

浦村かきの初出荷!  
今年もプリプリの  
おいしい牡蠣がとれました!



地域で共に生きるために④  
地域で活躍している  
みなさんを紹介します

暮らしの情報 22  
生活カレシダー 28

2

行政情報やイベント情報など!  
鳥羽市ホームページ

旬な情報を発信!  
フェイスブック

広報とばをスマホで!  
マイロ(アヤリ)



広報とば



# 地域で活躍している みなさんを紹介します

前回のシリーズ③ではまちのことをみんなで考える「まちトーク」についてお伝えしました。

今回は鳥羽で活躍している団体についてお伝えします。

健康福祉課生活支援係 **1181**

鳥羽市内には、地域で活躍している団体がたくさんあります。

今回はその中でも、今浦朝市を開催している「麻生の浦会」、安楽島町でさまざまなイベントを開催している「どーどい」、桃取町でお笑い劇場や地域食堂を開催している「桃の種」の3つの団体を紹介します。

3つの団体のみなさんは、始まりも仲間も取り組んでいる場所もそれぞれ異なります。しかし、それぞれの取り組みは自分自身や地域のためになっています。自分たちのしたいことが、巡りめぐつて、地域のためになることがあります。

何かに取り組みたいと思っているかたはぜひ始めてみましょう。きっかけは何でもいいのです。たくさんの楽しいことがあれば、地域は元気になります。一緒に地域を元気にしていきましょう。その取り組みこそが、地域共生の第一歩です。



麻生の浦会代表の  
小林一美さん

**団体ができあがつかけ**  
さつば漁港の大会がなくなってから、子どもたちに何が残せるかを仲間で話し合いました。「朝市を始めてみよう」と地域を活性させたい気持ちで立ち上げました。

**団体のメンバーについて**  
地元の女性を中心に発起しました。また、さつば漁港のメンバーや改善グループに声をかけたらメンバー全員が参加してくれて、年齢層は20代と幅広くなりました。改善グループのお母さんた

代表の小林一美さんにお話を伺いました。

## 取り組みから得られたこと

## これからしていきたいこと

ちがいたからこそ麻生の浦会が結成できたと思います。  
今、取り組んでいること

第3回曜日に朝市を開催しています。地元のかたから観光客のかたまで多くのかたが買い物に来てくれています。ほかの朝市のかたにも売りに来てもうなど、わたしたちだけではなく、いろんなかたに参加してもらっています。

みんなが朝市に行かないといけないと、思って活動しているので、参加しているかたは元気になっていると思います。それをわたしたちが受け継いでいくことが役割だと考

## 麻生の浦会



ちがいたからこそ麻生の浦会が結成できたと思います。  
これからしていきたいこと

まだまだたくさんやりたいことがあります！

これからは一人暮らしのことも増えると思うので、そのようなかたにご飯を提供して助け合いができる仲間がいることもうれしいです。

みんなが朝市に行かないといけないと、思って活動しているので、参加しているかたは元気になっていると思います。とにかく人が集まってくれる、防災にもつながる、地域が元気になる。それが一



今浦朝市の様子

番です。  
みんなが朝市に行かないといけないと、思って活動しているので、参加しているかたは元気になっていると思います。それをわたしたちが受け継いでいくことが役割だと考

## 市民のみなさんへメッセージ

思ひ立つたらやる！やりたければやつたらいい！

そのためには、とにかくやってみたりといいます。やってみたいといつ気持ちをずっと持ち続けるよりも、やつてみたい気持ちを実現させたほうが楽しいし、気持ちいいですよ！



「じーじー」と「ーークシニ」を開いたことがきっかけです。『じーじー』とは、安楽島の方言で「どうやー、大丈夫かー」というあいさつがわりになる意味を持つ言葉です。

### 団体メンバーについて

40~70代が中心です。安楽島を好きなかたがたが集まっています。学生さんや主婦など誰でも参加できます。気軽に顔を出してみてください♪

### 今、取り組んでいること

「寄り合い」を続けることです。毎月15日午後7時~9時まで安楽島公民館に集まり、現在・過去・未来の安楽島について話をしています。

「〇〇でこんなことがあつた!」「〇〇をしたいけど、どうしたら?」などゆるい感じで話をしています。

共同代表の小林拓樹さんに  
お話を伺いました。

取り組みをして得られたこと  
普段話をする機会がないか  
たがたと話ができます。話し  
合いの中から生まれた「納  
涼・流しそうめん大会」「昔・  
安楽島写真展」などは地域の  
みなさんには喜んでもらいました。



## 納涼・流しそうめん大会の様子

地域での役割やできる」と  
この団体の設立目的「地域  
にある団体を数珠のようにつ  
なげていく」が役割だと思つ  
ています。

12月15日(日)の午後3時ごろから安樂島保育所跡地で「たき火」をします。みんなでたき火を囲んでワイワイガヤガヤします。

これから「いきたい」と  
やりたいことばかりです。  
町民運動会、保育所跡地利用  
などたくさんあります。

現在のメンバーは、20～60代の男女29人です。職業は、漁師や主婦などさまざまです。老若男女が思ったことを遠慮なしに言い合える心の通った楽しい仲間です。

平成8年、若者の減少で神祭の日（2月11日）に行われる青団による「演芸会」が開催できなくなり、寂しくなった祭り日を憂う声が多く聞かれました。その声を受けて、平成15年に演芸会復活を目指す有志が集まつたのが始まりです。

事務局長の下村悦生さんにお話を伺いました。

取り組みをして得られたこととにかく、気心の知れた仲間が集まって楽しく話ができることが何よりです。そして、桃の島お笑い劇場を開催することでも町のみなさんに楽しんでもらうこと、Kitchen momo の参加者から感謝してもらえることも大きな喜びです。

【Kitchen momo】を開催します。  
窓口にて販売を行っていきます。



## 地域食堂 Kitchen momo の様子



## 桃の島お笑い劇場の様子

仲間と一緒に旅行がしたいところ  
んなが思っています。

## 地域での役割やできること

個人の力や少人数でできない  
ことがたくさんあります。幸いに  
桃の種には、長い取り組みの中  
で培ってきた信頼できる多くの  
仲間がいます。町内会などの団  
体も町には必要ですが、このく  
らいの人数で取り組んだ方が取

誰もが気兼ねなく「助けて…」と声を上げられるようなまちづくりに関わるたらいいなと思します。そして、ほかの地域よりも高齢化も人口減少も進んでいるまちですが、「やっぱりこのまちに住み続けてよかつた」とみんなが思えれば最高です。

今のところは、具体的に何も決まっていませんが、Kitchen momo の取り組みを継続させながら、今後の取り組みを考えていきます。それと

り組みやすうことわざると思します。これまでの桃の島お笑劇場や Kitchen momo のものがレベルの取り組みで、一つでも多くの地域の課題解消につなげられるといなと思います。**市民のみなさんへメッセージ** とにかく、嫌々やのむに、そして一部のかたの負担にならないよう楽しんで長く続けていきましょう！ そのうち、芽が出て、花を咲かせ、実をつけるに至ります。共に成長していく

# トバゴト

企画財政課企画経営室  
健康福祉課長寿介護係

☎ (25) 1101  
☎ (25) 1186

市では、市民のみなさん（とばびと）が、生涯いきいきと活躍できるまちづくりを推進するため「とばびと活躍プロジェクト」を進めています。本号では、市が株式会社いやしの心に委託して取り組む生活支援体制整備事業を紹介します。事業の一環として、生活支援コーディネーターの杉浦徹さんが情報共有サイト「トバゴト」でさまざまな視点から鳥羽の魅力やとばびとの活躍について紹介しており、今回はその内容を一部抜粋してお届けします。

また、広報とば令和2年1月号より「トバゴト」をコラム形式で隔月連載します。一緒に鳥羽について考えてみませんか。

当たり前になつて いる  
鳥羽の日常こそがタカラモノ。



鳥羽市(第1層)生活支援コーディネーターの活動。

## 「トバ」の未来の「コト」を考えるきっかけに。

トバゴトは、鳥羽市の少しだけ先の「未来」を一緒に考えていく情報共有サイト（場所）です。鳥羽のひと（とばびと）からすれば、「トバ」での当たり前の日常も、角度を変えて見てみると、魅力的なタカラモノ（地域資源）だつたと気付くことがあります。ただ、それらは、目を向ければ、消えてしまう「コト」も少なくない。だからこそ、鳥羽市が目指す「地域共生社会」に向けて、みんなでそのタカラモノを共有していく手段にトバゴトがなればいいなと思っています。

今回は、今までに書き溜めてきたトバゴト記事の中から、ひとつだけ、広報とば載せてお届けします。



トバゴト作成者：杉浦 徹

生活支援コーディネーター / 理学療法士

- ・株式会社いやしの心
- ・マルドット

# 近隣に食料品店が少ないと、

## 死亡リスク・認知症リスクが増加しやすい？

キーワード： #地域共生社会 #まちの食料品店 #買い物支える #わたし一人からできること

近隣にある食料品店が、死亡・認知症になるリスクを予防している可能性がある。

生活する地域に食料品を貰えるお店がある。これは、その地域にとつて重要なタカラモノ（社会資源）です。もちろん、お店がなく、商品が買えなければ「不便だ！」と思うことは当然です。しかし、これだけでは済まない可能性があるのです。実は、最近の研究で、高齢者宅の近隣にある「野菜や果物が手に

