



まいばら

May
2026
5月号
広報みなみいせ
No.248

おめでとう



令和8年度 町内小学校入学式(南勢小学校)

くわしくは13ページをご覧ください。

- 今月の主な内容**
- 第1回議定例会／職員人事異動ほか ②～③
 - 町職員募集ほか ④～⑤
 - Jアラート伝達試験のお知らせほか ⑥～⑦
 - 恋活サマナーパーティー開催ほか ⑧～⑨
 - 公共工事発注見通し一覧表ほか ⑩～⑪
 - まちのできごと ⑫～⑬
 - まちさらコーナーほか ⑭～⑮
 - 会計年度任用職員募集ほか ⑯～⑰
 - みなみいせ元気ネットからのお知らせほか ⑱～⑲
 - 伊勢警察署だよりほか ⑳～㉑
 - くらしの情報 ㉒～㉓
 - 出張版にこここひるばいさいき元気レシピ ㉔

人の動き

人口	10,000人	(-39)
男	4,696人	(-12)
女	5,304人	(-27)
世帯数	5,316世帯	(-7)

4月1日現在 () 内は前月比



広報誌のバックナンバー

南伊勢町議会開催



3月3日から3月18日までの日程で令和8年第1回定例会が開催され、上程された条例案や予算など、全て原案どおり可決されました。

第1回定例会

可決された議案

- 令和7年度補正予算（7件）
- 令和8年度当初予算（7件）
- 南伊勢町国民健康保険税条例の一部を改正する条例
- 南伊勢町特定乳児等通園支援事業の運営に関する基準を定める条例
- 南伊勢町中山間地域総合整備事業関連施設条例を廃止する条例
- 南伊勢町監査委員条例の一部を改正する条例
- 南伊勢町会計年度任用職員の給与及び費用弁償に関する条例の一部を改正する条例
- 南伊勢町公園の設置及び管理に関する条例の一部を改正する条例
- 南伊勢町多目的広場の設置及び管理に関する条例の一部を改正する条例
- 南伊勢町集会施設条例の一部を改正する条例
- 南伊勢町火入れに関する条例の一部を改正する条例

- 南伊勢町結婚サポート祝金支給条例を廃止する条例

- 南伊勢町過疎地域持続的発展計画の策定について
- 指定管理者の指定について（10件）
- 財産の取得について

諮問

- 人権擁護委員の推薦につき意見を求めることについて

▼川口 かわぐち ちつほ

委員会中間報告

- 総務建設常任委員会
- 教育民生常任委員会
- 議会改革特別委員会
- 議会広報特別委員会

職員人事異動

課長級

さくら保育園 園長

(前子育て支援センター長)

橋本 明美

おひさま保育園 園長

(前おひさま保育園主任保育士)

清水 亜希子

なかよし保育園 園長

(前なかよし保育園主任保育士)

下倉 恵



退職者

環境生活課 主任

山本 泰規

高齢者支援課 主任

中村 理恵

環境生活課 係長

西濱 晃道

おひさま保育園 調理員

林 好江

なかよし保育園 保育士

山本 みゆき

さくら保育園 保育士

脇 百合香

町立南伊勢病院 技師

滝 祥生

建設課 主査

田中 啓介

新規採用

職員紹介



羽根 夏妃 会計課

南伊勢町の住民の皆さまに親んでもらえるように頑張ります！

4月から役場で働いている新規採用職員を紹介します。町民の皆さまよろしくお願いたします！

障がい福祉の窓

ヘルプマークの配布をしています

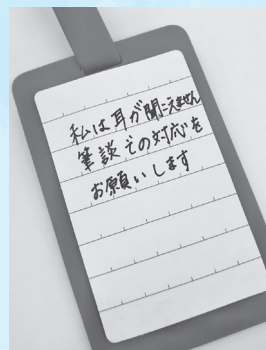
ヘルプマーク（ストラップ）は、外見からは分からなくても援助や配慮を必要としている障がいのある方や病気の方が、カバンなどに吊り下げて、日常生活や災害時などで困ったときに周囲に示すことで、支援や理解を求めやすくするマークです。

南伊勢町役場子育て・福祉課、南島庁舎総合窓口や県庁地域福祉課、県福祉事務所などで配布をしています。

ヘルプマークを持っている人を見かけたら、電車やバスで席を譲る、緊急時や災害時に支援するなど、ご配慮をいただきますようお願いいたします。

問い合わせ先 子育て・福祉課 福祉係 ☎0599-66-1114

三重県地域福祉課ユニバーサルデザイン班 ☎059-224-3349



町職員を募集します!!

令和9年度採用の南伊勢町職員を公募します。希望者は次のとおりお申込みください。

職種および採用予定者数

- ◆一般事務職 若干名 ◆保育士 2名 ◆保健師 1名

受験資格

◆一般事務職員

- ・年齢要件 平成4年4月2日以降に生まれた方
- ・住所要件 次のいずれかに該当する方
 - (1) 南伊勢町に住所を有する方
 - (2) 採用後に南伊勢町内に居住をすることが確実な方
- ・その他要件 普通自動車運転免許を有する方、または令和9年3月31日までに取得見込の方
高等学校卒業または令和9年3月31日までに卒業する見込みの方、もしくは、高等学校卒業と同等の資格を有する方

◆保育士

- ・年齢要件 保育士の資格を有する方、または令和9年3月31日までに資格取得見込の方
- ・年齢要件 昭和62年4月2日以降に生まれた方
- ・その他要件 普通自動車運転免許を有する方、または令和9年3月31日までに取得見込の方

◆保健師

- ・年齢要件 保健師の資格を有する方、または令和9年3月31日までに資格取得見込の方
- ・年齢要件 昭和62年4月2日以降に生まれた方
- ・その他要件 普通自動車運転免許を有する方、または令和9年3月31日までに取得見込の方

共通事項

- ※ただし次に該当する方は、受験できません。
- ◆地方公務員法第16条(欠格条項)に該当する方

試験科目

- ◆第1次試験 一般事務職・・・教養・適性検査
保育士、保健師・・・教養・専門・適性検査
- ◆第2次試験 グループ討論・面接など

試験の日時および場所

- ◆第1次試験 7月12日(日) 南伊勢町役場 南勢庁舎
- ◆第2次試験 第1次試験の合格者に別途通知

申込方法

次の①、②両方の手続きを行ってください。

- ①南伊勢町職員採用試験受験申込フォームから必要事項の登録
申込フォームURL：<https://logoform.jp/form/QmXN/1521977>
右記二次元コードからも登録できます。

- ②以下の書類を郵送提出してください。

- ・卒業(見込)証明書 1通
- ・資格免許証の写しまたは資格取得見込証明書 1通
- ・写真(縦4cm×横3cm。6か月以内に撮影の正面・上半身・脱帽の写真) 2枚
- ・返信用封筒(A4三つ折りが入るサイズ。受験票、試験結果送付用。宛名を明記し、320円分の切手を貼ること) 2通

