



おたみせ

October

10月号

広報みなみいせ

No.229



デジタル二次元コード



今月の主な内容

剣祖祭

くわしくは16ページをご覧ください。

臨時議会 / 国民健康保険からのお知らせ … ②
新型コロナウイルス感染症予防接種の実施ほか … ③
防災訓練のお知らせ … ④～⑤
インフルエンザ予防接種の実施ほか … ⑥～⑦
30歳代健診ほか … ⑧～⑨
あばばくないコラムほか … ⑩～⑪
教育委員会通信ほか … ⑫～⑬
みなみいせまつり 2024 開催 … ⑭～⑮

まちのできごと … ⑯～⑲
海ごみゼロ標語コンクール募集ほか … ⑲～⑲
スマートフォン教室開催ほか … ⑲～⑲
自衛官等募集ほか … ⑲～⑲
みなみいせ元氣ネットからのお知らせほか … ⑲～⑲
和太鼓体験教室の開催 / 障害福祉の窓ほか … ⑲～⑲
町民文化会館便り / ぐらしの情報ほか … ⑲～⑲
にこにこ広場 / いいきしんど … ⑲～⑲

人の動き

人	□	10,620人	(-28)
男		4,976人	(-12)
女		5,644人	(-16)
世帯数		5,515世帯	(-13)
9月1日現在 () 内は前月比			

令和6年南伊勢町議会 臨時会開催

8月7日に第5回臨時会、8月26日に第6回臨時会が開催され、上程された条例改正などが原案どおり可決されました。

第5回臨時会

【可決された議案】

- 南伊勢町福祉作業所の設置及び管理に関する条例の一部を改正する条例
- 指定管理者の指定について
- 工事請負契約の締結について

第6回臨時会

【可決された議案】

- 南伊勢町国民健康保険条例の一部を改正する条例
- 三重県後期高齢者医療広域連合規約の変更に関する協議について
- 工事請負契約の締結について

国民健康保険からのお知らせ

「ポリファーマシー」という言葉をご存知ですか？

ポリファーマシーとは、複数を意味する「ポリ」、調剤を意味する「ファーマシー」を合わせた言葉で、単に服用する調剤が多いことではなく、多くの薬を服用しているために副作用を起こしたり、正しい服薬ができなくなっている状態のことをいいます。

複数の医療機関や診療科の受診等により、処方されるそれぞれの薬の把握が難しく、薬の種類が増えたり、同じ成分の薬が処方されていることがあります。薬の数が増えると、薬同士が相互に影響しあい、薬が効きすぎてしまったり、効かなかったり、副作用が起こりやすくなってしまふことがあります。また、加齢等により内臓の働きが弱くなると、薬を分解したり、体の外に排出するのに時間がかかり、副作用を起こすリスクが高まります。

ポリファーマシーを予防・解消するには

薬を処方する医師、調剤をする薬剤師をはじめとした医療機関にかかわるそれぞれの専門家と情報共有することが重要です。

- お薬手帳は医療機関や薬局ごとに分けて1冊にまとめておきましょう。
- 日頃から気軽に相談できるかかりつけの医師や薬剤師を持ちましょう。気になる症状があっても、勝手に薬をやめたり、減らしたりするのはよくありません。必ず、医師や薬剤師に相談しましょう。

問い合わせ先 税務住民課 国保医療係 ☎0599-66-1708

高齢者(65歳以上)の新型コロナウイルス感染症予防接種を実施します

実施期間 令和6年10月1日～令和7年1月31日まで

対象者 ①65歳以上の方。

②60歳以上65歳未満で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に、日常生活が極度に制限される程度の障がい有する方。

料 金 2,100円(実施期間中一人一回に限ります)

※生活保護受給中の方は無料です。医療機関の窓口でお申し出下さい。

持ち物 ・健康保険証 ・健康手帳

※新型コロナウイルス感染症予防接種の接種について

- ・対象者は南伊勢町に住所を有する方に限ります。
- ・医療機関に置いてある説明書や注意事項をよく読み、理解してから受けましょう。
- ・病気で治療中の方やアレルギー等、心配のある方は医師とよく相談の上、接種してください。



Q. 新型コロナワクチンとそれ以外のワクチンは、同時に接種することはできますか。また、接種間隔を空ける必要はありますか。

A. 厚生労働省ホームページによると「新型コロナワクチンと他のワクチンとの同時接種は医師が特に必要と認めた場合に可能です。また、他のワクチンとの接種間隔に制限はありません。」とされています。かかりつけ医や接種医にご相談ください。

問い合わせ先 子育て・福祉課 健康増進係 ☎0599-66-1114

宝くじの助成金で区の活動備品などを整備

神津佐区では、一般財団法人自治総合センターの宝くじの社会貢献広報事業である「令和6年度コミュニティ助成事業」の採択を受け、以下の備品を整備しました。今後も、地域に根差したコミュニティ活動の活性化が期待されます。

【神津佐区】

- | | | | |
|------------|-------------|-------------|---------------|
| ◆カラー複合機 | ◆給紙テーブル | ◆会議用 丸机 | ◆肘付きミーティングチェア |
| ◆イベント用屋台 | ◆回転式 丸椅子 | ◆折りたたみテーブル | ◆折りたたみ座卓テーブル |
| ◆プラスチックチェア | ◆プラスチックテーブル | ◆折りたたみパイプ椅子 | |



問い合わせ先 まちづくり推進課 政策係 ☎0599-66-1366

＼訓練の時間が**1時間はやくなります。**／



防災訓練のお知らせ



訓練日：10月20日(日) 午前9時から【予備日なし】

※大雨・洪水警報などが発表された場合は訓練を中止します。(状況により町が判断します。)

■ 訓練スケジュール ■

8:00	訓練についてお知らせ
9:00	地震発生報(J-ALERT)
9:01	地震(主要動)到達(震度6強～7) 防災無線による地震発生と避難の呼びかけ
9:03	大津波警報発令(J-ALERT) 避難呼びかけ(防災無線および、エリアメール※)
9:15	津波第1波(30cm程度の陸上浸水)
9:20	津波第2波(最大波)
9:30	津波警報解除(避難解除)
9:30～	各地区での個別の訓練にご参加ください。

※携帯電話・スマートフォンにエリアメールが配信されます。(機種によっては受信できないものもあります)

② 9:05～9:15【避難開始】

**高台に避難
してください**



ブロック塀や
切れた電線に
注意。

ヘルメット、非常持出し袋を持って住民同士が
声をかけ、逃げ遅れないように避難しましょう。

10分くらいで一次避難所に逃げられますか？
避難にどれくらいの時間が必要か計ってみましょう。

訓練イメージ

① 9:00～9:05

【最優先で自分の命を守る】



お家の耐震は大丈夫？？
家具の転倒防止は大丈夫？？
夜？雨が降っている場合も。

大きな揺れは、2～5分続きます。
揺れが収まってから行動(避難)しましょう。



防火対策

ガスの元栓を
閉め電気のブ
レーカーを落
としましょう。

●防災訓練の目的

令和6年度の南伊勢町防災訓練は、南海トラフを震源とするM9クラスの巨大地震による大津波を想定した避難訓練を行います。

皆様の参加とご協力のもと広く町民一人ひとりの防災意識を高めることを目指します。

ご家族や近隣の方々と一緒に訓練に参加する絶好の機会です。この機会に是非、訓練に参加し、もしもの時のために備えましょう。

お子様からご年配の方まで多くの方々のご参加をお願いします。

●自動車での避難は？

避難場所への避難は**徒歩**を原則とします。

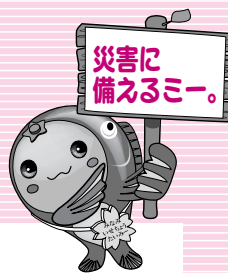
東日本大震災において、地形条件により徒歩避難では高台に到着するまで時間を要したと聞いています。当町では高齢者も多く、避難行動要支援者の避難等、やむを得ないケースについて、地区で合意形成、ルール化することで自動車等の避難も有効かと…。

※ただし、自動車避難のリスクも多いので十分に地区で検討する必要があります。

ぼうさい
忘災

ぼうさい
防災

『災害は忘れたときにやってくる。』



④ 9:30～【地区での訓練】

各地区独自の訓練に参加しましょう。



避難所運営訓練



消火訓練



土のう作り・積み訓練



●自助の取組み

ライフラインが止まったときに備えて、日常的に食料品・飲料水を備蓄するよう努めましょう。

最低でも3日分の備えが必要ですが、大規模災害に対しては**1週間分の備蓄**があるとよいと言われています。飲料水は**一人1日3リットル**を目安としてください。

③ 9:15～9:30【避難終了】



より早く、
より高く

※相賀浦地区のみなさまへ

町防災訓練終了後、陸上自衛隊と担架搬送訓練を行います。

※船越地区のみなさまへ

町防災訓練終了後、南勢分署と心肺蘇生法訓練を行います。

※方座浦地区のみなさまへ

町防災訓練終了後、南島分署と消火訓練を行います。

ぜひ、多くの参加をお願いします。

高齢者(65歳以上)のインフルエンザ予防接種を実施します

実施期間 令和6年10月1日～令和7年1月31日まで

対象者 ①65歳以上の方。

②60歳～65歳未満で心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に、日常生活が極度に制限される程度の障がい有する方。

料 金 1,300円(実施期間中一人一回に限りです)

※生活保護受給中の方は無料です。医療機関の窓口でお申し出下さい。

持ち物 ・健康保険証 ・健康手帳

※高齢者インフルエンザ予防接種の接種について

- ・対象者は南伊勢町に住所を有する方に限ります。
- ・医療機関に置いてある説明書や注意事項をよく読み、理解してから受けましょう。
- ・病気で治療中の方やアレルギー等、心配のある方は医師とよく相談の上、接種してください。

