



## 平成最後の成人式

### 主な内容

成人おめでとうございます	2~4
新区長が決まりました	4
花井さん全日本選手権大会第3位!	5
第5次総合計画に関する意見を募集します	7
がんばれ!チーム木曾岬 美し国三重市町対抗駅伝	10
こんにちは 管理栄養士です	14・15



木曾岬町の人口と世帯数 1月1日現在

人口	6,313人	(前月比-5)
男	3,206人	(前月比-1)
女	3,107人	(前月比-4)
世帯数	2,443世帯	(前月比+4)



# 成人おめでとう ございます



成人式が1月12日(土)、木曾岬町民ホールで開催され、新成人たちが大人の自覚を胸に、新たな一歩を踏み出しました。

今年の新成人は、平成10年4月2日から平成11年4月1日までの間に生まれた町内在住者、および町内出身者合わせて79名が対象で、そのうち53名が出席しました。振り袖やスーツに身を包み、久しぶりに会う恩師や友人らと写真を撮ったり話に花を咲かせたりする姿が会場周辺で見られました。

式典では、加藤町長をはじめ多数の来賓の皆さまから祝辞をいただいた後、成人を迎えるにあたって中西謙太さんから決意表明がされました。その後、毎年恒例の記念アトラクションでは思い出のビデオが上映され、小中学校の恩師からは熱いメッセージをいただき、会場は当時

を思い出して大いに盛り上がっていました。

最後は黒宮健吾さんの謝辞で締めくくられ、記念撮影では会場に詰めかけた大勢の家族らが、晴れ着姿の新成人をカメラに収めようとする姿が見られ、新成人たちはとびきりの笑顔を見せていました。

また、12月2日(日)には成人式に先立ち成人式実行委員と町長、町議会議長、教育長が将来の木曾岬町について意見を交わす「新成人と語る集い」が開催されました。

当日は、自主運行バスや町外に向けて木曾岬町を情報発信していくことなどについて活発な意見が交わされました。

新成人の皆さま、おめでとうございます。また、成人式実行委員会の皆さんは、当日の式典等の運営お疲れさまでした。





## 決意表明

本日は、私たちのために、このような盛大な成人式を催していただきまして、誠に有難うございます。また、木曾岬町で成人式を迎えられますことを大変嬉しく思います。

私たちがこうして成人式を迎えられるのは、今まで私たちを支えてくれた家族、導いてくださった恩師の方々、そして温かく見守ってくださった地域の皆様、共に歩んできた仲間たちのおかげです。また、このような素晴らしい環境を私たちに与えてくれた木曾岬町に感謝の気持ちでいっぱいです。

私たちも二十歳を迎え、すでに職業に従事している人や、学業に励んでいる人など立場は様々ですが、一人ひとりが自分の行動に責任を持ち、社会の一員として常に向上心を持って前進する覚悟しております。しかし、二十歳を迎えればかりの私たちはまだまだ未熟ですので、これから幅広い視野をもって行動し、自立していくことでもっと大きな責任を負うことができる大人になれると思います。ですから、あと少しどうか見守っていただけると幸いです。少しづつではあります。社会で活躍し、貢献し、木曾岬町だけでなく日本や世界のことについて深く考えられるような大人になることをここに決意いたします。

平成三十一年一月十二日

新成人代表 中西 謙太



## 謝辞

新しい年を迎え、心新たに動き出すとする中、本日は、成人を迎えた私たちの門出に際し、このような盛大な式典を催していただき、誠にありがとうございます。また、お祝いや激励のお言葉をいただきました町長をはじめ、多数のご来賓の方々にご臨席いただき、新成人を代表して心よりお礼申し上げます。

今日まで私たちを育て、励ましご指導いただきました家族、先生方、地域の皆様に、無事成人を迎えたことを報告するとともに、感謝の気持ちを新成人一同、今改めて強く感じています。

私たち新成人は平成最後の新成人として誇りを持ち、これからの未来を担う大人になれるよう努めたいと考えております。

この二十年を振り返ると、いろいろな思い出が思い出されます。楽しかったこと、嬉しかったこと、悲しかったこと、やめたいと思ったこと、逃げ出したいと思ったこと、あきらめず続けて良かったこと、思ったこと、そんな様々な経験があったからこそ今の自分があると思います。つらいこともあると思います。しかし、よく考えてみてください。過去につらかったことは本当につらいことなのでしょう

うか。小さな悩み事ではなかったですか？またそれを乗り越えた先に大きな成果があったと思います。ある人はこんなことを言っています「人は伸び切るとジャンプできない、時にはへこむことも大事である、いくらへこんでも、お尻さえつけないければもう一回ジャンプできる。」私はこれを聞いたとき、諦めずに頑張る、この後に成長があると信じようと思えました。またその姿を見ることが自分のお世話になった人たちへの恩返しなのではないでしょうか。

そして今、成人を迎えた私たちは、大人になる喜びや不安を抱えているのが現実ですが、この木曾岬町に生まれ育ったことを誇りに持ち、大人としての自覚を持ち、社会人として、安易な選択や行動をとらないよう、自分の進むべき道を見つめながら、一つ一つに責任を持ち決断していきます。しかしながら、私たちは社会人としてもまだ未熟であるため、道に迷ったときはどうか今後とも温かいご指導とご鞭撻をお願い申し上げます。

最後になりましたが、皆さまのご健勝とご多幸をお祈りして、我々新成人一同のお礼とさせていただきます。ありがとうございました。

平成三十一年一月十二日

新成人代表 黒宮 健吾



## 成人式実行委員コメント



黒宮 健吾

まだ成人という実感がありません。それは、まだ学生でもあり、また自立できていないので成人になったという実感がないのだと思います。これからは新成人として自覚を持ち、感謝の気持ちを忘れずに、何事にも挑戦し、「あのときこうすればよかった」などの後悔のないよう全力で自分のやりたいことに挑戦していきたいです。一度きりの人生を楽しく過ごしたいです。



