

伊賀市環境保全市民会議 「環境ウォッチング」

参加者募集

本庁環境政策課

今回は、ツグミ、メジロ、シジュウカラなどの野鳥を上野公園を歩きながら観察していきます。たくさん種類のみつげ、豊かな自然を感じてください。



【とき】 1月27日(日)
午前10時～正午(予定)

【集合場所】 市役所南庁舎
西玄関前(上野西小学校側)

【その他】

- ・中学生以下の方は、保護者同伴でお願いします。
- ・双眼鏡の貸し出しを希望される方は、申し込み時にお申し出ください。*先着順。なお、双眼鏡などをお持ちの方は、ご用意ください。
- ・荒天時は中止します。中止の場合は、当日午前8時以降に市役所守衛室(☎22・9611)でご確認いただけます。

【申込方法】 1月10日(木)から電話でお申し込みください。

*双眼鏡の貸し出しも同時にお申し出ください。

【問い合わせ】

本庁環境政策課

☎22・9637

青山スポーツフェスタ ユニカール大会

参加者募集

教育委員会青山分室

【とき】 2月10日(日)
午前9時30分～正午

【ところ】 青山中学校体育館

【募集チーム数】

16チーム(1チーム3人)

※応募多数の場合は抽選

【申込期限】 2月1日(金)

【申込方法】

1チーム3人の住所・氏名・電話番号を記入の上、窓口または、郵送・FAX・メールでお申し込みください。

【申込先・問い合わせ】

〒518・0292
伊賀市阿保1411番地
伊賀市教育委員会青山分室
☎52・1110 FAX 52・1211
✉aokyouin@city.igalg.jp

中高年のたのしい リズム体操参加者募集

本庁健康推進室

【とき】 2月4日(月)・18日(月)、
3月10日(月)・24日(月)

午後1時30分～2時50分

【ところ】 ウェルサンピア伊賀

【講師】 NPO法人リズム体操研究会会長 河野三千代さん

【対象者】

市内在住の50歳以上の方

【定員】 50人 *先着順

【申込方法】

往復はがきに、住所・氏名・性別・年齢・電話番号を記入の上、お申し込みください。

【申込期限】 *当日消印有効
1月15日(火)

【申込先・問い合わせ】

〒518・0809
伊賀市西明寺2756・104
ウェルサンピア伊賀

「中高年のたのしいリズム体操教室」係 ☎24・7000
※全日程終了の方で希望の方は自主体操クラブ「リズム体操クラブ伊賀上野」に入会できます。

離乳食教室

(前期) 参加者募集

伊賀支所健康福祉課

赤ちゃんが生まれてから、はじめてお乳以外のものを口にするのが離乳食です。



今回の実習では栄養士の話(初期から中期が中心)の後、実際に離乳食を作ってどのくらいの固さのものをあげたら

いいのかわかることができます。ぜひご参加ください。

【とき】 1月24日(木)
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「離乳食初期から中期を中心に」、離乳食の調理と試食、栄養相談

【定員】 20人 *先着順

【持ち物】 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾

【申込方法】 1月10日(木)から電話でお申込ください。

【申込先・問い合わせ】

伊賀支所健康福祉課 ☎45・1015

※調理実習の際、先着7人まで託児があります。

献血のご案内

- 2月22日(金) 午後0時30分～4時
市役所北庁舎 第11会議室前
- 2月27日(水) 午前9時30分～11時20分
青山公民館
- 2月27日(水) 午後2時30分～4時30分
Aコープ青山

