

特集

風水害に備え、
一人ひとりが命を守る行動を！



「令和6年奥能登豪雨」による被害

令和6年9月に発生した奥能登豪雨は、石川県で死者16人、住宅被害約1,800戸（うち全壊82戸）と、大きな被害をもたらしました。

令和7年4月3日時点

三重県からの支援（住家被害認定調査※）

県および県内市町は、令和6年9月23日から11月29日までの間、豪雨で被災した石川県輪島市に、のべ1,604人（うち市町職員719人）の職員を派遣し、住家被害認定調査の支援を行いました。

※住家被害認定調査…住家の被害の程度を調査するもの

写真は石川県輪島市の被害の様子（提供：石川県）



三重県広報紙
毎月1日発行／毎月第1日曜日新聞折込

デジタル版は
こちら



カタログ
ポケット



マチイロ



マイ広報紙

注目
情報

自動車税（種別割）の納期限は6月2日（月）です

自動車税（種別割）は、自動車の所有者（^{かつ}割賦販売の場合は使用者）に課税される税金です。5月中旬にかけて納税通知書が順次お手元に届きますので、納期限までに納付をお願いします。納付方法は、自宅や外出先から手軽に納付できる「スマートフォン決済アプリ」や「クレジットカード」を含むさまざまな方法からお選びいただけます。

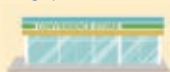
選べる！さまざまな納付方法

■ スマートフォン
決済アプリ

※事前にアプリのダウンロード
や口座登録などが必要です。



■ コンビニエンスストア



■ 金融機関

銀行、郵便局など

■ クレジットカード

地方税お支払サイト

■ ペイジー

ネットバンキング、
ATM



■ MMK 端末設置店

スーパーマーケット、ドラッグストアの
一部など

■ 県税事務所



納付方法の詳細は、ウェブサイト
またはお近くの県税事務所へ。

三重県 自動車税種別割 検索



キーワードを本紙から探して
県産品を当てよう！

風水害に備え、
一人ひとりが「？」を守る行動を！

正解者の中から抽選で5人に
はちみつをプレゼント！

応募方法 ①「？」に当てはまるキーワード
②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥県政だよりの
入手先 ⑦県政だよりの感想を明記して、ハガ
キ、メール、応募フォーム（下記二次元コード）
からご応募ください。 ※応募は1人1回限り

〒514-8570（住所不要）

三重県広聴広報課

「県政だより5月号プレゼント」係

✉dayori@pref.mie.lg.jp

（プレゼント応募専用メールアドレス）

応募締切 令和7年5月30日（金） 到着分

当選発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
個人情報情報は賞品発送および読者層の調査に関する目的
以外には使用いたしません。



問い合わせ先 総務部 税務企画課 TEL 059・224・2127 FAX 059・224・4321 ✉zeimu@pref.mie.lg.jp

県のテレビ
ラジオ番組

三重テレビ

県政だより みえ 第3日曜 18時45分～

①翌火曜 10時15分～
②翌月曜～金曜 8時～、16時45分～
（第2チャンネル）※祝日を除く

CBCTV

よしお兄さんのもっと“みえ”推し！

（報道情報ワイド番組「チャント！」内）
水曜 16時30分ごろ～

F M 三重

三重県からのお知らせ
月曜～金曜 7時43分～

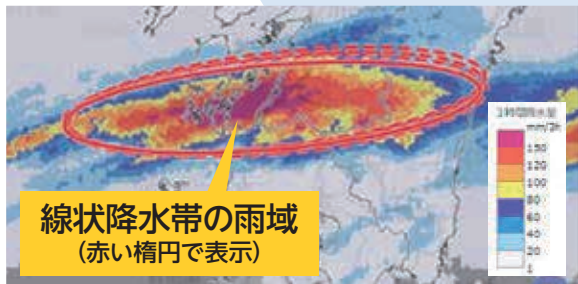
聴いとこ！知っとこ！10minみえ！
第1・3・5火曜 18時22分～

風水害に備え、

一人ひとりが命を守る行動を！

近年、大雨による災害が長期化・激甚化するケースが増えています。大雨や台風は気象情報からある程度予測することが可能です。いざという時に速やかに避難行動ができるよう、日頃から避難の準備をしておきましょう。