中西 謙太

成人になっても今すべきことは変わらないと思うので、それを常に考えて、目標を持って行動していきたいです。



松永 翔

成人になった自覚はまだありません。二十歳はもっと大人だと思っていました。これからもっと経験を重ねて、自分の思う大人の理想像に近づければなと思います。



鈴木 寛乃

今日までお世話になった家族や友達に感謝をし、将来の夢に向かって精一杯頑張りたいと思います。



西村ひなた

成人し、大人になった自覚を持ち、自分の行動に責任を持って何事にも取り組んでいきたいです。

## 平成31年 区長会の役員が決まりました

1月13日(日)午前9時より、ふるさと創生ホールにおいて第1回の区長会が開催され、平成31年区長会長、副会長及び各支部の役員が決定しましたので、お知らせします。

当日は、今後の行事報告や各協議事項等について意見交換を行いました。区長の皆様には、これから一年間、住みよい町づくりのために行政と地域のパイプ役をお願いします。

- 会長(1支部役員) 黒宮 義一
- 副会長(3B支部役員) 大堀 伸幸
- 2支部役員 伊藤 覚
- 3A支部役員 山田 徳仁
- 4支部役員 岡田 正明
- 5支部役員 富田 英史

### 平成31年 区長紹介(敬称略)

新加路戸・上加路戸 中加路戸・大新田	西川 幸男
外平喜	大西 康幸
近江島	伊藤 正人
西対海地	宮崎 博士
田代	山脇 博文
脇付	黒宮 重生
脇付(脇付住宅)	富田 英史
雁ヶ地	加藤 真悟
雁ヶ地(田代住宅)	吉田 秀敏
福崎	黒宮 清春
豊崎	加藤 朋洋
上見入	黒宮 義一

東見入	伊藤 幸成
下見入	白木 悦樹
上和泉	太田 秀光
下和泉	山田 徳仁
富田子・かおるヶ丘	伊藤 幹男
川先	丹村 暁
中和泉	伊藤 義久
小和泉	黒宮 俊明
小林	伊藤 覚
西白鷺川	吉岡 浩
白鷺	岡田 正明
源緑	花井 義武
下藤里	杉野 光義

上藤里	藤井 信行
松永	平野 洋二
栄	橋之爪 博
南栄	井田 豊
新富田子	出来 誠
藤里台	金沢 修
辰高	野崎 章
中栄	内山 康弘
東富田子	大堀 伸幸
なぎさ台	近藤 大悟
第2栄	梅田 良博



# 天皇杯 花井瑛絵さん (源緑輪中) 平成30年度 全日本レスリング選手権大会で第3位!!

本町出身の花井瑛絵さん(至学館大学1年生)が去る12月20日(木)～23日(日)に駒沢オリンピック公園総合運動場の体育館(東京都)で開催された全日本レスリング選手権において、女子フリースタイル57kg級の第3位に輝きました。

この大会は、国内大会としては最高峰に位置づく名誉ある大会であり、東京オリンピックにつながる重要な大会として大きな注目を集めました。

花井さんは今回、予選では相手に1ラウンドも与えない圧倒的なスコアで勝ち進みましたが、準決勝で優勝した伊調馨選手に惜しくも敗れました。

今大会で輝かしい成績を収め、町民に大きな感動を与えた功績に対して、この度、町から「木曾岬町スポーツ特別賞」が授与されました。

町長を表敬訪問した花井さんからは「6月に控えている全日本選抜選手権で優勝し、オリンピッ

クに行けるよう頑張ります!」と力強いコメントがありました。

今後の更なる活躍に期待しています!



## ◆木曾岬町長表彰

優良分団表彰 第1分団

優良団員表彰

第1分団分団長 服部 達哉

第2分団分団長 森 俊晶

## ◆三重県消防協会長表彰

精勤章

第3分団団員 市丸 太一

表彰徽章

第3分団副分団長 服部 将典

第4分団班長 諸戸 祐介

第1分団班長 伊藤 雅大

第1分団団員 諸戸 孝也

第3分団団員 山田 真也

第2分団団員 森 雅允

第2分団団員 留場 和樹

第3分団団員 浦 卓也

## ◆三重県消防協会北勢支会長表彰

第3分団班長 橋爪 公平

第3分団班長 服部 智仁

第1分団班長 諸戸 奨也

第1分団班長 伊藤 達郎

第4分団団員 三石 正嗣

第4分団団員 岡本 政幸

第5分団団員 黒宮 孝太

第2分団団員 伊藤 翼

## 平成31年 消防出初式

1月6日(日)小学校校庭において、平成31年の新春を飾る恒例の消防出初式が多数の来賓を迎え、盛大に挙行されました。

当日は、団員及び消防車計8台の分列行進や表彰状授与などを行いました。

町長の訓示後には、県知事代理並びに小島県会議員から祝辞を賜り、黒宮消防団長は答辞にて「災害が多く発生する近年、消防団の役割はますます重要となってきます。我々消防団の任務を全うし、町民の生命財産を災害から守ります。」と新たな一年への意欲を力強く述べられました。

式を締めくくる一斉放水では、長島木曾岬分署のハシゴ車と町消防団のポンプ車5台から空高く放水して、鮮やかな5色の水しぶきが消防活動の1年の始まりを告げました。

なお、表彰されました分団及び団員の皆様は左記のとおりです。(敬称略)



表彰状授与



分列行進

## 木曾岬幼稚園・保育園 地震、津波避難訓練を実施しました!

12月19日(水)木曾岬幼稚園・木曾岬保育園では、毎年恒例の地震・津波避難訓練を実施しました。今年度は、地震が発生し津波の発生が考えられる場合の避難施設として、新しく北部避難タワーが完成したことにより、今後は当施設を有効に活用することが必要になり、施設を活用した地震・津波訓練を実施することとしました。

今回の訓練は、園からのメール配信サービスにより園児の家庭に災害発生を知らせ、これを受け家族が園児を迎えにくることから、訓練スタートとしました。

津波発生の発表があったことにより隣接の津波避難タワーに職員の指導の下、ライフジャケットを装着し、階段で11m上の屋上まで避難を行いました。園児受付から屋上到達まで約35分掛かりましたが園児74名、家族62名、職員19名、計155名全員が無事避難を完了しました。

屋上では危機管理課の加藤から訓練結果及び地震発生時の注意事項、自助の大切さなどについて講演を行っていただき、訓練を終了しました。また、午後4時に迎えに来られた保育園の保護者も子どもと一緒に避難タワーに登り、タワーの高さを体験していただきました。「一度登ってみたかった」「どれくらいの高さがあるの」と職員に聞く姿もありました。

