制・う回については、現場警察官の指示、配置員の案内に従ってください。
- 駅伝コース内に車を止めないようにしてください。

鳥羽のお店をキャッシュレスで応援

第2弾

まるとく

最大
20%
ポイント還元!!

とば 得 キャンペーン

農水商工課商工労政係 ☎ 25 1156

新型コロナウイルス感染症対策や、市内の経済活動の回復のため、市内の対象店舗でキャッシュレス決済サービス「PayPay」「d払い」「au PAY」「楽天ペイ」で決済すると、お会計額の最大 20% のポイントが戻ってくるキャンペーンを実施します。

キャンペーン期間

2月1日(水) ~ 28日(火)

付与上限

1回あたりの付与上限 ⇒ 1,000 円相当のポイント

期間中の付与上限 (1 決済事業者あたり) ⇒ 5,000 円相当のポイント

- ※ PayPay: クレジットカードは対象外。ただし PayPay アプリを介した PayPay カード (旧 Yahoo! JAPAN カード含む) での支払いは対象。付与される PayPay ポイントは PayPay・PayPay カード公式ストアでの利用可。出金・譲渡不可。
- ※ d払い: d払い (iD)、dポイント、クーポンなどの支払い分は対象外。進呈されるポイントは dポイント (期間・用途限定) となります。
- ※ au PAY: au PAY アプリの利用可能な機種でコード支払いのみ対象。
au PAY プリペイドカード、au PAY カード、au PAY ゴールドカードの支払いは対象外。
- ※ 楽天ペイ: キャンペーンは楽天ペイアプリによるコード / QR / セルフでの支払いを対象としています。下記の支払い分は対象外となります。
 - ・楽天ペイアプリ内の楽天ポイントカードによる支払い分
 - ・楽天ペイアプリ内の楽天 Edy へのチャージ分、楽天 Edy による支払い分
 - ・楽天ペイアプリ内の楽天カードタッチ決済による支払い分
 - ・楽天ペイアプリ内の Suica へのチャージ分、Suica による支払い分
 - ・ネットでの楽天ペイの支払い分

※ポイント付与や支払い方法などについては一定の条件がありますので、くわしくは各社ホームページで確認してください。

対象者

PayPay、d払い、au PAY、楽天ペイのアプリを利用して決済されたかた
PayPay、d払い、au PAY、楽天ペイのアカウントを登録されているかた

対象店舗

PayPay、d払い、au PAY、楽天ペイで支払いができる店舗

※行政サービスや税金の支払いなど一部対象外となるものがあります。

※対象店舗は各決済アプリなどで確認してください。

キャンペーン中の
問い合わせ先

- ◆ PayPay ☎ 0120-990-634 24 時間受付 (土曜・日曜日、祝日含む)
- ◆ d払い d払い自治体キャンペーンコールセンター ☎ 0120-114-331
午前 9 時 30 分 ~ 午後 5 時 30 分 (土曜・日曜日、祝日除く)
- ◆ au PAY ☎ 0120-912-852 午前 10 時 ~ 午後 8 時 (土曜・日曜日、祝日含む)
- ◆ 楽天ペイ 問い合わせフォーム 楽天ペイカスタマーデスク



登録はこちらから

アプリをダウンロードして、まずアカウント登録しよう!

PayPay



d払い



au PAY



楽天ペイ



鳥羽市とドコモショップ鳥羽店による

シニア向け スマートフォン教室を開催します

健康福祉課長寿介護係 ☎ (25) 1186



シニア世代のかた向けに、スマートフォンの使い方が学べる教室を開催します。

これからスマートフォンを持ってみようかと検討されているかたや、操作に不安のあるかたは、この機会に参加してみませんか。※スマートフォンの貸し出しも可能（台数に制限があります）

とき	時間	開催場所	教室名	定員
2月21日(火)	10:30～11:30	保健福祉センター ひだまり 1階・和室	① LINEを始めよう!講座	10人程度
	13:30～16:00		② (体験編) スマートフォンを触ってみよう LINEを始めよう!講座	10人程度
2月22日(水)	10:30～11:30		③ LINEを始めよう!講座	10人程度
	13:30～16:00		④ (体験編) スマートフォンを触ってみよう LINEを始めよう!講座	10人程度
3月22日(水)	10:30～11:30	保健福祉センター ひだまり 1階・会議室	⑤ LINEを始めよう!講座	10人程度
	13:30～16:00		⑥ (体験編) スマートフォンを触ってみよう LINEを始めよう!講座	10人程度
3月24日(金)	10:30～11:30		⑦ LINEを始めよう!講座	10人程度
	13:30～16:00		⑧ (体験編) スマートフォンを触ってみよう LINEを始めよう!講座	10人程度

※定員に達し次第、受け付けを終了します。

※②、④、⑥、⑧の教室は「(体験編) スマートフォンを触ってみよう」、「LINEを始めよう!講座」の両方連続しての参加が原則ですが、どちらかだけに参加したい場合などは相談してください。

ところ 保健福祉センターひだまり

講師 ドコモショップ鳥羽店 店員 **参加費用** 無料

申込方法 受講には予約が必要です。開催日の1週間前までに教室名①～⑧のいずれかを選択し、電話で申し込んでください。

au のキャラバンカーによる 出張スマートフォン教室を開催します

教育委員会生涯学習課社会教育係 ☎ (25) 1168

公民館での生涯学習講座として、スマートフォン教室、またスマートフォンを使ったマイナンバーカード申請の支援を行います。

とき	時間	ところ
2月9日(木)～12日(日)	10:30～12:00、14:30～16:00	堅神分館
2月17日(金)～20日(月)		松尾分館
2月23日(木・祝)～26日(日)		河内分館

※上記以外にも市内で au による出張スマホ教室を開催します。くわしくは、出張 au ショップお問い合わせ事務局 (☎ 03-5778-4850) までお問い合わせください。(受付時間 午前10時～午後5時/土曜・日曜日、祝日含む)

申込方法 申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

講師 au ショップ 店員 **参加費用** 無料

スマホ教室以外の時間帯も会場を開設して相談を随時受け付けます!

会場開設時間 午前10時～午後4時30分

当日はauのキャラバンカーが来ますが、au以外のキャリアをご利用のかたでも参加できます。

出産・子育て応援交付金事業

健康福祉課健康係 ☎ (25) 1146

健康福祉課子育て支援室 ☎ (25) 1184

全ての妊婦・子育て家庭が安心して出産・子育てができる環境を整備するため、国の「出産・子育て応援交付金」を活用し、妊娠期から子育て期まで身近で相談・支援を行う伴走型相談支援の充実と、出産育児関連用品の購入などの負担軽減を図るための経済的支援を一体として行う「出産・子育て応援交付金事業」を実施します。くわしくは、市ホームページをご覧ください。

対象

- ①令和4年4月1日以降に妊娠届出をされた妊婦
- ②令和4年4月1日以降に出生した子どもの養育者であり、赤ちゃん訪問での面談を受けたかた

※他の自治体で子育て応援交付金の支給を受けていないかたに限りです



くわしくは
ホームページで
確認してください



給付額

- ①出産応援ギフト 妊婦1人あたり 5万円
- ②子育て応援ギフト 子ども1人あたり 5万円

申請などについて

令和4年4月1日～令和5年1月31日までの期間に出生・妊娠届をされたかたには、準備が整い次第申請案内を郵送します。届き次第申請してください。

令和5年2月1日以降に出生・妊娠届をされるかたには、母子健康手帳交付時や赤ちゃん訪問での面談時に申請書をお渡しします。

問い合わせ先

妊娠・出産・子育てに関する相談 健康福祉課健康係 ☎ (25) 1146

出産応援ギフト・子育て応援ギフト 健康福祉課子育て支援室 ☎ (25) 1184

マイナンバーカードの発行は お済みですか？

市民課戸籍係 ☎ (25) 1127

マイナンバーカードの休日交付・申請 窓口を開設します

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たのために、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や新規申請のお手伝い、電子証明書の更新手続きなど、事前に電話などで予約のうえ、来庁してください。

とき

2月26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

マイナポイント付与対象の マイナンバーカード申請期限が 令和5年2月末に延長されました



総務省では、お好きなキャッシュレス決済で使えるポイントが最大2万円分もらえる「マイナポイント」を実施しています。

申し込みにはマイナンバーカードが必要です。市民課窓口では、随時マイナンバーカード新規申請のお手伝いをしています。

※以下総務省のホームページより

マイナポイントの申請期限は、令和5年2月末(令和5年1月20日時点)までですが、新たな申請期限を設定し、改めて公表します。



総務省
特設サイト

マイナポイント申込方法

マイナポイント手続きスポットや、ご自身のパソコン・スマートフォンから手続きが可能です。

また、市民課窓口では申し込みのサポートをしています。

※各連絡所では、端末がないため申し込みできません

※代理人申し込みは、サポートできません

※サポートできないキャッシュレス決済もあります

新型コロナワクチン接種 予約を受け付けています（2月実施分）

新型コロナワクチン接種について、オミクロン株対応ワクチン接種（3～5回目）、初回（1回目・2回目）接種、小児接種（5～11歳）、乳幼児接種（6か月～4歳）を実施しています。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

オミクロン株対応ワクチン接種（3～5回目）

対象者 新型コロナワクチン（従来株ワクチン）をすでに2回以上接種した12歳以上のかた

※前回の接種（従来株ワクチンを2～4回目接種）から3か月経過後に接種できます。

接種日程 会場：市民体育館サブアリーナ

※オミクロン株対応ワクチンは、3回目・4回目・5回目のいずれの接種であっても1回のみの接種になりますので、すでにオミクロン株対応ワクチンを接種済みのかたには接種券は送付されません

使用ワクチン	接種日	接種時間	接種日	接種時間
ファイザー社ワクチン (オミクロン株BA.4-5対応型)	2月4日(土)	午後1時45分～3時	2月19日(日)	午前10時～正午
	2月9日(木)	午後1時45分～3時	2月25日(土)	午後1時45分～3時
	2月14日(火)	午後1時30分～3時	※3月の接種日程については決まり次第、市ホームページなどでお知らせします	
モデルナ社ワクチン (オミクロン株BA.4-5対応型)	2月9日(木)	午後1時30分～45分		

1・2回目接種（12歳以上）

対象者 接種日に12歳以上のかた

接種日程 会場：市民体育館サブアリーナ

使用ワクチン	接種日（1回目）	接種時間	接種日（2回目）	接種時間
ファイザー社ワクチン (従来株対応型)	2月4日(土)	午後1時30分～45分	2月25日(土)	午後1時30分～45分

小児接種（5～11歳）1～3回目接種

対象者 接種日に5～11歳のかた

接種日程 会場：保健福祉センターひだまり

※1回目の接種時に11歳だったお子さんが、2回目の接種時まで12歳を迎えた場合、2回目接種でも小児用ワクチンを接種します。

使用ワクチン	接種日（1回目）	接種時間	接種日（2回目）	接種時間
ファイザー社ワクチン(小児用)	2月5日(日)	午前10時30分～11時	2月26日(日)	午前10時30分～11時