線状降水帯の雨域が発生した場合は 最適な避難行動をとってください



出典：気象庁ホームページ（今後の雨）一部加筆

線状降水帯による大雨が予測された際には、気象台が半日程度前から呼びかけを行いますので、危機感をもって災害に備えましょう。



警戒レベル4「避難指示」が発令されたら 危険な場所から全員避難してください

警戒レベル	避難情報と状況	居住者等がとるべき行動
5	緊急安全確保 (状況：災害発生または切迫)	命の危険 直ちに安全確保！
4	避難指示 (状況：災害のおそれ高い)	危険な場所から全員避難
3	高齢者等避難 (状況：災害のおそれあり)	危険な場所から 高齢者等は避難
2	気象庁の 大雨・洪水・高潮注意報 (状況：気象状況悪化)	自らの避難行動を確認
1	気象庁の早期注意情報 (状況：今後、気象状況悪化のおそれ)	災害への心構えを高める

大雨の際は、市町から避難情報が発令されます。警戒レベルごとの「居住者等がとるべき行動」を覚えておきましょう。



内閣府 警戒レベル 検索

取り組んでみよう！

家族構成に合わせて 「備蓄品」を準備しよう

大規模災害で被害が広域にわたると、支援物資などの到着に、相当な時間を要します。1人あたり最低3日分、できれば7日分以上の備蓄品を準備しましょう。



消費をしながら備蓄する
ローリングストックが
お勧めです！

【目安】大人1人 7日分
・飲料水 21リットル
・食料 21食分
・携帯トイレ 35回分
・常備薬 7日分
など

「非常持ち出し品」は、軽量化して リュックサックなどにまとめよう

- ☐ 飲料水・食料品
☐ 衣類・下着
☐ タオル、ブランケット
☐ レインウェア
☐ 現金（小銭）、印鑑
☐ 預金通帳（コピー）
☐ 笛、筆記用具、ハサミ
☐ 携帯・簡易トイレ
☐ トイレットペーパー
☐ 健康保険証（コピー）
☐ マイナンバーカード（コピー）
- ☐ ライター、ろうそく
☐ 懐中電灯、携帯ラジオ
☐ 携帯充電器、携帯用バッテリー
☐ 洗面・歯磨き用具
☐ 生理用品
☐ 中身の見えないゴミ袋
☐ 食品用ラップ
☐ 救急セット、常備薬
☐ マスク、消毒・除菌グッズ
☐ ウェットティッシュ など
- 家族構成、住居や地域の特性に合わせて準備しましょう。

県公式防災アプリ「みえ防災ナビ」で 事前に避難計画を作成しよう



県公式防災アプリ「みえ防災ナビ」では、風水害時にあわてず行動できるよう、個人の避難計画を事前に登録できます。登録した計画は、発災時にあらためて案内されます。

避難計画登録機能

自分自身の避難計画を事前に登録できます。

とるべき避難行動

5段階の災害警戒レベルに応じた「とるべき避難行動」をチェック表に沿って設定します。

県公式防災アプリ「みえ防災ナビ」

アプリのダウンロードはこちら

三重県の総合防災ウェブサイト 「防災みえ.jp」も ご活用ください！

「防災みえ.jp」は、気象・台風・地震に関する情報などを掲載しているウェブサイトです。「メール配信サービス」「X（旧 Twitter）」などの各種サービスも利用できます。

防災みえ 検索



県防災キャラクター
なまず博士

万一、災害で住まいが被害を受けたら…

●最初に、被害状況を写真で記録しておきましょう

片付けや修理の前に、家の外と中の被害状況を写真に撮っておきましょう。市町から罹災証明書を取得して支援を受ける際や、保険会社に損害保険を請求する際などに、たいへん役立ちます。

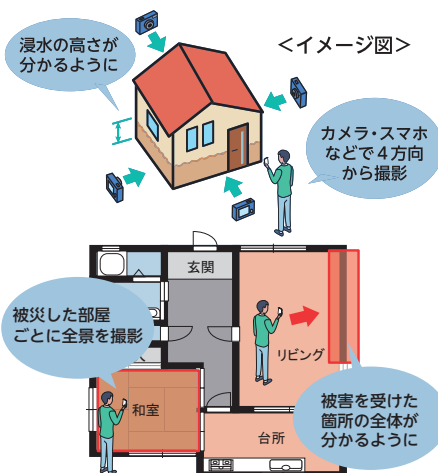
●罹災証明書を取得しましょう

罹災証明書は、災害による住宅の被害の程度を証明するものです。支援金や災害義援金の受け取り、税金などの減免、仮設住宅への入居申請などの際に必要となります。

詳しくは、お住まいの市町へご相談ください。



調査方法の詳細はこちら



知事メッセージ

昨年、台風第10号の大雨で松阪市の堀坂川が決壊寸前となり、避難指示が発令されました。大切なのは事前の避難です。いざという時、すぐに命を守る行動がとれるよう、日頃から備えましょう。

