





# AELETO O













雨天により一週間順延となりましたが、当日は絶好の体育日よりとなり、さわやかな育日よりとなり、さわやかな今年は町民体育祭が50回目をいう節目の記念大会だったこともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、地区対抗種目6こともあり、当日は絶好の体育のではないかと思いる。

大いに沸き上がりました。どの地区も熱い戦いが繰り広どの地区も熱い戦いが繰り広種目では総合優勝を目指し、種目では総合優勝を目指し、

のとおりです。なお、地区対抗総合優勝でなお、地区対抗総合優勝で



## 50回記念だ到





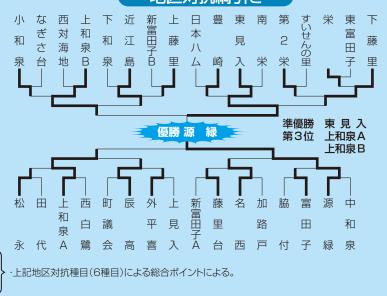


#### 地区対抗種目成績表

種 目	順位	チーム名	結 果
地区対抗	優勝	辰高	58回
大縄跳び	準優勝	近江島	510
人 禅 Bi U	第3位	名西	510
マスターズ	優勝	富田子	1'18"61
リーレー	準優勝	藤里台	1'18"69
ס ס	第3位	南栄	1'19"09
ジュニア	優勝	田代	2'28"91
ע ע	準優勝	田代住宅	2'30"28
9 0	第3位	西対海地	2'31"52
地区対抗	優勝	第2栄	2'06"44
ワープリレー	準優勝	加路戸	2'07"38
7-790-	第3位	富田子	2'07"90
地区対抗	優勝	第2栄	1'49"97
地区対抗リレー	準優勝	源緑	1'50"17
9 0 -	第3位	東見入	51 0 51 0 1'18'61 1'18'69 1'19'09 2'28'91 2'30'28 2'31'52 2'06'44 2'07'38 2'07'90 1'49'97
地区対抗	優勝	東見入	18P
総合優勝	準優勝	源緑	15P
	第3位	藤里台	15P

#### ※地区対抗大縄跳びおよび地区対抗総合優勝の準優勝は抽選による。

#### 地区対抗綱引き



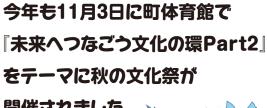


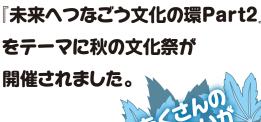








































9団体が、また大正琴の演奏で始まった午後の部では、うたごえサ び入り参加もあり、たいへん楽しいステージとなりました。 小唄保存会やさくら舞のよさこい踊りでは、会場からたくさんの飛 バッターとして櫻華太鼓の演奏から始まり、小学6年生の合奏まで 来賓紹介など開会行事の後、ステージでは、まず午前の部のトップ 物詩となっています。 ークルなど5団体がそれぞれに趣向を凝らした発表で、中でも音頭 この日は天候にも恵まれ、猪飼会長のあいさつ、加藤町長の祝辞

熱の込められた力作が揃い、来場いただいた大勢の皆さんは興味深 ホリデー、パソコン教室の皆さんが講師となり、どれも楽しい工作 く作品を鑑賞されていました。 方では、ふれあいホールで開催された体験教室ではカモミール

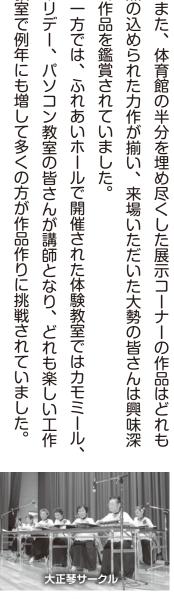
教室で例年にも増して多くの方が作品作りに挑戦されていました。















場として、町文化協会が主催して開催されたもので、今では秋の風 の皆さんが、一年間の練習の成果や作品を地域の皆さんに発表する この文化祭は、町内で活動する文化サークルや、公民館講座など

### 町制施行25周年 記念式典 が挙行されました

## NFOMATION

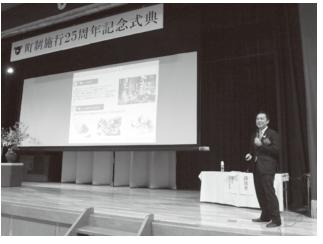




周年を祝って、木曽岬町体育館

さる11月4日(月)町制施行25





で記念式典が挙行されました。 式典には、桑名地域防災総合事務所長をはじめ、桑名市長、県議会議長の皆様を来賓にお招きし、町内の招待者ら10余名をお迎えし執り行われました。 式典は、2部構成で執り行い 第1部で加藤町長の式辞、町議会議長挨拶があり町功労者の表会議長挨拶があり町功労者の表だきましたご来賓の方々から暖だきましたご来賓の方々から暖

