

たき



広報



まちの話題

ふるさと応援納税加盟事業者を募集しています!
9月26日は令和8年度多気町総合防災訓練です
たき議会だより

全国大会出場激励会



7月24日、全国大会に出場の2人の選手が多気町役場を訪れ、激励会が行われました。選手は第42回若葉カップ全国小学生バドミントン大会に出場する相可小学校6年生の山本琉聖さん。第41回全国少年少女水泳競技大会に出場する津田小学校6年生の早川瑛翔さんの2人です。

高校生から地域食材について学ぶ

7月27日、高校生レストラン「まごの店」で、相可高校の生徒たちが講師を務め地域食材について学び、食を楽しむイベント「多気に学ぶえがお食堂」が開かれました。地域の子どもたちとその保護者、およそ160人が参加しました。



楽しくプログラミングを学ぶ！



7月29・30日、BANKYO文化会館で、多気トレジャーキッズ夏休み講座が行われました。この講座では、プログラミングやドローンなど、普段扱うことのないものについて楽しく学べる講座で、町内の親子連れが参加していました。子どもたちは先生に教えてもらいながら楽しく学んでいました。



三重大の地域づくりの取り組み

7月30日、BANKYO文化会館で三重大学松阪多気サテライト市民公開セミナーが行われました。このセミナーは、三重大学が研究成果などを地域の人に役立ててもらうことを目的に開催しているもので、今回は地域の未来を豊かにするための3つのテーマで講演が行われました。





8月3日にお誕生日を迎えられた西山せいさんに、多気町からお祝い状と記念品が手渡されました。西山さんは笑顔でお祝い状を受け取られ、100歳を元気で迎えられたことを喜んでみました。これからも健やかに過ごしてください。

100歳
おめでとございます！



8月6日、立梅用水土地改良区の関係者らが訪れ、三重県で初の情報通信環境整備事業がスタートすることを簡井町長に報告しました。
この事業は農林水産省が情報通信技術を活用した農業水利施設の管理の省力化・高度化、スマート農業の推進を加速化するために創設されたものです。

三重県初！
情報通信環境整備事業が
スタート!!



8月6日、大台町の奥伊勢フォレストピアで夏休み体験活動が行われました。この活動は自然環境の中で、様々な体験などを通して参加者同士がコミュニケーションを取り、交流を深めてもらうと行われたものです。多気町内の小中学生41人が参加し、川遊びや鮎のつかみ取りが行われ、子どもたちは仲良く交流を深めていました。

川で夏の思い出づくり！

ふるさと応援納税加盟事業者 大募集!!

令和8年8月1日から導入しているふるさと応援納税の加盟事業者を随時募集しております
その場でスマホからふるさと納税をして、すぐにお食事・宿泊・体験などに使える
「ふるさと応援納税(現地決済型)」がスタートします

旅行中のお客様が「おっ!ここでふるさと納税が使えるんだ!」と
あなたのお店に立ち寄るキッカケに!

ぜひ加盟店に
なって、一緒に
お店と多気町を
盛り上げ
ませんか?

詳しくは
こちらの
公式サイト



多気町
ふるさと
応援納税



加盟相談・申込は多気町役場商工観光課

☎0598(38)1124まで

※町事業にご協力いただくため、手数料は一切かかりません

お礼品は、
現地で使える電子クーポン

ふるさと応援納税®



・ミッション:地域DMO設立による観光事業の推進 小原 稜平

多気町に観光客が沢山来ることについて、多気町住民の皆さんはどう思いますか?

「あまり観光客が来られても困る」「日頃の生活の質に影響するのではないか?」「環境を破壊しないほしい」と、不安になる方々もいらっしゃるかと思います。

たしかに、観光客がたくさん来ることで、皆さんの生活環境が悪くなることは良くないですよ。しかし、その反面「多気町観光が潤うことで、その恩恵を受け、皆さんの生活の質が向上する」「自分たちの地域で働く場所が増える」「自分たちの地域の魅力を観光客が堪能してくれる」。こういったプラスの側面もあるのではないのでしょうか。

多気町には「VISON」や「ごかつら池ふるさと村」「ごかつら池どうぶつパーク」「女鬼峠」「ふれあいの館」「勢山荘」など、誇れる観光地があります。そうした観光地が身近にあるということが、外から来た私には魅力に感じます。都市部では得がたい、地域ならではの豊かな暮らしが実現できるということを、多くの皆さんに理解していただくことが大切です。「住んで良し、訪れて良し、働いて良し」の多気町を目指し、様々な取り組みを進めていきます。



多気町の雨漏りお任せ!

散水調査などを行い、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

雨漏り修理専門 5,000件の調査実績 10年間無料メンテ

FM三重で毎週月曜放送! 雨漏り17時47分

情熱リパベジョ

☎0120-246-194

8:00~20:00 (365日対応)
【本社】津市久居相川町2100-8

代表 小河

地域の皆様の笑顔と健康のために

しょう えい どう

勝栄堂薬局

1万円以上 無料配送いたします

三重県多気郡大台町佐原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



8月30日から9月5日は防災週間

9月1日は「防災の日」、8月30日～9月5日は「防災週間」です。この機会に、一人ひとりが防災について考えるとともに、南海トラフ地震など大きな地震に備えましょう。この機会に、家具等の転倒防止、非常持ち出し品、ハザードマップ等の確認をお願いします。