提出先 〒516-0194 三重県度会郡南伊勢町五ヶ所浦3057 南伊勢町役場総務課

※封筒の表に「南伊勢町職員採用試験受験」と朱書きして特定記録郵便で送付してください。

申込期間

5月1日(金)から5月29日(金)まで

問い合わせ先

総務課 行政係 ☎0599-66-1111(土日・祝祭日を除く、午前8時30分から午後5時15分まで)



軽自動車税の減免申請

障がいのある方が所有する軽自動車については、軽自動車税が減免される場合があります。なお、減免を受けるには、毎年申請が必要です。

対象者 4月1日現在、障害者手帳などを持っている方

対象車両 4月1日現在において、障がい者本人（知的障がい者などの場合は同一生計の方も可）が所有・使用している軽自動車

※1人につき1台です。ただし、普通自動車税の減免を受ける方は対象となりません。

※障がい名・障がい等級によっては該当しない場合があります。

申請期間 5月8日（金）から6月1日（月）まで

申請方法 障害者手帳、印鑑、運転者の運転免許証、車検証および自動車検査証記録事項が記載された帳票、個人番号が確認できるもの、減免を受けようとする軽自動車の納税通知書を持参し、税務住民課（南勢庁舎）または総合窓口（南島庁舎）で

手続きしてください。（継続の場合は、減免申請書を納税通知書に同封しますが、前年度中に軽自動車を購入された方には同封されませんので、税務住民課までお問い合わせください。）

軽自動車税納税証明書の有効期限の延長について

令和7年度軽自動車税の納税証明書は、5月31日が有効期限ですが、有効期限を6月20日まで延長して、再発行することができます。

ただし、令和7年度軽自動車税を口座振替もしくはスマートフォン決済により納付をされた方のうち、車検手続きに支障をきたすおそれがあると認められる場合に限りです。

必要な方は、役場の窓口にてお申し出ください。

問い合わせ先

税務住民課 税務係

☎0599-66-1112

口座振替の方へお送りしていた軽自動車税納税証明書（車検用）の送付廃止について

令和5年1月から、軽自動車税納付確認システム（軽JNKS）の運用がはじまり、三輪以上の軽自動車は車検時における紙の納税証明書の提示が原則不要になりました。

これまで口座振替やアプリ決済等により軽自動車税を納付いただいた方には、6月中旬ごろに軽自動車税納税証明書（継続検査用）を送付していましたが、軽JNKS開始に伴う経費削減、省資源化推進のため、現在、送付を行っていません。

なお、二輪の小型自動車（排気量250cc超）についても、令和7年4月から軽JNKSの対象となっていますので、三輪以上の軽自動車と同様となります。

紙の車検用納税証明書が必要な場合には、車検証をお持ち頂き、納税確認の上、窓口にて発行することが可能です。

問い合わせ先 税務住民課 税務係 ☎0599-66-1112

自動車税の納期内納付について

令和8年度の自動車税の納期限は、6月1日（月）です。納期限までに納付してください。納付方法など詳しくは、三重県のホームページ（「納税について 三重県」で検索）をご覧ください。

問い合わせ先 伊勢県税事務所 納税課 ☎0596-27-5127 FAX 0596-27-5252

全国一斉 緊急情報の伝達試験のお知らせ

町では、地震・津波や、他国から武力攻撃を受けた時などの災害発生時に、皆さまへ危険をお知らせするために、**J-ALERT(ジェイ・アラート：全国瞬時警報システム)**を導入しています。

有事の際に皆さまに確実に危険をお知らせするために、全国一斉の緊急情報伝達試験を行いますので、あらかじめご了承ください。なお、当日実施する試験は下記のとおりです。

【試験日時】 6月3日(水) 午前11時00分頃

情報伝達的手段	伝達内容
防災行政無線による放送	防災行政無線から下記の内容が一斉に放送されます。 ★ 防災行政無線の上り4音チャイム ★ 「これはテストです」×3回(男性の合成音声) ★ 「こちらは防災南伊勢です」 ★ 防災行政無線の下り4音チャイム

※南伊勢町以外の地域でも全国的に様々な情報伝達手段で試験が実施されます。

※災害等発生により訓練を中止することがあります。

● J-ALERT(ジェイ・アラート：全国瞬時警報システム)とは…

地震・津波や他国から武力攻撃を受けた時などの災害時に、国から送られてくる緊急情報を、人工衛星などを利用して、瞬時に情報伝達するシステムです。

問い合わせ先 防災安全課 ☎0599-66-1704

南伊勢町創業支援補助金

南伊勢町では、町内の商工業の振興と地域経済の活性化を図ることを目的に、事業者から応募された創業を行う事業計画を審査し、認定した事業へ支援をいたします。

募集計画 町内で実施される創業の事業計画※で、補助金交付決定後(7月下旬予定)事業を開始し、令和9年3月12日(金)までに完了するもの。 ※対象外の業種あり

応募資格 事業を営んでいない個人 ※条件あり

応募方法 南伊勢町創業計画(様式あり)ほか、必要書類の提出

募集期間 5月1日(金)～6月12日(金) 午後5時15分まで(平日のみ)

計画書(素案) 受付締切 5月29日(金) ※必須

計画書(正式) 受付締切 6月12日(金)

計画審査および採択件数

応募された事業計画は、南伊勢町創業計画審査委員会で審査が実施され、評価基準点による優先順位を付けたうえで、認定の可否が決定されます。(令和8年度の採択事業は1件)

支援内容 上記審査の結果、認定を受けた事業計画は「南伊勢町創業計画支援補助金交付要綱」により、補助金交付の申請が行えます。(補助対象経費の1/2(上限100万円))

その他 応募を検討される方は、面談による聞き取りや、事業の説明をしますので、事前に担当課までご相談ください。

問い合わせ先 観光商工課 ☎0596-77-0003

国民健康保険

人間ドックの受診者募集

国民健康保険に加入している人を対象に「人間ドック」を実施します。受診を希望される方は、下記のとおりお申し込みください。

募集要項

- ▶ **募集定員** 160名程度(男女各80名)
市立伊勢総合病院 130名 町立南伊勢病院 30名
- ▶ **対象者**
 - 令和7年8月から継続して南伊勢町国民健康保険に加入している人
 - 令和8年4月1日現在、満40歳以上で、受診日までに後期高齢者医療制度に該当しない人
 - 国民健康保険税の滞納がない世帯の人
 - 受診結果を南伊勢町と三重県国民健康保険団体連合会に提供することに同意する人
- ▶ **健診時期** 令和8年7月～令和9年1月(予定) ※健診日の指定はできません
- ▶ **健診場所**
 - 市立伊勢総合病院 健診センター
 - 町立南伊勢病院
- ▶ **申込方法** 税務住民課・総合窓口(南島庁舎)にある申請書でお申し込みいただくか、スマートフォンから送信してください。
- ▶ **申込受付期間** 5月1日(金)～5月15日(金) ※電話でのお申込みはできません。
- ▶ **健診費用** 市立伊勢総合病院 健診センター



