

たき



広報



まちの話題

今年で30回!あじさいまつり!
多気町地域応援商品券をご利用ください

撮影: 地域おこし協力隊 岩淵桃子

ガンダムから 日本のものづくりを体験

5月14日、佐奈小学校で株式会社バンダイが行っている「ガンプラアカデミア」が行われました。この取り組みはプラモデルを通してものづくりの仕事を学ぶもので、今回キャリアア教授の一環として行われました。プラモデル工場のスタッフにオンラインで質疑応答することができ、児童たちは日本のものづくりについて学んでいました。



女鬼峠を歩いて 熊野古道を感じる



5月16日、熊野古道伊勢路で最初の峠、女鬼峠を歩く「春の女鬼峠ウォーキング」が開催され、参加者およそ35名が全長12kmのコースを踏破しました。

熊野古道伊勢路は、お伊勢参りを済ませた旅人たちが東回りで熊野三山へ向かった道で、女鬼峠でも旅の安全を祈願する如意輪観音像が祀られており、当時の信仰の痕跡を辿ることができます。

「宿場町」を歩いて学ぶ

5月20日、相可高校で周辺地域について学ぶフィールドワークが行われました。相可地区は江戸時代に伊勢本街道が通る宿場町として栄え、当時の建物やその名残が街並みに残っています。生徒たちは班に分かれて音声ガイドを使いながら相可地区の宿場町の名残がある場所まで歩き、実際に肌と耳で歴史を感じていました。



親子で箸づくりに挑戦！



6月9日、外城田小学校で森林や自然について学ぶ出前授業が行われ、5年生の親子が参加しました。この授業は宮川森林組合より「森のせんせい」をお呼びし、子どもたちに木にふれあい、親しんでもらおうと行われたものです。子どもたちは家族で協力しながら一生懸命箸づくりに取り組んでいました。



がん研究支援呼びかけ 走る

5月27日、がん研究支援やがん検診啓発を目的に、毎年行われている生命の駅伝が開催されました。ランナーたちが多気町役場を訪れ、町長が募金を手渡しました。集まった寄付金は主に三重大学医学部附属病院などにおけるがん研究支援に役立てられています。

6月7日、五佐奈区地域資源保存会は区内の小学生・保育園児らを対象に農業体験学習を行いました。県農業研究所によるいちご栽培に関する紙芝居や、いちご狩り体験を行い、約30名の参加者が地域の農業への理解を深めました。



いちごを通して農業を 知るきっかけに



今年で30回！あじさいまつり

6月14日、丹生地区・大師の里周辺で30回目となるあじさいまつりが開催されました。会場では、立梅用水に沿っておよそ1万本のあじさいの花が見頃を迎え、訪れたおよそ5,000人の目を楽しませました。恒例の田んぼの綱引きや立梅用水ボート下りに加え、30回記念として三重高校ダンス部のパフォーマンスやあじさいの挿し木やブーケづくりなどが行われました。

6月8日、三重県庁で、ヤマモリ株式会社と多気町は三重県知事立会いのもと、企業立地に関する協定を締結しました。新工場ではレトルト食品の生産にデジタル技術を導入し、生産性・品質向上と多様なニーズへの対応を目指すとのこと。



ヤマモリ株式会社と立地協定を締結しました



令和9年4月
採用予定

多気町職員の後期募集について

私たちと一緒に未来へつなぐまちづくりをしてくれる仲間を募集します

1 採用職種・人数・受験資格

採用職種	人数	受験資格
事務職	1名程度	・ 昭和62年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法に定める大学、短期大学(高等専門学校)及び高等学校等の卒業生又は令和8年度卒業予定者であること。
保育士	1名程度	・ 昭和62年4月2日以降に生まれた人で、次のいずれにも該当する人。 ①幼稚園教諭普通免許状を有する人又は令和8年度中に免許取得見込みの人。 ②保育士として都道府県知事の登録を受けている人又は令和8年度中に登録を受ける見込みの人。
保健師	1名程度	・ 昭和62年4月2日以降に生まれた人で、保健師の免許を有する人又は令和8年度中に免許取得見込みの人。
・ 地方公務員法第16条(欠格事項)に該当しない人で、多気町へ通勤可能であること。 ・ 日本国籍を有しない人(外国籍の方)は、永住者または特別永住者の在留資格を有すること。		

2 試験

○第1次試験

①多気町役場で受験する場合

実施日 令和8年**9月20日(日)**

※保育士・保健師の方は
テストセンターでは受験
できません。役場のみです。

②テストセンターで受験する場合(事務職のみ)

試験期間 令和8年**9月1日(火)~9月30日(水)**

・ 場 所 全国テストセンター(約200か所)

※事務職の方は役場もしくはテストセンターどちらかで受験してください。

○試験内容:職務能力試験及び職務適応性検査、専門試験



2次試験・必要書類等
詳しくは多気町ホームページ
をご確認ください。

3 受験手続

・ オンラインもしくは直接申込

試験申し込み **7月1日(水)から7月31日(金)まで**

テストセンター予約開始 **8月5日(水)から**

詳しくは
「たき」



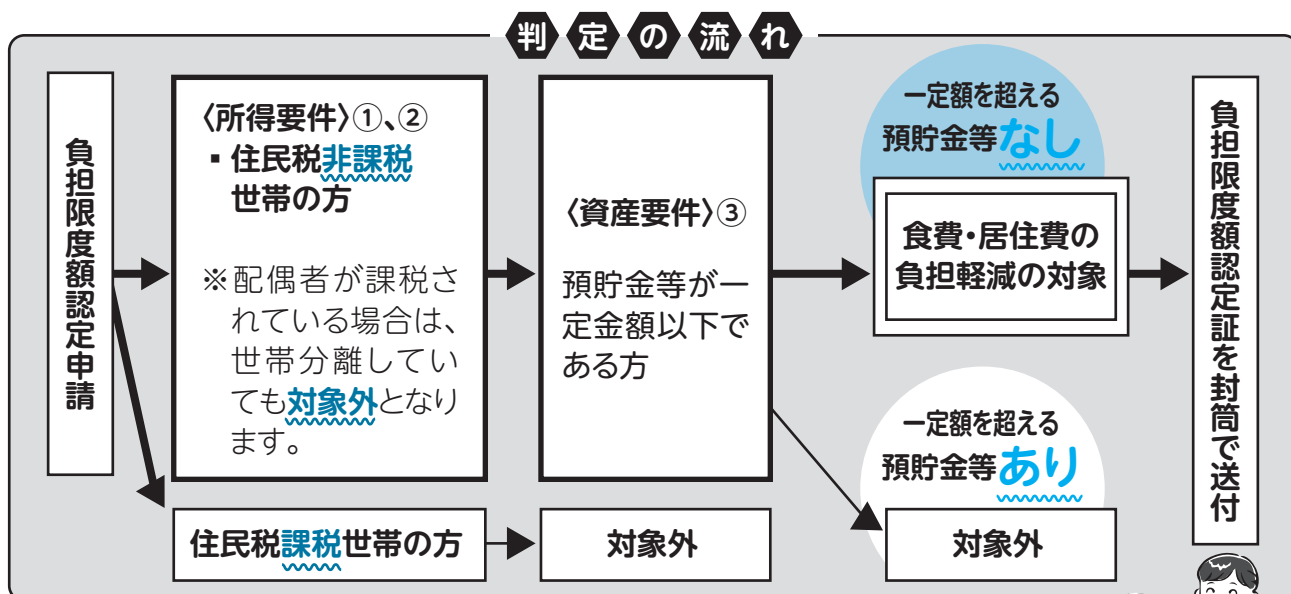
介護保険負担限度額認定について (施設入所時の食費・居住費を軽減する制度)

介護保険負担限度額認定とは

住民税非課税世帯の方等が介護保険施設に入所されたときの食費、居住費を軽減する制度です。所得に応じた自己負担上限(限度額)が設けられており、限度額を超えた分は特定入所者介護サービス費として介護保険から施設に給付されます。施設サービスを利用される方で、以下の要件①～③を満たす方は、福祉課にて申請手続きをしてください。

すでに負担限度額認定をお持ちの方へ

現在をお持ちの負担限度額認定証の有効期限は7月31日となっています。すでに認定証をお持ちの方には6月中旬に申請書類を郵送させていただきましたので、引き続き施設サービスを利用される方は、期限日までに更新手続きをお願いいたします。



① 世帯の所得状況

世帯の課税状況と合計所得金額+年金収入額(遺族年金、障害年金等の非課税年金も含む)により判定されます。

② 配偶者の所得状況

配偶者については、民法上、他の親族の扶養義務より強い生活保持義務(家計を支え合う義務)があるとされていることから、配偶者の所得状況も含めて判定します。

※配偶者の範囲： 住民票上異なる(世帯分離している)場合 ⇒ **配偶者** として含む
婚姻届を出していない事実婚の場合 ⇒ **配偶者** として含む

③ 預貯金等の状況

預貯金等の資産額の確認のため、ご本人と配偶者の方名義の全ての預貯金通帳等についてコピーを提出していただきます。申請前に各通帳を記帳のうえ、申請時にお持ちください(コピーをお持ちいただく場合は、口座番号のページと最新の履歴のページが必要です)。