令和8年度 9月26日は多気町総合防災訓練

● と き 9月26日(土) 18時30分～20時30分

※中止の場合は、防災行政無線、町公式LINEでお知らせします。

● と ころ 町内小学校体育館

● 訓練内容 夜間における避難所初動対応訓練(自主防災組織等)
福祉用具・資機材取扱訓練(消防団)
いざという時のために、避難所の開設方法など、
地域で知っておきましょう。



当日、18時30分に防災行政無線・防災アプリで以下のような訓練放送・通知が流れます！

<放送文>

こちらは、広報たきです。ただいまから訓練放送を行います。
身を守る行動をとってください。
緊急地震速報 大地震です。大地震です。
これは訓練放送です。これで訓練放送を終わります。

町民の皆さんへ

訓練放送が流れたら、
その場で身を守る訓練
(シェイクアウト訓練)を
お願いします。



※シェイクアウトとは、世界各地で行われている地震の際に自分の身を守るための行動のことです。

小学校などでは『ダンゴムシのポーズ』などと教えていただいているところもあるようです。

これは「**まず低く、頭を守り、動かない。**」
この3つの行動を行う訓練です。



人権擁護委員さんが替わりました。



(旧)鳥井典子さん → (新)村林明美さん

多気町人権擁護委員名簿 6名 (敬称略)

市川明美 長谷川佳孝 山門弘子
上嶋安代 高橋公男 村林明美

令和8年7月1日より、6名の
人権擁護委員さんの内
1人が替わられました。
鳥井典子さん
長い間ありがとうございました。



人権擁護委員は、法務局・地方法務局の常設相談所のほか、役場や天啓の里などに随時開設される特設相談所において、住民の皆さんからの人権相談に応じています。

相談などにおいて、被害者から「人権を侵害された」という申告があった場合には、法務局・地方法務局の職員と協力して、人権侵犯事件の調査・処理に携わり、当事者の利害・主張の調整を行うなど、事案の円満な解決を図っています。

さらに、地域の皆さんに人権について関心を持ってもらえるよう、啓発活動も行っています。

ALT(外国語指導助手)が着任・離任しました

多気町では、ALT(外国語指導助手)が町内の小・中学校で英語指導を行っています。このたび、これまで子どもたちに英語の楽しさを伝えてきた2名のALTが離任し、新たに2名のALTが着任しました。

これまでありがとうございました!



ヴァン・コンメンさん

カヴァズ・ケイレブ・
マイケルさん

これまで、小中学校で子どもたちとの交流や英語の授業を通して、多気町の国際理解教育にご尽力いただきました。お二人のこれまでのご活躍に感謝するとともに、今後ますますのご活躍をお祈り申し上げます。

多気町にようこそ!!



ウォーカー・
アンドリュー・ケネスさん

ヴァンドリー・
サムエル・デヴィッドさん

これから多気町の子どもたちと一緒に学び、英語や外国の文化に触れる楽しさを伝えていきます。気軽に声を掛けてください。よろしくお願いします!

コミュニティチャンネル

地デジ 12ch



地域情報番組 ニュースMCTV

地元がもっと好きになる!
~そんなチャンネルです~



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 (税込) 円

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

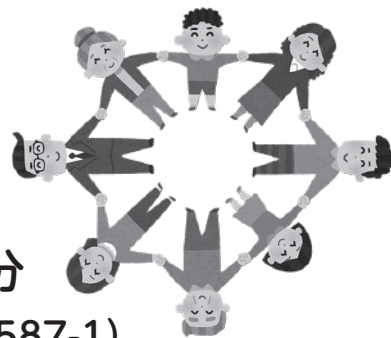
認知症月間
スペシャルイベント

親子で学ぶ認知症講座

三重県
認知症希望大使

高井勝男さんがやってくる!!

ちいさな手とおおきな手。一緒に繋ぐ街のやさしさ。
子どもの「元気」、若者の「アイデア」、シニアの「知恵」。
全部集まれば、これからの毎日がもっと楽しくなる!
認知症について学び、これからの日常生活に直ぐに活かせる「思いやり
のヒント」をみんなと一緒に見つけませんか?



日 時: 2026年9月19日(土) 午後2時～3時30分

場 所: BANKYO文化会館 第2講座室(多気町相可1587-1)

対 象: 小学生・中学生・高校生とその保護者(大人のみ、シニア世代のみの参加も大歓迎)

定 員: 先着50名(要事前申し込み) 参加費: 無料 持ち物: 水分補給のお飲み物

【特別ゲスト: 認知症希望大使の紹介】.....

●高井勝男氏 前頭側頭型認知症の診断を受けながらも、自分らしく前向きに農業を営み、当事者の視点から積極的な情報発信や講演活動を行っています。

※認知症希望大使とは?... 認知症になっても自分らしく希望を持って前向きに暮らせることをご自身の体験を通して広く伝える「認知症当事者」の大使のことです。

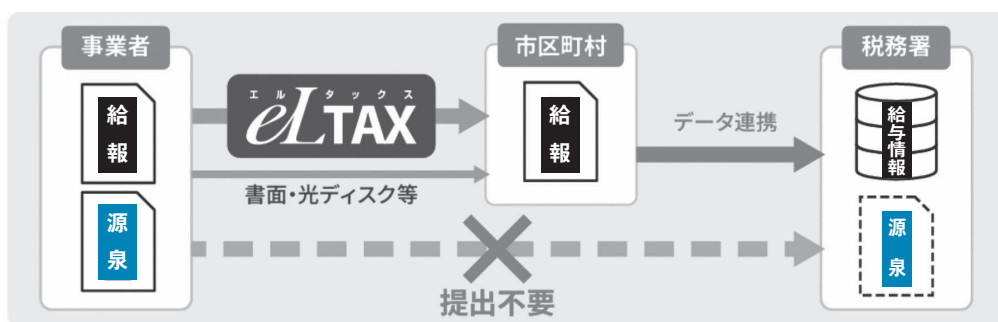
お申込み方法 締切: 9月15日(火) ○お電話にてお申込み下さい ☎0598(38)1114

