

- 記事 今日から始める「流域治水」…………… P3
- 記事 三重県土砂災害情報提供システム…………… P3
- 連載 みえの地産地消 …………… P3



# みえ

# 6 月号

令和7年9月12日からの大雨により冠水した四日市市の中心市街地の様子



特集

風水害に備え、  
一人ひとりが命を守る行動を！

キーワードを本紙から探して  
県産品を当てよう！

注目  
情報

## 三重県で住みたい・働きたい方を応援 県が奨学金の返還を支援します！

募集期間  
12月18日(金)まで

詳しくはこちら

三重県 奨学金返還支援 検索



県では、県内で活躍する若者を応援するため、県内での居住かつ就業を条件に、大学などの在学中に借りた奨学金の返還額の一部を助成しています。6月3日(水)から募集を開始します。

● 応募要件 ※応募の際は、必ず募集要項にて詳細をご確認ください。

対象者

- 県内での居住かつ就業を希望する方(本社所在地問わず)  
※ただし、公務員は除く。
- 35歳以下(令和9年3月31日時点)

【学生の方】

- 大学院、大学、短期大学、高等専門学校、専修学校(専門課程)の最終学年とその1年前の学年の方

【既卒者の方】

- 県外に居住しており、かつ県内で就業していない方

対象となる奨学金

- 日本学生支援機構  
第一種奨学金 など  
※U・Iターン就職者の方は、第二種奨学金なども対象になります。



< 助成内容 >

- 借入奨学金残額の1/4(上限100万円)
- 大学などを卒業後、県内での居住・就業の条件を満たしたうえで、4年経過後に助成金額の1/3を、8年経過後に残額を交付します。

< 応募枠&定員 >

- 一般枠……………110人
- 南部地域優先枠※……………40人  
※南部13市町での居住または就業が要件。

< 申請方法 >

三重県電子申請・届出システムから申請してください。

## 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  
「非常時持出米セット」をプレゼント！

■ 応募方法 応募は1人1回限り  
次のいずれかでご応募ください。

■ 「ハガキ」または「メール」の場合  
下記①～⑦を明記の上、ご応募ください。

- ① [?]に当てはまるキーワード
- ② 本号で印象に残った記事の感想、役に立った情報、今後掲載してほしいと思うテーマなど
- ③ 住所
- ④ 氏名
- ⑤ 年齢
- ⑥ 電話番号
- ⑦ 県政だよりの入手先

【宛先】〒514-8570(住所不要)

三重県広聴広報課

「県政だより6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)

■ 「応募フォーム」の場合

右記の二次元コードよりご応募ください。



■ 応募締切 令和8年6月30日(火) 到着分

※当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。個人情報(賞品発送および読者層の調査以外には)使用いたしません。

問い合わせ先 政策企画部 人材確保・外国人政策調整課 TEL059・224・3184 FAX 059・224・2069 ☒ jinzai@pref.mie.lg.jp

県政情報をいろいろな方法でお届けしています！

動画コンテンツも配信

WEB版  
「県政だよりみえ」



カタログポケット

自動翻訳・  
読み上げ機能



音声版・点字版・CD版

ご希望の方は、お問い合わせください。  
広聴広報課 TEL059・224・2788

マチイロ

スマホアプリ  
で閲覧



マイ広報紙

自治体  
広報紙を掲載



SNS

Face  
book



X



TV 三重テレビ

- 県政だより みえ  
第3日曜 18時45分～
- 再放送  
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

TV CBCテレビ

■ 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～

FM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！

令和7年9月12日、四日市市では1時間に123.5ミリの猛烈な雨を観測し、甚大な被害が発生しました。大雨や台風による災害は、気象情報からある程度予測することが可能です。いざという時のために、日頃から必要な備えを進めましょう。

