

「体に悪くなるの？」

「くっくくっく」

「わあ！ 煙がもくもく！ のどが苦しいよ」

## 【特集】禁煙、いつ始めますか…………… 2

2014 伊賀市民文化祭参加者募集……………7

国民健康保険税・後期高齢者医療制度……………8・10

介護保険制度……………12

特定不妊治療費助成事業……………13

青山夏まつり……………16

病院で働こう！～オープンホスピタル～……………16

7月の二次救急実施病院……………23

ハイトピア伊賀 4 階ロビーで、特別な許可を得て撮影しています。普段は喫煙室以外は全館禁煙です。

2014  
旅  
しよう。

芭蕉さんのこころ  
ふるさとの想い



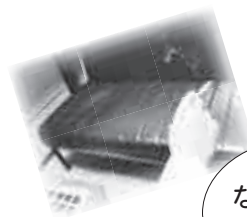
松尾芭蕉翁生誕370年 三重県伊賀市

あなたのために

# 禁煙、いつ始めますか

体によくないことはわかっているのに、やめられないタバコ。本人の健康を害するだけでなく、周りの人にもさまざまな害を及ぼします。禁煙できない人、禁煙する気がない人は、タバコのない生活は考えられないと思っているかもしれません。でも、本当にそうでしょうか。

【問い合わせ】 健康推進課 ☎ 22・9653 FAX 22・9666



なんで吸うんだよ～



## このタバコ 何がいけないの？

吸いたくなるのは  
どうしてなんだろう

### 「タバコでリフレッシュ!」

タバコが健康を害することは知っているのにやめられないのは、どうしてでしょうか。

喫煙者は、イライラしたり落ち着かなかったりする気持ちですが、タバコを吸うとスーッとおさまっていくと言います。タバコの煙にはニコチンが含まれますが、吸い終わって1時間ほどで血液中のニコチンが減り、

これがニコチン切れの症状であるイライラや落ち着かなさを引き起こします。吸うとすっきりするのでなく、吸い続けないとイライラの症状が出てきてしまうのです。

### 「ニコチンの働き」

やめようと思っているのにやめられないのは、ニコチンに対する「身体的依存」と、食後や仕事の一服といった「心理的依存」というふたつの依存に支配されているからです。ふたつの依存のうち、身体的依存は、意志の力だけで乗り越えるのが困難な場合もあります。

タバコを吸うと、煙に含まれるニコチンが脳に達し、ドーパミンと呼ばれる快楽物質を生じさせます。このため、ニコチンの血中濃度が下がってくると、脳は再び快感を得よう

とニコチンを欲します。吸えば吸うほど、また吸いたくなるという悪循環がニコチン依存症です。

### 「タバコは老化を早める」

ダイエット効果があるという理由で、タバコを吸っている人はいないでしょうか。確かに、禁煙をすると一時的に体重が増加することがありますが、それは味覚が正常に戻って食事がおいしく感じられたり、ニコチンによって減退していた食欲が元に戻ったりするためです。

タバコを吸えばやせられるのではなく、正常な食欲を奪うのがタバコなのです。

同時に、タバコは皮膚を老化させ、しわを増やすとも言われています。老化を早めたくなければ、タバコはやめるべきです。

## たばこの煙は 有害物質の集まり

### ■ニコチンだけではない有害物質

たばこには、約200種類以上の有害物質が含まれています。代表的なのは、ニコチン、一酸化炭素、タールのほか、カドミウム、砒素、アンモニア、シアン化水素、ダイオキシンなどです。

ニコチンは、依存を引き起こすほかにも、さまざまな害を及ぼします。体のすみずみにまで張り巡らされている毛細血管を縮め、血の流れを悪くします。これによって、心臓発作や脳卒中の発作、高血圧、手足の冷え、肌荒れなど、命にかかわる症状

毎月22日は  
スワンスワンの日?!  
吸わん吸わん…かあ。

から美容の問題まで、ニコチンの作用が及びます。

一酸化炭素は、血管内皮を傷つけ、動脈硬化を促進させて心筋梗塞や脳梗塞を引き起こします。また持久力や作業能力を低下させます。

タールには、40種類以上の発がん物質が含まれていて、肺がんをはじめ、さまざまながんを引き起こすことが知られています。

アンモニアは粘膜や肺を炎症させ、ぜんそくなどにつながります。

### ■女性の喫煙率はあがっている

喫煙をする人の割合は、すべての年代・男女を合わせた全体では減っていますが、20代の女性だけを見る

と、喫煙率が上がっているという統計もあります。

妊娠や出産をこれから経験する世代で、たばこを吸う人が増えているのです。

### ■ニコチンは胎児や乳幼児へも

女性の喫煙は、子宮がんにつながるほか、妊娠しにくくなることや、早産になりやすいことが指摘されています。

さらに、妊娠中の女性がたばこを吸うと、ニコチンや一酸化炭素の影響で赤ちゃんに十分な酸素が届かなくなり、流産などの危険性が高くなります。また、低体重児が生まれる率が吸わない場合の2倍になるといわれています。授乳期の母親がたばこを吸うと、ニコチンが母乳に入り込みます。

### ■10代からの習慣化が招くもの

たばこは20歳未満では吸ってはいけないことが法律で決められていますが、喫煙者の中には10代から吸っているという人がいます。

吸い始める年齢が低いほど、がんや心臓病による死亡率は高く、喫煙習慣が長いほど、やめるのも困難になります。

家族が吸っていると、子どもの喫煙率もあがるという報告があります。子どもに吸わせたくなければ、両親がまず禁煙するべきです。

たばこを吸わない人に  
くらべて、  
たばこを吸う人の  
死亡率は格段に高い。



# 副流煙の害

吸う人だけでなく  
横にいる人まで  
不健康になってしまう

喫煙している本人が口から直接吸い込む煙を主流煙、たばこの先から出る煙を副流煙と呼びます。

副流煙には、主流煙よりも高い濃度の有害物質が含まれていて、たばこの煙の主成分であるニコチンや一酸化炭素は2倍以上、窒素酸化物は4〜10倍、アンモニアにいたっては40〜170倍も、副流煙に多く含まれているといわれています。