主催: 多気町福祉課 高齢者支援係 地域包括支援センター

松阪税務署からのお知らせ

令和9年1月から源泉徴収票の提出方法が変わります

令和9年1月1日以後に提出すべき令和8年分以後の給与所得の源泉徴収票については、事業者の提出事務の負担軽減を目的として、給与支払報告書を市区町村へ提出した場合には、税務署へ給与所得の源泉徴収票を提出したとみなされることとなり、源泉徴収票を税務署へ提出する必要がなくなります。



また、給与支払報告書を「eLTAX」で提出された場合、個人住民税特別徴収税額通知(納税義務者用)を電子データで受け取れるほか、給与支払報告書の情報がマイナポータル連携の対象となり従業員の方の確定申告が簡単便利に作成できるなどのメリットがあります。

詳細は、次の参考リンクからご確認ください。

参考
リンク



制度改正の
内容について
(国税庁ホームページ)



eLTAXの
利用方法について
(地方税共同機構
ホームページ)

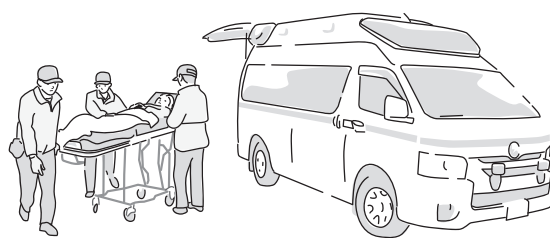


給与情報の
マイナポータル連携
(国税庁ホームページ)



9月9日は「救急の日」です!

救急業務及び救急医療に対する市民の正しい理解と認識を深めることを目的に、「救急の日」及び「救急医療週間」が定められています。この機会に、救急車の適正な利用について改めて考えましょう。



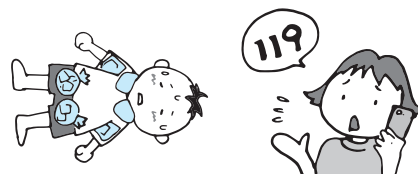
○ 尊い命を救うために、救急車の適正な利用を心がけましょう。

1分1秒を争う生命の危機がある場合は、迷わずすぐ119番しましょう。

○ 今年も熱中症による救急搬送が多く発生しています。

こまめな水分・塩分補給や、涼しい環境での休息を心がけ、予防に努めましょう。万が一、意識がもうろうとする・呼びかけに反応しないなどの症状が現れた場合は、ためらわずに119番へ通報してください。

▶ 救急車を上手に使いましょう
(総務省消防庁)



○ 救急車を呼ぶほどでない場合は、コールセンターや一次救急医療機関を利用しましょう。

▶ 三重県救急医療情報センター

けがや急病などで、救急車を呼ぶほどでないが、すぐに診察を受けたい。休日や夜間などかかりつけ医と連絡が取れないという時に、24時間365日医療機関を案内しています

- コールセンター: ☎059-229-1199
- 自動音声・FAX案内サービス: ☎0800-100-1199
- Webサイト 三重県救急医療情報システム 医療ネットみえ



▶ 松阪市休日夜間応急診療所(内科・小児科・外科)

休日・夜間に急な病気やけがで診療を受けたい場合は、「松阪市休日夜間応急診療所」をご利用ください。

● 多気町ホームページ
休日・夜間の診療について



ハンセン病元患者家族に対する補償金制度について

この補償金は、法に基づき、ハンセン病元患者家族の被った精神的苦痛を慰謝するためのものです。

対象となる方々に「補償金」が支給される可能性があります。請求期限が令和11年(2029年)11月21日まで延長されました。秘密は守られますので、まずはお電話でご相談ください。

厚生労働省
補償金相談窓口

☎03-3595-2262
(午前10時～午後4時、土日祝日・年末年始除く)



たき議会だより

議長就任あいさつ

多気町議会

議長 坂井 信久

この度8月5日の臨時議会の役員改選に於きまして議長に就任させていただくことになりました。今回の選挙では、多気町発足後初めて新人議員が7名当選され、内女性が初当選者を含む4名となる結果となりました。

新たな視点や様々な考え方を持つ人が、政治の場で声を届けることの大切さや、新鮮な提言などを期待しております。

他方議会運営に際しては、様々なルールがあり新人議員が多数占める中、経験のある議員とのコミュニケーションを図り、新人議員研修会等への参加回数を増加する様に取り組んでまいります。

多気町では、2月に就任された筒井町長が長期計画となる総合計画を策定することを表明され、多気地域の統合小学校建設、ゴミ処理問題、交通弱者への新たな対応策など、数多くの課題にどの様に向き合っていくのか、私達議会も執行部と意思疎通を図り政策決定してまいります。

今、私達を取り巻く環境は地球温暖化による酷暑日の増加や、線状降水帯の発生、山林火災、能登半島地震や、熊本地震など自然環境の破壊など自然界からの警鐘でしょうか、大変困難な時代に生きていることを実感しております。

