

広報 いが市

10

2005.10.1
No.12



エアロバイクで筋力アップ

～トレーニングがんばってます～

青山保健センター運動施設

主な内容

- 健やかな体を育む学校給食をめざして…………… 2
- 介護保険施設などの利用料が変わります…………… 4
- 青山保健センター運動施設を紹介…………… 5
- 芭蕉祭関連行事…………… 6
- まちかどTopics……………12
- 伊賀市青少年海外派遣事業の報告…………… 14
- お知らせ…………… 16
- 無料相談…………… 22

健やかな体を育む学校給食をめざして

学校給食については、小学校では全校で実施されていますが、中学校では旧町村の6校で実施されており、旧上野市の6校では実施されていないことが課題とされ、伊賀地区市町村合併協議会において「内容については新市において調整する」とされました。このことを受け、学校給食事業の均衡ある調整をめざし、昨年11月の新市発足後に保護者、教職員の代表による「伊賀市上野地区中学校給食実施検討委員会」（会長 南正人桃青中学校長）を設置して検討をお願いし、本年3月に答申をいただきました。

伊賀市教育委員会では、この答申内容を基本として、伊賀市全体の小中学校の給食の実施状況や施設の状況を総合的に検討し、「伊賀市学校給食の実施にかかる基本方針」を策定し取り組むこととしましたので、ご理解とご協力をお願いします。

■基本方針について

▼小学校給食は、子どもたちに調理現場の見える「自校調理方式」で行い、中学校給食は「食缶配送型センター調理方式」で行う。

また、小中学校ともランチルーム（共同食堂）を設け、潤いのある食環境の創造に努める。

▼小学校は、給食を重要な学校教育活動の一部として位置付け、児童の「食育」の観点からも調理現場とより身近な接点の持てる「自校方式」を採用する。

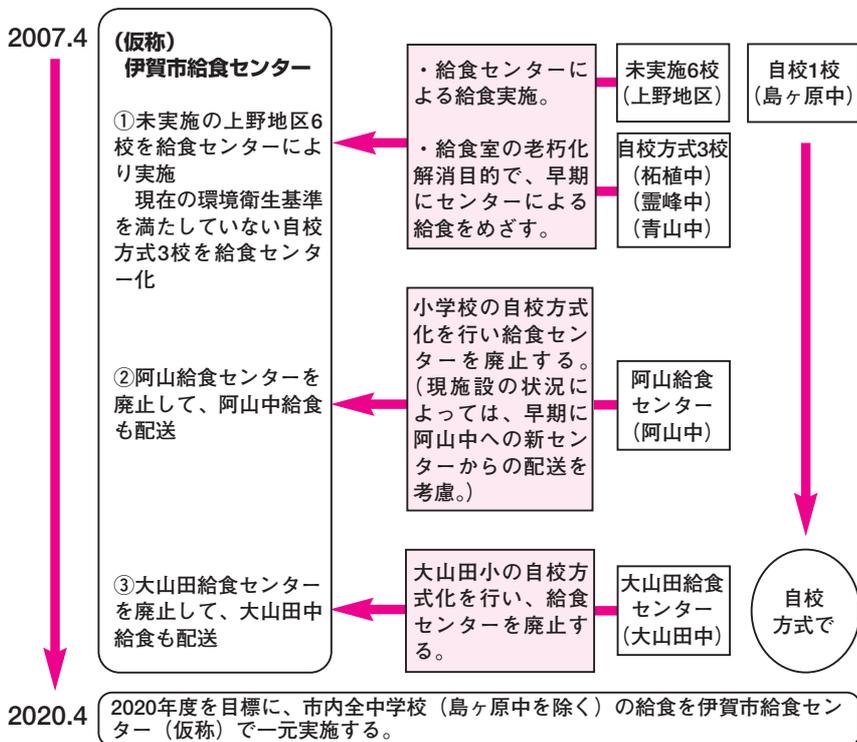
▼中学校は、給食を教育の一環として位置付けるものの、小学生時に調理に対する理解も深まっていることから、より運営効率の高い給食センター

方式により実施する。

▼教室の机の上で給食を食べるよりも、より楽しく食事ができる環境を整えるため、順次計画的に各校に「ランチルーム（共同食堂）」を設け、潤いのある学校給食の実施に努める。

■中学校給食の長期的展望について

鳥ヶ原中学校以外の11中学校の給食を給食センターで調理し、各学校に配送するため、市内の中心地に「(仮称)伊賀市給食センター」を建設する。平成19(2007)年4月から、民間委託方式にて運用を開始し、順次自校方式や既設の給食センターから新施設に切り替えていく。



Q1 なぜ、市内の中学校で学校給食が必要なのですか。弁当ではいけないのですか。

A 昨今の社会情勢および家庭状況の変化に伴い、多くの保護者が中学校給食の実施を希望しています。

また、食生活は豊かになったといわれるものの、朝食の欠食や弁当を持参できない生徒もおり、子どもの偏食、肥満傾向児の増加等、食生活に起因する健康課題も指摘されています。

こうしたことから、栄養バランスのとれた食事を通し望ましい食習慣や食生活を身に付けるよう、「食」の充実に必要となっており、全国的には約70%の学校で中学校給食が実施されています。

表1 伊賀市立中学校給食の状況 (平成17年5月現在)

地区	中学校名	食数	実施状況	地区	中学校名	食数	実施状況
上野	崇広中	381	未実施	伊賀	柘植中	136	自校方式
	桃青中	256			霊峰中	235	自校方式
	緑ヶ丘中	506		島ヶ原	島ヶ原中	68	自校方式
	府中中	151		阿山	阿山中	258	センター方式
	丸山中	199		大山田	大山田中	177	センター方式
	成和中	176		青山	青山中	491	自校方式

表2 伊賀市立中学校給食施設の状況

種類	学校・施設名	建設年度	調理場面積	方式
自校方式	柘植中	S57年	130m ²	ウエット
	霊峰中	S53年	104m ²	ウエット
	島ヶ原中	H16年	254m ²	ドライ
	青山中	S57年	166m ²	ウエット
センター方式 (共同調理場)	阿山給食センター	S58年	610m ²	ウエット
	大山田給食センター	H3年	552m ²	ウエット

※ドライ方式とは、細菌の繁殖を抑えるため、床面を乾燥した状態で使用する最新の給食調理場方式です。

Q2 現在の市内の中学校給食の実施状況はどうなっていますか。

A 上野地区の6中学校では学校給食を実施していませんが、上野地区以外の中学校では実施しています。

また、小学校では市内全ての小学校で自校または給食センター方式により実施しています。詳しくは、表1をご覧ください。

Q3 なぜ、中学校給食を実施するため給食センターを新設するのですか。

A 上野地区の6中学校では現在給食を実施していません。また、現在自校方式で給食を実施している4中学校の内3中学校では、施設の老朽化が目立ってきました。

伊賀市としては、健全な財政運営を考慮しながら、この2つの問題を解決するために新しく給食センターを建設して中学校給食を実施しようと考えています。また、現在給食センター方式で実施して

いる2中学校も現在の施設の状態を判断し、新しい給食センターでの実施を考えています。施設の状態については表2のとおりです。

Q4 給食センターからの配送だと、温かいものが冷めてしまったり、冷たいものがぬるくなってしまっているではありませんか。

A その心配はありません。新しい給食センターでは、保温・保冷ができる食缶を使用する予定です。そのため、保温の場合85℃のものが2時間後には75℃程度、保冷の場合、5℃のものが2時間後には7℃程度の温度変化となるので、十分温かいもの・冷たいものが提供できます。

また、約15℃～60℃が雑菌の繁殖率が高いといわれていますが、この温度帯にならないよう、衛生面にも配慮し保温・保冷ができる環境を整備します。

Q5 給食センター方式だと、食材の質が落ちたり、地産地消を行えないのではないですか。

A 給食センター方式でも、献立の作成や食材の発注は市

が行います。できる限り、地域で生産されたものを地域で消費する「地産地消」を原則とし、受け取りの際も厳しいチェックを行いますので、食材の質が落ちる心配はありません。食材の納入方法については今後検討していきますが、地域の皆さんにご協力いただく体制を構築していきたいと考えています。

Q6 給食センターの運営を民間に委託する場合、安全性や金額面で不安があります。大丈夫でしょうか。

A 学校給食における衛生・安全面については、国が厳しい基準を定めており、その基準を守ることは民間委託方式でも例外ではありません。委託業者については、選定委員会を設けるなど十分に協議・審査し決定したいと考えています。献立については、国の栄養・食品構成基準に合致した今の子どもたちに一番必要な献立を作成します。

また、保護者の皆さんにご負担いただく給食費は全て食材費として運用します。

Q7 伊賀市以外の市では、学校給食をどのように実施し

ていますか。

A これまで三重県内のほとんどの市では、中学校給食を実施していませんでしたが、合併後、伊賀市としての均衡を図るため中学校給食を実施する必要があります。伊賀市のように給食センターを設置し、「学校給食」を実施しようとしている市は、松阪市、伊勢市などです。

弁当を提供する「ランチサービス」の場合、1カ月8000円～1万円程度負担がかかりますが、学校給食の場合、保護者の負担は食材費のみです。ので、4000円～5000円程度とほぼ半額で済みます。

Q8 給食センターは、どこに建設しますか。

A 「調理した給食の喫食までの時間は2時間以内」という基準を満たすため、市の中心部にあり、交通状況の比較的良い「伊賀市ゆめが丘」への建設を予定しています。

「伊賀市学校給食の実施にかかる基本方針」は、伊賀市学校教育ネットワークのホームページでもご覧いただけます。

この基本方針についてご理解とご協力をお願いします。

平成17年10月から介護保険施設などの利用料が変わります

介護保険制度は、皆さんの保険料と公費(税金)で支えられています。高齢社会の進展により、介護サービスの費用が増大するなか、保険料の上昇をできる限り抑えるためには、介護保険から給付される費用を効率化・重点化していくことが必要です。また、同じ要介護状態であれば、在宅と施設において給付と負担は公平でなければなりません。

こうした趣旨を踏まえ、平成17年10月利用分から所得の低い方の負担に配慮しつつ、介護保険施設などにおいて利用者の方に負担いただく費用に関する見直しを行います。



● 対象となる方および見直しが行われる費用

- 介護保険施設（特別養護老人ホーム、老人保健施設、介護療養型医療施設）の利用者……居住費、食費
- ショートステイ（短期入所生活介護、短期入所療養介護）の利用者……滞在費、食費
- デイサービス（通所介護）、デイケア（通所リハビリテーション）の利用者……食費

● 見直し内容

(1) 居住費（ショートステイの場合は滞在費）

居室は、多床室（相部屋）、従来型個室、ユニット型準個室、ユニット型個室の4つに区分されます。

多床室（相部屋）については光熱水費相当額が、従来型個室・ユニット型準個室・ユニット型個室については室料と光熱水費相当額が自己負担になります。（具体的な金額は各施設で設定されます。）

(2) 食費

食材料費と調理費相当額が自己負担になります。（具体的な金額は各施設で設定されます。）

● 介護保険施設の居住費・食費の負担額（ショートステイを含む）

世帯全員が市民税非課税の方や生活保護を受給している方の場合、施設利用の居住費やショートステイの滞在費・食費の負担が軽減されます。

対象者	区分	居住費（居住の種類により異なる）				+	食費							
		多床室(相部屋)の場合	従来型個室の場合	ユニット型準個室の場合	ユニット型個室の場合									
世帯全員が市民税非課税者	生活保護受給者	利用者負担第1段階	0円	①10,000円 ②15,000円	15,000円	25,000円	+	10,000円						
	老齢年金受給者			利用者負担第2段階					10,000円	①13,000円 ②15,000円	15,000円	25,000円	+	12,000円
	課税年金収入と合計所得金額の合計額が80万円以下の方									利用者負担第3段階				
上記以外の方	利用者負担第4段階	施設との契約により設定されます。なお、所得の低い方に補足的な給付を行う場合に基準となる平均的な費用額は次のとおりです。				+	42,000円							
		10,000円	①35,000円 ②50,000円	50,000円	60,000円									