有事の際は、日頃の訓練で身についた行動が役に立ちます。今後も定期的な訓練を行っていききたいと思います。



### お詫びと訂正

1月号に掲載しました「桂 文太さん人権講演会」におきまして、人権ポスター表彰者の学年に一部誤りがありました。訂正し、深くお詫び申し上げます。

(誤) 中学校3年 森 くるみ (正) 中学校2年 森 くるみ

## 川先排水機場建設工事に伴う 車線規制のお知らせ

現在、三重県が進めている川先排水機場建設工事の一環で現場周辺の不発弾調査を実施します。つきましては、下記の日程で排水機場南側の町道源緑・中和泉線の一部を車線規制させていただきますので、ご迷惑をお掛けしますがご協力をお願いします。

- 規制期間 / 2月1日～2月28日  
(日曜及び雨天時は休工)
- 規制時間 / 午前8時30分～午後5時  
作業時間外は全面通行可能です。  
天候等により規制期間を変更する場合があります。
- 規制箇所 / 右記位置図のとおり  
片側交互通行となります。  
交通誘導員を配置しますので指示に 부탁드립니다。
- 業務内容 / 不発弾調査業務
- 施工業者 / 日本物理探査株式会社



- 問合せ先 / 三重県桑名農政事務所 農村基盤室  
基盤整備1課 ☎0594-24-3652  
役場 産業課 ☎68-6105



# 木曾岬町第5次総合計画後期基本計画(案)に関する 意見を募集します

木曾岬町では、平成26年度に「木曾岬町第5次総合計画(平成26年度～平成35年度の10ヶ年計画)」を策定しました。

この度、前期基本計画(平成26年度～平成30年度)が終了することにより、「後期基本計画(案)」(平成31年度～平成35年度)がまとまりましたので、計画内容につきまして皆さんからの意見を募集します。

## ●意見募集期間

2月14日(木)～2月28日(木)まで

## ●意見募集対象者

- 町内に在住し、在勤し、又は在学する方
- 町内に事務所又は事業所を有する個人又は法人  
その他団体
- 町に納税義務を有する方
- 意見募集手続に係る事案に利害関係を有する方

## ●総合計画(案)の公表方法

- 役場総務政策課(役場3階)での閲覧
- 町ホームページ  
(<http://www.town.kisosaki.lg.jp/>)での閲覧

## ●意見の提出方法及び提出先

- 窓口/役場総務政策課(役場3階)

● 郵 送/〒498-8503 木曾岬町大字西対海地251  
木曾岬町役場 総務政策課

● F A X / 68-3792

● メール / [seisaku@town.kisosaki.mie.jp](mailto:seisaku@town.kisosaki.mie.jp)

※意見書用紙については、役場総務政策課(役場3階)にて準備しています。

またホームページからもダウンロードできます。

## ●提出された意見の公表

提出された意見等については、町の考え方を付して、内容を公表します。(その際、住所、氏名等の個人情報公表しません)

なお、個別に回答は行いませんので、ご了承ください。

● 問合せ先/役場 総務政策課 ☎68-6100

## 介護認定を受けている 方へ税控除のお知らせ

障がい者控除及びおむつ代の医療費控除についてお知らせします。

### 1. 障がい者控除について

身体障がい者手帳、精神保健福祉手帳、療育手帳をお持ちの方以外にも65歳以上で要支援・要介護の認定を受けている方のうち、「障がい者等に準ずるもの」の基準に該当する方であった場合には、障がい者控除が受けられます。役場福祉健康課にて「障がい者等に準ずるもの」の基準を判断し、該当する場合は認定書を交付いたしますので、希望される方は窓口で申請してください。

注：認定書は、要介護認定情報に基づいておりませんが、介護認定と障がい者控除の認定の基準は同じものではなく、結果は必ずしも比例するものではありません。また、この認定書は、身体障がい者手帳・精神保健福祉手帳・療育手帳の交付(要件)を保障するものではありません。

### 2. おむつ代の医療費控除について

おむつ代の医療費控除対象者は、

寝たきり状態であること、および治療上おむつの使用が必要であることが条件となります。1年目は医師が発行したおむつ使用証明書が必要となりますが、2年目以降左記に該当する方は、町の発行する書類にて控除を受けることができます。

### ●おむつ代医療費控除対象確認書の発行ができる人

(①～④すべてに当てはまる人。)

- ① おむつ代についての医療費控除を受けるのが2年目以降の人
- ② 要介護認定を受けている人
- ③ おむつ代の医療費控除を受けようとする年の、介護認定資料(主治医意見書)がある人
- ④ 主治医意見書で、寝たきり状態にあり、尿失禁の発生の可能性があることを確認できる人

### 3. 申請にあつての必要書類

対象者の介護保険被保険者証及び印鑑、窓口に来られた方の本人確認書類

注：どちらの認定書発行も数日間時間を要する場合がありますので、確定申告等期限内に余裕をもって申請してください。

### ●問合せ先

役場 福祉健康課 ☎68-6104



## 木曾岬町幼稚園・保育園の遊具の設置に関するアンケートを行いました！

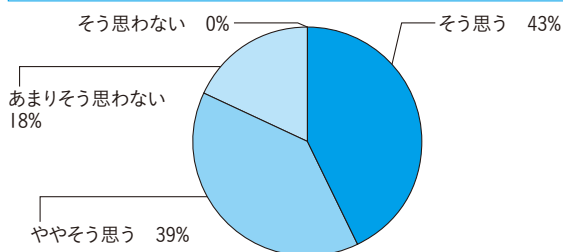
先日、木曾岬町幼稚園・保育園の遊具の一部改修に伴うアンケートを実施しました。この事業は「みえ森と緑の県民税」を活用したのですが、この税の補助金の活用により、木曾岬町の負担をほぼ無くし、遊具を改修することができました。

今回お知らせする内容は、改修後に保護者を対象としたアンケートの結果となります。

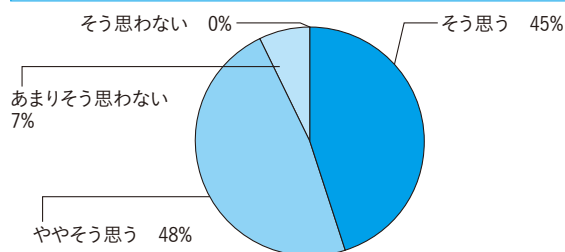
※「みえ森と緑の県民税」とは「災害に強い森林づくり」と「県民全体で森林を支える社会づくり」を進めるために、平成26年4月から三重県が導入した税金です。