行いました。 三重県知事鈴木英敬様の講演をく三重を目指して」と題して、第2部では、「千客万来!輝

受けられた方々は次のとおりで表彰が行なわれました。おいて本曽の振興に寄与されました町政の振興に寄与されました町政の振興に寄与されましたの式典において本曽

(敬称略



2部では、「千客万来!輝

# ◇町政功労者表彰◇

## ▼自治功労者

伊藤正正

町議会議員を16年勤められた。

議会議員を16年勤めらや 富男

町議会議員を16年勤められた。

町議会議員を15年勤められた。中川 和子

町議会議員を12年勤められた。化井 實

年勤められた。 険運営委員6年、防犯委員5 町議会議員8年と国民健康保

年、防犯委員14年勤められた。年、防犯委員14年勤められた。保護司2年と民生児童委員17小村 寳隆

# 服部 修 **保健福祉功労者**

営委員として26年勤められた。学校歯科医と国民健康保険運

# ▼善行表彰者

多額の寄付をいただきました。福徳商事株式会社

ました。 多年にわたり寄付をいただき諸戸 秀夫

## 年末・年始休業のご案内

年末・年始の役場などの施設や各種業務の休業は次のとおりです。 休み期間中は、町民の皆さまに何かとご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

役 場	12月28日(土)~平成26年1月5日(日)	
福祉・教育センター	※出生届、死亡届、婚姻届など戸籍関係の届出は、宿日直者によって受付け	
保健センター	ます。	
町 体 育 館		
文 化 資 料 館	12月28日(土)~平成26年1月4日(土)	
北部公民館		

ごみ収集業務	12月31日(火)~平成26年1月5日(日) ※別添折込みチラシをご覧ください。
し尿・浄化槽汚泥 収 集 業 務	12月29日(日)~平成26年1月5日(日)
火 葬 業 務	平成26年1月1日(水)

<sup>※</sup>年末は、し尿収集業者が大変混雑しますので、収集希望の方は12月20日(金)までに㈱コスモ(☎0594-22-2211)に ご連絡ください。

### 年末・年始 医療機関の休日診療のご案内

	診療 日	医療機関名	住 所	電話	診療時間
内科	12月31日(火) 1月 2日(木) 1月 3日(金)	桑 名 市 応 急 診 療 所 (桑名市ふれあいプラザ内)	桑名市鍛治町9	0594-21-9916	午前9時30分 ~正午 午後1時 ~午後4時
	12月30日(月)	ヒルカワ歯科	桑名市矢田765	0594-22-8336	
		ハ ギ ノ 歯 科	いなべ市大安町平塚上松崎1814-2	0594-78-1777	
歯	12月31日火	吉川歯科医院	桑名市有楽町65番地	0594-21-7771	
		星見いとう歯科	桑名市星見ヶ丘6丁目105	0594-33-3366	午前9時
	1月 2日休	みずの歯科	桑名市大福宮東305-1	0594-27-5511	~正午
科		みやざわ歯科医院	員弁郡東員町大字鳥取大華表276-1	0594-87-6000	
	1月 3日金	たか歯科クリニック	桑名市大字太一丸687-1 (バロー東店内)	0594-87-5320	
		近藤歯科医院	桑名市長島町叉木66-1番地	0594-42-2880	

認されました。 とで町の安全を守る使命感を再確 分団とも日頃の訓練の成果を十分 防技術競練会を開催しました。各 <u>目</u> 木曽岬町消防団は、 木曽岬町役場前において消 消防技術を競い合うこ 11月3日

小型ポンプ操法の2部構成とし、 迅速な行動の中において、安全管 消防団に必要な厳正な規律、確実 本年度の競練会は、 訓練礼式と

> 理を主眼とし、配備された装備品 を駆使し、 の連携をはかるため実施されまし 技術の向上と団員相互

に輝いたのは第5分団でした。 実力が伯仲するなか、



見事優勝

行われました。 5歳児)の園児によるいも掘りが 人クラブの方々の協力のもと、 11 月1日(金)に近江島の畑で老 ·保育園 (中部・南部の4歳児、 幼

> ていました。 がおかわりをし

んの子どもたち

子どもたちは、 最初にいもの掘

後、たくさんのさつま り方を教えてもらった

ちに元気に話す姿が見 もがとれたよ」と友だ よ」「たくさんのおい ながら、掘りおこして いもを友だちと協力し 大きいいもがあった いました。「こんなに

> がんばった後のさつまいもは、 全員でおいしくいただきました。 していただいたさつまいもを園児 その後は、老人クラブの方に蒸

てもおいしかったようで、 たくさ



平成26年 木曽岬町 消防出初式のご案内

所/木曽岬小学校校庭

皆过ま、逻觀質《だせいますよう お願い申い上げます。

時/平成26年1月12日(日) 午前10時00分から

※雨天時は町体育館

団地では家屋が密集しており、

苦情が多く寄せられています。 住みよい環境をつくりましょう。 みなさん次のことに気をつけて 野良猫や飼い猫の被害や

# 無責任な餌やりはやめましょう

だけでなく、繁殖し様々な被害 与えることで猫が集まってくる \*動物が好きな方ばかりではな 方・飼い方をしてください。 がけからです。モラルある接し 住環境を守るのは一人一人の心 あれば、責任を持って飼育して めてください。餌を与えるので が大きくなっていきますので止 らと言って、無責任に猫に餌を いただくようお願いします。 かわいいから・かわいそうだか を忘れないようにしましょう。 もみえます。ご近所への配慮 く、アレルギーをお持ちの方

