

12月7日は「みえ地震・津波対策の日」

いざという時の災害に備えて、日頃から準備をしておきましょう

県公式防災アプリ「みえ防災ナビ」をご活用ください

いざという時、地震・気象情報、ハザードマップ、避難場所など、避難に必要な情報を入手できるアプリを運用しています。

アプリの特徴

- どこにいても周辺の避難場所や道順を確認できる
- 事前に個人の避難計画を登録できる
- 「河川水位」「道路通行止情報」など、さまざまな防災情報を地図で確認できる



<ダウンロードはこちら>

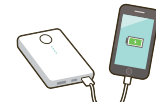


「フェーズフリー」を取り入れましょう

「フェーズフリー」とは、普段使いしているものを非常時にも利用する防災に関わる新しい考え方です。

「フェーズフリー」な商品は、日常時だけではなく、

非常時にも役立ちます。



例：モバイルバッテリー



「ローリングストック法」で消費しながら備えましょう

備蓄している食料品や飲料水などを定期的に消費し、あらためて補充する「ローリングストック法」も有効です。



「耳で聴くハザードマップ」のご案内

視覚に障がいのある方や小さな文字が見えにくい方が平時から災害リスクなどを認識し、早期の避難につなげていただけるよう、音声コード読み取りアプリ「Uni-Voice Blind」を導入しています。



アプリの特徴

- 自宅周辺の災害リスクを音声読み上げで確認
- 最寄りの避難場所まで音声や振動で誘導
- 警報や注意報、避難情報を音声で確認

<ダウンロードはこちら>



iOS 版



Android 版

「耐震シェルター設置助成制度」のご案内

家屋の倒壊から身を守るために、室内で安全を確保する構造物(耐震シェルター)の導入をご検討ください。



※イメージ

【助成の対象住宅】

昭和 56 年 5 月 31 日以前に着工または完成しており、かつ階数が3階以下など

※市町により助成内容(補助率、補助上限額)が異なります

「地震保険」への加入をご検討ください

大地震で住まいを失ったとき、生活再建に大切な役目を果たするのが地震保険です。火災保険とセットで加入する損害保険で、地震による建物や家財の損害、津波を原因とする火災などの損害を補償します。

火災保険だけでは地震や津波による損害は補償されません。いざという時に備えて、地震保険の加入を検討してみませんか。



「地震体験車」をご活用ください

費用負担なし

防災訓練や啓発活動にぜひご活用ください。

- 県内各地に出向きます
- 幼児から高齢者まで体験できます
- 震度7まで再現できます
- 防災専門の啓発員がわかりやすく丁寧にご案内します



地震体験車「そなえちゃん」

申し込み

市役所・町役場防災担当または市町消防本部までご連絡ください。

「三重県防災フェス」を開催します

地震などへの備えを学び、防災意識を高めるためのイベントです。各ブースを回るクイズラリーもあり、全問正解者には景品をプレゼントします。ぜひご参加ください。

イオン伊賀上野店

日時 令和8年1月17日(土)
10時～15時

イオン鳥羽店

日時 令和8年1月18日(日)
10時～15時



「南海トラフ地震臨時情報」が発表されたら

南海トラフ地震臨時情報とは

南海トラフ沿いでマグニチュード 6.8 以上の地震などが観測された場合には、気象庁から「南海トラフ地震臨時情報」が発表されます。県などからの情報を確認し、“安全な防災行動”をとってください。



詳しくはこちら

臨時情報が発表されたら

- 安全な避難場所・避難経路、家族との連絡手段の確認、非常食の備蓄など、日頃からの備えを再確認しましょう。
- すぐに逃げられる準備や非常持出品の常時携帯など、できるだけ安全な防災行動をとりましょう。

知事メッセージ

防災アプリはダウンロードしましたか？すでに約10万回ダウンロードいただいています！

南海トラフ地震はいつ起きてもおかしくありません。大切な命や暮らしを守るよう、今こそ備えを！



三重県知事
一見 勝之

問い合わせ先

防災対策部 地域防災推進課
防災対策部 災害対策推進課

TEL 059・224・2184

TEL 059・224・2189

FAX 059・224・2199

FAX 059・224・2199

✉ bosai@pref.mie.lg.jp

✉ staisaku@pref.mie.lg.jp

性暴力のない、安全に安心して暮らせる三重をめざして

性暴力は、被害者の心身や尊厳を著しく侵害する行為であり、決して許されません。しかし、県内では性暴力被害者からの相談件数が増加傾向にあります。性暴力の被害者は、差別や偏見、二次被害などにも苦しみ、声を上げられない実態があります。相談件数に表れない被害も少なくありません。