又アメリカ・イランとの戦争やロシアによるウクライナ侵攻戦争が収束する見通しが出来なまま時間の経過を迎えておりますが、その影響は世界各国で同時物価高を続けさせており、毎日の暮らしや生活は困難になってきております。

私達の町に於いても少子高齢化が年々深刻化する中、皆様方のニーズの多様化などきめ細かな行政サービスが求められており、明るい希望の持てる未来の町づくりのため、執行機関と議会が車の車輪のごとく政策推進し「住んで良かった町づくり」に一層取り組んでまいります。

最後に、行政の監視機関としての議会の役割を忘れることなく議会活動に専念いたしますので、住民皆様方の一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。就任の挨拶とさせていただきます。

新議員の顔ぶれ紹介

新役職も決まる



議選監査委員

深水 美和子



副議長

藤田 清隆



議長

坂井 信久

議長 — 坂井 信久
副議長 — 藤田 清隆
議選監査委員 — 深水 美和子



北野 尚也



奥田 あさ子



西本 麻弓



田村 近義



石川 綾



志村 和浩



高瀬 浩和



川邊 裕二

※議長・副議長・監査委員を除き議席順に掲載しました。

第4回臨時会で決まる

令和8年

議員任期：令和8年8月1日～令和12年7月31日

議
長

坂井 信久

副
議
長

藤田 清隆

監
査
委
員

深水 美和子

議
会
運
営
委
員
会

◎委員長 志村 和浩

副委員長 西本 麻弓

委員 田村 近義

委員 藤田 清隆

委員 高瀬 浩和

委員 深水 美和子

常
任
委
員
会

◆総務産業土木常任委員会

◎委員長 藤田 清隆

副委員長 北野 尚也

委員 田村 近義

委員 西本 麻弓

委員 奥田 あさ子

委員 高瀬 浩和

常
任
委
員
会

◆教育民生常任委員会

◎委員長 深水 美和子

副委員長 川邊 裕二

委員 西本 麻弓

委員 奥田 あさ子

委員 志村 和浩

委員 石川 綾

◆予算決算常任委員会

◎委員長 志村 和浩

副委員長 高瀬 浩和

委員 田村 近義

委員 西本 麻弓

委員 奥田 あさ子

委員 北野 尚也

委員 藤田 清隆

委員 深水 美和子

委員 石川 綾

特
別
委
員
会

◆議会広報広聴特別委員会

◎委員長 奥田 あさ子

副委員長 石川 綾

委員 西本 麻弓

委員 川邊 裕二

委員 高瀬 浩和

委員 深水 美和子

特
別
委
員
会

◆議会改革特別委員会

◎委員長 坂井 信久

副委員長 田村 近義

委員 西本 麻弓

委員 奥田 あさ子

委員 北野 尚也

委員 藤田 清隆

委員 川邊 裕二

委員 高瀬 浩和

委員 志村 和浩

委員 深水 美和子

委員 石川 綾

組
合
議
会
議
員

◆多気町松阪市学校組合議会議員

議員 田村 近義

議員 北野 尚也

議員 川邊 裕二

議員 高瀬 浩和

議員 志村 和浩

議員 深水 美和子

組
合
議
会
議
員

◆松阪地区広域衛生組合議会議員

議員 西本 麻弓

議員 奥田 あさ子

◆松阪地区広域消防組合議会議員

議員 北野 尚也

議員 藤田 清隆

◆香肌奥伊勢資源化広域連合
議会議員

議員 藤田 清隆

議員 石川 綾

各
種
委
員
会◆香肌奥伊勢資源化プラザ
環境保全対策連絡協議会委員

委員 石川 綾

『離乳食教室』を開催します!

日時 10月7日(水) 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：申込期間9月9日(水)～9月30日(水)
 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。



申込はこども課



多気町会計年度任用職員(看護師)を募集します

多気町では令和9年4月に新しく多気地域の公立保育園等を統合した「多気こども園」が開園します。新園には看護師の配置を予定しており、新園での勤務を前提に、令和9年1月から町内の園で勤務可能な方を募集します。

(1) 募集資格

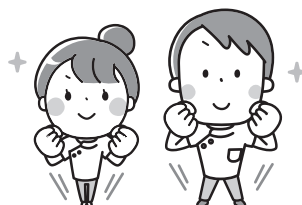
- ◆採用職種・採用予定人数／看護師：1名
- ◆受験資格／
 - 地方公務員法第16条(欠格事項)に該当しない方で多気町に通勤可能な方
 - 看護師免許を有する方
- ◆任用期間／令和9年1月1日～令和9年3月31日(更新予定あり)・任用開始時期は応相談
- ◆勤務時間等／月曜から金曜 午前8時30分～午後5時の内7.5時間
 パートタイムについてはお問い合わせください。
- ◆賃 金／月額初任給233,500円～247,400円(地域手当含む)
- ◆勤務先／多気町内保育園・認定こども園
- ◆待遇等／社会保険、雇用保険、有給休暇、通勤手当(2km～)あり

(2) 応募手続き

- ◆提出書類／履歴書(市販のもので可)1通 ・看護師免許の写し
- ◆提 出 先／多気町役場 こども課
- ◆受付期間／令和8年9月30日(水)まで 午前8時30分～午後5時15分 ※土・日曜日、祝祭日は除く

(3) 選考試験の実施

- ◆日 時／後日連絡させていただきます。
- ◆試験内容／面接



問い合わせ先 こども課 ☎0598(38)1154

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



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!