## 覚えておこう！

新しい防災気象情報の情報体系とその名称

	河川氾濫 1級河川などの 大川川の氾濫	大雨 低地の浸水や 大川川以外の氾濫	土砂災害 急傾斜地のがけ崩れや 土石流	高潮 海面の上昇や 波の打上げによる浸水	(警戒レベルごとに) 住民がとるべき行動
警戒レベル <b>5相当</b>	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	命の危険 直ちに安全確保！
<b>警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難！</b>					
警戒レベル <b>4相当</b>	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	危険な場所から全員避難
警戒レベル <b>3相当</b>	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	避難に時間を要する人は 早めに避難、避難の準備など
警戒レベル <b>2</b>	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	避難行動を確認 (避難場所や避難ルート、 避難のタイミングなど)
警戒レベル <b>1</b>	早期注意情報				災害への心構えを高める

**レベル4は「危険警報」**  
発表されるまでに  
危険な場所から必ず避難を！

大雨や台風の際には、市町から発令される避難情報に留意するとともに、警戒レベルごとの「住民がとるべき行動」を覚えておきましょう。

気象庁 新たな防災気象情報 検索



令和8年5月29日(金)より  
防災気象情報が大きく変わりました

- ①防災気象情報(河川氾濫・大雨・土砂災害・高潮)が、5段階の警戒レベルに併せて発表されます。
- ②対象となる災害ごとに、レベル4相当の情報として「危険警報」が新設されます。
- ③「レベル4大雨危険警報」のように、情報名称そのものにレベルの数字を付けて発表されます。

## 取り組もう！

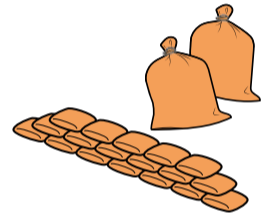
### 家の周りを点検しよう

「道路側溝」や「雨水ます」の吸い込み口が落ち葉やごみで詰まると、道路の冠水や浸水の原因になるおそれがあります。日頃から家の周りを点検し、清掃を行うよう心がけましょう。



### 浸水に備えよう

浸水への対策として、「土のう」「水のう」「止水板」の設置が有効です。ごみ袋に半分程度の水を入れた簡易な「水のう」を隙間なく並べたり、「止水板」の代わりに長い板などを利用したりする方法もあります。



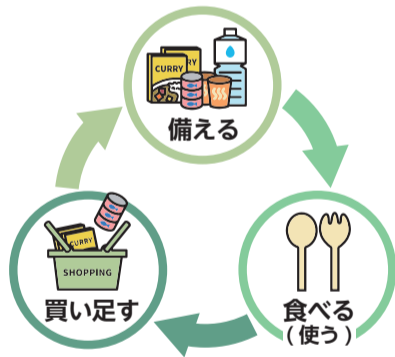
### 家族構成に合わせて「備蓄品」を準備しよう

大規模災害で被害が広域に及ぶと、支援物資の到着までに相当な時間を要します。1人あたり3日分、できれば7日分の備蓄品を準備しておきましょう。

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！

#### 大人1人7日分の 備蓄品の目安

- 水…………… 21リットル
- 食料…………… 21食分
- 携帯トイレ …… 35回分
- カセットボンベ… 6本  
など



### 「非常持ち出し品」は、すぐに持ち出せるようリュックサックなどにまとめよう

家族構成や住居・地域の特性に合わせて準備しましょう。

- 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
- トイレトーパー
- ライター、ろうそく
- マイナンバーカード(コピー)
- 携帯充電器、携帯用バッテリー
- 洗面・歯磨き用具
- 懐中電灯、携帯ラジオ
- 生理用品
- 中身の見えないごみ袋
- 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