※預貯金等の基準額は、ご本人の収入により異なります。
詳しくは、右記のQRコードから多気町ホームページをご覧ください。福祉課までお問い合わせください。

問い合わせ先 福祉課 ☎0598(38)1114

詳しくは「広報たき」



後期高齢者医療制度のお知らせ

資格確認書、資格情報のお知らせについて

若草色の **資格確認書**、もしくは **資格情報のお知らせ** を交付します

ピンク色の資格確認書は、令和8年8月1日以降はご使用できません。

今回の更新から、①8月1日時点で85歳以上の方、②①以外の方で、マイナ保険証を普段からご利用されていない方※1には資格確認書が、それ以外の方には資格情報のお知らせが発行されるようになります。

発送時期：令和8年7月中旬頃

令和8年8月1日以降に医療機関等を受診する時は、新しい資格確認書(若草色)もしくはマイナ保険証を提示してください。また、資格情報のお知らせのみでは医療機関等を受診できませんが、マイナ保険証と一緒にご掲示いただくことで受診できます。

※1 普段からご利用されていない方とは以下2点ともに該当しない方です。

- 過去一年間で6回以上マイナ保険証を利用されている方
- おおむね直近3か月以内にマイナ保険証を利用されている方

資格確認書の交付申請について

資格情報のお知らせが届いた方であっても、マイナ保険証での医療機関等の受診が難しい場合は、役場にて資格確認書の交付申請が可能です。

「限度額適用認定等」について

入院するときや高額な外来診療を受けるときは、限度区分が併記された資格確認書や、マイナ保険証を医療機関などの窓口で提示することで、医療費の支払いが自己負担限度額までとなります。また、住民税非課税世帯の人は、入院時の食事代なども減額されます。

マイナ保険証を利用すれば、事前の手続きなく、医療機関等の窓口での限度額を超える支払いが免除されます。マイナ保険証をお持ちでない方は、事前に役場で資格確認書に限度区分を併記する申請をしてください。

なお、現在、限度区分が併記された資格確認書をお持ちの方で、引き続き資格確認書の交付対象の方については、申請なしで令和8年8月1日から利用可能な若草色の資格確認書を交付します。

後期高齢者健康診査について

6月下旬から受診券等を後期高齢者医療広域連合から順次送付します。

- 対象者 8月31日までに三重県後期高齢者医療被保険者となる方

生年月日	受診券の送付時期	受診可能期間
昭和26年4月30日以前	6月末	令和8年7月1日～令和9年1月31日
昭和26年5月1日～7月31日	8月中旬	受診券が届いた後～令和9年1月31日
昭和26年8月1日～8月31日	9月中旬	

- 受診場所 医療機関または集会所

- 自己負担額 受診券等をご覧ください。

無料(ただし、2回目以降の受診については全額自己負担)

ご注意ください

受診期間について、松阪市・多気郡3町以外の医療機関は11月30日までです。



保険料（医療分及び子ども分）について

後期高齢者医療制度では、被保険者一人ひとりに保険料を納付していただきます。保険料は法令に基づき、医療分は2年ごと、子ども分は毎年見直されます。

7月中旬に保険料額及び納付方法の通知を多気町役場から送付します。

○保険料の計算方法

被保険者全員が定額を負担する「均等割額」と、その人の所得に応じて負担する「所得割額」があります。なお、保険料の計算では前年中の所得を用います。医療分と子ども分を各々計算し、合計した額が保険料額となります。

医療分	被保険者均等割額 54,843円	+	所得割額 (被保険者に係る基礎 控除後の総所得金額等) × 9.53%	=	年間保険料額 (賦課限度額85万円)	 ※ その他、保険料の軽減措置など詳細につきましては、三重県後期高齢者医療広域連合ホームページをご覧ください。
【令和8年度】						
子ども分	被保険者均等割額 1,370円	+	所得割額 (被保険者に係る基礎 控除後の総所得金額等) × 0.25%	=	年間保険料額 (賦課限度額2万1千円)	

○保険料の徴収

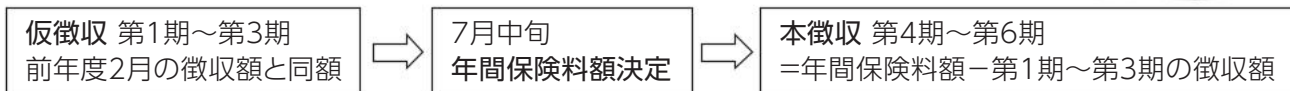
保険料の徴収方法は、原則として「特別徴収（年金からの天引き）」となります。ただし、年金の受給額が年額18万円未満の方や、介護保険料と後期高齢者医療保険料を合わせた1回あたりの天引き額が、年金の1回あたりの支給額の1/2を超える場合は、納付書や口座振替などで納付していただく「普通徴収」となります。

◆特別徴収となる人は、保険料額決定通知書と同時に、10月以降の年金支給月ごとの天引き額を通知します。

特別徴収の徴収月

第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期
4月	6月	8月	10月	12月	2月

特別徴収額の算定方法



◆普通徴収となる人は、保険料額決定通知書及び納入通知書を送付します。

普通徴収の納期

第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期	第7期	第8期	第9期
7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月

◆納付方法を年金天引きから口座振替へ変更できます。

口座振替への変更をご希望の人は申請が必要です。なお、申請の時期により、口座振替への変更時期が異なります。

問い合わせ先

・三重県後期高齢者医療広域連合事業課
資格保険料グループ ☎059(221)6883
給付健康グループ ☎059(221)6884

・町民ほけん課 保険年金係
☎0598(38)1113

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な方へ

『国民年金保険料 免除・納付猶予』

｜ 制 ｜ 度 ｜ の ｜ ご ｜ 案 ｜ 内 ｜

国民年金保険料の納付が経済的に困難な場合、保険料の納付が「免除」または「猶予」される制度があります。この制度を利用することで、将来の年金受給権の確保だけでなく、万一の事故などにより障害を負ったときの障害基礎年金の受給資格を確保することができます。



申請方法

電子申請の場合



日本年金機構「個人の方の電子申請(国民年金)」をご参照ください

紙で申請する場合の窓口

- ・多気町役場町民ほけん課
- ・勢和振興事務所
- ・お近くの年金事務所
- ※郵送申請も可能です

令和8年度の免除等の受付は、7月から開始され、令和8年7月分から令和9年6月分までの期間を対象として審査します。

詳細は日本年金機構ホームページをご確認ください。

詳しくはこちら



問い合わせ先 町民ほけん課 ☎0598(38)1113 松阪年金事務所 ☎0598(51)5115



多気町では敬老のお祝いとして、米寿を迎えられた方(今年度は昭和13年4月1日から昭和14年3月31日生まれの方)へ記念品を贈呈しております。

記念品は、**米寿記念写真** 又は **カタログギフト**

のどちらかを選んでいただけます。
つきましては、対象者へご案内をお送りしておりますので、ご希望の方は、7月16日(木)までにお申込みください。



- とき 8月2日(日)
- ところ 多気図書館内ふるさと交流館
- 受付 午前10時～午後2時
- 問い合わせ先 ☎ 0598(38)1114

案内通知がお手元に届いていない場合は、下記にお問い合わせください。

問い合わせ先 福祉課高齢者支援係 ☎0598(38)1114

郷土資料館よりお知らせ

多気郷土資料館企画展

日記・手紙からわかること ―〈私〉が語る戦争―

令和8年7月17日(金)～9月20日(日) 午前9時～午後4時

戦時下で個人が記録した資料から戦地と銃後それぞれの場所で日々を送った「私」の思いに迫ります。

【ミニ展示】殊法没後350年記念「辰砂―三井殊法を生んだ丹生の特産品―」 **同時開催**

入館無料
月曜・祝日休館

詳しくはこちら



南京下関風景
(小原孝太郎筆日中戦争従軍日記より)

令和8年度 **多気郷土資料館歴史文化講演会** **参加者募集**

令和8年8月22日(土) 午後1時30分～午後3時

演 題: 東北の多気商人

講 師: 金児紘征 氏(秋田大学名誉教授)

内 容: 相可を中心とした多気商人は射和商人と一緒に羽出国(山形県と秋田県)に多く進出した。特に山形県の鶴岡、秋田県の横手への進出が著しかった。どのような人々がどのような活躍をしたかその足跡を辿る。

共 催: 多気町郷土史研究会

事前申込・参加無料

※申込方法等、くわしくは多気町郷土資料館だより「悠」7月号、ホームページをご覧ください。

詳しくはこちら



問い合わせ先 多気郷土資料館 ☎0598(38)1132

離乳食教室

を開催
します!