スマートフォン用
二次元コードはこちら

	総費用額	町助成額	本人負担額
男性	42,420円	29,420円	13,000円
女性	56,300円	39,300円	17,000円

- ※胃部X線(透視)を胃カメラ(内視鏡)に変更した場合別途料金が必要です。
- ※胃部検査を当日キャンセルした場合は、キャンセル料を徴収します。
- ※女性はマンモグラフィー、子宮がん検診がセットです。
- ※骨密度検査を希望する場合は別途料金が必要です。

町立南伊勢病院

	総費用額	町助成額	本人負担額
男女共	43,350円	30,350円	13,000円

- ※胃検査は胃カメラ(内視鏡)のみとなります。
- ※乳がん、子宮がん検診は実施しません。

7月実施の集団特定健診を受診希望の方は同時配布の「検診ガイド」をご覧ください。

問い合わせ先 税務住民課 国保医療係 ☎0599-66-1708

受けようがん検診

がんは、日本人の死因、第1位であり、国民の2人に1人が『がん』にかかり、4人に1人が『がん』が原因で亡くなっています。しかし、医学の進歩により、早期発見、早期治療で治せる『がん』が増えてきました。そのためには、定期的ながん検診を受けることが大切です。この機会にぜひがん検診を受診しましょう!

詳細につきましては広報5月号と同時配布される南伊勢町検診ガイドまたは町ホームページをご覧ください。

※右記の二次元コードからも町ホームページをご覧ください。

問い合わせ先 子育て・福祉課 健康増進係 ☎0599-66-1114



町ホームページ



伊勢志摩地域連携出会い・結婚イベント 「恋活サマーパーティー」

伊勢志摩地域の市町（伊勢市・志摩市・玉城町・度会町・南伊勢町・明和町）が連携して実施する出会いイベントです。

会場に射的、わなげ、宝釣り、わた菓子、ジュースや駄菓子などの縁日ブースが登場します！

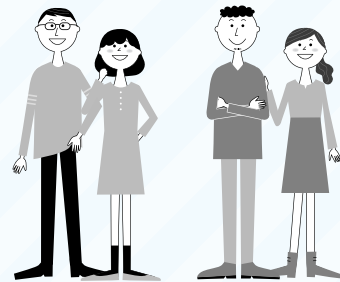
1対1で自己紹介トークを楽しんだあとはグループで夏祭りの雰囲気をお楽しみください。マッチング結果の発表はマッチングした方に個別にお伝えします。（※参加者全員に対して発表することはありません。）

対象 伊勢志摩地域の市町に在住・在勤している独身男女
と き 6月28日（日）
 第1部 25～34歳（男女各12名程度）
 10:00～12:30（受付9:45～）
 第2部 31～40歳（男女各12名程度）
 13:30～16:00（受付13:15～）

と ころ 三重県営サンアリーナ レセプションルーム

料 金 男女ともに500円

申込方法 6月17日（水）17時までに右記の二次元コードからオンライン申請を行うか、または下記の問い合わせ先へご連絡ください。
 ※申込多数の場合は抽選となります。



問い合わせ先 ㈱デルタスタジオ ☎059-355-1320（平日10:00～18:00）

本事業は「伊勢市」が㈱デルタスタジオに委託して実施しています。

新婚世帯の新生活を応援します！

南伊勢町では、令和8年4月から「南伊勢町結婚新生活支援補助金」を新たに開始しました。若い世代の新婚世帯の皆さんが安心して新生活をスタートできるよう、住居費・引越し費用・リフォーム費用の一部を補助します。

補助上限額

- ・婚姻日における年齢が、夫婦ともに39歳以下である新婚世帯 30万円
- ・婚姻日における年齢が、夫婦ともに29歳以下である新婚世帯 60万円

新婚生活を始めた方はぜひご活用ください。

申請条件や対象経費などの詳しい内容は、町ホームページをご確認ください。

問い合わせ先 まちづくり推進課 若者定住係 ☎0599-66-1366



町ホームページ

開示請求状況について

町では、開かれた町政を一層推進するため、情報公開および個人情報保護制度を実施していきます。それぞれの条例に基づき令和7年度における開示請求状況を公表します。

公文書公開請求

請求件数 42件
 公開決定の状況 公開 38件
 取り下げ 他 4件
 請求の概要 工事金入設計書 他

個人情報開示請求

請求件数 0件
 開示 0件

問い合わせ先 まちづくり推進課 広報情報係 ☎0599-66-1366

環境保全活動事業費補助金について

南伊勢町の自然環境の保全のための活動に対し経費を助成します。

対象となる活動

次の要件を満たすもの。

1 次のいずれかに該当する活動

- 登山道の修復
- 自然保護に資する注意板の設置
- 町の木、花(旧町の木、花を含む。)の植樹、保全活動
- 海岸清掃活動
- 河川環境保全活動
- その他、町長が必要と認める活動

2 事業の実施について、法令等に基づく許認可及び地権者(町の木、花にあつては地権者及び所有者)の同意が得られているもの。

3 ボランティア活動保険へ加入して実施するもの。

※国又は地方公共団体が主催し、又は共催する事業や他の制度により町から助成を受けている事業は対象とはなりません。

補助額 補助対象活動に直接必要な経費の10分の10以内(下限1万円、上限15万円)

※本事業は南伊勢自然電力合同会社社会貢献寄付金収入を財源とした事業のため、申請金額が町の予算額を超過した場合、各申請者に交付する補助金は上限額を交付できない場合があります。

申請用紙等の入手

まちづくり推進課で配付しています。また、町ホームページからもダウンロードできます。→



申請の募集期間 5月7日(木)から5月29日(金)(当日消印有効)

申請書提出・問い合わせ先 まちづくり推進課 政策係 ☎0599-66-1366

町ホームページ
はこちら

南伊勢町買い物不便・困難者対策 【事業再構築等促進支援】事業補助金募集について (令和8年度予算額300万円)

身近な商店の減少、少子高齢化により、日常生活に必要な食料品店等の買い物が困難な地域の問題を解消することにより、町民の生活水準の向上を図ることを目的として、国・県の補助金を活用し事業改善を進める町内の食料品店を対象に町独自の上乘せ補助・横出し補助を実施します。

【条件】

●**対象者**：町内に本店又は支店を有する食料品店のうち国・県の指定する補助金の交付の決定を受けた事業者

●**申請期限**：令和9年2月10日(水)

※詳しい条件等は町ホームページを(右記2次元コード参照)ご覧ください。

上記の要件で募集いたしますので、興味のある事業者の方はまちづくり推進課までお問い合わせください。



問い合わせ先 まちづくり推進課 政策係 ☎0599-66-1366

公共工事発注見通し一覧表 (4月1日現在)

公表する内容は、公表する時点における発注見通しであり、公表した後に変更又は追加することがあります。また、今後の変更などは町のホームページで随時公表します。なお、公表する工事は予定価格が400万円以上のものです。