これらの行為は

すべて性暴力です！

- 性犯罪（不同意わいせつ・不同意性交、痴漢、盗撮など）
- 性的虐待 ● 配偶者等性暴力 ● デートDV ● ストーカー行為
- セクシュアル・ハラスメント ● 性的脅迫
- デジタル性暴力 ● アスリート等盗撮 など

相手の身体や精神に対する同意のない性的な行為。

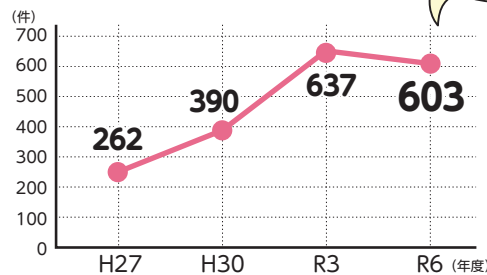
特に、子どもに対する性暴力は、
子どもの健全な発達に重大な影響を及ぼします。



三重県の性暴力をめぐる状況

「みえ性暴力被害者支援センター よりこ」

の相談受理件数



平成27年度から
約2.3倍
増えている！

こうした状況を踏まえ、県は福岡県・茨城県に次ぐ**全国3例目**となる
「**性暴力の根絶をめざす条例**」を令和7年10月27日に施行しました

三重県性暴力の根絶をめざす条例

条例のポイント

- 性暴力根絶に向けた県と県民の皆さんの決意や姿勢を示す前文を設け、性暴力を具体的に定義
- 県の責務に加え、市町や県民の皆さん、学校、事業者などに期待する役割を規定
- 被害者への支援や性暴力根絶に向け、県が取り組む施策（予防教育・啓発の推進、被害者支援、再発防止など）を規定

県が取り組むこと

- 性暴力の予防
- 性暴力被害者に対する支援
- 性暴力のない社会の構築に向けて取り組みます。

県民の皆さんに期待する役割

- 県民の皆さんには、
- 県が行う性暴力根絶に向けた取り組みへの協力
 - 二次被害（被害者への誹謗中傷など）を防止すること
 - 性暴力に対して傍観することなく、被害者に寄り添い、支えていただくことをお願いします。

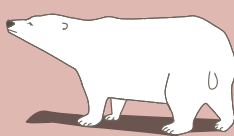


もし周りに性暴力に遭われた方がいたら、県や市町だけでなく、県民の皆さん一人ひとりが寄り添い、支えていきましょう。

また、性暴力の根絶に向けて積極的に取り組み、すべての人が安心して暮らせる社会を共に実現していきましょう。

みえ性暴力被害者支援センター

寄り添う心
よりこ



あなたやあなたの大切な人が性暴力に遭われたときは、
「みえ性暴力被害者支援センター よりこ」へご相談ください。

相談専用電話 **059・253・4115**

または **#8891**

相談時間 **9時～17時**（土日祝、年末年始除く）

※上記日時以外の相談専用電話は、夜間休日コールセンターにつながります。

問い合わせ先 環境生活部 くらし・交通安全課 TEL 059・224・2664 FAX 059・224・3069 E anzen@pref.mie.lg.jp

連載 第9回（全12回）

食のつなぐ みえの輪

三重のお雑煮大集合！

お正月に食べるお雑煮は、同じ三重県でも地域や家庭によってさまざまです。県総合博物館（MieMu）では、開館前に「お雑煮プロジェクト」として、小学生をはじめ多くの方にご協力いただき、県内のお雑煮を調べました。

MieMu 三重のお雑煮 検索



MieMuの「こども体験展示室」で、お雑煮のレプリカを展示しています。ぜひ、お立ち寄りください！

「お雑煮プロジェクト」で分かったこと

お餅の形は丸餅や角餅、汁の種類はすまし汁やみそ仕立てなど、東西の特徴が入り混じっていました。また、地域によって具材がさまざまであることが分かりました。

お餅の形

角餅は桑名・四日市・鈴鹿をはじめ北部に多く、伊賀や伊勢では丸餅が主流。伊賀では「花びら餅」と呼ばれる特別な丸餅も見られました。

角餅 丸餅 花びら餅

だし汁の種類

北部はすまし汁、中部はみそ仕立てが多く、鳥羽の離島などではあずき汁が受け継がれています。

すまし汁 みそ汁 あずき汁



① 三重郡朝日町



② 津市芸濃町



③ 伊賀市馬場



④ 名張市黒田町



⑤ 多気郡多気町



⑥ 鳥羽市神島町



⑦ 伊勢市常磐



⑧ 度会郡南伊勢町



⑨ 熊野市神川町

問い合わせ先 県総合博物館（MieMu）
TEL 059・228・2283 FAX 059・229・8310 E MieMu@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