周りにたばこを吸っている人がいると、自分は吸わなくても副流煙を吸い込んでしまう受動喫煙をしていることになります。

受動喫煙には、目やのどの痛みが

一人でやめるのは難しい  
仲間がいたから、やめられたし  
これからも続けられそうです

富永 健一さん(80歳)

若い頃から45年間ほど毎日2箱吸っていました。以前は喫煙にそれほど厳しくありませんでしたから、海外へ行っても、飛行機の中でも吸っていたものです。

退職してしばらくしてから、やはり健康のことが気になり、やめようと決心しました。当時、パソコンを使い始めるようになった頃だったので、インターネット上で禁煙を勧めるプログラムを見つけ、そのノウハウに従って禁煙をしました。ニコチンパッチは1箱だけ使用し、2箱目はお守り代わりに持っていました。

毎週禁煙の進み具合をプログラムの主催者にメールで報告すると、励ましのメールが返ってきました。吸ってしまいそうになったときにも、「しんぼうしています。」とメールをすると、それを応援してくれるメールが届きました。同じプログラムに参加している人たちと実際に集まって、顔を合わせて話をする機会も

あるほか、心拍数が増えたり、手足の先が冷たくなるなどの症状を訴える人もいます。

また、長い期間受動喫煙を続けて



あり、禁煙してから15年たつ今も交流があります。

終の棲家として、大阪から島ヶ原に移住し、禁煙してから、15年間禁煙を継続中です。新築のわが家はたばこの煙による汚れの心配がないと、家内も喜んでいます。

(写真右) 富永さんご夫妻  
(写真下) 富永さんはともに禁煙した人たちと定期的に集まっている。集まったときに配られる名前入りのコースターは禁煙が続いている証。



いると、心筋梗塞や狭心症で死亡する危険性が高くなります。脳卒中やぜんそくなど、さまざまな病気を発症することも指摘されています。

あなたはだいじょうぶ？

## ニコチン依存症チェック

次の1〜10の設問のあてはまるものにチェックを入れましょう。  
あてはまるものが5つ以上あったら、ニコチン依存症の疑いがあります。

- 1. 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまうことがありましたか。
- 2. 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありますか。
- 3. 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、たばこがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか。
- 4. 禁煙したり本数を減らしたときに、次の症状のどれかがありましたか。  
…イライラ・神経質・落ち着かない・集中しにくい・ゆううつ・頭痛・眠気・胃のむかつき・脈が遅い・手のふるえ・食欲または体重増加
- 5. 右の症状を消すために、またたばこを吸い始めることがありましたか。

## 吸わない人のことを 考えている つもりでも…

「家ではベランダに出て吸っているから」とか、「換気扇の下で吸っ

## やめようと思ったのは、 吸う理由がないことに 気づいたから

吉岡 徹也さん(43歳)

たばこは20歳から吸い始めて、体  
によくはないなあとは思いつつ、や  
める機会もなく吸い続けていました。  
やめるきっかけになったのは、友  
だちが読んでいた1冊の本です。禁  
煙を勧めるその本には、「なんのた  
めにたばこを吸うのか」という問い  
かけがありました。「気分転換のた  
め」「集中するため」など、さまざま



ているから」という理由で、迷惑を  
かけていないと思っていましたか。  
換気扇ではたばこの煙をすべて外  
には出せません。ベランダに出ても、  
近隣への迷惑になりますし、灰が周  
囲に飛ぶ危険もあります。さらに吸  
い終わった直後の4〜5回までの息  
には、タバコを吸っているときと同  
じくらいの有毒ガスが含まれている  
といわれています。髪や衣服にも有  
害物質が付着しています。

また、空気清浄機を置いていても、

まな理由があるようできて、たばこ  
を吸わない人でもできていることば  
かりでした。本を読み終えた日から  
禁煙し、今日までの7年間、1本も  
吸っていません。

禁煙したら、周りの人に禁煙中で  
あることを伝えてはじめてもらうの  
が、禁煙を続ける秘訣です。家族が  
ほめてくれているのに、「吸ってし  
まった」と言っわけにはいかないと  
思っでがなげました。意志が弱い  
と思われるのが悔しいという気持ち  
もあったと思います。

たばこをやめて、吸っていた時間  
を有効に使えるようになりました。  
それから、吸わなくなると、これま  
で副流煙でまわりにどんなに迷惑を  
かけていたかがよくわかるようにな  
りました。吸っていると、どれだけ  
においがするかもわかりませんが、  
やめた今はよくわかります。

たばこの有害物質をすべて取り除く  
ことはできません。

妊婦が受動喫煙をすると、おなか  
の中の赤ちゃんに悪影響がありま  
す。妊婦自身がたばこを吸う場合と  
同じように、流産や早産の危険性が  
高くなり、新生児の低体重化がおこ  
るといわれています。

子どもの成長にも大きな影響を与  
えます。家庭の中に喫煙者がいる子  
どもは、言語能力が低い、注意力が  
散漫などの報告があります。また、  
生活の中にたばこが日常的にあるこ  
とで、将来喫煙者になる可能性も高  
くなります。

たばこの煙は、家族や友人、職場  
の人たちといった、あなたの大切な  
人に向かって流れていくのです。

さあ、禁煙を始める前に、ニコチ  
ン依存症かどうか、下のチェックリ  
ストで確かめてみてください。

めいめい#noのめ  
5つ以上あったら  
要注意!



