



わたらい



就学時健康診断

主な内容

- 特集 おせち料理
- 第24回町民文化祭
- 災害に強いまちを目指して

12

2004
No.473



特集

小さな箱の大きな伝統文化

おせち料理

協力 度会町食生活改善推進協議会

● たたき牛蒡^{ごぼう}

黒い牛蒡は、豊作のときに飛んでくる黒い瑞鳥^{ずいちょう}をさす。豊作と1年の息災を願う。また、細長い形から、細く、長くつつましくという祈りから。

● 伊達巻き^{だて}

伊達（粹で目立つこと）という言葉から、教養や文化が身につくことを願う。

● エビの白ごま揚げ

腰が曲がるまで長生きするようにとの願いから。

● きんとん

きれいな黄金色から財産が貯まるようにとの願いから。

今度のお正月、皆さんはどのように過ごされる予定ですか？ 帰省をされる方、旅行に出かける方、また自宅でのんびりと過ごされる方とさまざまでしょう。過ごされる場所はさまざまでも、きつとお正月ならば、お正月料理を食べられることでしょう。

ところで、皆さんの家庭では、お正月料理として、おせち料理は作られますか？ 昔は、よくどの家庭でも、自分の家でいろいろと作ったものですが、最近ではスーパーやデパート、ホテルなどでおせち料理を注文する人が、増えてきているようです。

調理のようす



インタビュー



度会町食生活改善推進協議会

会長

西村 ヒロミさん
(小川)

伝統的な基本の味、わが家のこだわりを後世に伝えるためにも、お正月は手作りのおせち料理で祝いたいものです。

年末、早い目に素材を用意したり、買い物などをし、時間も手間もかかって大変な

に、残ってしまうと本当に悲しいので、家族が喜んで食べられるように、心を込めて作ることが大事かと思えます。

● 紅白なます ●

紅白の彩りがおめでたさを演出し、平安、平和を祈る縁起もの。

● 田作り ●

片口いわしの干物を田の肥料に使っていたことから、五穀ごこく豊穰を願って。

● 数の子 ●

卵の数にあやかり子孫繁栄を願う。

● 矢羽根れんこん ●

れんこんの穴を通して未来の見通しがきくという縁起をかついたもの。

また、おせち料理の食材には、それぞれいわれがあることをご存知でしたか？昔のように家で作っていたら、その年々の会話の中で、繰り返し伝えられていく機会も多いのでしょうか。最近では、そのような機会も減り、意外に知らない人が多いのも事実です。

そこで、是非、今度のおせち料理は、いろいろないわれを話しながら、家族で協力をして作ってみてはいかがでしょう。そして、わが家の味を残していけるように、1品でも手作りのおせち料理を添えてみてはいかがでしょう。

小さなお重の中ですが、おせち料理をわが家の伝統文化として、健康や子孫への思いを込めて、親から子へと受け継がれていくことも、いいのではないのでしょうか。

次頁にレシピを紹介

しんぴ

●紅白なます

【材 料】(4人分)

大根	6 cm	塩	少々
人参	2 cm	酢	8 0 cc
砂糖	大さじ 4	干し柿	1 個
みつば	3 本		

【作り方】

- ① 大根は、マッチ棒の長さに切り、塩をしてしんなりさせる。
- ② 人参も棒状に切って、塩でしんなりさせる。
- ③ ①②を塩でさっと洗い、汁気をしぼり、甘酢の半分に漬ける。残りを仕上げに漬け直す。
- ④ 干し柿は、せんじに切り、甘酢に漬け、盛り付ける直前に、③に入れる。
- ⑤ みつばは、2 cm長さに切り、ゆでる。
- ⑥ なますを盛り付け、みつばを散らす。

●矢羽根れんこん

【材 料】(4人分)

れんこん	2 0 0 g	酢	大さじ 2
①酢	1 0 0 cc	①砂糖	大さじ 4
①水	7 0 cc	①出し昆布	5 cm
①塩	少々	赤唐辛子	少々

【作り方】

- ① れんこんは、皮をむき、斜めに 1 cm幅に切って酢水につける。
- ② Aの合わせ酢を煮立てて、れんこんを入れて少し煮てきます。
- ③ れんこんの左右を少し切り落とし、中央を縦半分に分ける。開いてつき合わせ、矢羽根の形にする。
- ④ 赤唐辛子の輪切りを添える。

●伊達巻き

【材 料】(4人分)

白はんぺん	6 0 g	卵	6 個
①砂糖	大さじ 3	①みりん	大さじ 2
①酒	大さじ 1	①塩	小さじ 1/4
①しょうゆ	小さじ 1		

【作り方】

- ① 白はんぺん、卵、Aの調味料をミキサーに入れ、2 0 秒程なめらかになるまでかける。
- ② 卵焼き器を熱し、全体に油をひいてから、①を一度に流す。
- ③ 2~3分たって卵の外側が固まってきたら弱火にしてフタをし、7分程焼いて卵に火を通す。
- ④ ③を裏返し、さらに弱火でさっと焼く。
- ⑤ 巻きすの上に焼き色の濃い方を下にしてのせて巻き、冷めてから切り分ける。



お重に詰めると

●数の子

【材 料】(4人分)

