



とば

12月1日号

2009
NO.1205

名演技！
子ども狂言

目 次

鳥羽市の家計簿と水道事業の業務状況のお知らせ 平成21年度上半期財政状況	3
新しい鳥羽観光を目指して	6
「歴史」を活かせば「未来」が変わる！ 城山周辺のまちづくりを紹介します	8
インターネットで確定申告！ e-Taxをご利用ください	10
成年後見制度の利用を考えてみませんか	12
始めましょう！食生活からメタボ予防	13
とばのわ ひとのわ じんけんのわ 12月4日～10日は人権週間です	14
まちの話題	15
木田市長のど～んとコミュニケーション 人権文化の花を咲かせよう	16
鳥羽のお宝再発見！ イコールパートナーシップ	17
クローズアップ はばたけ鳥羽人・フレーフレーとばっ子・やんちゃっこあまえっこ・広報文芸	18
暮らしの情報	20
library news (図書館だより) 行政チャンネルとば番組案内	23
よみがえる「鳥羽」をみる・とばっこげんきっこ・編集後記	24

【今号の表紙】

11月3日、「第34回鳥羽市民文化祭」の音楽・芸能発表会で、市能楽保存会の小学生会員4人が、狂言を熱演しました。こどもたちは、狂言独特のこつけいなしぐさや語りをのびのびと演じ、会場をわかれていきました。

発表会では、ほかにもダンスや日舞、合唱、筝曲などが次々と披露され、観客のみなさんを魅了していました。
(写真右)



広報
とば



今回公表する財政状況は、平成21年度の上半期（平成21年4月1日～9月30日）を対象にしたもので、みなさんの貴重な税金や、国や県からの補助金・交付金などがどのように使われているかをみんなに知つていただくために公表するものです。なお、水道事業の業務状況については、平成20年度の決算状況も合わせてお知らせします。

平成21年度上半期財政状況

会計別収支状況

(単位:千円)

会計名		予算現額	収入済額	支出済額
一般会計		11,978,542	5,245,606	3,855,589
特別会計	国民健康保険	3,144,400	1,040,817	1,309,228
	定期航路	586,000	192,186	267,661
	福祉資金貸付	1,200	1,409	0
	住宅新築資金等貸付	830	348	395
	老人保健医療	2,600	9,566	735
	特定環境保全公共下水道	155,700	23,664	63,880
	介護保険	1,730,000	764,362	780,447
	後期高齢者医療	407,980	71,386	175,942
合計		18,007,252	7,349,344	6,453,877

市税

(単位:千円)

科目	予算現額(A)	調定済額(B)	収入済額(C)	執行率%(C/A)	収納率%(C/B)
市民税	1,008,871	993,826	536,666	53.2	54.0
固定資産税・都市計画税	1,734,049	2,360,081	987,885	57.0	41.9
軽自動車税	44,320	50,263	41,726	94.1	83.0
市たばこ税	152,848	75,675	75,666	49.5	100.0
特別土地保有税	350	4,214	634	181.1	15.0
入湯税	187,442	93,334	86,273	46.0	92.4
合計	3,127,880	3,577,393	1,728,850	55.3	48.3

※調定額…歳入の内容を具体的に調査し、収入すべき金額として決定した額

国民健康保険税

(単位:千円)

科目	予算現額(A)	調定済額(B)	収入済額(C)	執行率%(C/A)	収納率%(C/B)
国民健康保険税	630,720	892,848	264,794	42.0	29.7

鳥羽市の家計簿

一般会計予算の執行状況

歳 入

(単位:千円)

科 目	予算現額	収入済額	執行率(%)
市 税	3,127,880	1,728,850	55.3
地 方 譲 与 税	80,000	23,990	30.0
利 子 割 交 付 金	7,500	3,865	51.5
配 当 割 交 付 金	9,000	1,789	19.9
株式等譲渡所得割交付金	6,700	0	0.0
地 方 消 費 税 交 付 金	210,000	140,978	67.1
ゴルフ場利用税交付金	15,000	5,571	37.1
自動車取得税交付金	50,000	8,022	16.0
地 方 特 例 交 付 金	31,000	27,632	89.1
地 方 交 付 税	2,630,000	1,859,259	70.7
交通安全対策特別交付金	2,000	936	46.8
分 担 金 及 び 負 担 金	100,521	45,696	45.5
使 用 料 及 び 手 数 料	530,261	211,970	40.0
国 庫 支 出 金	2,013,489	704,951	35.0
県 支 出 金	1,187,093	145,376	12.2
財 産 収 入	119,965	52,991	44.2
寄 附 金	9,984	320	3.2
緑 入 金	207,004	0	0.0
緑 越 金	228,524	239,548	104.8
諸 収 入	167,821	27,662	16.5
市 債	1,244,800	16,200	1.3
合 計	11,978,542	5,245,606	43.8

歳 出

(単位:千円)

科 目	予算現額	支 出 済 額	執行率(%)
議 会 費	147,172	71,400	48.5
総 務 費	1,829,327	883,123	48.3
民 生 費	2,453,486	765,224	31.2
衛 生 費	1,478,650	516,484	34.9
農 林 水 産 業 費	1,132,239	164,385	14.5
商 工 費	355,290	131,135	36.9
土 木 費	1,173,278	149,402	12.7
消 防 費	617,785	175,855	28.5
教 育 費	1,536,435	426,946	27.8
災 害 復 旧 費	11,060	2,029	18.3
公 債 費	1,165,340	569,606	48.9
諸 支 出 金	77,080	0	0.0
予 備 費	1,400	0	0.0
合 計	11,978,542	3,855,589	32.2

※特別会計予算については、市ホームページ（アドレスは最終ページに掲載）をご覧ください。

地方債現在高

(単位:円)

区 分	現 在 高
一 般 会 計	11,145,535,788
定 期 航 路 事 業	442,773,524
特定環境保全公共下水道事業	898,885,974
住宅新築資金等貸付事業	1,192,579
合 計	12,488,387,865

基 金 の 状 況

基 金 の 名 称	種 别	残 高
土 地 開 発 基 金	土地	1,175.94m ²
財 政 調 整 基 金		359,469,786円
減 債 基 金		318,528,529円
職 員 退 職 手 当 基 金		119,178,918円
奨 学 基 金		20,041,015円
ふ る さ と 創 生 基 金		1,662,786円
福 祉 基 金		130,447,943円
庁 舎 等 改 修 基 金		110,166,125円
中山間ふるさと水と土保全基金		248,688,565円
国 民 健 康 保 险 支 払 準 备 基 金		866,076円
国 民 健 康 保 险 高 額 医 療 費 資 金 貸 付 基 金	現 金	405,238,186円
国 民 健 康 保 险 出 産 費 資 金 貸 付 基 金		25,361,990円
介 護 保 险 給 付 準 备 基 金		3,007,252円
介 護 従 事 者 処 遇 改 善 臨 時 特 例 基 金		161,221円
定 期 航 路 事 業 職 員 退 職 手 当 基 金		13,230,000円
定 期 航 路 事 業 減 債 基 金		515,371円
觀 光 振 興 基 金		24,349,912円
合 計		242,224,196円
	現 金	2,023,137,871円



卷く環境は、観光客の減少や市民の節水意識の向上、人口の減少などにより、年々水の需要が少なくなり、料金収入も減少しています。このことから、安定経営を維持していくために、経費の削減などに努めていかなければなりません。

これからも、市民のみなさんに安全でおいしい水を安定的に供給していくために、老朽化した水道管の改良・更新などを計画的に推進していく必要があります。

一方、支出（事業運営経費）においては、358,720千円（収益的支出）となり、前年度同期より8・5%の減少となりました。

ここ数年の水道事業を取り巻く環境は、観光客の減少や市民の節水意識の向上、人口の減少などにより、年々水の需要が少なくなり、料金収入も減少しています。このことから、安定経営を維持していくために、経費の削減などに努めていかなければなりません。

主な収入は、みなさんが利用した水道使用料で、664,842千円（収益的収入）となり、前年度同期より5・5%減少となりました。

上半期の概要

水道事業の平成21年度上半期（4月～9月）の財政状況をお知らせします。

主な収入は、みなさんが利

用した水道使用料で、664,842千円（収益的収入）となり、前年度同期より5・5%減少となりました。

一方、支出（事業運営経費）においては、358,720千円（収益的支出）となり、前年度同期より8・5%の減少となりました。

ここ数年の水道事業を取り巻く環境は、観光客の減少や市民の節水意識の向上、人口の減少などにより、年々水の需要が少なくなり、料金収入も減少しています。このことから、安定経営を維持していくために、経費の削減などに努めていかなければなりません。