県防災キャラクター  
なまぎ博士



ダウンロード  
はこちら



### 県公式防災アプリ 「みえ防災ナビ」を活用しよう

県では、県民の皆さんが発災時にどこにいても適切な避難行動がとれるよう、防災アプリを運用しています。

#### 「みえ防災ナビ」でできること

- どこにいても周辺の避難場所への道順を確認できる  
外出時など、なじみのない地域で災害に直面した場合でも、近くの避難場所などを確認でき、避難行動を助けます。
- 事前に避難計画を登録できる  
発災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。災害発生時は、登録した計画が案内されます。
- 避難に必要な情報を確認できる  
「河川水位・カメラ」「雨量」「土砂災害危険度」などの防災情報を確認できます。

### 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

#### 知事メッセージ

昨年9月の大雨では、四日市市の中心市街地が冠水するなど大きな被害が出ました。道路側溝など家の周りの点検や、備蓄品の準備など、日頃から必要な備えを進めましょう。



三重県知事  
一見 勝之

# 水災害は“自分ごと”！みんなで守る、強いまちづくり // 今日から始める「流域治水」



県の「流域治水」の取り組みはこちら



三重県 流域治水プロジェクト 検索

**流域治水とは** 堤防整備やダム建設に加え、**集水域**（雨水が集まる場所）から**氾濫域**（浸水するおそれのある場所）まで、県民の皆さんを含む流域のあらゆる関係者が協力して、水災害に備える取り組みです。

**なぜ今、流域治水？** 近年は、気候変動の影響により豪雨が増え、水災害は私たちの暮らしに身近な問題となっています。このため県では、河川管理者が進める堤防整備やダム建設のほか、田んぼダムや森林整備による雨水貯留、さらに水災害リスクの高い地域からの移転促進など、流域治水の取り組みを着実に進めています。

**水災害を“自分ごと”に** 水災害への備えをより確かなものにするためには、企業や県民の皆さん一人ひとりの協力が欠かせません。水災害は“自分ごと”です。今日からできる備えを始めましょう。

## 県民の皆さんが取り組める流域治水

大雨に備えて、今日からできることをみんなで始めましょう。



### 防災情報を収集する

「川の防災情報」や「洪水ハザードマップ」を確認し、自宅周辺の水災害リスクを知っておきましょう。



### 雨水をためて庭の水まきに利用

雨どいから流れ落ちる水をバケツにためておき、晴れてから庭の水まきに利用することも流域治水です。



### 雨が染み込みやすい庭に

庭づくりの際は、コンクリートや土間ばかりにせず、土や芝生を残すことで、雨が地面に染み込みやすくなります。



## 「川の防災情報」を活用して身を守る行動につなげよう！

大雨の際に、川の水位情報や河川監視カメラの画像をリアルタイムで入手できます。



問い合わせ先 県土整備部 河川課 TEL 059・224・2682 FAX 059・224・2684 E kasen@pref.mie.lg.jp

# 適切な避難につなげよう！ // 三重県土砂災害情報提供システム

6月は「土砂災害防止月間」です

三重県 土砂災害 検索



県では、がけ崩れや土石流などの土砂災害に関する情報を確認できる「三重県土砂災害情報提供システム」を運用しています。

大雨の際には本システムを活用し、市町から避難情報が出ていない場合でも、早めの避難行動につなげましょう。

また、いざという時に備え、本システムの操作方法を確認しておきましょう。



## 「三重県土砂災害情報提供システム」で分かること

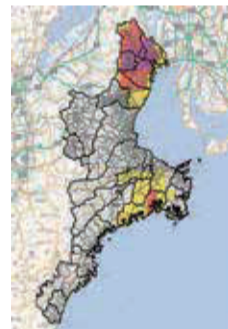
### 周辺の土砂災害リスク



### <土砂災害警戒区域マップ>

土砂災害防止法に基づく現地調査の結果をもとに、「土砂災害によって危害の生じるおそれがある土地」を表示しています。

### 大雨の際の危険地域



### <土砂災害危険度情報>

「大雨による土砂災害発生の危険度」を地域別で確認できます。※天気の良い日は色が付かないため、変化が分かりません。雨降りの日に試してみてください。

### 土砂災害危険度情報

災害切迫	実況で土砂災害特別警報基準に到達	レベル5相当
危険	実況または予報で土砂災害危険警報基準に到達	レベル4相当
警戒	実況または予報で土砂災害警報基準に到達	レベル3相当
注意	実況または予報で土砂災害注意警報基準に到達	レベル2相当