# 飼い方について

に他人の庭や車庫などで糞尿を さだめられておりません。 れている方もいます。特に住宅 することがあり、大変迷惑をさ したがい飼い主が知らないうち 猫は犬と違ってつなぐ事が法で

> をつけることも重要です。) も避けることとなりますので飼 交通事故や感染症などの危険性 空間は必要としません。また、 が出来る環境であれば広い生活 爪研ぎがあり、餌が充分にあっ (このほかに、 飼い猫には首輪 い方についてお考えください。 危険がなく、立体的な動き

# )猫を寄せ付けないために

# ◎猫が嫌がる臭いのものをまく

• 「木酢液」 「唐辛子」 などを水

めたものを使用してください かくしたものを入れ10倍に薄 液を入れ、唐辛子10本分を細 で薄めたもの (00cのペットボトルに木酢

レモンやみかんの皮、コーヒ ーかすなど

# ◎猫が不快に感じるものを置く

・猫除け用の砂利を敷く

嫌うので寄り付かなくなりま (猫は角が尖っている小石を

・猫除けの超音波装置を置く

## 問合せ先

役場 住民課 ☎68-6103

## 猫は、屋内飼育でも、トイレ・ 苦情も多く寄せられております。 および人権啓発 のお知らせ 「第65回

はかるため様々な行事が開催され だめ、人権尊重思想の普及高揚を 本年は12月4日(水)から12月10日 を「人権週間」とさだめたもので が12月10日を最終日とする1週間 法務省と全国人権擁護委員連合会 言」が採択されたことを記念に、 に国際連合において「世界人権官 (火)を「第65回 人権週間」とさ 人権週間は1948年12月10

ひご参加ください。 ベントを行いますので、皆さまぜ も、この人権週間中に次の啓発イ 北勢人権ネットワーク協議会で



# ●主なイベント内容

# **デシュガーラッシュ』上映会**

●開催日時 12月8日(日) 午前10時~

木曽岬町体育館

●開催場所

●問合せ先

役場

教育課 **6** 8  $\frac{1}{6}$ 



# イバル 第9回いなべ市民人権フェステ

午前9時~午後4時 日 日

北勢市民会館

人権福祉課

#### 広報きそさき11月号の記事のお詫びと訂正

広報きそさき11月号に次のとおり誤りがありました。お詫びして訂正します。

また、関係の皆さま方に多大なご迷惑をおかけしましたこと、深くお詫び申し上げます。

平成24年度の主な行事

(誤)(木曽岬町は、29市町中11位に入賞された)

- (正)(木曽岬町は、町の部で11位となり、前年度より記録が短縮されたため、敢闘賞を受賞されました)
- ●5ページ 平成24年度の主な行事 掲載写真説明

|桑名・員弁広域環境基本計画

(案)の閲覧場所 ○役場住民課

します。

- (誤)「きそさきAZクラブ」設立 → (正)美し国三重市町対抗駅伝大会選手壮行会
- (誤)美し国三重市町駅伝大会 (正)第27回木曽岬一周輪中駅伝大会
- (6)特別職の報酬等の状況 町長期末手当6月期 (誤) 1.95月分 → (正) 1.90月分



## を募集します 計画(案)に関するご意見 桑名・員弁広域環境基本

まいの皆さんからのご意見を募集 べ市、 このたび、「桑名・員弁広域環境 たので、公表するとともに、桑名 基本計画(案)」を取りまとめまし 施し「桑名・員弁広域環境基本計 についての住民意識調査などを実 2町共同で桑名・員弁地域の環境 員弁広域連合区域(桑名市、いな 桑名市、 町では、 の見直しを行ってきました。 木曽岬町、 いなべ市、 昨年度より本町を含む 東員町)にお住 東員町の2市

▼桑名・員弁広域連合ホームペー 応募資格 ○桑名市、 ~k-rengou/)でも閲覧できます。 学している方 東員町にお住まいか通勤、 (http://www.intsurf.ne.jp/ いなべ市、 木曽岬町