日 時

8月25日(火)

午前10時30分～11時30分

場 所: 地域福祉センター天啓の里

対 象: 開催日において生後4か月～11か月までのお子さんと養育者

定 員: 8組 ※定員になり次第締め切ります。

内 容: 栄養士の講話、個別相談、離乳食サンプルの提示

持ち物: お子さんが外出時に必要なもの
※調理実習は実施しません。

申込期間

申込み: 7月13日(月)～8月14日(金)

申込先: こども課 ☎0598(38)1154

右記のフォームから
も申し込みがで
きます。

詳しくはこちら



多気町地域応援商品券 をご利用ください

物価の高騰に直面している皆様の生活を支援するため、お一人13,000円分(1,000円×13枚)の商品券を各世帯主様宛に発送させていただきます。

配布対象者は令和8年4月末日時点で多気町の住民基本台帳に登録されている方です。

不在連絡票が届いていた場合は郵便局へ連絡ください。

使用
期間

令和8年

令和8年

7月18日～11月30日までです。

商品券取扱店舗は右記QRコードからご確認いただくか、下記問い合わせ先へお問い合わせ下さい。

詳しくはこちら



問い合わせ先

商工観光課
多気町商工会

☎0598(38)1124

☎0598(38)2117

サマージャンボプレミアム12億円

(1等8億円・前後賞各2億円合わせて)

サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5,000万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

6月30日(火)3種類同時発売!

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。

発売期間 6/30(火)～7/31(金)

抽せん日 8/12(土)

公益財団法人三重県市町村振興協会

プレミアム: 1枚 500円
ジャンボ・ミニ: 1枚 300円



クーちゃん

国民健康保険加入の皆様にご案内

国民健康保険料が一部見直しされます。

被保険者間の保険料負担の公平の確保及び、中低所得層の保険料負担の軽減を図るため、令和8年度から、次の改定が行なわれました。

子ども子育て支援金分の新設

子ども・子育て支援金制度は、全ての世代や企業の皆様から支援金を拠出いただき、子育て施策の拡充に充てるもので、こどもや子育て世帯を社会全体で支える制度です。

この支援金は、児童手当の拡充、妊婦のための支援給付、育児時短就業給付、こども誰でも通園制度、育児期間中の国民年金保険料減免などに活用されます。

令和8年度より皆様にご加入されている健康保険の保険料に子ども・子育て支援金分の保険料が上乗せされ、従来の保険料である、医療給付費分、後期高齢者支援金分、介護納付金分(40～64歳)に加えて、子ども・子育て支援金分の保険料をご負担いただきます。



令和8年度保険料	医療費分	後期支援分	介護分	子育て支援分
所得割額(率)	6.65%	2.30%	1.95%	0.26%
均等割額	23,800円	8,500円	9,500円	1,091円
18歳以上均等割額	—	—	—	101円
平等割額	21,000円	7,200円	5,800円	727円

※子ども・子育て支援金制度では、子育て世帯における負担を軽減するため、18歳未満の子ども(18歳に到達した年度末までの子ども)に対する均等割額が全額軽減され、軽減分は18歳以上の被保険者全員で負担していただく仕組みとなっています。

国民健康保険料の賦課限度額の改定

各保険料の賦課限度額を下記のとおり改定しました。

国民健康保険料賦課限度額	令和7年度	令和8年度
医療給付費分	66万円	67万円
後期高齢者支援金分	26万円	26万円
介護納付金分	17万円	17万円
子ども・子育て支援金分	—	3万円

地域の皆様の笑顔と健康のために

ワタナベ オイスター

1万円以上 無料配送 いたします

勝栄堂薬局

三重県多気郡大台町萩原525-1 TEL 0598-82-3153

相談薬局 処方せん受付

疲れ・健康維持 不眠・不妊・腸活

動物生薬 各種健康食品

止水調査などを行い、雨漏りの原因を徹底説明(無料)し、お見積りします!

止まらない雨漏りは無い

雨漏り 5,000件 10年間の調査実績 無料メンテ

情熱リペア

0120-246-194

8:00~20:00(365日対応) 【本社】津市久居相川町2100-8

多気雨漏りお任せ!

FM三重で毎週月曜放送! 雨漏り17%

代表 小河

国民健康保険料の軽減制度の改定

1年間の所得が基準額以下の世帯については、国民健康保険料の均等割額と平等割額が減額されます。このうち、5割軽減と2割軽減の対象となる世帯の算定額を令和8年度から改定しました。なお、7割軽減の対象となる世帯は、これまでどおりです。

7割軽減	令和7年度	43万円+((年金・給与所得者の数-1)×10万円)
	令和8年度	43万円+((年金・給与所得者の数-1)×10万円)
5割軽減	令和7年度	43万円+(30.5万円×被保険者数)+((年金・給与所得者の数-1)×10万円)
	令和8年度	43万円+(31万円×被保険者数)+((年金・給与所得者の数-1)×10万円)
2割軽減	令和7年度	43万円+(56万円×被保険者数)+((年金・給与所得者の数-1)×10万円)
	令和8年度	43万円+(57万円×被保険者数)+((年金・給与所得者の数-1)×10万円)

※令和8年度の国民健康保険料は令和7年中の所得をもとに算出されます。

※納入通知書は世帯主に届きます。国民健康保険料を納める義務は世帯主にあります。そのため、世帯主が国民健康保険に加入していなくても、世帯の中に1人でも国民健康保険加入者がいれば、通知書は世帯主あてに送付されます。

国民健康保険資格確認書及び資格情報のお知らせの有効期限は令和8年7月31日に満了となります。

マイナ保険証(健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカード)をお持ちでない方には、申請によらず、新しい「資格確認書」が7月末までに郵送されます。

また、マイナ保険証をお持ちの方でも、施設入所等の理由により、マイナ保険証で受付が困難な方は、役場 町民ほけん課もしくは勢和振興事務所へ申請すれば、資格確認書を取得できます。親族等の法定代理人や介助者等による代理申請も可能です。

なお、マイナ保険証をお持ちの方には、新しい「資格情報のお知らせ」が7月末までに郵送されます。「資格情報のお知らせ」は、医療機関窓口の機器不良などでマイナ保険証が読み取れない場合に、**マイナ保険証と一緒に提示**することで資格確認ができるようにするものです。「資格情報のお知らせ」のみでは、医療機関等で保険診療を受けることはできません。

医療機関等を受診される場合は、マイナ保険証を必ず持参してください。



詳しくはこちら



問い合わせ先 町民ほけん課 保険年金係 ☎0598(38)1113

弁護士法人 心 電話・TV電話相談対応

相談料 0円 (相談・通話・交通事故被害・後遺障害・労災・損害金・過払い金・借金・在留資格・企業法務・労務・刑事事件他)

夜間・土日祝相談可 (要予約)

相続・遺言・交通事故・後遺障害・労災・損害金・過払い金・借金・在留資格・企業法務・労務・刑事事件他

※主たる事務所は愛知県弁護士会所属 ※費用には例外や変更もありますので、詳しくはホームページをご覧ください ※本広告は令和8年5月時点のものです

井護士法人 心 松阪法律事務所 松阪駅 1分

三重弁護士会・松阪市508-1 101ビル

他 津市・松阪屋名古屋店・名古屋駅前店

平日9時~21時・土日祝9時~18時受付 (21時~24時受付は別途料金がかかります)

0120-533-002

https://www.kokoro.law

60歳以上の多気町にお住まいの方

会員募集中

健康維持 生きがい 仲間づくり スキマの時間

企業・個人様からのご依頼も受付中

公益社団法人 多気町シルバー人材センター

多気町四正田587-1 ☎ 38-3880

気象の警報などが 大きく変わりました

詳しくはこちら



【一
覧表】

	河川氾濫	大 雨	土砂災害	高 潮
警戒レベル 5 相当	レベル 5 氾濫特別警報	レベル 5 大雨特別警報	レベル 5 土砂災害特別警報	レベル 5 高潮特別警報
警戒レベル 4 相当	レベル 4 氾濫危険警報	レベル 4 大雨危険警報	レベル 4 土砂災害危険警報	レベル 4 高潮危険警報
警戒レベル 3 相当	レベル 3 氾濫警報	レベル 3 大雨警報	レベル 3 土砂災害警報	レベル 3 高潮警報
警戒レベル 2	レベル 2 氾濫注意報	レベル 2 大雨注意報	レベル 2 土砂災害注意報	レベル 2 高潮注意報
警戒レベル 1	早期注意情報			