担当課名	工事名称	工事場所	入札契約方式	工事種別	入札予定時期	工期	工事概要
管財契約課	町営住宅五ヶ所団地前田 A ストック改善工事	五ヶ所浦	指名競争入札	建築工事	第1四半期	約2ヶ月	屋上防水の改修等
管財契約課	船越赤道修繕工事	船越	指名競争入札	土木工事	第4四半期	約1ヶ月	舗装工事
教育委員会事務局	町民文化会館トイレ等改修工事	五ヶ所浦	指名競争入札	建築工事	第1四半期	約2ヶ月	1F・2Fトイレ改修等
教育委員会事務局	島津グラウンドフェンス改修工事	古和浦	指名競争入札	建築工事	第1四半期	約2ヶ月	フェンス設置(基礎ブロック込)等
水産農林課	礫浦漁港舗装修繕工事	礫浦	指名競争入札	土木工事	第2四半期	約2ヶ月	舗装工事
水産農林課	ふるさと夢トンネルLED照明化工事	道行電	指名競争入札	電気工事	第2四半期	約2ヶ月	電気工事
総務課	第一公民館解体工事	古和浦	指名競争入札	建築工事	第1四半期	約1ヶ月	建築物解体工事
総務課	(仮称)古和浦コミュニティセンター新築工事	古和浦	指名競争入札	建築工事	第2四半期	約9ヶ月	コミュニティセンター新築工事
上下水道課	田曾浦浄化センターばっ気槽水中ミキサー取替工事	田曾浦	指名競争入札	機械工事	第1四半期	約6ヶ月	ポンプ取替工
上下水道課	南海浄化センターばっ気槽装置スミレータ修繕工事	相賀浦	指名競争入札	機械工事	第2四半期	約6ヶ月	ポンプ取替工
上下水道課	国道260号道路改良工事に伴う下水道施設工事	船越	指名競争入札	舗装工事	第2四半期	約6ヶ月	舗装工事
上下水道課	大江・道方地区連絡管布設工事	道方	指名競争入札	舗装工事	第2四半期	約4ヶ月	舗装工事
上下水道課	老朽管更新工事	迫間浦	指名競争入札	水道管工事	第1四半期	約6ヶ月	配水管布設工事
上下水道課	国道260号道路改良工事に伴う水道管施設工事	船越	指名競争入札	舗装工事	第2四半期	約6ヶ月	配水管布設工事 舗装工事
上下水道課	相賀浦加圧ポンプ場発電機設置工事	相賀浦	指名競争入札	機械工事 電気工事	第2四半期	約6ヶ月	発電機設置工事
上下水道課	宿浦加圧ポンプ場送水ポンプ取替工事	宿浦	指名競争入札	機械工事	第2四半期	約4ヶ月	送水ポンプ取替工事
上下水道課	五ヶ所浦第1水源地取水ポンプ取替工事	五ヶ所浦	指名競争入札	機械工事	第2四半期	約4ヶ月	取水ポンプ取替工事
防災安全課	一次避難場所(海ぼうず)整備工事	相賀浦	指名競争入札	土木工事	第1四半期	約9ヶ月	避難道整備工事
防災安全課	一次避難場所(旧五ヶ所保育所)整備工事	五ヶ所浦	指名競争入札	土木工事	第2四半期	約4ヶ月	避難道整備工事
建設課	大三浦礫浦線法面補修工事	迫間浦	指名競争入札	土木工事	第1四半期	約5ヶ月	法面工
建設課	東宮慥柄線(鷓倉橋)橋梁修繕工事	慥柄浦	指名競争入札	土木工事	第3四半期	約4ヶ月	橋梁修繕工事
建設課	カタガリ9号線(相賀浦14号橋)橋梁修繕工事	相賀浦	指名競争入札	土木工事	第3四半期	約4ヶ月	橋梁修繕工事
建設課	公民館寺村線(中橋)橋梁修繕工事	大江	指名競争入札	土木工事	第3四半期	約4ヶ月	橋梁修繕工事
建設課	田曾浦宿浦線舗装修繕工事	宿浦	指名競争入札	土木工事	第1四半期	約3ヶ月	舗装工事
建設課	福浦川護岸修繕工事	押淵	指名競争入札	土木工事	第1四半期	約3ヶ月	護岸工
建設課	古和浦棚橋電線側溝修繕工事	古和浦	指名競争入札	土木工事	第2四半期	約3ヶ月	側溝修繕工
建設課	阿曾浦23号線外側溝修繕工事	阿曾浦	指名競争入札	土木工事	第2四半期	約3ヶ月	側溝工
建設課	東宮川堆積土砂撤去工事	東宮	指名競争入札	土木工事	第3四半期	約3ヶ月	堆積土砂撤去工



こんにちは 町立南伊勢病院です



睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の簡易検査

「しっかり寝たつもりなのに、日中ずっと眠い」「家族にいびきや呼吸の停止を指摘された」
……そんなお悩みはありませんか？

睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の簡易検査は、入院の必要がなく、ご自宅でいつものように眠るだけで受けられる検査です。手のひらサイズの小さな機械を使い、寝ている間の酸素の状態や呼吸の様子を測定します。

■ 検査のポイント

いつもの布団でリラックス： 病院に泊まるストレスがなく、普段通りの睡眠状態で測定できます。

準備はとても簡単： 寝る前に指先や鼻、手首に軽いセンサーをつけるだけ。装着による痛みもありません。

■ こんな症状はありませんか？ (セルフチェック)

- ・ 家族から「いびき」や「呼吸が止まっている」と言われる
- ・ 日中、強い眠気に襲われることがある
- ・ 起きた時に頭痛がしたり、口が渴いていたりする
- ・ 夜中に何度も目が覚める、熟睡感がない

■ 検査の流れ

機器貸出： 内科診察後、検査室にて検査機器をお渡しし、使い方をご説明します。

ご自宅で測定： 寝る前にご自身で機器を装着し、一晩お休みいただくだけです。

機器の返却： 翌日 (または指定日) に機器をご返却ください。

結果のご報告： 解析後、医師より詳しく結果を説明いたします。

(結果によっては、専門医療機関への紹介になる場合があります)

問い合わせ先 町立南伊勢病院 ☎0599-66-0011



国民年金の届出漏れにご注意ください

国民年金は社会保険のひとつで、受け取れる年金には老齢・障害・遺族年金の3種類があります。届出が必要なタイミングで手続きを行わないと、将来受け取れる老齢年金が減ってしまうだけでなく、事故など万が一の時にもらえる障害年金や遺族年金がもらえなくなってしまう可能性があります。

【国民年金の届出が必要なタイミング】

- ① お仕事をやめて厚生年金の被保険者でなくなったとき。
- ② 配偶者に扶養されていた方 (第3号被保険者) が、配偶者の扶養から外れた時。
(例: 配偶者が仕事をやめた、ご自身の収入が増えた、配偶者が65歳以上になったなど)