○パブリックコメント手続にか ○上記2市2町に事務所または 事業所のある方

かる事案に利害関係がある方

# ||意見の提出方法

接、または郵送、メール、 け取り、必要事項を記入し、 役場住民課または桑名・員弁広 M 0 5 9 4 - 2 4 - 5 1 1 0 市大字上之輪新田字永長77番地 広域連合総務課(〒11-001 ックスのいずれかで桑名・員弁 域連合総務課で所定の用紙を受 桑名 ファ 直

|閲覧および意見募集期間 ンロードできます。 用紙はホームページからもダウ

けできません。

なお、電話での意見提出はお受

E-mail:k-rengol@intsurf.ne.jp)

提出してください。

平成26年1月15日(水)まで 平成25年12月16日(月)から

|意見の取り扱い ご提出いただきました意見につ

\*各窓口で閲覧

月曜~金曜

(午前8時30分~午後5時

○桑名・員弁広域連合総務課

桑名・員弁広域連合総務課 ください。 には回答はしませんのでご了承 ることがあります。 ドレスを除き、すべて公開され ファックス番号およびメールア いては、名前、 住所、電話番号・ なお、 個別

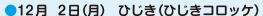
## 問合せ先

通



## 木曽岬町の地物をいかした給食の献立について

木曽岬町給食センターでは、木曽岬町産や三重県産の食材を使って「地物一番の日」として給食を提供しています。(変更になる場合があります)



●12月12日(木) みかん

●12月13日(金) 大根(大根と豚肉の煮物)

#### 図書室秋まつりが 小学校で行われました

小学校では読書週間に合わせて「図書室秋まつり」 [10月31日(木)~ 11月28日(木)] が行われました。 主な取り組みを3つ紹介します。

#### ①「先生おすすめの1冊!」

小学校の先生がおすすめの本を選び、カードに『おすすめの一言』を書いて、展示による紹介をしました。

#### ②「ブックラリー」

低学年は「なんさつ よめるかな」というブックラリーカードをもらい、期間中の10冊読もうという取り組みをしました。高学年は読んだ本の分類番号を塗っていくビンゴカードをもらい、いろいろなジャンルの本を読もうという取り組みをしました。

#### ③「BOOKクイズ」

本を読めば答えがわかるクイズを図書室内に掲示しました。

①では、本を通じて、先生と子どもたちがつながりをもつことができました。また、担任の先生のおすすめの本を読んでみようという子どもの姿がみられ、子どもたちが本をすすんで読もうとするキッカケになりました。

②では、読んだ本の数を友だちと競い合う様子も見られました。

③では、ふだん図書室にあまり来ない子が、楽しそうにクイズに取り組んでいました。クイズに答えるために本を読んだり、クイズの内容について楽しそうに友だちと話したりしていました。

これらの取り組みをきっかけにして、子どもたちが読書の良さを感じたり、本を身近に感じられたりできればと思います。今後も子どもたちの環境を整える取り組みをすすめていきたいと思います。





# 教育委員会だより

問合せ先 教育委員会 ☎68-1617

#### 子どもの権利条約 (児童の権利に関する条約) について

「子どもの権利条約(児童の権利に関する条約)」は、1989年(平成元年)に国連総会で採択され、日本は1994年(平成6年)に批准しました。全文、本文(54箇条)、末文から構成されています。この条約は世界的な観点から子どもの人権尊重、保護の促進をめざしたものであり、一人ひとりの子どもを大切にすべき点について記載されています。その中の第12条では「子どもは、自分の関わりのあることについて、自由に意見を表明する権利があります」となっています。

どの子も自分が言いたいことはすべて表現しているようにはみえますが、大人が思っている以上に、子どもの思いは制限されていることもあります。まずは、意見がきちんと言えるよう子どもに「聞く・話す」力をつけることは大切なことです。そのためにも、周りの大人が自由に意見を言えるような環境を整えていくことも大切だと考えられます。

たとえば、大人が「言いたいことがあったら言いなさい」と言っても、聞いてもらえない雰囲気を感じれば、子どもは自由に意見を言うことはできません。また、発達段階によっては、まだ自分の思いをうまく言えないこともあります。子どもがうまく話せなくても、大人がじっと待つように心がけることも大切なことです。

また、自由に意見を言う環境が整っていることは、いじめや虐待から子どもを守ることにもつながります。もし、クラスでいじめられていても、先生や家族にきちんと相談することができると考えられるからです。

12月4日(水)~12月10日(火)は人権週間です。 この機会に、学校・家庭・地域社会で子どもの人権に ついて考えてみましょう。

12月8日(日)には、映画『シュガー・ラッシュ』が上映されます。仲間が互いを支え合い、大冒険を繰り広げられるストーリーです。「相手を思いやり、お互いを尊重することの大切さを考える」という人権的視点からも見ることができます。ぜひ、ご来場ください。(※9ページ参照)



#### 木曽岬水泳協会 みえスポーツフェスティバル上位入賞!

10月6日(日)に鈴鹿スポーツガーデン水泳場(三重県)で開催された"みえスポーツフェスティバル2013水泳大会"において木曽岬町水泳協会から松下徹さん・大橋広将さんの2名が出場し、次のとおり各種目において上位入賞されました。