**警報・注意報の情報名に
「レベル」が付記されます**

◎発表される警報・注意報の名称レベルが付記されます。避難行動と直結するレベルがすぐわかり、避難判断の目安が明確になります。

【変更例】

(旧)「大雨警報」

→(新)「レベル3大雨警報」

警戒レベル3(高齢者等避難)に相当



**河川の氾濫の危険度の伝え方が
変わります(特別警報の新設など)**

◎従来の「洪水警報」「洪水注意報」は廃止されます。今後は河川の区分に応じ伝え方が変わります。

【変更例】

(旧)「洪水警報」

→【洪水予報河川※】

(新)「レベル3氾濫警報」

→【洪水予報河川以外の河川】

(新)「レベル3大雨警報」

◎河川の氾濫に関し「レベル5氾濫特別警報」が新設されます。

※国土交通省または都道府県と共同で発表する洪水予報の対象河川



**「警報レベル4相当」の情報は
「危険警報」として発表されます**

◎危険な場所から避難が必要な状況であるレベル4相当の情報が「危険警報」として発表されます。

【変更例】

(旧)「土砂災害警戒情報」

→(新)「レベル4土砂災害危険警報」



**線状降水帯の発生などは
「気象防災速報」として発表します**

◎極端な現象は新たに「気象防災速報」として発表します。

【変更例】

(旧)「顕著な大雨に関する気象情報」

→(新)「気象防災速報(線状降水帯発生)」

(旧)「記録的短時間大雨情報」

→(新)「気象防災速報(記録的短時間大雨)」

令和9年4月1日採用予定 松阪地区広域消防組合 職員募集について

- 募集職種 消防職
- 募集人数 9名程度
- 受験資格(年齢要件)
平成8年4月2日～平成21年4月1日に生まれた方
- 募集要項
(受験案内・試験申込書)の入手方法
7月1日から松阪地区広域消防組合ホームページに掲載します。
また、消防本部総務課、管内の消防署・分署でも配付します。

- 応募受付期間
7月10日(金)～8月24日(月)
- 第1次試験
松阪地区広域消防組合消防本部(予定)
- その他
募集締切後、申込状況により試験会場を決定します。
応募者には第1次試験の場所・時間、その他詳細を通知します。

- 問い合わせ先
消防本部総務課
☎0598(25)1411

三重大学 松阪多気サテライト 市民公開セミナーin多気

- 内容
三重大学教員による最新の研究や取り組みについて講演を行います。

「未来の畜産、共生文化による地域づくり、最新のAI技術について」分かりやすく皆さんにお届けします。

- 日時
7月30日(木)
午後1時～2時40分
- 場所
BANKYO文化会館ホール

- 対象
どなたでも参加可
80名(先着順)
- 参加費
無料
- 申込み締め切り
7月24日(金)午後5時まで

- 後援
松阪市・多気町・明和町・大台町
- 申し込み・問い合わせ先
申し込みはQRコードから、詳細は三重大学サテライトHPのお知らせをご覧ください。

- 三重大学地域創生推進チーム
☎059(231)6271



令和8年度 下水道排水 設備工事責任技術者試験の お知らせ

- 申込受付期間
8月3日(月)から9月7日(月)まで
※当日消印有効
- 試験日時
11月26日(木)13時から
- 試験会場
三重県総合文化センター

- 問い合わせ先
(公財)三重県下水道公社総務課下水道排水設備工事責任技術者資格認定業務担当
☎0598(53)2331



フルハーネス型 墜落制止用器具特別教育

- 日程
8月3日(月)
- 会場
三重県建設労働組合伊勢支部第2会館
- 受講料
7,700円
- 定員
30名
(定員になり次第メッチ)

- ※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)免許書(コピー)
- ※1カ月前より、キャンセル料がかかります。

- 申込問い合わせ
三重県建設労働組合伊勢支部伊勢市一之木4丁目644-13
☎0596(23)5535
FAX 0596(28)9031

人権教育出合い学習会

- 参加者募集
子どもたちと一緒に外国にルーツのある方々と出合い、

人権に関する学びを深めてみませんか？

- とき
8月24日(月)
午前9時～12時
- ところ
BANKYO文化会館ホール他

- 講師
ダイバーシティみえ国際交流員のみなさん
- 対象
多気町人権教育推進協議会委員・多気町人権審議会委員・小中学校教員・保育園職員・役場職員・一般住民(在勤・在住で18歳を超えている方)

- 締切日
8月3日(月)
- 問い合わせ先
多気町教育委員会事務局
奥山・河村
☎0598(38)1122
- ※参加希望の方も、右記までご連絡ください。

防衛省から募集のお知らせ

- 防衛省では、令和9年春採用の自衛官(航空学生、一般曹候補生、2等陸・海・空士任期制自衛官)及び学生(防衛大学校、防衛医科大学校(医学科・看護学科)を募集します。
- ※応募資格など詳しくは、自衛隊三重地方協力本部津募集案内所まで
☎059(224)4324



就労継続支援事業所 I'm(アイム) お気軽に相談ください!!

I'm(アイム)は、障害者総合支援法に基づく福祉サービスのひとつである就労継続支援A・B型です。「障がい」に関しての悩みを抱えた方に寄り添い、仕事面だけでなく体調面もサポートさせていただきます。

仁田706-7 ☎0598(37)2566
<http://www.mizuhonosato.or.jp>

- ・就労継続支援事業所 I'm
- ・入所サービス・短期入所療養介護
- ・通所リハビリテーション
- ・訪問リハビリテーション
- ・居宅介護支援事業所



介護老人保健施設
みずほの里

小野たくみ司法書士事務所



まずはお気軽にご相談ください!!

TEL 0598-30-6061

多気町相可1123-2

多気町国民健康保険に加入している
40歳～74歳(昭和26年9月1日～
昭和62年3月31日生まれ)の方へ

7月から「特定健診」が始まります! 毎年1回、健康診断を受けましょう!

特定健診とは?

- メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防・早期発見を目的とした健康診査です。
- 生活習慣病は症状が現れにくいので、**気づかぬうちに進行**してしまうことがあります。
そのため、**症状がなくても毎年検診を受けることが大切です。**
- 治療中の方も受けることができますので、かかりつけの医師に相談してください。
- 対象者には受診券を**6月末に黄緑色の封筒**で送付します。
送付元は**多気町役場**です。受診券が届いたら必ず開封し、詳細を確認してください。



【対象・受診可能期間について】

今年度の対象は以下の通りです。生年月日によって受診可能期間が異なります。ご自身の生年月日を確認し、それぞれの受診可能期間に受診しましょう。

生年月日	受診可能期間
昭和26年9月1日～11月30日生まれ	令和8年7月1日～ 誕生日の前日まで
昭和26年12月1日以降生まれ	令和8年7月1日～令和9年1月31日

詳しくはこちら



【申し込み方法や受診できる場所等】 ※松阪市、多気郡3町**以外**の医療機関は**11月30日**までです。

受診券(黄緑色の封筒)に同封されている案内をご確認ください。

問い合わせ先 町民ほけん課 ☎0598(38)1113 8:30～17:15(土日祝日除く)

多気町国民健康保険に加入している 40歳～74歳(昭和26年9月1日～昭和62年3月31日生まれ)のうち、
特定健診を受けずに職場の健康診断や人間ドックを受けた方へ

健診結果を町民ほけん課に提出すると、特典を受けられます!

【対象】○1～2の両方を満たす方

1. 多気町国民健康保険に加入している40歳～74歳の方
(昭和26年9月1日～昭和62年3月31日生まれ)
2. 特定健診を受けずに職場の健康診断や人間ドックを受けた方

【提出に必要なもの】

1. 特定健康診査受診券(黄緑色の封筒に入っています)
2. 質問票(受診券に同封されている質問票に記入してください)
3. 令和8年4月1日～令和9年3月31日に受けた健診結果
※下記のような腹囲を含む特定健診の項目を満たす結果が必要です。
※結果票は役場でコピーを取らせていただきます。
※腹囲が測定されていない場合は、提出時に測定を行います。

特定健診の必須項目

身長、体重、BMI、腹囲、血圧、診察、血液検査【中性脂肪・コレステロール・AST(GOT)・ALT(GPT)・γ-GT(γ-GPT)・血糖・HbA1c】、
尿検査(尿糖・尿たんぱく)

4. 人間ドックの場合

- 領収書 ●振込口座がわかるもの(通帳やカード)

※結果提出時には保健師による面接がありますので、お時間に余裕をもって窓口にお越しください。

【特典内容】

- 人間ドックを受けた方:自己負担金の一部(10,000円)の助成
- 職場健診を受けた方:ギフトカード(5,000円分)

【提出期間】

令和9年4月9日(金)まで

※受診から結果が届くまでに時間を要します。
早めの受診と提出をご検討ください。

【提出場所】

多気町役場 町民ほけん課

詳しくはこちら



問い合わせ先 町民ほけん課 ☎0598(38)1113

集団がん検診・国保特定健診 等の申し込みが始まります！

年度末までに

40歳・50歳・60歳になる方は、
肺がん・大腸がん検診を無料で
受けることができます！

申込
期間

前半実施分(9月(9・12・29日)・10月5日)→**8月4日(火)～8月10日(月)**

多気町では女性20歳以上、男性40歳以上の方を対象に、がん検診等を実施しています。(受診券5月下旬送付)また、多気町国民健康保険にご加入の40歳～74歳の方を対象に「国民健康保険特定健診」、後期高齢者医療保険にご加入の方(75歳以上)を対象に「後期高齢者健診」を実施しています。(受診券6月末送付)