こんにちは。
地域包括支援センターです

専門家の会議で拍手喝采！

「介護」を卒業して、自分らしい暮らしへ

～多気町の「自立支援型地域ケア会議」から～

「いつまでも住み慣れた多気町で、自分らしく元気に暮らしたい。」皆さんのそんな思いを応援するため、多気町では、毎月2回医療や介護の専門家たちが集まって「**作戦会議**」を開いています。先日の会議で、「**この素晴らしいがんばりを、ぜひ皆さんにも知ってほしい!**」と専門家たちが大感動したエピソードがありました。

今回は、その会議の様子と元気を取り戻した方のお話をご紹介します！



会議で
大絶賛!

Aさんの「介護卒業」ストーリー

先日の会議で、「これは素晴らしいお手本だね!」とみんなが笑顔になったAさん(80代・女性)のお話を紹介します。

突然の骨折。 すっかり落ち込んでしまい…

お花や手芸、園芸など多趣味で、ご近所づきあいも楽しんでいたAさん。ところが春に腕を骨折して、入院することに。

退院してお家に帰ってから介護のサービスを使い始めましたが、「今まで普通にできていたことができない…」というショックから、すっかり気分が落ち込んでしまっていました。

「またお花をやりたい!」が 元気の源に

それでも、Aさんの心の奥には「また自分でお花の教室に行きたいな」という強い思いがありました。その目標に向けて、Aさんは介護サービス(リハビリ)に通い始めます。

サービスの時間だけでなく、お家でも教わった運動を毎日コツコツと行いました。

半年後、 見事「元の生活」へ!

「お花を楽しみたい」という目標に向かって頑張ったAさん。運動を続けて半年後には、なんと骨折する前の元気な状態まで回復しました!今ではご自身で車の運転もできるようになり、念願だった「お花の教室」にも再び通い始めています。

自分の力で生活できるようになったため、まもなく介護のサービスの利用を「卒業」する予定です。

■ 知っていますか?みんなを支える作戦会議「地域ケア会議」

ここには、福祉のプロ(保健師、社会福祉士、ケアマネジャーなど)はもちろん、医療のプロ(お薬に詳しい薬剤師、お口の健康を守る歯科衛生士、食事のアドバイザーである管理栄養士)、そして地域づくりのプロ(生活支援コーディネーター)といった様々な専門家が集まります。介護認定で「支援」が出た方の生活の様子を聞き、「どうすればもっと元気になるかな?」「こんなサポートはどうだろう?」と、みんなで知恵を出し合っています。

そして、この会議は個人の支援の方法を考えるだけでなく、多気町の課題を見つけ、考える「多気町全体をもっと元気にしよう!」という大切な役割も持っています。

町民の皆さんへ

私たちがなぜ、Aさんのお話を皆さんにお伝えしたかったかという、「介護のサービスは、一生使い続けるものではなく、元気になって『卒業』するための応援団でもある」ということを知ってほしかったからです。Aさんがこんなに元気になれた一番の理由は、「お花の教室に行く!」というワクワクする目標を持ち、介護サービスに頼りきりにならず「自分でも運動を頑張った」からだと思います。

「最近足腰が弱ってきたな」「ケガをして、元の生活に戻れるか不安だな」……

そんな時は、一人で悩まずに地域包括支援センターに声をかけてください。Aさんのように、皆さんがいつまでも笑顔で、多気町で暮らし続けられるよう私たち専門家がチームで応援します!

【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


DreamOcean


SHIMOFURI HONPO



多気町スポーツ協会休館日は第1木曜日。9/3(木)、10/1(木)です。

バスケットゴールが新しくなりました!

Dreamオーシャントレーニングセンター(多気トレーニングセンター)のバスケットゴールが老朽化のため、新しくなりました。高さの調節も出来るようになったので、ミニバスケットも対応可能です。是非ご利用ください。

※ダンクシュートは出来ないの、ご注意ください。

「町政20周年記念」第20回タキスポジョギング大会開催予定11/29(日)

11月29日(日)天啓公園にて、第20回タキスポジョギング大会を開催予定です!!昨年に引き続き、たくさんのご参加お待ちしております!詳しくは、次月号の折込チラシにて。



ジェイミー
のコーナー

「日食」 / 'Solar Eclipse'



今年8月12日、イギリスやヨーロッパの多くの地域で日食が見られました。ご存知の方も多いと思いますが、日食とは月が太陽と地球の間に入り込み、太陽の光をさえぎることで、昼間なのに地球の一部に影が落ちる現象です。

月が太陽のほとんど、あるいは全体を覆うような日食はとても珍しい現象です。今回イギリスでは、太陽の約90%が月に隠れました。これほど大きな日食がイギリスで見られたのは、実に1999年以来的ことです!日食はとても美しい光景ですが、専用の「日食グラス」をかけるか、専用のビューアーを通して見ないと、目に永久的なダメージを与える危険があります。今回はあまりにも多くの人々が日食を見たがため、イギリス中で日食グラスが売り切れてしまい、シリアルや箱などを使って自作のビューアーを作る人も多く見られました。

今年の夏、私は3週間イギリスに帰省し、家族や友だちと再会しました。しかし、日本に帰るために8月10日にイギリスを発ったため、日食が見られる日をわずか2日差で逃してしまいました。次にいつ見られるのか調べてみたところ、なんと2090年まで待たなければならないことがわかりました。その頃、私は88歳になっています!