入る食料品店の数」と「死亡リスク<sup>\*1</sup>・認知症リスク<sup>\*2</sup>の関係が調査されました。その結果、近隣に食料品店が少ないと、死亡・認知症リスクが増加しやすい傾向にあつたそうです。つまり、地域にあるお店は、生活の不便性を解決するだけではなく、健康問題との関係もあつたのです。

### 地域のお店で買い物をする。 それこそが、わたし一人からできる活動。

では、誰がどのように何をすれば良いのか。  
「まちのことなんだから、鳥羽市が何とかすべき！」とまず思うかもしれません。でも、それだけでは足りません。わたしたち一人からできる行動が大切です。例えば、その地域で暮らす住民が、そのお店で商品を買い、買い物をする。これが、お店の存続に

つながり、地域の利便性につながる。めぐり巡って、自分自身の健康にもつながる。地域、鳥羽のタカラモノとして残っていきます。大切なことは、いつも「他人ごとではなく、自分ごと」と思ふことです。

\*トバゴト「近隣に食料品店が少ないと、死亡リスクが増加しやすい？」  
<https://tobagoto.com/neighborhood-food/> もり一部引用

トバゴト

検索！

<https://tobagoto.com>

最新の記事はここに。

トバゴトQRコード



Facebook

Instagram

### 参考文献

※ 1 Tani Y, Suzuki N, Fujiwara T, Hanazato M, Kondo N, Miyaguni Y, Kondo K. Neighborhood food environment and mortality among older Japanese adults: results from the JAGES cohort study. Int J Behav Nutr Phys Act, vol.15, 101 (2018)

※ 2 Tani Y, Suzuki N, Fujiwara T, Hanazato M, Kondo N, K. Neighborhood Food Environment and Dementia Incidence: the Japan Gerontological Evaluation Study Cohort Survey. Am J Prev Med, vol.56(3), 383-392 (2019)

11月5日より

## 住民票・印鑑登録証明書・マイナンバーカードに 旧姓(旧氏)が併記できるようになります

市民課戸籍係  (25) 1127



婚姻などで姓（氏）に変更があつた場合でも、これまで称してきた姓（氏）をマイナンバーカードなどに併記し、証明することができるようになるため、旧姓（旧氏）を契約などの場面で活用することができます。や、就職や職場などでの身分証明とすることができます。

社会活動において旧姓を使  
用しながら活動するかたが増  
加している中、旧姓が併記さ  
れることで、さもやまな活動  
の場面で旧姓を証明すること  
ができます。

11月5日より、申請手続きをすることで、住民票・印鑑登録証明書・マイナンバーカードに旧姓（旧氏）を併記できるようになります。

住民票に旧姓が併記されると、印鑑登録証明書・マイナンバーカード・公的個人認証サービスの署名用電子証明書にも旧姓が併記されます。

## 旧姓(旧氏)併記とは?

## マイナンバーカードを新たに作成するかた



## マイナンバーカードをすでに持ちのかた



## 住民票の記載イメージ

氏名	番号 花子
旧姓	○○
住所	○○県△△市□□町 1 番地
所	ここに旧姓が入ります
前住所	○○県□□市◇◇町 200 番地

### 印鑑登録証明書の記載イメージ

印鑑	氏名	番号 花子
番号	旧氏	○○
	住所	△△市□□町○番○号
	生年 月日	昭和 ここに旧姓が入ります
	備考	

**旧姓(旧氏)の併記はこんなときに役立ちます**

## こんなときに!

保険・携帯電話の契約や銀行口座が  
旧姓のまま引き続き使えます!



## こんなときに!

就職・転職時など、仕事の場面でも  
旧姓で本人確認ができます!



# 旧姓(旧氏)を併記するためには、どうしたらいいの?

## STEP1

旧姓が記載された  
戸籍謄本などを用意しましょう

入手方法は2種類!

- ①本籍地の市町村に請求
- ②郵送で取り寄せる



用意ができたら  
提出しよう!



## STEP2

用意した戸籍謄本などと一緒に  
マイナンバーカード(通知カード)  
・印鑑・本人確認書類を持って  
窓口で手続きをしましょう

### Q 旧姓としては、どのようなものを併記できますか?

A 旧姓を初めて併記する場合には、本人の戸籍謄本などに記載されている過去の姓(氏)の中から1つを選んで併記することができます。(その際、マイナンバーカードまたは通知カードを併せて提出し、同時に併記する必要があります)なお、引っ越しでほかの市町村に転入した場合、住民票などに併記されている旧姓は引き継がれます。

### Q 住民票の写しの交付を受けるときに、併記されている旧姓を表示しないようにすることはできますか?

A 住民票では、旧姓は氏名と併せて公証されているものであることから、旧姓または氏の一方のみを表示することはできません。旧姓を併記するときは現在の氏と旧姓の両方が必ず表示されます。

### Q 旧姓を削除することはできますか?

A 必要がなくなった場合などには、旧姓を削除することが可能ですが、ただし、旧姓を削除した場合には、その後、氏が変更したときに限り、削除後に新たに生じた旧姓の中から1つを選んで再び併記することができます。

## マイナンバーカードの申請をお手伝いします

市民課窓口にて、マイナンバーカードの申請に必要な顔写真の撮影を無料で行っています。申請を希望するかたはぜひ利用してください。

### 申請に必要な持ち物

- マイナンバーカード交付申請書(通知カードとともにお送りしています)
- 本人確認書類(運転免許証などの顔写真付きの公的書類であれば1点、健康保険証などの顔写真無しの公的書類であれば2点)



### マイナンバーカードでできること

#### マイナンバーを証明する書類として

マイナンバーの提示が必要なさまざまな場面で、マイナンバーを証明する書類として利用できます。

また、マイナンバーの提示と本人確認が同時にできる唯一のカードです。

#### 本人確認の際の身分証明書として

運転免許証などと同様に、身分証明書として使えます。

【カードの有効期限】・20歳以上は10年、20歳未満は5年。

・外国人住民の場合は在留資格や在留期間によって異なります。

#### 各種行政手続きのオンライン申請に

- 電子証明書は、確定申告(e-Tax)などのオンライン手続きに利用できます。
- マイナポータル(政府が運営するオンラインサービス)で、行政機関などが保有するあなたの情報や行政機関同士があなたの個人情報を受け渡しした履歴を確認することができます。

※パソコンをお持ちでないかたも市民課窓口でマイナポータルにアクセスできる端末を利用していただけます。

### マイナンバーに関する問合せ

マイナンバー総合フリーダイヤル(☎ 0120-95-0178)へ問い合わせてください。

平日 午前9時30分～午後8時 土曜・日曜日、祝日 午前9時30分～午後5時30分(年末年始を除く)



# 市職員を募集します

令和2年度採用予定の市職員を募集します。

総務課人事係 ☎ 251113

## 1. 受験資格および職種・採用人員

- ①地方公務員法第16条（欠格条項）に該当しないかたで、採用時に鳥羽市に住所を有するかた。
- ②日本国籍を有しないかた（外国籍のかた）は、永住者または特別永住者の在留資格を有すること。  
なお、外国籍のかたは、採用後、公権力の行使または公の意思の形成への参画に携わる職には任用できません。
- ③表の職種ごとに定める受験資格に該当するかた。

職種	採用予定人数	受験資格
一般事務職	1人程度	昭和59年4月2日以降に生まれ、学校教育法に基づく高等学校卒業以上のかた、または、これに相当する学力を有するかた。（令和2年3月卒業見込みのかたを含む）
保育士	3人程度	昭和59年4月2日以降に生まれ、保育士および幼稚園教諭資格の両方を有するかた、または、令和2年3月までに資格取得見込みのかた。 ※採用後に幼稚園・保育所などの間で人事異動を行う場合があります。
技術職 (土木)	2人程度	昭和54年4月2日以降に生まれ、学校教育法に基づく高等学校卒業以上、もしくは、これに相当する学力を有し、専門科目を履修したかた。（令和2年3月卒業見込みのかたを含む） または、これに相当する学力を有し、民間企業などにおいて土木施工関係の実務経験を1年以上有し、2級土木施工管理技士以上の資格を有するかた。
技術職 (水産)	1人程度	昭和59年4月2日以降に生まれ、学校教育法に基づく高等学校卒業以上のかた、または、これに相当する学力を有し、水産増養殖などの専門科目を履修したかた。（令和2年3月卒業見込みのかたを含む） ※採用後は水産研究所で主に藻類の研究に従事していただく予定であり、潜水作業や小型船舶の操縦を伴う場合があります。
船員 (航海及び機関)	1人程度	昭和59年4月2日以降に生まれ、学校教育法に基づく高等学校卒業以上のかた、または、これに相当する学力を有するかたで、船舶職員及び小型船舶操縦者法に定める6級海技士（航海）以上、または、5級海技士（機関）以上の免状を有するかた。 ※採用後は運航管理業務（陸上勤務）に従事していただく予定です。