#### ●松下 徹

45歳~49歳の部:背泳ぎ50m 5位 自由形50m 3位

また、中学生の部 自由形100m、個人メドレー200mに出場した大橋広将さんは惜しくも入賞は逃しましたが、今後につながる力強い泳ぎを披露してくれました。



木曽岬町水泳協会では水泳の普及活動に取り組んでおり、各種大会への参加支援も行っています。小学生から大人まで参加できる大会もありますので、出てみたいという方はお気軽に水泳協会までお問い合わせください。



### 警察署コーナー

#### 年末・年始 特別警戒の実施

実施期間:平成25年12月11日(x) ~平成26年1月10日(金)

年末・年始は人の動きも慌ただしくなります。 思わぬ事件や事故に巻き込まれることのないように注意しましょう。

警察は期間中、金融機関・コンビニエンスストアなどの被害防止およびひったくり、車上ねらい、空き巣ねらいなどの被害防止を目的に特別警戒活動を実施します。

#### 振り込め詐欺に注意

このような電話がかかってきたら注意しましょう。

- カード預かります
- ●医療費の還付金・払戻金があります
- 封筒が届いていませんか
- ●携帯電話番号が変わった
- ●??国の外資を購入しませんか

という電話は、ひとりで決めず相談しましょう。

また、【以前注文された商品を送ります】という送りつけ商法に も注意しましょう。

相談は、警察総合相談電話 #9110

(受付 平日午前9:00~午後5:00)

町内10月の交通事故 ( )…平成25年累計 ●件数/12件(146件) ●死者数/0人(0人) ●負傷者数/6人(30人)



■桑名警察署

**2** (0594) 24**-**0110

■木曽岬駐在所 ☎65-3635

#### ◆どろぼうは、ねらっています◆

外出時、就寝時には確実に鍵をしましょう。たとえ短時間でも確実に鍵をしましょうダブルロック(ツーロック)は被害防止に効果的です

車から離れるときは車内にカバン・貴重品など置かないように、 必ず鍵をかけましょう。

犯行はきわめて短時間で終わります

●歩くときは、カバンなどを車道側と反対側に持ちましょう。 夜間は、明るい道を選んで歩きましょう ショルダーバッグなどは、タスキ掛けにすると効果的です

#### 年末の交通安全県民運動

実施期間:12月11日水~12月20日金

スローガン:ゆずりあう 心が三重る 道が好き

◆運動の重点◆

子どもと高齢者の交通事故防止

特に、夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通安全対策 の推進

10月1日~12月31日までの間 セーフティ・ライト・オン運動

- ●全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の 徹底
- ●飲酒運転の根絶

#### ~追突は よそ見しなけりゃ 防げます~

◆追突ゼロ作戦展開中◆

人身事故の4割強が追突事故! ●事故を起こせば重大な責任が!!桑名警察署 ☎0594-24-01110





#### 中性脂肪ってなに?

中性脂肪は、血液中の脂質と呼ばれるものの仲間です。脂質はコレステロール・中性脂肪などで形成され、これらは、私たちが生きていくうえで欠かせないものです。

#### 中性脂肪の役割

- ●エネルギー源となる
- ●臓器を衝撃から守る
- ●体温を一定に保つ



このような 大切な仕事をするために、 血液中に一定の数で存在 しなければなりません。

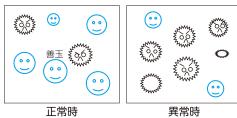
#### 中性脂肪が増えるとどうなるの?

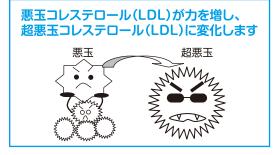
エネルギー源でもある中性脂肪は、一定の数値より増えると肥満になったり、生活習慣病の大きな原因となります。



中性脂肪が増えすぎると、体内ではこのようなことが起こります!

#### 善玉コレステロール(HDL)を減少させます





この状態が続くと動脈硬化になってしまう可能性があります!!

#### 中性脂肪が高いと危険な人って?

次のような危険因子をあわせ持つことにより、動脈硬化の進行を加速させます。

#### 改善が期待できる因子

- ●高脂血症
- ●肥 満
- ●高 血 圧
- ●食 事
- ●糖尿病●喫煙
- ●性 格●ストレス



#### 改善ができない因子

- ●加齢(45歳以上)
- ●性格(男性、閉経後の女性 にリスクが高い)
- ●遺伝

動脈硬化が引き金になり



\$ 45 45 S



脳梗

心筋梗塞

閉塞性動脈硬化症

中性脂肪の増加はコレステロール値に影響を与え、結果として脂質異常症の進行につながります。 脂質異常症を放っておくと、動脈硬化を進行させる大きな原因となります。動脈硬化は軽いうちは自 覚症状がないため放置されがちですが、進行すると命にかかわる深刻な病気につながります。

#### 中性脂肪が増える原因はコレ!!

中性脂肪が増える

原因になります。

生活のなかで、思いあたることはありませんか?