結果としては、8割以上の保護者の方が木製遊具を設置することについて、森林や緑に親しむきっかけになったと回答しており、遊具の内容については9割以上の方が以前より良くなったと回答されました。

遊具を木製にすることによって、子どもたちの森林や緑と親しむきっかけが増えると思いますか



今までの遊具より新しい遊具の方が子どもたちも楽しんでいるように思いますか



### その他アンケート内容

	知っていた	知らなかった
この工事を実施していたことを知っていた	39%	61%
この工事にこの税を使っていることを知っていた	27%	73%

	そう思う	ややそう思う	あまりそう思わない	そう思わない
安全、快適に暮らすためには森林の手入れが大切だと思う	80%	20%	0%	0%
木を使う事は森林の手入れにつながると思う	39%	52%	9%	0%
このような取り組みは、森林や自然環境を見直すきっかけになるため続けるべきだと思う	50%	48%	2%	0%
これからはできるだけ三重県の木でできたものを買おうと思う	16%	55%	25%	4%

### その他自由記述意見

- 子どもたちがイメージを広げるために選べるだけの種類が必要だと思います。教師が遊具をどう生かしていくのかしっかり考えてほしいと思います。
- 温かみがあって良いと感じた。子どもたちも気持ちよく遊んでいると思います。
- 森の間伐材を使った製品を販売しているお店が近隣にあったら教えてほしい。
- 遊具はとても良かったと思う。
- 木曾岬町の財源でなく補助事業を活用していたことは知らなかったが、事業のことを知る良いきっかけになった。子どもは新しい遊具で楽しく遊んでいることをよく話してくれている。有効活用もされて、とても良いと思う。

### 春季火災予防運動

3月1日から7日まで全国一斉に春季火災予防運動が実施されます。

これに伴い「防火ポスター展」を開催します。

展示するポスターは管内の小・中学生の平成30年度入選作品86点です。

#### ●防火ポスター展

とき

2月7日(木)～2月14日(木)

場所

アピタ桑名店

(桑名市中央町三丁目21番地)

とき

2月18日(月)～2月26日(火)

場所

イオン大安店

(いなべ市大安町高柳1945番地)

#### ●2018年度

全国統一防火標語

「忘れてない？」

サイフにスマホに火の確認





空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節を迎えます。火の元、火の取り扱いは十分注意しましょう。

### ●住宅用火災警報器の取付けのお手伝いをします。

住宅用火災警報器を設置または交換したいけど、天井等に取付けることが困難な65歳以上の高齢者や障害者世帯のうち、取付けを希望する世帯を対象に消防職員が皆さんの自宅に訪問して、無料で取付けのお手伝いをします。

#### 《準備物》

電池式の住宅用火災警報器（購入などしてあらかじめ準備をお願いします。）

問 桑名市消防本部 予防課

☎0594-2415279

## 2月及び3月の自衛官候補生採用試験・平成31年度予備自衛官補の募集

### 【採用種目】

自衛官候補生（男・女）

### ●採用試験日

- (1) 2月自衛官候補生採用試験  
2月17日(日)
- (2) 3月自衛官候補生採用試験  
3月10日(日)

### ●受付期間

随時受付

### ●受験資格

18歳以上33歳未満の健康な男女

### ●試験会場

受付時に案内

### 【採用種目】

予備自衛官補

(一) 一般公募・技能公募

### ●受付期間

1月7日～4月12日

### ●受験資格

(1) 一般公募

ア 18歳以上34歳未満の者

(現に常勤の隊員、短時間勤務の官職を占める隊員、予備自衛官若しくは即応予備自衛官である者を除く。)

イ 自衛官であった期間が1年以内の者

(自衛官であった期間が通算1年未満の者)

(2) 技能公募

ア 18歳以上で国家免許資格等を有する者

(現に常勤の隊員、短時間勤務の官職を占める隊員、予備自衛官若しくは即応予備自衛官である者を除く。)

イ 自衛官であった期間が1

年以内の者

(自衛官であった期間が通算1年未満の者)

※必要な国家資格等はお問い合わせください。

### ●採用試験日

4月20日(土)～4月24日(水)

のいずれか一日が指定されま

### ●試験会場

(1) 一般：陸上自衛隊久居駐屯地(三重県伊賀市)

(2) 技能：陸上自衛隊守山駐屯地(愛知県豊田)

問 自衛隊四日市地域事務所

☎059-3511723

受付時間

午前9時～午後5時

自衛官募集コールセンター

フリーダイヤル

0120-0631792

受付時間

正午～午後8時

(年中無休)

## 犬・猫譲渡会 in 桑名

三重県では、犬、猫の殺処分数がゼロになることをめざし、保健所に収容された犬、猫を新しい飼い主へと譲り渡す取組を行っています。1匹でも多くの

犬・猫を新しい家族に迎えていただけるよう桑名地域で出張譲渡会を開催します。

### ●開催日時

3月9日(土)

午後1時～午後3時まで

※開催時間内であっても譲渡対象の犬、猫がいなくなった場合、早期終了する可能性があります。

### ●開催場所

三重県桑名庁舎

(桑名市中央町5-1)

### ●譲渡条件

三重県内に居住しており、申込条件に合致している方

### ●内容

譲渡申込受付、譲渡前説明、犬や猫の譲り渡し

### ●主催

三重県動物愛護推進センター

「あすまいる」、三重県桑名保健所

### ●共催

公益財団法人三重県動物管理事務所

### ●その他

譲渡会を円滑に行っていくため、可能な限り事前連絡をお願いします。譲渡の流れ、申込条件、誓約事項等を説明させていただきます。ごのような犬、猫を希望されるか聞き取りさ

せていただきます。

問 三重県動物愛護推進センター

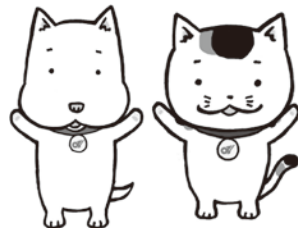
1

☎059-253-1238

三重県桑名保健所

衛生指導課

☎0594-2413623



三重県動物愛護推進センターキャラクター (きーぼうとつむぎ)