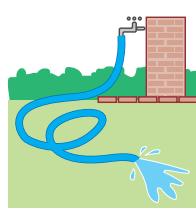
これからも、市民のみなさんに安全でおいしい水を安定的に供給していくために、老朽化した水道管の改良・更新などを計画的に推進していく必要があります。

水道事業の業務状況

要があります。

みなさんのご理解とご協力ををお願いします。

くわしくは、市ホームページ（アドレスは最終ページに掲載）をご覧ください。



予算執行状況

（消費税込み 単位：千円）

収益的支	収入	予算現額	調定額
	支出	予算現額	支出額
資本的支	収入	1,354,919	664,842
	支出	1,164,159	358,720
資本的支	収支差引	190,760	306,122
	収入	78,011	3,292
資本的支	支出	503,039	190,316
	収支差引	△ 425,028	△ 187,024

平成20年度決算状況

（消費税込み 単位：千円）

区分		予算現額	決算額	執行率(%)
収益的支	収入	1,666,206	1,655,834	99.4
	支出	1,362,004	1,343,167	98.7
	収支差引	304,202	312,667	—
資本的支	収入	770,099	753,636	97.9
	支出	1,226,772	1,202,591	98.1
	収支差引	△ 456,673	△ 448,955	—

損益計算書

（消費税抜き 単位：千円）

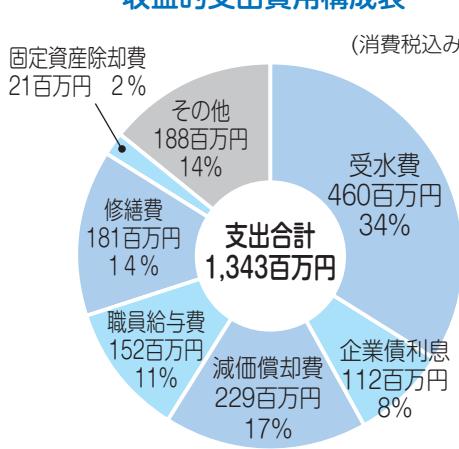
借 方		貸 方	
営業費用	919,852	営業収益	1,198,853
簡易水道費用	267,765	簡易水道収益	114,055
営業外費用	77,523	営業外収益	26,726
特別損失	17,413	特別利益	252,260
当年度純利益	309,341		
合計	1,591,894	合計	1,591,894

概要

区分	20年度決算数値	備考
給水人口	22,646人	平成21年3月31日
給水戸数	8,445戸	〃
普及率	99.8%	
年間総配水量	4,971,874m ³	
1日平均配水量	13,622m ³	
1日最大配水量	19,349m ³	平成20年8月15日に記録
年間総有収水量	4,319,692m ³	料金収入の対象となった年間使用水量
1日平均有収水量	11,835m ³	1日の平均使用量
供給単価	299.72円/m ³	1m ³ 当たりの販売原価
給水原価	292.88円/m ³	1m ³ 当たりの生産原価

収益的支出費用構成表

（消費税込み）



新しい鳥羽観光を目指して

市では、平成20年1月に、鳥羽観光の目標（目指すべき観光地像）を鳥羽市観光基本計画として示しました。

この基本計画に基づき、平成21年3月に、事業計画（アクションプログラム）を定め、平成21年7月には、鳥羽市初の観光課が発足し、市民のみなさんや関係機関と協力して、取り組みを始めています。

今回は、新たな取り組みとして開始したアクションプログラムの現状についてご紹介します。

観光課観光企画係 ☎ 251155

▶ アクションプログラムとは

観光基本計画に掲げられた目標を着実に実現していくため、優先的かつ重点的に実施すべき事業・取り組みを示したものです。

観光基本計画策定事業

鳥羽市観光基本計画アクションプログラムを効果的に推進し、「鳥羽市観光基本計画」に掲げられた目標を達成するための協議を行います。

本年度は、推進協議会を開催し、取組み状況の報告や意見交換会、計画の見直しを行います。

広告宣伝戦略事業

広告宣伝戦略を策定し、それに沿った事業を展開することにより、費用対効果の高い宣伝PRを行います。

本年度は、委員会の開催を重ね、実証実験の結果に基づいて、戦略を策定しています。また、鳥羽をPRする手段のひとつとして動画DVDを作成しています。



観光案内サイン（看板）整備事業



観光案内サイン（看板）について、デザインや表記の統一を図り、観光客の利便性および利用者の満足度向上を図ります。

本年度は、実態調査に基づいて基本計画の策定と基本デザインとなるサインの設置を行います。

市場調査事業

観光施策や観光地づくりを戦略的に進めていくための基礎資料として市場調査を行い、競争力のある魅力的な観光地を目指します。

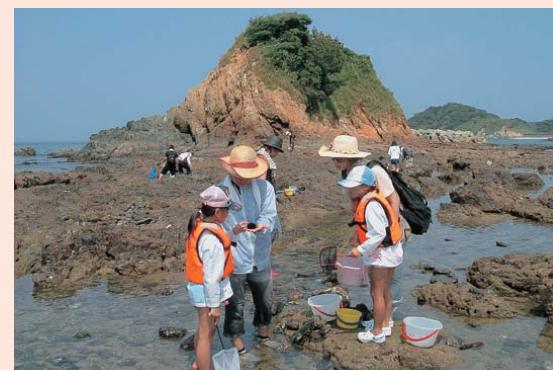
本年度は、宿泊施設および観光客のみなさんにアンケート調査を行い、有識者を交え、データの分析・考察をした上で、「旅館・宿泊施設を元気にするプロジェクト」と題して、課題の洗い出し、基本的な方向性の確認を含めた鳥羽市観光産業活性化戦略の策定を目指し、取り組んでいます。



エコツーリズム推進協議会事業

自然・歴史・文化などの多様な観光資源を活用し、市民団体が中心となって進めているエコツーリズムなどのガイドツアーについて、魅力ある体験プログラムや旅行商品づくりの拡充に取り組みます。

本年度は、推進協議会の設立と鳥羽市エコツーリズム宣言の発表に向け、準備会を開催しています。



安楽島海水浴場施設整備事業

施設の安全面・衛生面を見直し、来訪者の満足度向上と海水浴場の利用促進を図ります。

管理棟の建て替えにより、バリアフリー対応の、誰にも優しい管理棟となり、トイレ部分は、海水浴客だけでなく、加布良古崎など、周辺のウォーキング客も利用することのできる施設となります。



事業系生ゴミ再資源化システム構築事業

環境共生型（エコ）観光事業の推進を図るために、ホテル・旅館などから排出される生ゴミを堆肥化し、その堆肥で作った農作物を観光客に提供することで事業所の排出ごみ量を減量化し、循環型社会を築くことを目指します。

消防施設整備事業

地域住民および観光客の生命・身体・財産の保護を目的に、消防施設の充実を図るため、多様化・複雑化する災害に対応できる消防力の強化を計画的に進めます。

本年度は、はしご付き消防自動車を最新鋭の30m級の先端屈折型に更新します。



観光戦略アドバイス事業

専門的な知識を持つ人材によるアドバイス業務および、観光客の満足度向上を図るための各種事業を展開することで、「鳥羽市観光基本計画」を推進していきます。

本年度は、観光客のニーズや観光動向を踏まえ、新しい観光などをテーマに、研修会開催や「ちょこ得まち歩き」などの旅行商品づくりに取り組みます。

市では、これらの事業のほかに、これまで継続しているさまざまな事業にも取り組んでいます。

「鳥羽市観光基本計画」および「事業計画（アクションプログラム）」について、くわしくは市ホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。