## 2. 受験手続きと場所

### （1）受験申込書の請求

実施要項は、11月1日（金）から総務課人事係または連絡所で交付します。※午前8時30分～午後5時15分（土曜・日曜日、祝日を除く）

郵送希望者は、140円切手を貼った宛先明記の返信用封筒を同封して請求してください。また、市ホームページからもダウンロードできます。

### （2）受験申し込みに必要な書類など

履歴書（総務課が交付したものに限る）、写真、各資格免状の写しなどの添付書類が必要となります。

くわしくは、実施要項をご覧ください。

### （3）受付期間と場所

**受付期間** 11月1日（金）～20日（水）の午前8時30分～午後5時15分（土曜・日曜日、祝日を除く）

郵送の場合は、11月13日（水）の消印まで有効とします。

受付期間終了後の申し込みは、いかなる理由があつても受け付けません。

**受付場所** 総務課人事係  
(〒517-0011 鳥羽市鳥羽三丁目1-1)

## 3. 合格者の決定

第一次、第二次、第三次試験の結果に基づいて合格者を決定し、令和2年1月下旬までに本人宛に通知します。

## 4. 試験の日時および場所

### （1）第一次試験

**とき** 11月30日（土）午前9時～

**ところ** 市民文化会館（鳥羽市鳥羽三丁目8-3）

**（2）第二次試験** 12月21日（土）を予定していますが、日時・場所については、第一次試験合格者にのみ通知します。

**（3）第三次試験** 令和2年1月13日（月・祝）を予定していますが、日時・場所については、第二次試験合格者にのみ通知します。

※最終合格者は、医療機関で健康診断を受け、指定する期日までに健康診断書を提出していただきます。

## 5. 試験科目

- （1）第一次試験** 教養試験（学歴相当程度。技術職（土木）のうち民間企業などの経験者除く）、社会人基礎試験【職務基礎力試験・職務適応性検査】（技術職（土木）のうち民間企業などの経験者）、専門試験（保育士、技術職（土木））、作文、事務適応性検査、職場適応性検査（技術職（土木）のうち民間企業などの経験者除く）
- （2）第二次・第三次試験** 面接など

放置しないで早めの相談を！

## 11月・12月は差押強化月間

南勢地域の3市4町と伊勢県税事務所では、今年度、個人住民税や自動車税の未納対策として11月と12月を差押強化月間と定め、集中的に滞納整理に取り組みます。

### 市税の現況について

税務課 管理収納係  
特別滞納整理係  
☎ (25) 1132  
1136

市では、滞納税額を減らすため、平成18年度に「特別滞納整理係」を設置し、給与や預貯金などの財産の差し押さえや不動産の公売を実施し、さらには地方税徴収の専門機関である「三重地方税管理回収機構」に案件を移管するなど滞納整理を推進しています。

### 差押強化月間の取り組み

市では、滞納税額を減らすため、平成18年度に「特別滞納整理係」を設置し、給与や預貯金などの財産の差し押さえや不動産の公売を実施し、さらには地方税徴収の専門機関である「三重地方税管理回収機構」に案件を移管するなど滞納整理を推進しています。

### 三重地方税管理回収機構への移管状況

年度	移管件数	徴収額
平成28年度	15件	20,804,139円
平成29年度	15件	16,403,371円
平成30年度	12件	14,154,797円

平成16年の管理回収機構設立以降、移管した案件は、約200件で、徴収額は約3億円となっています。

県内市町の滞納地方税の徴収を専門的に行う組織として設立されました。県内各市町の滞納整理事案を引き受け、専門的な手法を駆使しながら、迅速な滞納整理を行っています。

### 三重地方税管理回収機構とは

何もせずに未納の状態そのまま放置しておいても問題の解決にはならず、延滞金の増加、勤務先や取引先への調査、差し押さえ・公売などの不利益を受けることになります。

また、開庁時間に来庁できないかたのために、市民文化会館2階・税務課窓口にて夜間納税相談を行っています。

### 【夜間納税相談窓口】

午後5時15分～9時（平日）

希望するかたは、事前に連絡してください。  
放置しないで、窓口や電話で早めに相談をしましょう。

放置しないで相談を！

### 11月11日～17日は「税を考える週間」です

国税庁ホームページでは「Web-TAX-TV」（インターネット番組）で国税庁の取り組みを紹介する番組を配信しています。ほかにもさまざまな情報を掲載していますので、ぜひご覧ください。

くわしくは「国税庁」で検索してください。この機会に税について考えてみませんか。

空き家を  
売ったり  
賃貸したい



## 空き家無料相談会



近所に迷惑  
をかけたくない

とき 11月16日（土） 午後0時30分～3時

受付時間 午後0時～2時30分 ※受け付け順に対応します。

ところ 鳥羽市民文化会館4階・大会議室

対象 鳥羽市内に空き家を所有または、空き家となることが見込まれている建物の所有者やその家族など

※不動産登記簿謄本、現況・近隣の写真、固定資産税納税通知書など、

物件に関する資料を持参していただけますと迅速・的確な助言ができます。

※相談時間は一つの相談につき30分程度です。

※当日は、不動産鑑定士協会、東海税理士会、行政書士会が都合により欠席となるため、不動産鑑定、税関連の相談はできません。

建設課管理係 ☎ (25) 1171 (午前8時30分～午後5時15分)

空き家ネットワークみえ（三重県宅地建物取引業協会内）

☎ 059-227-5018 (午前8時30分～正午、午後1時～5時)

※いずれも、土曜・日曜日、祝日を除く

問合せ先

## ダイエットキッチン in KUBOKURI

要予約

健康的に美しく痩せるための食事の工夫についての教室を開催します。

対象	市民
とき	11月26日(火) 午前11時30分～午後1時30分
ところ	KUBOKURI(鳥羽三丁目 旧久保クリーニング) 1階・コワーキングスペース
内容	ランチの試食・食事の工夫についての話
参加費	無料
募集人員	10人(先着順) ※申込人員が4人以下の場合は中止します。
申込期限	11月21日(木)

## 11月14日は世界糖尿病デー

## 11月11日～17日は全国糖尿病週間です

世界の糖尿病人口は4億人を超えています。(糖尿病アトラス第8版2017)日本でも、成人男性の18.1%、女性では10.5%が糖尿病の疑いが強い状況です。(平成29年度国民健康栄養調査)

糖尿病は進行すると糖尿病性網膜症や腎症、神経障害に加え、心筋梗塞や脳梗塞などの病気も起こりやすくなります。バランスのよい食事や適度な運動などを実践し、糖尿病を予防しましょう。

## ～教室に参加してみませんか～

### ●糖尿病予防のための食講座

#### (夜間編)

要予約

対象	市民
とき	11月14日(木) 午後7時～8時30分
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
持ち物	エプロン・三角巾
参加費	無料
募集人員	16人(先着順)
申込期限	11月11日(月)

### ●糖尿病予防教室

要予約

対象	糖尿病(高血糖)が気になるかたやその家族のかた
とき	12月2日(月) 午後1時30分～3時
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	「糖尿病とは?高血糖はどうしていけないの?」についての講義と糖尿病予防のための食事のポイントと簡単な運動実技
持ち物	運動できる服装
参加費	無料
申込期限	11月27日(水)



～ひだまり通信～

# 健康いいね!

申込・問合せ 健康福祉課健康係 (25) 1146

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。

## 野菜を食べよう

人が1日に必要な野菜の摂取量は350gですが、日本人の野菜の平均摂取量は288gであり、約60g足りていません。(平成29年度国民健康栄養調査)

野菜はビタミン、ミネラル、食物繊維など体の調子を整える栄養素を含み、肥満や糖尿病予防のためにも不足しないようにしたい食品です。

### 鳥羽マルシェでイベントを開催します

鳥羽マルシェにて、野菜を工夫して摂取する方法の紹介やおすすめレシピの配布します。ぜひ足を運んでみてください。

とき 11月23日(土・祝) 午前10時～午後3時

### 野菜摂取チャレンジ参加者募集

市が配布するカードに、1日に野菜料理を5品食べた日を記録します。1か月のうち達成した日が20日以上あるかたには粗品を進呈します。

対象 鳥羽市国民健康保険の加入者で20歳以上のかた、または後期高齢者医療制度に加入しているかた

チャレンジ期間 12月1日(日)～31日(火)

カード配布場所 •鳥羽マルシェ(11月23日(土・祝)イベント開催時に配布)  
•市民課または健康福祉課健康係窓口(11月25日(月)～29日(金))

## 男性料理教室

要予約

### (市食生活改善推進連絡協議会主催)

対象 男性

とき 11月27日(水)  
午前10時～午後1時ごろ

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 調理実習と講話

持ち物 エプロン・三角巾

参加費 500円

募集人員 16人

申込期限 11月20日(水)



初めてのかた、  
いつも料理をしている  
かた、どなたも気軽に  
参加してください♪

## リズムストレッチ教室

要申込

**対象** 65歳以上で運動に支障のないかた  
※治療中のかたはかかりつけ医に相談してください  
**とき** 日程表のとおり 午前10時～11時  
(初めて参加のかたは初回の12月10日のみ  
午前9時30分～11時)

### 日程表

12月	10日(火)、24日(火)
令和2年 1月	14日(火)、28日(火)
2月	25日(火)
3月	10日(火)、24日(火)、31日(火)

**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** リズムに合わせた有酸素運動、ストレッチなど  
**講師** フィットネスインストラクター 藤原 京 氏  
**持ち物** 運動できる服装、飲み物、タオル  
**募集人員** 55人  
※募集人員を超えた場合、抽選により受講者を決定します。(初めてのかた、前回参加していないかたを優先します)  
**申込期限** 11月15日(金)  
**申込方法** ・申込期限までに健康福祉課健康係へ電話または直接窓口まで申し込んでください。その際、必ず本人が申し込んでください。  
・受講の決定は、11月29日(金)までに電話で連絡する予定です。

## 献血にご協力ください

献血バスによる400ml献血を行います。みなさんの協力をお待ちしています。

とき	ところ
11月12日(火) 午後0時45分～2時45分	市民文化会館
11月14日(木) 午前10時～午後0時30分 午後2時～4時	鳥羽ショッピングプラザ ハロー

### 400ml献血基準

※年齢 男性:17～69歳 女性:18～69歳  
※体重 男女とも50kg以上  
※65歳以上のかたの献血は、60～64歳の間に献血経験があるかたに限ります。