数の子	4 腹	みりん	大さじ 2
酒	大さじ 2	かつお出し汁	1 5 0 cc
しょうゆ	大さじ 2	かつお節	少々

【作り方】

- ① 数の子を斜めに切り、水で塩出しする。
- ② みりんと酒を火にかけ、アルコールを煮きり出し汁、しょうゆを入れさます。
- ③ 数の子を②のつけ地半分で洗う。
- ④ しばらくしてもう一度つける。(本漬け)
- ⑤ 盛り付ける前に、汁気を切り、かつお節で和える。

●田作り

【材 料】(4人分)

ごまめ	5 0 g		
①酒	大さじ 3	①砂糖	大さじ 1
①みりん	少々	①しょうゆ	大さじ 1
一味唐辛子	少々		

【作り方】

- ① ごまめは、フライパンで焦がさないように弱火でよく炒る。
- ② Aを鍋に入れ、沸騰させて煮詰める。泡が小さくなり、煮詰まったら、ごまめを入れて味をからめ、皿に移し、冷ます。
- ③ 好みで一味唐辛子をふる。

●たたき牛蒡

【材 料】(4人分)

牛蒡	1/2 本		
①出し汁	1 6 0 cc	②出し汁	小さじ 2
①みりん	2 0 cc	②砂糖	大さじ 1/2
①塩	少々	②薄口しょうゆ	
①しょうゆ	小さじ 2		
いりごま	大さじ 1	②酢	小さじ 1

【作り方】

- ① 牛蒡は、3 cm長さに切り、太いところは、4 つ割りにし、酢水でゆでる。
- ② Aの調味料を合わせ、①の牛蒡を入れて煮含める。味がつけば、ざるに取り、汁気をとる。
- ③ ごまは、すり、Bの調味料を入れて混ぜる。
- ④ ②の牛蒡をたたいて、少しつぶし、③の中に入れて味を含ませる。



作品展を楽しむ皆さん

芸術の秋を 楽しむ

第24回町民文化祭に、 延べ1,800余人が参加



芸能発表会

14日、度会中学校の体育館では、芸能発表会が行われました。マジックや詩吟、箏曲、舞踊、歌謡、大正琴などのステージが練り広げられ、参加者は日ごろの練習の成果を發揮していました。

日ごろの練習の成果を發揮

充実した作品展
作品展の主会場となった町民体育館では、11月13・14日の両日にわたり書道、写真、絵画、俳画、文芸、陶芸、手工芸、盆栽など、各部門のさまざまな力作約800点が並べられ、訪れた皆さんを魅了していました。



あ 茶 席

13日には中央公民館で、『ごみ分別相談コーナー』が開催され、参加者は『あきカンつり』ゲームなどを体験し、年々複雑化するごみ分別を学んでいました。
また、14日に開催されたお茶席にも多くの人が訪れ、抹茶の飲み方を教えてもらいながら、じっくりと味わっていました。



『あきカンつり』

秋晴れの下の グラウンドゴルフ大会を開催

去る11月13日、町教育委員会・体育指導委員会主催の第15回度会町民グラウンドゴルフ大会が、度会中学校グラウンドで開催されました。
参加された26名は、73歳を区切りに若葉の部と、玉露の部に分かれて、秋晴れの下のグラウンドゴルフを楽しみました。

大会結果

(敬称略)

若葉の部		玉露の部	
優勝	中世古喜久	優勝	杉本 ゆき
準優勝	中村 幸次	準優勝	林田 利雄
3位	山本 時生	3位	鳴川 哲哉



グラウンドゴルフ大会

給与所得者の

整

調

末

年



給与所得者の所得税は、毎月の給与やボーナスから源泉徴収され、年末調整で過不足が精算されることになっています。年末調整の対象となる方は『給与所得者の扶養控除等申告書』を年末調整を行う日までに提出している一定の方です。

この年末調整では、配偶者控除や、生命保険料控除などの控除が受けられます。扶養控除等申告書などを提出し、もれなく控除を受けるようにしましょう。

給与所得の金額の計算について

給与所得の金額は、給与の収入金額から給与所得控除額を差し引いて算出します。

給与所得者の場合は、勤務

に伴う必要経費などの概算控除として、給与所得控除額が給与の年収額に応じて定められています。

確定申告をしなければならぬ場合

給与所得者であっても、次のような方は確定申告をしなければなりません。

- ① 1年間の給与収入が、2,000万円を超える方
- ② 給与を2か所以上からもらっている方
- ③ 給与所得や退職所得以外の所得金額（収入金額－必要経費）の合計金額が20万円を超える方

確定申告をすると所得税が還付される場合

確定申告をする必要がない

▽問合せ先

伊勢税務署

(☎28-3191)

方でも、次のような場合は、確定申告をすると源泉徴収された所得税が還付される場合があります。

- ① マイホームを住宅ローンなどで取得した場合
- ② 多額の医療費を支払った場合
- ③ 災害や盗難にあった場合
- ④ 年の途中で退職し、再就職していない場合
- ⑤ 給与所得者の特定支出控除の特例を受ける場合

今年のポイント

平成16年分から、配偶者特別控除のうち、配偶者が控除対象配偶者に該当する場合に適用される部分（配偶者控除と重複して控除される部分）が廃止されましたのでご注意ください。