## 東海農政局からのお知らせ

●青色申告を始めましょう！

●青色申告を行う農業者(個人・法人)は収入保険に加入できます。

●収入保険は、全ての農産物を対象に自然災害や価格低下などによる収入減少が生じた場合に補償する保険です。

●青色申告につきましては最寄りの税務署に、収入保険につきましては最寄りの農業共済組合にご相談ください。

問合せ先  
教育委員会  
☎68-1617

## ～がんばれ! チーム木曾岬 第12回美し国三重市町対抗駅伝～

三重県内全29市町が出場する“美し国三重市町対抗駅伝”が今年も2月17日(日)に開催されます。今年のチームキャッチフレーズは“木曾岬町民の絆でつなぐ心のタスキ”。県庁前(津市)をスタートし、県営総合競技場陸上競技場(伊勢市)までの10区間42.195kmを木曾岬町の代表チームも激走します。大会当日は三重テレビで放送予定ですので、町民のみなさんも応援しましょう!

※掲載順については、順不同

※第7区については、中学生女子もエントリー出来るため入替る場合有り

### 第1区

小学生女子  
(1.28km)

#### 山脇 梨愛

区間賞をとれるようにがんばりたいです!!



#### 伊藤 四季

6年生ばかりだと思うけど、がんばります!

### 第3区

中学生女子  
(3.83km)

#### 宮崎 瑠那

前の一人でも多く抜けるようにがんばります!



#### 高橋 望愛

自己ベスト更新する!

### 第5区

40歳以上  
男子  
(4.60km)

#### 伊藤 勇

チームの力になれるよう頑張ります!



#### 山脇 博文

楽しみながら走りたい!

### 第7区

一般女子  
(2.89km)

#### 服部 真依

ベストを出せれるように頑張ります!

### 第9区

ジュニア  
女子  
(5.45km)

#### 平野 杏

精一杯頑張ります!

### 第2区

小学生男子  
(1.85km)

#### 水谷 薫

体調を整えてベストの走りができるよう、がんばります!



#### 宮崎 瑛大

がんばります!

### 第4区

中学生男子  
(5.58km)

#### 渡邊 駿斗

1つでも上の順位に行けるようチームに貢献したい!

### 第6区

ジュニア  
男子  
(6.36km)

#### 三倉 秀斗

去年より1秒でも速く走れるように頑張ります!

### 第8区

20歳以上  
女子  
(3.43km)

#### 平野 沢子

根性!!

### 第10区

20歳以上  
男子  
(6.425km)

#### 奈良 賢治

木曾岬町のために全力で頑張ります!



#### 佐藤 稜

一つでも上の順位に上げれるように頑張ります!



## 第12回美し国三重市町対抗駅伝木曾岬町実行委員会へ JA三重北より激励品が贈呈されました!

2月17日(日)に開催される第12回美し国三重市町対抗駅伝への出場に伴い、12月17日(月)に、JA三重北の堀田良平常務理事より美し国三重市町対抗駅伝木曾岬町実行委員長の加藤和巳さんに冠茶とスポーツドリンクが激励品として贈呈されました。

加藤委員長からは、「各区间ともに昨年度より少しでもタイムが縮められるよう全力で頑張りたい」と力強く決意が表明されました。

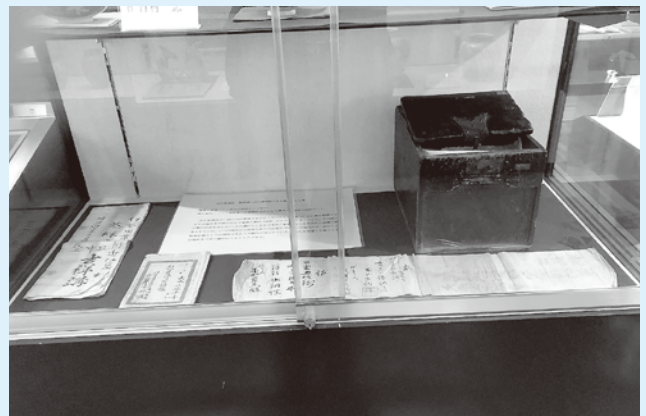


## 文化資料館からのお知らせ

この度、近江島地区より、<sup>たいやこう</sup>速夜講の際に使われていた記録綴りと木箱を寄贈いただきました。

速夜講とは、講を組織する人々が毎月各戸持ち回りで速夜(命日の前夜という意味)の勤行(俗称:おたいやさん)を行うもので、今回寄贈いただいた資料は、文化資料館に展示していますので、皆様のご来館をお待ちしております。

- 開館日/毎週日曜日(祝日の場合は休館)  
午前9時~午後4時



## わんぱくキッズスキー・スノーボードスクール開催!

1月4日(金)から6日(日)の3日間、ほおのき平スキー場(岐阜県高山市)を会場に“わんぱくキッズスキー・スノーボードスクール”を開催しました。

この事業は『「できた!」が自信につながる』『自然の中でコミュニケーション能力を育む』『自立心と社会性を身に付ける』の3つをテーマに桑名郡市の小・中学生を対象に木曾岬町体育協会と桑名市の総合型スポーツクラブが共催したものです。

今回は47名(内、木曾岬からは2名)の参加者があり、3日間の活動を通じて、スキー・スノーボード技術の習得はもちろんのこと、他市町の同世代や学年の違う子どもとたくさん友達になったり触れ合ったりする良い機会となりました。また、キャンプカウンセラーのお兄さん・お姉さんに助けてもらいながらも、自分のことは自分でするという良い経験にもなりました。



シリーズ

# 木曾岬町CSアクションプラン2018

～地域ぐるみで子どもを育てる取組をめざして⑪～

子どもたちの豊かな育ちには、学校・家庭・地域の連携が大切です。木曾岬町教育委員会では、学校(園)教育基本方針に基づき、今年度「木曾岬町コミュニティ・スクール(CS)アクションプラン2018」を展開しています。

この「木曾岬町CSアクションプラン2018」の中の1つに、「読書を楽しむ子」の推進を掲げて、学校・家庭・地域のそれぞれの立場でできることを活動指標として示しました。(詳細は、HPをご覧ください。)