問い合わせ先 子育て・福祉課 健康増進係 ☎0599-66-1114

子どものインフルエンザワクチン費の助成について

対象者 接種日において南伊勢町に住所を有し対象年齢に該当する方

対象年齢 生後6ヵ月～高校3年生に相当する方

助成額 予防接種に要した費用

生後6ヵ月～小学6年生…1人2回まで

中学1年生～高校3年生に相当する方…1人1回まで

申請期限 接種した日の年度末(3月31日)まで

申請方法 申請書に領収書(インフルエンザワクチン予防接種代とわかるもの)と振込通帳の写し(保護者の口座に限る)・母子手帳を添えて申請してください。

※領収書・明細書等で、接種ワクチン名・回数の記載のあるものを必ず添付してください。

注 意 点 接種に関しては、主治医とよくご相談ください。

問い合わせ先 子育て・福祉課 健康増進係 ☎0599-66-1114

認知(見える力)+非認知(見えない力)=生きる力

2学期は学習の山場です。難しい単元が目白押し。基礎力を磨いて乗り越えていこう!五ヶ所教室にはいろいろなコースがあります。

📱のぞいてみてね📱

Instagram@hayamama8083

秋から始めてじっくりと

- ・新一年生入学準備
- ・新中一準備コース
- ・算数国語英語コース
- ・ことばパーク (Zoom)



読む力・考える力—伸びる学力

学研教室

幼児/算数・数学/国語/英語

学研五ヶ所教室 090-7604-5801

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



各1枚 300円

9月17日(火)2種類同時発売!

発売期間 9/17(火)～10/17(木)

公益財団法人三重県市町村振興協会

町内医療機関でのがん検診は11月30日までです!

がん検診は医療保険の種類に関係なく受けることができます。個別医療機関で実施するがん検診は次のとおりです。早期発見、早期治療のためにぜひこの機会に受診しましょう。

受診を希望される方は、事前に医療機関へご予約下さい。

なお、今年度、町が実施した検診バスでの検診(集団検診)を受けられた方は、同種類の検診を個別医療機関で受診していただくことはできません。再度受けられた場合は**全額自己負担**となりますのでご注意ください。

●受診できる検診と医療機関

検診名	対象者	検診機関(電話番号) ◆50音順	料金※1
胃がん検診※2	20歳以上の方	小島医院 (☎0596-76-2000) 宿田曾診療所 (☎0599-69-2015) 関岡クリニック (☎0599-67-0070) 町立南伊勢病院 (☎0599-66-0011) 南島メディカルセンター (☎0596-72-0001)	2,700円
肺がん・結核検診※3			500円
喀痰検査			700円
大腸がん検診			300円
前立腺がん検診	50歳以上の男性		400円
肝炎ウイルス検診※4	40歳の方(昭和58年4月2日～昭和59年4月1日) ◆過去に肝炎ウイルス検診を受けたことのない方		無料

※1 下記の方は無料で受診できます。(医療機関窓口でお申し出下さい。)

- ・生活保護を受給されている方
- ・無料受診券対象者 40歳(昭和58年4月2日～昭和59年4月1日)

※2 小島医院と南島メディカルセンターでは胃がん検診を実施していません。

町立南伊勢病院の胃がん検診は1日に受診できる人数に限りがあります。早めの予約をお願いします。

※3 65歳以上の方は感染症法第53条2で定められている、結核検診(年1回)も含まれています。

※4 40歳の対象年齢外の方で肝炎ウイルス検診をご希望の方は、伊勢保健所が実施する検診があります。
(問い合わせ先:伊勢保健所 ☎0596-27-5137)

●**持ち物** 健康保険証、検診料、無料受診券(※対象者のみ)

●**留意点** 予約の際は、予約をスムーズにするために、必ず「南伊勢町の検診」であることを伝えて下さい。

昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生まれの方へ

がん検診無料受診券のご利用はお済みですか?この機会に早めに受けましょう!

受診券利用期間 令和6年11月30日まで

対象検診 胃がん 肺がん 大腸がん 肝炎ウイルス

検診場所 町内医療機関(ご予約は直接各医療機関へお願いします。)

※無料受診券は対象の方に4月に発送しています。

問い合わせ先 子育て・福祉課 健康増進係 ☎0599-66-1114

お済みですか？ 年に一度の健康チェック 30歳代健診

健診は、自分の健康状態を確かめる良い機会です。年に一度は健診を受け、生活習慣病などの病気の早期発見や生活習慣の見直しに役立てましょう！

7月中旬頃に、30歳代健診の対象の方には案内ハガキを送付しています。

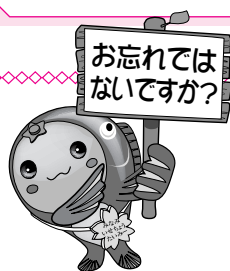
健診の詳細は下表のとおりです。受診の前に医療機関に予約をしてください。

健診名	内容	対象者	実施機関
30歳代健診	身体計測、尿検査、血液検査、 血圧測定、心電図検査、問診等	30歳から39歳までの方 (昭和60年4月1日から平成 7年3月31日生まれ)	町内の医療機関

自己負担金 1,000 円

健診期間 11月30日まで

問い合わせ先 子育て・福祉課 健康増進係 ☎0599-66-1114



調整給付金・令和6年度新たに住民税非課税世帯及び 住民税均等割のみ課税世帯になった世帯への 物価高騰緊急支援給付金、子ども加算給付金のお知らせ

《調整給付金》

定額減税対象者で減税しきれない方に調整給付金の確認書を7月に送付しています。

提出締め切りは令和6年10月31日(木)ですので、確認書をご確認いただき、締め切りまでにご提出ください。

《住民税非課税世帯及び住民税均等割のみ課税世帯への給付金》

世帯全員が令和6年度住民税非課税者又は定額減税適用前の令和6年度住民税均等割のみ課税者で構成される世帯で、なおかつ世帯全員が住民税課税者の税法上の扶養となっていない世帯へ「物価高騰緊急支援給付金支給要件確認書」を送付しています。(※令和6年1月2日以降に転入された方がいる場合など一部申請が必要な方へは、申請書を送付しています。)

提出締め切りは令和6年10月31日(木)ですので、確認書をご確認いただき、締め切りまでにご提出ください。

《子ども加算給付金》

住民税非課税世帯及び住民税均等割のみ課税世帯への給付金の対象者の方で、令和6年6月3日から令和6年10月31日までに生まれた児童や別世帯だが扶養している児童がいる場合は、申請書の提出が必要です。該当する方は、申請書を送付しますので、子育て・福祉課までお問い合わせください。(申請書はホームページにも掲載しています。詳しくはホームページをご覧ください。)

問い合わせ先 南伊勢町給付金事務局 ☎0120-540-560
税務住民課 ☎0599-66-1112
子育て・福祉課 ☎0599-66-1114

10月1日は「浄化槽の日」

浄化槽の維持管理を怠ったり使い方を誤ったりすると、放流水の水質が悪化し、悪臭の発生、河川及び海の水質悪化をまねく原因となります。

浄化槽の機能を発揮させるためにも、次のような適切な維持管理が義務付けられています。

- 保守点検** 浄化槽の点検、調整、消毒剤の補充など、浄化槽を正常に機能させるための専門業者による点検(20人槽以下は年3回以上、21人槽以上は年4回以上)
- 清掃** 浄化槽内に生じた汚泥などの引き抜きや機器類の洗浄(年1回以上、構造により異なる)
- 定期検査** 指定の検査機関へ依頼して行う浄化槽の機能診断(年1回)

合併浄化槽への転換

生活環境の向上と公共用水域の水質保全に寄与することを目的として、単独浄化槽または汲取り便槽の使用を廃止し、合併浄化槽へ転換を行う際の水洗化工事に係る費用に対し、補助金(120,000円～150,000円)を交付します。

町からのお願い

クリーンマス^{*}(分離マス)の清掃はこまめに実施してください。2週間～1ヶ月に1回程度の清掃を怠るとクリーンマスが詰まり、汚水の逆流や悪臭の原因となります。

^{*}クリーンマスとは台所やお風呂から出る調理くずや紙などを浄化槽に流さないためのマスです。

浄化槽の設置に関する補助金や、その他ご不明な点がございましたら下記問い合わせ先までご連絡ください。

問い合わせ先 上下水道課 生活排水係 ☎0596-77-0010

三重県クマアラート(注意報)発表中

南伊勢町内にクマアラート(注意報)が発表されています。

期間: 令和6年8月23日から令和6年10月22日まで

近年、全国各地でツキノワグマによる人身被害が発生するなど、クマに関する事故や出没が相次いでいます。

三重県においても、従来生息していないと思われていた地域での出没が確認されるなど、県内のいずれの地域においてもツキノワグマに遭遇する可能性がありますので、十分気をつけてください。

問い合わせ先 三重県 みどり共生推進課 ☎059-224-2578
三重県 獣害対策課 ☎059-224-2020
南伊勢町 水産農林課 ☎0596-77-0007



三重県公式
ホームページ

今月号から再スタートします。南伊勢町観光大使の竹内一馬氏に執筆していただきますコラムのコーナー。南伊勢町を様々な角度から情報発信していきます。

《プロフィール》

たけうち かずま

竹内 一馬 1981年6月20日生まれ
平成27年2月に南伊勢町観光大使任命(南伊勢町観光協会より)
YouTube CHで動画更新中「つなちゃん すもう」で検索
Xアカウント @kazma_takeuchi



竹内一馬の『あばばくないコラム』 Re Vol.1

南伊勢町にお住まいの皆さま、ご無沙汰しております。以前、この広報みなみいせで『あばばくないコラム』を書かせていただいております。南伊勢町観光大使で相撲情報誌 TSUNA 編集長の竹内一馬です。誰の人生のプラスにもならない、あの脱力系コラムが帰ってまいりました。今号から年度末の3月号までお付き合いをお願いいたします。