健康推進課  
保健師 谷本 陽子

□ 6. 重い病気にかかったときに、  
たばこはよくないとわかっ  
ているのに吸うことがあり  
ましたか。

□ 7. たばこのために自分に健康  
問題が起きているとわかっ  
ていても、吸うことがあり  
ましたか。

□ 8. たばこのために自分に精神  
的問題\*が起きているとわ  
かっているにもかかわらず、  
吸うことがありましたか。

□ 9. 自分はたばこに依存してい  
ると感じることはありません  
か。

□ 10. たばこが吸えないような仕  
事やつきあいを避けること  
が何度ありましたか。

\*精神的問題: 喫煙することによ  
って神経質になったり、不安や抑  
うつなどの症状が出現してい  
る状態。

# 禁煙に 挑戦

吸いたくなったら  
うまく気分転換  
禁煙外来という方法も

## ■吸いたい気持ちを うまく紛らすことが大切

やめると決めた日から、完全に吸うことをやめてしまうのが禁煙への近道です。だんだん減らしていくのは、余計なストレスがかかるようです。たばこや灰皿を身の回りにおかないことはもちろん、周囲の人にも禁煙していることを宣言し、協力してもらいましょう。

禁煙中に吸いたくなったら、氷水を飲んだり、歯磨きしたりすることで、吸いたい気持ちを抑えることができます。

## ■甘い菓子などは控えるに

たばこをやめると味覚が正常に戻

り、食べ物がいしく感じられるため、食べ過ぎて太ってしまうことがあります。昆布やスティック野菜などを食べて口寂しさを紛らすといいようです。

## 禁煙外来って どんなところ？

### ■自分でやめる自信がなければ 禁煙外来を訪れましょう

禁煙外来のある医療法人まちし会 まちしクリニックの町支院長は、禁煙に成功するかどうかの鍵は、「本人がやめたいと思っているかどうか」にあると話します。禁煙外来に来て、本人にやめる気がないとやめられないことがあるそうです。反対に、本人がやめたいと強く思っていれば、1日に80本も吸っているようなヘビースモーカーでもやめることができると言います。

「もうこれからは吸わないと決心して、一人で禁煙に成功する人もいます。ですが、脳が依存状態になっているわけですから、決心をしただけではやめられない人も少なくありません。そんな人はぜひ禁煙外来を

訪れてください。」

禁煙外来では、ニコチンへの依存の深さや、その人の暮らしなどに応じて、飲み薬や貼り薬を処方します。

最初の診察は約20分程度。これまで吸ってきた本数などによって、保険が適用されます。保険適用の場合は、診察に必要な費用は使用薬剤によりですが、総額で約1万2,000から1万7,000円程度です。

まちしクリニックでは、たばこの害や、禁煙の方法について解説するDVDを見たあと、診察でどんなふうにするかななどの指導を受けます。禁煙のためのガムやニコチンを皮膚から摂取するニコチン貼付剤（ニコチンパッチ）などもありますが、現在は成功する確率の高い飲み薬が主流だそうです。飲み薬の場合は、2週間ごとに診察を受け、12週間で薬の処方が終わります。

町支院長は、禁煙は少しでも早いほうがよく、禁煙が早いほど、寿命をたくさん取り戻せると話します。

「夫婦で一緒に禁煙に挑戦する人もいらつやいますし、家族に連れられて禁煙外来を訪れる人もいます。ニコチン依存の症状は薬の処方のできることで、これまで禁煙に失敗してきた人も、ぜひもう一度挑戦してください。」



(写真左)

まちしクリニックの町支院長。「本人のやめたいという意志が大切。」

(写真右)

禁煙外来で処方される禁煙内服薬と、呼気に含まれる一酸化炭素の濃度を測定するための機器。



## 《市内の禁煙外来のある医院》

- 医療法人まちし会 まちしクリニック（下柘植 1092） ☎ 45-7788
- アクアクリニック伊賀（上野丸之内 10-8） ☎ 21-6500
- 吉村クリニック（土橋 192-1） ☎ 22-2121
- あずまクリニック（服部町 3丁目 101） ☎ 26-0333
- 亀田クリニック（ゆめが丘 3丁目 1-2） ☎ 26-0666

◆ 音楽・踊りから、さまざまな美術工芸まで、普段の成果を発表しましょう

# 2014 伊賀市民文化祭参加者募集

【問い合わせ】文化交流課

☎ 22-9621 FAX 22-9628



## 公 募 事 業

### ●舞台部門

【参加資格】 市内に住所または活動の拠点がある団体  
※文化の振興以外の主たる目的（政治・宗教・営利など）  
をもって活動する団体を除きます。

※洋楽とライトミュージックは個人でも参加できます。

【参加費】 1 舞台につき 5,000 円

※洋楽やライトミュージックでの個人参加は半額(2,500 円)

※出演にかかる経費や舞台運営経費は、参加者負担。

【募集ジャンル】 ①ライトミュージック ②洋楽 ③洋舞  
④邦楽（日舞・三曲・長唄）⑤大正琴 ⑥吟剣詩舞  
⑦相撲甚句 ⑧新舞踊 ⑨マジック ⑩民謡・民舞

| と き            | 内 容        | と ころ                   |
|----------------|------------|------------------------|
| 10 月 26 日(日)   | 総合フェスティバルⅠ | 伊賀市文化会館                |
| 11 月 9 日(日)    | ②洋楽        | 伊賀市文化会館                |
| 11 月 24 日(月・祝) | ①ライトミュージック | ハイトピア伊賀 5 階<br>多目的大研修室 |
| 11 月 24 日(月・祝) | 総合フェスティバルⅡ | 伊賀市文化会館                |
| 11 月 30 日(日)   | ③洋舞        | 伊賀市文化会館                |

※④～⑩の部門は、総合フェスティバルとして開催します。  
（1 舞台につき時間制限の可能性あり。）

### ●展示部門

【と き】 10 月 31 日(金)～ 11 月 3 日 (月・祝)