①は特別養護老人ホーム、短期入所生活介護の場合。②は老人保健施設、介護療養型医療施設、短期入所療養介護の場合。

所得の低い方には十分な配慮を行います。

所得の低い方には、居住費・食費の負担額を低く設定するほか、特に年金額が老齢基礎年金水準相当の80万円以下の方（利用者負担第2段階）は、1割負担分の上限額も引き下げる（25,000円/月→15,000円/月）こととしました。この結果、これまでよりも10月以降の負担額は低くなります。

なお、利用者負担第4段階の方については、利用者と施設の契約により負担水準が決められるため、居住費・食費について一定程度、新たに負担いただくこととなります。

【問い合わせ】本庁介護保険課 ☎26-3939

このほか、「社会福祉法人による利用者負担の軽減」制度もあります。

- 対象者は市町村市民税非課税世帯の方で、その方の収入や世帯状況、利用料負担などを総合的に勘案した結果、生計が困難と認められた方に限ります。
- 軽減率は1/4（老齢福祉年金受給者は1/2）

【問い合わせ】本庁福祉政策課 ☎22-9657 または各支所健康福祉課

青山保健センター運動施設

教室プログラム (10月～12月)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10時		利用講習会	ストレッチ	利用講習会	3か月集中 高齢者筋力アップ教室 (12月募集)	利用講習会	ストレッチ 肩こり・腰痛 教室 (inプール)
11時		水中ウォーキング (inプール)	かんたん エアロビクス	アクアビクス (inプール)	3か月集中 高血圧予防 教室 (募集終了)	3か月集中 燃やせ! 体脂肪教室 (12月募集)	リラックスア クア (inプール)
12時							
13時			利用講習会				
14時	休 館 日	スペシャルレッスン ストレッチ&ウォ キング (inプール)	ストレッチ&ウォ キング (inプール)	スペシャルレッスン スペシャルレッスン	3か月集中 高脂血症 予防教室 (募集中)	3か月集中 中高年健康 運動教室 (12月募集)	利用講習会
15時					ヨガ	アクアサーキ ット (inプール)	らくらくシェイ プ
16時							ストレッチ&ウォ キング (inプール)
17時							
18時		利用講習会	利用講習会	利用講習会	利用講習会	利用講習会	
19時		アクアビクス (inプール)	シェイプアップ エアロ	かんたん エアロビクス	ストリート ダンス	エアロビクス	
20時							

注意：各教室の前日までに電話または直接ご予約ください。各教室を受講するためには、利用講習会を受けた方に交付する講習修了証が必要です。(青山保健センター運動施設 ☎52-4100)



▲水中ウォーキング



▲エアロビクス



青山保健センター運動施設は、健康増進のためのプール、フィットネスルーム、トレーニングルームを備えた施設です。体力づくり・健康づくり・リフレッシュにぜひご利用ください。

プール、フィットネスルーム、トレーニングルームは、教室等が入っていない時間は自由に使用できます。



施設利用案内

【利用対象者】	中学生以上
【休館日】	月曜日 (月曜日が祝日の場合はその翌日)
【開館時間】	火曜日～土曜日 10:00～21:00 日曜日・祝日 10:00～19:00
【使用料】	市内利用者 ・中学生以上18歳未満 250円 ・18歳以上65歳未満 500円 ・65歳以上 300円 ・障害者(手帳をお持ちの方) 250円 市外利用者 800円

※初めて施設を利用される方は、まず利用講習会をお受けください。(受講の際にも使用料が必要です。)

10月22日(土) 健康フェスティバル開催!

今岡市長と一緒にヨガをしませんか?

★運動施設無料体験! (10:00～21:00)

施設内のプールやトレーニング機器を自由に使用できます! 個別運動相談や身体計測(血圧・体脂肪など)もできます。さらに、次の教室を開催! ※事前にお申し込みください。

- 今岡市長と一緒にヨガ (11:00～12:00)
- リラクゼーションストレッチ (14:00～15:00)
- シェイプアップエアロ (19:30～20:30)

★がん検診 (要予約! 詳細は広報9月号10ページで)

★無料歯科健診 (10:00～11:30/13:00～14:30)
幼児・小学生対象の無料フッ素塗布もあります。



【申し込み・問い合わせ】青山保健センター運動施設 ☎52-4100 青山保健センター ☎52-2280

芭蕉祭

芭蕉翁の業績をたたえ遺徳を偲ぶ平成17年度(第59回)芭蕉祭を、芭蕉翁の命日の10月12日、上野公園内の俳聖殿前広場を中心に行います。俳句大会や史跡めぐりなどの行事をはじめ、各種団体の皆さんによる協賛事業が多彩に催されます。お誘い合わせのうえ多数ご参加ください。

■ 記念講演 ■

【とき】 10月11日(火)
午後2時～

【ところ】

上野商工会議所3階ホール

【講師】 青山学院大学
教授 廣木一人さん

【演題】 「俳諧之連歌師・芭蕉」
※入場無料

■ 行事 ■

芭蕉祭特別展

「芭蕉翁顕彰の足跡」展
10月4日～12月27日
午前8時30分～
午後4時30分

芭蕉翁記念館

芭蕉祭ポスター展

11日～12日
午前10時～午後4時

絵手紙展

11日～12日
午前10時～午後4時

上野ふれあいプラザ2階

全国俳句大会
12日 午後1時～4時

（投句締切午後0時45分）
上野ふれあいプラザ3階

①「甚七郎の散歩道ウォーク」

12日 午前11時30分～受付
午後0時45分 集合
午後1時 出発

※受付・集合・出発はいずれも上野公園俳聖殿前です。

式典の模様を行政情報チャンネル(ケーブルTV)と市ホームページで生中継!

■ 芭蕉祭 ■

- ◆ 献花・献菓 12日
午前9時10分～ 市駅前・芭蕉翁銅像
午前9時20分～ 市役所前・芭蕉翁文学碑
- ◆ 芭蕉祭式典 12日
午前9時30分～11時30分
上野公園内・俳聖殿前

▼上野公園俳聖殿前→糞虫庵→上野天神宮→故郷塚→芭蕉翁生家→上野公園
(約5km・2時間30分)

※案内は、いがうえの語り部の会と師友会の皆さんです。

②「バスで行く史跡めぐり」
12日 午前11時30分～受付
午後0時45分 集合
午後1時 出発

※受付・集合・出発はいずれも上野公園入口ロタリ1前です。

▼上野公園入口→芭蕉翁誕生宅↓万寿寺→芭蕉公園↓上野公園入口
(約2時間30分)

※案内は、山出区語り部の会の皆さんです。

子ども俳句大会

12日 午後1時～2時30分
上野公園本丸広場

野外音楽会

12日 午後1時30分～2時30分
上野公園俳聖殿前

■ 協賛行事 ■

- ▼お茶席 12日 午前10時～午後3時 芭蕉翁記念館茶室
- ▼野点茶会 12日 午前10時～午後3時 慰霊塔前広場
- ▼骨董市 11日～12日 午前8時～午後3時 慰霊塔前広場
- ▼切手・はがき類即売会、防犯啓発・環境美化活動、豆腐でんがく 12日 午前10時～午後3時 レストハウス前
- ▼「献血の日」街頭啓発・献血事業 12日 午前10時～午後4時 上野公園入口ロタリ
- 1▼お茶席 12日 午前9時～午後3時30分 糞虫庵茶室
- ▼切手展 10日～12日 午前10時～午後4時 上野ふれあいプラザ2階
- ▼俳画展 11日 12日 午前10時～午後4時 上野ふれあいプラザ2階
- ▼伊賀上野しぐれ忌連句会 11日 午前10時～午後4時 栄楽館

■ 芭蕉月間行事 ■

(10月12日～11月12日)

歌枕俳枕講座

【とき】 11月9日(水)
午後1時30分 開場
午後2時 開演

【ところ】

上野フレックスホテル2階

【演題】「俳句とHAIKU」

【講師】 加藤耕子さん

【参加費】 無料

【申し込み】 本庁文化国際課

☎ 22・9624

伊賀みちづれ吟行と

紅花を楽しむ

【とき】 10月28日(金)

【集合場所】

大山田農村環境改善センター(午前9時集合)

【吟行場所】 白藤の滝・糞虫庵・植木神社

【募集人数】 90人(先着順)

【参加費】 1000円

【申し込み・問い合わせ】

10月5日(水) 受付

※「紅花を楽しむ」のみの参加もできます(午後1時～大山田農村環境改善センター1、先着50人、参加料300円)。

教育委員会伊賀分室

☎ 45・9116

上野天神秋祭

10月23日～25日 交通規制図

※23日～25日のコミュニティバス「しらさぎ」の内回り循環は終日運休。外回り循環は一部路線を変更して運行しますのでご了承ください。

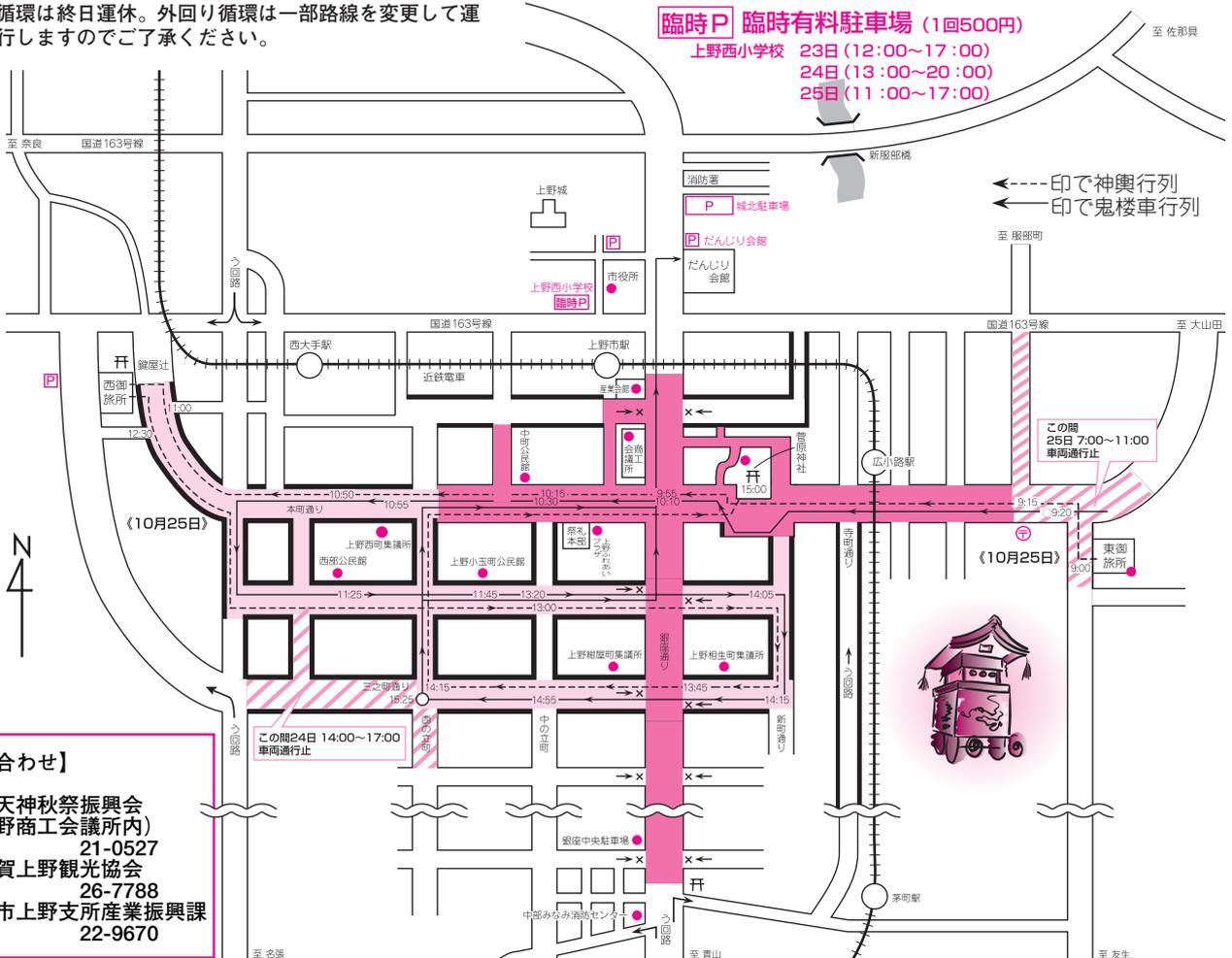
車両通行止 警察官による時間別車両通行止

23日 10:00～22:00 ● トイレの設置場所 P 駐車場
 24日 10:00～22:00 24日 9:00～18:00
 25日 9:00～21:00 25日 9:00～17:00