- ●肥満
  - ◎運動不足
  - ◎栄養バランスの偏った食習慣 (食べすぎ、脂肪分のとりすぎ)
- ●過度の飲酒、喫煙など

※特に精製された炭水化物である、パン、白米、麺類、菓子パン、クッキー、ケーキ、清涼飲料、炭酸飲料、お菓子やアルコールの 過剰摂取に要注意です。



#### ~楽しみながら中性脂肪を減らす方法~

肥満や高脂血症になる人は基本的に食べる事が好きな方が多いようです。そのため「減らす」という 行為はつらいと思いますが、「増やす」ということは、やりやすいのではないでしょうか。コレステロ ールの数値が下がった成功者の例では「野菜をたくさん食べる」が圧倒的に多い方法でした。 まずは、1食あたり生野菜の場合両手一杯、温野菜の場合片手一杯を目安にたっぷり野菜を食べま しょう。

#### ~コレステロール値や中性脂肪値を下げる食べ物~

#### 1. 青背の魚

…中性脂肪を下げる効果のあるEPA(エイコサペンタエンサン)やDHA(ドコサヘキサエン酸)を多く含みます。

#### 2. 豆腐などの大豆製品

…コレステロール値を下げる大豆たんぱ くを多く含みます。

#### 3. 野菜や海藻類

…コレステロールの吸収を妨げる水溶性 食物繊維を多く含みます。

#### 4. 植物油と種実類

…コレステロール値を下げる働きのある リノール酸を含みます。

#### いわしのつみれ

●青背の魚のEPAは血管を拡張して血栓を溶解させ、 EPA、DHAは中性脂肪を減らします。

#### 【材料2人分】

#### 【作り方】

- ① いわしは手開きにして尾を除き、腹骨はつけたまま小さく切ってフードプロセッサーにかける。
- ② にらは3cm長さに切る。
- ③ ①にしょうが、Aの調味料を加え、よく練り混ぜる。
- ④ フライパンに油を熱して③をスプーンで平い丸型に落とし入れ、中火で両面焼き色をつけ、弱火にして中まで火を通す。
- ⑤ 小鍋にBの調味料を煮立て、にんじん、にらを入れ、再び煮立ったら倍量の水で溶いた片栗粉を加えとろみをつける。
- ⑥ ④を器に盛り、⑤をかける。

健康的な生活を送るためには、 食生活や日頃の運動、ストレスをためないなど 生活全体のバランスを考えることが 重要です♪

#### 保健衛生のコーナー

◆福祉健康課・保健センター/☎68-6104

#### 教 室・相 談

#### すくすくひろば

**■日 時**/12月12日(株)、1月9日(株) 午前10時30分~11時30分

**■集合時間**/午前10時~10時30分

■場 所/保健センター

■対 象/1歳6ヶ月から(全6回)

■持 ち 物/お子さん用コップ、 出席カード(2回目から)

#### カウンセリング (<sub>予約制)</sub>

■日 程/12月12日(水)、1月9日(水)

■場 所/保健センター

■内 容/ことばや発達の支援、 カウンセリング

※ご希望の方は、保健師(☎68-6119)まで ご連絡ください。

#### すこやか指導室

■日 時/12月13日 金

午前10時~11時

■場 所/保健センター

**■対 象**/平成25年3·5·6月生の乳児

■持 ち 物/母子健康手帳、問診票



#### 育児相談

(予約制)

■日 時/12月13日 金

午前10時30分~11時30分 1月10日魵

午後1時30分~3時

■場 所/保健センター

**■対 象**/乳幼児、保護者

**■持 ち 物**/母子健康手帳

■内 容/身体計測、

育児・栄養などの個別相談 ※ご希望の方は、保健師までご連絡ください。

#### のびのび指導室

■日 時/1月10日 金

午前9時30分~10時30分

■場 所/保健センター

■対 象/平成25年9·10·11月生の乳児

■持 ち 物/母子健康手帳、問診票、 予防接種予診票(3ヶ月児以 ト、BCG未接種児)



#### 12月個別予防接種

#### ヒブ/小児用肺炎球菌

**■対 象**/生後2ヶ月~

#### 四種混合/三種混合/不活化ポリオ

■対 象/生後3ヶ月~

#### **BCG**

■対 象/生後5ヶ月~8ヶ月までに

#### MR(麻しん・風しん)

■対 象 / 1 期 12 ~ 24 ヶ月までに 2 期 5 歳 ~ 7 歳未満で就学前 の1年間に

#### 日本脳炎

■対 象/3歳~

#### 二種混合

**■対 象**/2期 11歳~12歳 小学6年生

#### 子宮頸がん予防ワクチン

■対 象/中学校1年生

※現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種については、積極的にお勧めしていません。 ※問合せ先:保健センター(☎68-6119)