これらの場合には国民年金の届出が必要になりますので、お忘れのないようご注意ください。

※就職して、厚生年金等に加入した場合は勤務先で手続きが行われますので、役場への届出は不要です。

詳しくは右記二次元コードを読み取ってください。

問い合わせ先 役場 税務住民課 ☎0599-66-1116
伊勢年金事務所 ☎0596-27-3601



未利用魚タカノハダイを活用した給食を実施しました！



3月17日、昨年度に引き続き今年度も、未利用魚タカノハダイを活用した給食を町内の小中学校で実施しました。タカノハダイは、夏場はにおいが強く好まれません、水温の下がる冬は磯臭さも少なく白身のおいしい魚です。

献立は「魚団子のケチャップがらめ」で、子どもたちが食べやすい様にハンバーグ風に仕上げていただきました。

様々な理由から市場に出回らず処分されてしまう未利用魚ですが、未利用魚の説明を聞いた子どもたちは、「将来、未利用魚と呼ばれる魚がなくなるように、どんな魚も活用していける様な南伊勢町にしたいです。」と頼もしい笑顔を見せてくれました。



表敬訪問

3月23日に「東海中央ボーイズ(硬式野球)」に所属し、南勢中学校に通う濱田 海太さんが町長を表敬訪問し、全国大会への出場を報告しました。同チームは第56回春季全国大会愛知県中央支部予選において優勝し、3月26日から開催される第56回日本少年野球春季全国大会出場を決めました。濱田さんは決勝戦で内野手として出場し、逆転につながる強打でチーム優勝に貢献する活躍を見せました。



地域おこし協力隊退任式

3月26日に役場南勢庁舎において南伊勢町地域おこし協力隊の退任式が行われました。

福山 幸伸さんは「柑橘栽培担い手育成及びチームづくり事業」の協力隊として、マルチンス ユウジさんは「未就学児の英語力向上事業」の協力隊として3年間活動を行っていただきました。上村町長からは感謝状が手渡され、それぞれの新たな門出に激励の言葉を送っていました。

消防団入退団式及び新幹部就任式

4月5日、町民文化会館において消防団入退団式及び新幹部就任式が挙行されました。

これまで地域防災の最前線でご尽力いただいた退団者の皆さまに深く感謝の意を表するとともに、新たに入団された団員、新幹部に任命された団員に対して辞令が交付されました。新入団員や新幹部団員たちはそれぞれが地域防災の要としての決意を新たにしました。



また、式典後の新入団者を対象とした基礎訓練では、今後の活動に向けて熱心に訓練に取り組んでいました。

町内小・中学校入学式

4月6日に町内小学校、7日に町内中学校で入学式が行われました。

桜吹雪の舞う中、新しい一步を踏み出すピカピカの新入生が在校生の温かい拍手とともに迎えられ、笑顔いっぱいの素敵な式となりました。



贈 株式会社四方会 さま



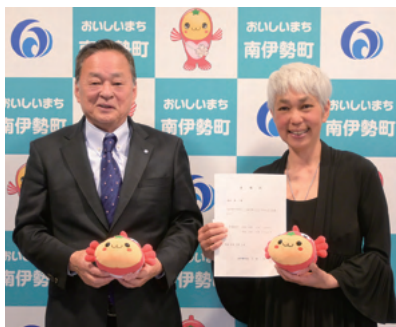
ご寄附をいただきました。

4月8日、宿浦の有限会社マサヤ 代表取締役 田岡 正廣さんから「南伊勢町の海を豊かにする事業のために役立ててほしい」とご寄附をいただきました。ありがとうございました。

新たな仲間が加わりました！

4月9日、南勢庁舎にて委嘱式が行われました。

今回委嘱されたのは、地域おこし協力隊「南伊勢の海から新たな価値を生み出す次世代水産ディレクター」の嶋田 希しまだ のぞみさん、空き家バンク支援員の西岡 南帆子にしおか なほこさん・庄下 千種しろうか ちくささん、二地域居住コーディネーターの世古 さつきせこ さつきさん・米倉 佑香よなかさん、おしごとアドバイザーの千葉 あいちば あいさんです。6名には上村町長より委嘱状が手渡されました。皆さんはこれからそれぞれ地域のために活動していただきます。よろしくお願いいたします。



伊勢志摩オープンガーデンさん

伊勢志摩オープンガーデンは今年10周年を迎えます。当初の汐見ガーデン単独オープンが4年間、それを合わせると14年目。園芸好きな人々にとって、カレンダーをめくる日々が楽しみとなっています。今年開催される9軒の内、3軒が南伊勢町。ナチュラルガーデンの「汐見ガーデン」、巨大温室と花咲く里山の「滝ハウス」、バラの圧巻さに息をのむ「天使のひるね・救ガーデン」。個性的な庭巡りに、春の一日を加えてみてはいかがでしょうか



※見学はマナーとルールを守ってね

※問い合わせは汐見ガーデンへ

☎ 090-9027-2695

←ホームページはこちら



天使のひるね・救ガーデン



わかくさ園さん

3月27日に河内わかくさ園で「さくらまつり」を開催しました。

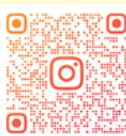
晴天に恵まれ、子どもさんからご高齢の方まで多くの人にお越しいただき、会場は笑顔とにぎわいに包まれ大盛況でした。皆さま、本当にありがとうございました。次回は夏祭りを予定していますので、ぜひご来場ください。



詳細やお問い合わせはコチラ→

なぶら太鼓さん

3月21日になぶら太鼓30周年を記念し、田曾浦コミュニティセンター前と宿浦区民センター前で演奏を行いました。これからも引き続き地域を盛り上げられるよう活動していきますので、応援よろしくをお願いします！



←お問い合わせはこちら



まちきらコーナーでは町民の方が取り組んだ催しなどをご紹介します。町内で頑張っていることをみんなに知ってもらいたい！紹介したい！など掲載希望がありましたら、まちづくり推進課へご相談ください。

※掲載記事の都合等で載せられない場合もあります。予めご了承ください。

問い合わせ先
まちづくり推進課 広報情報係
☎0599-66-1366

令和8年度国民健康保険税の税率を改定します

国民健康保険税は、皆さまが病気やケガをした時の医療費などに使われる大切な財源です。

近年、加入者の減少や医療の高度化などにより医療費が増加し、全国的に国保の財政運営が厳しい状況が続いています。このような状況を改善するため、平成30年度から都道府県と市町村が共同で国保を運営しています。

国が示す「保険料水準統一加速化プラン」に基づき、今後三重県では、県内どの地域に住んでいても所得水準・世帯構成が同じであれば保険税も同じとなるように、令和15年度までに保険税率を県内で統一することが決まりました。これを受けて、南伊勢町では今後の保険税率の統一に向けて段階的に保険税率を引き上げていくこととなりました。

令和8年度の税率等は下記のとおりです。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

○税率の表

	医療分		後期高齢者支援分		介護保険分 (40～64歳の方)		子ども・子育て支援分	
	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後
所得割	6.70%	6.70%	2.30%	2.50%	1.80%	2.30%	－	0.24%
均等割	26,500円	26,800円	9,300円	10,300円	10,000円	11,000円	－	1,100円
平等割	18,400円	18,400円	6,400円	7,000円	6,000円	6,000円	－	700円
限度額	660,000円	670,000円	260,000円	260,000円	170,000円	170,000円	－	30,000円