「子ども」「南海トラフ地震対策」「人材確保」「インバウンド誘客」へ予算を重点化！

新型コロナウイルス感染症対策費を除くと過去最大の予算規模となりました。
取り組みの成果を県民の皆さんに実感していただけるよう、効果的に展開していきます。

本資料の掲載事業には、一部2月補正（令和6年度2月補正予算その1）を含みます。

予算のポイント

POINT 1 困難を抱える子どもへの支援

不登校やいじめといった学校に関する問題、待機児童や児童虐待といった子育て環境に関する問題など、困難を抱える子どもへの支援を充実させます。

- 保育士確保に向けた「三重県保育士・保育所支援センター」における人材バンク機能の強化(子ども・福祉部) <新 736万円>
- 学校に代わる居場所としてのフリースクール支援(子ども・福祉部) <新 1,500万円>
- 県立みえ四葉ヶ咲中学校の学習環境整備・学校運営(教育委員会) <新 2,954万円>



みえ四葉ヶ咲中学校の内観

POINT 2 防災・暮らしの安全安心

南海トラフ地震対策、医療提供体制の確保、増加する犯罪の防止など、人権が尊重され、県民の暮らしの安全安心を守る取り組みを強化します。

- 避難所の環境改善や孤立地域対策に取り組む市町への支援のため、「いのちを守る防災・減災総合補助金」創設(防災対策部) <新 3億3,431万円>
- 「三重県性暴力の根絶をめざす条例(仮称)」に基づく周知・啓発等(環境生活部) <新 1,162万円>
- SNS等に起因する犯罪の被害防止のため、ターゲティング広告による注意喚起(警察本部) <新 4,490万円>

POINT 3 子どもの希望を育む

子どもたちが未来に希望をもって成長できるよう、変化の激しい社会の中でも自分らしく生き抜いていく力の育成や、子どもが豊かに育つ環境づくりをさらに進めます。

- 子ども医療費の現物給付に係る市町補助の対象を中学生年齢の入院まで拡大(医療保健部) <新 1億9,292万円>
- 自己肯定感を涵養する授業づくりや学校づくりに向けた取り組み(教育委員会) <145万円>

POINT 5 観光・プロモーションの推進

「三重県プロモーション推進方針」に基づき、世界に誇れる三重の豊かな地域資源を生かして、さまざまな主体と連携し、誘客促進や県産品の振興に取り組みます。

- インバウンド誘客に関する戦略の策定(観光部) <新 1,530万円>
- インバウンドに対応した受入環境の充実への支援(観光部) <新 6億715万円>



和洋室化された客室

POINT 4 産業の成長支援

産業の力強い成長に向けて、社会情勢の変化や気候変動に対応した産業振興に取り組みます。

- 半導体関連産業の集積や投資促進(雇用経済部) <新 2,243万円>
- 洋上風力発電に係る国の次期実証事業への応募を見据えたポテンシャル調査の実施(雇用経済部) <新 500万円>
- 真珠、青さのり、マハタ養殖における遺伝情報を活用した育種の実施、新魚種導入の検討(農林水産部) <新 3,040万円>

POINT 6 人口減少対策の着実な推進

「三重県人口減少対策方針」に基づくさまざまな取り組みを進めて人口減少の緩和をめざすとともに、適応策を検討するなど効果的な取り組みを着実に進めます。

- ジェンダーギャップ解消に向けた戦略の策定(政策企画部) <新 436万円>
- 移住希望者のニーズや特性に応じたプロモーション、県独自の移住フェアを開催(地域連携・交通部) <新 5,529万円>



移住フェアの様子

POINT 7 人材確保対策の本格展開

企業などの喫緊の課題となっている人材確保について、令和6年度に策定した「三重県人材確保対策推進方針」に基づき、全庁を挙げて対策を展開します。

- 移住や就職への関心がまだ高くない層に対して三重で暮らす・働く魅力を発信(政策企画部) <新 1,012万円>
- カスタマーハラスメントの防止に係る条例の制定、対策に取り組む企業への支援(雇用経済部) <新 2,175万円>
- 海外合同面接会における現地大学生等と中小企業とのマッチング機会の創出(雇用経済部) <新 3,999万円>

令和7年度当初予算額
(一般会計)

8,366 億円

(対前年度比3.9%増)

問い合わせ先 総務部 財政課 TEL 059・224・2216 FAX 059・224・2125 E zaisei@pref.mie.lg.jp

三重県 令和7年度当初予算 検索



連載 第2回 (全12回)