<http://www.city.toba.mie.jp/kanko/kanko.htm>

休憩所ボランティアネットワーク事業

空き店舗などの活用や、民間施設から休憩場所を提供してもらうことにより、滞留拠点としての仕掛けを作ります。

本年度は、休憩場所として5か所にベンチと看板を設置し、今後、快適に歩く旅をテーマに事業を展開していきます。



地産地消の推進と新しい食の魅力創造事業

地域ならではの食材を活用した「食」の魅力を創造し、提供していくことで当市が誇る大きな資源である「食」にさらに付加価値をつけ、来訪者の満足度を向上させます。

本年度は、とばーがーに加え、鳥羽弁当の認定に取り組んでいます。



鳥羽駅ボランティアガイド事業

繁忙期に鳥羽駅での観光案内などを充実させ、観光客がスムーズに観光できるよう「心のこもったおもてなし」の向上に努めます。

本年度は、ゴールデンウィークとお盆に計7日間事業を実施し、観光客をもてなしました。

また、車いす、ベビーカーの無料貸し出しは、高齢者やこども連れの観光客のかたに好評でした。



おもてなしトイレ整備事業

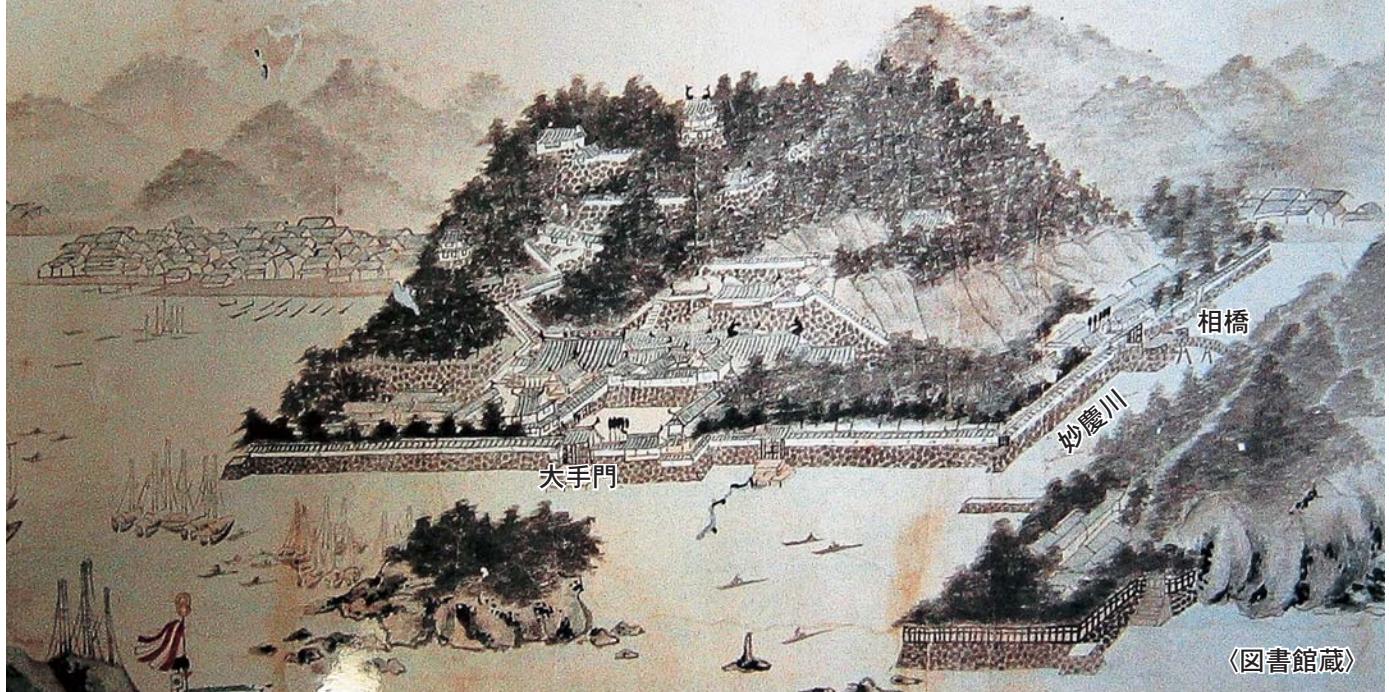
観光客の視点を含めた、公衆トイレの現状の見直しにより、便利で使いやすいトイレ整備を促進します。

本年度は、相差海女小屋体験施設に設置されるトイレ整備に補助を行うほか、安楽島海水浴場の建て替えに伴い、常設トイレを整備します。

「歴史」を活かせば「未来」が変わる!

城山周辺のまちづくりを紹介します

建設課まちづくり整備室 ■ 1177



【絵図の説明～九鬼水軍の海城「鳥羽城」について～】

鳥羽城は、九鬼水軍として活躍した九鬼嘉隆により、文禄年間（1592～1596）に築城された、海側に大手門のある全国的にも珍しい海城でした。明治時代になると城は取り壊され、現在では石垣しか残っていません。城山は鳥羽城の歴史が詰まった重要な場所です。



「とばみなとまちづくり市民協議会」での内容協議の様子

平成17年度から官民協働の会議である「とばみなとまちづくり市民協議会」を立ち上げ、これまで、市民と行政が協力し合って工事内容を検討し、事業を進めてきています。

平成19、20年度には、城山を顕在化させることを目的に「城山を美しくみせたいプロジェクト」と題して草木伐採

市では、鳥羽駅周辺の中心市街地において、歴史的資源など鳥羽の地域資源を活かしたまちづくりを進めています。これまで整備してきた主な事業は、妙慶川の遊歩道整備や相橋・大黒橋の架け替え、道路の修景工事、伊良子清白

邸移築などがあります。鳥羽のまちが持っている個性を磨き、さらに光らせていることで、訪れる人にとっても住民にとっても魅力のあるまちになるよう、まちづくりを進めていきたいと考えています。

みんながまちづくりの主人公



ここでは、本年度に予定している、城山に関する二つの事業についてご紹介します。

作業を行うなど、まちづくりに関する活動も積極的に行っています。また、周辺のみなさんには、さまざままちづくりに関する情報を「まちづくりニュース」として随時発行しています。ホームページ（アドレスは最終ページに掲載）にも掲載していますので、ご覧ください。

鳥羽の地域資源を活かしたまちづくり

邸移築などがあります。

鳥羽のまちが持っている個性を磨き、さらに光らせてい

その1

城山の草木伐採作業

作業エリア図



作業箇所(※業務進行とともに変更する可能性があります。)

城山の草木の伐採を行うことで「ポケットパーク整備工事」と相乗効果を發揮し、歴史ある城山の魅力を最大限に引き出しができると考えています。右ページの絵図を見ると、城や石垣を遠くからでもはつきり確認することができます。

国の景気対策である緊急雇用対策を活用し、城山公園周辺の草木伐採作業を行います。

作業の目的

現在の城山は、長年樹木の間伐や剪定作業を行っていない区域が多くあり、草木が生い茂っている状況にあります。そこで、今回の事業では、現在の城山を昔のよう適正で安全な樹木の生育環境に整備するとともに、鳥羽城の名残である石垣を周囲からはつきり見えるようにし、また城山からの眺望や景観をよくすることを目的としています。

城山周辺のみなさんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力を願いします。

その2

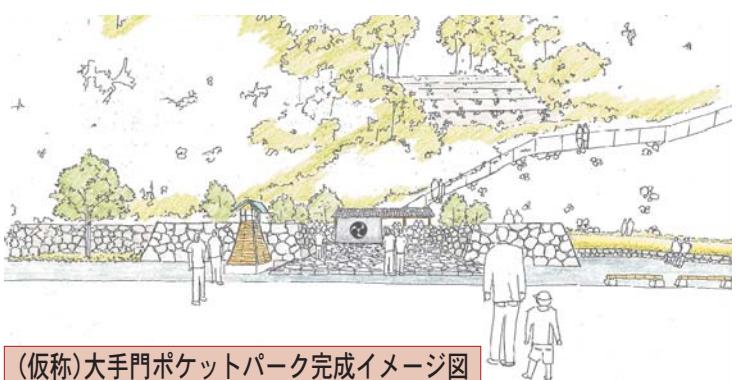
大手門ポケットパーク整備

整備のポイント

工事内容と整備のポイントの一つ目は、「国道側から魅せ

ここは、国道側から城山を望むと「鳥羽城の顔」となる場所であり、訪れる観光客や市民のかたが趣を感じ、足を運びたくなるような場所に整備することを目的としています。

城山公園東側のパールロードビル跡地において、ポケットパーク整備工事を行っています。



(仮称)大手門ポケットパーク完成イメージ図



「城山を美しくみせたいプロジェクト」で現れた段々石垣です

これら二つの事業は、来年3月ごろには完成する予定です。みなさん、新しい城山にぜひお越しください。

ることを意識した「デザイン」です。完成イメージ図のように新たに石垣を積み、仕切られた居心地の良い、ゆつたりとくつろぐことができるスペースを整備していきます。二つ目は「老朽化した階段の修復」です。以前あつた城山公園へつながる階段は、老朽化によってコンクリートの床面が傾き、危険な状態であつたため、通行止めにしていました。この階段を修復していくきます。