○パターン別の世帯構成での比較表

世帯所得額	モデルケース	令和7年度(年額)	令和8年度(年額)
所得43万円以下	単身者 70歳代	18,100円	19,100円
所得43万円以下	単身者 50歳代	22,900円	24,200円
所得43万円以下	2人世帯 70歳代夫婦 (所得は世帯主のみ)	28,900円	30,600円
所得100万円	2人世帯 50歳代夫婦 (所得は世帯主のみ)	122,600円	132,000円
所得300万円	3人世帯 40歳代夫婦と子1人 (所得は世帯主のみ)	435,600円	470,100円

パターン別の世帯構成の保険税(年税額)を令和7年度と令和8年度で比較しました。

問い合わせ先 税務住民課 国保医療係 ☎0599-66-1708

定期予防接種についてのお知らせ

●RSウイルスワクチンの定期予防接種が始まりました。【無料】

令和8年4月1日から、妊婦を対象としたRSウイルス感染症(母子免疫)の定期予防接種が始まりました。「RSウイルスワクチン」は、妊婦へ接種し、母体で作られた抗体を胎児に移行させることで、出生した子どもを重症化から守ります。

接種に必要な書類等については、令和7年度中に妊娠されている方は4月中に個別通知しております。令和8年度以降に妊娠された方には窓口(※母子手帳交付時)にてお渡しします。

●定期A類(子ども) 予防接種について【無料】

南伊勢町では、全ての予防接種を協力医療機関において「個別接種」で実施しています。保護者が予防接種の必要性、効果、副反応、注意する点などを理解した上で、医療機関に予約をしてください。

詳しくは、お手持ちの保護者向け冊子「予防接種と子どもの健康」や、右記の二次元コードより町ホームページをご覧ください。

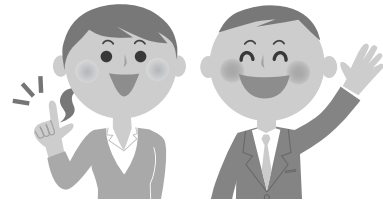
町ホームページ



問い合わせ先 子育て・福祉課 健康増進係 ☎0599-66-1114

レセプト点検員・一般事務員

- 募集人員** 1名
任用期間 令和8年6月1日～令和9年3月31日
業務内容 レセプト点検又は一般事務
応募資格 ◆地方公務員法第16条(欠格条項)に該当しない方
 ◆医療事務の経験又は医療事務に関する資格をお持ちの方(レセプト点検のみ)
勤務場所 南勢庁舎
勤務時間 8時30分から17時15分 週3～5日勤務(応相談)
提出書類 履歴書、資格の写し(資格をお持ちの方)
提出先 税務住民課(南勢庁舎)・総合窓口(南島庁舎)
応募締切 5月18日(月) 必着
面接 5月22日(金) 13:00～ 南勢庁舎2階第2会議室



問い合わせ先 税務住民課 国保医療係 ☎0599-66-1708

クリーンセンター清掃作業員

- 募集人員** 1名
任用期間 令和8年6月1日～令和9年3月31日
業務内容 ごみ処理に伴う収集運搬・処理業務に伴う清掃関連業務、廃棄物(生ごみ・し尿等)堆肥化施設における収集運搬・処理業務
応募資格 ◆地方公務員法第16条(欠格条項)に該当しない方
 ◆普通自動車運転免許(AT限定を除く)限定解除中型車8t未満が望ましい
勤務場所 クリーンセンターなんとう、南勢一般廃棄物最終処分場、きりはらコンポストセンター
勤務時間 8時30分から17時15分(祝日を除く月～金曜日、日曜日)
提出書類 履歴書、資格免許の写し
提出先 環境生活課(南勢庁舎)・総合窓口(南島庁舎)
応募締切 5月18日(月) 必着
面接 5月22日(金) 13:15～ 南勢庁舎2階第2会議室

問い合わせ先 環境生活課 ☎0599-66-1154 クリーンセンターなんとう ☎0596-76-1233

6月1日は人権擁護委員の日

「特設人権相談所」を開設します。

じんけんようごい いん

人権擁護委員はあなたの街の身近な相談相手です

様々な差別、誹謗中傷、体罰やいじめ、職場でのセクハラ、DV、部落差別等、人権侵害についてのお悩みは、下記人権擁護委員又は、相談所へお気軽に御相談下さい。

相談は無料で秘密は厳守します。

【特設人権相談所】 日 時 6月2日(火) 13:00～16:00 (※1件につき60分まで)

場 所 南伊勢町町民文化会館 3階 和室
 役場南島庁舎 1階 会議室

【人権擁護委員(敬称略)】

かわかみ まきこ かわぐち ちづほ ごとう たけひこ 橋川 ゆうこ はしもと かづこ はやかわ としえ
 河上 真木子 川口 ちづほ 後藤 武彦 橋川 裕子 橋本 加津子 早川 淑恵

問い合わせ先 津地方務局伊勢支局・伊勢人権擁護委員協議会 ☎0596-28-6464
 南伊勢町役場 環境生活課 生活交通係 ☎0599-66-1154

水産業に挑む 若者たち

今月の人

いしだ ゆうと
石田 雄斗 さん **地域おこし協力隊** **アオサノリ養殖** **内瀬**

1997年生まれ、千葉県出身。大学卒業後、証券会社で勤務。2024年より南伊勢町へ移住し、地域おこし協力隊として親方・東(ひがし)さんのもとでアオサ養殖を学んでいる。



どうしても養殖がやりたくて、
千葉から夫婦で
南伊勢に移住しました。

どうして漁師に
なったのですか？

もともと水産高校に通っていて、海が好きだったので、実習でまぐろ漁船に乗ってみて「獲る漁師」は自分には合っていないと思ったんです。大学卒業後は証券会社で営業をしていましたが、決まった時間に仕事をすることも、自分で考えて結果を出せる仕事がしたいと思いい、水産業への挑戦を決めました。そんな時に漁業就業フェアでアオサ養殖を知って、農業に近いような形で計画を立てて進められる点に惹かれました。

アオサ養殖の
仕事はどうですか？

現在は親方の東さん

次はふるさとワーホリで南伊勢に来た若者たちの話。お楽しみに！

のもとで、種付けから収穫、加工までを1月から始まる収穫期は、1ヶ月に2ヶ月分働いているような感覚になるほど忙しくて大変ですが、一緒に移住してきた妻の理解もあって何とか乗り越えてきました。

南伊勢での暮らしと
これからについて
教えてください！

この春から、漁協の正組合員になることができました。シラスウナギ漁へ出かけたり、牡蠣の養殖も試験的にやってみたりと、南伊勢で出来ることを楽しんでいきます。養殖技術をしっかりと身につけて、今後の事業計画も立てていきます。