検診バス等で受ける「集団検診」または医療機関で受ける「個別検診」のいずれかの方法で受診してください。年齢等によって受けられる検診の種類が異なりますので、ご確認の上受診してください。

詳しくはこちら



各種検(健)診日程表

会 場	検診名	検診当日受付時間 (別表参照)	会 場	検診名	検診当日受付時間 (別表参照)	
【検診日】9月9日(水)			【検診日】9月29日(火)			
BANKYO 文化会館 (多気町民 文化会館)	特定健診(国保)、後期高齢者健診	①～⑥	勢和公民館 (朝柄)	特定健診(国保)、後期高齢者健診	①～⑥	
	胃がん(バリウム)			胃がん(バリウム)		
	前立腺がん			前立腺がん		
	肝炎ウイルス			肝炎ウイルス		
	肺がん			肺がん		
	大腸がん			★		
	乳がん(マンモグラフィ)	★		⑦～⑫	大腸がん	★
	子宮頸がん	★			乳がん(マンモグラフィ)	★
【検診日】9月12日(土)			【検診日】10月5日(月)			
BANKYO 文化会館 (多気町民 文化会館)	特定健診(国保)、後期高齢者健診	①～⑥	勢和公民館 (朝柄)	特定健診(国保)、後期高齢者健診	①～⑥	
	胃がん(バリウム)			胃がん(バリウム)		
	前立腺がん			前立腺がん		
	肝炎ウイルス			肝炎ウイルス		
	肺がん			肺がん		
	骨粗しょう症予防			大腸がん		★
	大腸がん	★		⑦～⑫	乳がん(マンモグラフィ)	★
	乳がん(マンモグラフィ)	★			子宮頸がん	★
	乳がん(エコー)	★				
子宮頸がん	★					

★…WEB申込が可能な検診

★…WEB申込が可能な検診

検診当日受付時間

右記は当日来場いただき受付をする時間です。各時間に定員があります。検診にかかる時間は検診の種類や数によって異なります。

※大腸がん検診受付時間

<大腸がん検診以外の検診も受診される方>

受付の際に大腸がん検診の容器を提出してください。

<大腸がん検診のみ受診の方>

午前中は9:00～11:00にご提出ください。

【午前】

特定健診、前立腺がん検診、
肝炎ウイルス検診、骨粗鬆症、
胃がん、大腸がん、肺がん

①	8:00 ～ 8:20
②	8:30 ～ 8:50
③	9:00 ～ 9:20
④	9:30 ～ 9:50
⑤	10:00 ～ 10:20
⑥	10:30 ～ 10:50

【午後】

乳がんマンモグラフィ、
乳がんエコー、子宮頸がん

⑦	13:15 ～ 13:30
⑧	13:45 ～ 14:00
⑨	14:15 ～ 14:30
⑩	14:45 ～ 15:00
⑪	15:15 ～ 15:30
⑫	15:45 ～ 16:00

(注) 令和8年度より、午後の大腸がん検診はありません。

申込先

町民ほけん課 ☎0598(38)1113 8時30分～17時(土日祝日除く)
(受付窓口は本庁 町民ほけん課のみです。ご注意ください。)

WEB
申込は
こちら



お子さんの 定期予防接種について

～母子健康手帳を確認しましょう～



幼少期に受けた予防接種の中には、免疫力を高めたり、持続させるために数年後に追加で接種が必要な予防接種があります。病気にかからないよう予防接種を受けましょう。

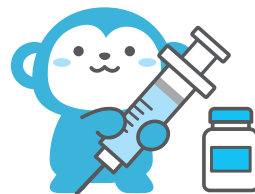
三重県内の予防接種協力医療機関で接種してください。各自でご予約をお願いします。紛失・転入された方等でお手元に予診票がない方は、町民ほけん課までお問い合わせください。

【保護者の方へ】

未接種の予防接種はないか、お子さんの母子健康手帳をご確認ください。

下記の一覧にある年齢のお子さんは、定期予防接種の対象です。

お早目に接種することをおすすめします。



予防接種の種類	対象者	予診票の送付について
MR(麻しん・風しん) 第2期	保育園・幼稚園の 年長児 接種期間は、 令和9年3月31日まで です	すでにお持ちの予防接種の しおりの中にあるMR第2期の 予診票を使用してください。
日本脳炎第2期	9歳以上13歳未満	4月に 小学4年生 に 送付しました。
二種混合 (ジフテリア・破傷風) 第2期	11歳以上13歳未満	4月に 小学6年生 に 送付しました。
HPV(子宮頸がん)※	小学6年生～ 高校1年生相当(女子)	4月に 小学6年生、 中学校1年生(女子) に 送付しました。

※HPV(子宮頸がん)ワクチン:標準的には15歳未満で接種を開始した場合は2回、15歳以上で接種を開始した場合は3回接種します。接種開始から完了までに約6か月かかりますので、対象期間に接種を完了できるようにご注意ください。

詳しくはこちら



問い合わせ先 町民ほけん課 ☎0598(38)1113

特定不妊治療等の助成制度のご案内

多気町では、不妊治療や不育症治療に取り組むご夫婦の経済的な負担を軽減するため、各種助成事業を実施しています。

1. 特定不妊治療(保険適用)に関する助成・多気町特定不妊治療受診者助成事業(令和8年6月1日治療開始分より内容が変更されました)
2. より専門的な不妊治療に関する助成・多気町特定不妊治療費(先進医療)助成事業・着床前胚染色体異数性検査(PGT-A)を含む特定不妊治療費助成事業・多気町保険適用終了後の特定不妊治療費助成事業
3. 不育症治療に関する助成・多気町不育症治療費助成事業

【申請・お問い合わせ】 制度ごとに申請要件や助成金額が異なります。

申請期限:原則として治療終了後60日以内

申請窓口:多気町役場 こども課 こども未来係 電話番号:0598-38-1154

詳しくはこちら



今年度(3月末まで)に
20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳になる方へ



令和8年度 多気町「歯周病検診」のご案内

歯周病は、歯を失う原因の第一位です。また歯周病菌や炎症物質は歯ぐきの血管から血流によって全身をまわり、さまざまな病気を引き起こすことがあります。歯周病は進行しないと症状が出にくいので、検診で早期発見・予防し、歯と全身の健康を守りましょう。

対象者 多気町に住民登録があり、3月末までに
20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳になる方
(6月末に対象者に受診券を送付しました。誕生日がきていなくても、受診できます。)

料 金 **無料**

予約方法 松阪地区歯科医師会応需歯科医院に電話等で予約

持ち物 受診券、マイナ保険証など健康保険加入状況が確認できるもの

実施期間 令和8年7月1日(水)～令和9年2月28日(日)
※最終日は日曜日です。ご注意ください。

すでに定期受診をされている方

かかりつけ歯科医院が受診券裏面の応需医療機関一覧に
載っている場合は、かかりつけ歯科医院へ一度ご相談ください



歯周病検診(無料)は、10年に1度です。

次に無料で受けることができるのは、10年後です。今年度、対象の方はぜひ受けましょう

令和8年 毎月勤労統計調査特別調査を実施します

厚生労働省では、本年7月31日現在で、常用労働者を1～4人雇用している事業所を対象に、毎月勤労統計調査特別調査を実施します。

この調査は、1～4人の常用労働者を雇用する小規模事業所における雇用、給与及び労働時間の実態について全国及び都道府県に明らかにすることを目的に実施しており、調査結果は、小規模事業所の実態を示す資料として国民経済計算（GDP統計）の作成等に使用されています。

調査対象となる事業所には、7月から9月の実施期間中に都道府県の統計調査員が訪問調査をいたします。

調査票に書かれた内容は、「統計法」により厳しく守秘義務が課せられ、また、統計以外の目的に用いることも固く禁じられています。

調査の重要性をご理解いただき回答にご協力をお願いいたします。

厚生労働省

毎月勤労統計調査



三重県農林漁業就業・就職フェア2026開催要領

県内の農林漁業に就業・就職を希望する者やU・Iターン希望者を広く呼集し、三重県農林漁業の情報提供並びに相談対応します。あわせて受入業体当との面談の場を設けて取り組みます。

また、農林漁業の経験のない就業等希望者には、研修や体験の説明及び相談に応じます。



日時 令和8年7月11日(土)午後1時～3時30分(受付午後12時30分～3時)