最後に「段々石垣のライトアップ」です。「城山を美しくみせたいプロジェクト」で現れた段々の石垣をライトアップすることで、今ある地域資源を最大限に活かして、風情のある夜の城山を演出します。

e-Tax の流れ

①国税庁ホームページ

(<http://www.nta.go.jp>)内「確定申告書等作成コーナー」の「作成開始」をクリックしてください。



②作成する申告書および「電子申告(e-Tax)により提出」を選択し、利用者識別番号の入力、電子証明書の登録などの初期登録を行ってください。



③パソコンの利用環境を確認した後、上記画面から該当する申告書を選択し、手順に沿って収入、各種控除の内容を入力してください。



④申告書の入力が終りましたら、内容に間違いがないか確認してください。

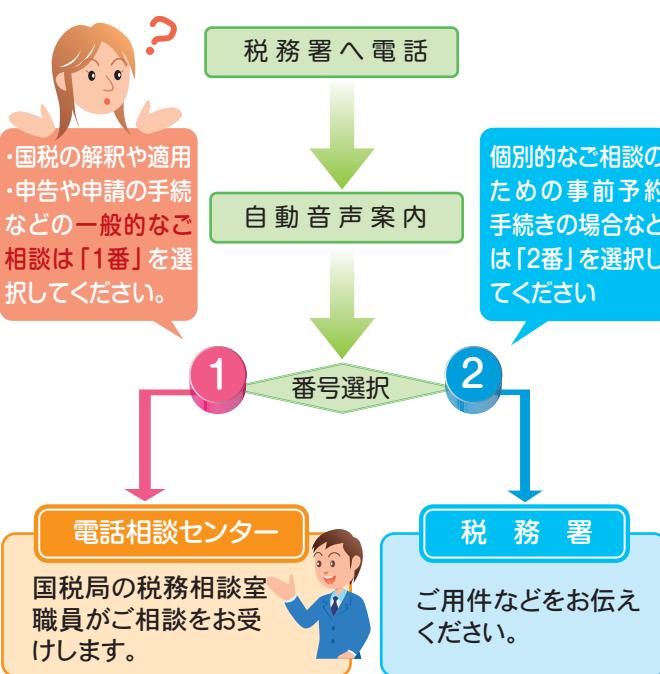


⑤送信が正しく終了すると上記の画面が表示されます。



⑥内容に間違いがなければ、送信の準備に入ります。手順に沿って、利用者識別番号や暗証番号を入力してください。

国税のご相談は、まずはお電話で!



よくある税の質問にお答えしている「タックスアンサー」のうち、電話音声・FAXによる情報の提供は、平成21年11月30日をもちまして終了させていただきました。

なお、インターネット（携帯電話サイトを含む）による個別的なご相談のための事前予約手続きの場合などは「2番」を選択してください。

また、税に関する一般的なご相談は、伊勢税務署にお電話の上、音声案内に従い「1番」を選択していただければ、国税局の「電話相談センター」の職員が受け賜りますのでご利用ください。

伊勢税務署
■ 0596 283191
<http://www.nta.go.jp/>

電話音声・FAXによる
タックスアンサーを終了します

成年後見制度の利用を考えてみませんか

みなさんの「不安」を「安心」に変える成年後見制度を利用してください。

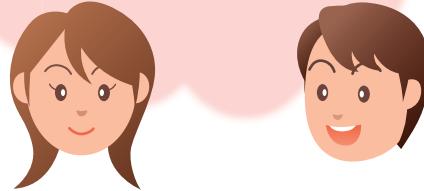
ここでは、制度の概要についてご紹介します。

健康福祉課 地域包括支援センター

☎ 0596-28-3135

成年後見制度って？

知的障がいを持つわが子。
親のわたしたちが死んだ後も
子どもの生活・財産管理を
安心して託せます。



高額商品を買ってしまった
認知症のおばあさんを
悪質商法から守ることが
できました。



制度にはどんなものが
あるの？

成年後見制度には、「法定後
見制度」と「任意後見制度」と
いう二つの制度があります。
さらに、法定後見制度は、
利用するかたの判断能力の程
度に応じて3つの制度に分け
られています。（図1）

成年後見制度には、「法定後
見制度」と「任意後見制度」と
いう二つの制度があります。
さらに、法定後見制度は、
利用するかたの判断能力の程
度に応じて3つの制度に分け
られています。（図1）

成年後見制度には
どこに行けば
いいの？

成年後見制度には
どこに行けば
いいの？

成年後見人等には
どのような人が選ばれるの？

本人、配偶者、四親等内の
親族、市長（身寄りのない高
齢者の場合など）が、戸籍謄
本や医師の診断書など申し立
てに必要な書類を用意し、家
庭裁判所に後見等の開始の審
判を申し立てます。

利用したいときは
どうすればいいの？

成年後見制度（判断能力が不十分な人）

名 称	法定後見制度 (判断能力が不十分な人)			任意後見制度 (判断能力のある人)
	後 見 制 度	保 佐 制 度	補 助 制 度	任 意 後 見 制 度
対象者 (利用者本人)	日常生活で判断能力が欠けている人が通常の状態の人	日常生活で判断能力が著しく不十分な人	日常生活で判断能力が不十分な人	判断能力がある人
支援する人	成年後見人	保佐人	補助人	任意後見人
仕事の内 容	財産管理・身上監護 ※1 ※2	財産管理・身上監護	財産管理・身上監護	財産管理・身上監護
代理権	本人が行うすべての法律行為	本人の同意を得た上で、家庭裁判所が定めた法律行為	本人の同意を得た上で、家庭裁判所が定めた法律行為	本人との契約で定めた行為
同意権 取消権	日常生活に関する行為*以外のすべての行為（取消権のみ）	法律上定められた重要な行為	本人の同意を得た上で、家庭裁判所が定めた法律行為	なし

*日用品の購入（スーパー・マーケットなどの日用品の買い物など）その他日常生活に関する行為

※1 本人の預貯金の管理、不動産などの処分、遺産分割など財産に関する契約などについての助言や支援
※2 介護・福祉サービスの利用や医療・福祉施設への入退所の手続きや費用の支払いなど、日常生活にかかる契約などの支援

始めましょう! 食生活からメタボ予防

メタボリックシンドローム（以下メタボ）のもととなる内臓脂肪を減らすためには、自分の体格や活動量に合った食事の量やバランスを調整し、良好な食生活を維持していくことが大切です。ここでは、メタボを防ぐための食生活についてご紹介します。

健康福祉課健康係（保健福祉センターひだまり内） ☎ 011-46



ヘルスケア栄養教室

市では、メタボ予防のためのヘルスケア栄養教室を開催しています。

食生活について一緒に考え、簡単でヘルシーな料理を作り、メタボ予防のコツを楽しく学びませんか。みなさんの参加をお待ちしています。

開催予定 毎月1回 9:30～13:00

内容 メタボ予防のための講義、調理実習、希望者には栄養相談を行います。

★開催日などは、広報とばをご覧の上、お申し込みください。（今号は22ページ）

メタボを防ぐ食生活10か条

- メタボ予防には、毎日の食生活の地道な積み重ねが大切です。大きな努力より小さな習慣。まずは自分ができそうなところから取り組み、良い習慣を一つずつ身につけていきましょう。
- ①主食・主菜・副菜をバランスよく規則正しく食べる。
主食1品、主菜1品、副菜2品程度
 - ②低エネルギー食材を上手に利用する。
野菜・きのこ・海藻など
 - ③脂肪の多い食品は控え、調理に使う油は使いすぎないようにする。
 - ④素材の味を生かし、薄味を心掛ける。
 - ⑤ゆっくりよくかんで食べる。
 - ⑥必要以上に買わない、料理は余分に作らない。
 - ⑦間食は量と時間を決め、それ以外は食べない。
 - ⑧体によいといわれている食品の食べ過ぎに注意。
食べたくなつたら別のことで気を紛らわせましょう。
適量が大事。健康のために食べているつもりでも、実は余分なカロリーを取つてしまつていて恐れも…。
10分乗り切れば食べたい気持ちも納まります。
 - ⑨食べ過ぎたときは、その後2、3日の食事を加減し、調節する。
 - ⑩食品を選ぶときは、容器に記載されている栄養成分表示を見てエネルギーなどを確認する。

材料(2人分)と作り方

料理① ブリ 70g 2切れ、塩小さじ 1/6、ゆずコショウ小さじ 1/4、白菜 100g、ネギ 30g、マイタケ 40g
A (酒大さじ 1・1/2、塩小さじ 1/6)

★塩をして置いた後、ゆずコショウを塗ったブリと野菜類をクッキングペーパーに置き、Aをかけて包み、フライパンで蒸し焼きにする。

料理② ニンジン 100g、こんにゃく 60g、しょう油小さじ 2・1/2、酒小さじ 2、七味唐辛子少々

★鍋でニンジンを蒸し煮し、下ゆでしたこんにゃくと調味料を加え、汁気がなくなるまで煮る。

料理③ サツマイモ 80g、ブロッコリー 40g A (すりゴマ小さじ 1、マヨネーズ・しょう油各小さじ 1/2、かつお節少々)