問い合わせ先 県土整備部 防災砂防課 TEL 059・224・2697 FAX 059・224・2684 E bssabo@pref.mie.lg.jp

## みえの地産地消

## レシピ紹介 暑い夏も「へっ」ちゃらモーニング

（夏を先取り）

県では、「早寝 早起き 朝ごはん」に欠かせない朝食を、子どもたち自身が考え、調理する「令和7年度 みえの地物が一番！朝食メニューコンクール」を開催しました。今号は、小学生の部の最優秀レシピをご紹介します。



詳しいレシピはこちら

### 【材料/1人分】

- 生地
  - さつまいも..... 25g
  - 牛乳..... 85ml
  - 卵..... 20g
  - 砂糖..... 3g
  - 塩..... 少々
  - 米粉..... 35g
  - 溶かしバター..... 6g
  - 油..... 少々(4)
- 肉の具
  - 豚ひき肉..... 50g
  - 塩こしょう..... 少々
- [A]
  - ケチャップ..... 6g
  - 中濃ソース..... 6g
  - しょうゆ..... 2g
  - カレー粉..... 小さじ1/4
- 野菜の具
  - なす..... 1/4本
  - ピーマン..... 1/2個
  - 生姜..... 3g
  - 油..... 大さじ2(7)
  - しょうゆ..... 大さじ1/2
  - ミニトマト..... 2個
  - フリルレタス..... 1枚
  - 細切りチーズ..... 大さじ2

## へこきまんじゅう風トルティーヤ

※へこき…株式会社タマキの登録商標です。



### 【作り方】

- 生地 さつまいもをゆでてつぶす。
- 牛乳を耐熱容器に入れ、600Wのレンジで1分20秒加熱する。
- ボウルに卵・砂糖・塩・米粉・①・溶かしバターを加えて混ぜる。②を少しずつ加えてなめらかになるまで混ぜ、生地を作る。
- フライパンに油を薄くひき、強めの中火で温める。熱くなったら、③の生地をお玉1杯分流し入れ、フライパンを傾けながら丸く広げる。生地のふちが色付いたらひっくり返し、20秒焼く。
- 肉の具 フライパンで豚ひき肉を炒め、色が変わってきたら塩こしょうをする。[A]を混ぜ合わせ、ひき肉に火が通ったら加えて炒める。

- 野菜の具 なすとピーマンを棒状に切り、生姜をすりおろす。
- フライパンに油となすと入れ、軽く混ぜてから火をつける。なすに火が通ったらピーマンを加え、しんなりしてきたら、すりおろした生姜としょうゆで味をつける。
- ミニトマトを輪切りにする。
- 包む ④で焼いた生地に、フリルレタスと⑤の豚ひき肉、⑥のミニトマト、細切りチーズをのせて包む。もう1枚には、ミニトマトの代わりに⑦のなすとピーマンを入れる。
- 皿に盛りつけて完成。



問い合わせ先 教育委員会事務局 保健体育課 TEL 059・224・2969 FAX 059・224・3023 E hotai@pref.mie.lg.jp

### みえ出前トークをご利用ください

県政に関するさまざまなテーマについて、県職員が皆さんの集会や学習会などにお伺いし、県民の皆さんとトーク(対話)します。ご希望のテーマを選んでお申し込みください。詳細は県ウェブサイトをご確認ください。

- 職員の派遣費用は無料!
- 土日・祝日、夜間の開催も可能!
- オンライン開催もご相談ください!