食のつなぐ みえの輪

「体いたわり弁当」レシピ紹介

不足しがちな野菜をたくさん食べることや、バランス良い食事で健康を維持する意識を高めるために県が実施した、「第9回健康野菜たっぷり料理グランプリ(ベジ-1グランプリ)※」の最優秀賞レシピを紹介します。

※本グランプリは、令和5年度をもちまして終了しました。

野菜の生春巻き

【材料/ 1人分】

- ・にんじん… 20g
- ・塩… 少々
- ・オクラ… 5g
- ・ライスペーパー 1枚
- ・レタス… 3g
- ・ハム… 5g
- ・ごまドレッシング

【作り方】

- ① にんじんは細長くスライスし、塩をふる。オクラは茹でしておく。
- ② ライスペーパーを水に浸してやわらかくし、具をのせて巻く。
- ③ ごまドレッシング※を添える。

※砂糖、しょうゆ、酢、すりごま、マヨネーズ各小さじ1を混ぜる。



詳しいレシピはこちら

第9回 ベジ-1 検索



大根ときゅうりの甘酢漬け

【材料/ 1人分】

- ・きゅうり… 10g
- ・大根… 10g
- ・酢… 5g
- ・砂糖… 5g
- ・塩… 小さじ1
- ・しょうが… 2g

【作り方】

- ① きゅうりは1cmの輪切りにし、大根は1cm角で長さ5cmに切り、塩をふる。
- ② 酢、砂糖、塩、しょうがを混ぜ①の水気を絞る15分程漬ける。(冷蔵庫で一晩漬けておくとうま味が浸みやすいです。)

れんこんのはさみ照り焼き

【材料/ 1人分】

- ・れんこん… 30g
- ・小麦粉… 10g
- ・鶏ミンチ… 40g
- ・ねぎ… 5g
- ・塩こしょう… 少々
- ・酒… 小さじ1
- ・しょうゆ… 小さじ1
- ・砂糖… 小さじ1

【作り方】

- ① れんこんはピーラーで皮をむき、5mmの厚さの輪切りにし、酢水に10分程浸しておく。
- ② れんこんの水気を拭き取り、小麦粉をふるいかける。
- ③ 鶏ミンチ、ねぎ、塩こしょう、酒を入れて練り、れんこんで挟む。
- ④ 油をひいたフライパンで焼き、酒、しょうゆ、砂糖を加え照り焼きにする。

問い合わせ先 医療保健部 健康推進課 TEL 059・224・2294 FAX 059・224・2340 E kenkot@pref.mie.lg.jp

三重で地域の発展や課題解決に貢献している人・団体を紹介

つながり、みがやく

三重の未来

津市

津市一身田地区 民生委員・児童委員 **加藤 美雪**さん

英語の先生、趣味の北欧音楽、ボランティア活動をしなが
民生委員・児童委員として活躍中。現在3期目。

地域を“見守る”、“つながり”をつくる！

民生委員・児童委員になったきっかけは？

趣味の歌の会で一緒に活動していた方から推薦されたことがきっかけです。その方がいつも笑顔でいきいきと民生委員活動に取り組む姿を見ていたので、「この人の為だったら」と引き受けました。

どのような活動をしていますか？

民生委員・児童委員（以下、民生委員）は困っている人を直接助けるのではなく、各機関につなぐ「地域の見守り役」です。一身田地区では「朝のおはよう運動」といって、月に1回、通学路で生徒たちへの声掛けを行ったり、相談を受けた家庭や高齢者サロンを訪問して地域の方の様子を確認したり、介護や子育てなど困りごとがあれば、専門機関につないだりしています。また昨年は、津市の民生委員制度創設100周年事業として、市内の小学校で出前授業を行いました。

この活動をしているとまだまだ知らないことがたくさんあるなと気付かされます。地域にはいろいろな悩みや価値観をお持ちの方がいらっしゃるので、自分の物差しで判断するのではなく、できる限り相手と同じ視点に立って、寄り添った支援を心掛けています。

活動への思いを教えてください

就任当初は、地域の方からなかなか受け入れてもらえず、「こんなんでやってけるのかな」と不安でした。周りの民生委員とも協力しながら、年数を重ねるうちに少しずつ「民生委員の加藤さん」と知ってもらえるようになりました。大変なこともある一方で、地域の方から「加藤さんがいてくれて良かった」と温かい言葉をもらえたり、小学生から「いつもありがとう」とお手紙をもらったり。私でも地域の役に立てているんだと感じ、とてもうれしい気持ちになりますね。