#### 12月前半の行事日程

■12月5日休 1歳半・3歳児健診 フッ素塗布

(コアラグループ)

■ 8日回 パパママ教室

9日月 音楽療法

大腸・乳・子宮がん検診

※詳細は前月号または、町行事・健康カレンダーをご覧ください。

#### 一お知らせ一



#### 大人のカウンセリング

(予約制)

を開催します。

■日 **時**/12月5日休 午前10時~12時 予約制2名 1月14日似 午後3時~5時 予約制2名

■場 所/保健センター

※ご希望の方は、保健師 (☎68-6119) までご連絡ください。

#### 救急医療情報

◆地域救急医療情報センター ☎0594-23-1199

診察可能な病院を24時間体制で案内します。 医療機関の案内を受けたら診察の可否を病院へ確認して 受診してください。

◆桑名市応急診療所(桑名市ふれあいプラザ内)

**20594-21-9916** 

●診療科目/内科·小児科
●診療 日/土曜・日曜・祝日

●診療時間/午前9:30~12:00 午後1:00~4:00

●**土曜の夜間**/午後8:00~10:00 市桑 役名 ※8月1日より平日夜間診療は休止しています。



#### 子育て相談専用電話

土・日・祝日を除<AM8:30~PM5:00

子育てに関する相談は **全68-6119**へ(6のハロー119番)

#### 子育てサロン

●利用できる日

月曜日の午前・午後 火曜日~金曜日の午前

(12月の子育てサロンのお休み)

12月2日月・13日金・16日月 午後 土・日曜日および祝日

年末年始のお休み

12月30日月~1月3日金

#### がん検診を 受けられた方へ

今回の検診結果に、「要精検」の 文字があった方は、医療機関で必ず、 早めに精密検査を受けてください。

#### 女性の悩み相談

北勢福祉事務所の女性相談員による 電話相談・面接相談(無料)です。

#### **☎**059-352-0557

●月曜日~金曜日 午前9時~午後3時45分 ※年末年始および祝日はお休み

### 12月のお知らせ等

北部公民館

### 書室だよ!」

北部公民館では、季節のミニコーナーを設置しています。 今月は下記のとおりです。皆さまどうどご利用ください。



主な図書

#### 年末のおしごと

『汚れおとし大事典』

佐光紀子

『シンプル家事』

『使い切る。―有元葉子の整理術』 有元葉子



☞ 12月31日だけでできるおせち』

『藤井さんちのおいしいおせちと お正月のごちそう』

藤井恵



『収納上手にならなくてもいい片づけのルール』 成美堂出版編集部

#### クリスマスの本

『クリスマスツリーの 12か月』 アン・ハンター

『クリスマスイブ』

ベニ・モントレソール

『サンタクロースとぎんのくま』 マレーク・ベロニカ

『メリークリスマス おさるのジョージ』 M&H.A.レイ

『だれも知らないサンタの秘密』 アラン・スノウ

『クリスマスにはおひげがいっぱい!?』 ロジャー・デュボアザン

#### 教育関連施設開館日の お知らせ



体育館シューズを持参の上、お越しください。

-般開放日

卓球、バドミントンなど、道具の貸し出しを行っています。 自由に使用できます。

8日(日) 午前9時~午後4時 22日(日) 午前9時~正午

◎軽スポーツ教室

スポーツ推進委員による軽スポーツ教室を行います。 インディアカやドッジボール、卓球などを実施しております のでぜひお越しください。

22日(日) 午後1時~4時



部公民館

◎開館日 

午前9時~午後4時

◎開館日

火~日(祝日を除く) 午前8時30分~午後5時

※年末年始はINFOMATIONもご覧ください。

#### 中部国際空港よりお知らせ

航空機騒音については

航空機騒音・テレビ電波障害相談室をご利用ください。

●電話/0569-38-7860(直通)(午前9時~午後6時) ●FAX/0569-38-7859

※時間外は留守番電話にて対応します。

#### 家庭ごみ、資源ごみ収集日程

※収集日程については行事・健康カレンダーをご確認ください。

	A 地 区	B 地 区
対象地区	新加路戸·上加路戸·中加路 戸·大新田·外平喜·近江島· 西対海地·田代·脇付·雁ヶ地· 福崎·上見入·東見入·下見入· 辰高·上和泉·下和泉·中和泉· 小和泉·小林·栄·中栄·第 2栄	富田子・新富田子・東富田子・ 豊崎・川先・藤里台・西白鷺川・ 白鷺・源緑・下藤里・上藤里・ 松永・南栄・かおるヶ丘・な ぎさ台
可燃ごみ	毎週月・木曜日 2日・5日・9日・12日・16日 19日・23日・26日・30日(臨時)	毎週火・金曜日 3日・6日・10日・13日・17日 20日・24日・27日・29日(臨時)
不燃ごみ	毎月第1・ 4日・	
プラスチック製 容器包装	每週2 4日 · 11日 ·	
粗大ごみ	每月第2水曜日 11日	毎月第4水曜日 25日
資源ごみ	毎月第4日曜日	22日