★レンジで加熱したサツマイモとゆでたブロッコリーをAで和える。

<料理のポイント>

料理① 魚や肉が中心の主菜でも、野菜をたくさん食べられるようにしました。

料理②③ ①のブリに脂質が多く含まれるので脂質を控えめにします。②は油で炒めず蒸し煮にします。ニンジンの甘みが増し、甘味料が削減できます。③は脂質の多いマヨネーズとゴマは風味付け程度とし、しょう油とかつお節でコクを出します。



メタボ予防におすすめレシピ

旬の食材を使い、食べごたえとおいしさは残しながら、ヘルシーになるように工夫したメニューです。ぜひ一度お試しください。

<献立>

主食 ごはん

主菜 ①ブリと白菜の包み焼き

副菜 ②ニンジンとこんにゃくのきんぴら風

③サツマイモとブロッコリーのゴママヨ和え

<栄養価> (ごはん 150g の場合の1食分)

エネルギー 572kcal 塩分 2.7g

とばのわ ひとのわ じんけんのわ

12月4日から10日は人権週間です

市民課人権・生活係  251142

考え方 育てよう 思いやりの心

1948（昭和23）年12月10日、第3回国際連合総会で、世界における自由・正義および平和の基礎である基本的人権を確保するため、「世界人権宣言」が採択されました。日本でも、昭和24年から毎年12月4日～10日までを「人権週間」として、法務省をはじめさまざまな機関が協力して、啓発活動を行っています。

市では、12月4日（金）午前7時30分から、鳥羽駅周辺で人権擁護委員や法務局職員、市職員などが街頭啓発を行います。

人権擁護委員の活動紹介

人権相談

毎月第3火曜日午後から、保健福祉センターひだまりで人権相談所を開設しています。

隣近所のもめごと、家庭内の問題、いじめや体罰、職場でのパワハラやセクハラなどでお悩みのかたは、お気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は守られます。

今月は、15日（火）午後1時30分～3時30分です。

人権擁護委員のみなさん（敬称略）

加藤周一（鳥羽地区）・河邑啓子（安楽島地区）・岩佐美次（桃取・答志地区）・西

人権問題は身近にあります。この機会に見つめ直し、関心を持ってみてはいかがでしょうか。

-
-
-
-
-

人権啓発活動

井富子（鏡浦地区）・野村薰（長岡地区）・石原三千代（加茂地区）・小寺功子（菅島・神島地区）

昨年度は、委員が神島を直接訪問し、保育所から小学校、老人会、町民へと地域に密着した啓発活動を行いました。本年度は、11月24日（火）に鏡浦地区で実施しました。

また、ひだまりフェスタでの啓発活動や、SOSミニレターを各小、中学校に配布するなどの活動も行っています。

入選者 小学校の部

- 鳥羽小1年 世古怜央真
- 2年 森下実桜・山中魁人
- 4年 井村澪司 6年 木場瑞姫
- 菅島小5年 松村華怜
- 安楽島小5年 中村優
- 6年 植木大智・奥田光・片岡容子・亀川真代・小久保真希・柴山ほのか・城山萌里・中山早貴・野村祐奈・湊谷智帆
- 鏡浦小6年 杉原真海
- 加茂小6年 奥村真優・西井沙弥

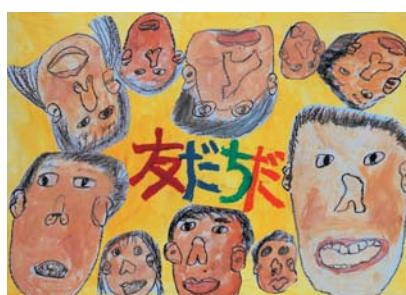
入選者 中学校の部

- 加茂中1年 廣川悠子・松本玲奈
- 3年 倉田芽美・田中麻里
- 答志中1年 中村笑香・橋本まこ
- 鳥羽東中2年 宇仁田舞歩・角谷萌々果・村上ひかる
- 長岡中3年 亀川実可子

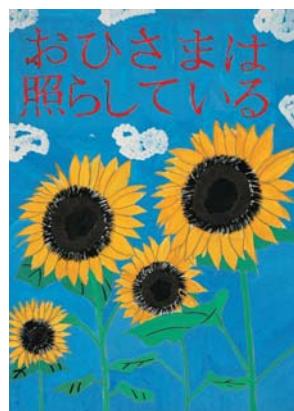
一人ひとりに人権について考えてもらうために、市内の小中学生から人権作品を募集しました。

12月10日（木）まで鳥羽ショッピングプラザハロー2階・催事場で、今年度出展された作品を展示しています。

人権作品展入賞者発表



千草壮史
(鳥羽小2)



山下琴巳
(答志中3)



花々がお迎えします！

本年7月、世界新体操選手権鳥羽市市民応援団のみなさんが、市民体育館の前に花壇を造り、9月に開催された「第29回世界新体操選手権」では、マリーゴールド、サルビアなどきれいに咲いた花々が、多くの選手団を和ませました。

この花壇は、財伊勢志摩国立公園協会のゴルファー緑化協力金により造られたもので、現在も、鳥羽市婦人会連絡協議会が中心となり植栽を行っています。

今後も、美しい花々が体育館を訪れた人々をお迎えしてくれることでしょう。

まちの話題 18号



菅島灯台が近代化産業遺産登録

灯台記念日の11月1日、菅島灯台が一般公開され、近代化産業遺産登録を記念した式典が行われました。

菅島灯台は、レンガ造りの洋式灯台としては国内最古のもので、昨年、経済産業省から近代化産業遺産に登録され、この日は、登録を記念したプレートの除幕式が行われました。

また、菅島灯台を描いた絵画コンテストの表彰式も行われました。



「国土交通大臣杯全国・離島交流ゲートボール親善大会」が、10月23日～25日、答志島の答志小学校などで行われました。

離島地域の振興とゲートボール愛好者の交流を目的に、全国の離島を会場として1年おきに開かれているこの大会は、今年で21回目を迎え、北は北海道、西は長崎まで計80チーム、約450人が参加しました。

25日には決勝トーナメントがあり、レベルの高いプレーに観衆からもどよめきの声が上がりました。また、予選で敗退したチームは交流試合を行い、参加者同士の親睦を深めました。



シンガポールで開かれる女子ラグビーワールドカップ2010アジア予選に、日本代表選手として出場する神島町出身の山本さやかさんが、10月28日、市役所を訪れ、市長に出場の報告をしました。

山本さんは、大学在学中に、知人に勧められてラグビーを始めましたが、それぞれの持ち場で個性を生かせるところに魅せられ、現在も社会人クラブ「名古屋レディース」で活躍しています。

市長から、「市全体で応援したい。けがのないように頑張って」と激励を受けた山本さんは、「大会では、自分から前に出て、相手を止める役割をきっちり果たしたい」と力強く抱負を語りました。

がいええぞ！ゲートボール!!

小さな体に大きな闘志を燃やして

最近、「森は海の恋人」といふ言葉が聞かれます。海を守るために森に木を植える行事も行われるようになります。自然林と人工林が混在する中で、自然林が海の環境のためには最も良いと思います。しかし、日本の国においては、人工林が広大な面積を占めており、その存在を無視することはできません。

今から50～60年前、植林さ

このことは、大雨による被害を増大し、森に生息する動物たちをも苦しい状況に追い込んでいます。

間伐を行つて、光が地面まで届くようにし、ほかの草木が生えるようになると、生産される木も良質となります。さらには、海に対する好影響も期待できるのではないで

が復活し、また花粉症に悪い種類の木を順次減らし、森の環境を改善することができるのではないか。それが海の環境改善や持続可能な漁業に結びつけることができる、良いことばかりのようだ。わたしは思うのですが、みなさんはいかが考えられるでしょうか。

先日 かもめホールにおいて、「森里海連環——神々のふるさとにて」というシンポジウムが鳥羽磯部漁協主催で開かれました。

これは、森も里も海もお互
いに関連していく、それぞれの環境を良くするには、独自の取り組みだけでは解決できないという考え方の下、行われたもののです。

木田市長の



vol.51

「森も里も海も」
みんなつながっている

このような森の手入れをしつかりしてもらうためには、林業として成り立つよう採算が取れなくてはなりません。日本の国は、工業製品の輸出を確保するために、国内で十分生産できる米や材木まで、安い輸入品と競争させるることにより衰退させてきたこと

特に材木については、伐採してしまって熱帯林などは再生しないということを理由にして、輸入を制限することによって、国内産の材木を優先して使用すべきではないかと思います。

最近の建築家屋に占める材木の割合は、減少してきており、国産材を使用することの価格への影響は、小さいものと思われます。

人権・意識・脳細胞(2)
今日は、人権意識と密接
関係がある脳細胞について
お話をします。

人権文化の 花を咲かせよう

Vol 89

授)は、その著書『自分の脳を自分で育てる』の中で、「神経細胞の数は、だいたい千数百億個もあつて、神経細胞の一つ一つからは、いくつも神経線維が出ています。この神経線維は、神経細胞からの情報を運ぶ“生きた電線”です。この電線が複雑に組み合わさつて、脳のネットワークをつくりっています。実は、脳の働きとは、神経線維という電線でつながった、た

さらに、「何度も何度も学習をして、脳を活発に働かせる」とことによつて、細胞と細胞の間に情報を流すいちばん近い道筋ができる、「さらに学習を繰り返すことで、道筋が太くてしつかりした高速道路になる」、「脳の細胞と細胞をつなぐ高速道路をたくさん作ることが、よい脳をつくることになる」とも、言つています。人権意識を少しでも高めるために、いろいろなことを積極的に学習し、繰り返し実践したいと思います。

くさんの神経細胞の働きなのです。
実際、みなさんの脳の神経線維には、神経細胞から発生した弱い電気が流れています。そして、神経線維から流れてきた電流が、次の神経細胞に伝わる場所をシナプスといいます。ここでは、次の神経細胞に、直接電流が流れていくわけではありません。神経伝達物質とよばれる、さまざまな化学物質の力を借りて、電流の情報を伝えます。」と言っています。

A red poinsettia flower with green leaves.