活動を通して、喜びや苦労を分かち合える仲間をはじめ、いろいろな方との出会いがあります。人とのつながりが自分自身の活動や生きることにつながっていくと思っているので、民生委員になって良かったなと思います。困った時に気軽に頼れる存在として民生委員をたくさんの方に知ってもらい、より安心した生活を支援していけたらと思います。

みえのいいとこ！

南伊勢町の展望台

南伊勢町内には7つの展望台があり、それぞれ異なる魅力的な景色を見せてくれます。ハートの入り江で知られる鵜倉園地内の「たちばな展望台」は、まるで天空へ飛びこむような体験ができる天空のブランコがあり、夜には星空を満喫できます。また、「南海展望広場」では、緑豊かな山々や漁村風景などが見渡せる絶景ブランコがあります。

場所 度会郡南伊勢町 各所
TEL 0596・77・0003（南伊勢町 観光商工課）

「たちばな展望台」天空のブランコ

■5月号は、4月3日時点の情報に基づき作成しています。
■「県政だより みえ」は、県および市町施設、スーパー、コンビニ、金融機関、郵便局などでも入手できます。
■県の公式 SNS（Facebook・X）でも、県からのお知らせを随時配信しています。

お手軽きのう狩り

日本一の清流宮川の天然水で育てた「松ちゃん堂自慢の生椎茸狩り」

みんなで一緒に手ぶらでOK！

受付料金 330円/人から

予約制 収穫清算

TEL：0596-64-8335

営業時間：9：00-18：00
三重県度会郡玉城町屋田 449-3

古物商許可証：第551320164300号

農機具全般買取ます！

草刈機から航空機までちょっとユニークなリサイクルショップ

TEL 0596-64-8335

営業時間：9：00-18：00
三重県度会郡玉城町屋田 449-3

古物商許可証：第551320164300号

小1生～中3生 体験授業 1回無料

「学習習慣を身につけたい！」
「学校の成績を上げたい！」
「志望校に合格したい！」という方、まずはeisuの授業を体感してください！

未来に生きる知識と技能、そして教養と感性を育む

60年の歴史の中で培った指導ノウハウや教育情報をもとに、地域に密着した学習指導を行います。

TEL 059-227-6444（代）

WEBサイト Instagram

県職員採用候補者A試験／B試験（総合土木）

令和8年4月採用予定の県職員の採用試験を実施します。詳細は受験案内をご確認ください。

☎059・224・2932 ☎059・226・7545

無事故・無違反チャレンジ123参加者募集

123日間の無事故・無違反にチャレンジする参加者を募集します。

☎059・224・2410 ☎059・224・3069

潮干狩りにもさまざまな危険が潜んでいます

潮の干満や突然の大波、転倒や急な深み、危険な海洋生物に注意しましょう。

☎052・661・1611

令和7年度「1日看護体験」

看護職の現場を体験できる「1日看護体験」を開催します。

☎059・222・0466 ☎059・222・0465

第75回 みえ県展

県内最大規模の公募美術展覧会である「みえ県展」を開催します。

☎059・233・1122 ☎059・233・1106

春季企画展「斎王のよそおい」

斎王や平安時代の人々のおしゃれについて紹介する企画展を開催します。

☎0596・52・3800 ☎0596・52・3724

コレクションによる特別展示 ルックバック：近代 洋画

当館のコレクションの中から、近代美術の魅力ををご紹介します。

☎059・227・2100 ☎059・223・0570

企画展「本草学者がみた熊野」

熊野を訪れた本草学者などについて紹介する企画展を開催します。

☎0597・25・2666 ☎0597・25・2667

三重県消費生活センター

商品やサービスに関する契約トラブルの相談ができます。

☎059・228・2212

依存症専門電話相談（三重県こころの健康センター）

ギャンブルやアルコールなどの依存症の相談ができます。

☎059・253・7826

凡例

☎日時・期間 ☎受付・申込 ☎休館日 ☎場所 ☎対象 ☎定員 ☎料金（マークのないものは原則無料） ☎問い合わせ先 ☎電話 ☎ファクシミリ

県の最新イベント情報などは、ここからチェック！

最新情報は、各ウェブサイト、問い合わせ先にて確認をお願いします。

三重県 お知らせ イベント 相談窓口

6月号は6月1日(日)に新聞折込予定です。

「県政だより みえ」の発行経費の一部に充てるため企業広告を掲載していますが、内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。なお、掲載については、広告掲載業務の委託先である株式会社ウィット（☎072・668・3275 代）までお問い合わせください。

県政だより みえ 令和7年5月号 4