以前、このコラムを書かせていただいていたときと、今の私で大きく変わったのが住んでいる場所です。

4年ほど前に世間を騒がせた意地悪ウィルスのせいで、東京のタワーマンションに引っ越すか、南伊勢町に引っ越すかの選択をしなければならない局面がありました。私が選択したのは後者で、南勢高校を卒業し、東京生活25年目に突入をしたばかりのところで南伊勢町にUターン移住をしてまいりました。ちなみに現在住んでいるのは実家のある相賀浦で、叔父の同級生が南伊勢町の空き家バンクに登録をしていた古民家を買わせていただけというご縁もあり、実家まで徒歩数分のところに住むことができました。昨年令和5年の4月に相賀浦区民、南伊勢町民となって、現在このコラムを書いているのであります。

南伊勢町に移住をしてきて町外からの転入者に対する制度がかなり充実していることを知りました。その他にも実際に住んでみてわかったことや、子どもの頃には知らなかったことなど、この1年はとてもいい経験ができ、毎日が豊かな自然と優しい人たちに囲まれた充実の日々を過ごせてます。移住してきた初日の朝は、携帯電話のアラームなど鳴らすこともなく、ホトトギスの鳴き声で目を覚まし、お気に入りのコーヒーを飲むという、この上なく幸せな時間を過ごせたり、ほとんど毎日大好きな魚釣りに行くことができ、自然に囲まれて生活することの尊さを噛み締める毎日であります。

帰ってきたこの『あばばくないコラム』ですが、相賀浦で開催された南伊勢町長との懇談会があり、そこで以前執筆させていただいていたコラムを再度書かせていただけないかと発言したところ、その場で快諾していただき、再開する運びとなりました。

さて、今回はどのようなコラムになっていくかと申しますと、たいして前回と変えるつもりもなく書いております。最初は真面目な相撲ネタでもいいように思えたのですが、やはり南伊勢町にお住まいの老若男女に伝わる内容にしたいとは思っております。移住してきてから、更新頻度はそこまで高くありませんが、私のYouTubeチャンネルで南海展望台の近くに新しくできた絶景プランコや、相賀浦のおじさんたちにスポットを当てた動画など、南伊勢町の日常を撮影した動画を更新していますので、まだ動画にできていない人の話なんかもぶち込んでいこうと思っています。つまり!このコラムの主人公はあなた!なのかもしれません。

おかげさまで、そんな零細YouTubeチャンネルもいくばくかの視聴者がおられまして、かんひちや薬局さんで薬を待っている時に『YouTube いつも見てます』と声を掛けていただけたりと、うちの養蜂場にハチミツの採取に来てみないか?など、企画を持ち込んでいただくこともありますので、この場を借りて皆様には竹内一馬をこき使う権利を差し上げたいと思います。これから愛する南伊勢町のために粉骨砕身で力になっていくことをここに誓います。電球の交換から、大敷網の掃除まで竹内一馬にいろいろやらせてあげてください。たぶんすぐ弱音を吐くので、そこはやはり『なっとしとんのね!』と叱ってあげましょう。まわりくどくなりましたので、簡潔に申し上げますと、南伊勢町の魅力を発信するためにどんなことでも企画の提案をしてくださいということです。

ということで、今回は軽くご挨拶程度になりますが、この辺りで失礼したいと思います。それでは、次回の広報みなみいせでお会いしましょう。ごきげんよう。さようなら。

南伊勢町地域医療ネット(みーこむねっと)からこんにちは

「みーこむねっと」は町立南伊勢病院と南島メディカルセンターが一体となって町の医療・ケアを提供していけるよう本年5月1日に発足しました。現在、地域連携室を中心として、患者さまへのサービス向上に取り組んでいます。

○地域連携室をご活用ください

町立南伊勢病院、南島メディカルセンターの地域連携室は、皆さまの医療や介護に関する様々な相談に対応しています。他の医療機関、ケアマネジャーや役場、各種施設、保健所、福祉事務所等と連携し、安心して治療や療養に専念していただけるようサポートいたします。

主なサービス内容

- 医療機関への受診や転院の調整
 - 介護施設への入所手続き支援
 - 介護サービス利用のお手伝い
 - 医療や介護に関する不安や心配事の相談
- 相談は無料で、内容の秘密は厳守いたします。どうぞお気軽にご利用ください。

レスパイト入院のご案内

南島メディカルセンターと町立南伊勢病院ではレスパイト入院を受け入れています。ご利用をお考えの方は、主治医、担当ケアマネジャー、または各医療機関の地域連携室にご相談ください。

「レスパイト入院」とは

- 介護者の負担軽減を目的とし、自宅療養中の患者さんが治療目的ではなく一時的に入院していただくことです。
- 医療的管理が必要で、介護保険のショートステイが利用困難な方も利用できます。

介護者の方が、日々の介護に疲れを感じた、農繁期で忙しい、冠婚葬祭に出席するため介護が難しい、定期的に利用し介護を継続したい、急な病気・入院・ケガをした、旅行や趣味を楽しんでリフレッシュしたいときなどご利用ください。

ご不明な点がございましたら、お電話または病院の受付職員、看護師までお気軽にお尋ねください。地域連携室の職員が病気や療養中の不安、生活面での心配事など、一緒に考え、解決のお手伝いをいたします。



問い合わせ先 町立南伊勢病院 地域連携室 ☎0599-66-0011 (代表)
南島メディカルセンター地域連携室 ☎0596-72-0001 (代表)
各病院へのお電話は平日8:30~17:00にお願いします。

町立南伊勢病院からのお知らせ

栄養教室のご案内

- **高血圧教室** 10月11日(金) 午前10時から
【申込み締切 10月9日(水)まで】
- **糖尿病教室** 10月24日(木) 午前10時から
【申込み締切 10月22日(火)まで】

※それぞれ費用は500円程度となります。感染症予防のため、食事の提供はありません。

申込み・問い合わせ先 町立南伊勢病院(管理栄養士) ☎0599-66-0011 (代表)

教育委員会通信

申込・問い合わせ先
教育委員会事務局
☎0596-77-0002
FAX 0596-76-1660
E-Mail: kyouiku@town.minamiise.lg.jp

❖ ウォークラリー大会のお知らせ !! ❖

自然を感じ、地域に関するクイズを解きながら、楽しく歩きませんか。

と き 11月23日(土・祝) 小雨決行 予備日: 11月30日(土)

※荒天により延期になった場合は代表者へ連絡します。

開会式: 午前9時半から(受付 9時) 昼頃に終了予定

と ころ 宿田曽地区

集合場所 宿田曽体育館(南伊勢町田曽浦3818番地)

参加資格 南伊勢町の出身・在住・在勤の方、小学生以上であれば参加できます。ただし、小学生に関しては、成人者同伴とします。

申込締切 10月31日(木)

参加団体 10チーム程度(1チーム: 3人~5人)

※定数を超える場合、抽選とさせていただきますのでご了承ください。

そ の 他 運動しやすい服装で参加してください。また飲み物は各自でご用意ください。

事故等については、保険加入はいたしますが全てが適応するわけではありません。ご了承ください。

申し込み 参加申込書に必要事項を記入し、下記窓口へ提出していただくか FAX (0596-76-1660) へ送信してください。下記の窓口に参加申込書を設置してあります。

◆教育委員会事務局(南島庁舎) ◆総合窓口(南勢庁舎) ◆愛洲の館

参加費
無料



❖ 令和6年度 文化祭開催のお知らせ ❖

作品展示会

開催日: 11月2日(土) 9:00~18:00

11月3日(日) 9:00~15:30

場 所: 町民文化会館(2階・3階)

ふれあいセンターなんとう(多目的ホール)

*交流作品もあります。

芸能発表会

開催日: 11月3日(日) 10:00~15:00

場 所: 町民文化会館 大ホール

*プログラムは当日会場にてお渡しします。

*状況により入場制限を行う場合があります。

お茶会・ワークショップをします

・霜月茶会 開催日: 11月2日(土) 10:00~14:00

・おしゃれな壁飾り・いけばな体験(各先着20名様) 開催日: 11月3日(日) 10:00~

場所はいずれも町民文化会館 2階入り口付近

❖ 就学時健康診断のお知らせ ❖

来年度、小学校へ入学されるお子さまを対象に就学時健康診断を実施します。対象児のいるご家庭には通知しますのでご確認ください。

【南島地区】

と き: 令和6年10月31日(木) 14:15から(受付: 14:00~14:15)

ところ: 南伊勢町役場 南島庁舎 2階

【南勢地区】

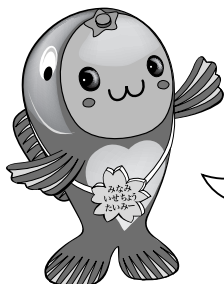
と き: 令和6年11月14日(木) 14:15から(受付: 14:00~14:15)

