

### 「あんしん・防災ねっと」

携帯電話などのメールアドレスを登録した人には、市から緊急情報メールが届きます。また、災害時の緊急情報・避難所情報や休日・夜間診療所情報などが閲覧できます。

<http://www.anshin-bousai.net/iga/>

※携帯電話のバーコードリーダー機能で、QRコードを読み込んで登録できます。



QRコード ▶

【問い合わせ】 総合危機管理課  
☎ 22-9640 FAX 24-0444

### ※7ページの答え/

#### ③足利義満

伊賀国の領主であった筒井定次は古田織部から茶の湯を学びました。古田織部の茶会には、織部好みの伊賀焼の水指や花生が使われました。藤堂高虎は古田織部と親交が厚く、高虎の息子である藤堂高次は小堀遠州の義兄弟であったことから、藤堂家も茶陶に通じていました。

※設問と回答は「伊賀学検定370問ドリル」(上野商工会議所発行・伊賀学検定実施委員会編集)から抜粋

### 募集 健康向上チャレンジ教室

筋力アップ・脂肪燃焼・健康増進をめざし、心と体の健康づくりに挑戦してみませんか。

【とき】 1月13日(水)～3月15日(火)

○開講式：1月13日(水) 午後2時～

○調理実習：1月19日(火)

午前10時～午後1時

火～日曜日の各種レッスンを週2回以上受講し、週1回トレーニング日誌を提出してもらいます。

※土・日曜日のみの参加もできます。

【ところ】 青山保健センター運動施設

【内容】 運動指導(有酸素運動・筋力トレーニングなど)・調理実習・食事改善のアドバイス・体力測定(開講時・閉校1週間前)

【参加費】 ○調理実習料：500円

○運動施設利用料(運動プログラム時)

65歳未満：500円

65歳以上：300円

【対象者】

市内在住などの18歳以上の人

【定員】 25人程度

【申込受付開始日】 12月22日(火)

【申込先・問い合わせ】

青山保健センター運動施設

☎ 52-4100 ※月曜日休館

受付：午前10時～午後7時

### 募集 「伊賀上野・城下町のおひなさん」絵手紙

2月20日(土)から上野本町通り周辺で開催する「伊賀上野・城下町のおひなさん」で、会場に展示する絵手紙を募集します。

【募集する絵手紙】

○おひなさんをテーマに絵と文字が入ったもの

○用紙は官製はがきサイズ(紙質自由)

※ご応募いただいた絵手紙は返却しません。

【応募期限】

2月5日(金)

【応募先・問い合わせ】

〒518-0869

伊賀市上野中町2976番地の1  
伊賀上野・城下町のおひなさん実行委員会事務局(観光戦略課内)

☎ 22-9670 FAX 22-9695

### 「広報いが市」の点字版・録音版を発行しています

希望される場合はお問い合わせください。

【問い合わせ】 障がい福祉課

☎ 22-9657 FAX 22-9662

## 1月の二次救急実施病院

### ◎各病院の受け入れ体制

日	月	火	水	木	金	土
*小児科以外の診療科です。					1 上野	2 名張
3 名張	4 岡波	5 名張	6 岡波・名張	7 名張	8 上野	9 上野
10 岡波	11 岡波	12 上野	13 岡波・名張	14 名張	15 上野	16 名張
17 名張	18 岡波	19 名張	20 岡波・名張	21 名張	22 上野	23 上野
24 岡波	25 岡波	26 上野	27 岡波・名張	28 名張	29 上野	30 上野
31 名張	※重症者が重なり、診察できない場合があります。また、非当番日は救急の受け入れを行いません。 ※二次救急(重症)の人が対象です。					

《実施時間帯》 平日：午後5時～翌日午前8時45分  
土・日・祝日・年始：午前8時45分～翌日午前8時45分

《実施時間帯(岡波総合病院)》

月曜日：午後5時～翌日午前9時 水曜日：午後5時～翌日

午前8時45分 日曜日：午前9時～翌日午前8時45分

※月・水曜日が祝日の場合、午前9時～翌日午前8時45分

救急車での搬送限定ではありませんが、必ず事前に連絡が必要です。

【上野総合市民病院(☎24-1111)】

【名張市立病院(☎61-1100)】

【岡波総合病院(☎21-3135)】

### ◎伊賀市救急相談ダイヤル24

☎ 0120-4199-22

(フリーダイヤル)

医師・看護師などが24時間年中無休体制で、救急医療や応急処置などに関する相談に応じます。(通話料・相談料：無料)