駐車禁止の区間 →× 通り抜け禁止

臨時P 臨時有料駐車場 (1回500円)

上野西小学校 23日 (12:00～17:00)
 24日 (13:00～20:00)
 25日 (11:00～17:00)



【問い合わせ】

上野天神秋祭振興会
 (上野商工会議所内)
 21-0527
 伊賀上野観光協会
 26-7788
 伊賀市上野支所産業振興課
 22-9670

2005 忍者の里



伊賀上野シティマラソン

2005 SUN 11.27 “風になって忍者の里をかけぬけよう”
 START 10:21a.m.

コース ■ 伊賀市立上野西小学校より市内
 種目 ■ ハーフマラソン・10キロ・3キロ・ジョギング

入賞すると伊賀焼のメダルと、
 巻き物の賞状がもらえるよ!

ワクワクの
 抽選会
 旅行・伊賀米・
 マウンテンバイク
 等が当たる

参加者募集中

申込期間 8月1日(月)～10月17日(月)

問い合わせ先 〒518-8501
 伊賀市上野丸之内116番地 伊賀市教育委員会内
 伊賀上野シティマラソン実行委員会事務局 宛
 TEL22-9680 (直通) FAX22-9692

参加料
 ハーフ・10キロ (高校生以上) /3,000円
 3キロ (小4以上) /一般2,500円・小中学生500円
 ファミリージョギング/一般1,000円・小中学生500円

●大会エントリーはインターネットが便利です
<http://www.runtes.jp/>



けんずいまつり2005

「阿山の恵み・食・文化」をテーマとした
 阿山の魅力盛りだくさんのイベントです!



11月3日(木・祝) 10:00～15:00

会場 あやまふれあい公園内
 内容 民謡ショー、500人分大鍋イベント、
 もちつきイベント、各種団体・サークル発表、
 地域の特産品等展示即売
 【問い合わせ】阿山支所産業振興課 ☎43-1544

ALT(外国語指導助手)を 紹介します

市内の中学校で英語を指導するALT(外国語指導助手)の5人が9月2日、市役所を訪れ、今岡市長に着任のあいさつをしました。5人は市内の12の中学校に分かれ、1年間指導する予定です。

①氏名②出身国③勤務年数④派遣学校名⑤抱負など



- ① ダニエル・フィリップス
- ② イギリス チェスター
- ③ 1年目
- ④ 青山中学校・丸山中学校
- ⑤ ゲームなどを取り入れ、楽しい英語の授業にしたい。スポーツが大好き。サッカーが得意なので、生徒たちと一緒にしたい。



- ① エミリー・グランマイヤー
- ② アメリカ ペンシルバニア
- ③ 1年目
- ④ 柘植中学校・霊峰中学校
- ⑤ 英語の授業が楽しくなれば、英語も上達すると思うので、授業を楽しみたい。また、生徒と一緒にクラブ活動も楽しみたい。



- ① エレン・ダム
- ② カナダ エドモントン
- ③ 2年目
- ④ 崇広中学校・成和中学校・島ヶ原中学校
- ⑤ クラブ活動に参加したい。バスケットボールが得意。料理を作るのが好きなので、みんなで地元の料理などを作りたい。



- ① レイチェル・ウォーレン
- ② ニュージーランド クライストチャーチ
- ③ 1年目
- ④ 桃青中学校・府中中学校・阿山中学校
- ⑤ 生徒と一緒にクラブ活動をしたい。ソフトボールが得意。みんなと仲良くして、良い思い出をつくりたい。



- ① ショーン・マクレナン
- ② カナダ サックビル
- ③ 2年目
- ④ 緑ヶ丘中学校・大山田中学校
- ⑤ 音楽が好きなので、みんなと一緒に歌を作りたい。授業でゲームをしたり、授業の後も生徒たちと英会話で楽しく話したい。

皆さん、よろしくお祈りします！



身近な問題として

上野支所管内では、19のブ
ロックにおいて「世界人権宣
言35周年」を契機として、1
983年に「地区人権啓発草
の根運動推進会議」が自治
会・PTA・老人クラブ・民
生委員等の団体や個人により
発足し、それ以降現在も各分
館を拠点として、同和問題を
はじめ人権問題に関する学習
会等の意識啓発活動が推
進されています。

明日に向かって

～差別をなくしていくために～

しかし、こうした地区
に密着した地道な活動を
はじめいろいろな取り組
みがされているにも関わ
らず、今なお人権問題・差
別事象が起こっています。
私たちには、今ある差
別意識をなくして新たな
世代に差別を持ち込まない
ようにする責任があります。
差別は放っておいて自然にな
くなるものではなく、問題解
決のためには私たち一人ひと
りが講演会等に参加し、的確
な情報と知識を得ることによ
り問題の正しい理解と認識を
深めることができます。

9月に行われた研修会の
参加者に尋ねたところ、
「時間的に余裕が無い」
「意見が言いにくい雰囲気」
「身近な問題ではない」
等の意見が出されました。
人権・同和問題なんて
「自分の問題ではない」
「関係ない」という意識が
強くはたらいっているのでは
ないでしょうか。

2002年に実施した人権
問題に関する上野市民意識調
査結果によれば、同和問題や

私たちは誰もが人を思いや
る気持ち、人を敬う気持ちを持
っています。人権がどう
だ」「同和問題の解決は」と
いうことに対しては他人事と
して捉えているのではないで
しょうか。人権というのは高
いところでも遠いところにあ
るものでもなく、私たちの日
常生活の中にあるものです。
(上野支所人権政策推進課)

■このコラムは毎号いろいろなテーマで人権についてお話しています。
ご意見等は人権政策課☎22-9631 E-mail:jinken@city.iga.lg.jpへ

健康だより

「くすり」をきちんと飲んでいますか？



阿山支所健康福祉課
保健師 川口美香

皆さんは病気になると、薬局で薬を買ってきたり、病院を受診して薬をもらったりしますよね。その「くすり」を正しい方法で飲んでいますか？

☆「くすり」はコップ1杯の水と一緒に飲みましょう

- お茶やジュースで飲むと、薬の効果がなくなってしまうものもあります。また、牛乳やアルコールも薬の吸収速度を変化させてしまうので、避けましょう。
- 水なしで薬を飲むと、食道や胃の粘膜に張り付いて粘膜を傷つけることがあるので、必ず水と一緒に飲みましょう。

☆「くすり」は指定された時間・回数を守って飲みましょう

- 飲み忘れたからといって、次の服用時間に2回分をまとめて飲むことは、絶対にしてはいけません！飲み忘れの対処については、事前に医師や薬剤師に確認しておくことをお勧めします。
- 食後薬を処方されているのに、食事を摂らなかった場合は、多めの水と一緒に飲むなどして、必ず指定された回数を飲むようにしましょう。ただし、薬の中には、食事を摂ることを前提に処方されているものもあるので、食事を摂る回数や時間帯がまちまちの方は、医師にその旨を伝え、生活スタイルに合った薬を処方してもらうとよいでしょう。

☆「くすり」の飲み合わせに注意しましょう

市販の薬や病院でもらった薬と一緒に飲んでいませんか？薬には似たような効果を持つものや、互いの効果を阻害してしまうものなど、様々な種類があります。いくつもの薬を服用することは、副作用が出たり、効果が強く出すぎたりすることにもつながり、大変危険です。

- 複数の病院で薬をもらっている場合や、市販薬と病院で処方された薬を同時に飲むとする場合は、必ず医師や薬剤師に相談しましょう。

☆病院で処方された「くすり」はあなたのもので

あなたが病院でもらった薬を、よく似た症状のある家族や知人に飲ませたりしていませんか？

- 処方された薬は、あなたの症状に合わせて作られたものです。あなたの症状が改善しても他人に効果があるとは限りません。症状が似ているからといって、自分がもらった薬を他人に飲ませるのは、思わぬ副作用が出る危険性がありますので、絶対に避けましょう。

「くすり」は病気を治すために必要なものです。でも飲み方を誤ると、病気を治すどころか悪化させてしまう危険性もあります。「くすり」のことでわからないことや心配なことがあったら、医師や薬剤師に相談して、安心して服薬し、病気を治すようにしましょう。



近年、日本のスポーツ人口の急激な増加により、スポーツ医学はトップレベルのスポーツ選手の傷害を対象とした特殊なものから、様々なレベルと年齢のスポーツ愛好者を対象とする身近なものへと変わってきました。

また、治療する側にとっても、最近までスポーツによる傷害もそれ以外の原因で生じる傷害もその病態が同じである以上、スポーツ傷害のみを取り立てて論ずる必要はないといった考え方が主流でしたが、スポーツ傷害の場合、単に傷害を治すだけではなく、怪我から再びスポーツ復帰するということが、トップレベルの選手にとってはもちろんのこと、一般の人々のQOL（生活の質）にとっても重要であることが認識されるようになってきました。

スポーツ医学

聴診器 市民病院だより



そこで、スポーツ傷害では、スポーツレベルやその人の状況に合わせた治療法が必要になってきます。たとえば、同じ外傷でもトップレベルの選手とリクレーションレベルの人では治療法が変わることがあるし、同じ人でも重要な試合の前とオフの時期では異なった治療法になる可能性があります。自分自身、学生時代にずっと陸上競技を続けてきた経験があるので、外来ではスポーツ選手の気持ちを考えて、頭ごなしに安静を強いるのではなく、十分な説明を行い、本人も納得できる治療法を選択できるように心掛けていきます。当科にはスポーツ医学に関する研修を済ませた公認スポーツドクターが3人在籍しますので、スポーツによる傷害で困っている方はお気軽にご相談ください。