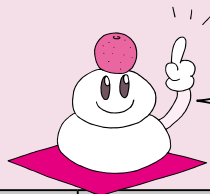


赤ちゃんの健診と相談

検診・相談名	検診・相談日	時間	場所	対象・内容
1歳6カ月児健診	2月19日(火)	午後1時30分～2時30分	伊賀医師会館	身体計測、内科および歯科健診、歯の相談、育児相談など。 ※対象児には通知します。母子手帳をご持参ください。
3歳児健診 (3歳6カ月児)	2月12日(火) 2月21日(木)	午後1時30分～2時30分	阿山保健福祉センター 伊賀医師会館	
乳幼児相談	2月7日(木)	午前10時～11時 午後1時30分～2時30分	上野ふれあいプラザ2階	育児相談、栄養相談。 ※母子手帳をご持参ください。
	2月12日(火)	午前10時～11時30分	青山保健センター	
	2月13日(水)	午前10時～11時30分	阿山保健福祉センター	
	2月26日(火)	午後1時30分～3時	いがまち保健福祉センター	
	2月27日(水)	午前9時30分～11時	大山田保健センター	



2月の無料相談



秘密は固く守ります。
どうぞ、お気軽に
ご利用ください。

法律・行政・人権・心配ごと相談

相談名	相談日	時間	場所
法律相談（弁護士）	2月 1日（金）	午後1時30分～4時	島ヶ原会館1階研修室※先着3人 ※電話予約制（1/4～）島ヶ原支所生活環境課（☎59-2109）
	2月14日（木）	午後1時～4時	上野ふれあいプラザ3階相談室※先着20人（行政相談を含む）※正午から番号札を配布します。 ※伊賀市在住の方に限ります。本庁市民生活課（☎22-9638）
	2月26日（火）	午後1時～4時	上野ふれあいプラザ3階ミーティング室※先着10人 ※電話予約制（2/15～2/25） ※伊賀市在住の方に限ります。本庁市民生活課（☎22-9638）
行政相談（行政相談員）	2月 1日（金）	午後1時30分～4時	島ヶ原会館2階中会議室
	2月 1日（金）	午後1時30分～4時	阿山多目的集会施設（人権相談を同時開催）
	2月14日（木）	午後1時～4時	上野ふれあいプラザ3階相談室（法律相談・人権相談を同時開催）
	2月20日（水）	午後1時30分～4時	大山田福祉センター相談室（人権相談を同時開催）
	2月28日（木）	午前9時～正午	青山福祉センター（心配ごと相談を同時開催）
人権相談（人権擁護委員）	2月 1日（金）	午後1時30分～4時	阿山多目的集会施設（行政相談を同時開催）
	2月 8日（金）	午後1時30分～4時	西柘植公民館和室（心配ごと相談を同時開催）
	2月 8日（金）	午前9時～正午	青山福祉センター（心配ごと相談を同時開催）
	2月14日（木）	午後1時～4時	上野ふれあいプラザ3階相談室（法律相談・行政相談を同時開催）
	2月20日（水）	午後1時30分～4時	大山田福祉センター相談室（行政相談を同時開催）
心配ごと相談 （民生委員・児童委員）	毎週火曜日	午前9時～午後4時	上野ふれあいプラザ3階相談室
	2月 1日（金）	午後1時30分～4時	島ヶ原老人福祉センター清流
	2月8日（金）、22日（金）	午後2時～4時	阿山保健福祉センター
	2月8日（金）、28日（木）	午前9時～正午	青山福祉センター
	2月 8日（金）	午後1時30分～4時	西柘植公民館和室（人権相談を同時開催）
	2月 8日（金）	午後1時30分～4時	大山田福祉センター相談室
人権・心配・悩み相談	月～金曜日（祝日除く）	午前8時30分～午後5時15分	津地方法務局伊賀支局（☎21-0804）