場所 三重県総合文化センター 第1・2ギャラリー

共 済 公益財団法人三重県農林水産支援センター、三重県、三重県農業協同組合中央会、三重県森林組合連合会、三重県漁業協同組合連合会、三重労働局(ハローワーク)、一般社団法人三重県農業会議、公益社団法人みえ林業総合支援機構

参加者 三重県内で農林漁業に就業・就職することを希望する人

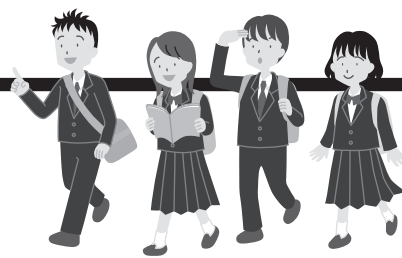
内 容 (1)就業者を受け入れる農林漁業事業体と就業・就職希望者との個別面談
(2)農林漁業の職業内容紹介
(3)農林漁業の経験のない就業等希望者に対して行う研修や体験の説明及び相談
(4)各団体による農林漁業の情報提供や就業・就職に関する相談
(5)企業の農業参入に関する相談

事務局 総合窓口:公益財団法人三重県農林水産支援センター 総務・担い手支援課 ☎0598(48)1226

DreamOcean

SHIMOFURIHONPO

殊法没後350年にちなみ、 今年も修学旅行で訪れました！



三井高利の母殊法没後350年の今年、修学旅行で多気町丹生ゆかりの三井家の足跡をたどりました！5月26日～28日に行われた勢和中学校3年生の修学旅行では、昨年に続き、三井高利の母殊法（しゅほう・丹生出身）とその子孫である三井家の足跡をたどりました。

三井財閥の拠点として1929年に建てられた三井本館内にある三井住友信託銀行日本橋営業部様を訪問し、お金に関するご講話をお聞きしたり、模擬紙幣を使った札勘体験のほか、荘厳な建物内部や、今なお使用されている堅牢な地下の大金庫を見学させていただきました。続いて三井高利所縁の三越日本橋本店様では、日本橋地下通路に展示されている「熙代勝覧」前で当時の日本橋の様子をお聞きしたり、今なお多くの人々を惹きつける三越日本橋本店館内を特別にご案内いただきました。

いずれの企業様も、殊法さん所縁の地元の子どものためにと、特別に対応していただきました。ご協力いただいた皆さま、本当にありがとうございました。



みなさんこんにちは！

今年度から地域おこし協力隊として多気町に来ました、岩渕桃子です。

私のミッションは、町の地域資源の再発掘とその記録、情報発信です。また、ふるさと納税の返礼品の撮影や広報の表紙などでもお手伝いさせていただいております。現在Instagramを中心に、私の視点で多気町の魅力を発信しています。ぜひフォローしてチェックしていただけますと嬉しいです！そしてSNSでは届かない層にもお届けするために、フリーペーパーという形で小さな冊子第一弾を制作中です。

七月中に発行する予定ですので、町中で見かけた際には手に取っていただけますと嬉しいです！

今年は、まず多気町を知るための一年になると思います。
至らないところも多々あると思いますが、
これからどうぞよろしくお願いいたします。

岩渕 桃子

詳しくはこちら





こんにちは。
地域包括支援センターです

さわやか広場「フレイル(虚弱)」の予防

いつまでも元気に活動し、家族や友人、地域の人たちとつながり、社会参加しながら毎日を送る。そのような高齢期を過ごすカギは、「**フレイル(虚弱)**」の予防です。**フレイル**とは、心身のさまざまな機能が加齢や病気などによって低下してしまった状態を言います。しかし、その状態と向き合い、対策に取り組むことで、虚弱になっていくスピードを緩やかにし、介護状態になることを防ぐことができます。



今回は、取り組みのひとつとして、自宅で簡単に出来る筋力チェックを紹介します。加齢や活動量の低下により、筋肉量や筋力が減ってしまった状態を「**サルコペニア**」と言います。その目安がわかる方法として、「**指輪っかテスト**」という方法があります。

筋力量テスト

1. 両手の親指と人差し指で輪(指輪)を作る。
2. その輪を、ふくらはぎの一番太い部分に当てる。

すき間ができる場合は、筋肉量が少なくなっている状態(サルコペニア)の可能性がありま。ふくらはぎをギュッと締め付けるのではなく、軽く添える程度で測るのがポイントです。定期的実施して、変化をみるのもいいかもしれません!



「体重減少」 「握力低下」 「倦怠感」 「歩行速度低下」 「活動量低下」

の5つの項目のうち、2項目が該当すると「**プレフレイル**」、3項目以上が該当すると「**フレイル**」と判定されます。心当たりがある方やご家族の方は、地域包括支援センターにご相談ください。

専門職が健康チェックをしながら、皆様個人個人にあった対策を一緒に考えさせていただきます。



【問い合わせ先】 福祉課 高齢者支援係(多気町地域包括支援センター) ☎0598(38)1114

生前・遺品・空き家整理の専門家に
処分から清掃までお任せください!

まずはお気軽にご相談ください。

代表 三宅

ライフワーク 松阪市駅部田町1054-2
TEL 090-4851-9825

オープン8周年記念! 大台町佐藤からお届けいたします。

8周年 宅配123 多気大台店

「医師推奨マーク」取得いたしました!
宅配クック123のサービスを99%の医師が
「人に勧めたい」と評価しました。

普通食 季節の食材をふくむ調理した日替わメニューで、バラエティに富んだお弁当です

1日に必要な基準量の約1/3のたんぱく質が摂取できる(当基準60g/日)

★ エネルギー量: 430~600kcal あかすこはん ¥685 (税込)

★ たんぱく質量: 16~24g 約20g以上の方対象 | www.cook123.jp

★ 食塩相当量: 平均2.0g お試し1食 半額!

宅配クック123 多気大台店 ☎0598-82-1577 宅配クック123

〒519-2404 多気郡大台町佐藤157-20F 配達エリア: 多気町・大台町・(旧)新高町・(旧)新穂町



多気町スポーツ協会休館日は第1木曜日。7/2(木)、8/6(木)です。

スポーツ功労者表彰

スポーツ功労者表彰は、スポーツの健全な普及、発展に貢献し、その活動が特に顕著であった加盟団体及び個人に対し表彰する制度です。表彰者の皆さまの功績を心よりお祝いいたします。おめでとうございます♪

◎勢和Jr.バドミントンクラブ

東海小学生バドミントン大会

【個人戦 女子】出場(県予選:4位) 田牧 由衣

◎Win'zRC

三重県陸上競技選手権大会、東海陸上競技選手権大会三重県予選
一般女子走高跳 優勝 辻 怜樹



5月27(水)にBANKYO文化会館にて、スポーツ功労者の表彰を行いました。

第6回タキスポ杯グラウンド・ゴルフ 親睦大会開催しました!

4月18日に、NISSHINスポーツパーク(多気スポーツ公園)グラウンドにて、グラウンド・ゴルフ親睦大会を開催しました。今回は43名参加いただき、競技を通じて親睦を深めることができました。

大会上位者は、1位:竹川久央さん、2位:吉田久美子さん、植田よしともさん、4位:山中勝巳さん、中村光治さん、北村葉子さん、杉山町子さんです。おめでとうございます



ジェイミー
のコーナー

イギリスの高校生の
「最後の夏」

「The "Final Summer" for
High School Students in the UK」



日本では3月に年度が終わると、卒業生たちは4月からすぐに大学や社会人としての新しい生活をスタートさせます。しかし、イギリスの学校生活のリズムは大きく異なります。驚くことに、イギリスには日本のような「卒業式」さえ存在しない!

イギリスの高校生は、5月から6月にかけて「Aレベル」と呼ばれる重要な最終試験を受けます。試験に備えるため、5月に通常の授業を終えると、「スタディ・リープ」と呼ばれる期間に入り、自宅で試験勉強に集中します。

6月に試験が終わると、8月の結果発表までは長い待ち時間です。多くの学生にとって、この期間は友達と過ごす「最後の思い出作り」の時間です。音楽フェスティバルに出かけて、数日間テントでキャンプをしながら野外で音楽を楽しみ、手に入れたばかりの自由を謳歌する若者もたくさんいます。また、「インターレール」といって、ヨーロッパの各都市を鉄道で巡るバックパッカー旅行も人気の伝統です。

8月の結果発表の日には、先生や友達と共に結果を受け取ります。卒業式のような儀式はありませんが、ようやく次の進路が決まったという安堵感がそこにあります。進学先が決まっても、あえて「ギャップイヤー」を選ぶ学生も少なくありません。これは学校生活の間にあえて「空白(ギャップ)」を作る期間のことです。試験の再挑戦のために利用する人もいますが、多くの学生は成績に関係なく、旅行や仕事、ボランティアなどを通じて経験を積むために自発的にこの時間を選びます。

イギリスの学生にとって、この夏は試験の重圧から解放され、大人としての責任が始まるまでの、自由でかけがえない期間です。皆さんはどう思いますか?日本のようなスムーズな切り替えが良いですか、それとも、少し騒がしくも一生忘れられないこの「最後の夏」の過ごし方に魅力を感じますか?