2月号では、小学校における読書活動の充実に向けた取組についてご紹介します。

## 読書の日常化をめざして

読書活動は、子どもが言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、創造力を豊かなものにし、人生をより深く生きる力を身に付けていく上で欠くことのできないものです。小学校では、朝読書の取組をはじめ、日常的に子どもたちが読書に親しむための取組を続けています。



図書室には読書意欲が高まる書棚が並ぶ

例えば、図書室では担当教員や図書館司書が中心となって「図書館まつり」の取組や館内ディスプレイの作成を行い、子どもたちの読書への興味関心を高めています。また、「読書登山」で紹介された本、教科書教材の作者の本、「おすすめの本」などの紹介をしたり、貸出達成者の名前を掲示したりするなど、読書意欲を高める工夫も行っています。

## 家庭との協力を求めて

今年の教育講演会には、「ほがらか絵本畑」の三浦伸也さん(愛称：しんちゃん)をお招きして、「笑顔の底力」という演題でご講演をしていただきました。

子どもたちには、即興で作った「木曾岬町に伝わる昔話」という内容で絵本の魅力をお話いただき、会場は笑顔に包まれました。また、保護者や地域の方に向けては、読み聞かせの効用として、家族のぬくもりと温かい雰囲気からくる安心感、言葉を楽しむゆとり感が得られることを教えていただき、家庭読書の在り方や大切さを共有することができました。



11月17日 教育講演会の様子

今年度は4回にわたり、小学校の「コミュニティ・スクール(CS)アクションプラン2018」の取り組みを紹介しました。プランの柱であります「学力」「スマホ」「読書」の課題については、家庭・地域・学校との連携を図りながら、継続した取組が必要であると考えています。今後も温かいご支援とご協力をお願いします。



## 今月の図書館コーナー

2月を迎え、これから節分、立春を経て、季節は少しずつ春へ向かっていきます。古来の考えによると「節分」は、天候が不安定な季節の変わり目に行事を行うことによって、人々に健康管理の注意を促す意味もあったそうです。現代の節分で豆まきをするとき、家内安全と共に健康にも心がけたいものです。当館では、健康に関する書籍を多く扱っています。ぜひスタッフにお尋ねください。

### ●2月のメインコーナーは「ねこの日」特集

最近の猫ブームで、当館でも猫の本が大人気です。2/22の『ねこの日』にちなんで、猫の出でくる小説や絵本、エッセイ、写真集などの本を勢ぞろいさせています。ヘミングウェイ、谷崎潤一郎、池波正太郎、室生犀星……。多くの文豪が、愛猫家として有名です。また、夏目漱石は自他共に認める「犬派」だったそうですが、迷い猫が来たことがきっかけで「吾輩は猫である」という代表作が誕生したそうです。猫好きな方はもちろん、そうでない方も猫に関心を持ってもらえるのではないのでしょうか。

ミニコーナーは、「バレンタインデー特集」と「雪の日」です。季節を感じるコーナーをお楽しみください。

### ●ミニイベントの開催予定

昨年11月には、ハロウィンイベント「おばけトマトを探せ」が大好評をいただきました。「ぜひ第2弾をやってほしい」というリクエストにお応えして、今月はミニイベント「ハートを探せ」を開催いたします。中学生以下のお子さん対象で、館内に隠れているハートを見つけた方には、ささやかなプレゼントがあります。見つけられた方は、カウンターまでお申し付けください。なお、数には限りがありますのであらかじめご了承ください。

### ●いとうひろしさんの講演会開催

1月13日に、町立図書館開館1周年を記念して、絵本作家のいとうひろしさんをお迎えして講演会を開催（三重県総合教育センターと共催）しました。いとうひろしさんには、「絵本の育て方ー絵本を読むこと、作ることー」というテーマで、絵本の制作エピソードやご自身の子育ての話を交えながら、絵本に対する熱い思いをお話いただきました。ゆったりとした時の流れで、楽しいひとときを過ごすことができました。



- |       |       |            |                       |
|-------|-------|------------|-----------------------|
| ◎ 開館日 | 火～木   | 午前10時～午後6時 | ◎ 郷土文化交流スペース（2月の展示予定） |
|       | 金     | 正午～午後8時    | ・ 中年婦人会の作品展示          |
|       | 土・日・祝 | 午前9時～午後5時  |                       |



● 問合せ先 / 町立図書館 ☎40-9010 HP : <http://kisosaki-library.net/>

### 教育関連施設 開館日のお知らせ



#### 町 体育館 体育館シューズを持参の上、お越しください。

- ◎ 一般開放日  
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。  
10日(日) 午前9時～午後4時 24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ないます。  
ソフトバレーボールやファミリーバドミントンなどを実施していますのでぜひ体育館へお越しください。  
24日(日) 午後1時～午後4時

#### 文 化 資 料 館

- ◎ 開館日  
毎週日曜日  
午前9時～午後4時

#### 北 部 公 民 館

- ◎ 開館日  
火～日（祝日を除く）  
午前8時30分～午後5時

## ⑦とろみやたれ焼きで舌に味を残す

同じ塩分量の調理でも、とろみがついていたり、たれ焼きなどにしてあると、濃い味に感じます。

料理表面にからんだ味を舌がはつきりと感じとります。

## ⑧市販の減塩調味料をじょうずに利用を

薄味でどうしても、もの足りない場合や厳しく減塩する必要がある場合は、減塩タイプの調味料を利用するのも一つの方法です。また、普通のしょうゆを酢、だし汁などで割って用いるのも一つの方法です。



減塩メニュー 11月のヘルシークッキングで作りました。

## ★ごま風味の牛乳とろろ汁

材料	1人分	8人分	
長芋	25g	200g	
練り白ごま	小さじ1	大さじ2・2/3	
A	牛乳	130ml	1040ml
	こいくちしょうゆ	小さじ1/2	小さじ4
	みりん	小さじ1/2	小さじ4
小ねぎ	1本(20g)	160g	
いり白ごま	小さじ1/2	小さじ4	
青のり	少々	適量	

エネルギー 172kcal  
カルシウム 242mg  
塩分 0.6g

### 作り方

- ① 長芋は皮をむき、すりおろす。小ねぎは小口切りにする。Aは混ぜ合わせ、人肌に温める。
- ② ボウルに練りごまを入れてスプーンですり混ぜ、香りが立ったら長芋を加え混ぜ、均一になったらAを少しずつ加え混ぜる。
- ③ 器に盛り、白ごまひとつまみを指先でつぶして散らし、小ねぎひとつまみを浮かべる。残りの小ねぎとごま、青のりを別の器に盛って添え、好みで加える。

ごまなどに多く含まれるマグネシウムは、血圧を下げる手助けを。カルシウムは血圧の上昇を抑えて血圧を安定させます。



## 警察署コーナー



■桑名警察署 ☎(0594)24-0110  
■木曾岬駐在所 ☎65-3635

## インターネットの悪用による被害に遭わないために!

【サイバーセキュリティ月間】2月1日(金)～3月18日(月)までの間

架空請求やワンクリック請求などに遭遇したら...