年末年始の

ごみなどの取り扱い

● ごみの収集・受入

町美化センター

月日・時間	内 容
12月5日(日) 午前9時～午後4時	粗大ごみ受入
12月19日(日)	休み
12月23日(木)	休み
12月25日(土)	休み
12月26日(日)	休み
12月29日(水) 午前8時30分 ～午後4時30分	一般ごみ収集・受入
12月30日(木) 午前8時30分 ～午後4時30分	一般ごみ収集・受入
12月31日(金) ～1月3日(月)	休み
1月4日(火)	平常収集

伊勢広域環境組合(清掃工場)

月日・時間	内 容
12月5日(日) 午前9時～午後4時	休み
12月19日(日)	休み
12月23日(木)	休み
12月25日(土)	休み
12月26日(日)	休み
12月29日(水) 午前8時30分 ～午後4時30分	一般・粗大ごみ受入
12月30日(木) 午前8時30分 ～午後4時30分	一般・粗大ごみ受入
12月31日(金) ～1月3日(月)	休み
1月4日(火)	平常どおり

- ◆町美化センター・伊勢広域環境組合(清掃工場)とも、正午から午後1時までの搬入はご遠慮ください。
- ◆年末は混雑が予想されますので、早めの搬入をお願いします。
- ◆詳しくは度会町カレンダー12月をご覧ください。役場環境施設課(☎62-2415)、または伊勢広域環境組合(清掃工場)(☎37-1218)までお問い合わせください。

● し尿などの汲み取り

町許可業者の南島清掃(有)は、12月30日(木)から平成17年1月3日(月)まで休みになります。早めに度会営業所(☎63-0035)まで、お問い合わせください。

〈平成17年1月 学校敷地内禁煙化はじまる〉

7月から連載してきました喫煙・禁煙について考えるコーナーも今回で終わります。それは、学校敷地内でたばこを吸えなくなる日が近づいてきていること、また、住民の皆さんのご理解を得られたと考えるからです。

「大人はたばこを吸ってもよい」ことは認められていますが、学校は子どもを健康に成長させることを願う場所です。

学校は、子どもにたばこと接しない環境を提供し、子どもの命を縮めない場所であるべきと考えます。

喫煙防止、分煙・禁煙支援を打ち出している、三重県南勢志摩県民局保健福祉部を訪れ、近隣市町村の禁煙・防煙教育について伺いました。

『豊かにあれ健康づくり運動』で、たばこに関する問題について取り組んでいるところは5市町村。



寺口さん

広報わたらいの記事を読んでくれた人が禁煙を考えてくれるとすばらしいですね！



山本さん

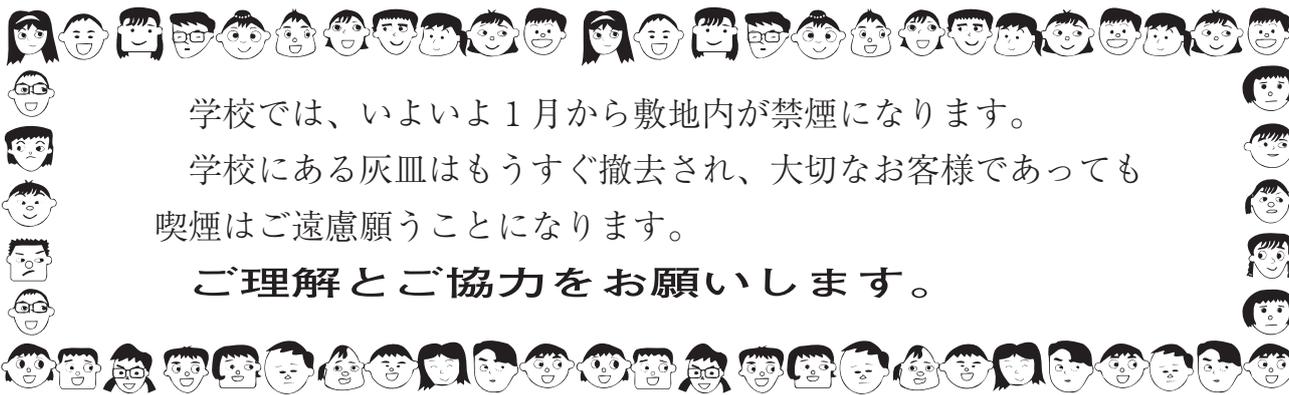


石濱さん

医療機関には、禁煙を支援する『禁煙外来（ニコチン置換療法）』というのがあります。お近くの医療機関で尋ねてみてください。また、自分の意志で禁煙に成功した人も増えていきます。その人たちにとのようにして禁煙できたかを聞くと参考になりますね。

- ・『禁煙』を明言しているのは、庁舎・病院・幼稚園・学校等が多い。
- ・たばこに関する指導は、
 - ①小・中学生（興味を示す）への防煙教育
 - ②幼児（受動喫煙を受けやすい）への防煙教育
 - ③妊婦（胎児に影響する）への分煙・禁煙支援 が多い。

喫煙行動が習慣になっている人たちに禁煙を強いることはできません。しかし、子どもをたばこの害から守るために、吸う場所を選び、さらに、ご自身の健康のためにも禁煙を心がけてください。



学校では、いよいよ1月から敷地内が禁煙になります。

学校にある灰皿はもうすぐ撤去され、大切なお客様であっても喫煙はご遠慮願うことになります。

ご理解とご協力をお願いします。

裁判所から『支払督促』が届いた場合

2年前、出会い系サイトの無料通話分を利用したら、突如料金発生3千円と出てびっくりして3千円は支払い、サイトを閉じてその後は利用していない。先日、裁判所から支払い督促が届いた。どう対処したらよいか。