### ◎伊賀市応急診療所(一次救急)【診療科目】 一般診療・小児科

【所在地】 上野桑町1615番地 ☎ 22-9990

【診療時間】 月～土曜日：午後8時～11時

日曜日・祝日：午前9時～正午・午後2時～5時・午後8時～11時

※受付は、診療終了時刻の30分前までをお願いします。

◆夜間・日曜日および祝日診療を行っている医療機関については、三重県救急医療情報センター(☎24-1199)へお問い合わせください。

## 赤ちゃんの健診と相談（1月分）

健診・相談名	健診・相談日	時間	場所	対象・内容など
1歳6カ月児健診	1月26日（火）	午後0時50分～2時30分	伊賀市保健センター （ハイトピア伊賀 4階）	身体計測、内科・歯科健診、歯の相談、 栄養相談、育児相談など ※対象児には、1歳6カ月児健診は 1歳9カ月頃、3歳児健診は3歳 9カ月頃までに通知します。母子 健康手帳をご持参ください。
3歳児健診 （3歳6カ月児）	1月14日（木）	午後0時50分～2時30分	伊賀市保健センター （ハイトピア伊賀 4階）	
乳幼児相談	1月7日（木）	午前10時～11時 午後1時30分～2時30分	伊賀市保健センター （ハイトピア伊賀 4階）	育児相談・栄養相談 ※母子健康手帳をご持参ください。
	1月13日（水）	午前10時～11時30分	阿山保健福祉センター	【問い合わせ】 健康推進課 ☎22-9653 いがまち保健福祉センター☎45-1016 青山保健センター ☎52-2280
	1月19日（火）	午前10時～11時30分	大山田保健センター	
	1月20日（水）	午前10時～11時30分	いがまち保健福祉センター 青山子育て支援センター	

## 子育て支援のための教室・遊び場の開放（1月分）（対象者：乳幼児と保護者）

食育・運動教室「げんきっず」	1月21日（木）	午前10時～11時	伊賀市保健センター（ハイトピア伊賀4階） ☎22-9653
0歳児サロン	1月7日（木）	午後2時～3時	

施設名	遊びの教室	遊び場の開放
曙保育園『すくすくらんど』 曙保育園内 （上野徳居町 3272-2 ☎21-7393）	① 12日（火）・13日（水）・19日（火）・25日（月）・26日（火） *すべて午前10時～ 【すくすくひろば】 お正月あそび・ふれあいあそびなど ② 8日（金）・13日（水）・21日（木）・22日（金）・23日（土） *すべて午前10時～・午後1時30分～ 【本とおもちゃルームぐるんば】 絵本展（21日（木）～23日（土）） ※すべて利用料1回100円（実費を徴収する場合があります。）	月～金曜日 午前10時～午後3時 *事前にお電話ください。
ゆめが丘保育所『おひさま広場』 ゆめが丘保育所内 （ゆめが丘 5-14-1 ☎22-9955）	21日（木）・22日（金） 午前9時45分～ 【つくってあそぼう】 簡単なおもちゃづくり ※材料費100円	月～金曜日 午前10時～午後3時
森川病院『エンジェル』 森川病院内 （上野忍町 2516-7 ☎21-2425）	① 15日（金）（4～9カ月）・18日（月）（10カ月～1歳半） 【エンジェルサークル】 せつぶん *予約制 ② 25日（月）【赤ちゃんなんでも相談・発育測定会】 ③ 8日（金）【離乳食教室】（4～5カ月くらい） *予約制 *①～③：午後2時～ ④ 7日（木）・21日（木）（3カ月～ハイハイするまで） 14日（木）・28日（木）（ハイハイ～11カ月） 午後1時～【ベビーマッサージ】 *予約制（毎月1回まで）	月・水・金・土・日曜日 正午～午後5時 *事前にお電話ください。
子育て包括支援センター ハイトピア伊賀4階 （上野丸之内 500 ☎22-9665）	① 25日（月） 午前10時30分～（比自岐地区市民センター） 【出前講座】 親子ふれあいあそびなど ② 29日（金） 午後2時～ 【キラキラ Baby】 ベビーマッサージ	月～金曜日、第3土曜日 午前9時～午後5時
いがまち子育て支援センター いがまち保健福祉センター内 （愛田 513 ☎45-1015）	① 21日（木） 午前10時30分～ 【おはなしひろば“わくわく”】 ② 25日（月） 午前10時15分～ 【誕生会】 1月生まれのおともだち	月～金曜日 午前9時～午後5時
島ヶ原子育て支援センター 島ヶ原地区市民センター併設 （島ヶ原 4696-9 ☎59-9060）	26日（火） 午前10時～ 【わくわくひろば】 歌&リズム	月～金曜日 午前9時～午後5時
あやま子育て支援センター 阿山保健福祉センター内 （馬場 1128-1 ☎43-2166）	27日（水） 午前10時30分～ 【みんな集まれ！】 手遊び・読み聞かせ	火～土曜日 午前9時～午後5時
大山田子育て支援センター 大山田保育園内 （平田 7 ☎47-0088）	① 13日（水）【おたのしみひろば】 おしょうがつあそび *予約制 ② 21日（木）【子育てひろば】 たのしい子育て ③ 25日（月）【えほんのひろば】 読み聞かせなど *すべて午前10時～	月～金曜日 午前9時～午後5時
青山子育て支援センター さくら保育園併設 （阿保 1152 ☎53-0711）	① 6日（水）【おはなし会】 絵本の読み聞かせ ② 14日（木）【おともだちあつまれ！】（妊婦と0～1歳児） ③ 21日（木）【おともだちあつまれ！】（2歳児以上） *すべて午前10時30分～	火～土曜日 午前9時～午後5時

※参加するときの持ち物などは事前に各支援センターへお問い合わせください。

【問い合わせ】 子育て包括支援センター（こども家庭課内） ☎22-9665 FAX 22-9666