令和9年2月28日(日)まで 令和9年2月5日(金)まで

総務部 広聴広報課 059-224-2647 059-224-3009 soudan@pref.mie.lg.jp

### 令和8年度「みえっこ会議」参加者募集

県に子どもの意見を届ける「みえっこ会議」の参加者を募集します。

7月19日(日) 顔合わせ・事前学習会、7月23日(木) 第1回グループワーク、7月30日(木) 第2回グループワーク、8月7日(金) 発表会

6月19日(金)まで 対 小学4年生～高校生世代

子ども・福祉部 少子化対策課 059-224-2404 059-224-2270

### 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。

7月1日(水)～10月31日(土) 6月30日(火)まで

運転免許(原付を含む)を取得している県内在住・在勤・在学の方

参加料 環境生活部 暮らし・交通安全課 059-224-2410 059-224-3069

### 令和8年度 中学校卒業程度認定試験

中学校卒業者と同等以上の学力を認定する試験を実施します。詳しくは受験案内をご確認ください。

10月15日(木) 10時～15時40分 6月22日(月)～8月21日(金)

病気などのやむを得ない理由により、義務教育諸学校への就学を猶予または免除された方など

教育委員会事務局 高校教育課 059-224-2913 059-224-3023

### 第76回みえ県展

県内最大規模の公募美術展覧会「みえ県展」を開催します。

6月13日(土)～21日(日) 9時30分～17時(最終日は15時まで) ※入場は閉館の30分前まで

6月15日(月) 所 県文化会館第1・2ギャラリー

観覧料 ※大学生以下無料(学生証をご提示ください) 059-233-1122 059-233-1106

### ロックフェラー・コレクション 花鳥版画展

日本では35年ぶりのロックフェラー・コレクション展を開催します。

6月13日(土)～7月26日(日) 月曜日(祝日の場合は翌平日)

所 県立美術館 観覧料 ※高校生以下無料 059-227-2100 059-223-0570

### 企画展「画像資料に見る近代熊野地方の交通発達史」

近代の熊野地方における交通の発達について紹介します。

7月12日(日)まで 10時～17時 会期中無休

所 県立熊野古道センター 特別展示室 0597-25-2666 0597-25-2667

### ひきこもりピアサポートセンターみえ

ひきこもり経験者などのピアサポーターに相談できます。

水曜～金曜 13時～16時 ※祝日、お盆(8月12日～14日)、年末年始を除く

県内在住のひきこもり状態にあるご本人やそのご家族

### 三重県不妊専門相談センター

不妊・不育症に関する悩みや不安を、助産師・看護師・不妊カウンセラーなどの有資格相談員に相談できます。

第1土曜 10時～16時、火曜(第1火曜を除く) 10時～20時 ※祝日、年末年始を除く

不妊や不育症に関する悩みや不安のある方

県庁 090-8498-5783 080-3595-9556

三重県 059-211-0041

県庁 0597-25-2666 0597-25-2667

県庁 059-224-2647 059-224-3009

県庁 059-227-2100 059-223-0570

県庁 0597-25-2666 0597-25-2667

6月号は、4月28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。

### 一人ひとりの挑戦が、地域の元気に!

## かがやき、つながる みえの未来

明和町

擬革紙アーティスト/合同会社 北椿 きたただちさと 北田 智里さん

県の政策ピックアップ 地域おこし協力隊

都市部から移住した方を、地方公共団体が「地域おこし協力隊」として委嘱する国の制度です。

隊員は、任期1～3年の活動期間の中で、地域ブランドの開発・販売・PRや地域おこしの支援などの活動を行いながら、その地域への定住・定着を図ります。

大阪府出身。明和町の地域おこし協力隊として擬革紙の継承・啓発に携わり、退任後に擬革紙の制作やワークショップに取り組む。

### 擬革紙の新たな可能性を広げたい!

#### 擬革紙との出合いを教えてください

和紙に加工を施して革の質感を生み出していく「擬革紙」は、伊勢参りの土産として親しまれていた歴史ある工芸品です。私がその存在を知ったのは、擬革紙の継承・啓発を行う明和町の地域おこし協力隊の募集を見た時でした。伝統工芸の継承を目的とする募集は珍しいと興味を持ち、面接に行った際、保存活動を行う「参宮ブランド擬革紙の会」を見学しました。紙なのに革に見える不思議さや、350年も前に昔の人がこんな面白いことを考えていたというところに興味を持ちました。さらに、職人さんから、後継者不足や技術継承の難しさといった悩みを聞き、「自分なら何が出来るやろ」と考えるようになりました。もともと美術系の大学で日本画を学んでいた紙が身近だったこともあり、この世界に飛び込みました。