1 親方の東さんと、たくさんの方のサポートのもとで勉強中。
2 青々とアオサがびっしり育った網を見せてくれました。アオサの収穫期も今年で2年目となり、少しずつ慣れてきたとか。

記事の感想や、漁業に関する相談・問い合わせ
050-3172-4110 (フィッシャーメン・ジャパン事務局：平日10:00～17:00)

お問い合わせフォームはこちら ▶



みなみいせ元気ネットからのお知らせ

日頃の成果を発揮！フリーピンポン町長杯が開催されました！

穏やかな春の日差しが心地よい春の日。フリーピンポン町長杯の会場は、始終参加者の熱気と笑顔に包まれていました。今大会はなんと初めてのチームが優勝し、上位チームは僅差にて勝敗を分け、日頃の練習の成果が結果に結びついた素晴らしい大会となりました。またノーミスで1000回以上続いたチームが6チームいたことも、日々の積み重ねが確実に力となり、競技レベルの向上や記録の底上げに繋がっていることを実感しました。3月は春休み開催なので、ぜひ世代を問わず小学生や中学生も参加してくれると嬉しいです！スポーツを通して、多世代が地域で繋がる機会になればと思います。

大会結果は左隣ページの高齢者支援課記事にて。



南島体育センターに、子どもからシニアまでみんな集まれ！

参加費無料！
申込不要！

【主催】一般社団法人みなみいせ元気ネット
【後援】南伊勢町・有限会社 平岡健康開発研究所MAX

第5回

げんきmax 教室

立ち姿ひとつで、印象は激変する。
プロが教える、効率的な歩行と筋トレ。

運動不足を感じている方、体をほぐしてリフレッシュ！
姿勢改善ストレッチ、筋力トレーニングもやります。

会場 南島体育センター 持物 体操のできる服装
南伊勢町村山2-27 上履き/タオル

日程 **5月23日(土)**
13:30~15:30

平岡令孝先生による元気づくり教室です！
子どもからシニアまで、どなたでも参加できます。
足指力計を使って測定してみよう！

どなたでも気軽に参加できる健康教室です！今回のテーマは「美しい姿勢」。

運動でも日常生活でも、すべての基本となるのが「正しい姿勢」。

親子で、お孫さんと、お友達と一緒に、ご自身の健康づくりを見直してみませんか？

歩き方が変わると、体が変わります。

毎日必ず行う「歩く」という動作。少し意識するだけで姿勢が整い、見た目も10歳若返る効果が期待できます。さらに、加齢による筋力低下をサポートする筋トレ、体を整えるストレッチもわかりやすくお伝えします！

運動が苦手な方、体がかたい方も安心！

ご自身のペースでゆっくり参加OK！

ご自宅でも続けられる簡単な運動もご紹介いたします。元気ネットは、子どもたちが運動を好きになること、そしてシニアの皆さまの元気づくりを応援しています！

日常的な運動習慣の「きっかけ」として、ぜひご参加ください。予約不要です。

上履きを持って、直接「南島体育センター」へお越しください。みなさまお誘いあわせのうえ、お気軽にご参加ください。

【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)

第7回南伊勢町長杯フリーピンポン大会

3月27日、五ヶ所体育館において、第7回南伊勢町長杯フリーピンポン大会が開催されました。当日は、23チーム92名の選手らが集まり、4人一組で協力し合ってラリーをつなぎ、競技を楽しみました。優勝は、わかばチームでした。おめでとうございます。

優勝チーム



優勝 わかば チーム

準優勝チーム



準優勝 シニアドラゴン チーム

3位チーム



3位 ホース チーム

なかむらことみ はねとしこ むらたひでこ なかにしとしこ
中村琴女様・羽根敏子様・村田秀子様・中西利子様 <1,397回>
はまじかずゆき でさきよしえ きどひろこ たなかこ
濱地一幸様・出崎良江様・木戸博子様・田中わか子様 <1,337回>
おくやみすす やまもえみこ せこそよこ いけむらちえ
奥山美鈴様・山本恵美子様・世古ソヨ子様・池村千栄様 <1,320回>

～フリーピンポン・ゲートボール・グラウンドゴルフをぜひ一緒にやりましょう！～

フリーピンポン・ゲートボール・グラウンドゴルフにご興味のある方は、各地区の老人クラブか、南伊勢元気シニアクラブか、役場高齢者支援課介護支援係へお問い合わせください。

問い合わせ先 高齢者支援課 介護支援係 0599-66-1709

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クサービス）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いたします！

Instagram



LINE



X (旧Twitter)



Facebook



YouTube



問い合わせ先 まちづくり推進課 広報情報係 ☎0599-66-1366

今年度から行政チャンネルの担当が異動により変わりました。住民の皆さまに更に見やすく魅力的な情報をお伝えできるよう努めますので、ぜひご視聴ください！取材で町内各所へお邪魔することもあると思います。よろしくお願いいたします。



行政チャンネルについてのお問い合わせは、まちづくり推進課 広報情報係まで ☎0599-66-1366

空き家の片付け おまかせください！

- ☞ 町内実績 30 件以上！
空き家バンク登録物件の実績も多数！
- ☞ プロの遺品整理士による作業
有資格者による安心作業！



◎YAMADA_BENRITEN

お見積は無料！
まずはお電話ください。

山田便利店

TEL 090-3898-0237 南伊勢町切原 18

・一般廃棄物収集運搬許可・遺品整理士協会認定地域総括会員

有料広告

伊勢警察署だより

☎0596-20-0110

自転車盗に注意!!

自転車は通学や通勤、買い物などで手軽に使用できる便利な乗り物ですが、簡単に盗まれてしまいます。しっかりと対策しましょう。

①駐輪時には鍵を2個以上かけましょう

盗難被害の6割以上は無施錠の場合です。

施錠方法の異なる鍵を2種類以上使用しましょう。

②短時間でも自宅でも、2個以上鍵をかけましょう

急いでいても、学校や駅、自宅など、どこへ止めても自転車を離れるときは鍵をかけましょう。

③自転車防犯登録をしましょう

防犯登録は、盗難防止に視覚的な効果があります。

また、盗まれた自転車の早期発見・返還につながります。

自動車防犯登録取扱所（自転車販売所など）で登録できます。

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 5月15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 役場南勢庁舎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 うらた 敦子氏 あつこ

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



石綿作業主任者技能講習

三重建労伊勢支部では、「石綿作業主任者技能講習」を下記の通り開催致します。

開催日 7月6日（月）、7日（火）

会場 三重建労伊勢支部 第二会館

受講料 13,200円

定員 30名（定員になり次第メ切）※応募者が15名に満たない場合は中止となります。

申込時に必要なもの

印鑑、受講料、写真2枚（2.5cm×3.0cm）、雇用保険確認通知書（加入者のみ）、運転免許証の写し（両面）

申込み・問い合わせ先

三重県建設労働組合伊勢支部（伊勢市一之木4丁目644-3）☎0596-23-5535

町民文化会館便り

町民文化会館よりお知らせ

平素は会館の運営にご理解・ご協力をいただきありがとうございます。生涯学習講座・OBサークル・趣味のサークル活動等個人・団体を問わずにもご利用いただけます。平日・休日・祝日 午前9時から午後5時まで開館しております。コピー機・印刷機のご利用もいただけます(有料)。お電話にてお問合せ下さい。