### 注意

- 献血カードをお持ちのかたは持参してください。
- 服薬中のかたは薬剤名が分かるものを持参してください。(薬剤の種類によっては献血可能です)



## リフレッシュ体操

要申込

**対象** 64歳以下の住民のかたで運動に支障のないかた  
※治療中のかたはかかりつけ医に相談してください  
※教室初回日に64歳以下のかたが対象です。

**とき** 日程表のとおり 午前10時～11時  
(12月3日、3月17日は午前9時30分～11時)

### 日程表

12月	3日(火)、17日(火)
令和2年 1月	7日(火)、21日(火)
2月	4日(火)、18日(火)
3月	3日(火)、17日(火)

**ところ** 保健福祉センターひだまり2階・元気ルーム  
**内容** 生活習慣病予防のため、エアロビクスを中心とした運動(筋力トレーニングも含む)など

**講師** フィットネスインストラクター 藤原 京 氏  
**持ち物** 運動できる服装、室内シューズ  
飲み物、タオル  
**募集人員** 25人(先着順)  
**申込期限** 11月26日(火)  
**申込方法** 健康福祉課健康係へ電話または直接窓口で申し込んでください。



## キッズビクス&ママリフレッシュ

**対象** 乳幼児とその保護者

**とき** 11月7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

**内容** お子さんと一緒にリズムに乗って行うふれあい体操です。小さなお子さんも楽しめます。

## 骨髓バンク普及啓発のための クラウドファンディング(寄附金)

三重県では骨髓バンク普及啓発のためのクラウドファンディングを実施しています。くわしくは、三重県ふるさと応援寄附金サイトをご覧ください。

※個人から自治体への寄附は、クラウドファンディングもふるさと納税制度が適用されます。くわしくは、三重県医療保健部へ問い合わせてください。

三重県医療保健部薬務感染症対策課薬事班

☎ 059-224-2330

URL <http://www.pref.mie.lg.jp/furusato/index.htm>

**募集期限** 令和2年3月31日(火)

# 女性がん検診のご案内

乳がんは、女性が新たに診断されたがんの中で一番多いがんです。特に40～50歳代をピークに発症や死亡が増加しており、20～30歳代での子宮頸がんの発症や死亡が増えていきます。いずれのがんも早期発見することが重要です。特に乳がんは早期発見で95%以上が治癒しています。少しでも気になったかたは、この機会にぜひ検診を受診してください。

## ●集団検診（検診車での検診）

### 検診対象 子宮頸がん・乳がん

平成12年4月1日までに生まれたかた

### 持ち物 健康手帳（お持ちの場合）、バスタオル（乳がん検診受診者のみ）

### 自己負担額 子宮頸がん 1,000円（70歳以上無料） 乳がん 1,700円（70歳以上無料）

### 申込方法 11月1日（金）より受け付けます。検診日前日までに、健康福祉課健康係の窓口または電話で必ず予約してください。定員になり次第締め切ります。

### とき

#### 乳がん（マンモグラフィ）・子宮頸がん 検診

日程表	
12月14日（土）	午前9時～11時
12月19日（木）	午後1時～3時30分

#### 乳がん（エコー）・子宮頸がん 検診

※子宮頸がん検診は午後のみ

※託児あり（要申し込み）

日程表	
12月12日（木）	午前9時～11時
12月15日（日）	午後1時～3時30分

### ところ 保健福祉センターひだまり (休日・夜間応急診療所)

※12月15日（日）は、ひだまり正面玄関で実施します。

### ◆注意

●妊娠中・授乳中・豊胸手術を受けたかたは、マンモグラフィ検診を受診できません。

●乳がん検診は、プラスチックの板で乳房を挟むマンモグラフィ検診と、エコー検診の2種類ですが、どちらかの検診しか受診できません。

●乳腺の発達している20～30歳代のかたは、マンモグラフィ検診ではうまく撮影できないことがありますのでご了承ください。

●子宮頸がん検診は、生理中のかたは受診することができません。また、性交渉の経験のないかたは今回の子宮頸がん検診は受診できません。

●子宮頸がん検診は、採取細胞が不十分な場合などにより判定不能という結果がでることがありますのでご了承ください。

※集団検診と個別検診は一年度（平成31年4月1日～令和2年3月31日）に受診できるのはどちらか1回のみです。重複受診に注意してください。

## ●個別検診（医療機関での検診）

### 検診対象 子宮頸がん

昭和25年4月2日～平成12年4月1日生まれのかた  
乳がん

昭和25年4月2日～昭和55年4月1日生まれのかた

### 検診期限 令和2年3月31日（火）（医療機関によって異なります）

### 持ち物 健康保険証・健康手帳（お持ちの場合）

### 自己負担額 子宮頸がん 2,000円、乳がん 2,000円

### 受診方法 医療機関によって受診方法が異なります。

下記の表をよく確認して、希望する医療機関へ予約または受診してください。

#### 子宮頸がん 検診

医療機関名	電話番号
赤坂クリニック（要予約） ※女性産婦人科医が実施します。 ※検診日時 土曜午後（月1～2回） くわしくは、問い合わせてください。	☎ 0599 ② 0001
県立志摩病院（要予約） 予約受付：平日午後1時～4時 ※検診日時 金曜日午前のみ	☎ 0599 ④ 6171
豊和病院	☎ 0599 ④ 1511
伊勢慶友病院（要予約） ※検診日時 火曜～金曜日 午前9時～正午、午後2時～3時	☎ 0596 ② 1155
伊勢志摩レディスクリニック	☎ 0596 ② 0800
小原産婦人科	☎ 0596 ⑧ 8111
菊川産婦人科	☎ 0596 ③ 1515
玉石産婦人科	☎ 0596 ② 5656
てらだ産婦人科	☎ 0596 ⑤ 0311
本橋産婦人科	☎ 0596 ③ 4103
やまぐちレディースクリニック	☎ 0596 ② 3001

#### 乳がん（マンモグラフィ） 検診

※待ち時間は長くなりますのでご了承ください。

医療機関名 電話番号	注意点
大西クリニック ☎ 0596 ⑧ 5570 (予約不要)	検診期間：令和2年1月6日（月）～3月31日（火）（木曜・土曜日は午後休診、日曜日、祝日は休診） ※診察の混雑状況により早期に受け付けを終了する場合があります。
県立志摩病院 ☎ 0599 ④ 6171 (要予約)	予約受付：平日 午後1時～4時 検診期間：令和2年3月31日（火）まで（火曜・木曜・金曜日の午前のみ）
市立伊勢総合病院 ☎ 0596 ③ 5416 (要予約)	予約受付：平日 午後2時～4時30分（12月28日（土）～令和2年1月5日（日）は除く） 検診期間：令和2年2月3日（月）～3月30日（月）（月曜・金曜日の午後ののみ）

# 子育て支援員研修を受講しませんか

市では、子育て支援員研修を実施します。子育て支援員とは、国が定める研修を修了し、子育て支援の分野で働く上で必要な知識や技術などを修得したと認められるかたのことです。本研修を全て修了したかたを、「子育て支援員」として認定します。

なお、資格認定はできませんが希望の講座のみを受講することも可能です。

健康福祉課子育て支援室  25 1184

**受講対象** 市内に在住または在勤のかたで、保育や子育て支援などの仕事やボランティアに関心があるかた

**参加費** 無料 ※テキスト代は自己負担となります。

**定員** 10人程度(申込順)

**申込・問合せ** 研修日程や内容などくわしくは、健康福祉課子育て支援室へ問い合わせてください。

## 基本研修

**11月14日(木)** 午前10時～午後3時10分

**講師** 皇學館大学准教授 吉田 明弘 氏

**内容** 子ども・子育て家庭の状況、子ども家庭の福祉

**その他** 子どもの発達、保育の原理

**ところ** 市民文化会館4階・第3小会議室

**11月22日(金)** 午前10時～午後3時10分

**講師** 公益財団法人三重県労働福祉協会 久保 正 氏

**内容** 子ども虐待と社会的養護

**その他** 対人援助の価値と倫理、子どもの障がい、総合演習

**ところ** 保健福祉センターひだまり・会議室

※令和2年1月20日(月)地域型保育、令和2年1月24日(金)ファミリーサポートセンターの研修を実施予定です。

## 令和元年度 第2回鳥羽市虐待防止ネットワーク協議会 講演会

健康福祉課子育て支援室  25 7221

幼少期からのスマートフォン使用やゲーム依存から抜けられなくなるからくりなどを知り、上手な付き合い方と一緒に考えてみませんか？

**講師** NPO法人日本次世代育成支援協会代表理事 鶩津 秀樹 氏



**とき** 12月1日(日)  
午後1時30分～3時30分  
開場 午後1時～

**テーマ** スマートフォンやゲーム依存にはまらず目標に向かっていくために大事なこと  
**ところ** 保健福祉センターひだまり2階  
ひだまりホール

## 専門研修

**12月2日(月)** 午前10時～11時

**講師①** 皇學館大学准教授 梶 美保 氏

**内容①** 小児保健I、小児保健II

**講師②** 日本赤十字社看護師 富内 直美 氏

**内容②** 心肺蘇生法

**その他** 乳幼児の食事と栄養、実施自治体の制度

**ところ** 市民文化会館4階・第3小会議室

**12月7日(土)** 午後1時～3時40分

**講師** 絵本作家 浦中 こういち 氏

**内容** 乳幼児の生活と遊び、乳幼児の発達と心理

**ところ** 安楽島保育所

**12月16日(月)** 午前9時30分～午後5時20分

**講師** 皇學館大学准教授 梶 美保 氏

**内容** 安全確保とリスクマネージメントグループ討議

**ところ** 保健福祉センターひだまり2階・ひだまりホール

## 絵本作家 サトシンさんの 絵本よみましょー



子育て支援センター  25 7225

NHKのEテレ「みいつけた！」でおなじみの絵本作家サトシンさんといっしょに親子で絵本ライブを楽しみましょう♪



**とき** 11月16日(土)

午前10時～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

**対象** 乳幼児から小学校低学年とその保護者

**申込期限** 11月8日(金)

**申込・問合せ**

子育て支援センター



# 高齢者あんしん見守りネットワーク

## ～地域で見守り支えていこう～



高齢者あんしん見守り  
ネットワークステッカー

鳥羽市の人口は8月末現在で18,514人です。そのうち65歳以上の高齢者が6,929人で、高齢化率は37.4%となっています。鳥羽市民の約3人に1人は高齢者という状況です。