ところ: 南伊勢町役場 南勢庁舎 3階

児童手当改正(拡充)のお知らせ

	改正前(令和6年9月分まで)	改正後(令和6年10月分から)																						
支給対象	中学校修了前までの児童 (15 歳到達後の最初の年度末まで)	高校生年代までの児童 (18 歳到達後の最初の年度末まで)																						
所得制限	所得制限あり ・ 所得制限限度額以上 5,000 円(特例給付) 所得上限限度額未満 ・ 所得制限限度額以上 支給なし	所得制限なし																						
手当月額	<table><tr><td>< 3 歳未満 ></td><td>15,000 円</td></tr><tr><td>< 3 歳～小学校修了まで ></td><td></td></tr><tr><td>第 1 子・第 2 子</td><td>10,000 円</td></tr><tr><td>第 3 子以降</td><td>15,000 円</td></tr><tr><td>< 中学生 ></td><td>10,000 円</td></tr></table>	< 3 歳未満 >	15,000 円	< 3 歳～小学校修了まで >		第 1 子・第 2 子	10,000 円	第 3 子以降	15,000 円	< 中学生 >	10,000 円	<table><tr><td>< 3 歳未満 ></td><td></td></tr><tr><td>第 1 子・第 2 子</td><td>15,000 円</td></tr><tr><td>第 3 子以降</td><td>30,000 円</td></tr><tr><td>< 3 歳～高校生年代 ></td><td></td></tr><tr><td>第 1 子・第 2 子</td><td>10,000 円</td></tr><tr><td>第 3 子以降</td><td>30,000 円</td></tr></table>	< 3 歳未満 >		第 1 子・第 2 子	15,000 円	第 3 子以降	30,000 円	< 3 歳～高校生年代 >		第 1 子・第 2 子	10,000 円	第 3 子以降	30,000 円
< 3 歳未満 >	15,000 円																							
< 3 歳～小学校修了まで >																								
第 1 子・第 2 子	10,000 円																							
第 3 子以降	15,000 円																							
< 中学生 >	10,000 円																							
< 3 歳未満 >																								
第 1 子・第 2 子	15,000 円																							
第 3 子以降	30,000 円																							
< 3 歳～高校生年代 >																								
第 1 子・第 2 子	10,000 円																							
第 3 子以降	30,000 円																							
支 給 月	年 3 回(各前月までの 4 か月分を支払) 2 月・6 月・10 月 ※令和 6 年 10 月振込は 6～9 月分です。	年 6 回偶数月(各前月までの 2 か月分を支払) 12 月・2 月・4 月・6 月・8 月・10 月 ※制度改正後の最初の振込は、令和 6 年 12 月です。																						
多子加算 の考え方	18 歳到達後の最初の年度末までの児童を、 年長者から第 1 子・第 2 子・第 3 子と数えます。	22 歳到達後の最初の年度末までの子を親が経済的 負担等をしている場合、年長者から第 1 子・第 2 子・ 第 3 子と数えます。																						

手続きが必要な方	手続方法・書類
①高校生年代児童のみ養育している方 ②所得上限限度額超過で児童手当(特例給付)の支給対象外であった方	- 児童手当認定請求書 【必要な添付書類】 - 請求者名義の通帳又はキャッシュカードの写し - 国家公務員共済又は地方公務員共済の組合員の方は、健康保険証の写し(請求者が3歳未満の児童を養育している場合)
③高校生年代までの児童を養育しており、新たに多子加算の対象となる18歳年度末～22歳年度末までの子を含め3人以上子を養育している方	監護相当・生計費の負担についての確認書



フローチャートで
確認したい方は



※南伊勢町で児童手当を受給されたことのある方の内、手続きが必要となる方(現在児童手当を受給されていない方)には10月上旬にご案内を送付させていただきます。手続きが必要な方で、10月中旬までにご案内が届かない場合は下記問い合わせ先までご連絡ください。

問い合わせ先 子育て・福祉課 子育て支援係 ☎0599-66-1114

『みなみいせまつり2024』開催のお知らせ!

昨年度、ご好評いただきましたみなみいせまつりを今年度も開催します!

開催日時等まつりの詳細につきましては下記のとおりです。

また今年度のみなみいせまつりは三重県主催の「第44回全国豊かな海づくり大会1年前プレイベント・豊かな海づくりフェスタ」と同時開催します。「第44回全国豊かな海づくり大会1年前プレイベント」につきましては、関係者による式典行事・放流行事・海上歓迎等が行われ、「みなみいせまつり2024・豊かな海づくりフェスタ」につきましては11時から開始となります。

体験イベントや抽選会、特産品等の販売やキッチンカーなど、たくさんの出店を予定しておりますのでぜひお越しください。

ステージイベントのスケジュールにつきましては下記のとおりです。(※今回ご紹介するステージイベントや体験イベントにつきましては予定のため変更になる場合があります。イベントや駐車場等の詳細につきましては、チラシ・南伊勢町ホームページ・SNS等でお知らせします。)

みなみいせまつり2024 & 豊かな海づくりフェスタ 開催日時等

開催日：2024年**11月4日**(月・休)

開催時間：**11:00～16:00**

開催場所：南伊勢町宿田曾漁港

ステージイベント

- 11:45 オープニング
- 11:50 翔大ライブ
- 12:20 南勢中学校器楽部演奏
- 12:55 三重高校ダンス部 ダンスパフォーマンス
- 13:35 ブルーカーボンプロジェクト紹介
- 13:40 「海の町」トークショー
- 14:00 マグロの解体ショー
※ステージ下での開催
- 14:25 大会キャラクターグリーティング
(写真撮影)
- 14:50 丘みどり 歌謡ショー
- 15:45 餅撒き
- 16:00 終了

予定している体験イベントや抽選会等

- ・ミニ水族館とお魚タッチプール
- ・海産物ガラガラ抽選会
※有料(ガラガラを自分で回せる年齢の方200人限定)
- ・木育教室(200人限定)
- ・たいみーブース(南伊勢町公式Instagramのフォロワー様400人限定ガラガラ抽選会)
- ・魚つかみ取り(小学生以下の子供限定で抽選100名様)
- ・子供限定菓子撒き(仮)
- ・刺身ふるまい(500人限定)
- ・子ども屋台
- ・水産高校実習船一般公開
- ・消防・警察車両展示コーナー

他

駐車場についてお願い

駐車場には限りがあります。出来るだけ乗り合わせでご来場いただくか、公共交通機関をご利用ください。路上駐車は近隣の方々のご迷惑となりますので絶対にしないでください。駐車の際は係員の誘導に従ってください。

みなみいせまつり2024の問い合わせ先

みなみいせまつり実行委員会(南伊勢町役場水産農林課) ☎0596-77-0007

第44回全国豊かな海づくり大会1年前プレイベントの問い合わせ先

三重県農林水産部全国豊かな海づくり大会推進プロジェクトチーム ☎059-224-3410

いせのうみ
祭

三重県
南伊勢
伊勢志摩

2024/11/4 (月・休)
11:00~16:00

場所:南伊勢町宿田曾漁港

第44回全国豊かな海づくり大会1年前プレイベント
豊かな海づくりフェスタと同時開催!

ステージイベント
マクロ解体ショー
三重高校ダンスパフォーマンス
中学生吹奏楽演奏
期大ライブ
丘みどり歌謡ショー

物産販売コーナー
南伊勢特産品等の販売
たいみーぬいぐるみくじ
各種飲食ブース
キッチンカー

ポイント&体験
ふるまい(お刺身)
魚つかみ取り(小学生以下限定)
木育教室・稚魚放流体験
水産高校実習船一般公開
水産高校ミニ水族館

主催: みなみいせまつり実行委員会 ☎ 0596-77-0007 (南伊勢町役場水産農林課)
構成団体: 南伊勢町 / 三重外海漁業協同組合 / 伊勢農業協同組合 / 南伊勢町商工会 / 南伊勢町観光協会 / 三重県建設業協会伊勢支部 / 南伊勢町教育委員会
連携: 第44回全国豊かな海づくり大会三重県実行委員会・志摩市市民会議・南伊勢町実行委員会

手作りお化け屋敷

8月17日、役場南島庁舎にて中学生・高校生たちの手作りお化け屋敷が開催されました。

例年大盛況で、今年もたくさんの方が訪れて順番待ちの行列ができていました。待ち時間には手作りの割りばし鉄砲や魚釣りのコーナーで遊ぶ子どもたちの笑い声や、お化け屋敷からの悲鳴が会場で響いており、とても賑やかな夜になりました。



ご寄附をいただきました

株式会社キナン様より、町のために役立てていただきたいと、企業版ふるさと納税で300万円をご寄附いただき、8月23日、役場南勢庁舎において感謝状が贈呈されました。

町長から感謝状が手渡されたのち、記念写真も撮影され、ご寄附をいただいたことについて町長は感謝の意を表していました。

いただいた寄附金は、今後の町の水産業や子育て支援事業に活用される予定です。ありがとうございました。



剣術の祖を称える剣祖祭の開催

8月25日、剣道の源流を作ったとされる愛洲移香斎を称える「剣祖祭」が五ヶ所城址で開催されました。



全国から様々な流派の剣士たちが集い、真剣や木刀などを使った奉納演舞を披露していました。木々に覆われた城址での演舞は非日常的な雰囲気と緊張感があり、迫力満点でした。

全国小学生陸上競技交流大会に出場

8月26日に南勢小学校6年生の城 梨々華^{じょう りりか}さんが町長を表敬訪問されました。

城さんは南勢アスレチッククラブに所属し、7月7日に伊勢市で行われた全国小学生陸上交流大会三重県予選に出場し、女子コンバインドB（走幅跳+ジャベリックボール）で優勝しました。また、9月21日から国立競技場（東京都）で行われる第40回全国小学生陸上競技交流大会に出場が決まりました。



連携協定締結式

9月2日、南勢庁舎において南伊勢町とリージョナルフィッシュ株式会社との水産物の種苗開発に関する連携協定の締結式が行われました。

協定の主な内容は、安全性が高く持続可能な水産物の種苗開発に取り組み、南伊勢町の産業と経済の活性化に貢献することを目的としています。

稲刈り体験

9月13日、ふるさと教育の一環として木下和行さんのご協力のもと、南島東小学校の5年生が春に自分たちで植えたお米を収穫する稲刈り体験を行いました。残暑が厳しく暑い中の作業でしたが、児童たちは鎌を片手に昔ながらの方法で稲を刈り取っていました。