整形外科部長 今村進吾

健康教室

【とき】10月16日(日)
午前10時～

【ところ】市民病院新館1階会議室

【演題】「冬のカゼ対策」

【講師】小児科部長 川口 寛

【参加費】無料
市民病院庶務課 ☎24-1111

■がん検診（11月実施分）の申し込みを受け付けます

月日	場所	時間	がん検診の内容・費用						受付開始日
			胃	大腸	乳	子宮	前立腺	若年者健診	
			1,000円	300円	1,100円	1,100円	400円	1,400円	
11/14 (月)	大山田 保健センター	9:00～11:00	●	●	●	●	●		10/14 (金)
11/20 (日)	ウエルサンピア 伊賀	9:00～11:00 13:30～15:00	●	●	●	●	●		
11/26 (土)	島ヶ原老人福祉 センター	9:00～11:00 13:30～15:00	●	●	●		●	●	10/25 (火)
11/28 (月)	いがまち保健福祉 センター	9:00～11:00	●	●	●				

※①昭和11年3月31日以前に生まれた方②65歳以上の重度障害者で老人医療受給者証をお持ちの方③生活保護世帯の方は無料で受診できます。

検診名	対象者	備考
胃がん検診	20歳以上の方	胃部X線撮影です。受診前日の夜10時以降の食事は控え、当日朝からは、飲料水、お茶、薬、タバコ、その他口から入るものは一切とらずにお越しく下さい。また、胃の手術を受けた方、妊娠している方は受診できません。
大腸がん検診	20歳以上の方	事前に容器をお渡ししますので、2日分の採便をしてお持ちください。
乳がん検診	30歳以上の女性	乳がんの自己検診法の説明と乳房レントゲン撮影(マンモグラフィ)です。乳房をプラスチックの板で挟んで撮影する方法です(多少の痛みを伴います)。
子宮がん検診	20歳以上の女性	子宮頸部細胞の採取と視診です。
前立腺がん検診	50歳以上の男性	血液検査です。

申し込み
問い合わせ

大山田保健センター ☎47-0737 上野支所健康福祉課 ☎22-9653
島ヶ原支所健康福祉課 ☎59-2269 伊賀支所いがまち保健福祉センター ☎45-1015

日本消化器病学会東海支部 第58回市民公開講座

「癌の診断と治療」をテーマとして、日本消化器病学会東海支部第58回市民公開講座を開催します。

【日時】 11月27日(日) 開場 正午 開演 午後1時 終了 午後4時30分

【場所】 伊賀市文化会館 さまざまホール

【シンポジウム】 「MRIとCTでどのように癌を発見するのか？」 上野総合市民病院放射線科部長 田中 直
「大腸癌の診断と治療について」 上野総合市民病院外科部長 杉平宣仁
「肝癌の診断と治療」 上野総合市民病院副院長 村山 卓

【基調講演】 プロ野球阪神タイガースシニアディレクター 星野仙一さん

【参加対象】 高校生以上の方（お子様連れの入場はできません。）

【申込方法】 往復はがきに、「住所」「氏名」「年齢」「電話番号」「参加希望人数(2人まで)」をご記入の上、10月25日(火)(消印有効)までにお申し込みください。(往復はがき以外での申し込みは受け付けません。)

*1枚のはがきで2人まで申し込むことができますが、2人の場合は「同伴者の氏名・年齢」を必ずご記入ください。同伴者の氏名・年齢の記入がない場合は、1人の申し込み扱いとさせていただきます。

*車いすでお越しの方は「車いすで参加」、手話席希望の方は「手話席希望」とご記入ください。

【申し込み先】 〒518-0823 伊賀市四十九町831番地 伊賀市立上野総合市民病院 市民公開講座事務局宛

【定員】 1,000人(応募者多数の場合は、抽選し「返信はがき」により11月初旬ご連絡します。)

【注意事項】 基調公演中の会場への出入りおよび撮影・録音は固くお断りします。

【問い合わせ】 伊賀市立上野総合市民病院庶務課 ☎24-1111 (内線254・255)

インフルエンザに負けないために！

日本で一番多い感染症のインフルエンザ。インフルエンザは例年1月から2月に患者数がピークに達します。インフルエンザの予防には予防接種が効果的！ 特に乳幼児や65歳以上の高齢者、慢性の持病がある方は、感染すると重症化しやすいので、流行する前に予防接種を受けましょう。

<高齢者インフルエンザ予防接種について>

【実施期間】

平成17年10月15日(土)～平成18年1月31日(火)

【実施場所】

県内の医療機関
※市外で接種希望の方は お問い合わせください。

【対象者】

- ①接種日現在65歳以上で、伊賀市に住民票または外国人登録のある方
- ②接種日現在60歳以上65歳未満であって、心臓、腎臓、呼吸器の機能不全またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する者として厚生労働省令で定める方（上記疾患で身体障害者手帳1級程度の方が該当）

【自己負担金】

1,200円（各医療機関窓口でお支払いください。）
ただし、65歳以上で生活保護世帯の方は無料です。

【接種方法】

- ・予防接種を希望する医療機関にご予約ください。
- ・予防接種を受けられるときは、保険証と健康手帳をご持参ください。健康手帳をお持ちでない方には予防接種済票をお渡しします。

<乳幼児インフルエンザ助成について>

【助成対象接種期間】

平成17年10月15日(土)～平成18年1月31日(火)

【対象者】

伊賀市に住民票または外国人登録のあるインフルエンザ予防接種を受けた未就学児（平成11年4月2日以降に生まれた方）

【助成の金額】

インフルエンザ予防接種費用の1/2以内の額
（限度額3,000円で、100円未満は切り捨て）

【申請方法】

インフルエンザ予防接種を受けた病(医)院で、インフルエンザ予防接種を受けたと分かる領収書（受けた子どもの名前、接種日、接種金額が記載されたもので、医師の印があるもの）をもらい申請してください。インフルエンザ予防接種費用助成申請書は各医療機関および各支所健康福祉課（保健センター）にあります。

【申請書提出先】

各支所健康福祉課（保健センター）
※電話番号は下欄を参照してください。

【申請締め切り】平成18年2月28日(火)

麻しん・風しんの予防接種が変わります！

平成18年4月1日から麻しんおよび風しんの予防接種方法が変わります。まだ受けていない方は早めに受けましょう。

< 現 行 >

麻しん（1回）	生後12カ月から生後90カ月までの児
風しん（1回）	生後12カ月から生後90カ月までの児

<平成18年4月1日から>

麻しん風しん (MRワクチン) (2回)	第1期：生後12カ月から生後24カ月までの児
	第2期：5歳以上7歳未満の児で、小学校就学の前年の4月1日から翌年3月31日の間

*上記の期間外に受けると公費負担の対象にはなりません。

<注意事項>

- ・現在実施されている麻しんおよび風しんワクチンの予防接種は、平成18年3月31日で終了です。
- ・現在実施されている麻しんまたは風しんワクチンをどちらか一方でも受けた方は、MRワクチン第2期の対象にはなりません。（安全性が証明されていないため。）どちらも受けていない方は、2期の対象になります。
- ・詳しくは、かかりつけ医または各支所健康福祉課（保健センター）にご相談ください。

【問い合わせ】

本庁	健康保険政策課健康推進係	☎22-9652
上野支所	健康福祉課健康推進係	☎22-9653
伊賀支所	いがまち保健福祉センター健康推進係	☎45-1015
島ヶ原支所	健康福祉課健康推進係	☎59-2269
阿山支所	健康福祉課健康推進係	☎43-9711
大山田支所	大山田保健センター	☎47-0737
青山支所	青山保健センター	☎52-2280



おばあちゃん、おじいちゃん いつまでも元気でね。

女子最高齢者宅訪問！

内保助役「三重県で一番ですよ」

9月18日、内保博仁助役が菖蒲池にお住まいの伊賀市女子最高齢者、森永えまさん宅を訪問し、女子最高齢者認定証、祝い品と花束を贈呈しました。森永さんは現在満109歳、少々耳が聞こえにくくなりましたが、おしゃべりと甘い和菓子が大好きな、県内一番の長生きおばあちゃんです。

内保助役から「三重県で一番やで！甘いもの好きか？」と聞かれると「うん、うん」とうなずかれました。席を立とうとすると「もう帰るの」「まあ、ゆっくりして行って」と別れを惜しまれました。

森永さんからの一言

長生きの秘訣は・・・「いきあたりばったり」「家族みんなが、あんばいしてくれるんで長生きができます」



男子最高齢者宅訪問！

今岡市長「がんばってください」

長寿のお祝いに9月18日、今岡睦之市長が伊賀市男子最高齢者、杉尾石松さん宅を訪問しました。

杉尾さんは、川合（大江）にお住まいの現在満103歳の元気なおじいちゃんです。

今岡市長から男子最高齢者認定証、祝い品と花束が贈られると照れくさそうに「ありがとうございます」と受け取り、「おじいちゃん元気にがんばってください、来年もおじゃましますね」と激励されると力強く「がんばります」と答えてくれました。



杉尾さんからの一言

「こんなに長生きできるとは思わなかった、感謝しています」「ありがたい毎日をご過ごしています」

伊賀を舞台に映画撮影

「酒井家のしあわせ」(仮題) 制作発表

来年秋公開予定「酒井家のしあわせ」(仮題)の制作発表が9月14日、市役所応接室で行われました。

監督、脚本は地元伊賀市出身の呉美保さん。製作も同市出身で映像製作会社ピーワイルドの若杉正明さん。

伊賀市にゆかりのある二人が、桃青中学校のほか伊賀地域独特の風景や城、まつりなどを撮影し、伊賀地域の文化、風土、人々の生活を盛り込んだ「人の心に残る作品」に仕上げたいと抱負を語りました。

■撮影予定期間

平成17年10月12日～11月6日

■撮影場所

伊賀市および名張市

■映画タイトル

「酒井家のしあわせ」(仮題)

■映画内容

主人公の14歳ツグオ（森田直幸さん）と両親（友近さん、ユースケ・サンタマリアさん）による心温まる家族物語。

■映画公開

平成18年秋以降予定



まちかどTopics

2005同和問題講演会

車いすからの出発(たびだち)



8月28日、青山ホールでアテネパラリンピック射撃競技日本代表の鈴木ひとみさんを講師に迎え、「車いすからの出発」を演題に講演会が行われました。

鈴木さんはファッションモデルとして活躍していましたが、突然の交通事故で頸椎を骨折、車いす生活を宣告されました。彼に支えられた入院生活の話や障がいをもつようになってはじめて気づいたこと、また今の自分に何ができるかなどについて講演されました。

「SHINOBI」伊賀上映会

映画プレミア試写会と舞台挨拶



9月10日、伊賀市文化会館さまざまホールで映画「SHINOBI」(松竹)のプレミア試写会が開催され、監督の下山天さんと出演者の椎名桔平さんが舞台挨拶に訪れました。

伊賀出身の椎名さんは「まさか忍者役でふるさとに帰って来るとは思ってもみなかった。」とコメントし、伊賀で過ごした子ども時代の様子などを語りました。

忍者衣装をまとった子どもたちから花束が贈呈されると、かわいらしいちびっこ忍者の登場に監督も椎名さんも笑みを浮かべ、会場内は和やかなムードに包まれました。

ゆめぼりす伊賀へ進出!