日本で最後に大きな日食があったのは2012年のことです。次は2030年に北海道で、2035年には本州で見られる予定です。皆さんは今まで日食を見たことがありますか?

On August 12th this year, there was a solar eclipse across most of the UK and Europe. As many of you probably know, a solar eclipse happens when the moon passes directly between the sun and the earth, blocking the sun's light and casting a shadow over parts of the earth during the day.

Solar eclipses in which the moon covers most, or all, of the sun are extremely rare. In the UK, this eclipse covered about 90% of the sun. The last time there was a solar eclipse like this in the UK was back in 1999! Solar eclipses are a beautiful sight, but looking directly at one can be very dangerous and may cause permanent eye damage unless you wear special "eclipse glasses" or view it through a proper filter. Because so many people wanted to see the eclipse, these special glasses sold out across the UK, and many people had to make their own viewers at home, using cereal boxes and similar household items, just to catch a glimpse of the spectacle.

This year I returned to the UK for three weeks over the summer to reunite with family and friends. However, I flew back to Japan on August 10th, missing the eclipse by just two days. Now, if I want to see the next one in the UK, I'll have to wait until 2090 - when I'm 88 years old!

In Japan, the last major eclipse was back in 2012. The next one will be visible in Hokkaido in 2030, followed by one on Honshu in 2035. Have you ever seen a solar eclipse?

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」に関する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

60歳以上の多気町にお住いの方

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



睡眠による休養はとれていますか??

睡眠が悪化することで、肥満、高血圧、心疾患、認知症などのさまざまな病気の発症リスクが増加します。適正な睡眠時間と質のよい睡眠をとることが大切です。

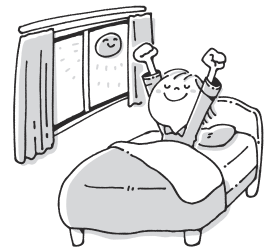
若い世代では、睡眠不足になりやすく、高齢者では逆に必要な睡眠時間に比べて床上時間(※寝床で過ごす時間。眠っている時間だけでなく寝付くまでの時間や、途中で目が覚めて起きていた時間も含む。)が過剰になる傾向にあります。

光と睡眠

○朝は光を浴び、夜は暗くしましょう

朝日を浴びることで体内時計はリセットされリズムが整います。また、日中に光を浴びると夜間に睡眠を促すホルモンであるメラトニンの分泌が増加し入眠しやすくなります。逆に、寝る前2時間に照明やスマートフォンの強い光を浴びると、寝つきが悪くなります。

また、寝ている間も、できるだけ暗くして寝る方が途中で目が覚めにくく、質のよい睡眠につながります。



温度と睡眠

○入浴は就寝の約1～2時間前に

手足の血管を拡張させ、深部体温を下げることで入眠を助けます。

○室温は過ごしやすい温度に調整

夏はエアコン等を用いて涼しくすることで睡眠の質を維持できます。冬は極端な寒さによる健康リスクを避けるため、18℃以上を目安に室温を保ちましょう。

嗜好品と睡眠

○夕方以降は、カフェインを含む飲料をとらない(コーヒー、緑茶、紅茶、コーラ、栄養ドリンクなど)

カフェインをとっている方で問題なく入眠できている場合でも、睡眠の質が低下しやすくなります。

○寝酒(眠るために飲酒すること)はしない

入眠を助けますが、睡眠後半の眠りの質を悪くします。



良い睡眠のためのポイント

年代別のポイント

高齢者

- ・床上時間が8時間以上にならないことを目安にする。
- ・寝床には眠たくなってから入る。
- ・長時間の昼寝は、夜間の睡眠を妨げるため控え、日中は活動的に過ごす。

成人

- ・6時間以上を目安として必要な睡眠時間を確保する。

こども

- ・小学生は9～12時間、中高生は8～10時間を参考に睡眠時間を確保する。
- ・1日あたり、60分以上からだを動かし、スクリーンタイム(テレビ視聴やスマホ・ゲーム利用等)は2時間以下にする。

上記のことに気をつけていても、休養感のある睡眠がとれない場合は、病気が潜んでいる場合があります。かかりつけ医に相談してください。

厚生労働省
「健康づくりのための
睡眠ガイド2023」

詳しくはこちら



9月10日～16日は、自殺予防週間です

こころの不調を感じたら、一人で抱え込まず、相談してください。

全国の小中高生の自殺者数は過去最多となっています。長期休業明けはリスクが高い時期とされています。子どもの見守りを強化していただきますようお願いいたします。

多気町相談先一覧
(こころの相談など)

詳しくはこちら



厚生労働省「こころもメンテしよう
(子どもの様子が気になる、
こころの健康や病気が心配な時に)」

詳しくはこちら





多気図書館 ☎0598(38)1133 / 勢和図書館 ☎0598(49)4500

林将之さん講演会 & 自然観察会

と き:10月31日(土)

●講演会:午後2時~3時30分(1時30分開場)

ところ:勢和図書館

参加費無料 中学生~大人 先着50名

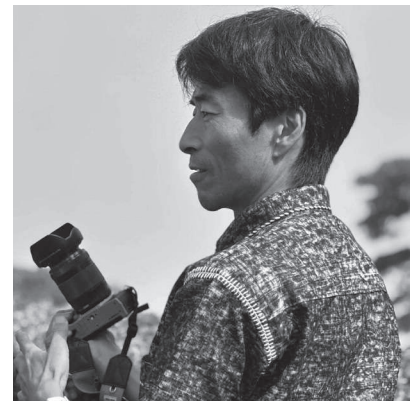
●自然観察会:午前10時~11時30分

ところ:ゆとりの丘周辺

参加費50円(保険代) 小学生~大人 先着30名

申込期間:9月12日(土)~10月24日(土)

※詳しくはチラシをご覧ください。



樹木図鑑作家 林将之さん

勢和図書館 ☎0598(49)4500

実りの秋のほんとかフェ

と き:9月13日(日)午後1時~午後4時

コラボ:「のここと」さん、「オーロコーヒー」さん

いな穂さん 手作り和小物展示&ミニチャリティーバザーもあります!