最近、右記のような相談が寄せられました。

これは、**支払督促制度**を悪用したものと思われま

す。**支払督促制度**とは、支払いを請求しても相手が応じてくれなかったり、反応がない場合には、裁判所の力を借りて相手に支払いをするように請求する方法で、債務者の住所を管轄する簡易裁判所に支払いの申し立てをすれば書面審査だけで、裁判所から債務者に対して支払督促が送達さ

れます。

少額訴訟のような請求金額の制限はありません。費用は通常の裁判の半額以下で済み、申立人は裁判所に出頭しなくて済みます。(郵送でも可能)

また、訴訟のように債務者を呼び出して事情を聞いたり、証拠調べなどは一切行われませんので、非常に迅速です。
1このような契約はしていない。

2自分が支払った金額が支払い督促と違っている

3計算関係に疑問がある

4請求金額に問題はないが、支払い方法について話し合いをしたい

といったときに、債務者は異議を申し立てることができ、その場合は、通常訴訟(裁判)へ移行します。異議申し立てをしなければ、債権者の申立により支払督促に仮執行宣言

がなされ(この場合も異議を申し立てることができる)、債権者はこれに基づいて強制執行の手続きをとることができます。

☆アドバイス

そのサイトを利用した覚えがない、自分には関係がないからといって放っておくと、裁判所から強制執行がなされる可能性がありますので、支払督促が裁判所からのものであるかどうか電話帳などで確認したうえで、『支払督促』を受領した日の翌日から数えて2週間以内(必着)に必ず、裁判所に対して『督促異議申立』を行ってください。

▽問合せ先

三重県県民生活センター
(☎059-228-221)

架空請求の新たな手口に

ご注意ください!!!

事件番号 | 平成 年 () 第 号

支 払 督 促

当事者の表示、請求の趣旨(請求金額)及び原因は別紙記載のとおり。

債務者は、 上記金額を請求者に支払え。

債務者がこの支払督促の送達を受けた日から2週間以内に督促異議の申し立てをしないときは、債権者の申立てによって仮執行の宣言をする。

平成 年 月 日

簡易裁判所
裁判所書記官

上記は正本である。
同 日 同 庁

裁判所書記官 印



『乳幼児の事故予防と救急法』で心肺蘇生法を習う

シリーズ

災害に強いまちを目指して

Vol.9

昨年1年間で、町内では33件の救急出動があり、今年もすでに324件を超えています。救急出動は、年々増加し、特に急病であったり、高齢者の利用が多くなっています。

「119」を

最近では、『119』に電話をせず、直接、消防署に駆け込む方も多く、逆に搬送に



人形を使って

時間がかかる場合があります。緊急を要するのであれば、ためらうことなくいち早く『119』へ電話をかけてください。

同時に、救急車が来るまでの間、慌てず消防署の通信指令室の指示に従って、皆さんで助け合って応急手当を行ってください。

応急手当は なぜ必要か

命を救う第一歩

ところで、私たちは、いつでも、どこで、突然のけがや病気に襲われるかわかりません。けがや病気の中には、そのままにしておくと状態の悪化を招き、生命の危険に落ちいる場合もあります。

突然、けがや病気をしてしまったときは、救急車が来る



まめ知識

■ 救急箱

家庭では、次のような薬品や器具を備えておくようにしましょう。

ただし、自己判断で薬品を使用すると傷病を悪化させたり、診療や治療の妨げになることがあるので、急を要するときも、医師の指示に従い、注意をよく読んで使用しましょう。

【器具】

▶ **救急箱**（市販のものでなくても、ピッタリ閉まるプラスチックの箱、空き缶など）

▶ 傷の保護

- 三角巾（大きいもの）
- ガーゼ（正方形と四つ切の2種類）
- 包帯（4号、5号）
- 脱脂綿
- ばんそうこう

▶ 外傷の処置

- はさみ
- ピンセット
- 毛抜き
- 綿棒

※直接、傷に触れるときは、先を消毒用アルコールに浸すか、炎で焼いて消毒して使用する。

▶ 検温

- 体温計

▶ 記録

- ボールペン・メモ用紙

【薬品】

▶ 手、指、器具の消毒

- アルコールなど
（70%アルコールが最も殺菌力を持つ）

▶ 傷口の消毒

- 消毒液（綿棒を使って傷のまわりに塗る）

▶ 外用薬

- かゆみ、虫さされの薬
- 湿疹の薬
- うがい薬
- 目薬
- 保湿剤

▶ **内用薬**（医師と相談のうえ準備し、指示に従って使用する）

※かかりつけの医師、病院、薬局などの電話番号を救急箱に貼っておくと便利です。

※救急箱は、家族全員にわかり、子どもの手の届かない位置で、直射日光の当たらない、湿気の少ない所に置いてください。

※1年に1度は日を決めて、内容の点検をしましょう。

正しい知識と技術を学ぼう

そのときのためにも、まず、

までの間、その場に居合わせた人たちが正しい応急手当をし、尊い命を救ったり、症状の悪化を防ぐ必要があります。特に、震災や風水害のときは、普段のように救急車が到着することは難しいものです。このようなときこそ、皆さんで応急手当を行うなどし、助け合うことが必要となります。