台風 18 号の通過によって姿を現した石垣



石垣は、青いシートで覆われた部分です



鳥羽城絵図（図書館蔵）の中の丸で囲んだ部分が確認されました

10月の台風18号は、市内各地に大きな被害をもたらしました。鳥羽城跡でも、木がたくさん倒れたり、一部の石垣が崩れました。

新たな鳥羽城の石垣が現れた!!

しかし、実はこの台風により、旧鳥羽幼稚園跡の裏手の斜面に立派な石垣が姿を現しました。

石垣は、乱積みで、旧鳥羽小学校運動場や、旧幼稚園跡の石垣と同様の積み方になっています。角部には、算木積（さんぎづみ）と呼ばれる手法

現在、城山には、多くの樹木が生い茂っているため、実は石垣が残っていても、分からなくなっている可能性があります。

明治の廃城以後、ほとんど無くなってしまったとされている城の石垣ですが、今後、城山の草木伐採作業を実施した後に、残存している石垣がほかにないか調査を行う予定です。

鳥羽のお宝 再発見!



vol.17

教育委員会生涯学習課
㉕1268

もみられ、鳥羽城があつた時代から残る石垣であることは明らかです。

この石垣は、鳥羽城の絵図でも描かれていて、少なくとも、板倉氏が藩主の時代にまでさかのぼると考えられます。さらに、城山公園側に向かって残っている可能性もあります。

喜劇・悲劇だけでなく、あらゆるジャンルがあることはもちろんですが、その中で、女性の立場や行動が時代によって変化していることが、しっかりと描かれているものもあります。

映画はさまざまな人生や事柄を反映し、その時代さえも映し出すことが可能であると思います。

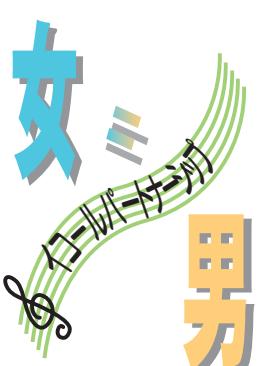
わたし自身、時間の許す限り映画を鑑賞し、その映像の美しさや音楽を楽しむ時間を持つようにしています。

映画を見る際、人はどこかで自分自身と重ね合わせ、そこから感動するのではないかと感じます。

映画を見る際、人はどこかで自分自身と重ね合わせ、そこから感動するのではないかと感じます。



また、生き難い環境の中、女性の勇気ある行動が表されたものなど、移り行く時代の中、女性の姿を描いた作品がたくさんあり、しっかりと感じる作品もありました。映画という身近な題材から、その時代の社会背景などを考慮しつつ、女性の生きざまだけではなく、例えば育児の方法など彼女たちに関わるさまざまなものから、男女が共に生きるヒントとして、今までと違った視点で映画を見てみると、また一味違った面白さが味わえるかもしれません。



映画の中の 男女共同参画

vol.99

市民課人権・生活係
㉕1126

はばたけ 鳥羽 人

Vol. 9



女子1000mで県小学生新記録のタイムを樹立した

濱口 かこ
佳子さん
(桃取町)

走り終わったときの気分は最高!

長距離走を始めてから半年余りでめきめき力をつけ、大会ごとにタイムを更新してきました佳子さん（桃取小6年）。女子1000mで、7月には県内歴代5位、10月に開かれた第14回県小学生クラブ対抗選手権大会では、3分10秒優勝に輝きました。

長距離走を始めたきっかけは？
5年生のとき、校内マラソン大会で優勝したのがきっかけです。先生に勧められて、6年生から始めた。それまでは、マラソンが嫌いで泣いたこともあつたけど、今は、

走るのがすごく楽しいです。
どんな練習をしたのですか？
毎日、学校で朝と放課後に2キロずつ走り込んで、家に帰つてからもコースを決めて町内を2キロぐらい走りました。

いいタイムが出せたのは、なぜだと思いますか？
毎日、タイムを測つて、本番のペースをつかむ練習を一生懸命指導してくれた先生と、自主トレのとき、自転車と一緒に走つてくれたおかさんのおかげかな。

これから の目標は？

来年2月にある「美し国三重市町対抗駅伝」に出て、区間新記録をねらいたいです。

Close-up

クローズアップ

あなたも登場してください。

【連絡先】総務課広報情報係 ☎ 1114

「はばたけ鳥羽人」では、地域で活躍されているかたを、「フレーフレーとばっ子」では、市内のスポーツ少年団で頑張っているこどもたちを紹介します。

フレーとばっ子

Vol.9

菅島野球スポーツ少年団は、1990年（平成2年）にスポーツ少年団として登録されました。

現在、男14人、女3人の計17人が所属しており、火曜・木曜・土曜日の週3回、午後6時半から菅島小学校でナイター練習を行っています。

先月、鳥羽志摩地区の代表としてマクドナルドカップ三重県大会への出場を果たしたばかりで、グランドではいつも大きな掛け声が飛び交っています。

監督の木下晃さんは、「離島なので同級生が少ない。しかし、少ないからこそ、協力したり、助け合ったりすることが大事になってくる。大人になってからも助け合いの精神を忘れないでほしい」と語ってくれました。

12月いっぽいで卒団することになる、団で唯一の6年生小寺良輝くん（小6）は、「寂しいけど、やり残したことはありません。残りわずかな団生活もチームメートと一緒に精一杯頑張ります」と力強く語ってくれました。



助け合いの精神

菅島野球スポーツ少年団

や
あ
ん
ち
や
ま
え
つ
こ


魚が大好きです。



パパ似のあてんば娘です！



元気な桃取っ子にな～あ～れ!!

山下 弘真 ちゃん

平成20年10月26日生まれ（答志町）

山村 海美 ちゃん

平成20年10月13日生まれ（坂手町）

刀根 佳凜 ちゃん

平成20年10月8日生まれ（桃取町）

ただ今、わんぱく盛りの
有馬です！

北川 有馬 ちゃん

平成20年11月18日生まれ（畔蛸町）

元気いっぱいのともくん♡
これからもスクスク育ってね!!

井上 知樹 ちゃん

平成20年11月10日生まれ（一丁目）

男の子に間違われるけど
仲良し姉妹です♡

北村 侑静 ちゃん

平成20年10月26日生まれ（高丘町）

満1歳になる元気なあ子さんの写真（デジカメ画像も可）に20文字以内のコメントを添えて、誕生日までに広報情報係へお送りください。

 広報
芸文

短歌

◆檜山 信道 選

きぞの夜のいなさの返しに潮けだつ

内海にたつ淡き朝虹

二丁目 三浦 京子

【選歌小見】
朝虹に焦点をあてうまく一首をまとめあげている

逝きしより十年余を経ておもかげもいつしか写真の顔に定まる

大明西町 吉川 溪子

十五夜の光あまねし恙なく積みだんご捧げ今年も拝みぬ

坂手町 今井みね子

萩すすきおはぎ供へし幼なき日思ひつ仰ぐ十五夜の月

坂手町 野村 美鶴

朝毎に見るコスモスの赤々と咲きて嬉しも百円の花

若杉町 久田 シマ

雨長し何時から咲きしか朝顔の萎みし花は庭に落ちたり

坂手町 田中 静

松ぼっくりあちらこちらに落ちるるを松のお山と子らは集めぬ

大明東町 谷下 洋子

パン。パンと音の聞こゆる火をとめて二階へ上がる見事な花火

安楽島町 藤田 幸子

薄明けのホテルの窓に小船ゆく漁場へ急ぐか波の輪のこし

大明西町 林 善子

暮らしの情報

12月1日～



お知らせ

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、総務課広報情報係まで。

いても中止とさせていただきます。支給対象者のみなさまをはじめ、多くのかたがたに大変ご迷惑をおかけしましたことを、心よりお詫び申しあげます。

本市出身のかたは対象になりますので、ぜひ出席してください。

なお、今年度から案内状はお送りしませんので、ご注意ください。

とき 平成22年1月10日(日)午前10時～11時(午前9時30分から受付)