※小児（5～11歳）の3回目接種のかたは上記のいずれの日程でも接種可能です。

乳幼児接種（6か月～4歳）1～3回目接種

対象者 接種日に6か月～4歳のかた

接種日程 会場：保健福祉センターひだまり

※1回目の接種時に4歳だったお子さんが、2回目・3回目の接種時まで5歳を迎えた場合、2回目・3回目接種でも乳幼児用ワクチンを接種します。

使用ワクチン	接種日	接種時間
ファイザー社ワクチン(乳幼児用)	2月5日(日)、2月26日(日)、3月26日(日)	午前10時～10時30分

※乳幼児接種は合計3回接種して初回接種が完了となります。また、通常3週間の間隔をおいて2回目、その後8週間以上の間隔をおいて3回目の接種をします。

※新型コロナワクチンの接種期間は令和5年3月31日までとなっていることから、鳥羽市の2月以降の接種日程で1回目接種をしても接種間隔のきまりから3回目の接種はできません（1月24日時点）。

※3回目の接種を完了できないとしても、接種による一定の効果は期待されます。

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）

予約方法② インターネット予約 (24時間受付可能)

URL <https://jump.mrso.jp/242110/>



予約サイト



予約手順
マニュアル
(3～5回目接種)



予約手順
マニュアル
(1・2回目接種)

※予約には鳥羽市発行の接種券が必要です（接種券に記載の「接種券番号」と「生年月日」が必要）。

※3月もワクチン接種を予定していますが、新型コロナワクチン接種が受けられる期間は令和5年3月31日までとなっていることから、接種を希望されるかたは期間中の接種をお願いします（1月24日時点）。

市・県民税、所得税の申告はお早めに

申告受付期間は2月16日(木)～3月15日(水)

税務課市民税係 ☎ ㉔ 1 1 3 4

申告は、昨年1年間の収入の総決算であり、公平な課税資料や証明資料になる大切なものです。申告に必要な帳簿や書類の整理をして期限内に申告を済ませましょう。

市・県民税の申告

申告が必要となるかたに、市県民税申告書または申告のお知らせを送付しています。内容を確認のうえ、期限内に申告を済ませましょう。

申告書などが送付されなかったかたについても、下記の「申告が必要なかた」に該当する場合は、申告をお願いいたします。

申告受付は、**表1**の会場で行います。

市では次の申告について、いずれの会場でも受け付けできません。いせシティプラザ(伊勢税務署西側)にて申告をお願いします。

- 土地建物・株式・先物取引の譲渡所得、山林所得
- 青色申告、損失の繰り越し、雑損控除
- 住宅借入金等特別控除
- 消費税 ○贈与税 ○令和3年分以前の確定申告
- 修正申告および更正の請求
- 令和4年中に事業を始められたかた
- その他、複雑な申告のかた



所得税の申告

確定申告は、昨年1年間に得たすべての所得を自身で計算し、算出した所得税を国に納付する申告制度です。

市内での確定申告受付の日程は、**表2**のとおりです。なお伊勢税務署では、いせシティプラザ(伊勢税務署西側)で、受け付けます。くわしくは、11ページの税務署からのお知らせをご覧ください。

申告が必要なかた

令和5年1月1日現在で市内に住所のあるかたや、市の国民健康保険に加入しているかたは申告が必要です。

給与所得者は通常、申告の必要はありませんが、勤務先から市に対して給与支払報告書の提出がない場合や、給与所得以外に地代、家賃、配当、農業、漁業、営業の所得があるかた、土地などを譲渡したかた、そのほかに何らかの所得があるかたは必ず申告書を提出してください(事業にかかる給付金は事業収入に含まれるため、申告が必要です。公的年金などの収入金額

税理士による無料税務相談所

次の日程で税理士による無料税務相談所を開設します。

と き 2月20日(月)

午前の部 午前9時30分～正午

午後の部 午後1時～4時

ところ 市役所西庁舎4階・大会議室

必要書類などくわしくは、伊勢税務署(☎0596㉔3194)へ問い合わせてください。

受付内容 確定申告書のみ受け付けとします。

が400万円以下で、かつその他の所得が20万円以下のかたは、市・県民税の申告が必要です。また、医療費控除や生命保険料控除・地震保険料控除など追加の控除があれば、市・県民税の申告をしてください。この場合でも源泉徴収されている所得税の還付を受けるかたは、確定申告が必要です。

なお、申告されていないと、所得課税証明書や納税証明書を発行できない場合があります。

医療費控除の明細書および収支内訳書の事前準備について

新型コロナウイルス感染対策のため会場での混雑緩和と滞在時間を短くするため、申告会場に来場されるかたで以下の書類を提出する場合には、あらかじめ自宅での作成をお願いします。

●医療費控除を受けるかた・・・「医療費控除の明細書」

各人別、病院・薬局ごとに合計し、健康保険や生命保険で補てんした場合は差し引いて作成してください。

※医療機関の領収書のみでは医療費控除の適用が受けられなくなり、医療費控除の明細書が必須となっています。

●事業・漁業・農業・不動産所得があるかた・・・「収支内訳書」

用紙については、国税庁のホームページからダウンロードできるほか、税務課や連絡所窓口にて用意しています。

表1 市・県民税の申告受付日程

受付日	地区名	受付時間	会場
2月16日(木) ～24日(金)			市役所西庁舎4階・大会議室 くわしくは表2をご覧ください。
2月27日(月)	桃取	10:30～13:00	桃取コミュニティセンター
2月28日(火)	菅島	9:00～15:00	菅島コミュニティアリーナ
3月1日(水)	答志・和具	8:30～15:00	答志コミュニティアリーナ
3月2日(木)	神島	9:00～15:00	神島開発総合センター
3月6日(月)	千賀・堅子	10:00～11:00	鳥羽磯部漁協相差支所
	国崎	11:30～14:00	女性等活動拠点施設
3月7日(火)	相差・畔蛸	9:00～15:00	鳥羽磯部漁協相差支所 女性等活動拠点施設
3月8日(水)	石鏡	9:00～11:30	石鏡公民館
	浦村	13:30～16:00	本浦公民館
3月9日(木)	松尾・白木	9:00～11:00	岩倉老人憩の家
	若杉・河内・岩倉	12:30～15:00	
3月10日(金)	坂手	9:00～12:00	坂手公民館
3月13日(月) ～15日(水)			市役所西庁舎4階・大会議室 くわしくは表2をご覧ください

※赤字の地区は昨年の会場から変更となりました。

臨時申告受付所を開設します

と き 2月27日(月)～3月10日(金)
(2月28日(火)、3月2日(木)、
3月7日(火)、土曜・日曜日を除く)

と ころ 市役所西庁舎4階・大会議室

対象地区 全地区

受付時間 午前の部 午前9時～正午
午後の部 午後1時～3時30分

※臨時申告受付所は、受付窓口数が少ないため、**混雑時には待ち時間が長くなりますので、ご了承ください**（予約制度を活用してください。くわしくは10ページをご覧ください）。

※税理士への相談を希望するかたは、指定日に
関わらず2月20日(月)にお越しください。
※所得税の確定申告をする場合は市・県民税
の申告は不要です。

表2 確定申告受付日程

と ころ 市役所西庁舎4階・大会議室

受付日	地区名	予約対応の有無	一般受付時間
2月16日(木)	幸丘・大明東・大明西・高丘	予約対応あり (次ページをご覧ください)	9:00～12:00 13:00～16:00
2月17日(金)	船津・若杉・河内・岩倉・松尾・白木		
2月20日(月)	安楽島		
2月21日(火)	小浜・神島・答志・和具 桃取・菅島・坂手		
2月22日(水)	浦村・石鏡・相差 国崎・畔蛸・千賀・堅子		
2月24日(金)	一丁目～五丁目・堅神・屋内・池上		
3月13日(月)～15日(水)	全地区	予約対応なし	

※予約は指定の地区のかたのみ

市・県民税申告書の郵送提出について

会場での待ち時間もなく、自宅でご自身の都合のよい時間に作成でき、新型コロナウイルス感染症拡大防止につながりますので、ぜひ活用してください。希望するかたは、税務課市民税係(☎ 29 1134)へ問い合わせてください。

【申告に必要な書類】

●作成済の申告書 ※収入や控除に関する書類(写し可)を添付してください。

●本人確認書類(免許証など)の写し および マイナンバー確認書類などの写し

※申告書の控えに鳥羽市受付印が必要なかたは、住所・氏名を記入し、切手(84円)を貼り付けた返信用封筒を同封してください。

申告に必要なもの

対象	申告に必要なもの
全員	●マイナンバー確認書類 (マイナンバーカードまたはマイナンバー入りの住民票の写しでも可) ●本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証など) ●筆記用具(黒色ボールペン)、計算機
給与、年金所得	●給与、年金の源泉徴収票
事業、漁業 農業、不動産所得	●収支内訳書
生命保険料控除 地震保険料控除	●生命保険料の控除証明書 ●地震保険料の控除証明書

対象	申告に必要なもの
医療費控除	●医療費控除の明細書
社会保険料控除を受けるかた	●国民健康保険税納付額通知書 (税務課より1月23日発送) ●後期高齢者医療保険料・介護保険料額のお知らせ (市民課・健康福祉課より1月26日発送) ●国民年金保険料控除証明書
寄附金控除	●寄附金の領収書または受領証明書
障害者控除	●障害者手帳 ●障害者控除対象者認定書 ※社会福祉事務所で発行

新型コロナウイルス等感染症拡大防止対策について

市では、申告相談に来られるかたの安全・安心のため、次のとおり新型コロナウイルス感染症拡大防止対策への取り組みを行います。

申告受付の予約について

会場内の密を避けるため、以下のとおり各日程に予約枠を設けています(2月28日(火)、3月2日(木)、3月7日(火)、土曜・日曜日、祝日を除く)。予約の際は希望日の前日までに市ホームページのオンライン予約または税務課市民税係(☎1134)まで電話にて申し込んでください。

(対象地区のかたに限る) 2月16日(木)～24日(金)

(地区の指定なし) 2月27日(月)～3月9日(木)

例年、申告受付時期の初日、2日目や午前中は大変混雑します。三密を避けるために事前予約や、日程・時間をずらしての来場をご検討ください。

予約受付について

電話予約 2月1日(水)～15日(水) 午前9時～午後5時 (土曜・日曜日を除く)

オンライン予約 2月1日(水) 午前9時～3月9日(木) 午後5時 (24時間受付可)

※予約枠には限りがあります。また、状況により時間が前後する場合があります。

※税務課窓口にて予約用タブレットを設置しております。設置期間は2月1日(水)～3月9日(木) 開庁時間内(午前8時30分～午後5時15分)となります。



オンライン予約

申告会場に来場されるかたへ

- 申告会場で検温を行います。**発熱(37.0℃以上)**や**体調不良**などが認められるかたは、やむを得ずお帰りいただくことがありますのでご了承ください。
- 申告会場入口や受付での手指の消毒、マスクの着用をお願いします。また、筆記用具(黒色ボールペン)は可能な限り持参してください。
- 感染予防のために会場の換気を行っております。防寒対策を十分とっていただき、来場ください。
- 会場内でお待ちいただく際、密にならないよう座席を減らしています。混雑の状況によっては車の中など会場外で待ついただく場合があります。

新型コロナウイルス感染症の広がりによっては、受付方法や日程などを変更する可能性があります。その場合は、市ホームページなどによりお知らせします。

税務署からのお知らせ

令和4年分の確定申告会場を、下記のとおり開設します。

確定申告会場	いせシティプラザ（いせ市民活動センター北館） 所在地：伊勢市岩渕一丁目2番29号 ※駐車場の混雑が予想されますので、できるだけ公共交通機関を利用してください。
開設期間	2月16日（木）～3月15日（水）の月曜日～金曜日 ※開設期間中、税務署では申告書の作成指導を行っておりません。 ※土曜・日曜日および祝日には開設しておりません。
開設時間	午前9時～午後5時