正しい知識と技術を覚えて、応急手当を行うようにしましょう。

伊勢市消防署度会出張所では、10人以上での要望があれば、事前に日程などを相談し、応急手当の講習会を行っていただけます。

このような機会を利用したり、また講習会などに繰り返し参加し、いつでも応急手当が行えるように、各自が正しい知識や技術を学び、常に備えておきたいものです。

『乳幼児の事故 予防と救急法』に 参加された



福井 喜美子さん
(大野木)

いざという時、すぐに活用できるように、応急手当の仕方を、一度は受けておくこと参加者になるかなあと思ってた参加しました。これが知識となれば良いかなと思います。
実地もあり、細かく分かりやすく教えてもらい、良く分かりました。

インタビュー

平成17年

成人式

を開催

町では、1月9日(日)に、新しく成人となられる方々を対象に、お祝いの式典を開催いたします。

なお、該当される方々には、教育委員会から案内状を12月にお送りする予定ですが、案内状が届かない場合は、教育委員会生涯学習課へご連絡ください。

式典には、あまり華美になり過ぎないような服装での参加をお願いします。当日は、記念撮影や立食パーティーなども計画しておりますので、ぜひご参加ください。

▽開催日時 平成17年1月9日(日) 午前10時から

▽受付時間 午前9時から

▽開催場所 町中央公民館

▽対象者 昭和59年4月2



昨年の成人式

日から昭和60年4月1日に生まれた町内在住の方。(町外へ転出されている方もご希望があれば参加できます。)

▽問合せ先

町教育委員会生涯学習課
(☎62-2422)

転作奨励

くりあじカボチャ苗を希望農家に配布!



役場産業振興課では、平成8年から転作奨励作物として推奨しています、くりあじカボチャの苗の配布(無料)を、本年も栽培を希望される農家の人に次のとおり行います。くりあじカボチャは転作物として定着してきており、16年産は台風の影響が若干ありましたが、平均単価もまずまずで、次のような実績をあげました。

- ◎全体
- ・作付面積 149a
- ・農協出荷額 2,291千円
- ◎Aさんの実績
- ・作付面積 14a
- ・秀品、優品(10kg) 269ケース
- ・農協出荷額 291千円
- ・反収 208千円
- ▽申込期限 1月31日(月)
- ▽配布時期 3月下旬
- ▽配布条件
- ・転作物として水田に栽培すること
- ・収穫したカボチャを農協へ出荷すること
- ※出荷一ケース当たり200〜300円の助成制度を設けています。
- ▽配布苗本数 約6千本を見込んでいます。
- ▽申込・問合せ先 役場産業振興課(☎62-2416)

1月10日は、

『110番の日』

110番は、緊急通報用の電話です。

平成15年中、県下では98,223件の通報がありました。この中には緊急対応を必要としない相談などが数多くあり、緊急通報に対する警察の対応に少なからず影響がでています。

110番は目的に沿った正しい利用をお願いします。

※困りごとや悩みごとは、☎059-224-9110、または『#9110』（プッシュ回線・携帯電話のみ可）へお願いします。

110番通報するときは、

- ・いつ
- ・どこで
- ・何があったか
- ・犯人は
- ・あなたの住所、氏名

以上のことを、落ち着いて要領よく通報してください。

配偶者からの暴力で悩んでいる方へ

配偶者暴力防止法が改正されました。

保護命令の対象を、子どもや離婚した元配偶者まで拡大するとともに、退去命令の間を2か月に延長することなどを柱とした改正法が成立し、12月2日に施行されました。

○改正の主な内容

- 1 『配偶者からの暴力』の定義の拡大
- 2 保護命令制度の拡充
- 3 市町村による配偶者暴力相談支援センターの業務の実施が可能
- 4 基本方針及び基本計画の策定

5 被害者の自立支援の明確化等

6 警察本部長等の援助

7 苦情の適切かつ迅速な処理

8 国籍、障害の有無等を問わない人権の尊重

▽問合せ先

三重県生活部男女共同参画室（☎059-224-2225）

※内閣府では配偶者からの暴力被害者支援情報サイト（<http://www.gender.go.jp/e-vaw/index.htm>）を開設しています。

自衛官募集相談員に

喜多 寿一さん



自衛官の行動・活動に関心をもっていたら

11月15日付けで、度会町担当の自衛官募集相談員として、喜多寿一さん（田口）が、自衛隊三重地方連絡部長および度会町長から委嘱されました。喜多さんは、今年の大規模な災害の発生や国際情勢の緊迫化について話し、「災害時における自衛隊の災害復旧活動などが、国民の生命と財産を守るために大切であり、自衛官の使命はますます重要になってくると思います。安心・安全で暮らせる地域社会を確立していくためにも、特に若い世代の皆さんが、自衛官の行動・活動に関心をもっていただけだと思います。」と、募集相談に対する思いを語ってくれました。