その他各種相談

相談名	相談日	時間	場所・問い合わせ
サラ金・クレジット問題相談 * 予約制	2月28日（木）	午後1時～4時	上野ふれあいプラザ3階相談室 市民生活課（☎22-9638）
交通事故相談	2月21日（木）	午後1時～3時	市役所南庁舎1階 第1会議室 市民生活課（☎22-9638）
社会保険事務相談（年金相談）	2月6日（水）、15日（金）	午前10時15分～午後2時45分	上野商工会議所（☎21-0527）
緑（園芸）の相談	2月18日（月）	午後1時30分～4時	市役所南庁舎玄関ロビー 都市計画課（☎22-9826）
多文化共生相談	2月4日（月）、18日（月）	午前9時30分～午後2時	市役所南庁舎玄関ロビー 文化国際課（☎22-9624）
	2月10日（日）	午後1時～5時	ジャスコ伊賀上野店1階 文化国際課（☎22-9624）
	2月12日（火）	午前9時30分～午後1時	島ヶ原支所玄関ロビー 文化国際課（☎22-9624）
こころの健康相談 * 予約制	2月22日（金）	午後2時～4時	三重県伊賀庁舎2階 伊賀保健所（☎24-8076）
健康相談	2月 4日（月）	午後1時30分～3時	いがまち保健福祉センター 伊賀支所健康福祉課（☎45-1015）
	2月22日（金）	午前10時～10時40分	上野ふれあいプラザ 健康推進室（☎22-9653）
健康相談（電話相談）	月～金曜日（祝日除く）	午前8時30分～午後5時15分	健康推進室（☎22-9653）
障害相談（障害者相談員） * 聴覚障がいの方は予約をお願いします。	2月 6日（水）	午後2時～4時	上野ふれあいプラザ3階相談室・いがまち保健福祉センター集団研修室 高齢障害課（☎22-9657）
介護予防のケアマネジメント相談	月～金曜日（祝日除く）	午前8時30分～午後5時15分	介護保険課事務所内地域包括支援センター
高齢者の総合相談	月～金曜日（祝日除く）	午前8時30分～午後5時15分	（☎26-1521・FAX24-7511）
障がい者の総合相談	月～金曜日（祝日除く） 2月 9日（土）	午前8時30分～午後5時15分	介護保険課事務所内障害者相談支援センター （☎26-7725・FAX24-7511）
障がい児の療育支援相談 * 予約制	毎週金曜日	午前10時～午後5時	阿山保健福祉センター
	2月12日（火）、26日（火）	午前10時～午後5時	青山保健センター
	2月 9日（土）	午前10時～午後5時	介護保険課事務所内 障害者相談支援センター （☎67-0088）
高齢者の就業相談	* 予約制 2月21日（木）	午後1時30分～3時	伊賀市勤労者福祉会館 シルバー人材センター（☎24-5800）
若年者職業相談 * 予約優先 （おしごと広場みえ）	毎週月曜日（祝日除く）	午前10時～午後4時	市役所南庁舎1階 第1会議室 おしごと広場みえ（☎059-222-3309）
女性相談 * 予約優先	月～金曜日	午前9時～午後4時	市役所南庁舎中2階 少子化対策課（☎22-9609）
家庭児童相談	* 予約優先 月～金曜日（祝日除く）	午前9時～午後4時	市役所南庁舎中2階 少子化対策課（☎22-9609）
	* 予約制 毎週木曜日	午後1時30分～4時30分	三重県伊賀庁舎4階相談室 少子化対策課（☎22-9609）
未就学児の発達相談 * 予約制	2月22日（金）	午後1時～5時	市役所南庁舎中2階 少子化対策課（☎22-9609）
母子自立支援相談 * 予約優先	月～金曜日（祝日除く）	午前9時～午後4時	市役所南庁舎中2階 少子化対策課（☎22-9609）
ふれあい相談（教育相談）	火～金曜日	午前9時～午後4時	伊賀市教育研究センター（☎21-8839）
青少年相談	月～金曜日（祝日除く）	午前9時～午後4時	上野ふれあいプラザ4階青少年センター（☎24-3251）
コムスン相談窓口	月～金曜日（祝日除く）	午前8時30分～午後5時15分	介護保険課（☎26-3939・FAX26-3950） 地域包括支援センター（☎26-1521・FAX24-7511）