※令和4年分の確定申告会場における感染防止策については、政府の方針や感染状況を踏まえて適切に対応していますので、ご協力をお願いします。

入場整理券について

確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要です。「入場整理券」は、確定申告会場での当日配付、または、LINE アプリを使ったオンラインによる事前発行の二通りで配付しています。

当日配付分の入場整理券は、当日の午前8時30分から配付します。

入場整理券の配付状況に応じ、後日の来場をお願いする場合がありますので、ご了承ください。

配付状況は国税庁ホームページから確認できます。

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



国税庁 LINE 公式アカウント

なお、確定申告会場では、基本的にご自身のスマホで申告していただきます。

来場の際には、事前にマイナポータルアプリをインストールするほか、下記の2点が必要になりますので、準備をお願いします。

- ① 源泉徴収票などの申告書作成に必要な書類
- ② スマホおよびマイナンバーカード（※）

（※）マイナンバーカードの発行時に設定した次のパスワードも必要です。

- ・署名用電子証明書（英数字6桁～16桁）
- ・利用者証明用電子証明書（数字4桁）

還付申告について

令和4年分の確定申告は、5年間（令和5年1月1日から令和9年12月31日まで）行うことができます。

還付申告で申告相談を希望するかたは、3月16日以降、税務署での申告相談を利用してください。

確定申告会場の混雑回避にご協力をお願いします。

令和4年分の確定申告は、スマホとマイナンバーカードを使って自宅から申告できるe-Taxをご利用ください。

スマホのカメラ機能で給与所得の源泉徴収票を撮影すれば、金額や支払者情報などを自動で入力できるほか、令和5年1月からは、青色申告決算書や収支内訳書がスマホで作成可能となるなど、スマホを利用した申告が便利です。



問い合わせ先

【市・県民税の申告】 税務課市民税係 ☎ 25 1134

【所得税の申告】 伊勢税務署個人課税第一部門 ☎ 0596 28 3194（ダイヤルイン）

受付時間：平日 午前8時30分～午後5時

市職員の給与状況を公表します

市職員などに支給される給与は、国家公務員の給与制度に準じ、民間との比較やほかの地方公共団体の職員との均衡を考慮して、市の職員給与条例などで定められています。

市民のみなさんに、市職員などの給与のあらましについてお知らせします。

総務課人事係 ☎ ②5 1113

1 人件費の状況（一般会計決算）

人件費には一般職員のほか、市長、副市長等の特別職の給与や市議会議員の報酬などが含まれています。

区 分	住民基本 台帳人口 (R4.3.31)	歳出額 (A)	実質収支	人件費 (B)	人件費率 (B / A)	(参考) 2年度の 人件費率
令和3年度	17,437人	12,825,420 千円	870,028 千円	2,679,682 千円	20.9%	17.7%

(注) 人件費には事業費支弁を含みます。

2 職員給与費の状況（一般会計決算）

職員給与とは、人件費のうち一般職員に支給される給料諸手当をいいます。

区 分	職員数 (A)	給 与 費				一人当たり 給与費 (B / A)
		給 料	職員手当	期末勤勉手当	計 (B)	
令和3年度	298 人	1,007,634 千円	198,978 千円	400,331 千円	1,606,943 千円	5,392 千円

(注) ①職員手当には、退職手当は含まれていません。 ②職員数は令和3年4月1日現在の職員数です。

3 手当の状況 扶養手当・住居手当・通勤手当

(令和4年4月1日現在)

扶養手当		通勤手当	
ア 配偶者	6,500 円	ア 交通機関利用者	全額支給限度額 支給単位期間のうち最も長い支給単位 期間の1か月当たりの運賃相当額 55,000 円
イ 子	10,000 円		
ウ 父母等	6,500 円		
なお、満16歳以上22歳までの子については5,000円加算			
住居手当		イ 交通用具利用者	
ア 借家、借間居住者		2km以上5km未満	2,000 円
支給対象16,000円を超える額		5km以上10km未満	4,200 円
最高支給額	28,000 円	10km以上60km未満 距離区分に応じて	7,100 円～29,800 円
		60km以上	31,600 円

4 期末・勤勉手当、退職手当の状況

期末・勤勉手当			退職手当		
(令和4年度支給割合)			(令和3年度支給率)		
	期末手当	勤勉手当		普通退職等	定 年
6月期	1.20 月分 (1.00)	0.950 月分 (1.150)	勤続20年	19.6695 月分	24.586875 月分
12月期	1.20 月分 (1.00)	1.050 月分 (1.250)	勤続25年	28.0395 月分	33.27075 月分
計	2.40 月分 (2.00)	2.00 月分 (2.40)	勤続35年	39.7575 月分	47.709 月分
		※() 内は管理職	最高限度額	47.709 月分	47.709 月分
職制上の段階、職務の級などによる加算措置あり			1人当たり平均支給額 (令和3年度)		
※令和3年度後期、令和4年度前期における業績・能力評価を6月期および12月期勤勉手当の成績率に反映しています。			普通退職等	6,821 千円	
※令和3年度の人事院勧告による支給月額引き下げ分(△0.15月)は、6月期末手当より減額しています。			定 年	14,972 千円	

5 特別職の報酬などの状況

(令和4年 4月1日現在)

区 分		給料月額など
給料	市長	890,000円
	副市長	688,000円
	教 育 長	615,000円
報酬	議長	443,000円
	副議長	375,000円
	議員	335,000円
期末手当	市長	(令和4年度支給割合) 6月期 1.70月分
		12月期 1.85月分
		計 3.55月分 (加算措置 有)
	副議長	(令和4年度支給割合) 6月期 1.55月分
		12月期 1.70月分
		計 3.25月分 (加算措置 有)

6 定員の状況 部門別職員数の状況

(令和4年 4月1日現在)

区 分		職員数		対前年増減数		主な増減理由
		令和3年	令和4年	令和3年	令和4年	
一 般 行 政 部 門	議 会	3	3	0	0	・人吉市派遣終了などによる減 ・三重地方税管理回収機構派遣による増 ・退職者不補充による減 ・新型コロナウイルスワクチン接種業務などによる増
	総務企画	53	51	2	△2	
	税 務	14	15	0	1	
	民 生	74	71	2	△3	
	衛 生	30	33	2	3	
	労 働					
	農林水産	14	13	0	△1	
	商 工	12	12	0	0	
	土 木	17	18	△1	1	
	小 計	217	216	5	△1	
特 別 行 政 部 門	教 育	28	24	1	△4	・国体中止などによる減
	消 防	46	46	0	0	
	小 計	74	70	1	△4	
普通会計計		291	286	6	△5	
公 営 企 業 等 会 計 部 門	水 道	9	9	0	0	・新規採用による増
	交 通	30	33	△2	3	
	下 水 道	1	1	0	0	
	そ の 他	11	11	△2	0	
	小 計	51	54	△4	3	
合 計		342	340	2	△2	

(注) 職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者、派遣職員などを含み、再任用短時間勤務職員、会計年度任用職員を除いています。

7 職員定数管理計画の目標

令和4年3月に策定した職員定数管理計画に基づき、令和3年度から令和7年度までの5年間に5人削減し、令和8年度当初における職員数を337人とします。

8 職員の採用状況

職員の採用は、行政需要の動向や今後の退職者数を考慮して行っています。

令和4年度の新規採用職員の状況は表のとおりです。

※退職者の豊かな知識と経験を活用するため、条例に基づき再任用制度を実施しています。令和4年4月1日の再任用職員数は6人です(表の数には含まれません)。

区 分	採用者数
一般事務職	6人
技術職(土木)	1人
保育士	2人
保健師	1人
看護師	1人
合計	11人

9 職員の退職者数

令和3年度の職員の退職状況は表のとおりです。

区 分	定 年	普通退職など	合 計
市長部局等	4人	10人	14人
教育委員会	0人	3人	3人
合 計	4人	13人	17人



環境課環境保全係 ☎ (25) 1147

身近な海や川は、私たちの生活と密接につながっています。街で見かけるポイ捨てごみや散乱ごみ、その行き着く先は海や川であることはご存じですか？

市ではごみの流出対策として、ごみ拾い SNS「ピリカ」などを活用し、みなさんの清掃活動を見える化する「とばの海をまもるプロジェクト」を2月1日より開始します。



答志島奈佐の浜海岸清掃の様子

●このプロジェクトの仕組み

世界 100 以上の国と地域で利用されている、ごみ拾い SNS ピリカを活用したごみ拾い活動を行うことで、本市清掃活動見える化ページに投稿が反映され、市内の清掃活動のようすが可視化される仕組みです。ぜひプロジェクトに参加してください。

●SNS ピリカでできること

- 1) ごみを拾って、撮影して、投稿することで、ごみの量や場所などを簡単に集計、発信ができます。
- 2) ユーザー同士でコメントを送り合うことができます。
- 3) 地域のごみ拾いイベントなどの情報収集や、発信も可能です。

●プロジェクトへの参加方法



●このプロジェクトの PR を担うのは山田優選手

鳥羽市出身で、東京オリンピックフェンシング男子エペ団体金メダリストの山田優選手は、現在、鳥羽市ふるさと応援大使でもあります。廃棄物関連の企業に所属しており、環境に対する意識も高く、昨年 10 月の奈佐の浜海岸清掃にも参加しています。

山田選手コメント

私の生まれ育った町である鳥羽市は住んでいるかたはもちろん、観光客のかたなどたくさんのかたから愛されてきました。より多くのかたに鳥羽に足を運んでいただき、みなさまから「鳥羽の海は綺麗だね、来てよかった」と言ってもらえるような場所にするために、私にできることを精一杯頑張ります。みんなで美しい鳥羽の実現へ！



ごみの出し方について

環境課資源リサイクル係 ☎ (25) 1149

問い合わせの多いごみの分別について、再確認いただきたい内容を下記のとおりお知らせします。

ストーブの出し方

ストーブは灯油をしっかりと抜き、電池を外してから、金属類の日に市指定ごみ袋に入れて出してください。もしくは、リサイクルパークへ出してください。

缶類の分別

缶類として出せるもの 飲料のアルミ缶、飲料のスチール缶、缶づめ缶、ペットフード缶、それら缶類のふた（ふただけで出してもらうことも可能です）。

缶類として出せないもの 粉ミルクの缶、お菓子などの缶、入浴剤などの缶、ビン類などについてくる金属のふた。

※缶類として出せるもの以外の金属のふたや缶は、金属類で出してください。

※缶類として出せるものであっても縦・横・高さが全て直径8cm以上であれば金属類で出してください。

ごみ出し時間の厳守

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。

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

※離島地区など地域によってごみ出し時間は異なります。

○声かけなどのお願い

間違ったごみ出しをされているかたを見かけたら、住民のみなさんの声かけなどで、正しい出し方をしていただくようご協力をお願いします。

○ごみ袋のしぼり方について

可燃ごみを出すとき、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ことがあります。コロナ禍でもありますので、必ず2か所でしっかりしぼってごみをだしていただきますようご協力をお願いします。



2か所でしっかりしぼってください。

問い合わせ先

やまだエコセンターへ直接持ち込む場合

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・分別に関すること

環境課資源リサイクル係 ☎ (25) 1149

国民健康保険は、病気やケガに備えて、被保険者のみなさんがお金（保険税）を出し合い、安心して医療が受けられる健康保険制度です。今後の健全な運営に向けて、適正な受診の心がけや留意事項についてお知らせします。