『一日福祉体験教室』感想文

今月号から3か月にわたり、平成16年度福祉ふれあいまつりの福祉体験発表会で発表された、町内各小中学校の代表者6名の方の作文を連載します。

「緑清苑に行って」



小川郷小学校 6年
井上 亮さん

ぼくたちは、8月2日の福祉体験教室で、緑清苑へ行きました。

緑清苑に行った時は、最初少しきん張りました。中に入っておじいさんやおばあさんがどんどん集まって来てくれた時は、着いた時よりもっときん張りました。

そして20人ぐらい集まったところで、まず、リコーダーの演奏をさいてもらいました。うまくふけてよかったし、おじいさんやおばあさんが喜んでくれて、拍手をしてくれた事がうれしかったです。

その後は、おじいさんとお

ばあさんといっしょに、レクリエーションをしました。ぼくたちの考えていたゲームで、おじいさんやおばあさんに喜んでもらえて本当によかったです。ゲームの中で一番楽しかったのは、「幸せなら手をたたこう」でした。おじいさんやおばあさんの顔をさわらせてもらったり、手をたたきあったりしました。そのおかげできん張感がうすれていきました。

レクリエーションが終わると、おじいさんやおばあさんの食事の用意を手伝いました。それぞれのごはんやおかずを運んだりしました。運び終わってから、おじいさんたちといろいろな話しをしました。

そして、食事や話が終わってから福祉センターへ行って、お弁当をもらって食べました。その後、1時間ぐらい休けいしました。

休けいが終わってからみんなですごい遊びをしました。ろうかの水ぶきなどをしました。最初は、ろうかの手すりやつくえなどをふきました。けっこうきれいになったので、次はおじいさんやおばあさんのへやをそうじしました。おば

あさんたちにへやをそうじしてもいいかどうかをたずねながら、いろんなところをふきました。そして最後に、ろうかをふきました。一番ろうかがよごれていて、ぞうきんがすごく黒くなりました。そうじの時も、おじいさんやおばあさんとけっこう話をしました。緑清苑の人たちとだいぶ仲よくなれた気がしました。

そうじが終わって帰る前に、緑清苑の職員の方からお話があった。質問コーナーもありました。ぼくも質問しようとしたけど、友だちが同じ質問をしたのでやめました。

緑清苑の人たちは、すごくやさしかったです。最初はすごくきん張りましたが、だんだんきん張がうすれていきました。ぼくは、おじいさんやおばあさんが、ぼくたちの考えたゲームで喜んでくれた事が一番うれしかったです。ぼくのおじいちゃんとおばあちゃん、まだまだ元気です。緑清苑の人たちもこれから、いつまでも元気です。

ぼくは、この福祉体験教室をきっかけに、また福祉について勉強したいです。

「福祉体験をして」



度会中学校 3年

伊藤 綾香さん

私は、福祉体験をさせていただくのは、この日を入れて2回目でした。一番初めの頃から2、3年はたっていたので、車椅子の乗り方などあまり覚えていませんでした。まず初めに車椅子の体験をさせていただきました。乗り方の基礎から教えてもらい、自分1人の力でちよつとした坂や下り道があるルートを、車椅子のまま体験させていただきました。私は、車椅子に乗る順番が回ってくるま

で、一緒に体験に行った人の車椅子に乗っている姿を見ました。坂で苦戦している人もいたり、すいすい行く人もいたりするのを、私は人ごとのように見ていました。だけど自分がいざ体験するとすると車椅子に乗るだけで緊張し不安でした。坂の前にきて、おもしきって腕に力を入れてたら登れました。私の中ではホツとした気分でした。けれど今度は坂を登ったので降りなければなりません。その

時に「前にとばされるのではないのだろうか」と思い不安でした。

この後はまた車椅子を使い段差を友達に助けてもらって上がった、一人では登ることができない坂を助けてもらって登る体験をさせていただきました。段差などで、車椅子を上げる時には「あげます。」の声をかけることや、坂を降りる時は車椅子の人の背中から降りることなどのいくつかの注意することがありました。友達にいろいろな気をつけてもらって楽しんでいましたが、同時に怖いとも思いました。私は、車椅子の体験をして思いました。私がこんなに不安になったり、いつも一緒にいる友達が手伝ってくれているのに怖いなど思ったりするということは、車椅子に乗っている人が他人にしてみらうのは、すごく不安になるのだらうと。けれど助けてもらえるのはすごく感謝できることだとも思いました。私は、車椅子にのっている人の気持ちに少しでも近づけたように感じました。この大切な体験を生かして困った人をみかけたらこの日のことを思い出して役

に立ちたいと思いました。

次に、めがねや手袋や耳栓を身につけて、お年寄りの人はこんな不自由をしていると聞いていただきました。特殊なめがねをかけると視野がせまくなり、字はぼやけてました。私が一番めがねをつけてびっくりしたのは、友達の顔がいつも白い肌なのに黄色くぼやけて見えたことでした。ショックでした。手袋をはいてボタンをとめてみようとしたが、目は見にくいし手まで動きづらくて、ボタンをはめるのがつらくなってきました。途中でやめようかと思いましたが、耳栓は友達と話してみると、口を大きくあけた声は聞こえるけれど、口を小さくあけた声はぜんぜん聞こえませんでした。本当にお年寄りの人は大変だなと思いました。私にはできてあたり前と思っ