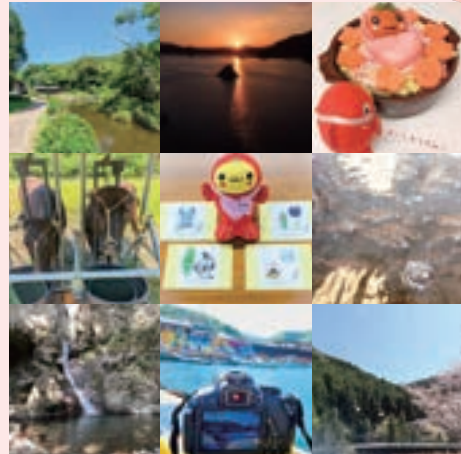
南伊勢町公式 SNS 好評配信中

町では情報発信力強化と、新たな情報発信の形をとるため各種SNS(ソーシャルネットワーキングサービス)の運用をしています。さまざまなSNSで南伊勢町の魅力や情報を配信していますので、フォロー・チャンネル登録をよろしくお願いします！

Instagram

南伊勢町公式アカウント
(@minamiisetown_official)

海と山、両方の恵みを受ける
南伊勢町の公式アカウントです。



Facebook

南伊勢町公式アカウント
(@town.minamiise)

南伊勢町のFacebookページです。
お知らせや行政情報全般の情報を発信しています。



X (旧Twitter)

南伊勢町(公式)
(@bousai01)

緊急情報やイベントのお知らせ、町の魅了、
町内の出来事等を情報発信するXアカウントです。



LINE

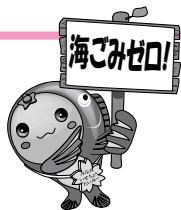
防災行政無線やイベントなどの
各種お知らせをLINEで配信
しています。



その他SNSの一覧は、
右記の二次元コード
からホームページ
をご覧ください。



問い合わせ先 まちづくり推進課 広報情報係 ☎0599-66-1366



きれいな海、美しい港を守る 標語コンクール

海ごみの約8割は、陸(街)から川を伝って海に流れ出したものとされており、海ごみを減らすには、海やその周辺の清掃活動だけに限らず、街中の清掃活動も重要です。

令和7年秋には南伊勢町・志摩市で第44回全国豊かな海づくり大会が開催されることから、「きれいな海、美しい港を守る」をテーマに標語を募集します。応募作品の中から選ばれた優秀作品の応募者の方々には記念品が贈られ、令和7年度版の南伊勢町生活カレンダーに標語が掲載されます。皆さんぜひご応募ください！

募集要領

応募期間 令和6年10月1日(火)から10月31日(木)まで

応募資格 町内在住の方、または町内在勤の方

応募方法 WEB応募専用フォーム (<https://logoform.jp/f/xGgDJ>) または南勢庁舎 環境生活課窓口・南島庁舎 総合窓口・町立南伊勢病院・南島メディカルセンターに設置される応募用紙と応募ボックスから応募できます。

こちらからも
応募できます



- 備 考**
- 掲載作品の発表は生活カレンダーへの掲載をもって代えさせていただきます。
 - 未発表・オリジナルの作品に限ります。
 - 採用された作品に関する権利は南伊勢町に帰属するものとします。
 - 個人情報 は適切に管理し、ご本人の同意なく目的外に使用したり、第三者に開示することはありません。

問い合わせ先 環境生活課 環境衛生係 ☎0599-66-1154

8月8日 三重南消防通信指令事務協議会の設置に関する協議書調印式

消防通信指令センターを共同で運用します！

松阪地区以南の地域で、消防通信指令センターを共同で運用するため、「三重南消防通信指令事務協議会」を設置しました。

このことにより、各消防本部の整備費用の負担軽減、関係職員の効率的な運用などが可能となり、消防サービスの充実や地域全体の消防力向上を図ることができます。

整備予定地は伊勢市で、令和10年4月からの運用開始を予定しています。



問い合わせ先 志摩消防本部消防総務課 ☎0599-43-1418

「はじめてのスマートフォン講座」開催のご案内

スマホの基本的な使い方から、LINE やインターネットの使い方などを学べる講座を開催します。スマホのことで抱えておられる悩みを解決してみませんか。

10月21日(月)～10月25日(金)まで Android スマホの講習会を実施致します。
詳しい講座の内容は下記をご覧ください。

日程	場所	時間	講座内容
10月21日(月)	町民文化会館	9:30～12:00	講座①
		14:00～16:30	講座②
10月22日(火)	町民文化会館	9:30～12:00	講座①
		14:00～16:30	講座②
10月23日(水)	町民文化会館	9:30～12:00	講座③
		14:00～16:30	講座④
10月24日(木)	ふれあいセンターなんとう	9:30～12:00	講座①
		14:00～16:30	講座②
10月25日(金)	ふれあいセンターなんとう	9:30～12:00	講座③
		14:00～16:30	講座⑤

- 講座①** ・電源の入れ方、ボタン操作の仕方を知ろう ・電話、カメラを使おう
講座② ・新しくアプリをインストールしてみよう ・インターネットを使ってみよう
講座③ ・地図アプリを使おう ・メッセージアプリを使おう
講座④ ・マイナンバーカードを健康保険証として利用しよう、公金受取口座の登録をしよう
 ・FUN + WALK アプリを使って楽しく歩こう
講座⑤ ・ハザードマップポータルサイトで様々な災害のリスクを確認しよう
 ・デジタルリテラシーを身につけて安心・安全にインターネットを楽しもう

※各講座に30分間の相談会があり、講座内容に準じたご質問にお答えします。

- ◆**対象**：どなたでも受講可能です。
 講習会では、**貸出用スマホ**を使用します。
 ◆**定員**：各4名 ※申込は先着順となります。参加費は**無料**です。
 ◆**受付開始**：令和6年10月2日(水)～平日 9:00～18:00

申込み・問い合わせ先：スマートフォン講習会受付窓口 ☎0120-121-525
 ※受付にて、お問合せ番号[5310]をお申しつけ下さい。
 (まちづくり推進課 広報情報係)



10月は「臓器移植普及推進月間」です

臓器移植は、広く社会に理解と支援があって成り立つ医療です。わたしたち一人ひとりが、臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思表示をしておくことが大切です。運転免許証や健康保険証、マイナンバーカードの意思表示欄で意思表示が可能です。ぜひご自分の意思を記入しておきましょう。

問い合わせ先 (公財) 三重県角膜・腎臓バンク協会 ☎059-224-2333(平日 8:30～17:15)

10月は「骨髄バンク推進月間」です

骨髄移植及び末梢血幹細胞移植は白血病等の血液疾患に有効な治療法です。この治療法には、骨髄や末梢血幹細胞を提供していただけるドナーが必要です。

1人でも多くの患者さんを救うためには、1人でも多くのドナー登録が必要であり、特に若い世代の方のドナー登録が少ない状況です。

みなさまの御協力をお願いします。

<三重県ホームページ(二次元コード)>

「骨髄バンクをご存知ですか」

「骨髄提供ドナー支援制度について」



問い合わせ先 伊勢保健所保健衛生室 衛生指導課 ☎0596-27-5151

「不動産を相続した方へ ～相続登記・遺産分割を進めましょう～」

相続手続には、「法定相続情報証明制度」が便利です！

- 戸籍などの書類を基に法務局が法定相続人を確認し、無料で発行する公的証明書です。
- 相続登記はもちろん、預貯金の払戻しや相続税の申告等、様々な相続手続で利用できます。
- 戸籍の束を何度も出し直す必要がなくなり、複数の機関で同時に相続手続ができます。

問い合わせ先 津地方法務局伊勢支局 ☎0596-28-6695

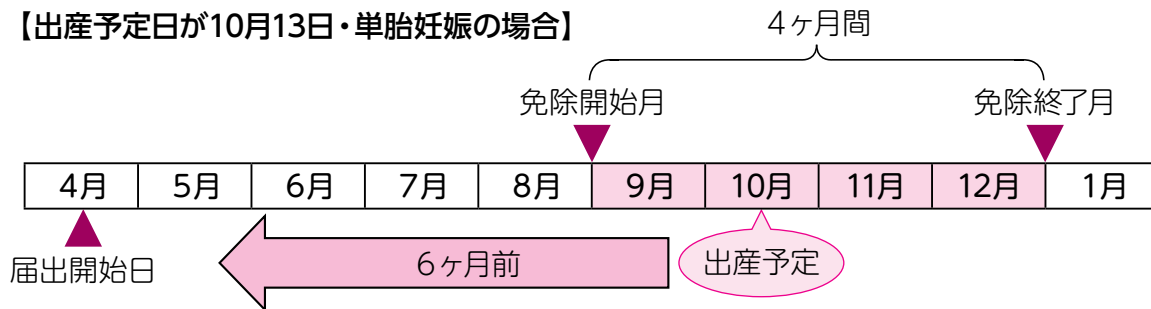
ねんきん通信 1号保険者の方の出産免除制度

国民年金の免除制度には出産される方の為に産前産後の免除制度があります。

産前産後の免除制度は、出産予定日の6ヶ月前から届出が可能になります。出産予定日の月または出産日が属する月の1ヶ月前から4ヶ月の間(多胎妊娠の場合は、出産予定日の月または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間)年金の保険料が免除されます。

また、産前産後の保険料免除制度では、将来もらえる年金額が目減りすることはありません。

【出産予定日が10月13日・単胎妊娠の場合】



詳しくはこちら

問い合わせ先

税務住民課

☎0599-66-1116

伊勢年金事務所

☎0596-27-3601



令和6年度 自衛官等募集案内



募集種目		資 格	受付期間	試験期日
一般曹候補生		衛18歳以上33歳未満の方 (32歳の方は採用予定月の末日現在、33歳に達していない方) 詳しくはお問い合わせください。	10月1日(火)～ 11月28日(木)	1次試験：12月7日(土)～12日(木) 2次試験：令和7年1月7日(火)～13日(月) (いずれか1日を指定されます。)
自衛官候補生		18歳以上33歳未満の方 (32歳の方は採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない方) 詳しくはお問い合わせください。	年間を通じて実施しています。	受付時にお知らせしております。
陸上自衛隊 高等工学校 生 徒	推薦	男子で中卒(見込含)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦出来る方	10月1日(火)～ 11月29日(金)	令和7年1月11日(土)～13日(月) (いずれか1日を指定されます。)
	一般	男子で中卒(見込含)17歳未満の方	10月1日(火)～ 令和7年1月16日(木)	1次試験：令和7年1月25日(土)・26日(日) 2次試験：令和7年2月13日(木)～16日(日) (いずれか1日を指定されます。)