甲西高周波工業(株)と立地協定調印

自動車部品製造会社「甲西高周波工業」(本社・滋賀県湖南市)が、上野新都市「ゆめぼりす伊賀クリエイイトランド」への進出を決定したことに伴い、8月30日、立地協定調印式が行われました。

同社は約6,900平方メートルの敷地に新工場を建設し、来年1月からの操業を予定しています。



「ゆめぼりす伊賀クリエイイトランド」への進出は27社目。今回の協定により、用地の分譲率は92.5% (残りは5区画) となりました。

青少年健全育成活動

シネマ&トーク「私をみつめて」

青少年健全育成を目的に活動している「あやま人づくり市民会議」は、8月28日、あやま文化センターさんさんホールでシネマ&トーク『私をみつめて』を開催しました。

ドキュメンタリー映画上映後、監督の木村茂之さんと主演の河合由美子さんのトークイベントが行われ、河合さんがひきこもりを10年近く繰り返し、幾度にわたる拒食や過食の繰り返し、どん底の状態から抜け出した今を、ありのままに語ってくれました。



伊賀市青少年海外派遣事業

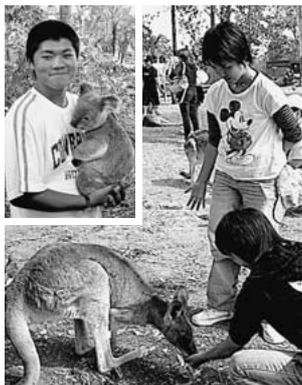
11日間の旅 オーストラリア研修



青山中学校3年生6人と柘植中学校3年生2人の8人が、8月13日から23日に青少年海外研修生としてオーストラリア・ブリスベン周辺に滞在しました。研修生が家族と離れ言葉や生活習慣の違うオーストラリアで体験した生活の様子を報告します。

オーストラリアに到着

8月13日、関西国際空港を飛び立って約9時間。翌日の午前7時、オーストラリア東海岸のブリスベン国際空港に到着しました。季節は早春、真夏の日本とは違い気温は13℃、肌寒さと乾いた空気を感ずることでオーストラリアに来たんだなあと感じました。



バスに乗り込み市内観光へ出発。車窓からシティホールを眺めながらローンパイン・コアラ保護区へ。ローンパインではコアラを抱いたりカンガルーに餌をあげたり、また、ウオンバットやエミューなどオーストラリア固有の動物をたくさん見学しました。

ハイスクール生と交流

3年前から交流しているオルバニークリークハイスクールを訪問しました。研修生たちは、日本語クラスに入り、慣れない英語に戸惑いながらも日本の文化を一生懸命紹介しました。

日本から準備してきた折り紙や歌などを披露したり、ダンスの授業に参加してオルバニークの生徒と一緒にブレイクダンスを教わりました。



訪問が終わる頃には生徒同士が打ち解け、「帰りたいくないね」「明日も来たね」と別れを惜しみながら先生や生徒たちに見送られ帰途につきました。

大自然に感激

ブリスベンから南へ約2時間、途中の車窓から見える広々とした牧場や見渡す限りの緑の大地を堪能しながら、ラミントン国立公園内に入りました。突然現れる熱帯雨林、覆いか



ぶさってくるような樹木の中の道、曲がりくねった坂道を上ると、オライリースレインフォレストゲストハウスへ到着しました。

さっそくブッシュウォーキングへと出発。珍しい樹木や動物物を見ながら歩きました。ゲストハウス前では色とりどりの鳥たちが餌を求めて子どもたちの

楽しかったシーワールド

ブリスベンから車で約40分ゴールドコーストへ到着しました。観光とお買い物の日です。シーワールドでは珍しい海洋動物を見学したり、ドルフィン・コープ・ショー、水上スキーショーを楽しみました。車で約10分のところに、大きな



な海岸サーフアーズパラダイスがあります。澄み切った青い空と海、白い砂浜を見て子どもたちは大はしゃぎでした。



手や頭へと舞い降りてきました。はじめての体験に子どもたちは大喜びしていました。夕食後は、ツチボタルツアーに出発、途中、ポッサムやパティメロンに遭遇し感激、真つ暗な中、川辺で淡く光るツチボタルを見て大感激！日本と比較にならないくらい壮大な自然を体感した2日間でした。

お別れ そして・・・

ホストファミリーとお別れの日、目を真っ赤にして涙でお別れた人、笑顔でお別れた人、「また来るね」と約束した人、それぞれの別れがありました。最終日、午前5時45分にホテルを出発。ブリスベン国際空港を飛び立ち、関西国際空港へ。伊賀市到着は午後11時でした。研修生は初めて体験する外国での生活、言葉がうまく通じない、気持ち伝わらないなど苦労はたくさんあったでしょう。でも、自ら決断してオーストラリアへ行ったことで、とても素晴らしい体験をし、たくさんのごとを学ぶことができました。

図書館だより

Library Information



上野図書館	上野丸之内40-5	☎21-6868
西柘植公民館図書室 (ふるさと会館いが内)	下柘植6243	☎45-9122
島ヶ原公民館図書室 (島ヶ原会館内)	島ヶ原4739	☎59-2058
阿山公民館図書室 (あやま文化センター内)	川合3370-29	☎43-0154
大山田公民館図書室 (大山田農村環境改善センター内)	平田650	☎47-1175
青山公民館図書室 (青山公民館内)	阿保1411	☎52-1110

☆阿山公民館図書室は、10/31まで図書の閲覧のみの利用となっています。
11/1からの図書貸し出し再開については、下記をご覧ください。

「北村季吟」著作図書展 (10/1～12/25)

上野図書館が所蔵する北村季吟著作図書展を開催します。季吟は江戸時代に俳人、歌人、国学者として活躍し、松尾芭蕉ら数々の俳人を育てた人です。

【展示場所】 上野図書館2階展示コーナー展示図書

【展示図書】 「源氏物語湖月抄」「百人一首拾穂抄」「徒然草文段抄」など88冊

【休館日】 毎週月曜日、図書整理日(月末)、特別図書整理期間(10/24～11/1)

阿山公民館図書室の図書貸し出しを再開します(11/1～)

貸し出しには図書利用カードが必要です。

- ・上野図書館、大山田公民館図書室のカードも利用できます。
 - ・阿山公民館図書室、上野図書館、大山田公民館図書室で発行しています。
- ※手続きには身分証明書(保険証・運転免許証など)が必要です。

上野図書館休館(特別図書整理期間)のお知らせ

【休館期間】 10月24日(月)～11月1日(火)

【図書の返却】 駐輪場側の返却用ブックポストへ返却をお願いします。

10月の絵本の時間

5日(水)

午前10時～ 1時間程度

ふるさと会館いが小ホール

10月のおはなしの会

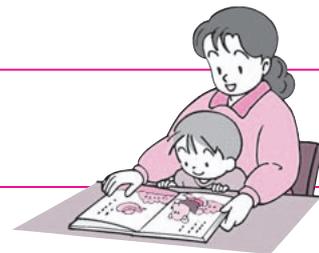
8日(土) 小さい子むき

22日(土) 大きい子むき

午後2時～ 30分程度

上野図書館 2階視聴覚室

☆絵本の読み聞かせ、紙芝居や手遊びなどをします。



新着図書紹介(上野図書館)

■一般書

小説『さよならバースディ』 荻原 浩/著

恋人はなぜ死んだのか? 目撃者はヒトと会話ができるピグミーチンパンジー、バースディだけ…。霊長類研究センターを舞台に、研究者たちとその研究対象であるバースディを巡るミステリー。『明日の記憶』で山本周五郎賞を受賞した著者の、受賞後第一作です。

紀行『ひとりぼっちの世界一周航海記』 堀江 謙一/著

『太平洋ひとりぼっち』で名を馳せ、以来数々の航海を成し遂げてきた海洋冒険家の著者。65歳になった今、ヨットによる単独無寄港世界一周という新たな冒険に挑みます。

■児童書

えほん『モリゾーとキッコロ』 高橋 良輔/作

モリゾーとキッコロは、森の精霊。春がやってきて、しずかだった森がだんだんにぎやかになってきましたた…。付録に、モリゾーとキッコロが歌う「寿限無でダンス」CDがついています。(CDも貸出ができます)

よみもの『友だちいないと不安だ症候群につける薬』 斎藤 孝/著

友だちとうまくつきあっていくのには、どうしたらいいのかな? そんな疑問に、斎藤先生が答えてくれます。友だち関係で悩んだことのある、すべての人に送るメッセージです。

お知らせ INFORMATION



伊賀市役所
Iga City Office

今月の納税

市県民税(3期)
国民健康保険税(5期)

納期限

10月31日(月)

JR関西本線・近鉄伊賀線など 公共交通機関をご利用ください



公共交通機関は地域の皆様の重要な交通手段です。

運行確保や利便性を向上させるためには、公共交通機関を積極的に利用し、さらに利用率を向上させていくことが重要です。

また、そのことが省エネルギーや地球にやさしいライフスタイルの実践にもつながります。

皆様の積極的なご利用をお願いいたします。

【問い合わせ】

本庁企画調整課 ☎22-9621

みんなが職人になれる体験の1日! ものづくりフェア2005

【とき】

10月8日(土)・9日(日)
午前9時30分～午後5時

【ところ】ゆめドームうえの

【内容】

- ・体験(木工作品づくり他)
- ・まぐろの解体実演
- ・展示即売、物産即売
- ・住宅相談コーナー等

参加
無料

【問い合わせ】三重県技能士会
☎059-222-3145

各地のごみ集積場で 排出状況の調査を実施

本庁環境政策課

伊賀市ごみ減量・リサイクル等推進委員会では、各地区のごみ集積場で排出状況調査を実施します。

例えば、「燃やすごみの中に金属類や不燃物等が混じっていないか」「資源化物の分別方法は正しいか」などの調査や排出方法指導等を実施し、今後の行政施策の参考にさせていただきます。

つきましては、次の期間、各地のごみ集積場で、緑色の腕章を付けた委員が調査しますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

資源循環型社会の構築のため、ごみの徹底分別にご協力をお願いします。

【調査期間・時間】

10月～12月のごみ排出時間

【問い合わせ】

本庁環境政策課

☎22・9637

新清掃工場建設に係る 生活環境影響調査結果 の縦覧を行います

伊賀南部環境衛生組合

伊賀南部環境衛生組合が、伊賀市奥鹿野地内を事業計画地として取り組んでいる新清掃工場建設に係る生活環境影響調査の結果について、次のとおり縦覧します。

また、この調査結果について意見のある方は意見書を提出することができます。

【縦覧場所】

青山支所1階

生活環境課

本庁南庁舎1階

環境政策課

【縦覧期間】

10月3日(月)～11月2日(水)

(土・日曜日、祝日を除く)

※縦覧の詳細については、伊賀市のホームページ
(<http://www.city.iga.lg.jp/>)
でもご覧いただけます。

【意見書の提出期間】

10月3日(月)～11月16日(水)

【問い合わせ】

伊賀南部環境衛生組合

清掃工場建設室

☎63・7124

本庁事業調整課

新清掃工場建設に係る生活環境影響調査結果の意見は、都市計画案の参考とします。

【問い合わせ】

本庁事業調整課都市計画係

☎22・9825

地域安全コーナー

伊賀警察署だより

犯罪被害者
相談窓口について



10月3日は「被害者支援の日」です。

予想もしない犯罪や事故に巻き込まれた方や、その家族の皆さんは、身体的な痛みだけでなく精神的ストレスを感じたり、経済的にもつらい思いをします。

決して一人で悩まずに、少しでも早く相談して、被害を届け出てください。

警察では、犯罪被害者の方が安心して相談していただけるように次の相談窓口を設けています。

● 性犯罪被害相談

☎0120・728・740

配偶者等からの暴力被害相談等

● 女性相談所

☎059・231・5600

● 警察本部総合相談電話

☎059・224・0110

右の3カ所の受付は、土・日曜日、祝日を除く、午前9時から午後5時まで(女性相談所は、午後4時まで)となっています。

また、各警察署でも相談を受け付けています。

伊賀警察署 ☎21・0110

名張警察署 ☎62・0110

子ども健全育成条例における憲章・行動計画策定に伴う意見交換会

教育委員会生涯学習課

伊賀市子ども健全育成施策検討委員会では、昨年度制定された『伊賀市子ども健全育成条例』に基づいた、子育てや子ども健全育成の指針とする「憲章の策定」と、子どもの育成に関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るための「行動計画の策定」について、6カ月にわたって協議してきました。