『はり・きゅう、あん摩・マッサージ 柔道整復の施術』

はり・きゅう、あん摩・マッサージ、柔道整復（整体・接骨）の施術について、次に示す一定の要件を満たす場合は、**「療養費」として健康保険の対象**（自己負担 2 割または 3 割・後期高齢者のかたは 1 割、2 割または 3 割）となります。要件を満たさない場合は、全額自己負担となります。

〔健康保険の対象となる場合〕

■はり・きゅう ～次の要件をすべて満たすこと～

- ・神経痛 ・リウマチ ・五十肩 ・頸腕症候群^{けいわん}
・頸椎捻挫後遺症^{けいついねんざ} ・腰痛症のいずれかであること
- 医師による適当な治療手段がなく（医療機関による治療の結果、効果が現れなかった場合など）、はり・きゅうの施術を受けることを認める医師の同意があること
- ※はり・きゅうの施術を受けながら並行して医療機関で同じ傷病の診療を受けた場合（湿布や薬の処方も含む）、はり・きゅうの施術は健康保険の対象になりません。

■あん摩・マッサージ

筋麻痺・関節拘縮などの症状が認められ、医療上あん摩・マッサージが必要と医師が同意している場合。
※疲労回復や慰安を目的などのマッサージは健康保険の対象になりません。

■柔道整復（整体・接骨）

急性などの外傷性の打撲・捻挫・挫傷（肉離れなど）・骨折・脱臼（骨折および脱臼の場合は応急の場合を除いて医師の同意が必要です）

※脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善のみられない長期の施術、同じ負傷を医療機関で治療中のものなどは健康保険の対象になりません。

※注意事項

- ・療養費の支給手続きには「療養費支給申請書」が必要です。申請書の内容（傷病名・日数・金額など）をご確認のうえ、委任欄にご自身で署名・押印してください。
- ・領収書は医療費控除を受ける際に必要となりますので必ず受け取り、大切に保管してください。

『はしご受診・頻回受診について』

同じ疾患で複数の医療機関にかかる「はしご受診」や、一定回数以上受診する「頻回受診」は医療費増加につながるほか、薬の重複や体への負担が懸念されます。まずはかかりつけ医を受診してください。

『ポリファーマシーについて』

たくさんの薬を服用することにより、副作用や体調に好ましくない影響を起こすことをポリファーマシーといいます。同時に複数の医療機関や薬局を利用している場合でも、お薬手帳を 1 冊にまとめ、医師や薬剤師に薬の重複や飲み合わせなどもチェックしてもらいましょう。

『ジェネリック医薬品について』

適正受診と合わせて薬と上手に付き合うことも医療費の節約に繋がります。ジェネリック医薬品（後発医薬品）は新薬（先発医薬品）と同等の効果がありますが価格が安く設定されています。国の安全基準を満たした信頼できる薬なので、医師や薬剤師と相談して積極的に活用してください。

『糖尿病性腎症について』

糖尿病性腎症は糖尿病の合併症の一つです。放っておくと人工透析が必要になる可能性が高まりますが、早めに適切な治療と生活習慣の改善を行えばその危険性が減り、身体的な負担や医療費の増加を防ぐことができます。まずは健診を受け、糖尿病の疑いのあるかたは早めの受診を行い、継続的な治療を行ってください。

『特定保健指導の実施について』

特定健診や市の人間ドックを受診されたかたは、結果に応じて生活習慣の見直しに向けた特定保健指導を実施しています。疾病の重症化予防や健康増進への大切な取り組みですので、通知の届いた対象のかたは積極的に取り組んでください。

『医療費通知について』

かかった医療費を確認していただき適正受診につなげるため、医療費通知を送付しています。令和 4 年 1 月診療分から 11 月診療分までを令和 5 年 1 月 26 日（木）に発送、12 月診療分を令和 5 年 2 月 21 日（火）に発送予定です。また、マイナンバーカードをお持ちのかたは、マイナポータルから医療費通知情報を取得することができます（12 月診療分は 2 月上旬取得可能）。なお、マイナポータルの利用には、利用登録が必要です。

一人ひとりが適正な受診や健康維持に向けて取り組むことで、医療費の節約や医療機関への負担軽減につながります。安心な医療の確保のため、できることから医療費の適正化にご協力をお願いします。

地域のみんなですすめる！ 獣害に負けない地域づくり



健康福祉課生活支援係 ☎ (25) 1181

鳥羽市社会福祉協議会 ☎ (25) 1188

「明日採ろうと思っていた野菜がサルにたべられた!」「シカが突進してきて車がへこんでしまった!」といった深刻な獣害による声が、市内のさまざまな地域からあがっています。

“^{まさ}雅ねえ”の獣害対策の主役は住民。持続可能な鳥羽のまちづくりをめざして、誰でも簡単に実践できる獣害対策のアドバイスを“雅ねえ”から聞いてみませんか。

と き 2月18日(土) 午後1時30分～3時30分(午後1時開場)

と ころ 保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール

会場定員 50人 オンライン(Zoom)でも同時開催します!

参加費 無料

講 師 獣害研究家 ^{まさ}雅ねえ(^{いのうえ まさてる}井上 雅央 氏)

愛媛大学大学院農学研究科修士課程修了、京都大学博士(農学)。元農研機構近畿中国農業センター鳥獣害研究チーム長。定年退職後、美郷町(島根県)に移住し、獣害対策の専門家として日本各地を飛び回っている。『NHKスペシャル獣害転じて福となす〜^{まさ}雅ねえと中国山地の物語〜』に出演。

著書に『女性がやればずんずん進む獣害対策』、『これなら出来る獣害対策』、『60歳からの防除作業便利帳』(いずれも農文教)など多数。



申し込み
QRコード

申込方法 右のQRコードから申し込むか、鳥羽市社会福祉協議会に電話またはメールにて名前・電話番号・参加方法(会場参加またはZoom参加)を連絡してください。

問い合わせ先 鳥羽市社会福祉協議会 地域力強化推進事業担当(田中・江崎)

☎ (25) 1188 ☒ marugoto-soudan@toba-shakyo.or.jp

恥ずかしがらずにランセ・ヴ!!

外国語をいくつか話せるというと、よく「すごいですね」と言われます。日本に来てから気づいたのは、多くの日本人は、話すことや書くこと、翻訳することが容易にできると思いがちです。しかし、私にとつてそれらは簡単なことではありません。それどころか、語学の習得には一生かかるかもしれません。

3つ目、人と交流するのが好きか。
4つ目が大切で、楽しむことです。

日本はフランスと比べると、外国語に対する学習文化が違ふように感じます。例えば日本では英語を話すことに恐怖心を抱いているかたが多い印象があります。フランスでは幼い頃から、たとえ完璧でなくても挑戦することを教えられます。大事なものは、内容よりも話す勇氣です。もう一つの秘訣は、あまり自分に厳しくないことだと思います。そこで、私が語学の習得に重要だと考える4つのポイントを紹介します。
1つ目、語学の勉強が好きか。
2つ目、好奇心が旺盛か。

日本では、在留外国人の数が2.2%(2020年総務省のデータ)でフランスは7.6%(2021年フランス国立統計経済研究所のデータ)、イギリスは9%(2019年イギリスの議会のデータ)と、4倍ほどの差があります。日本では外国語を実践的に学ぶのは統計的に難しいですが、不可能ではなく、特に鳥羽は外国人観光客が多いという利点があるので、実際に外国人のかたと話せるチャンスが多くあるかもしれません。
というわけで、ひとつだけみなさんにお伝えしたいことは、語学は「恥ずかしがらずに」(同僚から教わった表現です)、「**楽しく始めましょう**」ということなんです。ちなみに、フランス語ではLance-zivous(ランセ・ヴ)「思い切ってやってごらん」と言います!

国際交流員カズ・ポリンがみつけた
Fantastique
TOBA
観光課 ☎ (25) 1157
Vol.2



聴覚障がい者が困ることは？

健康福祉課障害福祉係 ☎(25)1183

聴覚障がいといってもその状態はさまざまです。生まれつき、あるいは言葉を覚える前に聞こえなくなったり、最初は聞こえていたけど何らかの原因で聞こえなくなったり、加齢とともに聴力がおとろえるかたもいます。

補聴器を使って音声を聞き取ることができたから補聴器を使っても聞き取ることが難しいかたまで、その聞こえかたも人によってさまざまです。

聞こえないかたが困ること・不安に思うことって？

- ・話しかけられたことや館内放送などがあつたことに気付かず、何が起きたのか分からない。
- ・電話でのやり取りができないので、急病や事故など緊急事態のとき、110番や119番に電話を掛けることができない。
- ・役所や銀行・病院などの窓口でコミュニケーションが十分でない。
- ・職場や学校・自治会での会議や集まりで、周りの人が

何を話しているのか分からない。

聴覚障がい者は一見ただけでは聞こえないかただとわかりません。聞こえないことで誤解を招いたり、危険な目にあつたりすることもあります。周りからの情報が入りにくいため、生活のさまざまな場面でも不便なこともあります。

では、聞こえないかたどのようにコミュニケーションを取ればいいのか。方法としては、身振り・筆談・空書・口話・手話などがあります。どれも『伝える』という意味では大切な方法です。今回は、その中のひとつである手話について活動を行っている市内の手話サークルを紹介しました。

鳥羽手話サークル ペンペン草の活動

鳥羽手話サークル「ペンペン草」は昭和50年5月1日に設立しました。

以来、聴覚障がい者の社会生活の一助として手話を広め、健聴者と共に楽しく過ごせる社会に貢献することを目的として活動を続けています。

当サークルは手話を学ばずにはなく、手話検定試験や手話通訳者全国統一試験、手話通訳士をめざす人材育成にも尽力しており、その長年の功績が認められ、昨年11月には三重県社会福祉協議会から感謝状が贈られました。



三重県社会福祉協議会からの感謝状

平成18年に『手話は言語』であることが世界的に認められ、平成23年には日本においても障害者基本法が改正され『言語に手話を含む』ことが明記されました。

最近では、手話を身近なものにしようと手話言語条例を制定する自治体も増えてきています。手話は言語であること、そしてろう者はいつでもどこでも手話が使え、社会環境になることを望んでいます。

手話ができることでろう者のかたとスムーズに会話ができて、サークルの活動目的でもある『共に楽しく過ごせる社会』が実現できると思います。現在、ペンペン草の会員は10人です。毎週木曜日午後7時～8時30分まで鳥羽市保健福祉センターひだまりで勉強会をしています。

また、ろう者のかたがたとの交流や親睦を深めるために、研修旅行やイベントなど楽しい行事も企画しています。

令和5年4月からは手話を始めてみたいというかたを対象に入門・基礎の勉強会を予定していますので、手話に興味を持っているかたはぜひ参加してください。

楽しく手話を学んでいきましよう。そして、社会に『手話言語』を広めていきましよう。



研修旅行の様子



おはようございます



こんにちは



ありがとう



楽しい

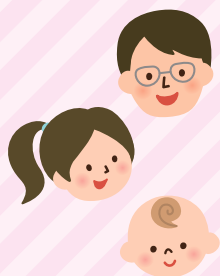


わかりました

手話イラスト

一般社団法人三重県聴覚障害者協会

手話言語条例 手話は言語であることを明確にするとともに、手話は言語であるという認識のもと、手話の普及啓発、施策推進に努めることを目的とする条例です。



健康いいね!