ところ 市民文化会館・大ホール

※会場周辺の駐車場が狭いので、車での来場はご遠慮ください。

新型インフルエンザワクチン接種開始時期の一部変更について

保健センター

■ ⑤1146

新型インフルエンザワクチン接種開始時期が一部変更となりました。1歳から小学校3年生までの児童に伴い、11月16日から接種ができることとなりました。

子育て応援特別手当(平成21年度版)の執行停止について

健康福祉課子育て支援室
(保健福祉センターひだまり)

■ ⑤1184

子育て応援特別手当(平成21年度版)は、平成21年4月10日に決定された「国の経済危機対策」の一環として、支給が予定されていましたが、このたび、10月16日の閣議において、手当の支給執行停止が決定されました。

本市では、12月上旬より申請の受付を開始する予定でしたが、この発表を受け、手当の支給を中止することとなりました。

また、10月1日から申請の受け付けを行つておりましたDV(配偶者からの暴力)被害者の事前申請についても、生まれたかたです。

成人式のご案内

教育委員会生涯学習課

■ ⑤1268

市では、平成22年1月10日(日)に成人式を行います。

新成人になられるかたは、平成元年4月2日から平成2年4月1日までに生まれたかたです。

農業委員会からのお知らせ

農業委員会
■ ⑤1231

農地の転用は必ず届け出を



健康福祉課生活支援係

■ ⑤1181

離職しているかたで、住宅が無いかた、または、住宅を失う恐れがあるかたに対し、次のとおり住宅手当を支給します。

対象 次の条件をすべて満たすかた

- ・2年以内に離職した
- ・離職前に、賃金を得て世帯の生計を維持していた

・就労能力と意欲があり、公共職業安定所へ求職申し込みを行う意思がある

・住宅が無い、または失う恐れがある

・国や県が実施する類似の貸し付けます。

農地法に定める農地の移動などの届け出については、その月の18日までに提出していただきますと、翌月の農業委員会で審議することができます。

なお、18日が土曜・日曜日、祝日の場合は、その前の日の平日となります。

12/1

information



井面 レナ(メス 6歳)

バドミントン愛好者の増加に伴い、これまでの一般開放に加え、新たに土曜日の夜間(午後6時～9時)をバドミントンの一般開放日とすることになりました。

ただし、事前に予約すれば、ほかの競技の専用使用も可能です。

また、大会や行事などで一般開放が中止になる場合もありますので、一般開放として利用される場合は、利用される当日、電話で体育館へ確認してください。

ツツガムシにご注意ください

（保健センター）
■ 621-5（市民体育館）
・ダニの忌避剤を使用する。
・直接地面に寝転んだりしない。
・作業中などに脱いだ上着やタオルなどを草の上に放置しない。

野山から帰ってきたら

- ・着ていった衣類は、できるだけ部屋の中に持ち込まないこと、早めに洗濯する。
- ・早めに入浴し、よく体を洗うこと。
- 特に、皮膚のやわらかいところは念入りに洗う。
- ・発熱などの症状が出た場合、早めに医療機関で受診しましょう。

ツツガムシとはダニの一種で、山や畑、河川敷などに生息しています。このダニの中には、まれに病原体を持つものがいて、刺されると5～14日の潜伏期間をおいて、発熱や頭痛、体のだるさ、発疹などが見られます。また、刺された後に1mm程度の潰瘍ができます。これを「ツツガムシ病」とい、症状は風邪に似ているのですが、治療が遅れると重症化する場合もあります。秋から初冬にも発生しますので、注意してください。

（健康福祉課健康係）
■ 114-6
・長袖の上着、長ズボン、長靴、手袋などを着用する。

小規模企業共済制度のご案内



独立行政法人中小企業基盤整備機構

■ 03-15470-1690

小規模企業共済制度は、個人事業主または会社などの役員のかたが事業をやめられたり退職された場合に、生活の安定や事業の再建を図るための資金をあらかじめ準備してお

く国がつくった小規模企業の経営者のための退職金制度です。この制度では、掛金は全額所得控除の対象となります。また、受け取

（市民体育館）
市運動施設指定管理者
■ 621-5（市民体育館）
・バドミントン愛好者の増加に伴い、これまでの一般開放に加え、新たに土曜日の夜間(午後6時～9時)をバドミントンの一般開放日とすることになりました。

野山に入るときの注意

- ・長袖の上着、長ズボン、長靴、手袋などを着用する。
- ・ダニの忌避剤を使用する。
- ・直接地面に寝転んだりしない。
- ・作業中などに脱いだ上着やタオルなどを草の上に放置しない。

年金などの雑所得扱いとなります。内容の問い合わせと加入申し込みは、商工会・商工会議所・青色申告会・金融機関の本支店の窓口で取り扱っています。

募集

平成22年度 放課後児童クラブ入所児童

（保健福祉課子育て支援室）
■ 118-4
・たんぽぽ

放課後児童クラブの「たんぽぽ」と「エンゼル・クラブ」では、平成22年度入所児童の申し込みを受け付けます。

放課後児童クラブは、昼間、仕事などで保護者が家庭にいない小学校低学年の児童を対象に、放課後や夏・冬・春休みに、家庭と連携をとりながら、指導員が中心となって、遊びやいろいろな活動を通して、児童の健全育成を図ります。

定員を超えた場合には、受入体制などにより入所できないこともありますので、ご了承ください。

申込方法 所定の申込書で、健康福祉課子育て支援室（保健福祉センターひだまり2階）へ申し込んでください。（申込書は、各放課後児童クラブか健康福祉課子育て支援室で配付）

受付期間・時間 12月1日(火)～18日(金)午前8時30分～午後5時15分（土曜・日曜日を除く）

利用料金など 利用料、保険料、登録料を負担していただきます。

また、教材費などを一部負担していただこともあります。

移送サービス 平日学校終業後、加茂小学校区からエンゼル・クラブへの移送サービスを行っています。

くわしくは、健康福祉課子育て支援室へ問い合わせてください。

放課後児童クラブの名称など

名称	たんぽぽ	エンゼル・クラブ
定員	40人	40人
所在地	安楽島小学校敷地内	鳥羽小学校敷地内
連絡先	■ 3075	■ 1661

※たんぽぽについては、平成21年度まで、武道館裏の専用施設で活動しています。

12/1

information

ヘルスケア栄養教室(脱メタボ)

(健康福祉課健康係)

■②1146

保健センター

対象 乳幼児子育て中の保護者のかた(託児を希望されるかたは応募のときに申し込んでください)

講師 出口綾乃さん(アレンジフラワーインストラクター)

材料費 1,000円

募集人員 10人

申込・問合せ 子育て支援センターへ。

市では、メタボリックシンドrome予防のための栄養教室を行います。健康づくりのきっかけに参加してみませんか。

12月14日(月)

午前9時30分～午後1時

ところ 保健福祉センターひだまり2階・クッキングルーム

内容 講義・調理実習など

※希望者には、教室終了後個別相談を行います。

持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル

募集人員 8人(先着順)
申込期限 12月7日(月)

申込先 健康福祉課健康係へ。

アレンジフラワー講座

子育て支援センター

■②7221

子育て支援センターでは、ほつとしました時間を過ごしていただこうと「アレンジフラワー講座」を開催します。クリスマス用にもお正月用にも変わります。ぜひ参加してください。

とき 12月21日(月)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」

第四管区海上保安本部環境防災課
■②052-1661-1611

第四管区海上保安本部では、本年度実施した第10回「未来に残そう美しい海・图画コンクール」の東海地区での受賞作品15点を掲載した2010年のカレンダーを、希望者100人に抽選でプレゼントします。

応募期限 12月22日(火)必着

応募方法 ハガキなどに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、カレンダー希望を記入の上、郵送で応募してください。

※カレンダーの発送をもつて当選発表とさせていただきます。

応募先 第四管区海上保安本部環境防災課「图画コンクールカレンダー」(〒455-8528名古屋市港区入船2丁目3番12号)