### ◆慌てて連絡をしない

身に覚えがなくても記載されている連絡先に(電話番号やメールアドレス)には絶対に連絡をしないことが重要です。

こちらから連絡をすることで、相手先(見知らぬ第三者)にこちらの連絡先を知られる可能性があります。

### ◆不安な場合は消費生活センターなどに相談を

架空請求のメールを受け取ったり、ワンクリック請求にあったりして不安な場合は、警察署や消費生活センターなどの窓口にご相談しましょう。

- 三重県消費生活センター 『059-228-2212』  
【平日、日曜日の午前9時～午後4時まで】
- 警察安全相談電話 『#9110』『059-224-9110』  
【平日の午前9時～午後5時まで】
- 桑名警察署 『0594-24-0110』

### ◆支払わない、連絡しない

身に覚えのない支払いを求める架空請求の場合は、無視してもかまいません。

なぜなら架空請求の大半は、無作為に選んだ複数の宛先に、大量に同一の文面をメールを送るもので特に送り先を見定めて送っているわけではありません。

### ◆個人情報管理の徹底を

住所や電話番号などの個人情報を、悪意のある者に知られると、嫌がらせ詐欺などの被害にあう可能性があります。ホームページやメールなどで、むやみに個人情報を公開したり送ったりしないようにしましょう。

また、SNSやゲームなどを通じて個人情報を教え、後にトラブルになったり嫌がらせを受けるケースもありますので、信頼のできる相手以外には教えないようにするとともに、お子様のいる家庭では、インターネット利用時のルールを決め、フィルタリング機能を使うことで、トラブルを防ぎましょう。





# 冬に気をつけよう! 高血圧

冬に多い心筋梗塞や脳卒中は、高血圧によって発症のリスクが高まるといわれています。目立った症状もなく、突然重篤な病気を発症し、突然死すら招くことから“サイレントキラー”と呼ばれる高血圧。

日頃から血圧が高めな方、健康診断で高めの結果が出た方、生活習慣を見直してみませんか？

《血圧チェック》	収縮期血圧(上)	拡張期血圧(下)
至適血圧 (病気になる リスクが低い血圧)	120未満かつ	80未満
高血圧	140以上または	90以上

(単位/mmHg)

## 見直しのポイント

- 減塩を心がけましょう
- 過食をしない
- コレステロールや糖分の多いものを食べすぎない
- 禁煙
- アルコールの過剰摂取をやめましょう
- ぐっすり眠る
- ストレスを減らす

## 減塩アイデア

### ① 新鮮な材料、旬のものを選びましょう

旬の素材や、鮮度の高い生鮮食品には、それ自体の香りやうまみがあります。素材そのものの持ち味を生かした料理を味わいましょう。

### ② だしとうまみ、うまみ材料を利用しましょう

かつお節やだし昆布、干しいたけなどの天然素材でとった濃いめのだしを活用しましょう。インスタントの和風だしは手軽で便利ですが、塩分が天然素材の3倍含まれているので、味付け用の調味料を減らすことが大切です。

### ③ ほどよい酸味をしょうずに生かす

食塩やしょうゆのかわりに、酢やレモン汁、ゆずなどを調味に使うと、すっきりした酸味が薄味のもの足りなさをカバーしてくれます。さらに、酸味は魚や肉の臭みを消してくれます。

### ④ 香辛野菜や香味野菜を利用する

冷や奴にシソの葉のせん切りとしょうがのすりおろしを添えたり、肉や魚にはんにくやしょうがなどで下味をつけておくと、調理用の塩やしょうゆなどの使用量を減らせます。

### ⑤ 油を使ってコクをつける

油脂には風味やこくがあり、効果的に使えば減塩献立の助けになります。ごま油やオリーブ油など風味のある油なら少量で効果的。ただし、エネルギーが高くなりすぎないように注意しましょう。

### ⑥ 味付けにメリハリをつける

献立全体を薄味にすると、どうしてももの足りなさを感じます。1品だけはしっかり味をつけ、もう1品は薄味にするなど、味付けにメリハリをつけると満足感が得られやすいです。

## 日頃の食事について見直してみましょう

- 食塩量の多い食品が好きな方は減らしましょう。  
例) 梅干し(10g) 塩分約0.5g～2g  
ぬか漬(30g) 塩分約1.5g
- 味付けされたおかずは、卓上でしょうゆやソースはかけないようにしましょう。  
(食卓に置かないことが大切)  
かけるよりも少量つける習慣を身につけましょう。
- ごま、くるみ、ゆず、のりなどを効果的に利用しましょう。
- みそ汁の具(野菜・豆腐・わかめなど)は多くし、みそ汁を煮つめないようにしましょう。  
1日3回汁物を飲まれる方は2回に減らすだけで、1g以上の減塩になります。
- めん類のスープは残しましょう。  
ラーメンを汁まで全部食べると塩分約6g  
(高血圧症の食塩摂取目標値、国際基準の1日分)
- お酒と塩分は相乗効果で量が増えます。  
お酒のお供には、ついつい塩分の高いおつまみがほしくなります。塩辛いものを食べるとのどを潤すためにまたお酒も進みます。飲み過ぎ食べ過ぎに注意しましょう。
- 減塩の基準を覚えておきましょう。  
女性 7.0g未満 男性 8.0g未満  
高血圧の方 6.0g未満