【プログラム】

午後1時~ カフェオープン

午後2時~ 10月講演会プレ企画・おはなし会

※詳しくはチラシをご覧ください。

さんまのかば焼き風 (4人分)

多気町食育推進会議 食育コーナー No.249

材 料

さんま	4尾
酒	小さじ1
塩	小さじ1/3
片栗粉	大さじ3~4
油	大さじ3
砂糖	小さじ2
しょうゆ	大さじ2
A 酒	小さじ2
みりん	大さじ2
おろししょうが	小さじ1弱

① Aの調味料を混ぜておく。

② さんまは頭を落とし、内臓を取り出して3枚おろしにし、半分に切る。

③ ②に酒と塩をして10分ほど置き、出てきた水分をペーパーで拭き取る。

④ ③に片栗粉をうすくまぶす。

⑤ フライパンに油を熱し、④を皮から中火で両面焼く。

⑥ 余分な油が出たら拭き取り、Aの調味料を入れてさんまにからめながら煮立てる。



栄養成分(1人分)

エネルギー 427Kcal / たんぱく質 18.8g / 脂質 34.6g
炭水化物 13.1g / 食塩相当量 2.2g

まごのみせ

多気町で開催されたVISIONにて全国高校生ガストロノミー甲子園2026。その舞台裏では、相可高校調理クラブの生徒たちが大会を支える「もう一つのチーム」として活躍していました。大会前に実施した校内選考にて敗退し、出場できなかった生徒も多かったが、彼らは大会運営のサポートスタッフとして会場に立ち、誘導や器具、材料準備などを担当。全国から集まった出場選手を支えました。

さらに、生徒たちは大会の昼食として提供された地元食材をふんだんに使った昼食弁当も作成し、多気町産の野菜や肉を使い、地域の魅力を伝えるお弁当に仕上げました。競技には出られなくても「食で大会を支えたい」という思いが形になった瞬間でした。

本番当日、選手との奮闘を見守るサポート生徒の表情には、悔しさと誇らしさが入り混じる。仲間の頑張りや間近で感じたことで、「来年こそは自分たちが」と気持ちが高まり、次年度の出場に向けてモチベーションが強くなったと思います。ガストロノミー甲子園は、選手だけの舞台ではなく、支える生徒、地域の食材、町の協力が一体となり、多気町らしい「食の学び」が広がる場となっていると感じています。



全国高校生ガストロノミー甲子園2026

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。

3,000,000円「寄附いただきました」

大阪府
 東和薬品株式会社様

2,000,000円「寄附いただきました」

愛知県
 国分中部株式会社様

金額非公表

三重県
 ヤマモリ株式会社様

三重県
 辻製油株式会社様

大阪府
 セキセイ株式会社様

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

50,000円「寄附いただきました」

三重県一竹上 秀洋様

○町へご寄附いただいた方

寄附金

RE 楽X 相可台店 高馬 弘一郎様 10,336円

○社会福祉協議会へご寄附いただいた方

寄附物品

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

匿名 名様

おめでた

子どもの氏名	生年月日	保護者名	住所
河合 七菜	8.6.24	良太	仁田
竹内 海人	8.6.27	章博	相可
林 蒼大	8.7.3	凌大	色太
中西 桜都乃	8.7.24	勝也	上出江

おくやみ

氏名	年齢	死亡年月日	世帯主	住所
藪本 正治	92	8.6.30	良	西池上
川島 文子	87	8.7.1	文子	朝長
溝端 きぬ江	106	8.7.7	きぬ江	四疋田
西村 八重子	94	8.7.8	八重子	荒蒔
坂上 貞夫	93	8.7.14	貞夫	長谷
中野 ちゑ	94	8.7.18	ちゑ	朝柄
西谷 昭六	96	8.7.19	昭六	土羽
小林 和彦	87	8.7.19	和彦	丹生
扇田 秋子	98	8.7.20	秋子	兄国
前川 宗次	96	8.7.20	宗次	平谷
中村 守	89	8.7.21	守	色太
中西 やま	101	8.7.22	やま	五佐奈
前川 明俊	51	8.7.24	明俊	平谷
小山 明子	92	8.7.27	明子	片野

戸籍届出時に掲載依頼をされた方です。【令和8年7月1日～7月31日受付分】

納税等振替日

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 9月30日(水)

口座振替日 9月25日(金)

行政・心配ごと相談(毎月10日)

9月10日(木)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 9月14・24・28・30/10月5	
月	日	時間	内容
9月	11(金)	10:30～	おはなしおもちゃ
	12(土)	10:30～	おはなしぽけっと
	18(金)	10:30～	赤ちゃんのおはなし会
	26(土)	10:30～	おはなしぽけっと
10月	3(土)	10:30～	おはなし会
	9(金)	10:30～	おはなしおもちゃ