健康福祉課地域包括支援センター ☎ (25)1182

### 小さな気付き

#### 外観からの気付き

- いつも同じ洗濯物が干したままになっている
- 家に閉じこもって、ほとんど外に出てこない
- 郵便受けに新聞や郵便物がたまっている
- 庭が荒れている

#### 対面での気付き

- 今まであいさつしていたのにしなくなった
- 話がかみあわなくなった。同じ話を何回もするようになった
- 身体にあざがある。あざがあることを話したがらない

#### よく見掛ける場所などでの気付き

- 長い間、顔を見掛けない
- 町内会やサロンの集まりに急に来なくなった

### 見守りは必要なの？

人間は誰もが年齢を重ねるにしたがい、足腰が衰えたり、体力が落ちたり、病気にかかりやすくなったりします。病気やけがをした場合に誰と一緒に住んでいれば発見することができますが、一人暮らしの場合には重篤な病気を患つても病院にかかることができなかつたり、最悪の場合、孤独死をしてしまつたりといふことも考えられます。また、地域での関係が薄くなつていると倒れていることに気付かない場合もあります。

そこで、地域で高齢者を見守り支えることで、病気が重篤になることや孤立死などから防ぐことが少しでも可能になります。

### 見守りはどうやってするの？

見守りは、日々の日常生活や業務の中できりげなく行うことが基本です。

あまり身構えることなく、まずは近所の高齢者のかたにあいさつや世間話することから始めてみましょ。

地域の老人会や友人との集まりなど、世間話をする場に出向くことが、お互いの見守りにつながります。

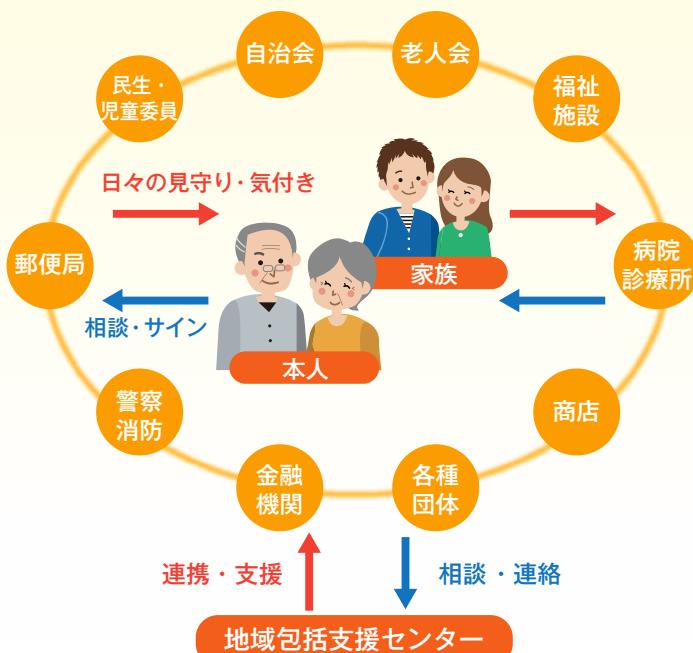
誰かに見守られる環境を作り、自分のことを見守つてくれる人を増やしていくよ。

そのなかで、ちょっととした気付きが出てきます。

### 見守りは高齢者自身でもできます

このような小さな「気付き」が高齢者のかたを早く助けることにつながります。

### 鳥羽市高齢者あんしん見守りネットワーク



### 協力店(員)募集中

高齢者のかたを見守る事業所や協力員を随時募集しています。見守りは支援が必要な子を見守り、普段から気にしていることや重要な役割を果たします。少し意識して高齢者の様子になることがあります。協力していただけるかたは地域包括支援センターへ連絡してください。

### 鳥羽市の高齢者見守りネットワークの現状

市では、高齢者のかたが住み慣れた地域で安心して生活が続けられるように、地域のみなさんや関係機関が日常業務や普段の暮らしのなかで高齢者を見守り支えていく高齢者あんしん見守りネットワークの事業に取り組んでいます。協力店は62店あり、店舗の出入り口など分かりやすい場所にステッカーを貼っています。みなさん、無理のない程度での見守りを行い、やさしく高齢者を支えています。

# 鳥羽港への大型客船入港時のお願い



9月24日、ダイヤモンド・プリンセスが鳥羽港へ寄港し、約3000人の乗船客・乗組員に鳥羽や伊勢志摩の観光を楽しんでいただきました。鳥羽港クルーズ船誘致受入

協議会では、鳥羽マリンターミナルに到着する観光客のみなさんへのおもてなしとして観光案内ブースを設置し、観光案内や道案内を行っています。

また、多数のツアーバスや関係車両が往来することから、ロータリーの混雑を回避するため、送迎車待機場にてバス3台分のスペースを確保します。みなさんのご理解とご協力をお願いします。

鳥羽港クルーズ船誘致受入協議会事務局（鳥羽市観光課内）

☎ 0599 1157

## 次回の大型客船寄港についてのお知らせ

とき 11月22日(金)

入港 午前7時 出港 午後5時

船名 ダイヤモンド・プリンセス

(プリンセスクリーズ・イギリス船籍)

※鳥羽港では大型客船の出港にあわせて「リメンバー赤いハンカチセレモニー」を実施しています。

参加を希望するかたは、同日午後4時30分に鳥羽マリンターミナル1番乗り場に集合してください。予約不要、参加無料です。

※当日の天候などにより寄港がなくなる場合があります。

## 海女サミット2019を開催します

海女振興協議会事務局(志摩市産業振興部水産課内) ☎ 0599 44 0289

2009年に「第1回日本列島海女さん大集合」として始まった海女サミットが10回目を迎え、今年も全国から多くの海女が鳥羽志摩地域に集まります。

海女文化は文化庁の「日本遺産」にも認定されるなどし、その価値はますます見直されてきていますが、海女を取り巻く状況は依然として厳しいものがあります。

今回の海女サミットでは、海女の現状を多くのかたに知っていただき、これらの課題解決に向けた環境創出と、10年という節目を迎えるにあたっての振り返りをみなさんと共有していきます。

参加を希望するかたは、事務局へ問い合わせてください。

1日目 とき 11月22日(金) 午後1時30分~4時30分

ところ 市立海の博物館

内容 海女サミットや日韓海女文化交流に関する取組報告など

2日目 とき 11月23日(土・祝) 午前9時30分~正午

ところ ホテル&リゾーツ伊勢志摩

内容 海女漁獲物の加工などに関する基調講演、海女さんによるトークショーなど



過去の海女サミットでの稚貝記念放流にて



## 令和元年度 鳥羽市防災訓練

# 地震だ！津波だ！みんな逃げよう

鳥羽市では、巨大地震の発生に伴う大津波が想定されています。突発的な大地震が発生したとき、「揺れたらすぐ逃げる」を実践するため、市内全域で最寄りの『津波避難場所』などへすぐに避難する訓練を実施します。また、避難訓練後に一部地域で各種防災関連訓練も実施します。みなさん、ぜひ参加してください。

とき 11月9日(土) 予備日 11月16日(土)

## 避難訓練 (午前9時ごろ~)

最寄りの市指定の「津波避難場所」または「まちで決めた避難場所」  
※くわしくは、町内会・自治会などが回覧するチラシを確認してください。

### そのほかの防災関連訓練

- ・近畿日本鉄道による津波避難訓練（午前8時30分～9時30分）  
※11月9日（土）のみ実施。申し込みのないかたは参加できません。（受付終了）
- ・自衛隊による訓練支援  
人員搬送訓練（午前9時40分～10時20分 城山公園）  
AED使用・人員搬送訓練（午前11時～ 旧小浜小学校付近）  
土のう作成、人員搬送訓練（午前11時～ 美台集会所付近）
- ・ドローン飛行実演（午前11時～ 旧鳥羽小学校グラウンド）

## 昨年に実施した避難訓練の様子



最近「愛着(アタッチメント)」という言葉を目にしたり、聞いたりするかたも多いのではないかと思う。子育てしていく上で、優しい子に育つてほしい、友だちに恵まれてほしい、笑顔のまま大きくなつてほしいなどさまざまな幸せを願います。が、それら全てに共通するのが、人と関わる力ですよね。そこには愛着が大きく関係してくるようです。

る心を育てていきます。  
また、子どもがこけて泣いた時、「痛がったね」と声を掛けただけでなく、大人は自然と表情も痛い顔になつて共感していませんか。これは「感情の映し出し」と呼ばれる作業だそうです。子どもは大人の表情で、「この感情が痛いや悲しいと知り、自分が共感してもらつた経験があるからこそ、誰かが困つている時に「痛いね。大丈夫?」と声を掛けられる子に育つのだそうです。