【ところ】 ハイトピア伊賀 5 階多目的大研修室ほか

【募集ジャンル】 絵画・書・写真・手芸・工芸・生花など

【参加資格】

市内に住所または活動の拠点がある団体・個人  
※文化の振興以外の主たる目的（政治・宗教・営利など）  
をもって活動する団体を除きます。

※ 1 人につき全ジャンルで 2 作品以内とします。個人  
と団体両方からは出品できません。舞台部門は参加  
できます。）

【参加費】 1 作品につき 500 円

※展示スペースの関係上、作品のサイズを制限するこ  
とがあります。

※出品にかかる経費は、参加者負担です。

展示・舞台部門に参加する団体の皆さんへ  
～体験会を同時実施する団体を募集します～

【ところ】 要相談

【申込方法】 別途申込書が必要ですので、申し込  
み時にお申し出ください。

※希望団体が多い場合は、抽選により決定します。

## 協 賛 事 業

【募集事業】 市民文化祭の目的に沿った事業で、広く  
一般の人に公開されるもの

※主催者は、文化団体・企業・学校・公益法人（宗教  
法人を除く。）などとしします。

【対象期間】

10 月 1 日(水)～ 11 月 30 日(日)

【協賛事業の決定】

協賛事業としての承認は、実行委員会決定後、申  
し込み団体へ通知します。通知は 8 月中旬を予定して  
います。承認した事業は、「伊賀市民文化祭協賛事業」  
として広報いが市などでお知らせします。

※事業経費は、全額主催者の負担となります。

## 公募事業・協賛事業に申し込むには…

申込書に必要な事項を記入の上、ファックスまた  
は持参で申し込んでください。引き換えに出演・  
出品者全体会議のご案内をお渡しします。

※ファックスの場合、1 週間以内に全体会議の案  
内が返信されないときはご連絡ください。

（全体会議は 8 月 19 日(水)午後 7 時からの予定）

【申込期間】 7 月 7 日(月)～ 31 日(木)

【申込書配布場所】 ※配布は 7 月 7 日(月)から

文化交流課・本庁玄関受付・各支所振興課・各公  
民館（中央・いがまち・島ヶ原・阿山・大山田・青山）

※市ホームページでもダウンロードできます。

【申込先】 文化交流課（上野ふれあいプラザ 2 階）

☎ 22-9621 FAX 22-9628



## カラオケ部門は



伊賀市民文化祭協賛事業として開催します

【と き】 11 月 9 日(日)

【ところ】 蕉門ホール

【申込方法】 往復はがきに団体名・代表者の氏名・  
住所・電話番号・出場者数（個人の場合は氏名・  
住所・電話番号）を明記の上、送付してください。  
返信用はがきで、第 1 回打ち合わせ会のご案内を  
します。

【申込期限】 7 月 25 日(金)消印有効

【申込先】 〒 518-0825 伊賀市小田町 2009-1  
伊賀市民文化祭協賛「カラオケの部」実行委員会

【問い合わせ】 ☎ 090-1626-5294（福德）

いざというときの、あんしんのために

# 国民健康保険税

【問い合わせ】 保険年金課 ☎22・9659 FAX26・0151

国民健康保険（国保）は、被保険者の皆さんが病気やけがをしたとき、安心して医療を受けることができる制度です。4月末現在、市内で13,869世帯、21,552人が国民健康保険に加入しています。

7月は国民健康保険税の本算定の月です。7月中旬に世帯主（納税義務者）に保険税納税通知書を送付します。納期内納付にご協力ください。

日本では、すべての人が何らかの医療保険に加入することになっています。

国民健康保険は、職場の健康保険に加入している人、後期高齢者医療に加入している人、生活保護を受けている人などを除いたすべての人が加入します。

納めていただいた保険税と、国などからの補助金を財源にして、医療費・高額療養費・出産育児一時金などの保険給付の支払い、後期高齢者支援金などの各種拠出金の支払い、特定健診・簡易人間ドック・脳ドックなどの保健事業を行い、皆さんの健康を支えています。しかし、高齢化や生活習慣病の増加、高度医療技術の進歩などにより、医療費は年々増加しています。市ではより効率的な運営に努めていきますので、皆さんも健康に心がけ、医療費を有効に使っていただき、ますようご協力をお願いします。

## ◆本算定の納税通知書をお届けします

世帯主が国保に加入していませんが、世帯の中に国保加入者がいれば納税通知書が世帯主あてに届きます。今回お届けする納税通知書の税額は、次ページの「国民健康保険税算定の税率など」により計算します。

### ①普通徴収の人

1期（7月）から9期（平成27年3月）までの9期（回）に割り振っています。

### ②特別徴収

**（年金からの天引き）の人**  
本算定年税額から4月・6月・8月の仮算定税額を差し引いた額を、10月・12月・平成27年2月の3回に割り振っています。

※年税額の具体的な計算例は、次ページのとおります。

## ◆特別徴収（年金からの天引き）を口座振替に変更できます

国保に加入している人全員（世帯主を含む）が65歳以上で一定の条件を満たしている場合は、保険税を年金から天引きさせていただいていますが、申請により口座振替に変更することができません。

○申請の期限はありませんが、申請の時期により口座振替への変更時期が変わります。

○年金天引きを継続される場合やすでに口座振替に変更されている場合は、改めて申請していただく必要はありません。

○口座振替に変更された場合、所得税に関する社会保険料控除は口座振替により支払った人に適用されます。年金天引きの人は、ご本人に社会保険料控除が適用されます。

## 保険税の軽減制度（均等割・平等割を減額）

| 前年の世帯合計所得が下記の金額以下  | 軽減割合 |
|--------------------|------|
| 33万円               | 7割   |
| 33万円+（加入者数×24万5千円） | 5割   |
| 33万円+（加入者数×45万円）   | 2割   |

※加入者数、前年の世帯合計所得には後期高齢者医療に移行した人を含めて算出しています。（世帯に異動がある場合を除く。）



## 非自発的失業者に係る保険税の減額制度

倒産・解雇などによる離職（特定受給資格者）や雇い止めなどによる離職（特定理由離職者）をされた人の前年給与所得を30／100とみなして保険税の算定を行います。雇用保険受給資格者証と印鑑を持参し申請してください。