1：応募資格や受付期間など詳しくは、自衛隊三重地方協力本部伊勢地域事務所に問い合わせください。

連絡先：自衛隊三重地方協力本部 伊勢地域事務所
三重県伊勢市神久 2-1-58 角屋ビル2F ☎ 0596-23-3880



いせ若者就業サポートステーション出張相談室

働くことについて悩みを抱えている若者の自立サポートを目的に、「いせ若者就業サポートステーション」が南伊勢町と連携して、出張相談室を開設します。就職・自立に関する問題など、秘密は厳守いたしますので、お気軽にご相談ください。

いせ若者就業サポートステーションとは

働くことに悩みを抱えている15歳から49歳までの若者に対し、キャリアコンサルタントなどによる専門的な相談、コミュニケーション訓練などによるステップアップ、協力企業への就労体験などにより、就労に向けた支援を行っています。(厚生労働省委託事業)

対 象 学校卒業若しくは中途退学または離職後一定期間無業の状態にある15歳から49歳までの若者とその保護者

と き 10月18日(金) ※完全予約制(お申込みは前日までに)
①13時から ②14時から ③15時から ④16時から

と ころ 南勢庁舎2階 第2会議室

相談員 いせ若者就業サポートステーション カウンセラー 浦田 敦子氏

申込み・問い合わせ先 いせ若者就業サポートステーション
(9時から18時〔日曜・水曜・祝日休み〕) ☎0596-63-6603



5分でわかるSNS型ロマンス詐欺の手口

①		SNS(LINE、X、Instagram、TikTok など)やマッチングアプリ(ペアーズなど)で知り合います。
②		日常のたわいもない話で親密さを増していきます。 「今日の晩ご飯はビールに枝豆」 「美味しそう 私はラーメンです」
③		儲け話を持ちかけてきます 「二人の将来のため資産を増やしましょう」 「叔父が経済アナリストで絶対儲かる」 「専門の分析チームが解析するから大丈夫」
④		こんな手口で「儲かっている」と思わせます ・見せ金(利益名目)が自分の口座に振込まれる ・投資サイト上の表示で資産額が増えている
⑤		こんな話で、お金を追加させます 「私が150万円を支援するから、あなたは470万円を用意すればいいだけです」 「私たちは友達ですからね」

でも、こんなことを言われて出金できず、だまされたことに気づきます
「別途620万円を用意しなければ10万ドルにならなくなる」
「キャンペーンが終わらないと資金は引き出せない、追加の投資が必要」
「必ず儲かる」は詐欺！あなたのお金が狙われている！！
あれっ？と思ったら・・・#9110に相談を

LINEを悪用した詐欺にご注意ください！

注意 投資家や著名人をかたる人物からのメッセージ、投資にまつわるLINEのグループトークへの招待

このような儲け話は詐欺です

私は投資太郎と申します。
現在、日本市場では多くの方が
好調なパフォーマンスで成功を
収めております。
パートナーの
田中先生と共に優良株をご紹介
しますので、安心安全に必ず儲
かります。
まずは証券口座を開設しませんか

LINEではさまざまな詐欺対策を行っています。
左下のQRコードからご覧ください。

怪しいメッセージを受け取ったら…

- ✓ 返信せず
- ✓ LINE内で通報

LINEでの通報の方法

- ①トーク画面上部の「≡」>「設定」をタップ
- ②「通報」をタップ
- ③該当する通報理由を選択
- ④「同意して送信」をタップ

詐欺かもと感じたら
下記にご相談を！

警察:110(緊急時)
警察相談専用窓口: #9110
消費者ホットライン:188



◀ 詐欺対策を詳しくみる
左記のQRコードを読み込むと
LINE公式ページに遷移します



三重県警察
Mie Prefectural Police Headquarters

制作協力：LINEヤフー

※QRコードはデンソーウェーブの登録商標です

みなみいせ元気ネットからのお知らせ

参加費無料！「げんき^{マックス}教室」ぜひ遊びにきてください！

令和6年度【第2回】

10/12^土

五ヶ所体育館

13:30～15:30

※上履き・タオル・飲み物

左記日時にて、第2回『げんきmax教室』開催します！皆さんの元気を、元気ネットと平岡先生がタッグを組んで最上級まで引き上げます！

高齢化率三重県No.1の南伊勢町ですが、三重県No.1のげんきな町を目指していきたいと思っています。『健康で長生き』を目指して、楽しくいつまでも日常生活が続けられる身体づくりを共に目指しましょう！南伊勢町の健康づくりに馴染み深い平岡先生と共に、楽しく自分の体と向き合って、百歳まで歩ける足と一緒に目指しましょう！元気シニアさんはもちろん、子どももどなたでも参加できます。落語家のようにお話が上手で、笑わせ上手な平岡先生にぜひ会いに来てください。ポスター・チラシは体育館や役場に掲示してあります。元気ネットInstagramでも告知していきます。

【講師】^{ひらおか よしたか}平岡 令孝 先生(1951年1月12日生まれ / 72歳)
 中学・高校・看護大学経歴8年。プロ・アマスポーツトレーニング指導歴47年。
 陸上競技歴55年〈現役〉 ※三重県で最初に2mを跳ぶ(走り高跳び元三重県記録保持)
 平成24年アジアマスターズ走り高跳び2位
 ○子どもからお年寄りまでの健康体力づくりの指導
 ○アマチュアからプロまでのトレーニング指導
 ○一般団体から企業まで心と体の健康づくり講習及びイベントへの参画
 ○高齢者の自立支援・介護予防・転倒予防の指導



【お問い合わせ】(一社)みなみいせ元気ネット ☎0599-66-2009 (月・火・木・金・土 午前9時～12時まで)

地デジ11chで新チャンネル
ZTV 11 コミュニティ
 プラス



地域に特化した情報満載

ピンポイント天気

台風・地震情報

自治体の防災メール

ライブカメラ映像

地域の河川水位

生活情報

など

視聴するには…

TVのチャンネルスキャンが必要です

スキャンの方法は機種により
 異なりますので
 取扱説明書をご覧ください



ご視聴にはZTVサービスへの加入が必要です

0120-222-505

フリーコール

【受付時間】年中無休 9:00～17:30

表彰されました

南勢海洋少年団

酷暑の8月3日(土)、東京の海運ビルで、令和六年度全国海洋少年団大会式典の部で、団長・副団長が40年永年功労賞を、指導員2名が有功表彰を受賞しました。
 名誉総裁の高円宮久子妃殿下から海洋少年団活動への永年の労に対する感謝のお言葉をいただきました。その後一人一人呼名され賞状とバッジをいただきますが、今年で設団五十二年になります。この賞状は先輩諸氏のご努力のおかげと感謝しています。私たちは好きな海での活動を中心に団員たちと共に過ごしてきただけだと思っています。あつという間の出来事だったような気がします。今後と同じように団員たちと「海に親しみ、海に学び、海に鍛える」活動が続けていきたいと思っています。今後ともご支援よろしくお願いします。



南伊勢町×セントレア合同企画

セントレア開港20周年ありがとうヒコーキ

平日限定国内線
往復航空券プレゼント

セントレアは地域の皆様に支えていただき、2025年2月17日に開港20周年を迎えます。日頃の感謝の気持ちを込めて、「20周年ありがとうヒコーキ」企画として、国内線往復航空券をプレゼントいたします！



- 応募条件 代表者が南伊勢町内在住で18歳以上の方
体験記を作成し提出できる方
作成した体験記を広報誌等に掲載可能な方
- 行き先 セントレアから直行便が就航している国内空港のうち1空港
- 訪問時期 2025年1月14日から2025年2月28日(平日のみ)
- 定員 4名(抽選) ※グループでの応募可(最大4名まで)
- 料金 無料(空港までの交通費、現地滞在費は自己負担)
- 応募方法 10月31日(木) 18時までに申込。
2次元コード「セントレア公式LINE」を読み込み、お申込みください。
お友達登録 → キーワードで「ありがとう」を入力後、
申込条件や応募方法などの詳細情報がございます。
- お問合せ セントレア開港20周年事務局
E-Mail : info@20shunen.jp
☎050-3611-9589(平日9時～17時)



2次元コード
「セントレア公式LINE」▶

詐欺の手口は巧妙です。おかしいと少しでも感じた電話は、必ず家族や警察に相談しましょう。

コンビニエンスストア等での購入を誘導されても従わないでください。

電子マネーによる未納料金等の支払いを案内することはありません。

自動音声ガイダンスを用いて、未納料金の支払いを請求することはありません。

NTTファイナンスを名乗る自動音声ガイダンスについては速やかに電話をお切りください。

自動音声ガイダンスを用いて、未納料金の支払いを請求することはありません。

NTTファイナンスでは、
国際電話により未納料金等の支払いを案内することはありません。
+(プラス)で始まる国際電話番号からの着信にはご注意ください。
(例：+18、+44など)