今回紹介した愛着の話はほんの一部ですが、普段当たり前のようにしていることが、わたしたちが考えている以上に子どもたちの生涯に大きな役割を果たしていると知ることが大切です。人を信じる力を周りの大人みんなで大切に育てたいのです。





10月3日、鳥羽市・漁業と観光の連携促進協議会は、答志島と菅島で水揚げされたサワラのうち脂肪含量が3日連続で平均10%を超えるなどの基準を満たしたサワラをブランド化する「答志島トロさわら宣言」をしました。

ブランド化2年目を迎えた今年はトロさわらのブランド基準を、可食部に傷がないことやサイズの上限を4.0kg以下にするなど、より厳格化し、ブランド価値を高めています。

この日、トロさわらは生産者の船名が記されたブランドタグを付けて出荷され、来年2月末まで出荷される予定です。

## 2シーズン目 答志島トロさわら宣言！



鳥羽商船高等専門学校が開発したウェブアプリ「とばまっぷ」が全国高等専門学校第30回プログラミングコンテスト都城大会の課題部門で優秀賞のほか、KDDI(株)やさくらインターネット(株)による協賛企業賞を受賞し、令和2年3月にベトナムで開催される国際大会への出場が決まりました。リーダーの高橋剛さんは「最優秀賞とならず悔しいですが、国際大会に向けて頑張りたい」と話しました。

「とばまっぷ」は住民情報や公共施設などのデータを地図上で見える化したシステムで、市と連携して開発されました。今後、市政で活用されます。

## 鳥羽商船高等専門学校がとばまっぷ開発



10月20日、保健福祉センターひだまりでよい歯のコンクール表彰式が行われました。親と子のよい歯のコンクール部門では、屋内町の藤村比呂奈さん・柚暖さん、菅島町の木下紋加さん・優伸さんの2組の親子が優秀賞を受賞しました。また、よい歯の児童生徒部門では、中川望来さん、松本向日葵さん、歯と口の健康に関する図画ポスター部門では、岡山実緒さんがそれぞれ最優秀賞に選ばれました。今後も8020を目指してみんなでお口の健康に取り組みましょう。

## 8020運動 保とう健康な歯



9月26日、ネパールの視察団10人が市長室を表敬訪問しました。

視察団はネパールでの有機農業促進を目的として、生ごみを使った堆肥生産を学ぶために鳥羽を訪れました。ダワ・ドルチェ・ラマ農林大臣は「ごみの堆肥化は取り組まなくてはならない課題。日本の技術を参考に無農薬生産を目指したい」と話し、中村市長は「今後も情報交換し、リサイクルパークを通じて交流を続けたい」と歓迎しました。

その後、リサイクルパークで堆肥化や分別の仕組みについて説明を受け、施設内を見学しました。

## ネパール視察団がリサイクルパーク見学

山椒は小粒さんじょう こつぶ

Vol.28

のりはフランス生まれ？



テレビや新聞などでたくさん紹介いただきましたが、10月7日から13日に海女文化のPRに観光協会とともにフランスのパリを訪問してきました。

数ある国の中からなぜフランスを選んだかというと、鳥羽を訪れる外国人旅行客のうち、香港・台湾・中国に次いで、最も多いのがフランスからのお客様なのです。

私は、ユネスコ日本政府代表部、在フランス日本国大使館など、主に政府機関を、鳥羽市観光協会（鳥羽機部漁業協同組合）、鳥羽商工会議所も一緒に、商工関係団体へのセールスを行いました。

そのオープニングは、この訪問団の団長である私のあいさつからでした。実はどうしてもパリで試したいジョーク（フランスではエスプリと言います）があったのですが、みんなに反対され、通訳さんからも「市长、残念だけどそのジョークは叶わなかつたのが少し残念でした。どんなジョークなのか？」



次に紹介しますね。  
1980年代のTV「コマーシャル」でこんなのがあったのを覚えておられるかたはいますか？

娘「パパ、〇〇〇〇のりってフランスでどれるの？」

父「どうして？」  
娘「だって、パリでいうでしょう…」

父「そうか…。今日も二コ二コ、〇〇〇〇のりー！」

父親役は、フランス出身のギタリスト、クロード・チャリさん。私はこの小話で海藻売り出し中の鳥羽とフランスをほつりと結び付けたかったのです。座談会ではその機会を作れませんでしたが、ごあいさつにユネスコ日本政府代表部を訪問した際には、「この話をして鳥羽の味付けのりをお土産に手渡すことができました。

それはさておき、今回のフランスミッションを終え、多くの反響があるのは間違いないと思います。今後、鳥羽を訪れたフランスを含む外国人観光客のみなさんが、がっかりしないよう、受入体制の強化や支援を進めていかなければ感じています。

記念すべきフランスでの第一歩、10月8日はくしくも鳥羽の日でした！



Vol.186

教育委員会生涯学習課  
☎ 1268

## 21世紀は「人権の世紀」

11月3日は文化の日です。文化の日は、人権と平和・文化を重視した日本国憲法が公布された日を記念し、制定されました。人権は、わたしたちが

二度にわたる世界大戦をはじめとして、多くの尊い命が失われたばかりか、さまざまの人権侵害となる状況が多く発生しました。人権は、わたしたちが人間らしく生きるための権利です。すべての人々に普遍的に保障されている基本的な権利です。しかし、わたしたちは「人権はややこしい、むずかしいもの」と思いがちです。そのための日常生で、人権について意識したり考えたりすることをついてはいないでしょうか。

普段過ごしている日常生活を人権がいつでも、どこでも当たり前に尊重される社会を作りたいのですが、どうすればいいのでしょうか。

人権がいつでも、どこでも当たり前に尊重される社会を作りたい前には、尊重される社会を作りうるというのが「人権の世紀」です。しかし、これは誰かが作ってくれるものではありません。わたしたちがそれぞれの場所や場面で、価値判断の基準として人権を意識することです。人権の世紀が実現するのでないでしょうか。

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



川原 寿悠くん

平成30年9月7日生まれ（答志町）

にたーって笑う癒し系♡  
ねえちゃんにいちゃんと仲良くね！

平成30年9月14日生まれ（高丘町）

これからも可愛い笑顔を  
沢山見せてね！



濱口 珀来くん

平成30年10月11日生まれ（安楽島町）

食べること大好き♡  
いっぱい食べて大きくなってね☺



西井 優心くん

平成30年9月12日生まれ（安楽島町）

毎日ニコニコ元気いっぱい！  
すくすく成長してね！



増田 泰代さん

矣係  
向之

文字のバランスは良いと思います  
が、行書体を書き始めたばかりで筆の  
運びが少し慎重すぎるようです。もう  
少し思い切って。

不  
能

洋子

良く書けていますが、少し滲みが多い  
と思います。

滲む紙に書く時は墨の濃さや、筆を運  
ぶ速度に注意してみてください。

広報  
文芸

大松 洋子さん

書道

◆高尾

紫岳選





11月1日~

## information

## みんなで風作り教室

教育委員会生涯学習課  
(市青少年育成市民会議事務局)

☎ (25) 1268

親子や地域のみなさんで、一緒に手作りのたこを作りませんか。

とき 11月23日 (土・祝)

午後1時～4時

ところ かんぽの宿鳥羽

内容 和紙を使用した六角たこに絵を描き、骨組み作業を行います。

定員 親子15組、一般15人

材料費 1個200円

申込方法 11月15日(金)までに電話で申し込んでください。

※令和2年1月3日(金)、鳥羽高校グラウンドにて、新春たこあげ大会を予定しています。こちらもぜひ参加してください。

## 起業者施設整備補助金

農水商工課商工労政係

☎ (25) 1156

市内で起業する際の施設整備費用に対し、補助金(補正予算分)を交付します。

対象 次のすべてを満たすかた

・2年以上市内に在住するかた、もしくは、市内に転入してから2年未満または本年度内に本市に転入する

移住者のかたで、市内に事業の拠点を整備して起業し、2年以上継続する予定のかた

年分の申請期限は令和2年1月ですので、注意してください。

## 補助対象

1月～12月に当該融資を

「創業扱い」「再挑戦扱い」「商工会・商

工會議所斡旋扱い」のいずれかで受

け、市内で創業した市内在住のかた

特定創業支援事業(市窓口を経由す

る関係機関への相談や市が主催する

起業セミナー)をすでに受けている

か当該年度に受けることを確約する

かた

・市税などを滞納していないかた

補助金額 起業に必要な建物の新築(移住者のかたに限る)・設計、備

品などの購入を除く改装工事にかかる対象経費の2分の1以内(限度額50万円)

募集件数 市内のかた、移住者のかたそれぞれ1件程度(先着順)

その他 工事契約前に申請し、交付決定後に工事契約をしていただきま

す。(工事契約後の申請は受け付けません)

創業・再挑戦アシスト資金  
保証料補給補助金

農水商工課商工労政係

☎ (25) 1156

起業支援の一環として、県信用保証協会の保証を付した融資を受けたかたに返済割合に応じて保証料を補助します。なお、令和元年(平成31)

年分の申請期限は令和2年1月ですので、注意してください。

プレミアム付商品券購入  
引換券申請書の提出締切

農水商工課商工労政係

☎ (25) 1156

住民税非課税者を対象に、令和2年2月29日まで市内取扱店舗で使用できる鳥羽市プレミアム付商品券の購入引換券の申請期限は11月30日(土)(消印有効)です。申請書は、8月より順次送付していますので、必要事項を記入の上、同封した返信用封筒で期限までに提出してください。

※子育て世帯主(0歳～2歳児)には、購入引換券を直接郵送しますので、申請書を提出する必要はありません。

補聴器  
片耳 99,000円～  
耳穴型オーダーメイド  
耳穴にピッタリ合い  
良く聞こえます



創業明治29年

時計のデンチ入れ替え、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・店舗のリフォームおまかせください!