わたしたちのまちな

NEWS

INFORMATION

生活のミニ情報

教育委員会より

こんにちは 管理栄養士です

警察署 コーナー

税インフォメーション

カレンダー

## 個人で事業を行っている方の帳簿の 記載・記録の保存について

事業所得、不動産所得または山林所得を生ずべき業務を行う全ての方は、記帳と帳簿書類の保存が必要です（所得税および復興特別所得税の申告が必要でない方も対象）。

詳細は、国税庁ホームページ（<http://www.nta.go.jp>）をご覧ください。最寄りの税務署（所得税担当）にお問い合わせください。

【国税庁HPホーム > 税の情報・手続・用紙 > 税について調べる >

所得税（確定申告書等作成コーナー）> 個人で事業を行っている方の記帳・帳簿等の保存について】

●桑名税務署 個人課税部門 ☎0594-22-5123（ダイヤルイン）

## 確定申告会場について

桑名税務署の平成30年分確定申告会場は、桑名市役所5階大会議室です。

●**開設期間**／2月18日(月)～3月15日(金)（土曜、日曜を除く。）

※開設期間前の税務署での申告相談は、電話等による「事前予約」をされた方を対象に行っています。

※予約状況によっては、ご希望の日時に申告相談をいたしかねる場合もありますので、ご了承ください。

※確定申告会場にお越しいただく際には、事前予約は必要ありません。

※ご自宅等で作成された確定申告書は、会場開設前でも郵送等で提出できます。

●**開設時間**／午前9時～午後5時（受付時間：午後4時まで）

※例年、確定申告会場は大変混雑し、長時間お待ちいただくことがあります。

※確定申告会場の混雑の状況により、受付を早めに終了する場合があります。

●**その他**／① 開設期間中は、税務署では申告書の作成指導は行っておりませんので、ご了承ください。

② 駐車場の混雑が予想されますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

③ 確定申告会場では納税窓口を設けておりませんので、納税をされる方は振替納税をご利用いただくか、銀行・信用金庫または郵便局の窓口での納付をお願いします。

④ マイナンバーを記載した申告書を提出する際には、申告者ご本人の本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。

平成31年1月からは、いつでもどこでも「スマホ」で申告。

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、スマートフォンでも所得税の確定申告書の作成ができます。

確定申告会場にも、ご自身のスマートフォンやタブレットを利用して確定申告書の作成を行うコーナーを設けていますので、ぜひご利用ください。

〈**問合せ先**〉 桑名税務署（〒511-8510 桑名市江場7番地6）☎0594（22）5121

※税務署の電話番号にお掛けいただくと、自動音声によりご案内します。

ご用件に応じて次の番号を選択してください。

- ・**所得税及び復興特別所得税、消費税及び地方消費税の確定申告、贈与税の申告に関するご相談の場合** ⇒「0」確定申告電話相談センター（平成31年3月15日まで）
- ・**国税に関する一般的なご相談の場合**  
⇒「1」電話相談センター（税務相談室職員がお答えします。）
- ・**税務署からの照会やお尋ねまたは職員にご用の場合**  
⇒「2」税務署
- ・**消費税の軽減税率制度に関するご相談**  
⇒「3」消費税の軽減税率制度に関する専用窓口



# 2月カレンダー

主な行事	場所	時間	備考
1 ㊟・中学校入学説明会			
3 ㊟・木曾岬輪中駅伝大会			
5 ㊟・もぐもぐ教室	保健センター	午前10時～午前11時30分	
6 ㊟・転倒予防教室	保健センター	午後1時30分～午後3時	
7 ㊟・カウンセリング ・お酢の楽しい使い方講座	保健センター 保健センター	午前9時～午前10時 午前10時～午後1時30分	要予約 ☎68-6119
8 ㊟・幼稚園・保育園入園説明会			
12 ㊟・のびのび指導室 ・母乳相談	保健センター 保健センター	午前9時30分～午前10時30分 午前10時～午前11時	
13 ㊟・シェイプアップ教室	保健センター	午後1時30分～午後3時	
14 ㊟・すくすくひろば ・1歳半健診・3歳児健診 ・集団フッ素塗布	保健センター 保健センター 保健センター	午前10時～午前11時30分 午後1時15分～午後2時30分	
18 ㊟・音楽療法（子育てサロン）	福祉・教育センター集会室	午前10時30分～午前11時30分	
20 ㊟・転倒予防教室	保健センター	午後1時30分～午後3時	
21 ㊟・北勢地域若者サポートステーション 出張相談in木曾岬	福祉・教育センター	午前9時30分～午前11時30分	要予約 ☎059-359-7280
22 ㊟・育児相談	保健センター	午後1時30分～午後3時	
24 ㊟・日曜役場	役場 住民課・税務課	午前8時30分～午後5時	収納・証明業務
25 ㊟・人権相談 ・法律相談（予約制）	福祉・教育センター	午前9時～午前11時30分	
27 ㊟・ブックスタート ・シェイプアップ教室	図書館 保健センター	午後2時30分～午後3時30分 午後1時30分～午後3時	
28 ㊟・カウンセリング	保健センター		要予約 ☎68-6119

納付を  
お忘れなく!

## 2月の納付

- 固定資産税(2/28納期限) …………… 第4期分
  - 国民健康保険料(2/28納期限) …………… 第8期分
  - 後期高齢者医療保険料(2/28納期限) 第8期分
  - 水道料金・下水道使用料(2/28納期限) A地区
  - 幼稚園授業料(2/27納期限) …………… 2月分
  - 保育園保育料(2/27納期限) …………… 2月分
  - 学校給食費(2/15納期限) …………… 2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。

## 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。

夜間・休日電話 40-9008  
平日夜間 午後5:15～翌日 午前8:30 / 土・日・祝日・年末年始

総務政策課 68-6100	建設課 68-6106
危機管理課 68-6101	会計課 68-6107
税務課 68-6102	議会事務局 68-6108
住民課 68-6103	教育委員会 68-1617
福祉健康課 68-6104	保健センター 68-6119
産業課 68-6105	町立図書館 40-9010



● 町のホームページ  
<http://www.town.kisosaki.lg.jp/>

## 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・なぎざ台
可燃ごみ	毎週月・木曜日 4日・7日・11日・14日・18日 21日・25日・28日	毎週火・金曜日 1日・5日・8日・12日・15日 19日・22日・26日
不燃ごみ	毎月第1・第3水曜日 6日・20日	
プラスチック製容器包装	毎週水曜日 6日・13日・20日・27日	
粗大ごみ	毎月第2水曜日 13日	毎月第4水曜日 27日
資源ごみ	毎月第4日曜日 24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。

# 未曾岬町の行事



【写真】平成31年消防出初式の様子