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。

幼児食始まり講座

要予約

- 対象** 1歳～1歳6か月のお子さんとその保護者
- とき** 3月7日(火) 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** 幼児食の進めかたの話と試食
- 募集組数** 5組 (先着順)
- 持ち物** お子さんの試食に必要なもの
- 申込期限** 3月3日(金)

子育て応援講座

-ママのための腰痛予防体操-



子育て中に起こりやすい腰痛を予防・改善するための運動教室です。お子さんと一緒に参加できます。動きやすい服装でお越しください。

- 対象** 乳幼児とその保護者
- とき** 3月2日(木) 午前10時30分～11時30分
※当日受付 (申し込み不要)
- ところ** 保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール

プレパパママ教室

要予約



- 対象** 妊婦のかたとそのご家族
(妊婦のかたのみでも参加できます)
- とき** 3月8日(水) 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
- 内容**
 - 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、オムツの替え方
 - ・沐浴実習 (希望者)
 - ・パパの妊婦疑似体験 (希望者)
- 持ち物** 母子健康手帳
- 募集組数** 5組 (先着順)
- 申込期限** 3月6日(月)



予防接種

令和4年度定期予防接種については、下記の予防接種の接種期限が3月31日(金)となりますので、早めに接種してください。予診票のないかたは、健康福祉課健康係へ問い合わせてください。

子どもの予防接種

●MR(麻しん・風しん混合)2期 対象は平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれのかた

高齢者の予防接種

●高齢者肺炎球菌(定期接種) 接種対象のかた(右表参照)には、4月に予診票とともに案内しています。

※過去に接種されたかたは、定期接種対象外となりますので、自己負担となります。

対象者	生年月日
65歳となるかた	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日
70歳となるかた	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日
75歳となるかた	昭和22年4月2日～昭和23年4月1日
80歳となるかた	昭和17年4月2日～昭和18年4月1日
85歳となるかた	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日
90歳となるかた	昭和 7年4月2日～昭和 8年4月1日
95歳となるかた	昭和 2年4月2日～昭和 3年4月1日
100歳となるかた	大正11年4月2日～大正12年4月1日

脂質のバランスを整えよう

～コレステロールや中性脂肪が気になるかたの食事の工夫～

コレステロールや中性脂肪は、血液に含まれる脂質の一種で、私たちの体には欠かせないものです。血液中の脂質のバランスが崩れた状態を脂質異常症といい、動脈硬化の原因となるため注意が必要です。

脂質異常症のタイプ

脂質異常症には、3つのタイプがあります。

中性脂肪が高い
150mg/dL以上

LDLコレステロール
が高い
140mg/dL以上

HDLコレステロール
が低い
40mg/dL未満

食事のポイント

1. エネルギーをとり過ぎない 適量をバランスよく食べ、適正体重の維持を心がけましょう。
2. 油脂の選び方を工夫する 油脂はその種類によって働きが異なります。選び方を工夫し、上手にとりましょう。

気を付けたい油脂 LDLコレステロールを増やす働きがある

▶ 多く含む食品 ● 脂の多い肉 ● バターやマーガリン ● スナック菓子 ● 即席のフライ麺 など

適度にとりたい油脂 LDLコレステロールを減らす働きがある

▶ 多く含む食品 ● 青魚（さんま、いわし、さばなど）
● オリーブ油、しそ油、えごま油、ひまわり油、ごま油、大豆油

※とり過ぎるとエネルギーオーバーになるため、注意しましょう。



3. コレステロールの代謝や排泄を促す食品の摂取を心がける

食物繊維をとる

野菜や海藻の食物繊維が中性脂肪やコレステロールを排出

野菜をとる

食物繊維が豊富で、抗酸化成分がコレステロールの酸化を防ぐ

大豆製品をとる

良質なあぶらや食物繊維を含み、低エネルギー、高たんぱく質

4. 果物や甘いお菓子をとり過ぎない 果物やお菓子に含まれる糖のとり過ぎは、中性脂肪を増やすため、適量を守りましょう。果物の1日の目安量は、みかんなら1個、りんごなら半分です。
5. お酒は適量を守る アルコールは、体内で中性脂肪の合成を促す作用があり、飲み過ぎは中性脂肪を増やします。また、アルコールはエネルギーも高いため、適量を守り、週に2日は休肝日をつくりましょう。



おすすめメニュー

さばと野菜のフライパン蒸し

栄養価 エネルギー:254kcal 塩分:1.4g

ポイント:さばの皮をしっかりと焼くことで生臭さを抑えます。
野菜もたっぷりとりて食べ応え十分です。

作り方

- ①さばは水気をふきとり、塩をふる。
- ②にんにくは薄切りにする。
- ③かぶはひと口大に切る。
- ④ブロッコリーはひと口大に切る。
- ⑤ミディトマトは半分に切る。
- ⑥熱したフライパンに油をひき、にんにくを加える。香りが出たらさばを皮を下にして置き、周りにかぶを並べて焼く。
- ⑦さばの皮に焼き色がついたら裏返し、ブロッコリーとトマト、Aを加え、蓋をして蒸し焼きにする。

材料 (2人分)

さば: 70g×2切れ
塩: 少々
にんにく: 少々
オリーブ油: 大さじ1/2
かぶ: 120g
ブロッコリー: 60g
ミディトマト: 3個

A

白ワインまたは酒: 100mL
塩: 小さじ1/4
こしょう: 少々

人生の最期の医療介護の受け方を考えてみませんか？（自宅で看取る場合）

市在宅医療・介護連携部 ☎ (25)1182

大切なかたに「できるだけ長く生きてほしい」と思うものですが、「生きる時間の長さ」だけではなく、本人が望む「生活の質」がかなえられるようサポートすることも重要です。

人生の最期をどこで過ごしたいのか、どこまでの治療を希望するのか、元気なうちから話し合いをしておけば大切な判断を求められたときに迷ったり後悔したりすることが少なくなるかもしれません。

ふだんから話し合っておくこと

- ・自宅や病院・施設など、どこで最期を過ごしたいのか。
- ・延命治療や痛み・苦しみを取り除く医療など、人生の最終段階にどのような医療を受けたいのか。
- ・誰に最期を見送ってほしいのか。

自宅での看取りを希望する場合

かかりつけ医や訪問看護師・担当ケアマネジャー・地域包括支援センターに相談しましょう。最期まで自宅で療養する場合、本人や家族・友人などのかかりつけ医や訪問看護師などが支えます。

亡くなるときの兆候（個人によって異なります）

大切なかたが衰えていく様子を見るのはつらいですが、適切な医療を受け、亡くなるときの徴候などを知っていれば、おだやかに、自然に最期を送ることができます。

亡くなる 2週間～ 1週間前ごろ

- ・食欲が低下してきます。
- ・だんだんと眠っている時間が長くなります。
- ・意識が混乱することがあります。
- ・尿や便の量が少なくなります。



亡くなる 直前の 徴候

- ・声をかけても目を覚ますことが少なくなります。
- ・意識がなくなると、のどもとでゴロゴロという音がします（とても苦しそうに聞こえますが、本人は苦しさを感じていません）。
- ・呼吸のリズムが不規則になります（呼吸が弱くなり、10～30秒ほど呼吸が止まったり、肩やあごを使い口をパクパクさせ、浅い呼吸になっていきます）。
- ・手足が冷たくなります。

臨終の ときに

臨終の瞬間にかかりつけ医が立ち会えば理想的ですが、一般的には呼吸停止した後に連絡を受けて訪問することがほとんどです。継続して診察している病気が原因で亡くなったことが明らかであれば、かかりつけ医がその場に立ち会ってなくても死亡診断書を発行できます。息を引き取られた時刻をメモしておき、かかりつけ医に連絡してください。

救急車を呼ぶということについて

◇苦しそうな状態を見て、救急車を呼ぶと…

「病院に運ばれ、延命処置などの積極的治療を希望する」ことになり、本人の意思とは無関係に、望まない処置も施されてしまいます。



◇気づいたら息を引き取っていたため、救急車を呼ぶと…

すでに息を引き取っていることから、救急隊は警察に連絡します。警察が介入すると検死の扱いになり、時に家族が事情聴取され、厳かな看取りが一変します。

まずは、慌てずにかかりつけ医、訪問看護師に連絡しましょう。

鳥羽シアワセ研究所

vol.5

企画経営室

☎(25) 1101

(地域活性化起業人 難波潤史)

子や孫のために。 未来は自分たちの手で

岡山県の最北東にある人

口1300人余りの小さな村、西栗倉村。2040年

のいわゆる平成の大合併で、

隣接する東栗倉村をはじめ

いくつかの町村が合併し、新

たに「美作市」が誕生しまし

たが、西栗倉村は合併に参

加しませんでした。合併に

よる財政基盤安定など、さま

ざまなメリットが声高に語

られていた中での拒否は当

時二コースにもなりまし

た。地元でも当然、賛否両論あ

ったでしょう。あれから20年

近くがたちましたが、西栗倉

村は地域再生の成功例と紹

介されることもあり、小さい

ながらもキラリと光る存在

感を示し続けています。

市町村合併の是非は別に

して、「ここでみなさんにお伝

えしたいキーワードが二つ

あります。西栗倉村の合併拒

否後のキーワードは「自立」と「子や孫のために」だと言えます。

合併を拒否する選択をした

西栗倉村が地域再生の成功例

と言われるまでには、大変な

苦労もあつたはずで

す。それを支えたのは「合併拒否は自

分たちで選んだ道。だからこ

そこれからは自分たちで決め

て、自分たちでやっていくし

かない」という覚悟だと思

います。1300人の村民しか

おらず、決して財政的にも

豊かではない村で、自分たち

にできることを追い求める。

『誰かがなにかをしてくれ

る』は通じない」ことが大き

な力を生み出し、村の自立が

はじまったのでしょうか。他人

任せにできない、は自立の原

動力となります。

村がめざしたものは、西栗

倉村ホームページの「百年の

森構想」からうかがい知れま

す。鳥羽市の地域共生社会つ

くりにも参考になりますので一部抜粋させていただきます。「地域には捨ててはいけないものがあります。約50年前に、子や孫のためにと、木を植えた人々の想い。その想いを大切にして(中略)そのためにあと50年、村ぐるみで挑戦しよう」と決意しました。小さな村だからこそ、未来へ向けて心と心を丁寧につなぎあわせていくことができるはずです」

地域には地域の数だけ事情、課題がありますので、西栗倉村の成功例がそのまま全国展開できるわけではありませんが、二つのキーワードから導かれる「子や孫のために、誰かに任せず自分たちになにができるかを考え行動する」姿勢は、どの地域にもあてはまることではないでしょうか。2040年まであと17年となりました。次の世代、その次の世代が幸せに暮らせるまちをめざして何をするべきか、みんな考えていきましょう。

とばびと
活躍
プロジェクト

トバゴト

Vol.20



トバゴトQRコード

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)

☎(25) 1186

キーワード

#買い物支援
#ネットスーパー

先日、インターネット上のネットスーパーを用いて、高齢者のかたの買い物を支援する試みを実施しました。ネットスーパーの買い物画面を大きなモニターに映し、あらかじめ書いてもらった「欲しい物リスト」をみながら、欲しいものを一緒に探すという方法で行いました。たとえば、欲しいものがバナナであれば「バナナ」と検索し、お店によつてはメーカーや内容量、料金などが違うバナナが何種類も出てくるため、その中からご自身で購入する品を選んでいたできます。このように、ネットスーパーを用いることで、画面を通じてとなりますが、自分の「目」で確かめた商品を購入する機会が生まれました。また、今回のネットスーパーでの買い物支援では、大きな画面を仲間や知人と共有することで、にぎ