そこで、協議してきた内容および憲章(案)並びに行動計画(案)などを、市内6カ所で提案し、市民の皆さんから広くご意見をお伺いしたいと考えています。

【とき・ところ】

- ▼10月14日(金) 伊賀市中央公民館 2階ホール
- ▼10月19日(水) あやま文化センター 会議・工作室
- ▼10月20日(木) 西柘植公民館ホール
- ▼10月26日(水) 大山田農村環境改善センター 2階ホール

- ▼10月28日(金) 青山公民館 2階中ホール
- ▼10月31日(月) 烏ヶ原会館ふれあいホール

※時間はいずれも午後7時です。どの会場にご参加いただいても結構です。

■パブリックコメント募集

市ホームページでも10月14日から31日まで、市民の皆さんのご意見を募集します。詳しくは市のホームページ(<http://www.city.igalg.jp/>)をご覧ください。

【問い合わせ】

教育委員会生涯学習課
☎22・9679

施設の指定管理者を公募します

本庁総務課

公の施設の指定管理者を次のとおり公募します。

【対象施設】

- ①伊賀市共同浴場(しろなみ湯)
- ②烏ヶ原老人福祉センター
- ③ふれあいプラザさるびの
- ④伊賀上野交流研修センター 栄楽館
- ⑤偲翁舎
- ⑥上野歴史民俗資料館 史跡旧崇廣堂

- 名勝及び史跡城之越遺跡 旧小田小学校本館
- ⑦市内体育施設 B&G海洋センター
- ⑧岩倉峠公園キャンプ場
- ⑨伊賀市自転車等駐車場

【募集および指定管理者制度の問い合わせ】

本庁総務課 ☎22・9601
E-mail:sounmu@city.igalg.jp
最新の情報は、本庁総務課にお問い合わせいただくか、市ホームページ(<http://www.city.igalg.jp/>)をご覧ください。

上野天神秋祭に伴い 上野支所管内のごみ収集時間を変更

上野清掃事業所

10月24日(月)・25日(火)のごみ収集は、上野天神秋祭に伴う交通規制のため、早朝に行います。該当する日の収集地区の皆さんは、当日、午前6時30分までに集積場へごみを出してください。

また、露店が前に並ぶ集積場は、収集車から見やすい場所まで出してください。

【問い合わせ】

上野清掃事業所
☎20・9170

福祉有償運送について

NPO法人や社会福祉法人などの非営利法人が行う福祉有償運送は、平成18年4月から道路運送法の許可が必要となります。

福祉有償運送とは、高齢者や障害者の方で公共交通機関による移動の困難な人が、通院・施設通所などを目的に利用する有料の送迎サービスをいいます。

この許可申請は、国のガイドラインにより、伊賀市と名張市の2市で合同設置する伊賀地区福祉有償運送等運営協議会での必要性や安全性などの協議を経た後に、三重運輸支局へ提出していただきます。許可を希望される非常利法人は、所在地の市担当窓口へご相談ください。

へご相談ください。許可手続きには協議後1カ月程度の日数を要しますので、手続きは早めにお願います。

運営協議会は、10月以降年内に数回開催する予定です。

なお、NPOが福祉有償運送を行うには、法人格の取得が求められます。詳しくは、窓口へお問い合わせください。

*道路運送法第80条第1項
*家用自動車は、有償で運送の用に供してはならない。ただし、災害のため緊急を要するときは、又は公共の福祉を確保するためやむを得ない場合であつて国土交通大臣の許可を受けたときは、この限りでない。

【問い合わせ】

本庁介護保険課 ☎26・3939
本庁福祉政策課 ☎22・9657

平成17年度コミュニティ助成事業

財団法人自治総合センターでは、宝くじの普及広報事業として、住民が行うコミュニティ活動を推進するため、コミュニティ助成事業を実施しています。

その助成事業を受けて、青山太鼓保存会が平胴太鼓とかつぎ桶を購入しました。

太鼓の充実により、演奏活動や子ども太鼓の育成など、幅広い地域活動をすすめていきます。



【問い合わせ】
青山支所地域振興室 ☎52-3224

伊賀市総合防災訓練を 実施します

本庁総務課・消防本部

伊賀市になって初めての総合的な防災訓練を、民間を含む関係機関と連携して実施します。

訓練は、伊賀市内で内陸直下型の地震が発生したと想定して、各種の災害応急対策訓練を行います。

市民の皆さんもぜひ見学をお願いします。



【とき】
10月16日(日)
午前10時～正午

【ところ】
大山田せせらぎ運動公園

ストレス教室

参加者募集

【とき】

①10月30日(日)
午後1時30分～4時

②11月27日(日)
午後1時30分～4時

③12月11日(日)
午前10時～午後3時

④1月15日(日)
午後1時30分～4時

【ところ】
大山田保健センターほか

ふれあいフェスタ

in青山

青山支所産業振興課

【とき】

10月30日(日)
午前10時～午後3時

【ところ】

青山北部公園グラウンド

【内容】

農産物販売、フリーマーケット、アトラクション、各種団体展示・販売等を開催します。

皆さんぜひお越しください。

【問い合わせ】
青山支所産業振興課
☎52・3220

【内容】

講話・ストレッチエクササイズ・リラクゼーション技法など

【対象】
65歳以下で、原則4回とも参加できる方

【定員】20人(先着順)

【参加費】
500円程度(調理材料費)

【申し込み・問い合わせ】
10月3日(月)～
大山田保健センター
☎47・0737

元気パワーアップ教室 (筋力トレーニング)

参加者募集

上野支所健康福祉課

「高かった血圧が下がった」「曲がっていた腰がまっすぐになってきた」「立ちながらくつ下をはけるようになった」などの声が、昨年の元気パワーアップ教室の参加者からたくさん聞かれました。

あなたもこの教室に参加して、元気になって若返ってみませんか。

【とき】
11月7日～翌年3月27日
毎週月曜日および木曜日
午後の1時間30分程度

※都合により変更する場合があります

あります。



【ところ】
上野ふれあいプラザ2階
保健指導室ほか

【内容】

個人の体力に応じた個別プログラムにより、筋力トレーニングを行います。

【対象者】

おおむね40歳以上の方で、次のいずれかにあてはまる方
※昨年度受講された方は除きます。

①体力に自信のない方

②肩こり、腰痛、ひざの痛みなどを少し感じられる方

③何もないところで、つまづくことのある方

※受講にあたっては、事前に基本健康診査(9月1日～11月30日)と運動負荷試験を受けていただきます。(一部費用負担があります)

【募集人数】30人

【参加費】
月1000円および
保険料(300円程度)

【申込締切日】10月21日(金)

※申し込まれた方には教室の詳細を通知します。

【申し込み・問い合わせ】
上野支所健康福祉課
健康推進係
☎22・9653

高脂血症予防教室

参加者募集

青山保健センター

コレステロール値が高いと言われたけれど、生活習慣をなかなか変えられないという方はぜひご参加ください。

【とき】

11月4日～翌年1月27日
毎週金曜日(全12回)
午後1時30分～2時30分

(11月18日、1月20日は午前10時～)

【ところ】青山保健センター

【内容】
インストラクターによる運動指導(水中歩行・エアロビクス・有酸素運動など)、栄養士の話、調理実習

【対象】
コレステロール値が高いと言われた方

【定員】20人(先着順)

【参加費】
●運動施設使用料
65歳未満の方 500円
65歳以上の方 300円

●調理材料費(調理実習時) 500円程度

【申込締切】10月31日(月)

【申し込み・問い合わせ】
青山保健センター
☎52・2280

2005年度上野同和教育研究協議会 連続講座

人権文化が構築された社会をめざして ～差別・偏見を乗り越えるために～

「差別のない明るい市民社会」をめざして、さまざまな活動を続けている上野同和教育研究協議会では、各分野でご活躍をいただいている方々を講師に迎え、本年度も上記テーマで「連続講座」を開催します。

第1回

日時 10月29日(土) 午後7時30分～

演題 自らの人権意識を高めるために
～身近な問題から考える～

講師 三重県立あけぼの学園高等学校
教頭 佐々山秀男さん

第2回

日時 11月19日(土) 午後7時30分～

演題 伊賀に住む様々な外国の人にきいて
みよう!

講師 上野地区在住の外国人4人と
伊賀の伝丸代表 和田京子さん

第3回

日時 1月14日(土) 午後7時30分～

演題 今後の人権・同和行政の展望と課題

講師 伊賀支所人権政策課
人権同和室長 大橋久和さん

*開催場所はすべて「ゆめぼりすセンター
2階大会議室」です。

*参加は自由です。市民の皆さんの参加を
お待ちしております。

【問い合わせ】

上野同和教育研究協議会事務局
☎26-7677

伊賀市防火の集いを 開催します

消防本部予防課

【とき】

10月22日(土)

午後1時～4時

【ところ】

伊賀市文化会館

さまざまホール

【内容】

第1部

幼年消防クラブ防火のつどい

「防火パフォーマンスショー」

第2部

防災講演

海原しおりトークショー

「地域と家庭の

防災まちづくり」

【入場料】 無料

【定員】 1200人

※定員になり次第入場できま
せん。

【問い合わせ】

消防本部予防課

☎24・9105

乳児教室「ぴかぴか」 参加者募集

阿山支所健康福祉課

【とき・内容】

①10月26日(水)

午前10時～11時30分

事故予防と

もしものときの救急法

(スタッフ・消防署員、保健
師)

②11月16日(水)

午前10時～11時30分



ベビーマッサージと交流会
(スタッフ・3B体操講師、
保健師)

【ところ】

阿山保健福祉センター

【対象】

おおむね生後3カ月～7カ
月の乳児と保護者(2回とも
参加できる方)

【定員】 20組(先着順)

【持ち物】
母子健康手帳、バスタオル、
水分補給のできる物

【参加費】 無料

【申し込み】 10月7日(金)～

※定員になり次第締め切りま
す。

【申し込み・問い合わせ】
阿山支所健康福祉課

☎43・9711

離乳食実習(後期) 参加者募集

いがまち保健福祉センター

離乳食の進み具合はいかが
ですか?好き嫌いが出てきた
り、自分の手で食べたり、楽
しく食事ができたりと目覚ま
しい成長がみられる時期です。
この時期からの食事、おや
つを一緒に作ってみましょう。

【とき】 11月2日(水)

午後1時30分～3時30分

【ところ】
いがまち保健福祉センター

【内容】 講話「離乳食後期
から完了期を中心に」、離乳
食の調理と試食、栄養相談

【定員】 20人(先着順)

【費用】 無料

【持ち物】 母子健康手帳、筆
記用具、エプロン、三角巾

【申し込み】 10月11日(火)～
いがまち保健福祉センター

☎45・1015

※託児あり。(先着7人まで)

伊賀市民美術展覧会 (市展「いが」)を開催

本庁文化国際課

【とき】

10月23日(日)～26日(水)

午前10時～午後4時30分

【ところ】

上野ふれあいプラザ2階

【入場料】 無料

【問い合わせ】
本庁文化国際課

☎22・9624

子どもたち作品展

あそびがいっぱい 子どもの世界 ～自然は宝もの～

伊賀市社会事業協会14保育園(所)の主
催で第20回の子どもたち作品展を開催し
ます。創造力豊かな子どもたちの絵画の展
示や、子どもも大人も好奇心がそられるあそびの広
場がいっぱいです。