2026.5・6月度会館ご利用のご案内

5/3(日)	51年会
5/15(金)	伊勢地区人権擁護委員会(役場環境生活課)
5/28(木)	運転免許更新(役場防災安全課)
6/2(火)	特設人権相談会(役場環境生活課)
6/16(火)	がん検診(役場子育て福祉課)

R8.4月号の催しご案内で、誤りがございましたので訂正及びお詫びいたします。

× 4/16(木) 南伊勢町消防団入隊団式
→ ○ 4/5(日) 南伊勢町消防団入退団式

チョーブンカフェ“ふらっと” (無料)
毎週 火曜・金曜 午後1時～4時

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、認知症の人やその家族、地域住民、介護や福祉などの専門職など誰でも、気軽に集える場所です。

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 5月19日(火) 9時30分~11時

と ころ ふれあいセンターなんとう 健康教育室

※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 菅島一周

鳥羽港から東に約3km、市営定期船で約15分。潮風に吹かれながら尾根を伝って菅島を一周します。答志島、神島などがよく見え伊勢湾の海景は素晴らしいです。

と き 5月17日(日) 午前9時10分

※前日時点で翌日の降水確率が60%以上で中止

集合場所 鳥羽市営定期船乗り場
(鳥羽佐田浜マリンターミナル)

コース 集合場所~菅島~集合場所

持ち物 山歩きの服装、弁当など

参加費 500円

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 ソ フ オ 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	5月	受付時間	実施場所	参加方法等
臨床心理士による子ども相談	20日(水) 22日(金)	要相談	要相談	ご希望の方は、子育て・福祉課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	20日(水)	12:30~13:00	ふれあいセンター なんとう	1歳6か月児対象：令和6年9月1日~11月30日生まれ 3歳6か月児対象：令和4年9月1日~11月30日生まれ ※対象の方へは個別で通知を行います。
乳幼児健康相談	27日(水)	9:30~11:30	子育て支援センター(おひさま保育園内)	ご希望の方は、子育て・福祉課までご予約をお願いします。
	28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	5月	受付時間	実施場所	参加方法等
成人健康相談	27日(水)	13:00~14:00	役場 南勢庁舎	ご希望の方は、子育て・福祉課までご予約をお願いします。
	28日(木)		ふれあいセンターなんとう	
こころの健康相談	28日(木)	13:30~15:20	伊勢庁舎(ヘルスサポート室)	※予約制となっていますので、伊勢保健所地域保健課(☎0596-27-5148)までお電話ください。

ご利用ください「行政相談」

問い合わせ先 総務課 行政係 ☎0599-66-1111

	日時	場所	相談員
南島地区	5月14日(木) 9~11時	南島庁舎 1階会議室	矢野みどり氏
南勢地区	5月14日(木) 13~15時	南勢庁舎 2階会議室	中西のぶひろ氏

役場や公共機関の仕事について、わからないこと、困りごとをお持ちの方は、お気軽にご相談ください。相談は無料で秘密は守られます。

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：5月26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)

申込み：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

税務諸証明のコンビニ交付サービス一時停止のお知らせ

所得証明などの税務関係の諸証明のコンビニ交付サービスについて、システムメンテナンスのため下記の日にサービスを一時停止いたします。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

【サービス停止日時】 5月27日(水) 午後11時から5月28日(木) 午前9時まで

問い合わせ先 税務住民課 税務係 ☎0599-66-1112



戸籍の窓

(敬称略)

うぶごえ

(3月届出分)

御邊 瑛^{えま}方(剛史) 齋 田
西村 優^{ゆう}妃(賢人) 阿曾 浦

おくやみ

(2月届出分)

岡本 共子(84) 五ヶ所浦
岡本 庄栄(100) 五ヶ所浦
嶋田 順(73) 贄浦

(3月届出分)

河村 みゑ(92) 泉
濱地 敦(89) 神前浦
吉田二四子(74) 宿浦
南 昭生(77) 五ヶ所浦
萩原 一(91) 宿浦
向城惠美子(95) 下津浦
大野利保子(91) 贄浦
下村昭雄(92) 道方

(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」では障がい福祉相談を行っています。 と き 5月20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) ◆5月14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
- ◆5月28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)
5月(11日・18日・25日)

南勢庁舎		《業務》
税務住民課 住民係	☎0599-66-1116	・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)
税務住民課 税務係	☎0599-66-1112	
南島庁舎 総合窓口		☎0596-77-0001
・マイナンバーカードの交付 (予約分のみ)		

※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、マイナンバーカードなど)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。

出張版

南伊勢町子育て支援センター

にこにこひろば

問い合わせ先 子育て支援センター ☎ 0599-67-1500

子育て支援センター・子育てサロンは、子育て中の親子が気軽に集い、安心して遊ぶことができる施設です。お子さんを遊ばせながら交流を図り、子育ての情報交換ができる、温かく居心地の良い場所となっています。

定期的に乳幼児健康相談・助産師による講座、離乳食教室などを開催しており、専門の方に気軽にご相談いただけます。また、絵本の読み聞かせ会や英語であそぼうなどのイベントも開催していますので、親子で楽しく参加いただけます。

妊婦さんもお利用いただけます。

詳しくは子育て支援センターから毎月発行される情報誌『にこにこひろば』に掲載しています。



いきいき/

元気レシピ

元気な体づくりをサポート/

新ごぼうと牛肉の混ぜご飯

今回は、香り豊かな新ごぼうと、牛肉のうまみたっぷりの春にぴったりの混ぜご飯です♪

牛肉には、疲労回復をサポートするたんぱく質や鉄分が多く含まれており、貧血予防に役立ちます。

しっかり食べて、元気をチャージしたい日にぴったりな一品です！ぜひお試しください。

材料(4人分)

牛肉(小間切れ肉) …… 150g	ごま油 …… 小さじ1
新ごぼう …… 100g (1/2本)	ねぎ(小口切り) …… 適量
しょうゆ …… 大さじ3	※お米2合…少なめの水加減で炊飯する。
砂糖 …… 大さじ2	
酒 …… 大さじ1	
みりん …… 大さじ1	



1人前
413Kcal

作り方動画はこちら!



作り方

- 1 牛肉は細かく切る。ごぼうは、小さめのさがきにし、さっと水にさらしアクを抜く。
- 2 フライパンにごま油を熱し、ごぼうを炒める。
- 3 しんなりしてきたら、牛肉を入れてさらに炒める。
- 4 牛肉をほぐしたら、調味料④を入れて、汁気がなくなるまで炒める。
- 5 ホカホカのごはんと④を混ぜて、仕上げにねぎを飾れば完成。

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しています。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。

5月 健康料理教室

11日(月) ふれあいセンターなんとう
18日(月) 町民文化会館