### 《該当する離職理由コード》

11・12・21・22・23・31・32・33・34

※離職理由コードは雇用保険受給資格者証に記載されています。

### 《対象期間》

離職の翌日の属する月から翌年度末まで

## 保険税は被保険者になった月から

保険税は、被保険者になった月から納めていただくことになります。

被保険者になった月とは、市で届け出をしたときでなく、ほかの市町村から転入した日、あるいは職場の健康保険を脱退した日など、市国保加入の資格が発生したときをいいます。届け出が遅れると保険給付を受けられない場合があります。保険税は国保資格の発生日までさかのぼって納めていただくことになります。

ほかの市町村へ転出した、職場の健康保険に加入したなど（伊賀市国民健康保険被保険者資格の喪失）の場合は、その月分からの保険税は課税されませんが、届け出が必要です。

国民健康保険の届け出は  
必ず14日以内に！

## ◆国民健康保険税算定の税率など

|           | 所得割 ※1 | 均等割 ※2 | 平等割 ※3 | 限度額     |
|-----------|--------|--------|--------|---------|
| 医療給付費分    | 6.7%   | 23,000 | 22,000 | 510,000 |
| 後期高齢者支援金分 | 1.08%  | 3,500  | 4,500  | 160,000 |
| 介護納付金分    | 1.5%   | 6,000  | 4,500  | 140,000 |

※1 所得割 前年中の総所得金額から基礎控除額（33万円）を差し引いた額に対して

※2 均等割 国保に加入している人、1人に対して

※3 平等割 1世帯に対して

### ■医療給付費分の税額の計算例

◎4人が国民健康保険に加入

総所得 基礎控除額  
2,000,000円 - 330,000円 = 1,670,000円  
所得割額 1,670,000円 × 6.7% = 111,890円  
均等割額 23,000円 × 4人 = 92,000円  
平等割額 22,000円 × 1世帯 = 22,000円  
医療給付費分年税額（100円未満切捨て） 225,800円

### ■後期高齢者支援金分の税額の計算例

所得割額 1,670,000円 × 1.08% = 18,036円  
均等割額 3,500円 × 4人 = 14,000円  
平等割額 4,500円 × 1世帯 = 4,500円  
後期高齢者支援金分年税額（100円未満切捨て） 36,500円

### ■介護納付金分の税額の計算例

◎2人が介護保険に加入（40歳以上65歳未満）  
所得割額 1,670,000円 × 1.5% = 25,050円  
均等割額 6,000円 × 2人 = 12,000円  
平等割額 4,500円 × 1世帯 = 4,500円  
介護納付金分年税額（100円未満切捨て） 41,500円

※上記の加入世帯の国民健康保険税は、医療給付費分、後期高齢者支援金分、介護納付金分の合計額 225,800円 + 36,500円 + 41,500円 = 303,800円となります。

○世帯主（40歳）  
給与所得 200万円  
○配偶者（40歳）無職  
○子（10歳）  
○子（7歳）  
という4人家族の場合…



国民健康保険税の  
「医療給付費分・後期高齢者支援金分・介護納付金分」

計算例

いつまでも元気で暮らしていくために

# 後期高齢者医療制度

被保険者証と  
保険料率が変わります

【問い合わせ】

三重県後期高齢者医療広域連合事業課 ☎059・221・6883 / 6884  
保険年金課 ☎22・9660 FAX 26・0151

後期高齢者医療保険は、75歳以上のすべての人（生活保護受給の人は除く）が被保険者です。また、65歳以上で一定の障がい<sup>\*1</sup>があり、申請により後期高齢者医療広域連合（広域連合）の認定を受けた場合は加入できます。

**\*1 一定の障がいとは…**

- 国民年金法などにおける障害年金1級、2級
- 身体障害者手帳1級から3級、4級の1部（音声言語下肢の1号、3号または4号に関する障害）
- 療育手帳の重度障害（A）
- 精神障害者保健福祉手帳の1級、2級



## 被保険者証

7月下旬に、新しい被保険者証（若草色）をご自宅へ簡易書留で郵送します。現在の被保険者証（ピンク色）は、8月1日以降使用できません。新しい若草色の被保険者証が届きましたら、ピンク色の被保険者証は保険年金課または各支所住民福祉課に返却するか、破棄してください。

### 住民税非課税世帯の被保険者が入院や通院をするときは…

世帯全員が住民税非課税の場合、『限度額適用・標準負担額減額認定証』を病院の窓口へ提示すると、入院の際の食事が減額されたり、1カ月の窓口払いが一定の金額でとどめられます。

認定証の交付を受けるには、申請が必要です。該当する人は、保険年金課または各支所住民福祉課へ申請してください。

## 保険料

後期高齢者医療制度では、被保険者一人ひとりに対して保険料を計算します。原則7月中旬に保険料額と納付方法の通知を送付します。



### ◆保険料の計算方法

保険料額は、被保険者全員が定額を負担する「均等割額」と、その人の所得に応じて負担する「所得割額」の合計額です。

保険料を計算する基礎となる保険料率（均等割額と所得割率）は、法律により各都道府県の広域連合が2年ごとに見直すことと定められています。

今年度は、その改定の年にあたり、平成26年度と平成27年度の三重県の年間保険料率は次のとおりです。

### ○三重県の年間保険料額

|                               |   |                          |   |                                                            |
|-------------------------------|---|--------------------------|---|------------------------------------------------------------|
| 平成26年度年間保険料額<br>限度額57万円（55万円） | = | 均等割額<br>43,050円（39,120円） | + | 所得割額<br>総所得金額等 <sup>*2</sup> から33万円を引いた額に8.30%（7.55%）をかけた額 |
|-------------------------------|---|--------------------------|---|------------------------------------------------------------|

※（ ）内は平成24・25年度の数字

**\*2 総所得金額等とは…**

○平成25年中の各収入から必要経費（公的年金控除額や給与控除額など）を差し引いた所得の合計額で、申告分離課税の所得金額や山林所得金額を含みませんが、退職所得は含みません。