また、劇団飛行船による
「赤ずきん」の公演や、子育て
支援として育児相談コー
ナー、食育コーナー、保健
コーナーなどがあります。

【とき】

11月5日(土) 午前9時30分～午後4時

【ところ】

ゆめドームうえの第1競技場

【問い合わせ】

伊賀市社会事業協会 ☎21-5545

第6回ネイチャー エクスポアリング inさるびの参加者募集

大山田支所地域振興課

ネイチャーカードという指示書に沿って自然の中を探索し、ポイントで出された問題の採点結果で順位を決定するゲームです。

【とき】

10月29日(土) ※小雨決行
午前10時～
午前10時(受付 午前9時～)

※雨天の場合は10月30日(日)

【集合場所】

伊賀の国大山田温泉

「さるびの」

【コース】 大山田温泉スタート・ゴール(約5km)

【定員】 50組

※応募多数の場合は抽選を行います。

【参加費】 ※傷害保険料含

大人1000円
小人500円(小学生以下)

【申込期間】

10月1日(土)～14日(金)

【申込方法】

電話、FAX、Eメールでお申し込みください。(参加者全員の住所、年齢、連絡先を記入。)※1チームは4人～6人とします。チーム名と

キャプテンが必要です。また、小学生以下のチームは、必ず保護者が付き添ってください。

【その他】

※昼食・雨具等は各自持参。
※上位入賞チームには賞状と副賞、参加者全員に参加賞(温泉入浴券)があります。
また、抽選会もあります。

【申し込み・問い合わせ】

大山田温泉福祉公社

☎48・0268

FAX48・9811

E-mail: info@sarubi.com

大山田支所地域振興課

☎47・1156

FAX46・1647

E-mail: ochishin@city.igaki.jp

近代化遺産探訪ウォーク 参加者募集

教育委員会文化財室

上野の市街地にある明治・大正・昭和初期の近代の建造物を見学し、伊賀市の歴史や文化を再発見してみませんか。

【とき】 11月13日(日)

午前9時30分～正午
近鉄上野市駅前集合・解散
小雨決行(荒天の場合中止)

【内容】

講師の解説を聞きながら約4kmを歩いて見学します。

【見学地】

近鉄上野市駅～上野文化センター(※1)～寺村家住宅(※1)～旧小田小学校本館(※2)～近鉄伊賀線小田カルバート(石造りのトンネル)

※1 国登録有形文化財
※2 県指定有形文化財

【定員】 30人(先着順)

【講師】

伊賀市文化財保護審議会委員

滝井利彰さん

【参加費】

旧小田小学校本館参観料
(大人1000円、学生50円、児童生徒30円)

【申し込み・問い合わせ】

10月31日(月)までに電話で、教育委員会生涯学習課文化財室(☎22・9681)へお申し込みください。



「がんばれ!」 ワカモノ! 就活応援隊

受講生募集

本庁商工観光政策課

【内容】

自己理解やビジネスマナー、コミュニケーション能力、面接対策等をグループ形式で学習します。(講義と実習)

【とき】 10月26日(水)

午前9時30分～午後4時30分

(受付 午前9時15分～)

【ところ】

伊賀上野交流研修センター
(三田)

【対象者】 30歳未満の求職中

の方で次の項目に該当する人。

●フリーター等で安定した就職を目指す方。

●自分自身の仕事を積極的に探そうとしている方。

●学校を卒業して一度も働いたことのない方。

【定員】 20人

【受講料】 無料

【募集期間】 10月25日(火)まで

【申込方法】 フリーダイヤル、専用ホームページ、携帯用ホームページ、FAX、郵便、Eメールでお申し込みください。

☎0120・890・980
(平日午前9時30分～午後6時)

講座概要ホームページ(<http://www.exa-sol.co.jp/shukatsu/>)

携帯用ホームページ(<http://www.exa-sol.co.jp/shukatsu/m/>)

FAX059・246・8813

E-mail:shukatsu@exa-sol.co.jp

〒514・0009

津市羽所町345第一ビル4F

(株)エクサソリューションズ内

三重県「就活応援隊」事務局

【問い合わせ】

三重県「おしごと広場みえ」

☎059・222・3309

第55回社会を 明るくする運動

本庁厚生保護課

7月から各自治会で、お取り組みいただいた「愛の資金」募金活動によって、273万8183円(9月9日現在)が事務局(本庁厚生保護課および各支所健康福祉課)に届けられました。

市民の皆さんのご協力に厚くお礼を申し上げます。

「社会を明るくする運動」

は、青少年の犯罪が多発している社会の中で、犯罪予防活動と罪を犯した少年たちへの更生保護活動を繰り広げ、大人と子どもが地域でふれあいと対話を通じ明るい社会を築いていこうとする運動です。

寄せられました募金は、作文コンテスト、中学生対象の社会を明るくする運動協賛事業、地域での社会を明るくする運動映画の上映や懇談会、街頭啓発などの経費に使わせていただきます。

【問い合わせ】

「社会を明るくする運動」

伊賀市実施委員会事務局

本庁厚生保護課

☎22・9650

三重県障害者 情報バリアフリー化 支援事業募集

本庁福祉政策課

視覚または上肢に重度の障害のある方が、パソコンを使用する際に必要となる画面音声化ソフトや大型キーボードなどの入力サポート機器の購入費を助成します。

【募集期間】

10月3日(月)～12月15日(木)

【助成予定者数】

50人

※県の審査委員会で審査し決定します。

【対象経費】

情報機器を操作するために必要となる周辺機器等

【助成額】

周辺機器等の購入に要した費用の3分の2以内の額(10万円を限度とする)

【対象者】

次のすべてに該当する方
・三重県内に居住の方
・身体障害者手帳に視覚障害1級もしくは2級または上肢機能障害1級もしくは2級の記載のある方

・入力サポート機器などを使用しなければ、パソコンの操作が困難な方
・過去に本事業の助成を受けていない方
・前年の所得税課税所得金額が、特別障害者手当の所得制限を越えない方



【交付申請に必要なもの】

・申請書(本庁福祉政策課、各支所健康福祉課にあります)
・身体障害者手帳の写し
・見積書、周辺機器等の機能が記載されたパンフレット

・前年の所得税課税所得金額が確認できる書類(所得証明書等)

【申し込み・問い合わせ】

本庁福祉政策課
高齢障害福祉政策係
☎22・9657

上野支所
健康福祉課高齢障害福祉係
☎22・9656

伊賀支所
いがまち保健福祉センター
高齢障害福祉係
☎45・1016

鳥ヶ原支所

健康福祉課福祉係
☎59・2163

阿山支所

健康福祉課福祉係
☎43・9711

大山田支所

健康福祉課福祉係
☎47・1151

青山支所

健康福祉課福祉係
☎52・3228

「無事故で長寿・しめわせへのチャレンジ」参加者募集

本庁市民生活課

交通安全意識を高めるため、高齢者(60歳以上)を対象とした交通安全ポイントコンクールを実施します。

期間中、無事故の場合50点、交通安全教室へ参加した場合30点、交通安全イベント等へ参加した場合20点、外出時に反射材を身につけた場合10点として、点数合計100点以上を目指してください。100点以上を達成した方に抽選で記念品を贈呈します。

申込方法など詳しくは、各支所生活環境課・警察署等にあるチラシをご覧ください。

【実施期間】

12月23日(金)まで

【問い合わせ】

三重県生活部交通安全室
☎059・224・2410
FAX 059・228・4907

平成17年度朗読奉仕員養成講習会(初級)

視覚障害者の福祉に理解と熱意のある人に、声の図書(録音テープに朗読吹き込み)製作の指導を行うことにより、朗読奉仕員を育成し、視覚障害者の福祉の増進を図ることを目的に三重県点字図書館の主催で実施します。

【とき】

11月18日(金)、21日(月)、25日(金)、28日(月)、30日(水)

※いずれも午前10時～正午

【ところ】三重県人権センター
(津市一身田大古曾693-1)

【対象者】

県内に居住する18歳以上60歳未満の方で、5日間の講習会に参加できる方。

【募集人数】50人

【受講料】500円(テキスト代)

【申込期限】10月21日(金)

【申し込み・問い合わせ】

本庁福祉政策課 高齢障害福祉政策係
☎22-9657

精神保健福祉ボランティア教室受講生募集

デイケアや作業所での行事を通じてこちらの病気をもっている方々と交流する精神保健ボランティアに参加してみませんか?

【とき】

(講義)11月7日(月)、22日(火)
12月20日(火)

(体験実習および見学)12月6日(火)

※人数により日程を変更する場合があります。

【ところ】県伊賀庁舎1階 衛生教育室

ただし、体験実習および見学は各作業所で行います。

【内容】

「ボランティア活動について」「こころの病気について」「こころの病気への接し方と対応について」等の講義、作業所等の見学実習

【募集人数】20人程度

【申込み方法】

郵便番号・住所・氏名・生年月日・「受講の動機」「どんな方面でボランティアにかかわりたいか」等を簡潔に記入し、郵送してください。※前回受講された方は除きます。

【申込期限】10月31日(月) 必着

※申込み多数の場合は抽選

【申し込み・問い合わせ】

〒518-8533
伊賀市四十九町2802
伊賀県民局保健福祉部 保健衛生室
健康増進グループ宛 (☎24-8076)

忍にん体操講習会の会場を変更します

本紙9月号で募集しました10月9日開催の「忍にん体操講習会」の会場を都合により「ゆめドームうえの第2競技場」から「上野運動公園体育館」に変更します。

【問い合わせ】本庁健康保険政策課健康推進係 ☎22・9652

「障害者110番」事業

身体・知的・精神障害者の権利擁護にかかわる相談会を実施します。内容によっては専門家を交え、対人関係のトラブル・金銭関係・相続・人権侵害の問題等について助言します。※相談費用は無料です。

【常設相談】(財)三重県知的障害者育成会に相談窓口を設置

- 電話相談 (年中無休：午前9時～午後8時)
☎059-227-0810
- 面接相談 (月曜日～金曜日：午前9時～午後5時)
☎059-227-0810 ※予約必要
- FAX相談 (月曜日～金曜日：午前9時～午後5時)
☎059-225-3935 ※祝日・年末年始を除く
- メール相談 (年中無休：午前9時～午後8時)
E-mail: syogaisya110ban@docomo.ne.jp
※携帯電話からの発信のみ

*顧問弁護士：森川仁さん、山本伊仁さん、伊藤明紀さん
*相談時に手話通訳等が必要な方は事前に育成会事務局までお知らせください。

【巡回相談】弁護士が巡回し専門相談を実施
とき 10月18日(火) 午前10時～正午
ところ 名張市役所1階 大会議室
とき 10月18日(火) 午後2時～4時
ところ 県伊賀庁舎1階 成人相談室

【問い合わせ】

津市阿漕町津興205番地の2
(財)三重県知的障害者育成会 ☎059-225-3930

アスベスト相談窓口設置のご案内

市では、アスベストに関する市民の皆さんからの相談窓口を設置しましたので、ご利用ください。

- 健康に関する相談
☎22-9652 (本庁健康保険政策課)
- 建築・解体に関する相談
☎22-9832 (本庁建築指導審査室)
- 環境に関する相談
☎22-9637 (本庁環境政策課)
- 廃棄物に関する相談
☎20-9105 (伊賀市環境センター)
- 学校施設に関する相談
☎22-9675 (教育委員会教育総務課)
- 市有施設(学校施設を除く)に関する相談
☎22-9601 (本庁総務課)

小児科休日診療当番

月日	医療機関名	電話番号
10月16日(日)	岡波総合病院	21-3135
10月23日(日)	上野総合市民病院	24-1111
10月30日(日)	岡波総合病院	21-3135
11月 3日(木)	岡波総合病院	21-3135
11月 6日(日)	岡波総合病院	21-3135
11月13日(日)	上野総合市民病院	24-1111