やかな会話が生まれ、今まで気づいていなかった商品などに出会う機会にもなっていました。お店や移動販売などの買い物をする場を利用することが難しい場合、ネットスーパーの利用は大変便利になります。しかし、高齢者のかたが、1人でインターネットやスマートフォンを用いて買い物をするのは、まだまだ難しいのが現状かもしれません。だからこそ、今回のような試みを実際場で繰り返し行い、ネットスーパーを高齢者が使う強みや課題を見つけ、考えていくことが大切だと思いました。また、高齢者のかたがスマホ教室などへ参加し、デジタルへの対応力を身に付けていただく場づくりの大切さもあらためて感じました。



建物を大きく揺らす「長周期地震動」を知っておこう

大きな地震が発生したとき、地上は揺れていなくても、高層ビルなどの高層階では船に乗っているような大きなゆっくりとした揺れを感じることがあります。

このような揺れのことを「長周期地震動」といいます。「長周期地震動」が恐ろしいのは、震源から数百キロメートル離れている場所でも大きな揺れをもたらす、ゆっくりとした揺れが長い時間続き、揺れによる建物被害などが発生することです。この大きな揺れにより、家具類が倒れたり、落ちたり、大きく移動したりする危険があります。

■長周期地震動の特徴(図1)



■長周期地震動階級(図2)

階級4	●立っていることができず、はわないと動くことができない。揺れにほんろうされる。 ●キャスター付き家具などが大きく動き、転倒するものがある。固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。
階級3	●立っていることが困難になる。 ●キャスター付き家具などが大きく動く。固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。
階級2	●室内で大きな揺れを感じ、物につかまりたいと感じる。物につかまらなると歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。 ●キャスター付き家具などがわずかに動く。棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。
階級1	●室内にいたほとんどのかたが揺れを感じる。驚くかたもいる。 ●ブラインドなど吊り下げものが大きく揺れる。

令和5年2月1日から緊急地震速報の発表基準に長周期地震動階級3以上が追加されました

長周期地震動の揺れの大きさは、震度とは別の階級1から4の4段階で表されます。(図2参照)

令和5年2月から長周期地震動階級3以上を予想された地域には、気象庁から緊急地震速報が発表されます。

緊急地震情報を受け取った際のとりべき行動は、従来と同じ、揺れに備えるなど身を守る行動をとってください。

※長周期地震動の影響を受けると考えられる建物の基準は、おおむね14階建て以上の建物や免震構造の建物を対象としています。

※低い建物でも、免震構造の場合は揺れることがあります。

わらべうたと言えれば何が思
い浮かびますか。「いないいな
いばあ」や「いっぽんばしこちよ
こちよ」などたくさんあります
ね。幼いころ遊んでもらったり
遊んだりした記憶が誰にでも
あるのではないのでしょうか。

優しいまなざしで声をかけ
るふれあいあそびのわらべう
たは、子どもたちの心や体の成長
にとても有効であると言われ
ています。その良さを見直し、
いろいろな子育て支援の場で
活用され、親子のコミュニケー
ションツールの一つとしても紹
介されています。

子育て応援!!0,1,2,3,
サークルの「保育士と遊ぼう」
や、あそびの広場「だっこでふ
れあいあそびを実施していま
す。」「いっぽんばしこちよこち
よ」で遊んだ時には、1歳半を
過ぎたお子さんは、こちよこち
よとくすぐられるところが
大好きで、ワフワフしながらそ

のフレーズを待っていました。
7か月の赤ちゃんも、目と目を
合わせて歌いかけると、手足
をバタバタさせて喜んでいま
した。小さくてもちゃんと反
応して、人と関わる楽しさや
喜びを感じていました。

初めての育児で、赤ちゃんに
何を話しかければいいのか、ど
うやって遊んであげればいいのか
かわからないと悩まれるかた
もいますが、そんな時は知って
いるわらべうたで遊んでみて
はいかがですか。繰り返し遊
ぶ中で子どもたちの心のやり取
りができるようになります。

楽しい時間を子どもと一緒に
に共有することで、パパ・ママ
も子育てを楽しく感じること
ができ、気持ちに余裕を持て
るのではないかと思います。



総務課防災危機管理室

☎ (25) 1118

一人一人が備えてこ！
防災力UP！鳥羽

vol.116



11月30日、石鏡町の山本都美男さんが令和4年度自治会等地縁による団体功労者総務大臣表彰を受賞しました。この表彰は、町内会長を長年歴任されるなど地域の活性化のために大きく貢献されたかたが対象となっています。

山本さんの好きな言葉は、「信念」。最後までやり遂げることを大事にし、若者が地域に気持ちよく住み続けられるように、地域おこし協力隊の受け入れや改革しながら行事を継続するなど、新しいことへの挑戦が自信にもなり、長年頑張れた秘訣であると話してくれました。

若者と共に住みやすい地域づくりに貢献



1月6日、ドローンの操縦やライセンス取得ができる国土交通省ホームページ掲載団体ドローンスクール&アグリワークスと「災害時における無人航空機による情報収集等に関する協定書」を締結しました。

この協定により、市内において大規模災害が発生または発生するおそれがある場合に、無人航空機（ドローン）を利用し、上空から災害状況などの情報を把握・収集することで、被災状況の把握や二次被害防止のほか、避難者の捜索などが可能となります。

災害時における無人航空機による情報収集等に関する協定書



1月3日、安楽島町の満留山神社にて大漁祈願と無病息災を願う弓立神事祭が行われました。この神事は江戸時代から続いており、選ばれた地元の男性が15メートル離れた的に矢を放ち、今年1年の吉凶を占うものです。矢が的に当たると「アターイリー」と歓声が、外れると「スコイリー」と声があがり、今年は18本中17本が的に射て「大漁豊作間違いなし」とのことでした。

安楽島氏子会役員の濱口義晴さんは「今年も無事開催できて良かった。年々なり手が少なくなってきたが、これからも続けていきたい」と話してくれました。

安楽島で弓立神事が行われました



1月11日、市立図書館で鳥羽ロータリークラブから図書館への雑誌の寄贈式が行われました。同会は「地域のみなさんのために」と平成元年の図書館移転新築時から、毎年雑誌の年間購入費を寄贈していただいております、今回で34回目となります。

同会の会長である杉原新一さんは「たくさんのかたに利用してもらいたい」と話してくれました。

鳥羽ロータリークラブから雑誌寄贈

山椒は小粒でも…

ヤマシタケンタがやって来た



しあわせのセブントーク「未来は辺境にありー課題を価値に変える集落デザイン」と題して、年明け早々にサブアリーナで講演会を開催し、100人ほどが集まりました。

ここまでの経緯を説明します。地域づくりの情報誌「ソトコト」(鳥羽ロータリークラブから寄贈され、市の図書館に毎号並んでいる)で山下賢太さんの記事を見かけたのが5年前のことです。一度お会いしたいと思ったものの、彼の本拠地は鹿児島県薩摩川内市の離島、甕島。川内駅に新幹線は止まるものの、そこからバスで30

分、さらに高速船で50分。文字通りの「辺境」です。いつかチャンスはないものかとアンテナを張っていました。

そうしたところ昨年、10月に薩摩川内市で離島振興の会議があり、翌日の視察先が甕島だということです。やつたと小躍りしました。しかも、彼の講演を視察に含んでくれることになり、参加者全員でお会いすることとなりました。その時の講演に心を動かされたのはもちろん、その場で鳥羽へ来てほしいとお願いをし、彼はサブアリーナに登場したわけです。

講演の中で彼は独特の表現で語りを進めましたが、私には次の例えが心に残っています。

「桃太郎の鬼退治の目的は何ですか?」「いつの間にか鬼を退治するのが目的になってし

まっていますか?」というものです。本来は村の平和を守ることが目的であるにもかかわらず、それがいつしか鬼を退治することが目的になってしまっている。手段と目的がごちゃ混ぜになってしまふ。イベントや祭りの維持、行政もそういうたことに陥ってしまうことがあるので、気をつけなければと思いました。

まったくもって講演の内容はこのコラムには書ききれないので、ぜひ「山下賢太」で検索してみてください。「自分に関係ないことはこの島では起こらない」「巡築」「大切なものは他人任せでは守れない」というキーワードもありました。

37歳の彼は誰を批判するでもなく、自分のやってきたことを自慢するでもなく、質問にもまるで講演の延長上のように丁寧にかつよどみなく答えるのです。彼はいみじくも言いまして、「山下賢太はスゴイなあと終わってしまうのが一番残念なんだそうです。」

そして彼が帰って2日後の記事です。「総務省は2022年度ふるさとづくり大賞の最優秀賞に甕島で観光振興や移住促進に取り組む山下賢太さんを選んだ」と発表されました。



Vol.218

市民課人権・市民交流係
☎ 1126

「表現の自由と見極める力」

「表現の自由」とは、個人の思想・意見・主張感情など全ての見解を検閲されたり規制されたりすることなく表明する権利です。

日本国憲法第21条第1項では、「集会、結社及び言論、出版その他一切の表現の自由は、これを保障する。」と規定しています。

一方で、悪口や誹謗中傷は人権侵犯の要因の一つとなっていますが、表現の自由を盾に、他人の名誉を傷つけることは果たして許されるのでしょうか。

現状では、名誉権は、表現の自由と異なり、憲法上に直接的な規定はありません。ただし、憲法第13条の「個人の尊重」の原理に基づく幸福追求

権は、名誉権など、今後発生しうる新しい人権(プライバシー権、環境権、知る権利、肖像権などに柔軟に対応することができると考えられ、新しい人権が出てきたときに、それを憲法上の権利として、国家権力による侵害から守る役割をします。

つまり、表現の自由は憲法で保障されているものの、他人の利益や権利との関係から制限されることがあるため、表現者は思いや感じたことをどのように表し、相手にどのように伝えるかが重要です。

このことは、SNSなどの表現活動表現方法も同様です。誹謗中傷・批判・非難などの情報を発信するものの中には、誤ったものや根拠のないフェイクニュースなどが含まれることがあり、それを受ける側の私たちは、見極める力を持つことが大切です。そのためには、複数のメディアを確認したり、自分の意見と異なる人の発信も閲覧したりするなど、さまざまな情報を見比べ、先入観や固定観念を持たず、正しい情報が判断するよう心がけてみましょう。



山下さんと山下商店



とばっこげんきつ

おみらむい 絵

vol.195

2月はまだまだ寒くて外にでるのが億劫な季節ですが、たまには外に出て目一杯体を動かすのもいいかもしれませんね。



新刊情報

児童書

一般書

その他 絵本 小説 その他 小説

『家康の海』 植松三十里
『見果てぬ王道』 川越宗一
『うさぎ玉ほろほろ』 西條奈加
『風の値段』 堂場瞬一
『桜華』 武田頼政
『日々臆測』 ヨシタケシンスケ
『国商』 森功 ほか
『市立探検家学園』 斉藤倫
『ソフルとひみつの改造ロボット』 辻貴司
『すてきないちにち』 かさいまり
『おたんじょうびふく』 たなかしん
『ずかん貝のからだ』 清水洋美
『徳川家康外伝』 加来耕三 ほか



なおよ 尚也 くん
鈴村 尚也 くん

令和4年2月25日生まれ(池上町)

尚也 1歳のお誕生日おめでとう☆
元気いっぱい大きく育ててね!