In Japan, the school year ends in March, bringing a swift transition into university or the working world for graduating students in April. In the UK, however, the rhythm is quite different. In fact, students in the UK don't even have a graduation ceremony!

In the UK, high school students take their final exams in May and June. To prepare for these important exams, known as A-levels, students have their final day of regular school in May, after which they enter a special exam preparation period called "study leave."

After the exams are over in June, there is a long wait until results are released in August. For many, this is a time for a last hurrah with school friends. Many teenagers go to large music festivals where they spend several days living in tents, dancing in the fields, and celebrating their newfound freedom. Another common tradition is to "Inter-rail" across Europe, which involves travelling from city to city by train, backpacking through historic capitals.

In August, students receive their results, celebrating with teachers and friends in a moment of relief that feels like a graduation without the formalities. Once their path is confirmed, many prepare for university. Even after deciding where to go to university, quite a few students choose to take a "gap year". This refers to a period during their school years when they deliberately create a "gap" in their studies. Whilst some use this time to retake exams, many students choose to take this time regardless of academic results to gain experience through travel, work or volunteering.

For British students, this summer is a final period of independence where exams are behind them, and the pressures of adulthood are still just over the horizon. What do you think? Do you prefer the quick, seamless transition of the Japanese school year, or does this slightly chaotic, but unforgettable "final summer" appeal to you?

あなたは、自分の体重をご存じですか？

～健康のために、体重を測ってみましょう～

生活習慣病と体重には、深い関係があります。

体重が増えると、体内に脂肪が蓄積され、**血糖値を下げにく**
くなったり、血圧が上がったり、血液をドロドロになったりする

など、生活習慣病を引き起こす原因となります。

それらを放置すると、「**脳梗塞**」や「**心筋梗塞**」を発症する可能性が
高くなります。

ご自身の健康のために、まずは自分の体重を知ることからはじめましょう。

STEP

01

生活習慣病を予防するため、
体重を測ってみましょう () kg



STEP

02

あなたの体重は、適正かどうか、計算してみましょう

体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m) = (ア)

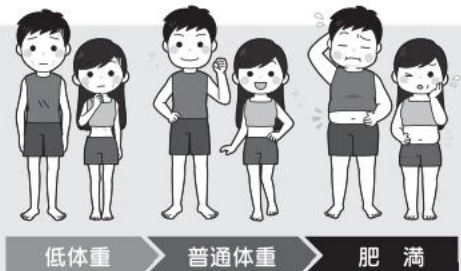
【例えば：身長170cm 体重75.5kgの場合 ⇒ $75.5 \div 1.70 \div 1.70 = 26.1$ 】
ア…BMI(体格指数)です。 ※BMIは18歳以上の成人に用います。

STEP

03

あなたの体重は、「適正体重」か、
「適正体重以外」か、確認しましょう。

BMIの値	判 定
18.5未満	低体重(やせ)
18.5以上25未満	普通体重(適正)
25以上	肥満



●低体重(やせ)の方

やせていることが良いわけではありません。

低体重は免疫力の低下や、骨粗しょう症のリスクを高めます。また、高齢者は「低栄養」の可能性が高く、フレイル(虚弱)の最大の原因の一つです。

3食しっかり、バランスよく食べましょう。適度な運動を行うことで、食欲増進につながります。

●普通体重(適正)の方

最も病気になりにくいとされるBMI22です。バランスのよい食事や適度な運動を行い、体重を維持しましょう。

高齢者の目標BMIは21.5以上25未満といわれています。体重減少に気をつけましょう。

●肥満の方

適度な食事や運動をこころがけ、減量に努めましょう。

生活習慣の改善等のご相談は、町民ほけん課☎(38)1113保健師まで

※食事制限や運動制限がある方は、かかりつけ医師にご相談ください

STEP

04

各種健(検)診を受けましょう

体重だけでは、健康状態の判断はできません!!

生活習慣病のリスクを下げるには、年に1度の健康診断やがん検診を受けることが大切です。また、健(検)診結果を確認し、必要な医療を受けることが、最大の予防につながります。



多気図書館 ☎0598(38)1133

夏のイベントのご紹介

1 夏のブッククラブ 2026

とき:7月25日(土) 午後1時30分～4時30分
定員:10名程度 今年は『チビ竜と魔法の実』(富安陽子著)を読みます。

2 楽しく小皿を作ろう アトリエプシケ陶芸教室

とき:8月9日(日) 午前10時～12時
講師:坂口文香さん(アトリエプシケ) 定員:10組程度

3 おはなし会&おんがく会 きいて!つくって!えんそうしよう!

とき:8月22日(土) 午後2時～4時
定員:15名程度 みんなで楽器を作って一緒に楽しく演奏しませんか。

“おはなしぽけっと”
とのコラボ

イベントの参加は
すべて申込みがいたします。
申込み開始7月1日(水)～
定員にないしだい終了
詳しくはチラシを
ご覧ください。

勢和図書館 ☎0598(49)4500

1 ほんとカフェ&櫛田川Re本古本市

※詳しくはチラシをご覧ください

と き:7月12日(日)午後1時～4時 ところ:勢和図書館
コラボ:「ホテルカゴ」さん コーヒー:「B's Shop」さん

2 楽しくコップを作ろう! アトリエプシケ陶芸教室

※要申込み

と き:7月25日(土) 午前10時～12時 参加費:3,500円 定員:15名程度
ところ:勢和図書館 会議室

3 ほんとカフェ&夏のおたのしみ

※詳しくはチラシをご覧ください

と き:8月9日(日) ところ:勢和図書館
コラボ:「チムニーカフェ」さん コーヒー:「金川珈琲」さん

【プログラム】

11:00～ 「チムニーカフェ」さん出店

13:00～ ほんとカフェ オープン

13:30～ Sweet Rose ワークショップ

なすの味噌和え (4人分)

多気町食育推進会議 食育コーナー No.247

材 料

なす	4本
パプリカ(赤)	1個
大葉	20枚
みょうが	1個
油	大さじ5
砂糖	小さじ2
しょうゆ	小さじ1/2
A みそ	大さじ2
みりん	大さじ1
すりごま	大さじ1

- ① なすとパプリカは乱切りにする。
- ② 大葉とみょうがはあらめのみじん切りにする。
- ③ Aの調味料を耐熱容器に入れて混ぜ、電子レンジで40秒～1分ほど加熱してみりんのアルコールを飛ばす。
- ④ フライパンに油を入れて熱し、①を中火で揚げ焼きにする。
- ⑤ ④に火が通ったら火を止め、③の調味料、②を入れて混ぜ合わせる。



栄養成分(1人分)

エネルギー 207Kcal / たんぱく質 2.4g / 脂質 16.4g
炭水化物 13.5g / 食塩相当量 1.3g

多気に学ぶえがお食堂
@まごの店

7月27日(月) 10:30~14:00
お弁当付き ワークショップ!!

予約開始 7月10日(金) 12時から

場所 まごの店(多気郡多気町五桂956 五桂池ふるさと村施設内)

内容 三重県立相可高校生からのお話を聞いたり 一緒ににおにぎりを握ったりしながら、 地域食材について、美味しく学んでいただきます。
*10:30~30分毎の完全予約制となります。 予約はこちらから
*お子様無料、大人(高校生以上)は700円となります。

QRコード

高校生レストラン「まごの店」では、地域資源を生かしたサステナブルな取り組みを進めています。中でも注目されているのが、これまで活用が難しかった「未利用魚」や規格外食材の活用です。形や大きさが不ぞろいで市場に出回りにくい魚や野菜も、調理方法を工夫することで魅力ある料理へと生まれ変わります。

生徒たちは地元生産者や漁業関係者と連携し、食材の背景を学びながら、食品ロス削減や地域循環型の食文化について理解を深めています。また、地元食材を積極的に使用することで輸送時の環境負荷軽減にもつながっています。

開発した商品の中でも未利用の鰯を燻製・乾燥させて作った鰯節の粉末を入れたうまみたっぷりの「鰯わいドレッシング」は、三重食のセレクトションに選ばれ大好評いただいています。三重県の持続可能な食の未来へ向けて高校生が頑張っています。



三重県の持続可能な食の未来へ向けて

善意

ありがとうございます
寄附金等は、地域振興や地域福祉に役立てさせていただきます。

○企業版ふるさと納税寄附金
企業版ふるさと納税制度に基づき、寄附金をいただいた方です。

200,000円(寄附いただきました)

大阪府
株式会社 丸松商事様

金額非公表

神奈川県
株式会社 子の日様

三重県
株式会社 北村組様

○多気町ふるさと納税寄附金
ふるさと納税制度に基づき、寄附金をいただいた方です。

都道府県 寄附者(芳名)