まず、かかり付け医へ連絡してください。
連絡が取れない場合は、表の医療機関へ連絡してください。

赤ちゃんの検診と相談 (10/16～11/15)

検診・相談名	とき	ところ	対象・内容
乳幼児検診	10月18日(火)、25日(火)、11月1日(火)、8日(火)、15日(火) 午後1時30分～2時	市立上野総合市民病院小児科	生後4カ月、10カ月、1歳、1歳6カ月、2歳児。 ※生後4カ月、10カ月児は、なるべく受診してください。
乳幼児発達検診 股関節脱臼検診	10月18日(火)、11月1日(火) 午後1時～2時	市立上野総合市民病院整形外科	生後4カ月、10カ月、1歳6カ月児。
1歳6カ月健診	10月18日(火)、11月15日(火) 午後1時30分～2時30分	伊賀医師会館	対象児には通知します。 ※無料。母子手帳をご持参ください。
	11月8日(火) 午後1時～1時30分	青山保健センター	
	11月10日(木) 午後2時～2時30分	島ヶ原老人福祉センター	
3歳児健診 (3歳6カ月)	10月20日(木) 午後1時30分～2時30分	伊賀医師会館	対象児には通知します。 ※無料。母子手帳をご持参ください。
	10月27日(木) 午後1時30分～2時30分	大山田保健センター	
	11月10日(木) 午後1時30分～2時	島ヶ原老人福祉センター	
乳幼児相談	10月27日(木) 午前9時30分～11時30分	大山田保健センター	身体計測・育児相談・栄養相談 ※無料。母子手帳をご持参ください。
	11月1日(火) 午前10時～11時30分	青山保健センター	
	11月8日(火)、10日(木) 午前9時30分～10時50分	上野ふれあいプラザ2階	
	11月9日(水) 午前10時～11時30分	阿山保健福祉センター	
離乳食実習	11月2日(水) 午後1時30分～3時30分	いがまち保健福祉センター	離乳食の話・離乳食の調理。(後期) ※無料。詳しくは19ページ参照。(申し込み制)
離乳食教室	11月10日(木) 午前11時10分～11時40分	上野ふれあいプラザ2階	離乳食の話と試食。 11月は後期・完了期 ※無料。



無料相談 (10/16~11/15)

法律・行政・人権・心配ごと相談

相談名	上野	伊賀	島ヶ原	阿山	大山田	青山
法律相談 (弁護士)	11月10日(木) 午後1時~4時 上野ふれあい プラザ3階	11月8日(火) 午後2時~4時 いがまち女性センター 予約制☎45-9105				
行政相談 (行政相談 委員)	*先着20人 *当日、受付番号札を 用意し、正午から受付 を開始します。	10月18日(火) 午後2時~4時 いがまち女性センター		11月4日(金) 午後1時30分~4時 阿山多目的集会 施設	10月20日(木) 午後1時30分~4時 大山田農村環境 改善センター	
人権相談 (人権擁護 委員)		11月10日(木) 午後1時30分~4時 西柘植公民館	11月1日(火) 午後1時30分~4時 島ヶ原老人福祉 センター			11月8日(火) 午前9時~正午 青山福祉センター
心配ごと 相談 (民生委員・ 児童委員)	毎週火曜日 (祝日の時、翌日) 午前9時~午後4時 上野ふれあい プラザ3階相談室			10月28日(金) 11月11日(金) 午後2時~4時 阿山保健福祉 センター	11月10日(木) 午後1時30分~4時 大山田農村環境 改善センター	10月28日(金) 11月8日(火) 午前9時~正午 青山福祉センター

その他各種相談

相談名	とき	ところ
サラ金・クレジット問題相談	10月27日(木) (予約制) ☎22-9638 午後1時~4時(上野支所生活環境課)	上野ふれあいプラザ 3階相談室
女性相談	月~金曜日(祝日を除く) 午前9時30分~午後5時	市役所本庁南庁舎 中2階 福祉政策課
家庭児童相談	月~金曜日(祝日を除く) 午前9時30分~午後5時 毎週水曜日(予約制) ☎22-9654 午後1時30分~4時30分	県伊賀庁舎 4階相談室
ふれあい相談 (教育相談)	火~金曜日(祝日を除く) 午前9時~午後4時	上野ふれあいプラザ 青少年センター内
交通事故相談	10月20日(木) 午後1時~3時	市役所本庁南庁舎 1階 第1会議室
緑(園芸)の相談	10月24日(月)、11月14日(月) 午後1時~4時	市役所本庁南庁舎 玄関ロビー
心身障害者 職業相談	10月20日(木) ハローワーク伊賀 午後1時30分~4時 ☎21-3221	かしの木ひろば (上野寺町)
心身障害者相談 および中途失明 者歩行訓練相談	11月2日(水) 伊賀市社会福祉協議会 午後1時~4時 ☎21-5866	上野ふれあいプラザ 3階相談室
社会保険事務 相談	10月21日(金)、11月2日(水) 午前10時15分~午後2時45分	上野商工会議所
こころの健康 相談	10月27日(木) 午後2時~4時	上野保健所(予約制) ☎24-8076
人権・心配・悩み 相談	毎週水曜日 午前9時30分~午後4時30分	津地方法務局 上野支局☎21-0804
高齢者の職業 相談(シルバー人材センター)	10月20日(木) (予約制)☎24-5800 午後1時30分~3時 11月10日(木) 午後1時30分~3時	伊賀市勤労者福祉会館 阿山支所2階 第2会議室
若年者職業相談 (おしごと広場みえ)	10月27日(木)、11月10日(木) 午前10時~午後4時	市役所本庁南庁舎 1階 第1会議室

介護・福祉サービス相談

ふくじゅえん在宅 介護支援センター	福寿園併設 (西山)	24-7158
在宅介護支援セン ターおかなみ	老健おかなみ併設 (上野桑町)	21-8000
在宅介護支援セン ターなしのき	第二梨ノ木園併設 (朝屋)	22-0505
在宅介護支援セン ター彩四季	彩四季併設 (市部)	26-0011
在宅介護支援セン ターいがのしろ	さわやか園併設 (山出)	22-0001
市民病院在宅介護 支援センター	上野総合市民病院 併設(四十九町)	22-1119
在宅介護支援セン ターふれあい	伊賀市社会福祉協 議会内(上野中町)	21-1112
いがまち在宅介護 支援センター	いがまち保健福祉 センター内(愛田)	45-1013
島ヶ原在宅介護支 援センター	老人福祉センター 清流内(島ヶ原)	59-3030
あやま在宅介護支 援センター	ぬくもり園併設 (馬場)	43-2300
在宅介護支援セン ターあやま	阿山保健福祉セン ター内(馬場)	43-1854
おおやまだ在宅介 護支援センター鶴寿園	鶴寿園併設 (真泥)	46-1021
在宅介護支援セン ターあおやま	森の里併設 (腰山)	54-1331
在宅介護支援セン ターゆうあい	青山福祉センター 内(阿保)	52-2999

健康相談(無料)

血圧測定、尿検査など保健師が相談に応じます。

- ▶ 10月20日(木) 午後1時30分~3時
(阿山保健福祉センター)
- ▶ 10月21日(金) 午前10時~10時40分
(上野ふれあいプラザ)
- ▶ 10月21日(金) 午後1時30分~3時
(青山保健センター)
- ▶ 11月2日(水) 午後1時30分~3時
(島ヶ原老人福祉センター)
- ▶ 11月8日(火) 午後1時30分~3時
(いがまち保健福祉センター)

献血

- ▶ 10月12日(水) 午前10時~午後4時 (市役所第11会議室前)に変更)
- ▶ 10月21日(金) 午前9時30分~11時20分 (青山公民館)
- ▶ 10月25日(火) 午後0時30分~4時 (市役所第11会議室前)

訂正と
お詫び
本紙9月号4~5ページに掲載しました「第一回非核平和推進中学生広島派遣団レポート」の記事で、派遣中学生の氏名に誤りがありました。柘植中学校3年(誤)岡嶋愛子さん↓(正)岡島愛子さん 訂正しお詫び申し上げます。

大きなドジョウを見かけたことはありませんか？

現在、伊賀市教育委員会、三重県教育委員会と近畿大学農学部環境管理学科水圏生態学研究室（北川忠生助手）は、三重県の中でも伊賀市に生息するとされる大型のドジョウ『ジндаイドジョウ』の生息調査を行っています。このため、大型（体長20cm以上）のドジョウの生息場所に関する情報を集めています。

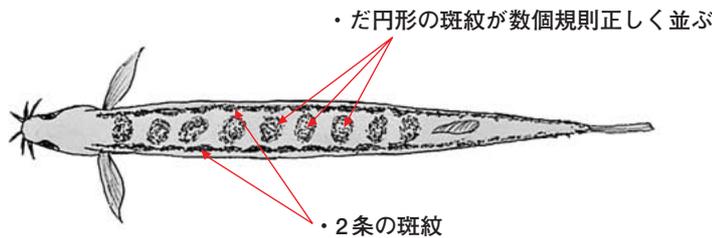
ジндаイドジョウは、体長が最大で30cmにまで成長する大型のドジョウで、三重県の天然記念物に指定されています。かつては伊賀支所管内を中心とした地域にごく普通に見られました。水質の悪化やほ場整備などによる生息環境の変化などによりほとんどその姿が見られなくなっています。

- ▼ジндаイドジョウの特徴は次のとおりです。
- ▼体長…大型で細長い。最大で30cm。
- ▼模様…ドジョウを上から見ると、点列状になった斑紋が規則正しくあります。
- ▼昭和30年頃までは、多数生息していたそうです。
- ▼味がよいとのことで、どじょうのどんぐくなどで食べられていました。
- ▼昔は「神代どじょう」とも書かれ、「いもどじょう」とも呼ばれていました。
- ▼水田や水田横の用水路のなかでも特に重粘

土質の泥深い場所を好みます。

このような特徴をもつジндаイドジョウをみかけたことはありますか。または、ジндаイドジョウの可能性がある大きなドジョウを最近見かけたり、昔捕まえたことありますか。現在、過去を問わずその生息場所に関する情報をお持ちの方はご一報ください。調査のご協力をよろしくお願いたします。

ジндаイドジョウを上から見た図



【連絡先・問い合わせ】

教育委員会生涯学習課文化財室

☎ 22・9681

伊賀市の人口・世帯数

(平成17年8月31日現在)

人口	103,212人
(男)	50,089人
(女)	53,123人
世帯数	37,860世帯

平成17年10月1日発行

伊賀市役所

〒518-8501

三重県伊賀市上野丸之内116番地

編集・企画振興部広聴情報課

☎0595-22-9636

伊賀市のホームページ：

<http://www.city.iga.lg.jp/>

ひとが輝く 地域が輝く

～住み良さが実感できる自立と共生のまち～

伊賀市 IGA CITY



～エアロバイクで筋力アップ～

青山保健センター運動施設で高齢者筋力アップ教室が行われています。

この教室は、9月から11月の間に毎週金曜日、全12回開催されています。

参加者はトレーニングルーム内のエアロバイクやレッグプレスなどの運動機具を使って気持ちのよい汗をかいたり、ストレッチなどで体をほぐし、満足げな表情を浮かべていました。

また、施設内のプールでは水中ウォーキングやアクアピクス、シェイプアップ教室なども行われています。(5ページ参照) 10月は体力づくり強調月間。みなさんも青山保健センター運動施設で体力づくりをしてみませんか！ (今月の表紙)