ていることがなかなかできないということがわかり、少し考え方を変えようと思いました。

最後にお年寄りの人とゲームをして楽しみました。とてもあったかい気分になりました。

本当にこの日は、これからの自分にとって大切なことを体験させていただきました。私の中に身近で大切な知識がふえました。



『貨物列車』ゲーム

みんな仲良し 『運動会ごっこ』

～ 年長児 4 園交流会 ～



今日も一日よろしくね



みんなでお弁当

去る10月28日、棚橋保育所園庭で、町内各保育所の年長児の交流会として『運動会ごっこ』が行われました。園児たちは、かけっこや綱引き、『貨物列車』ゲームなどをし、仲良く楽しみました。また、お昼には遊戯室でみんなそろってお弁当をいただきました。

広報文芸

西野たけし指導

犬の餌を啄むすずめ一茶の忌

大久保 浦田 フユ

仏足石に淡き木漏れ日冬さくら

麻加江 中村 和代

人去りて椅子に寒さの残りたる

上久具 柳谷 静雄

昼過ぎのはや影多し峡の秋

茶屋広 河村 鈴

冬晴や母百才の笑顔かな

棚橋 山本 順

懸崖菊飾りて床し和菓子店

棚橋 田畑 サダ

蝕まれ散り残したる柿紅葉

大野木 西村 永

畑の罌菊咲きほこる明るき日

牧戸 井戸本 った

茶の実句会抄 11月18日

フォト ギャラリー

三重県スポーツ少年団ソフトボール交流大会

中川女子ソフトボール部が優勝



紀伊長島町で開催された、三重県スポーツ少年団ソフトボール交流大会女子の部で、中川スポーツ少年団女子ソフトボール部が、三重県下総6チームが参加した中、堂々の優勝を飾りました。
今後の活躍が期待されます。

度会町一般ソフトボール大会を開催

去る10月24日、中川小第2グラウンドを会場に、度会町一般ソフトボール大会が開催されました。

大会結果

- 優勝 アルバトロス
- 準優勝 スラムダンク



第3回度会町家庭婦人バレーボール

男女混成大会を開催

去る11月7日、中川小学校体育館を会場に、度会町バレーボール連盟主催の第3回度会町家庭婦人バレーボール男女混成大会が開催されました。

参加した4チームは、試合を楽しみながら、良い汗をかき、熱戦を繰り広げました。

大会結果

- 優勝 ラブリー
- 準優勝 ソフトリー
- 3位 リバース
- 4位 マミーズ



『バザールわたらい産直市』を月2回 (第1・3日曜日)開催

『バザールわたらい産直市』は、昨年5月から毎月2回開催しています。今後も、引き続き地域の生産者が、消費者の皆さんに新鮮で安心な地場産品を、安価で提供できる場を心がけて活動をしていきます。メンバー全員の地域行動にける思いにご理解をいただき、ぜひ、ご来店ください。

- ▷開催日時 毎月第1・3日曜日(ただし12月は、第1・4日曜日、1月は、第3日曜日のみ) 午前9時～11時
- ▷開催場所 バザールわたらい(宮リバー度会パーク内)
- ▷問合せ先 役場産業振興課 (☎62-2416)



無料登記相談会を開催中

三重県土地家屋調査士会では、毎月2回無料表示登記相談会を行っています。

どうぞご利用ください。

- ▷開催日時 毎月第2・4火曜日 午後1時～4時
- ▷開催場所 三重県土地家屋調査士会館(津市上浜町)
- ▷問合せ先 三重県土地家屋調査士会
(☎059-227-3616)



伊勢・志摩第九コンサートを開催

- ▷開催日時 12月23日(祝) 午後2時
- ▷開催場所 伊勢市観光文化会館
- ▷演奏曲目 ベートーヴェン作曲『交響曲第九番』全曲ほか
- ▷入場料 前売り券 1,500円
当日券 1,800円
- ▷問合せ先 伊勢市観光文化会館 (☎28-5105)

ヨーコゼッターランド トーク&バレーボール講習会を開催

- ▷開催日時 12月26日(日)
午後1時～3時(開場正午)
- ▷開催場所 御園小学校・体育館(御園村長屋)
- ▷定員 250名
- ▷申込期限 12月10日(金)
- ▷準備物 体育館シューズ
- ▷申込・問合せ先 町教育委員会生涯学習課
(☎62-2422)



放送大学入学生を募集

放送大学は、自宅で学べる正規の大学です。

放送大学では、平成17年度第1学期の入学生を募集します。

- ▷応募期間 12月15日(水)
～平成17年2月28日(月)
- ▷学生種類
 - ・全科履修生(18歳以上で、高等学校卒業、またはこれと同等以上)
 - ・選科履修生(15歳以上)
 - ・科目履修生(15歳以上)
- ▷学習方法

『自宅のテレビで授業を受ける』方法と『放送大学三重学習センターのビデオテープなどを利用して学習する』方法の2とおりがあります。
- ▷問合せ・資料請求先

放送大学三重学習センター
(☎059-233-1170)

保健・子育て支援情報

● 問い合わせは、保健センター、子育て支援センター(☎62-1112)まで ●

おめでた

10月中旬に届出のあった方(敬称略)

子の名前	保護者名	字名
坂井 悠姫	健通	棚 橋

おくやみ

10月中旬に届出のあった方(敬称略)

名前	年齢	字名
中北 一男	72	中之郷
岡村 文子	61	棚 橋
荻田トヨ子	71	栗 原
喜多 守一	81	田 口
御村 正和	69	南中村
平生 久市	78	南中村
尾寄 てる	92	當 津
山崎 舞	26	注連指