NTTファイナンスでは、

国際電話により未納料金等の支払いを案内することはありません。

未払いの料金があるなど、架空の事業を口実に、金銭等をだまし取る行為をいいます。

💡 架空料金請求詐欺とは？

NTTファイナンスを名乗る
架空料金請求詐欺にご用心！

☎0596-20-0110

伊勢警察署だより

地震火災の対策をしましょう！

- ・家具などの転倒防止対策(固定)を行う
- ・感震ブレーカーを設置する
- ・ストーブなどの周辺は整理整頓し、燃えるものを近くに置かない
- ・住宅用消火器などを設置し、使用方法について確認する
- ・住宅用火災警報器を設置する



志摩消防



大規模地震発生時には火災が発生するおそれがあるため、事前に対策をとり、被害を軽減させましょう。

問い合わせ先

紀勢地区広域消防組合消防本部予防課
志摩市消防本部予防課

☎0598-82-3613
☎0599-43-2406

紀勢消防



10月1日から10月7日までは「公証週間」です

— 大切な契約や遺言は公証役場で —

お金を貸したり、不動産を売ったり貸したりするときは契約書を作ります。しかし、せっかく作成しても、後になって契約した覚えがないとか、内容がおかしいなどということで、紛争が生じることが少なくありません。遺言書についても同じようなことが起こります。

そこで、これらの書類は、「公正証書」にしておきましょう。公正証書には、法律によっていろいろな力が認められており、また、紛失したり、知らないうちに書き換えられたりする心配もありません。

詳しいことは、下記までお尋ねください。

問い合わせ先 伊勢公証役場 ☎0596-28-6506
(伊勢市岩渕2丁目5番1号伊勢駅前三交ビル5階)

法律相談のご案内【要予約】

町内在住の方を対象に、財産、権利、相続、契約などの様々な法律問題に対し、弁護士による法律相談を開催します。

相談日：令和6年10月22日(火)

場所：南伊勢町社会福祉協議会 南勢支所 または 南島支所

時間：13時30分～15時30分の間で、相談時間はお一人様につき25分以内です。

相談方法：インターネットによるパソコン対面方式(ZOOMによる対面方式)

相談費用：1回につき1,000円(当日徴収)

予約について：相談日の5日前までにご予約をお願いします。

予約・問い合わせ先：南伊勢町社会福祉協議会 南勢支所 ☎0599-66-1211 南島支所 ☎0596-76-1500)

和太鼓の体験教室を開催します。

みんなで和太鼓に挑戦してみませんか。

参加費
無料

日時：11月17日(日) 開始13:30から(受付 13:00から)

場所：南島中学校 武道館

対象：小学3年生から高校3年生まで(定員 20名程度)

申し込み：10月18日(金)までに、下記へお申し込みください。

【開庁時】南伊勢町青少年育成町民会議事務局(南伊勢町教育委員会事務局内)

☎0596-77-0002 FAX 0596-76-1660

【閉庁時】南伊勢町青少年町民会議 事業部会 小山

☎090-2687-9628

※保険加入のため、参加者と保護者の氏名、住所、生年月日、緊急時の連絡先をお伝えください。

主催：南伊勢町青少年育成町民会議

共催：南島豊漁太鼓

講師：服部 博之 氏

太鼓奏者。三重県津市出身。

地元を拠点に県内外で精力的に活動中。2008年からは、ソロコンサート「一會-いちえ-」を各地で開催し、好評を博す。

平成19年度 津市文化奨励賞、三重県文化奨励賞 受賞。



問い合わせ先 教育委員会事務局 ☎0596-77-0002

町立南伊勢病院 職員募集

町立南伊勢病院では、地域医療の充実を目指し、以下の職種で職員を募集しています。

正職員

◆看護師 ◆薬剤師 ◆臨床検査技師

応募資格、勤務条件など詳細については、町立南伊勢病院のホームページをご確認ください。

※ 新制度のお知らせ ※

正職員採用された方は就職準備資金(36万円)を無利子で借り入れることができます。町立南伊勢病院に3年間勤務することにより返還が免除されます。

会計年度任用職員

以下の職種でも会計年度任用職員を募集しています。

◆看護師 ◆看護補助員

なお、会計年度任用職員は上記の就職準備資金制度の対象外となります。

意欲ある方のご応募をお待ちしています。

一緒に地域医療に貢献し、南伊勢町の健康を支えていきましょう。

詳細はこちら↓



問い合わせ先 町立南伊勢病院 総務係 ☎ 0599-66-0011

秋のふれあいウォーキング～広泰寺の紅葉と座禅体験～

紅葉のきれいな広泰寺までウォーキングし、座禅体験や和尚さんの講話、また最後にはじゃんけん大会で度会郡の名産品をプレゼント。ぜひ、ご家族お友達お誘いあわせの上、ご参加ください。

参加費
無料

日程 令和6年11月16日(土) 小雨決行

受付 8時30分～(イベント終了12時頃)

※中止の場合、玉城町社会福祉協議会ホームページでお知らせします。

集合場所 玉城町保健福祉会館(玉城町勝田4876番地1)

コース 保健福祉会館から広泰寺(玉城町宮古)まで往復約5キロ

申込方法 参加申込書に必要事項を記入し、下記の窓口へ提出していただくかFAX(☎0596-76-1660)へ送信してください。下記の窓口に参加申込書を設置してあります。又は二次元コードからお申込みください。

◆教育委員会事務局(南島庁舎) ◆総合窓口(南勢庁舎) ◆愛洲の館

【申込期限 10月31日(木)】

玉城町社会福祉
協議会ホームページ

申込フォーム



主催：度会郡スポーツ協会・健康しあわせ委員会・元気ですたまき委員会・たまき文化スポーツクラブ
共催：玉城町役場保健福祉課 地域共生室・玉城町教育委員会

問い合わせ先 教育委員会事務局 ☎ 0596-77-0002

障がい福祉の窓

令和6年度 【地域障がい者スポーツ教室】のご案内

障がいのある方が身近な地域でスポーツ活動が出来るようにするため、地域障がい者スポーツ教室を下記の日程で開催します。

日時・会場

- ①令和6年11月17日(日) 10:00~12:00
会場：伊勢市福祉健康センター 娯楽室(伊勢市八日市場町13-1)
- ②令和7年 1月26日(日) 10:00~12:00
会場：玉城町保健福祉会館 ふれあいホール、集団検診室(玉城町勝田4876-1)

対象者

小学生以上の障がい児・障がい者

※介助・支援が必要な方は、付添者と共にご参加ください。

申込方法

参加申込書に必要事項を記入のうえ、各開催日の2週間前までに、FAX、郵送またはメールにてお申込みください。

※参加申込書は役場子育て・福祉課に用意しています。

申込み・問合せ先

社会福祉法人三重県厚生事業団
三重県身体障害者総合福祉センター 障がい者スポーツ推進課
〒514-0113 津市一身田大古曾670-2
☎059-231-0800 FAX 059-231-0801
E-Mail: mie-parasapo@ mie-reha.jp

命を救う献血！

皆様の献血で救われる命があります。

南伊勢町へ下記の日程で献血車が来ます。一人でも多くの方のご協力をお待ちしております。

10月25日(金)	時間	場所	今回は400mlの全血採血となります。 前回400mlの献血をしていただいている方は、男性12週間、女性16週間の間隔をあければ献血していただけます。 また、前回の献血が成分献血であれば、男女とも2週間の間隔をあければ献血していただけます。
	9:45~11:45	南伊勢町役場 南勢庁舎	
	14:15~16:00	南伊勢町役場 南島庁舎	

問い合わせ先 子育て・福祉課 ☎0599-66-1114

最低賃金が改定に

三重県最低賃金は令和6年10月1日から、50円引き上げられて、時間額1,023円になりました。この最低賃金は、年齢・雇用形態(パート・アルバイトなど)を問わず、三重県内で働く全ての労働者に適用されます。

なお、特定の産業に該当する事業場で働く労働者には、特定(産業別)最低賃金が適用されます。

また、中小企業への支援として業務改善助成金制度などの支援策もありますので、是非ご活用ください。

問い合わせ先 三重県労働局賃金室 ☎059-226-2108

町民文化会館便り

町民文化会館よりお知らせ

10月の催事

10/1 ～15	奥村 勉 絵画展	ギャラリー みかん
10/3	南伊勢町老人のつどい	大ホール
10/17 ～22	井上 悟 写真展 NHKまるっとみえ作品	ギャラリー みかん
毎週 火曜 金曜	チョーブンカフェ “ふらっと” 午後1時～午後3時	2階ロビー

11月の催事 (予告)

11/1 ～3	南伊勢町文化祭
11/5 ～8	キュービクル工事 (館内停電)

図書室よりお知らせ

みなみいせ図書室

町民文化会館1階

☎ 0599-67-1013



開室日 (○印) 開室時間 9:00～17:00

日	月	火	水	木	金	土
○		○	○	○	○	○

祝日は休室です。



なんとうふれあい図書室

ふれあいセンターなんとう

☎ 0596-76-1501

開室日 (○印) 開室時間 10:00～17:00

日	月	火	水	木	金	土
○	○		○	○		○

祝日は休室です。

NPO法人みなみいせ市民活動ネット (MICAN)

〒516-0101 三重県度会郡南伊勢町五ヶ所浦3917 ☎0599-67-1011

カフェ日和の ご案内

地域包括支援センターでは毎月1回カフェ日和を開催しています。カフェ日和は、認知症への心配のある方やその家族、認知症に理解ある地域の人たち、専門家が集う場です。

参加は無料です。関心のある方はお気軽にお越しください。

と き 10月15日(火) 9:30～11:00

と ころ ふれあいセンターなんとう 健康教育室

送迎地区 鵜倉地区

※送迎を希望される方は7日前までに申し込みください。場所によっては、ご自宅前まで送迎できない場合があります。また、定員以上になるとお断りさせていただく場合があります。ご了承ください。

申し込み・問い合わせ先

南伊勢町地域包括支援センター

☎0596-77-0005 (南島窓口)