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



たいら 平 くん
五十嵐 平 くん

令和3年12月12日生まれ(答志町)

もうすぐお兄ちゃんになるね!
ゆっくり大きくなってね



ゆうと 優灯 くん
佐藤 優灯 くん

令和3年11月4日生まれ(池上町)

お姉ちゃんお兄ちゃんと
元気いっぱいすごしてね!

図書館だより

library news



「鳥羽図書館前」

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

	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
2 February 2023					1	2	3
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28				
3 March 2023					1	2	3
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
休館日	26	27	28	29	30	31	

◎ブックトーク
とき 2月4日(土) 午前10時30分
テーマ「紙であそぼう」
◎おはなし会
とき 2月4日(土) 午後2時
「かえるをのんだととさん」ほか
◎赤ちゃん絵本の会
とき 2月17日(金) 午前10時30分
「パンツのはきかた」ほか

◎絵本と紙芝居の会
とき 2月19日(日) 午前10時30分
「ちびちびパンダ」ほか
◎鳥羽子どもの本の会(読書会)
とき 2月14日(火) 午前10時30分
テキスト「ぼくモグラキツネ馬」
◎ストーリーテリング勉強会
とき 2月21日(火) 午前10時
大人のみなさんのおはなし会です。ゆったりとお楽しみください。
とき 2月28日(火) 午前10時20分
語り おはなしの会「ミルキーウェイ」
募集人員 15人(先着順)
受付開始 2月1日(水)



Twitter
@Toba_Lib

暮らしの情報

2月1日～

お知らせ

令和4年度分高校生
通学費等補助

教育委員会総務課

☎(25) 1262

子どもの教育にかかる経済的負担を軽減するため、高校生の通学および下宿などに要する経費の一部を補助します。申請方法は次のとおりです。

申請期間 3月1日(水)～17日(金)

対象 ①市内在住で、鳥羽高等学校に通学する生徒の保護者②離島に住

所を有し、高等学校などへ通学、もしくは下宿などをする生徒の保護者(通学定期を購入しているかたが対象となります)

交付対象期間 令和4年4月1日～

令和5年3月31日

申請方法 申請書に必要事項を記入

のうえ、必要書類を添えて市教育委員会に提出してください。申請書などは、教育委員会と各連絡所で配布しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。

※申請時に定期券の写しなどが必要補助額

①通学費補助(通学定期購入額に対する補助率)

離島地区在住のかた↓25%

鳥羽高等学校へ通学のかた↓50%

②下宿費補助(離島地区在住のかたのみ対象)

契約金額(月額)の25%【食費、管理費などは除く・月額上限は12500円】

※通学費補助と下宿費補助の併用はできません。

申請方法は、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

鳥羽市議会議員選挙
立候補予定者説明会

選挙管理委員会

☎(25) 1210

4月23日投票開票予定の鳥羽市議会議員選挙立候補予定者説明会を次のとおり開催します。

とき 2月27日(月) 午後1時30分～

ところ 市役所西庁舎3階・中会議室

※出席者は1候補者につき2人までとします。

全国一斉情報伝達試験
の実施

総務課防災危機管理室

☎(25) 1118

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 2月15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、Facebookでの配信(メールの件名は「即時音声合成メッセージ」と表示されます)

①②で「これは、テストです」という内容が流れます。



2024年新卒(大学理系・文系 専門学校)・既卒 中途採用(経験者・未経験者) 社員募集中

職種: 土木・建築現場監督及び現場監督員補助 営業事務(パート可・子育て中ママ歓迎)

職業経験者優遇 未経験者の場合は補助業務からスタート

|ターン・Uターン、他府県からの移住も歓迎。(オンラインでの会社説明会あり)

給料: 正社員の場合 月給 20万～40万+諸手当

待遇: 社会保険・厚生年金保険・雇用保険

年間休日: 105日 有給取得率: 2021年度 65%



株式会社

亀川組

鳥羽市安楽島町1412番地17(鳥羽市民体育館近く)

電話 0599-25-6838 (受付時間9:00～17:00)

メール otoiawase@kamegawagumi.co.jp

広告

2月1日～

information

要介護認定者の障害者控除

健康福祉課長寿介護係

☎ 25 1186

障害者手帳の交付を受けていなくても、65歳以上のかたで一定の基準に該当する場合に「障害者控除対象者認定書」を発行します。

確定申告などの際、認定書を提出すると所得税や市・県民税の所得控除（障害者控除）の対象となります。

認定書の発行を希望するかたは、介護保険被保険者証（令和4年12月31日現在のもの）と印鑑を持参し、健康福祉課長寿介護係または各連絡所で申請してください。

認定基準

○普通障害者

・要介護1で一定の要件（※）を満たすかた

・要介護2

・要介護3で特別障害者に該当しないかた

○特別障害者

・要介護3で一定の要件（※）を満たすかた

・要介護4、5のかた

※介護保険の要介護認定調査票の日常生活自立度で判断します。

獣害対策用駆逐煙火（サル用）配布

農水商工課農林係

☎ 25 1231

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）を配布します。

とき 2月8日（水）午前9時～正午
ところ 市役所西庁舎4階・第2小会議室

右記時間以降は農水商工課窓口で配布します。

※1世帯につき1セット（5本入り）※50セット限定（先着順）

犬の登録や死亡などの届け出はお済みですか？

環境課環境保全係

☎ 25 1147

次の場合、犬の登録などに関する届け出が必要です。すみやかに市へ届け出をしてください。

届け出が必要な場合

●犬を飼い始めたとき

1頭につき3000円（登録料）

※届け出をすると、迷い犬になったときの捜索支援や、狂犬病予防集合注射のお知らせハガキが毎年送付されます。

●飼い犬が死亡したとき

●届出情報（住所・飼い主など）に変更があったとき

くわしくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせしてください。

みほん



<登録の時に
お渡しする犬鑑札は
迷子札になります>

令和4年度鳥羽市運動施設自主事業

市民体育館

☎ 25 6215

カラー診断単発コース

開催日 2月21日（火）、25日（土）

午前10時～11時30分

ところ 市民体育館・小会議室

持ち物 筆記用具、はさみ

参加費 1回・2500円

対象 中学生～シニア

定員 各回2～6人

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

その他 ※申し込みが少ないうちは、中止する場合があります。

※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。

～スケールメリットを活かした総合的な福利厚生が実現～

ジョイワーク

こんなメリットが！

従業員への福利厚生は
これ1本で決まり！

- ・企業のイメージアップ
- ・福利厚生費の削減
- ・有能な人材の確保と雇用の定着向上
- ・活気あふれる職場づくり
- ・従業員のニーズに対応した幅広い福利厚生の実現
- ・従業員への祝金、見舞金、弔慰金などの充実
- ・従業員の健康管理、健康維持増進
- ・福利厚生にかかる手間や事務量の軽減

●加入対象：伊勢市・鳥羽市・玉城町内の事業所

詳しくは・・・

ジョイワーク

お問い合わせ

（一社）伊勢地域勤労者福祉サービスセンター（愛称：ジョイワーク）

〒516-0076 伊勢市八日市場町13-13 サンライフ伊勢内
9:00～17:00 年中無休（年末年始除く） TEL:0596-20-1177 FAX:0596-20-1188

広告

暮らしの情報

2月1日～

鳥羽市学校給食物資の
納入希望業者説明会鳥羽市学校給食協会
(教育委員会学校教育課内)

☎ 1265

令和5年度鳥羽市学校給食物資の
納入説明会を行います。納入を希望
する業者のかたは出席してください。

とき 2月10日(金) 午後2時～

ところ 市民体育館中会議室

資格 市内に所在地を有している業
者、納期到来分の市税を完納してい
る業者、指定日時および使用当日の
午前8時まで納入できる業者納入先 共同調理場(中央・答
志)、単独校(神島小学校・菅島小
学校)納入品目 野菜、生鮮魚介類、冷凍
食品、肉類、調味料など(米・パン
用小麦など除く)低未利用土地等の譲渡に係る
長期譲渡所得の特例措置

建設課まちづくり整備室

☎ 1175

個人が、譲渡価格が500万円
以下の一定の低未利用土地等を譲
渡した場合に、長期譲渡所得から
100万円を控除する特例措置があ

ります。

本特例措置の適用を受けるために
は、確定申告書に添付する「低未利
用土地等確認書」が必要となり、建
設課まちづくり整備室で発行しま
す。なお、確認書の発行には、申請
書類の提出が必要です。

主な適用要件

- ・譲渡した者が個人である
- ・譲渡した土地等の所在地が都市計
画区域内である
- ・譲渡した土地等が低未利用土地等
である
- ・譲渡価額の合計が500万円以下
である
- ・譲渡の年の1月1日において、譲
渡する者の所有期間が5年を超える
ものである

くわしくは市ホームページをご覧
いただくか、問い合わせください。低未利用土地等の
譲渡に係る長期譲
渡所得の特例措置
について

市立海の博物館の休館

市立海の博物館

☎ 6006

市立海の博物館は床改修工事のた
め2月6日(月)～8日(水)の3日間、臨
時休館します。ご迷惑をおかけしますが、ご了承
ください。

(県税)法人課税業務の集約化

三重県総務部税務企画課

☎ 059-224-2127

法人所在地により県内8県税事務
所で行っている法人県民税・法人事
業税の課税業務、津総合県税事務所
で行っている外形標準課税業務は、
令和5年4月から「四日市県税事務
所」および「津総合県税事務所」の
2事務所で行います。令和5年4月以降、申告書などの
提出(郵送可)および申告に関わる
問い合わせ・相談は、法人所在地の
集約事務所(四日市または津総合)
へお願いします。鳥羽市所在地の法人については、
申告書の提出および申告に関わる問
い合わせ・相談先が津総合県税事務
所となります。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。

★貸家・アパートのことなら、ミニミニFC鳥羽店 25-1548まで



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

散水調査などを行い、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件
の調査実績10年間
無料メンテFM三重で毎週水曜放送!
雨漏り18時12分

情熱リノベーション

0120-246-194
8:00~20:00(365日対応)
【本社】津市久居野村町515-3代表
小河雨漏り
診断士
水谷鳥羽の雨漏り
お任せ!