○遺族年金や障害年金は収入に含みません。  
○各種所得控除（社会保険料控除・配偶者控除・扶養控除・医療費控除など）は適用されません。

## 保険料の軽減措置

### ① 所得が低い世帯の人に対する軽減

#### ■均等割の軽減

所得が低い世帯の人は、次の基準により均等割額を軽減します。

平成26年度からは軽減基準の見直しにより、2割軽減・5割軽減の対象を拡大します。

○世帯は4月1日（年度途中に資格取得された人は資格取得日）現在の状況で判定します。

○65歳以上の人の年金所得は、通常の公的年金控除以外に15万円を控除して計算します。

○事業専従者控除、譲渡所得の特別控除は適用されません。

#### ■所得割の軽減

基準所得金額（所得割の計算の基礎となる総所得金額等から33万円を引いた額）が58万円以下の場合、所得割を5割軽減します。



### ② 後期高齢者医療制度に加入する前日に被用者保険<sup>※3</sup>の被扶養者であった人に対する軽減

被保険者均等割額を9割軽減し、所得割は賦課しません。該当する人には軽減措置を行った後の保険料額を通知しますが、被用者保険の被扶養者であった人で軽減措置が行われていない場合は、保険年金課にお知らせください。

#### \*4 被用者保険とは…

協会けんぽ、企業の健康保険組合による健康保険、船員保険、公務員の共済保険などのことをいい、市町国民健康保険や国民健康保険組合は含まれません。

## 保険料の減免・徴収猶予

災害にあった場合や、生活困難により保険料の納付が著しく困難な人（おおむね生活保護基準に準じる程度の場合）は、申請することにより、保険料の減免や徴収猶予の措置を受けることができる場合がありますので、保険年金課にご相談ください。

## 保険料の徴収

保険料の徴収方法は、原則として特別徴収（年金からの天引き）となります。

ただし、年金の受給額が年額18万円未満の場合や、介護保険料と後期高齢者医療保険料を合わせた1回あたりの天引き額が、年金の1回あたりの受給額の2分の1を超える場合は、納付書や口座振替などで納付していただく普通徴収となります。

### ① 特別徴収となる人へは、保険料額決定通知書と10月以降の年金支給月ごとに天引きとなる額を通知します。

10・12・2月の  
年金天引き予定額

平成26年  
4・6・8月の  
年金天引き額

＝

平成26年度  
年間保険料額

※複数の年金を受給されている場合  
受給額の多少に関わらず、国民年金・厚生年金・共済年金の順番で優先順位の高い年金から天引きされます。

### ② 普通徴収となる人へは、保険料額決定通知書と納付書を送付します。

#### ■普通徴収の納期

|          |          |
|----------|----------|
| ○第1期…7月  | ○第2期…8月  |
| ○第3期…9月  | ○第4期…10月 |
| ○第5期…11月 | ○第6期…12月 |
| ○第7期…1月  | ○第8期…2月  |
| ○第9期…3月  |          |

※保険料は納期限内に納めてください。納期限を過ぎて納付がない場合は、督促状を送付します。なお、納付書払いから口座振替へ変更することができません。希望する人は申請が必要です。

### ③ 納付方法を年金天引きから口座振替に変更できます。

希望する人は申請が必要です。なお、申請の時期により口座振替への変更時期が異なります。



## ○均等割額の軽減基準

※（ ）内は平成24・25年度の数字

| 同一世帯の被保険者・世帯主の<br>総所得金額等の合算額                       | 軽減<br>割合 | 軽減後の額                |
|----------------------------------------------------|----------|----------------------|
| 33万円以下であって<br>被保険者全員の年金収入が80万円以下<br>※そのほか各種所得がないこと | 9割       | 4,305円<br>(3,912円)   |
| 33万円以下                                             | 8.5割     | 6,457円<br>(5,868円)   |
| 33万円+被保険者数 <sup>*3</sup> ×24.5万円以下                 | 5割       | 21,525円<br>(19,560円) |
| 33万円+被保険者数×45万円(35万円)以下                            | 2割       | 34,440円<br>(31,296円) |

\*3 平成24・25年度は世帯主を除く被保険者数

あなた自身や家族の将来を支える

# 介護保険制度

【問い合わせ】 介護高齢福祉課 ☎ 26・3939 FAX 26・3950

介護保険制度は、住み慣れた地域でいつまでも健やかに暮らせるように、また介護が必要になっても、安心して自立した生活を送れるように、社会全体で支えていくというものです。一定の介護が必要な状態になったとき、市町村の認定を受けることで、指定された事業者から介護サービスが受けられるしくみです。

## ■介護保険制度は、次のような財源で運営しています

介護保険制度の運営は、40歳以上の人に納めていただいた保険料と国・県・市の負担金などの公費でまかなわれています。

原則、かかった費用の1割を利用者が負担し、残りの9割は、介護保険から支払われます。

## ■介護保険料に関するよくある質問

?? サービスを利用しなくても

保険料を納めるのですか

介護保険は支え合いの制度です。サービスを利用しているかどうかにかかわらず、原則40歳以上の人は全員保険料を納めなければなりません。

?? 保険料はどのようにして納めるのですか

原則として年金から納めることになっています。「保険料の納め方」参照）なお、40～64歳の人の保険料は、加入している医療保険料と一括して納めていただいています。

?? 保険料を納めないでいるとどうなるのですか

滞納した期間に応じて、介護サービスの利用者負担が1割から3割に引き上げられるほか、高額介護サービス費などの支給が受けられなくなります。

## ■保険料の納め方

65歳以上の人の介護保険料の納付は、年金からの天引き（特別徴収）が基本ですが、一部、納付書または口座振替での納付（普通徴収）の場合があります。

①特別徴収の場合：老齢・退職年金、障害年金、遺族年金の受給額が年額18万円（月額1万5千円）以上の人は、年金から保険料を天引きします。改めて納付の手続きをする必要はありません。