3歳6か月児健康診査 1月5日(水)

受付：午後0時45分～1時
場所：保健センター
対象：平成13年5月・6月生まれのお子さん

遊・友・YOUくらぶ

1月12日(水) 《ひよこグループ》
1月14日(金) 《うさぎグループ》
時間：午前10時～正午ごろ
場所：子育て支援センター
※初回のみ要申込み

乳児健診および育児相談 1月26日(水)

受付：午後1時15分～1時45分
場所：保健センター
乳児健診の対象：
原則として

- ・2か月児健診
平成16年11月生まれのお子さん
 - ・7か月児健診
平成16年6月生まれのお子さん
 - ・12か月児健診
平成16年1月生まれのお子さん
- 育児相談の対象：原則として奇数月生まれの1歳までのお子さん

わたっこ広場開放

1月7日(金)、1月21日(金)
時間：午前10時～正午
場所：子育て支援センター
対象：保育所に行っていないお子さん

地区巡回広場わたぼうし

1月24日(月) 一之瀬公民館
1月25日(火) 麻加江生活改善センター
1月28日(金) 中央公民館
時間：午前10時～11時30分ごろ
内容：保育士による手遊び、自由遊び等
対象：保育所に行っていないお子さん

子育て支援センターでは、メールでの相談も受け付けています。
メールアドレス kosodate@town.watarai.mie.jp

シリーズ今夜の夕食

おせち料理

度会町食生活改善推進協議会

材料(4人分)

ワカメ(塩蔵)	100g
干びょう	適量
塩	適量
豚もも肉(薄切)	300g
A { 砂糖	大さじ3
酒	大さじ2
B { みりん	大さじ1
しょう油	大さじ4

豚肉の鳴門巻き



師走に入り今年もあとわずかになりました。

お正月には、昔ながらのものに新しさも加えた手作りのおせち料理で、新年を寿ぎたいものです。

是非、参考にしてください。

作り方

- ①ワカメは洗って水につけ、塩抜きをして水気を絞る。干びょうは水洗いして塩を振ってもみ、もう一度水洗いして水気を絞る。
- ②豚肉は2枚づつ、少し重ねて、たて長に置き、重なった部分を叩いてのばす。ワカメを等分にのせ手前から巻き、干びょうで中央をしぼる。
- ③鍋に②を入れ、ひたひたの水で落としぶタをして、中火にかける。煮立ったらアクをとりAで5分煮る。
- ④③にBを加えさらに20分煮る。長さを整え器に盛る。



30

細 淵 ^{のり やす} 紀 康 さん (平生) 45歳 / A型
 岡 村 ^{むね あき} 宗 明 さん (棚橋) 32歳 / B型

度会町に新しく、子どもたちに継承できる文化を求め、今年2月、『度会鏡太鼓』を立ち上げました。
 聞くだけでも胸を打たれる、そんな魅力があるからこそ、祭りには『太鼓』やと思う。そして、僕らの世代が町おこしをやらないかんと思う。

感動したこと
 福祉ふれあいまつりでは、保育所の園児たちが太鼓などを上手に叩いてくれて嬉しかった。1年足らずの間に、こんなにも太鼓が浸透したことにびっくりしました。太鼓を叩いてくれる子どもたちの姿にさらに感動し、一生懸命やろうと思った。

苦労したこと
 太鼓が買えなかったり、練習場所の確保など大変なこともたくさんあったけど、運が良かったのか困った時に助けてくれる人がいて、恵まれていたのかもしれない。
 今は、地域の皆さんに知ってもらうにつれ、プレッシャーがかかってきました。新曲を増やし、曲の喜怒哀楽を表現できたらと思っている。2・3年後にはリサイタルを開きたい。

今後の予定
 12月12日と元旦には、内城田神社で奉納太鼓を予定しています。各区の行事や、聞きたいと言ってくれる人が、一人でもみえれば伺います。
 また、来年春ぐらいからメンバーを募集したいと考えています。

夢
 度会町は目立たないかんし、「度会町もなかなかやるやないか。」と言わせたい。他の市町村にも誇れるような太鼓を目指したい。
 また、子どもからお年寄りまでが親しめるような太鼓でありたい。

おことわり
 度会町全部が、『和 (なごみ)』となるように望んでいます。
 練習などで、ご近所の方には大変ご迷惑をおかけしますが、今後ご理解よろしく願います。



岡村さん 細淵さん

今月の表紙



聴力検査

去る11月19日、内城田小学校で、来春小学校に入学する子どもたちの就学時健康診断が行われました。
 子どもたちは、少し緊張をしながらも、大きな声で元気にあいさつをし、嬉しそうに健診を受け、入学への期待に胸を膨らませているようでした。

いよいよ師走です。私ごとですが、今年1年を振り返ると、毎日が師走であったような感じがします。皆さんはどうでしたか？
 さらに、年末になると気忙しいくなり、注意が散漫となるため、特に交通事故などには十分気を付けたいものです。
 新年を気分よく迎えられよう、時間に余裕をもって行動したいですね。

一日一歩

町のうごき

平成16年10月31日現在 ()内は前月比

人	口	男	4,574(± 0)	出生	1
		女	4,832(- 9)	死亡	9
		計	9,406(- 9)	転入	16
		世帯数	2,730(+ 1)	転出	17