耐震・省エネリフォーム～新築・土地探しまで幅広く対応させていただきます。



キッチン・バス・トイレ・外壁・屋根・窓・耐震補強・外構リフォームなんでもご相談ください!

テレビCMでおなじみの【リクシルPATTOリフォーム】サービスショップ

見附もり無料!

0599-26-2580



村瀬建設株式会社  
鳥羽市船津町235番地(鳥羽消防署となり)

# 暮らしの情報

11月1日~

## 鳥羽水族館の市民感謝ワイーク

鳥羽水族館  
☎ (25) 2555

恒例の鳥羽水族館市民感謝ワイーク（無料）招待）は、12月9日（月）（15日）です。くわしい内容と招待券は、広報とば12月号に掲載します。

## あそびの広場「だっこ」閉所日

子育て支援センター  
☎ (25) 7225

あおぞら保育所発表会のため、次の日時はお休みとなります。

・11月1日（金）、20日（水）午後  
・12月5日（木）終日

## 児童扶養手当が年6回払いになります

健康福祉課子育て支援室  
☎ (25) 1184

が、年3回（4か月分）から年6回（2か月分）に変更されます。11月の支払いは、8月～10月分が支払われます。これ以降は、1月・3月・5月・7月・9月・11月の年6回、それぞれの支払月の前月までの2か月分が支払われます。また、8月に実施する現況届時の前年所得によつ



昨年のイベントの様子

て、必要がある場合は12月支払分から手当額の変更を行つてきましたが、制度変更後は翌年1月支払分から手当額を変更します。  
くわしくは、問い合わせてください。

## 消防ふれあい広場

消防本部  
☎ (25) 2821

とき 11月9日（土）午前10時～正午  
ところ 鳥羽ショッピングプラザハロー・正面玄関駐車場

内容 消防車や住宅防火用品などの展示・はしご車の体験乗車・非常食試食・防火ポスター優秀者の表彰式・防火祈願の餅まきなど

※雨天時は、内容を縮小して実施します。また、各種警報発令および災害発生などの場合は中止します。

その他 11月9日（土）～17日（日）に鳥羽ショッピングプラザハロー2階で小・中学生の防火ポスター全作品を展示します。

## 研究発表会

加茂小学校  
☎ (25) 2919  
加茂中学校  
☎ (25) 2904  
神島小学校・中学校  
☎ (38) 2013

「互いの良さを認め合い、支え合える児童・生徒の育成」をテーマに鳥羽志摩人権教育実践交流会を開催し、一般のかたにも公開します。

とき 11月19日（火）午後1時～  
ところ 神島小学校・中学校

「小中9か年の一貫した教育活動の展開をめざして」をテーマに研究発表会を開催し、一般のかたにも公開します。

とき 11月15日（金）午前9時40分～午後3時20分  
ところ 鳥羽志摩の園児・小中学生の工作や書写・絵画などの入選作品を展示します。

## 鳥羽志摩子ども作品展

教育委員会学校教育課  
☎ (25) 1265

鳥羽志摩の園児・小中学生の工作や書写・絵画などの入選作品を展示します。

とき 11月22日（金）～25日（月）午前9時～午後8時（※25日は正午まで）  
ところ 阿児アリーナベイホール

## 宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになりました！

宝くじ公式サイトはコチラから



## お得な特典、便利なサービスいろいろ！宝くじ公式サイト会員登録ステップ

**STEP1**  
「宝くじ公式サイト」を検索！  
メールアドレスの登録  
(仮登録)

「宝くじ公式サイト」を検索して、宝くじ公式サイトの新規会員登録ページでメールアドレスを登録(仮登録)します。

本件に関するお問い合わせ先

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)  
受付時間 10:30～18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認の上、おかげ間違ひのないようお願ひいたします。

**STEP2 会員情報の入力(会員登録)**

- ① 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。
- ② メールに記載されている会員登録用のURLをクリックします。
- ③ 画面に従って、氏名や生年月日等の情報を入力いただき新規会員登録が完了します。

宝くじ売り場でポイントをためる/かううための手続きは以上で完了！  
宝くじ公式サイトのネット購入をご利用の方は、引き続き次のSTEP3の手続きをお願いします。



**STEP3 決済情報の入力**

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および「当せん金のお受け取りに利用する口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります！

広告

11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  
☎ (25) 1231

獣害対策用駆逐煙火(サル用)を

11月5日(火)午前9時から配布します。希望するかたは印鑑を持参し、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本入り)の配布で、40セット限定となります。※先着順

とばつ子ハッピーセミナー  
「みんなでワッキング」子育て支援センター  
☎ (25) 7225

お子さんやお孫さんとサンドイッチやパンチチューリー作りに挑戦しませんか。パーティーメニューで一足早いクリスマスを楽しみましょう。

とき 11月30日(土)

午前10時~午後0時30分

ところ 保健福祉センターひだまりルーム

講師 管理栄養士

準備物 エプロン、三角巾、手拭き

対象 4歳児以上で小学校低学年までのお子さんと家族のかた

※アレルギーのあるかたは、可能な限り対応しますので申し込み時に知

らせてください。

募集組数 10組(先着順)  
申込期限 11月15日(金)

※託児あり 5人程度(先着順)

鳥羽大庄屋かどや  
☎ (25) 8686

## みそ作りの予約受付

農水商工課農林係  
☎ (25) 1231

毎年園芸センターで行っているみそ作りの予約を11月1日(金)より受け付けます。利用日は平日のみで、週1組の利用となります。

加工室利用日時 11月~令和2年3月(平日のみ)午前9時~午後4時

30分

## 使用料など

・加工室使用料(500円/10kg)  
・ミニチ機使用料(100円/10kg)  
・麴菌代(50円/袋)

申込方法 農水商工課農林係へ電話で申し込んでください。

とき 11月30日(土)

午前10時~午後0時30分

ところ 保健福祉センターひだまりルーム

講師 管理栄養士

準備物 エプロン、三角巾、手拭き

対象 4歳児以上で小学校低学年までのお子さんと家族のかた

※アレルギーのあるかたは、可能な限り対応しますので申し込み時に知

## かどやのイベント

参加費 1000円(材料は持参)  
定員 10人(先着順)  
申込期限 11月15日(金)

第70回かどや塾「ドライフラワーでスワッグ(花や葉を束ねて壁に掛け飾り)を作ろう!」

とき 11月16日(土)

午後1時30分~3時

展示 泊正徳写真展(2)  
「伊勢・鳥羽・志摩百景」

伊勢志摩地方の美を撮り続けている写真家・泊正徳さんの写真展。昨年6月に続く第2弾です。

とき 11月1日(金)~24日(日)

オカリナ教室(入門者クラス)

とき 11月8日(金)、15日(金)

午前10時~11時30分

月謝 3300円(税込)

講師 加藤貴彦氏

第20回かどや手芸俱楽部  
「つるし飾りの三番叟を作ろう!」

とき 11月9日(土)

午後1時~3時30分

参加費 2100円(材料費込)

定員 12人(先着順)

申込期限 11月6日(水)

第90回かどや竹あかりコンサート  
「秋の夜長はフォークでラララ!」

開館時間はなかまちマーケットに合わせて延長し、かどやでお馴染みのフォークグループが多数出演。

とき 11月9日(土)

午後6時~8時

加盟店がバルをオープン。竹あかり点灯は午後5時から西念寺にて。

とき 11月9日(土)

午後4時~8時

ところ 鳥羽なかまち会  
「なかまちサンセット&竹あかりバル」

とき 11月9日(土)

午後6時~8時

ところ 鳥羽なかまち(鳥羽三丁目)

「あなた好みの洋服を作ろう!」

とき 11月9日(土)

午前10時~正午

## 巡視船いすずの一般公開

鳥羽海上保安部管理課  
☎ (25) 3176

鳥羽市防災訓練の日に合わせて、巡視船いすずを一般公開します。鳥羽市での一般公開は6年ぶりです。

とき 11月9日(土)

正午~午後3時30分

ところ 中之郷崖壁(鳥羽三丁目)  
「あなた好みの洋服を作ろう!」

とき 11月9日(土)

午前10時~正午

# 暮らしの情報

11月18~

## 国民健康保険特定健康診査の受診と健診結果

市民課保険年金係

②5 1148  
11月9日(土)

市の国民健康保険加入者で、40歳～74歳（一部75歳）になるかたを対象に、特定健康診査（特定健診）を実施しています。対象のかたには、6月下旬に受診券を送付していますが、紛失の場合は再発行します。費用は無料で、受診期間は11月末までなので、ぜひ受診してください。

また、特定健診の対象のかたで、平成31年4月～令和2年3月の間に特定健診を受診せず、会社などの健診や自身で人間ドックを受診したかたは、受診率の向上と保健指導の実施のため、健診結果の提出にご協力をお願いします。

提出先 市民課保険年金係または各連絡所

## 第33回二重矯正展

三重刑務所企画部門  
②059-122-619144

受刑者の更生に広く理解を求めることを目的に刑務所（矯正施設）の資料展示や刑務所作業製品の販売、ステージイベントなどを行います。

とき 11月9日(土)

午前9時～午後3時  
ところ 三重刑務所（津市修成町16番1号）

## 無料登記相談会

司法書士会・土地家屋調査士会  
伊勢支部

②0596 ②5396  
11月9日(土)