広告

2月1日～

information

かどやのイベント

鳥羽大庄屋かどや

☎ 25 8686

展示「かどやのひな祭り」

明治期に作られたかどや特製のひな飾りと江戸後期の商家のひな飾りを展示します。

とき 2月4日(土)～3月3日(金)

展示「つまみ細工作品展」

つまみ細工は、ちりめんや羽二重などの小さな布を、折り・つまみを複数組み合わせ、四季折々の花鳥風月を作り、櫛やかんざしを華やかに彩る江戸時代から伝わる伝統工芸です。玉城町在住の宮崎朱美さんは県内各所で教室を開催しています。華やかでかわいいつまみ細工の数々をご覧ください。

とき 2月4日(土)～3月3日(金)

金継ぎワークショップ

とき 第35回 2月2日(木)
第36回 2月19日(日)

時間 午後1時30分～3時30分

参加費 1回4500円(漆などの材料費込み)

定員 各4人

持参 金継ぎしたい器(完成には複数回かかります)

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

第38回 紹刺し教室

とき 2月9日(木) 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 2月6日(月)

簡単茶道教室

とき 2月15日(水)

午後1時30分～3時

参加費 1000円(お点前体験なしの場合は500円)

申込期限 2月13日(月)

かどや塾「つまみ細工ワークショップ」

第89回 2月17日(金)

第90回 2月19日(日)

時間 午後1時30分～3時

参加費 1700円

定員 6人(催行人数3人)

講師 宮崎 朱美 氏

申込期限 2月13日(月)

第13回「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。家族揃って参加ください。

とき 2月18日(土)

時間 午前11時～11時30分

参加費 無料

第2回水引むすび塾「色々な梅結び

結び方の違いをマスターして好きな梅結びでミニおひなさまを作り

ます。

とき 2月18日(土)

午後1時～3時30分

参加費 1700円(材料費別)

定員 5人

講師 立野 麻貴 氏

申込期限 2月16日(木)

第36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 2月20日(月) 午後1時～3時

参加費 1500円(材料費別)

申込期限 2月16日(木)

第91回かどや塾「マイ味噌をつくらう⑥」

とき 2月22日(水)

①午前9時～10時30分
②午前10時30分～正午参加費 3000円
(樽代別途450円)

定員 各10人(先着順)

申込期限 2月15日(水)

第27回みそ塾「一閑張で好みのかごを作ろう」

とき 2月23日(木・祝)

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 2月16日(木)

第32回「野の花と万葉の会」

とき 2月26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 2月22日(水)

学研教室の先生募集中

幼児・小学生を対象とした、算数・国語・英語の基本学習指導です

- 時間 毎週2～4回、午後2～6時の間
- 収入 完全出来高制 ※頑張りに応じて収入UPが目指せます!
- 場所 ご自宅または貸会場

子育て中の方・教育に興味のある方・子どもが好きな方 歓迎!!

個別での説明も行っております。お気軽にお問い合わせください

思ひ力・伝える力・育む力

学研教室

0120-889-100

【受付時間】9:00～17:00(土日・祝日除く)

学研教室 三重事務局

〒514-0004 三重県津市栄町1-840 グランスクエア津6F



エアコン清掃

良い空気で笑顔に!

- ・壁掛けエアコン清掃 通常価格1台8,000円→1台5,000円(税込)
- ・お掃除機給付 通常価格1台12,000円
- ・エアコン取り付け、取り外し、エアコン販売しています
- ・エコキュート、業務用エアコン等もご相談ください

☆みえ省エネ家電推進協力店舗の対応店舗です

株式会社toiro(トイロ)
伊勢市小俣町元町1822-1
TEL 0596-22-1853
携帯 070-9066-8247

LINE公式アカウント登録
お問い合せは
お問合わせください

toiro エアコン 伊勢

暮らしの情報

2月1日～

行政書士無料相談会

三重県行政書士会鳥羽志摩支部

☎0599-7255

相続・遺言・成年後見・離婚・契約・会社設立・建設業・風俗営業・農地転用などの書類作成、許可申請などの無料相談を行います。予約不要です。気軽にお越しください。

とき 2月26日(日) 午後1時30分～5時

ところ 鳥羽商工会議所

募集

第2回 西村百合子奨学生

教育委員会学校教育課

☎1265

鳥羽の人材育成を進めたいとのご遺志を継いだ家族からの申し出があり設立された奨学制度です。この制度は10年間継続され、今回が第2回目となります。

対象 今年度市内中学校を卒業予定で、高校などに進学する生活困窮世帯かつ将来社会貢献に意欲を持つ生徒

募集人員 10人以内

支給額 入学時に10万円を一括支給

で返済不要

申込方法 所定の様式で在籍する中学校へ申し込んでください。

募集期間 2月1日(水)～13日(月)

にほんご工房学習支援ボランティア

市国際交流協会

(市民課人権・市民交流係内)

☎1126

市在住外国人を対象にした日本語教室「にほんご工房」では、日本語学習支援ボランティアを募集しています。資格や経験がなくても、さまざまな国のかたと交流を深めたいかたや、日本語を教えることに興味のあるかたの積極的な参加をお待ちしています。くわしくは、問い合わせてください。

にほんご工房

とき 毎週水曜日 午後7時～8時30分

ところ 市民体育館・中会議室

とばっ子ハッピーセミナー

子育て支援センター

☎7225

親子で楽しくフッキング

親子で、かわいい手まりずしといなりずしを楽しく作りましょう。

とき 2月19日(日) 午前10時～11時

ところ 保健福祉センターひだまり

2階・フッキンググループ

講師 管理栄養士 小林綾氏

対象 幼児から小学校低学年とその保護者

募集人員 5組

申込期限 2月7日(火)

(初めての参加のかたを優先します)

親子で防災講座

親子で、防災についての知識を高めましょう。

とき 2月22日(水) 午前10時～11時

ところ 子育て支援センターあそびの広場「だっこ」

講師 子育て支援!!0, 1, 2, 3

サークル 山本道子氏

対象 乳幼児子育て中の家族のかた

募集人員 7組程度

申込期限 2月15日(水)



申し込みフォーム



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

○ZTV 伊勢放送局制作番組 (約14分)

きみの一歩で～にんげん列島ニッポン～
Let's ソフトボール! 鳥羽市答志島から

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 (☎29 1102)、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。

2月1日～

information

およろこび

お誕生おめでとう

(1月15日までに届出のあったかた) 敬称略

こどもの名前	届出人	生まれた日	町名
杉原 連	将平	12.22	二丁目
鶴田 笑	男	12.19	小浜
中村 日穂	恵之	12.31	安楽島
木下 魁湊	裕滋	12.26	菅島
木下 凜音	裕史	1.11	菅島



布ぞうり

鳥羽市リサイクルパーク
 人気講座「布ぞうり」作りを開催します。材料はこちらで準備しますので早めに申し込んでください。
とき 2月16日(木) 午前9時～正午
参加費 200円
申込方法 2月11日(土・祝)までに電話で申し込んでください

環境共育講座

おくやみ

ご冥福をお祈りします

(1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
辻 登喜子	(88)	12.30	一丁目
大川千恵美	(70)	12.21	二丁目
齋藤 千洋	(56)	1. 9	四丁目
松本 なち	(78)	12.29	五丁目
田畑 兼子	(90)	12.29	堅神
鈴木喜美代	(87)	1. 8	池上
幾田 實	(75)	1.12	安楽島
小中はるへ	(97)	12.18	船津
濱口建次郎	(79)	12.30	幸丘
岩井弥三郎	(82)	12.20	浦村
植村 菊郎	(75)	1. 6	浦村
山本日出子	(90)	12.18	石鏡
江本ツル子	(89)	12.27	石鏡
山本権一郎	(82)	1. 2	石鏡
里中せつ子	(71)	1. 6	石鏡
松井せつ子	(87)	1. 6	相差
上村えるゑ	(97)	1. 7	相差
濱中 哲	(75)	1.12	千賀
岩佐 美次	(86)	1.12	桃取
中村 つや	(95)	12.19	答志
中村みち子	(92)	12.22	答志
勢力 重一	(93)	1. 5	答志
勢力 楠子	(91)	1.14	答志

フードパントリーへの「食料提供」
 とば地域・子ども食堂ネットワーク(事務局・鳥羽市社会福祉協議会) 3月19日(日)に開催する『ぐくろパントリー(フードパントリー)』にて配布する食料を募集します。
募集期間 2月20日(月)～3月10日(金) (平日 午前8時30分～午後5時)
 ※野菜・生鮮食品については、事務局に問い合わせてください。
 体・一般市民から寄付された食料を必要とするかたに無料で直接配布する活動です。フードロスの削減にもつながる取り組みで、全国各地で行われています。協力いただけるかたは鳥羽市社会福祉協議会(保健福祉センターひだまり内)までお持ちください。
募集している食料
 ●お米(精米しており、2022年



生産のもの)
 ●保存のきく食料品で、次のすべてにあてはまるもの
 ・常温で保存のきくもの
 ・賞味期限(消費期限)が2か月以上先のもの
 ・未開封のもの
 ※野菜・生鮮食品については、事務局に問い合わせてください。
募集期間 2月20日(月)～3月10日(金) (平日 午前8時30分～午後5時)
 寄付や協賛での応援支援も幅広く募集しています。

市の人口

令和4年12月末日現在()内は前月比

人口	17,212人 (-37人)
男	8,144人 (-7人)
女	9,068人 (-30人)
世帯数	8,233世帯 (-20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

2月求人情報 鳥羽市無料職業紹介所 ☎ 1241 (鳥羽市農水商工課商工労政係 ☎ 1156)

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。

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)」を発行することができます。必要なかたは相談の際にお申し付けください。

求人
情報

●工場内作業
●配送(運転手)
●警備員

●宿泊業(ホテル・旅館)

客室清掃、レストランサービス、洗い場

※無料職業紹介所は西庁舎3階に毎週火曜・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)

※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 ☎ ㉔ 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 ㉔ 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 「ほっぷ」 ☎ ㉔ 7221	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	7日(火) 21日(火)			
	要予約 法律相談(弁護士)	22日(水)	13:30～16:00 ☎ ㉔ 1188		㉔公証人相談、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 公証人相談㉔	9日(木)	13:00～15:30 ☎ ㉔ 1188		
	要予約 一般相談㉔ (何でも相談)	16日(木)			
	障害相談	月～金	9:00～17:00 ☎ ㉔ 1183	市民課 (市役所西庁舎1階)	
	女性相談	月・水・金	9:00～17:00 ☎ ㉔ 1276		
要予約 交通事故相談	8日(水)	13:00～15:00 ☎ ㉔ 1126			
要予約 人権相談	21日(火)	13:30～15:30 ☎ ㉔ 1126	第2小会議室 (市役所西庁舎4階)		
要予約 行政相談	21日(火)	13:30～15:30 ☎ ㉔ 1112			
要予約 夜間納税相談	月～金	17:15～20:00 ☎ ㉔ 1132	税務課 (市役所西庁舎2階)		
要予約 無料職業紹介	火・木	9:00～16:00 ☎ ㉔ 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

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	9日(木) 9:00～11:00 持ち物 母子健康手帳 ※母乳相談要予約
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	7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
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)
2日(木)	節分の鬼ごっこ ～ 風船鬼さんと追っかけ玉入れ
9日(木)	保育士さんと遊ぼう! ～ 歌やお話がいっぱい!
16日(木)	おひな様あそび&誕生会 ～ 写真スポットあり、雛あられのお土産付き
26日(日)	こどもとみんなのイベント ～ 焼いも・非常食・お菓子などプレゼント!

納 税

税務課 ☎ ㉕ 1132

税 目	期 別	納期限
国民健康保険税	第8期	2月28日(火)

今月の表紙

1月8日、市民体育館のサブアリーナで20歳の会が開催されました。これまで成人式として開催してきたもので、これからは「鳥羽市20歳の会」として開催していきます。

参加したみなさんは、華やかな振袖や羽織袴、スーツ姿で会場を訪れ、式典で祝辞や恩師からのメッセージ動画などを視聴し、久々の旧友との再会を喜びました。

中川 2月6日は海苔の日だそうですよ。
押川 確かに2月は恵方巻も食べるし、旬の海苔はよく食卓にあがるもんなあ。
松本 何より鳥羽の海苔はおいしいですよね!
押川 それね! 遠方の知り合いによく頼まれるし、自分でも焼きのりとか買っけど、やっぱり鳥羽の海苔はおいしいと思うわ。
中川 今年は出来が良さそうですね。2月のふるさと給食にも使われますしね。
松本 今年も鳥羽の海苔をたくさん食べたいですね。

海苔の日

広報マン

編集後記