200,000円(寄附いただきました)

東京都一森山 寛様

○社会福祉協議会へご寄附いただいた方

寄附金

●けんこう桂様

13,925円

●水野三子様

30,000円

寄附物品

●中村やす子様

絵画1点

●けんこう桂様

バトミントン、オセロ、トランプ他

●田村俱子様

紙パントリー袋、夜用バット5袋、プラスチックグローブ4箱

匿名様

羽毛布団1枚

匿名様

古切手、タオル

●勢和中学校様

古切手

匿名様

羽毛布団2枚

●(株)やまよ農園様

玄米30kg(ジノキラメキ)

匿名様

ダウンジャケット1枚

匿名様

羽毛布団2枚

匿名様

タオル

●世古口勝郎様

羽毛布団3枚

古切手

おめでた

子どもの氏名

生年月日

保護者名

住所

渡邊 穰

8.5.14

大樹

下出江

下川 耀憂

8.5.15

鍊弥

相可

寺脇 百香

8.5.19

孝

相可台

山本 千隼

8.5.21

尚弥

相可

おくやみ

氏名

年齢

死亡年月日

世帯主

住所

平井 敏子

85

8.5.7

鏑太郎

神坂

吉田 正道

88

8.5.9

正道

三疋田

上出 正

84

8.5.9

正

片野

南部 幸生

91

8.5.14

幸生

田中

小林 みさを

92

8.5.16

康弘

古江

坂口 松子

72

8.5.22

松子

平谷

村田 たづ

91

8.5.30

たづ

土羽

納税等振替日

固定資産税、国民健康保険料、介護保険料、住宅資金・使用料、保育料、後期高齢者医療保険料

上下水道料

口座振替日 7月31日(金)

口座振替日 7月27日(月)

行政・心配ごと相談(毎月10日)

7月10日(金)午前9時～正午

※受付は午前11時まで

天啓の里／四正田

☎0598(38)8090

図書館

※要予約

多気		休館日 7月13・21・27・31/8月3	
月	日	時間	内容
7月	10(金)	10:30～	おはなしおもちゃ
	11(土)	10:30～	おはなしぽけっと
	17(金)	10:30～	赤ちゃんのおはなし会
	25(土)	10:30～ 13:30～	おはなしぽけっと ブッククラブ※
8月	1(土)	10:30～	おはなし会
	8(土)	10:30～	おはなしぽけっと
	9(日)	10:00～	陶芸教室※

勢和

休館日 7月14・21・28・31/8月4

月	日	時間	内容
7月	11(土)	10:30～	おはなし会 (絵本・ストーリーテリング)
	12(日)	13:00～	ほんとカフェ& 櫛田川Re本古本市
	15(水)	10:30～	おひざでだっこのおはなし会 (1～3歳児)
	25(土)	10:00～ 10:30～	陶芸教室※ おはなし会 (絵本・ストーリーテリング)
8月	5(水)	10:30～	おひざでだっこのおはなし会 (0歳児)
	9(日)	13:00～	ほんとカフェ&夏のおたのしみ

こどもの健康

月	日	時間	内容	場所	備考
7月	21(火)	(受付) 12:45～13:15	3歳児健診	天啓の里	R4.11.17～R5.1.21 生まれのお子さん
	24(金)	10:00～11:30	乳幼児相談	子育て支援 センター のびのび	母子健康手帳を お持ちください
8月	5(水)	10:00～11:30	産前・産後 おしゃべり会	天啓の里	妊婦と産後6か月 までの産婦と赤ちゃん

こころの健康相談(臨床心理士)

月	日	時間	予約先	場所	備考
7月	16(木)	13:30～16:30	町民ほけん課 (38)1113	BANKYO文化会館	要予約

こころの健康相談(医師)

月	日	時間	予約先	場所	備考
7月	17(金)	13:30～15:30	松阪保健所 (50)0532	松阪庁舎	要予約

子育て支援センター

※要予約

月	日	時間	内容	場所
7月	13(月)	9:30～11:30	ことばの相談※	たき児童館
	16(木)	10:00～11:00	親子ヨガ	おひさま
	24(金)	10:00～12:00	Baby's	のびのび
	27(月)	9:00～16:00	子育てカウンセリング※	たき児童館
	30(木)	9:00～16:00	子育てカウンセリング※	たき児童館
8月	3(月)	9:30～11:30	ことばの相談※	たき児童館
	6(木)	10:00～12:00	すこやか広場	のびのび
	7(金)	9:00～16:00	子育てカウンセリング※	たき児童館

健康づくり

※要予約

月	日	時間	内容	場所
7月	22(水)	9:00～16:00	たばこ健康相談※	多気町役場
		13:30～14:30	地域の健康相談	油夫公民館
	23(木)	(受付) 9:00～ 9:50 または 10:00～10:50	若年者健診・乳がん (エコー)検診※	BANKYO 文化会館
	28(火)	10:30～12:00	みんなの健康相談	マックスバリュ 多気店内 ゲームセンター前
8月	4(火) ～ 10(月)		集団検診申し込み期間 (9月9・12・29日、10月 5日分)	
	6(木)	13:30～14:30	地域の健康相談	成川地区 農村交流 センター

多気町議会6月定例会

6月9日から6月16日まで、令和8年第2回多気町議会定例会が開催されました。

初日と一般質問の様子は[行政放送](#)と[YouTube](#)でご覧いただけます。

最終日の様子は[YouTube](#)でご覧いただけます。

行政放送(地デジ123ch)

7/5 初日冒頭 7/6～ 一般質問

※午前10時～、午後7時～1日2回放送

7/6 松木 豊年 議員 7/7 前川 勝 議員

YouTube

【YouTubeアカウント名】

多気町行政放送

【公開内容】

初日冒頭、一般質問、最終日



※7月5日以降視聴可能



下出江
ながと
永戸 蓮ちゃん
「トトと力は蓮の笑顔が
大好き生まれてきてくれて、
ありがとう♡」
3歳



相可
たなか
田中 李果ちゃん
「毎日ニコニコ元気に過ごしてく
れてありがとう♡」
2歳



丹生
もりもと
森本 湊太くん
「お外大好き!これからも
いっぱい楽しいことを
見つけていこうね!」
3歳



相可
きのした
木下 湊太くん
「パワフルなそうちゃん★
いっぱい食べて
大きくなあれ♡」
3歳



四足田
ながい
長井 琉夏くん
「はる兄ちゃんが大好きな
わんぱくBOY♡
1歳おめでとう♡」
2歳



四足田
ながい
長井 陽琉くん
「るくんが大好きな
優しいお兄ちゃん♡
3歳おめでとう♡」
3歳



車川
やまもと
山本 おと葉ちゃん
「おとちゃんおめでとう!
三姉妹これから仲良くな
だいすき!」
3歳



相可
にし
西 奏波ちゃん
「2歳おめでとう!
甘えん坊のかなちゃん♡
すくすく成長してね♡」
2歳



片野
うらた
浦田 芽生ちゃん
「お誕生日おめでとう!
笑顔でニコニコ元気にいてね」
3歳



西池上
かみいどう
上海道 悠翔くん
「はると3歳おめでとう!
ニコニコ元気に過ごしてくね」
3歳



牧
たかせ
高瀬 海斗くん
「にーに大好きな海斗♡
兄弟ながよく大きく
なつてね!だいすき!」
2歳



3歳までのお子さんを誕生月に
紹介します。前月の10日までに
お知らせください。

総務課 ☎0598(38)1111
※メールでの応募も可能です!
詳しくはホームページを
ご覧ください。



まちの動き
(外国人含む)
6月1日現在

◆人口

・男…6,364(-26)人 ・人 口…13,297(-35)人
・女…6,933(-9)人 ・世帯数…5,729(-24)世帯

◆5月中の異動

・出生…5人 ・転入…19人
・死亡…16人 ・転出…43人

コミュニティチャンネル

地デジ 12ch



地元がもっと好きになる!
～そんなチャンネルです～



地域情報番組 ニュースMCTV

MCTV 松阪ケーブルテレビ・ステーション (株)

ケーブルスマホ 10 周年
月額基本利用料6ヵ月間!

～新規ご加入で全コース!～

2026年9月30日(水)まで受付!

※一部プランは適用対象外

例 2GB 通常
月額基本利用料 1,210 円 (税込) → 月額基本利用料 0 円



電話 0120-378-993 受付時間 月～金曜日(祝日除く) 午前9:00～午後5:30

編集・発行 多気町役場 総務課

〒519-2181 三重県多気郡多気町相可1600

☎0598(38)1124 FAX.0598(38)1140

●この印刷物は環境にやさしい再生紙とエコインクを使用しています。

●広報誌は資源物「雑誌」に分類してください。

多気町
LINE



行政放送
YouTube



多気町
防災アプリ



UD
FONT

見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォントを
採用しています。