つなばり、めがやく
三重の未来

労働者協同組合コモンウェブ

代表理事 山浦 久美子さん

埼玉県出身。国内外での活動を経て鈴鹿市へ。さまざまな課題を持つ子どもたちを支援し、地域に新たなつながりを育む。

鈴鹿市

コモンウェブ

子どもたちが希望を持てる未来を創りたい！

どのような活動をしていますか？

私は鈴鹿市で「労働者協同組合コモンウェブ」を立ち上げ、フリースクール「子どもの学び舎ワンダーYOU」や放課後等サービス、中高生などの子どもの居場所づくりや食料配布によるひとり親家庭支援に取り組んでいます。活動のきっかけは、息子が小学校低学年で不登校になったことです。この時に、学校に戻すことが目的ではなく子どもが生き生きと過ごせる場所をつくるのが大切だと気づきました。そこで不登校の子を持つ保護者たちと、子どもたちが楽しめるボードゲームクラブを始めたのが出発点です。現在は、労働者自らが出資し、みんなが平等な立場で話し合っ働く非営利法人の特定労働者協同組合として活動しています。私は新規事業の立ち上げや全体のマネジメントを行っています。困難に直面しても「ネバーギブアップ」の思いを胸に、スタッフがそれぞれの持ち味を発揮できるような職場づくりを心掛けています。

活動で大切にしていることは？

子どもたち一人ひとりには、かけがえのない力があると信じて活動しています。成長スピードに違いはあっても、力はみんなにあると実感しています。例えば、暴言の多かった子が落ち着いて下の子の面倒をみるようになったり、ゲームばかりしていた子が勉強するようになったり。心が満たされ



ソーシャルスキルトレーニング



子ども地域食堂

たら子どもたちは成長していけると思うので、さまざまな居場所づくりに力を入れています。また、お互いの意見を尊重して話し合いで物事を進めることを大切に、運営スタッフはもちろん、子どもたちも話し合っルール作りをしています。以前パソコンの利用をめぐる意見の対立があった時は、子どもたちで話し合い、新しいルールを作って解決していました。相手に歩み寄ろうとする姿がすごくうれしかったですね。

今後の目標を教えてください

居場所事業を継続するためにも経営の安定化が課題です。そのため、安定した収益をめざして、今はキッチンカー事業にも力を入れています。キッチンカーは不登校、発達障がいなどの生きづらさを抱える中高生の就労体験の場としても活用しています。



ぽかぽかキッチン出店

めざす未来の姿は？

私は、困っている人に「何か手伝えることはありますか？」と声をかけ合える社会を願っています。「大丈夫ですか？」では「大丈夫です」と返答してしまいがちで、真の困り事に気づきにくい。一人ひとりの思いやりの積み重ねが、みんなが生きやすい優しい未来につながると信じています。

居場所事業やイベント情報を発信しています。キッチンカーの出店依頼も受付中です！



Instagram

みえのいいとこ！

亀山市

亀山市立図書館



JR亀山駅前の4階建ての市立図書館。各階に特色があり、1階は新刊やマンガなどが並び、気軽に会話が楽しめます。2階は児童・親子が楽しめる広場もあり、3・4階は一般書架などが充実し、読書や学習などに集中できる環境です。また、1～3階の一部エリアでは飲食も可能です。明るく開放的な空間で、本を通じた学びや交流が生まれています。ぜひご利用ください。



動画も見てね！

場所 亀山市御幸町318-1
TEL 0595・82・0542

- 12月号は、11月5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。



令和8年 1月号は1月4日(日)に新聞折込予定です。

広告

OTC医薬品の研究開発から製造まで

医薬のチカラで、笑顔を。



中外医薬生産



〒518-0131 三重県伊賀市ゆめが丘七丁目5番地の5 TEL:0595-21-0120 (代)
<https://www.chugai-iyaku.co.jp/>