勢和

休館日 9月15・24・29・30/10月6

月	日	時間	内容
9月	12(土)	10:30～	おはなし会 (絵本・ストーリーテリング)
	13(日)	13:00～	実りの秋のほんとカフェ
	16(水)	10:30～	おひざでだっこのおはなし会 (1～3歳児)
	26(土)	10:30～	おはなし会 (絵本・ストーリーテリング)
10月	7(水)	10:30～	おひざでだっこのおはなし会 (0歳児)

こどもの健康

月	日	時間	内容	場所	備考
9月	25(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
10月	2(金)	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
	7(水)	10:30～11:30	離乳食教室	天啓の里	要予約

こころの健康相談(臨床心理士)

月	日	時間	予約先	場所	備考
9月	17(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
9月	18(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
9月	16(水)	9:00～16:00	子育てカウンセリング	たき児童館
	17(木)	10:00～11:00	親子ヨガ	おひさま
	25(金)	10:00～12:00	Baby's	のびのび
10月	5(月)	9:30～11:30	ことばの相談※	たき児童館
	8(木)	10:00～12:00	すこやか広場	のびのび
	9(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
9月	10(木)	13:30～14:30	地域の健康相談	五佐奈 公民館
	12(土)	8:00～10:50 ※	集団 国保特定健診 後期高齢者健診 がん検診(胃・前 立腺・大腸・肺) 肝炎検査 骨粗鬆症健診	BANKYO 文化会館
		13:15～16:00 ※	集団 がん検診 【乳がん(マンモ ・エコー)・ 子宮頸がん】	BANKYO 文化会館
	17(木)	13:30～14:30	地域の健康相談	下朝長 公民館
	29(火)	8:00～10:50 ※	集団 国保特定健診 後期高齢者健診 がん検診(胃・前 立腺・大腸・肺) 肝炎検査 骨粗鬆症健診	勢和公民館 (朝柄)
		13:15～16:00 ※	集団 がん検診 【乳がん(マンモ ・エコー)・ 子宮頸がん】	勢和公民館 (朝柄)
10月	30(水)	10:30～12:00	みんなの健康相談	マックスバリュ 多気店内
	2(金)	13:30～14:30	地域の健康相談	矢田公民館
	5(月)	8:00～10:50 ※	集団 国保特定健診 後期高齢者健診 がん検診(胃・前 立腺・大腸・肺) 肝炎検査	勢和公民館 (朝柄)
		13:15～16:00 ※	集団 がん検診 【乳がん(マンモ ・エコー)・ 子宮頸がん】	勢和公民館 (朝柄)



相可
おくやま なるとき
奥山 成時 くん
「3歳おめでとう!」なるくんは
出かけて幸せです!
ありがとう!



平谷
なかい りん
中井 凜 ちゃん
「笑顔が素敵な凜ちゃん♡
お兄ちゃんと仲良く
楽しく育ってね!」



相可
いしむら なつき
石村 夏樹 くん
「ウルトラマン好きの
なつきちゃん!
頑張って強くなつてね!」



矢田
まえがわ すずは
前川 紗々葉 ちゃん
「元気いっぱい
愛嬌たっぷりな紗々葉ちゃん♡
すくすく大きくなあれ!」



平谷
りきお さとみ
良雪 慧海 くん
「さくさんが笑うと、
みんなが笑顔になるよ。
1歳おめでとう!」

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。



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。



今月の表紙!

撮影地:多気町古江 須原親水広場

撮 影:地域おこし協力隊 岩淵桃子 撮影日:8月16日



日没を狙って古江にある須原親水広場へ櫛田川を撮影しに行きました。
このときは風がなく、川の流れから外れた場所は水面が穏やかで、赤い勢和
大橋と黄昏時の空を綺麗に写していました。

まちの動き
(外国人含む)
8月1日現在

◆人口

・男…6,308(±0)人
・女…6,928(-6)人
・人 口…13,236(-6)人
・世帯数…5,678(-10)世帯

◆7月中の異動

・出生…4人
・転入…24人
・死亡…18人
・転出…16人

弁護士法人 心 電話・TV電話相談対応

相談料0円 (相談・遺言・交通事故被害・後遺障害・労災・障害年金・過払金・借金・在留資格・企業法務・労務・刑事事件他)

相続・遺言・交通事故・後遺障害・労災・障害年金・過払金・借金・在留資格・企業法務・労務・刑事事件他

弁護士法人 心 松阪法律事務所 松阪駅 1分

三重弁護士会・松阪市京町508-1 101ビル

他の事務所 津駅・松阪屋名古屋店・名古屋駅近く他

平日9時~21時・土日祝9時~18時受付
(12/31~1/3は除く・大型連休中の休業や臨時休業などございます。詳細はHPをご覧ください)

0120-533-002

詳細は → <https://www.kokoro.law>

オープン8周年記念! 大気町佐原からお届けいたします。

宅配123 COOK・ツ・スリー

「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「人に助めたい」と評価しました。

多気大台店

普通食 季節の食材をおいしく調理した日替わりメニューで、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 (当社基準60g/日)

★エネルギー量: 430~600kcal
★たんぱく質: 16~24g
★食塩相当量: 平均2.0g

おかず+ごはん ¥685 (税込)
毎週1食半額!

宅配クック123 多気大台店 ☎ 0598-82-1577

〒519-2404 多気郡大台町佐原157-20F 配達エリア: 多気町・大台町・(旧) 飯高町・(旧) 飯南町

多気町
LINE

行政放送
YouTube

多気町
防災アプリ

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)1111 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。



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。