ふるさと発見と健康づくりハイキング

海に見える山に登ろう 桃取～答志縦走

鳥羽港から約2.5km先に浮かぶ伊勢湾最大の離島。桃取～答志まで山腹のスカイラインを数km歩きます。

と き 10月20日(日) 午前9時15分

※前日時点で翌日の降水確率が60%以上で中止

集合場所 佐田浜マリナーミナル(鳥羽市)

コース 鳥羽～桃取～山腹スカイライン～答志港～鳥羽

持ち物 山歩きの服装、弁当など

参加費 500円 (別途定期船代)

申込み 当日参加受付 (事前申し込みは不要)

後 援 南伊勢町

申込み・問い合わせ先

NPO法人南勢テクテク会事務局

☎090-7918-2704

インフォメーション



子育て・福祉課事業

問い合わせ先 子育て・福祉課 健康増進係 ☎0599-66-1114

乳幼児関係

事業	10月	受付時間	実施場所	参加方法
臨床心理士による 育児相談	18日(金)	10:00~12:00	役場 南勢庁舎	育児相談をご希望の方は、子育て・福祉課健康増進係(☎0599-66-1114)までご予約をお願いします。
1歳6か月児・ 3歳6か月児健診	18日(金)	13:00~13:30	役場 南勢庁舎	1歳6か月児対象：令和5年2月1日~4月30日生まれ 3歳6か月児対象：令和3年2月1日~4月30日生まれ ※対象の方へは別途通知をお送りします。詳細は通知をご覧ください。
乳幼児健康相談	23日(水)	9:30~11:30	子育て支援センター(おひさま保育園内)	乳幼児健康相談は予約制となりますので、子育て・福祉課健康増進係(☎0599-66-1114)までご予約をお願いします。
	24日(木)	10:00~11:30	子育てサロン(さくら保育園内)	

成人関係

事業	10月	受付時間	実施場所	参加方法
成人健康相談	23日(水)	13:00~14:00	役場 南勢庁舎	成人健康相談をご希望の方は、子育て・福祉課健康増進係(☎0599-66-1114)までご予約をお願いします。
	24日(木)		ふれあいセンターなんとう	

子育て支援事業

問い合わせ先 子育て支援センター ☎0599-67-1500

事業	10月	内容等	受付時間	実施場所
英語で遊ぼう	2日(水)	・キラキラ教室の先生と一緒に英語で遊ぼう！	10:30~11:00	子育てサロン
	3日(木)			子育て支援センター
親子ヨガ	7日(月)	・親子に優しいヨガタイム	10:30~	子育て支援センター
助産師講座	8日(火)	・助産師さんと話そう	10:00~	ふれあいセンターなんとう
親子リトミック	10日(木)	・音楽を通して親子のスキンシップを楽しもう	10:30~	子育てサロン
	18日(金)			子育て支援センター
○絵本の読み聞かせ ☆すくすく教室	11日(金)	○今月の絵本「のりたいたな」 ☆親子ふれあい遊びサーキット運動など	10:30~	子育て支援センター
	21日(月)			子育てサロン
ふれあい広場	16日(水)	・誕生会 ・ミニミニうんどうかい	10:30~	子育て支援センター
	17日(木)			東宮コミュニティセンター
ファミリーデー	20日(日)	・みんなで遊ぼう	10:00~12:00	子育て支援センター
避難訓練	25日(金)	・火災	10:30~	子育てサロン
	29日(火)			子育て支援センター
手作り講座	21日(月)~31日(木)	・アンパンマンと仲間達の椅子作り	利用時間内	子育て支援センター 子育てサロン
フォトブース	2日(水)~11日(金)	・ハッピーハロウィーン	利用時間内	子育てサロン
	15日(火)~31日(木)			子育て支援センター

◎利用対象者は、妊婦さん、お子さん(0,1,2歳児クラス、未就園児)とその保護者になります。南伊勢町外在住の方もご利用できます。

利用時間 ▼子育て支援センター ■月~金曜日 10:00~16:00
(祝祭日を除く) ▼子育てサロン ■月・水・金曜日 10:00~13:00 ■火・木曜日 10:00~15:30

ご利用はすべて無料ですがご予約が必要となっております。 ※ご予約は当日午前9時15分より受け付けています。両施設とも12時~13時の間持参いただいた昼食を食べていただけます。詳しくは今月の情報誌をご覧ください。

※子育て支援センターでは子育てに関する相談事業を行っています。18歳未満のお子さんをお持ちの方ならどなたでもご利用いただけます。ご利用の際にはお電話でご連絡ください。



戸籍の窓

(敬称略)

うぶごえ

(8月届出分)

小 西 亜 門 (亜星) 小 方 竜
山 本 政 宗 (彰吾) 五ヶ所浦
南 す ず (大輔) 切 原
中 村 梨 希 (隆星) 東 宮

おくやみ

(7月届出分)

田 中 敏 子 (80) 東 宮
大 野 明 子 (88) 賛 浦
森 岡 み 子 (88) 五ヶ所浦

(8月届出分)

潜 道 み わ (92) 伊 勢 路
上 村 俊 次 (88) 古 和 浦
森 岡 嘉 文 (76) 五ヶ所浦
岸 上 弘 一 (92) 河 内
山 本 き ぬ (96) 田 曾 浦
小 田 敏 子 (94) 大 江
岡 美 恵 子 (80) 迫 間 浦
田 中 孝 羊 (69) 田 曾 浦
畑 善 文 (88) 相 賀 浦
梅 谷 喜 久 子 (81) 神 前 浦
萩 原 速 雄 (77) 伊 勢 路

(掲載の同意を得た方)

◆掲載を希望される方は、届出時に窓口でお申し出ください。また、町外へ届出され、掲載を希望される方もご連絡ください。
(税務住民課 住民係 ☎0599-66-1116)

障がいについての相談 (無料)

事業所	電話番号	住所
南伊勢町社会福祉協議会 ふれあいなんとう	☎0596-76-1500	村山1132番地1
障がい福祉サービス 「ファイト」	☎0599-66-1160	神津佐 513番地1
「ファイト」では社会福祉士による障がい福祉相談をしています。 と き 10月16日 (水) 10時から15時 予約先 「ファイト」 ☎0599-66-1160		

※障がいについての相談やお困りごとがあればお気軽にご相談ください。
(土・日・祝日を除く9時から17時の間)

運転免許証更新のお知らせ



免許更新は町内2ヶ所で手続きが可能です。日程、場所などを参考に、都合のよい会場でお手続きください。

1ヶ月後の免許証の交付は、更新手続きをした会場での受取となります。郵送での受取 (郵送料自己負担) も可能ですので、更新手続き時にご相談ください。

- ▼とき・ところ (予定) ◆10月10日 (木) ふれあいセンターなんとう
受付: 9時30分から10時45分
- ◆10月24日 (木) 町民文化会館
受付: 9時30分から10時45分
- ▼講習 11時から ▼免許証交付 12時から12時30分

▼更新手続きに必要なもの

- ①お知らせハガキ ②運転免許証 ③手数料
- ④写真 (3cm×2.4cm 6ヶ月以内に撮影されたもの)
- ⑤高齢者講習終了証明書等 (70歳以上の方)

▼その他 A講習 (優良) 30分 B講習60分

更新時の住所変更可能です。住所のみの変更は出来ません。

問い合わせ先 伊勢警察署 (免許係) ☎0596-20-0110

ご利用ください 窓口業務の時間延長

毎週月曜日 17:15～19:00 (マイナンバーカードの交付は17:15～18:30)
10月 (7日・21日・28日)

業 務
南勢庁舎 住 民 係 ☎0599-66-1116 南勢庁舎 税 務 係 ☎0599-66-1112 南島庁舎 総合窓口 ☎0596-77-0001
・証明書の交付に関する業務 (広域交付は対応していません) ・マイナンバーカードの交付

※窓口に来られた方の本人確認のため、ご本人であることを確認できる書類 (運転免許証、健康保険証など) の提示をお願いしていますので、お忘れなくお持ちください。

※本人以外の方が請求される場合は、**委任状** が必要となる場合がありますので詳しくは各係へお問い合わせください。

にににひろば

問い合わせ先 子育て支援センター ☎ 0599-67-1500

9月3日(火):子育て支援センター、4日(水):子育てサロンでは、「ミニミニゲームセンター」をオープンしました。子ども達はもちろんのこと、お父さんとお母さんも、もぐらたたきやストラックアウトなどに興味津々で、参加者全員が大いに盛り上がりとても楽しい時間を過ごしました。

センター、サロンでは毎月いろいろな行事やイベントを開催しています。子育て中の親子みんなで楽しみませんか？気軽にお越しください。



健康レシピ ココアボール

今回は、保育園で人気のおやつ「ココアボール」を紹介します。大人の方は、純ココアに砂糖を加えずにまぶすとはろ苦い「大人のココアボール」を楽しめます。純ココアの代わりに、抹茶やきな粉、ゴマをまぶすなどのアレンジもおすすめです♪ ぜひ、お試しください。

材料(4人分)

- ・さつまいも……200g(中1本)
- ・バター………5g
- ・砂糖………小さじ1・1/2
- ・ココア・砂糖………適量

作り方

- ① さつまいもは皮をむき、やわらかくなるまで火をとおす。
- ② 熱いうちにバター、砂糖を加え、よく混ぜ合わせ、一口大に丸める。
- ③ ココアと砂糖を混ぜ合わせ、②を転がしながらたっぷりまぶす。

1人分
45Kcal



作り方動画はこちら！



問い合わせ先

子育て・福祉課

☎ 0599-66-1114

南伊勢町食生活改善推進協議会

食生活改善推進協議会では、各地区で「食」を通した健康づくりを広める活動を行っています。その一環として、毎月、健康料理教室を開催していますので、ぜひご参加ください。詳細およびお申し込みは子育て・福祉課までご連絡ください。