「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。

広告

働き方改革をサポートします！ 三重働き方改革推進支援センター

中小企業・小規模事業者等のための無料相談窓口
お気軽にご相談ください。

0120-111-417 FAX 059-253-2453

厚生労働省委託事業：令和7年度中小企業・小規模事業者等に対する働き方改革推進支援事業
〒514-0008 三重県津市上浜町1-293-4 三重私学青少年会館1階
E-mail: mie@workstylereform.net



三重ホンダヒートを応援しよう！

ホストゲーム4試合に先着1,100人(各試合)を優待案内します。
※県・三重ホンダヒート・三重県ラグビーフットボール協会は、「HOME TOWN 包括連携協定」を締結しています。

①12月21日(日) (VS コバルコ神戸スティーラーズ) ②令和8年1月11日(日) (VS クボタスピアーズ船橋・東京ベイ) ③令和8年2月22日(日) (VS 静岡ブルーレヴズ) ④令和8年5月9日(土) (VS トヨタヴェルブリッツ)

所 三重交通G スポーツの杜 鈴鹿

受 ①12月21日(日)まで ②12月20日(土)～令和8年1月11日(日) ③令和8年1月31日(土)～2月22日(日) ④令和8年4月18日(土)～5月9日(土)

対 県内に在住・在勤・在学・在園の方、またはそのご家族 料 1,000円 ※18歳以下無料(要発行手数料)

問い合わせ先 地域連携・交通部 スポーツ推進局 競技力向上対策課
TEL 059・224・2979 FAX 059・224・3022 三重ホンダヒート ホストゲーム 検索



元ラグビー日本代表
レギュラーランナー選手

申し込みはこちら

県立津高等技術学校一般入校選考

一般入校選考を実施します。応募資格など詳細は募集要項をご確認ください。

② [第2回] 令和8年1月21日(水) [第3回] 令和8年2月27日(金)

受 [第2回] 12月18日(木)～令和8年1月8日(木) [第3回] 令和8年2月2日(月)～16日(月)

問 県立津高等技術学校 TEL 059・234・2839 F 059・234・3668

津高技 普通課程 検索

三重県障がい者芸術文化祭(作品展)

障がい者による芸術作品を一堂に集めた作品展を開催します。

② 12月12日(金)～14日(日) 10時～16時 ※14日のみ15時まで

所 県総合文化センター 文化会館棟

問 県障がい者芸術文化活動支援センター 三重県障がい者芸術文化祭 検索

TEL 059・232・6803 F 059・231・7182



みえ環境フェア2025

体験・工作など、環境問題への関心を深めるイベントを開催します。

② 12月14日(日) 10時～15時 所 メッセウイングNHW

問 三重県地球温暖化防止活動推進センター みえ環境フェア2025 検索

TEL 059・245・7517 F 059・245・7518

企画展「ポップ・アート 時代を変えた4人」

ポップ・アートの魅力を紹介する企画展を開催します。

② 12月28日(日)まで 9時30分～17時 ※入館は16時30分まで

休 月曜 所 県立美術館

料 観覧料 ※高校生以下無料 三重県立美術館 検索

問 県立美術館 TEL 059・227・2100 F 059・223・0570



企画展「尾鷲林業が歩んだ400年」

尾鷲林業黎明期の様子や技術革新などを実物展示や映像などで紹介する企画展を開催します。

② 12月13日(土)～令和8年3月29日(日) 9時～17時

休 12月31日(水)、令和8年1月1日(木・祝) 所 県立熊野古道センター

問 県立熊野古道センター 熊野古道センター 検索

TEL 0597・25・2666 F 0597・25・2667

妊娠SOSみえ

TEL 090・1478・2409

予期しない妊娠について相談できます。ひとりで悩まずご相談ください。LINE相談もご利用ください。

受 月曜・水曜 15時～18時、土曜 9時～12時 ※祝日・年末年始を除く

対 予期しない妊娠について不安や悩みを抱える方 妊娠SOSみえ 検索



借金のお悩み電話相談会

TEL 059-224-2458(当日のみ)

弁護士や司法書士に借金のお悩みについて無料相談できます。

受 12月13日(土)、21日(日) 10時～16時

対 借金でお悩みの方やそのご家族 三重県 借金 電話相談 検索

凡例

② 日時・期間 受 受付・申込 休 休館日 所 場所 対 対象 定 定員

料 料金(マークのないものは原則無料) 問 問い合わせ先 TEL 電話 F FAX

県庁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 三重県 お知らせ イベント 相談窓口 検索

に確認をお願いします。