活動もしています。体験では、「掛け簀」と言って擬革紙を袋状に折り、その中にお香を入れて壁にかけられるものを作っています。参加いただいた方に、紙にシワをつける工程から楽しんでもらい、擬革紙の魅力が伝わるよう心がけています。

やりがい・目標を教えてください

擬革紙を作る人は少なく、見本もほとんどありません。だからこそ、自分で考え、試しながら形にしていけることが大きなやりがいです。動物の皮膚を見ながら「紙でどう再現するか」と悩む時間も多く、シワ付けも一発で成功することは滅多にありませんが、その分、上手くいった時の喜びは格別です。まだまだ発展途上ですが、一つひとつの作業を大事に、誠実に取り組んでいきたいですね。目標は、世界中の人に擬革紙を知ってもらいたいこと。体験に訪れた海外の方が、自国で「日本にこんな工芸があったよ」と話してくれたら、それも一つの広がり方だと思います。伝統的な作品であっても、新しい表現に挑む私のような作品であっても、擬革紙の認知が広がるのはすごくうれしいことです。これからも擬革紙への思いを大事にしながら活動を続けていきたいと思っています。

現在どのような活動をしていますか?

3年間の協力隊時代は伝統工芸品としての擬革紙のPRが中心でしたが、今は「合同会社北椿」を立ち上げ、独自の擬革紙を用いた作品づくりに取り組んでいます。全国の和紙や独自の工程を取り入れ、ゾウヤカバといった希少動物の皮膚に寄せた紙を制作しています。こうした擬革紙が密猟などの問題を抱える革の“代替りの選択肢”になることをめざしています。主に、ブローチやアートパネルなどを制作しているほか、インバウンドにも対応したワークショップの

動物モチーフのブローチ

擬革紙制作の様子

ワークショップの様子

合同会社 北椿 Instagram

### みえのいいところ

## 鳥羽市 鳥羽市立海の博物館

海の歴史や環境・海女文化などの約6万点に及ぶ資料が所蔵されています。伊勢志摩国立公園の美しい海を望める立地の「海の博物館」は、建築家・内藤廣氏がデザインし全国公共建築百選に選ばれた名建築としても有名です。実物資料や模型を通して海辺の文化や歴史が紹介され、海との深い関わりを知ることができます。ぜひ、海の恵みとともに生きてきた人々の知識と文化を感じてください。

鳥羽市 鳥羽市立海の博物館

場所 鳥羽市浦村町大吉1731-68 TEL 0599-32-6006

動画も見てね!

### 伊賀で磨いた 100年の研究、これからの日本の健康へ

OTC医薬品の研究開発から製造まで。 〒518-0131伊賀市ゆめが丘七丁目5番地の5 TEL. 0595-21-0120

1919年創業

私たちは、大手製薬会社や大学・研究機関と共に歩む研究開発型企業です。100年を超える歴史で培った技術は、今、次世代の医療・健康を支える力へと進化しています。三重から世界に通じる仕事を。

### 税制優遇のある 退職金積み立て制度

個人事業主・小規模企業者・フリーランスの皆さま

毎月の掛金は **全額所得控除** 受取時も **税制メリット**

小規模企業共済 **はこちら**

共済相談室 050-5541-7171 独立行政法人 [受付時間] 平日 9:00～17:00 中小企業基盤整備機構 中部本部