ところ 市民文化会館4階・第3小会議室

内容 登記全般（相続・贈与など）  
※予約不要で先着順となります。

## 募 集

### 移住支援金の対象となる求人を行う法人

三重県雇用経済部雇用対策課  
②059-224-2465

東京圏から三重県へ移住し、マツ

チングサイトに掲載された求人広告

により就職したかたを対象に、移住支援金（世帯100万円・単身60万円）を給付する制度を開始します。

求人広告掲載には、事前の登録が必要です。マツチングサイトでは、法人情報や社風なども文章や写真でアピールできます。

とき 11月9日(土)

## 自衛官など

防衛省自衛隊三重地方協力本部  
②059-225-0531

防衛省自衛隊伊勢地域事務所  
②0596 ②3880

東京圏から三重県へ移住し、マツチングサイトに掲載された求人広告により就職したかたを対象に、移住支援金（世帯100万円・単身60万円）を給付する制度を開始します。

求人広告掲載には、事前の登録が必要です。マツチングサイトでは、法人情報や社風なども文章や写真でアピールできます。

とき 11月9日(土)

## 環境共育講座

鳥羽市リサイクルパーク  
②0596 ②9200

布の端切れを利用してブローチを作ります。

とき 11月28日(木)  
参加費 100円  
持ち物 裁縫道具  
申込方法 11月22日(金)までに電話で申し込んでください。

登録できる法人要件  
次のすべてを満たす法人。

・資本金10億円未満の企業で、本社が東京圏以外の地域にあること  
・県が定める労働力不足が深刻な業種に該当すること

対象となる求人要件  
週20時間以上

の無期雇用で、就業地が三重県内くわしくは、県ホームページをご覧ください。

募集種目	資 格	受付締切	試験日
自衛官候補生	18歳以上33歳未満のかた ※32歳のかたは、採用予定月1日から起算して3月に達する翌月の末日現在、33歳に達していないかた	年間を通して募集しています。	受付時にお知らせします。
陸上自衛隊高等工科学校生徒	推 薦 中卒（見込含）17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、校長が推薦できる男子	11月29日（金）	令和2年1月5日（日）、6日（月）
	一 般 中卒（見込含）17歳未満の男子	令和2年1月6日（月）	1次：令和2年1月18日（土） 2次：令和2年1月31日（金）～2月3日（月）

## 11月1日~ information

## お よ ろ こ び

お誕生おめでとう

（10月15日までに届出のあったかた）敬称略 こともの名前	届出人	生まれた日	町名
中村 楼恋	嶺誠	9.21	四丁目
竹林 榮	尚人	9.27	池上
楠井奏士郎	雄也	9.15	小浜
山本 心羽	竜汰	10. 1	小浜
角田 鈴	太陽	9.10	安楽島
鈴木 七楓	健太	9.13	安楽島
伊藤 琴音	佳典	9.25	安楽島
増田 悠太	悠太	9.12	幸丘
寺田 漢	智哉	9.13	幸丘
成瀬 葉那	要	9.19	岩倉
吉田 光希	光裕	9.29	松尾
齋藤 榊乃	誓司	9.12	桃取
寺田 理人	成芳	9.15	神島

## お く や み

ご冥福をお祈りします

（10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
長谷川和良	(49)	10.11	一丁目
尾崎 大藏	(88)	9.30	安楽島
中山 つや	(92)	10.13	安楽島
小久保松重	(79)	9.28	高丘
鶴田 らく	(90)	9.20	船津
成瀬 安史	(71)	10.12	岩倉
中村彌之助	(89)	10. 8	浦村
山本 せゆ	(91)	9.26	石鏡
伊藤 和正	(65)	9.22	相差
上村 久子	(92)	10.10	相差
辻 てる子	(98)	10.11	相差
大西 妙子	(92)	10.12	堅子
清水よし枝	(94)	9.17	桃取
橋本やすよ	(75)	9.30	答志
橋本 久夫	(82)	10.10	答志
中村 建吉	(84)	10.13	答志
小寺 健吉	(87)	10. 2	菅島

## 市 の 人 口

令和元年9月末日現在 ( ) 内は前月比

人 口	18,572人	(+58人)
男	8,719人	(-2人)
女	9,853人	(+60人)
世帯数	8,458世帯	(+71世帯)

編集と発行 総務課広報情報係

〒517-0011 烏羽市烏羽三丁目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](mailto:koho@city.toba.lg.jp)

## 島つ子ガイドフェスティバル

申込期限 11月5日(火)  
申込・問合せ 海島遊民ぐりぶ  
☎ (28) 0001  
✉ kurage@oz-group.jp見学先  
・鳥羽マルシェ  
・有限会社珍海堂定員 7人（先着順）  
くわしくは、おじいと広場みえへ  
問い合わせてください。おじいと広場みえ (☎ 059-122  
2-33309)農水商工課商工労政係  
短時間勤務を希望されるかたを対  
象に、市内事業所をまわる職場見学ツアーリーを実施します。普段は見るこ  
とができない仕事現場の見学や、実  
際で働いているかたの話を聞くこと  
ができます。隙間時間を利用して働  
きたいかたや、短期間での仕事をお  
探しのかたは気軽に参加してくださ  
い。種目および対象  
・ハーフ(18歳以上女性) 300人  
・10km(高校生以上男女) 400人  
・5km(中学生以上男女) 200人  
2.5kmアマリラン(どなたでも可)「とばぎと活躍プロジェクト」  
職場見学ツアーリーエントリー期限 12月10日(火)  
くわしくは、大会ホームページま  
たはフェイスブック、ランネット  
ホームページをご覧ください。  
※参加費は無料ですが、交通費は各  
自負担となります。昼食も各自で準  
備してください。第5回石神さんマラソン  
内容 給水所、会場内スタッフ(荷物  
預り、更衣室など)  
申込期限 12月16日(月)  
くわしくは、実行委員会に問い合わせ  
てください。  
ボランティアスタッフ  
内容 第5回石神さんマラソンの大会参  
加者および当日のボランティアス  
タッフ(各種団体可)を募集しま  
す。

内容 1km・3km・5kmのコースが あり、所要時間は2時間30分ほどで す。歩きやすい靴・服装で参加して ください。(午後2時30分ごろ解散 します)	とき 11月25日(月)	募集人員 2500円(チャーター 船・昼食代を含む)
内容 1km・3km・5kmのコースが あり、所要時間は2時間30分ほどで す。歩きやすい靴・服装で参加して ください。(午後2時30分ごろ解散 します)	とき 11月29日(金)	予備日
内容 1km・3km・5kmのコースが あり、所要時間は2時間30分ほどで す。歩きやすい靴・服装で参加して ください。(午後2時30分ごろ解散 します)	とき 令和2年2月2日(日)	申込期限
内容 1km・3km・5kmのコースが あり、所要時間は2時間30分ほどで す。歩きやすい靴・服装で参加して ください。(午後2時30分ごろ解散 します)	とき 令和2年2月2日(日)	申込期限



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	☎ 090-4117-2503
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	国崎朝市実行委員会	☎ 080-1576-1052
とき	第1・第3日曜日 8:30～10:00	ところ 国崎漁協近く

健 康

健康福祉課健康係  (25) 1146

日程など	
毎月みんなで ウォーキング	6日(水) 9:30～10:30 集合場所 市民体育館正面玄関横 ※雨天中止、12月の開催は4日(水)です。
ストレッチ教室 (腰痛予防)	毎週金曜日 ①9:30～10:15 ②10:30～11:15 ①・②のどちらかの時間を選んでください。
乳幼児健康相談	14日(木) 9:00～11:30 持ち物 母子健康手帳
健康相談	11日(月)、18日(月) 9:00～12:00 担当 保健師
要予約 こころの 健康相談	18日(月) 13:00～15:00 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

## 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	5日(火)、19日(火) 10:00～12:00
菅島コミュニティアリーナ	毎週水曜日 10:30～12:00

●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)
7日(木)	キッズビックス＆ママリフレッシュ～親子でダンシング♪
14日(木)	保育士さんと遊ぼう！～かわいいドアプレート作り
21日(木)	クリスマスの帽子作り～簡単でかわいい！親子でいかが？
28日(木)	クリスマスパン作り & 誕生会～食べるだけのかたも大歓迎！参加費 300円、エプロン、マスク、三角巾

納稅

稅務課  (25) 1132

税目	期別	納期限
国民健康保険税	第6期	12月2日(月)

## 今月の表紙

9月30日、浦村町の生浦湾で浦  
村かきの初出荷がスタートしました。

この日はイカダにつぶされたロープを専用の機械で巻き上げて水揚げをしました。

浦村かき組合長の松村清氏は「初秋から早春までの季節の移ろいとともに深みを増していく浦村かきの味わいの変化をぜひお楽しみください」と話してくれました。

**季節の変わり曰**

**高島** うちの息子が風邪をひいてな、咳と鼻水が出てしんどそうやわ。

**木下** 昼間は暖かい日もありますけど、夜はだいぶ冷え込んできましたからね。

**松本** 僕も夜は寒いので冬布団を出しました。

**高島** うちも冬布団出してるけど、子どもらは寝相悪いし、朝起きるとだいたい蹴飛ばされてるわ。

**木下** 私のところもですよ、夜中に目が覚めたときは布団を掛け直します。

**高島** ほんの1～2か月前までは、暑かつたのにな。

**松本** あつという間に冬になつてしまふんでしうね。

**木下** それまでの短い秋を楽しみたいです。