②普通徴収の場合：特別徴収の対象にならない人は、市から送付する納付書か口座振替で納めていただきます。

### 《特別徴収の対象にならない人》

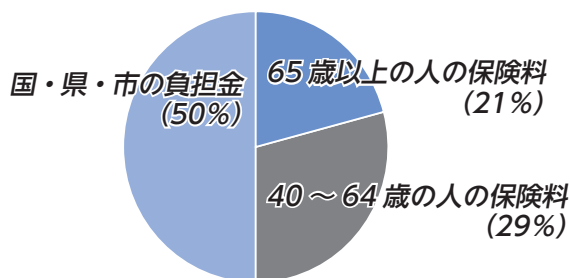
- 老齢・退職年金、遺族年金、障害年金が年額18万円（月額1万5千円）未満の人
- 65歳になった直後の人
- 他市町村から転入した直後の人
- 年度当初（4月1日現在）で年金を受給していなかった人

## ■介護保険料納入通知書を発送します

65歳以上の人の介護保険料は、7月に前年中の所得に基づいた今年度の住民税の課税状況による算定を行い、7月中旬に納入通知書を発送します。

介護保険料額の算定は、本人や同じ世帯の人に市民税が課税されているかと、本人の前年の所得額や年金収入額がいくらかによって、年額で67,848円を基準として、33,924円から135,696円までの11段階に分かれます。

介護保険制度の財源



## ■特定不妊治療費助成事業

|         |                            | ①三重県特定不妊治療費助成事業                                                                                                                               | ②伊賀市特定不妊治療費助成事業<br>(①とあわせて申請)                                                                                           |
|---------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 助成要件    |                            | ○特定不妊治療以外の方法では、妊娠の見込みがないか極めて少ないと医師に診断された法律上の夫婦<br>○指定医療機関で治療を受けたもの<br>○夫婦の双方またはどちらかが伊賀市に住民登録されていること                                           |                                                                                                                         |
| 所得制限    |                            | 夫婦の前年の所得の合計額<br>(1～5月の申請は前々年の所得)<br>730万円未満                                                                                                   | 夫婦の前年の所得の合計額<br>(1～5月の申請は前々年の所得)<br>400万円未満                                                                             |
| 助成上限額   |                            | 1回あたり<br>上限15万円または7万5千円<br>(治療内容による)                                                                                                          | 1回あたり上限10万円                                                                                                             |
| 助成期間・回数 | 平成26年度<br>平成27年度<br>(移行期間) | 《新規申請者》<br>○39歳以下<br>通算6回まで、年間回数制限なし<br>○40歳以上<br>初年度3回まで、2年目2回まで<br>《平成25年度までに<br>助成を受けている人》<br>初年度3回まで、2年目以降年2回<br>まで、通算5年10回まで<br>(年齢制限なし) | 《新規申請者》<br>○39歳以下<br>通算6回まで、年間回数制限なし<br>○40歳以上<br>初年度3回まで、2年目2回まで<br>《平成25年度までに<br>助成を受けている人》<br>年1回、通算5年まで<br>(年齢制限なし) |
|         | 平成28年度<br>以降               | ○39歳以下<br>通算6回まで、年間回数制限なし<br>○40～42歳<br>通算3回まで、年間回数制限なし<br>○43歳以上の治療 助成対象外                                                                    | ○39歳以下<br>通算6回まで、年間回数制限なし<br>○40～42歳<br>通算3回まで、年間回数制限なし<br>○43歳以上の治療 助成対象外                                              |

※助成回数は、平成27年度までに助成を受けた回数や三重県以外で助成を受けた回数も通算されます。

※通算回数は、はじめて助成を受ける際の治療開始時の妻の年齢で判断します。

### ■7月から伊賀市特定不妊治療費助成事業の対象を拡大します

○第2子以降の特定不妊治療費に  
対する助成回数追加事業

#### 《対象》

妻の年齢が43歳未満(平成26～27年度は40歳未満)で1人以上の実子がいる夫婦のうち、平成26年度以降に新規に特定不妊治療費の助成を受け、助成上限回数を超過した夫婦

《助成額》 特定不妊治療費の助成を受けた

回数と合算して通算8回までの治療費の一部(1回あたり上限15万円)

○男性不妊治療費助成事業

#### 《対象》

男性を対象とする保険適用外の手術など(特定不妊治療の一環として行われるもの)

#### 《助成額》

特定不妊治療費助成事業に上乗せして、治療費の一部(1回あたり上限5万円)

