

募集 食生活改善推進員養成講座

食生活についての正しい知識を身につけ、健康づくりに役立ててみませんか。養成講座を修了した人は、食生活改善推進員として、栄養や食事についての学習会や調理実習など、身近な地域で活動することができます。

【と き】

9月4日(金)、10月8日(木)、11月20日(金)、12月11日(金)、1月15日(金)、2月12日(金)

午前10時～午後3時

【ところ】

ハイトピア伊賀 4階多目的室・調理実習室

【参加費】

5,000円(テキスト代含む。)

【定員】

30人 ※先着順

【申込期限】

8月27日(木)

【申込先・問い合わせ】

健康推進課

☎ 22-9653 FAX 22-9666

募集 創業スタートアップセミナー

伊賀地域で創業などを考えている人を対象に創業スクールの開催を予定しています。

スクール開催前に無料体験講座として「創業スタートアップセミナー」を開催します。ふるってご参加ください。

【と き】

8月29日(出)

午後1時30分～4時30分

【ところ】

大山田産業振興センター どんぐりホール

【内容】

- 創業スクール2015の紹介
- 基調講演：～創業するにあたっての注意点～
- 先輩創業者の事例発表
- 意見交換会

【定員】

50人 ※先着順

【申込期間】

8月16日(日)～26日(水)

【申込先・問い合わせ】

伊賀市商工会

☎ 45-2210 FAX 45-5307

【問い合わせ】

商工労働課

☎ 22-9669 FAX 22-9628

募集 ウェルカムベビー教室

赤ちゃんを迎える準備のお手伝いとして、「ウェルカムベビー教室」を開催します。妊婦さんはもちろん、赤ちゃんのお世話をする家族も一緒にご参加ください。

【と き】

9月5日(出)

午前10時～正午

【ところ】

ハイトピア伊賀 4階多目的室

【内容】

妊婦体験(家族対象)・沐浴体験・赤ちゃんを感じてみよう(心音を聞く)・情報交換会など

【対象者】

妊婦とその家族(夫、母など)

※心音を聞くことができる妊娠5カ月以降の受講をおすすめします。

【定員】

15組 ※先着順

【持ち物】

母子健康手帳

【申込開始日】

8月21日(金)

【申込先・問い合わせ】

健康推進課

☎ 22-9653 FAX 22-9666

募集 いがまち歴史探訪とハンドベルの調べ

いがまちの歴史に触れ、山野草のこけ玉づくり体験や、伊賀米と伊賀牛の牛丼をメインとする地元食材を使ったおもてなし昼食、ハンドベルコンサートなどを楽しんでいただきます。

【と き】

10月11日(日) 午前9時～

【集合場所】

伊賀市商工会館(下柘植723番地の1)

【定員】

60人 ※先着順

【参加費】

3,000円

【申込期間】

8月24日(月)～9月18日(金)

【申込先・問い合わせ】

伊賀市商工会

☎ 45-2210 FAX 45-5307

【問い合わせ】

商工労働課

☎ 22-9669 FAX 22-9628

「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

募集 福祉レクリエーション支援セミナー

地域ふれあいサロン、福祉の現場、職場などにおいて、高齢者や障がい者などの健康づくり、生きがいづくりなどに関わっている人を対象に、それぞれの立場で役立つ福祉レクリエーションの知識と技術を共に楽しく学ぶセミナーです。

【と き】

8月29日(出)

午前9時30分～正午

【ところ】

ゆめぼりすセンター 2階

【内容】

体力増進、介護予防に役立つ運動、レクリエーションゲームや手遊び

【対象者】

17歳以上で、福祉レクリエーションに関心のある人

【参加費】

300円

【定員】

50人 ※先着順

【講師】

三重県福祉レクリエーション協会 理事長 稲葉 淑乃さん

【持ち物】

新聞紙(1日分)、筆記用具、飲み物

※当日は動きやすい服装で参加してください。

【申込方法】

郵送・ファックス・Eメールのいずれかでお申し込みください。

【申込先・問い合わせ】

〒518-0873

伊賀市上野丸之内500

伊賀市企画振興部スポーツ振興課内
伊賀市レクリエーション協会事務局

☎ 22-9635 FAX 22-9666

✉ sports@city.iga.lg.jp

18ページの答え/

①『おくのほそ道』の旅

俳諧用語。芭蕉翁が元禄2年(1689)『おくのほそ道』の旅を通じて体験、門人に説いた蕉風俳諧の根本理念。『去来抄』『三冊子』等に祖述され、不易とは永遠不変、流行とは刻々の変化を意味し、両者は実は同一で、ともに風雅の誠に基づくものとされています。

※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

赤ちゃんの健診と相談（9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	9月10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）	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）	9月17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	9月3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。
	9月9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】
	9月15日（火）	午前10時～11時30分	大山田保健センター	健康推進課 ☎ 22-9653
	9月16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	いがまち保健福祉センター☎ 45-1016 青山保健センター ☎ 52-2280

子育て支援のための教室・遊び場の開放（9月分）（対象者：乳幼児と保護者）

食育運動教室「げんきっず」	9月25日（金）	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	9月3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 1日（火）・7日（月）・8日（火）・14日（月）・15日（火） *すべて午前10時～ 【すくすくひろば】 リズムあそびなど 14日（月）は親子音楽あそびを予定しています。 ② 2日（水）・5日（土）・9日（水）・11日（金）・16日（水） 【本とおもちゃルームぐるんぱ】 *すべて午前10時～・午後1時30分～ ※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）	25日（金） 【運動会】 体操・ゲームなど ※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
森川病院『エンジェル』 森川病院内 （上野忍町 2516-7 ☎ 21-2425）	① 14日（月）（4～9カ月）・25日（金）（10カ月～1歳半） 【エンジェルサークル】 運動会 *予約制 ② 28日（月） 【赤ちゃんなんでも相談・発育測定会】 ③ 11日（金） 【離乳食教室】 （4～5カ月くらい） *予約制 *①～③：午後2時～ ④ 3日（木）・17日（木）（3カ月～ハイハイするまで） 10日（木）・24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 11日（金） 午前10時～ 【食育教室もぐもぐ】 *予約制 ② 24日（木） 午前10時30分～（神戸地区市民センター） 【出前講座】 親子ふれあい遊び ③ 25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 17日（木） 午前10時30分～ 【おはなしひろば“わくわく”】 ② 28日（月） 午前10時15分～ 【誕生会】 9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）	29日（火） 午前10時～ 【わくわくひろば】 みんなで歌おう	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）	30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 4日（金） 【子育てひろば】 消防署見学とおはなし ② 9日（水） 【おたのしみひろば】 たのしい子育て ③ 28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 2日（水） 【おはなし会】 絵本の読み聞かせ ② 10日（木） 【おともだちあつまれ！】 （妊婦と0～1歳児） ③ 17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