国民年金

こくみんねんきん

シリーズ

国民のみなさまの信頼に応え、一層のサービス向上の実現を目指し、社会保険庁は組織・人員を一新し、「日本年金機構」として生まれ変わります。

これに伴い、社会保険事務所は、新たに「年金事務所」と名称が変わりますが、年金相談などの窓口として引き続きご利用いただけます。

また、「年金事務所」は、現在ある社会保険事務所の建物をそのまま使用しますので、所在地に変更はありません。

日本年金機構の設立に伴い、これまで社会保険庁や社会保険事務所の名義でご案内していた各種の関係書類は、内容により、今後は厚生労働省または日本年金機構の名義でご案内させていただくことになります。ただし、内容により、何らかの手続をしていただくことは一切ありませんので、ご安心ください。

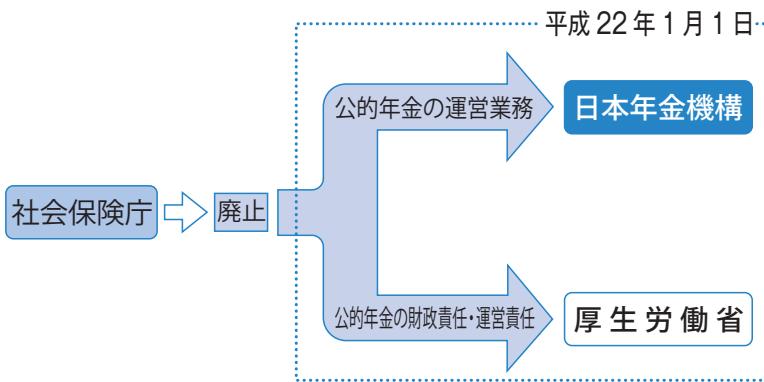
日本年金機構は、社会保険庁から公的年金の運営業務を引き継いで行

vol. 3

「日本年金機構」が
来年1月1日からスタートします!

市民課保険年金係

■②1128



うこととなります。公的年金制度は、国の制度として、その財政や運営に国が引き続き責任をもつことにについては、これまでと変わりません。

library news

図書館
だより



新刊情報

一般書	
『戦国武将の城跡』	『飛田和緒のなべ』
『食わせろ！県民メシ』	『チツチと子』
『医療費と保険が一番わかる』	『男子家事』
『ロード&ゴー』	『ロード&ゴー』
ほか	ほか
『児童書』	『海は生きている』
『おねえちゃんは、どこ？』	『ガツン！』
『万タ力ナダイボウケン』	『はじめての日々』
『おねえちゃんは、どこ？』	『万タ力ナダイボウケン』
『ピヨピヨもりのゆうえんち』	『おねえちゃんは、どこ？』
ほか	ほか

☆特別休館のお知らせ	絵画講座展覧会を開催します
とき	とき
11月30日(月)～12月7日(月)まで	12月8日(火)～23日(水)
点検のため臨時休館します。	点検のため臨時休館します。
4日(月)まで休館し、新年は、1月5日(火)から開館します。	年末年始は、12月28日(月)から1月4日(月)まで休館し、新年は、1月5日(火)から開館します。

12月 図書館カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
		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	31		

市立図書館 ☎ 4555

1月 図書館カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
					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
31						

お知らせ

木・金曜日は午後7時まで開館しています。
休館日は、月曜日(祝日の場合は開館)・第2水曜日です。(12月の第2水曜日は開館)

休館日

○絵本と紙芝居の会	12月13日(日)午前10時30分～
○絵本・紙芝居は、『マドレーヌのクリスマス』ほか3冊。	12月26日(土)午前10時30分～
○絵本・紙芝居は、『ねずみのすもう』	12月26日(土)午前10時30分～
○赤ちゃん絵本の会	12月18日(金)午前10時30分～
○絵本は、『バナナです』など。	12月20日(日)午前11時～
○ブックトーク	12月20日(日)午前11時～
○ストーリーテリング勉強会	12月25日(金)午前10時30分～
○冬休みおはなし会	おはなしは、『干支のはじまり』など。
○ブックスタート	12月9日(水)午前9時～
○ oriがみ教室参加者募集	12月15日(火)午前10時～
○募集人員	12月12日(土)午前10時～
○持ち物	おりがみ、筆記用具など
○お知らせ	12月12日(土)午前10時～
○コミュニティ&トピックス	市内で行われたイベントなどの模様を、アイティービーのニュース映像を用いてお伝えします

行政チャンネルとば番組案内(ケーブルテレビ アイティービー) アナログ6ch デジタル123ch

制作番組「テレビ広報とば」

(番組時間約30分)

放送時間…午前6時、8時、10時、正午、午後2時、4時、6時、8時、10時～



議会録画放送

(平成21年第4回定例会)

放送時間…午後1時10分～午後7時10分～



12月4日(金)	定例市議会開会
12月9日(水)、10日(木)、11日(金)	一般質問
12月12日(土)	質疑
12月24日(木)	閉会
12月25日(金)	定例市議会開会(再放送)
12月26日(土)、27日(日)、28日(月)	一般質問(再放送)
12月29日(火)	質疑(再放送)
12月30日(水)	閉会(再放送)

鳥羽健康づくり体操

放送時間…午前7時～、午後1時～、7時～



上記の番組放送以外の時間は文字情報放送を繰り返し放送します。また議会日程および放送内容やタイトルを変更する場合がありますのでご了承ください。

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アイティービー ☎ 0120-270-089にお問い合わせください。

すこやかに とほつこげんきっこ

vol.42

AK 絵



インフルエンザは、一人ひとりが予防し、自分自身を守ることが大切です。こまめな手洗い・うがいを心掛け、人混みをなるべく避けてください。また、バランス良く栄養を摂取すること、十分な睡眠をとることも重要です。

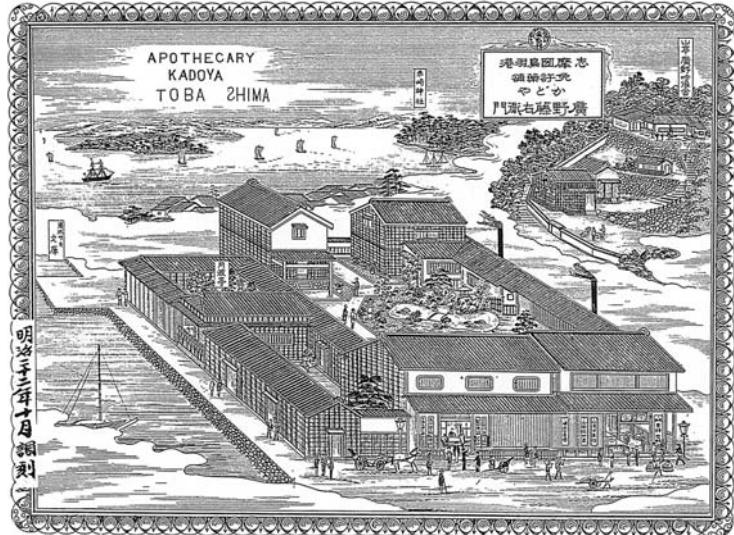


編集と発行

総務課広報情報係

〒517-0011 烏羽市鳥羽三丁目1-1 ☎0599-25-1114
ホームページhttp://www.city.toba.mie.jp/
Eメール koho@city.toba.mie.jp

資源保護のために再生紙を
使用しています。



明治の幻燈機

内蔵に「幻燈（げんとう）」と墨書きされた木箱があります。中にはブリキ製で、赤く塗られたランプを光源にした幻燈機が入っています。当時使ったスライドに当たる「ガラスの画版」も残っています。これが大変貴重で、明治天皇をはじめとする当時の大臣写真11枚、大阪景色13枚、東京景色12枚、西京景色13枚、美人13枚、清朝人9枚、五港三景などがあります。明治時代の各地の姿や、西郷隆盛の数少ない写真像も含まれています。

東京農大に在学していた九代目藤右衛門（寛）が使ったものと思われます。



幻燈機と木箱



スライドに当たるガラスの画版

Vol.42

江戸時代には「大庄屋」も務め、鳥羽随一の資産家といわれた広野家。平成16年に市に寄贈された広野邸から、さまざまな鳥羽の昔の姿が見えてきます。

編集後記 伐採のあと?



高島 城山公園周辺の草木伐採作業が始まりましたね。角谷 うん。鳥羽城の壮大な石垣が現れて、なかなか迫力あるよなあ。高島 それにしても、こんな近くに、こんなすごいものが。木村 あつたんやなあ。木や草が生い茂つとつたから、今まで気付かんかつたわ。角谷 そうですね。歴史ある城山の魅力がこれでまたひとつ増えそうですね。木村 木村もです。これから作業の進行が楽しみですね！高島 あ、そういえば、こんないいだ散髪しに行つたら、後頭部にハゲが出現してな……。高島 木村、あ、そういえば、こんないいだ散髪しに行つたら、後頭部にハゲが出現してな……。

編集後記