#### 家庭ごみ収集におけるお願い

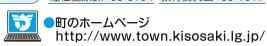
※ごみ減量にご協力をお願いします。(資源ごみ、廃品回収をご利用ください。) ※生ごみなど水分の多いものは、水切りを十分に行ってください。 ※プラスチック製容器包装は分別して専用のごみ袋に入れてください。

### 12月カレンダー

	ラスプレンター 主な行事	場所	時間	備考
1 📵	•町内一斉清掃	町内全域	30, 123	
<b>2</b> 🗐		役場を住民課・税務課	午後8時まで	収納・証明業務
3 🕸				
4 🕸				
<b>5</b> ⊕				
6 🎕		   中部・南部幼稚園保育園		
7 ⊕				
8 🗐	・日曜役場 ・人権啓発映画上映会「シュガーラッシュ」	役場 住民課・税務課     町体育館	午前8時30分~午後5時 午前10時~	
9 <b>9</b>	・八催日元の岡工のム・フェガー ファフェ	파타게 [	I Hill LOEA	
10 🕸	•第4回定例会(初日)	議場	午前9時~	
11 🕸	•年末の交通安全県民運動(10日間)			
<b>12</b> ®				
13 🎕	•第4回定例会(一般質問日)	議場	午前9時~	
14 ⊕				
15 🖷				
16 ®				
17 🕸	•第4回定例会(最終日)	議場	午前9時~	
18 🕸				
<b>19 ⊕</b>				
20 🕸				
21 ⊕				
22 🗐	•日曜役場	役場 住民課・税務課	午前8時30分~午後5時	
<b>23</b> 🗐	天皇誕生日			
24 🕸	NT2 - 1 10=#		- NORTH 445-00 ()	
<b>25</b> ®	<ul><li>・心配ごと相談</li><li>・特設人権相談</li></ul>	福祉・教育センター 福祉・教育センター	午前9時~11時30分 午前9時~11時30分	
<b>26</b> ⊛				
27 🎕				
28 ⊕				
29 🗐				
30 <sup>®</sup>				
<u>31 ®</u>				
	レンダー			
1 🕸	元旦			
2 ®				
3 🎕				
4 ⊕				

木曽岬町の人口と世帯数 11月15日現在					
	人		6,604人	(前月比-34)	
		<b>9</b>	3,366人	(前月比-15)	
		女	3,238人	(前月比-19)	
	世帯	数	2,317世帯	(前月比-21)	

祁	冒	68-8111				
퓌	<del></del> ⊟	夜間	17:1	5~翌日8:3	10/±·日·祝日	) 年末年始
糸	钐彩	S企ē	画課	68-6100	産業建設課	68-6105
				68-6101		68-6106
形	Ħ	務	課	68-6102	出納室	68-6107
信	È	民	課	68-6103	議会事務局	68-6108
袑	計	L健康	東課	68-6104	教育委員会	68-1617



#### 12月の納付

#### 納付をお忘れなく!

- 固定資産税 (12/25納期限) ·········第3期分 ●後期高齢者医療保険料 (12/25納期限) ···第6期分 ●水道料金·下水道使用料 (12/25納期限) ··· A 地区 ●幼稚園授業料 (12/16納期限) ······12月分
- ・保育園保育料(12/27納期限)・・・・・12月分口座振替の方は振替不能とならないよう通帳の残高をお確かめください。

## オリジナルナンバープレート



#### 原動機付自転車の オリジナルナンバープレートを導入します!

町制施行25周年を記念し、町のマスコットキャラクター「トマッピー」などをデザイン したオリジナルナンバープレートを500枚限定で交付します。

- ●交付開始/平成26年1月6日(月)
- ●交付対象車種

原動機付自転車第1種(50cc以下)白色

※その他の車種に関しては交付を行いません。

- ●交付場所/役場 税務課
- ●デザイン/町のイメージキャラクター「トマッピー」、町の木「桜」、町の花「水仙」を盛り込んだデザインです。
- ●交付方法/・希望ナンバー制度はありませんので、申請受付順にナンバープレートを交付します。
  - ・従来のナンバープレートとの選択制となりますが、オリジナルナンバープレート500枚交付後は従来どおりの白ナンバーのみとなります。
    - ※ご本人以外の方が手続きに来られる場合は、事前にどちらのナンバープレートの交付を希望するかご確認をお願いします。
  - ・従来のナンバープレートをお持ちの方で、オリジナルナンバープレートを希望される方も交換が出来ますので、印鑑と現在ご使用のナンバープレートを取り外していただき、役場税務課までご持参ください。
    - ※従来のナンバープレートもそのまま使用できますので、希望の方の みお越しください。
- ●問合せ先/役場 税務課 ☎68-6102