### 《7月から不育症治療費助成事業がはじまります》

2回以上の流産、死産などを繰り返し、子どもをもつことができない状態を一般的に「不育症」といいます。

市では、不育症に悩む夫婦の経済的負担の軽減を図るため、不育症治療・検査に要した費用の一部を助成します。

《対象治療》 平成26年7月1日以降に医療機関で受けた保険適用外の不育症治療・検査

#### 《対象者》

次の要件をすべて満たしている人

○医師に不育症と診断された法律上の夫婦  
○夫婦の双方またはどちらかが伊賀市に住民登録されていること

○夫婦の前年(1～5月の申請は前々年)の所得の合計額が400万円未満

《助成内容》 1年度1回限り、上限10万円

# 特定不妊治療費助成事業

【問い合わせ】

健康推進課

☎ 22・9653

FAX 22・9666

指定した医療機関で特定不妊治療(体外受精または顕微授精で採卵に至ったもの)を受けた夫婦を対象に治療費の一部を助成します。

# 資源・ごみの分別収集にご協力ください

【問い合わせ】 廃棄物対策課  
☎ 20-1050 FAX 20-2575

## 【可燃ごみ】 ※市指定ごみ袋

○生ごみの約7割が水分です。必ず水切りをして出してください。

○資源となる「容器包装プラスチック」や「紙類」が混入しています。大切な資源ですので必ず分別してください。

※正しく排出することで、RDFの処理コストが軽減されます。

## 【埋立ごみ】 ※「ごみ袋」は透明か白色半透明のもの

○「危険物」「テープ類」は必ず区分ごとにごみ袋に入れて出してください。「ガラス・せともの・乾電池」「その他」はそのまま回収箱に入れて出してください。

○スプレー缶やガスライターは、穴をあけて、必ず中のガスを抜いてから出してください。

※スプレー缶からの発火により、収集車両内のごみに引火する事故が起こっています。

## 【アルミ缶】 ※「ごみ袋」は透明か白色半透明のもの

○資源としてリサイクルしますので、中を軽く水洗い

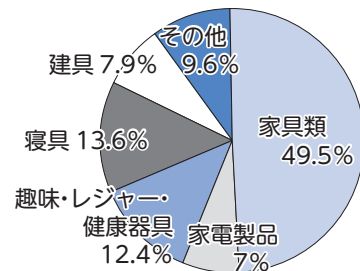
いただき、必ずごみ袋に入れて出してください。

※回収箱に出されているものは収集しません。

## ◆粗大ごみ戸別(一般)収集事業(平成26年4月～)

家具・寝具類や、ストーブなど灯油を燃料とする危険物、家電製品類など集積場へ出せないごみなどを、ご自宅の玄関先などまで収集に伺う事業で事前に予約が必要です。費用は1点200円です。(予約先：伊賀北部粗大ごみ受付センター ☎ 20-1255)

### 4・5月に収集した主な品目(1,104点)



【問い合わせ】 廃棄物対策課・各支所振興課

## お知らせ お詫びと訂正

広報いが市6月1日号4ページの集団がん検診日程表と8ページの歯科検診実施医療機関、6月15日号8・9ページの記事に誤りがありました。お詫びして訂正します。

### ①集団がん検診日程表

8月24日(日)の検診時間

《誤》 午後1時30分～3時

《正》 午前9時～11時30分

### ②歯科検診実施医療機関

服部歯科医院の電話番号

《正》 ☎ 23-3130

### ③無料クーポンが届いたら

乳がん検診を受けましょう

《誤》 今年満40歳を迎える女性

《正》 今年度満41歳を迎える女性

### ④ライトピアおおやまだ

人権フェスティバル

《誤》 7月9日(金)

《正》 7月9日(水)

### 【問い合わせ】

①②健康推進課

☎ 22-9653 FAX 22-9666

③伊賀市健診センター

☎ 24-1186 FAX 24-1123

④ライトピアおおやまだ

☎ 47-1160 FAX 47-1162

## お知らせ さくらリサイクルセンター 休日開場のお知らせ

伊賀北部地区(さくらリサイクルセンター管内)の地域や各種団体などの環境美化活動で回収したごみや、家庭から出されるごみを休日開場して持ち込みを受け入れます。

なお、環境美化活動で回収したごみの処理には減免措置を適用しますので、開場日の2週間前までに「処理手数料減額(免除)申請書」を提出してください。

### 【と き】

○休日開場\*

8月3日(日)

午前9時～午後4時30分

○臨時休日開場

8月17日(日)

午前9時～午後0時30分

\*偶数月の第1日曜日は休日開場して直接持ち込みを受け入れています。

### 【問い合わせ】

さくらリサイクルセンター

☎ 20-9272

FAX 20-2575

月～金曜日(祝日除く。)

午前8時30分～午後5時15分

## お知らせ インターネット公売

市税の滞納処分として差し押さえた財産などをインターネット上のオークション形式で公売します。

落札代金は市の財源として活用しますので、積極的にご参加ください。詳しくは、市ホームページでご確認ください。

### 【市ホームページ掲載開始日時】

7月7日(月) 午後1時

### 【参加申込期限】

7月22日(火) 午後11時

### 【入札開始日時】

7月29日(火) 午後1時

### 【問い合わせ】 収税課

☎ 22-9612 FAX 22-9618

## 今月の納税

●納期限 7月31日(木)

納期限内に納めましょう

固定資産税(2期)

国民健康保険税(1期)

※納税は便利な口座振替で

### 【問い合わせ】

収税課 ☎ 22-9612

お知らせ拡大版

お知らせ

催し

募集

まちかどピックアップ

コラム

図書・救急など

## 催し 障がい者福祉計画(中間案)意見交換会

市では、障がい者のための施策についての基本方針を定めた第3次伊賀市障がい者福祉計画を策定するにあたり、中間案に対する意見をお聞きするため、意見交換会を開催します。

【と き】

7月20日(日) 午後1時30分～

【ところ】 ハイトピア伊賀

5階多目的大研修室

【問い合わせ】 障がい福祉課

☎ 22-9657 FAX 22-9662

## 催し 7・8・9月はフードナイト!

こだわりの食を中心にした定期市「伊賀風土FOODマーケット」。暑さが厳しくなる7、8、9月は時間を夕方4時30分から夜9時までに変更し、「伊賀フードナイト」として開催します。

夕涼みしながら伊賀酒や伊賀牛など美味しい伊賀を楽しんでください。

【と き】 毎月第2日曜日

※夜間開催は7月13日、8月10日、9月14日のみ

【ところ】 上野市駅前多目的広場

【出店数】 約50ブース

【問い合わせ】 ㈱まちづくり伊賀上野

☎ 050-5204-2828

<http://dacolabo.org/market/>  
中心市街地推進課

☎ 22-9825 FAX 22-9628

## 催し 合同就職セミナー

地元就職の促進を図るため、就職セミナー(U・J・Iターンを含む合同求人説明会)を開催します。多数ご参加ください。

【と き】

7月18日(金) 午後1時～4時

【ところ】 上野フレックスホテル

【内 容】

○求人企業

市内企業、周辺企業など約30社

○求職者

卒業予定の大学生・短大生・専門学校生と、現在職業についていない人

【問い合わせ】 商工労働課

☎ 22-9669 FAX 22-9628

上野商工会議所 ☎ 21-0527

伊賀市商工会 ☎ 45-2210

名張商工会議所 ☎ 63-0800

## お知らせ 社会を明るくする運動

「犯罪や非行を防止し、

立ち直りを支える地域のチカラ」

「社会を明るくする運動」は、さまざまな立場の人が力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築こうとする全国的な運動で、毎年7月を強調月間としています。

市推進委員会では、皆さんからお寄せいただいた「愛の資金」で、「街頭啓発」「作文コンテスト」「更生保護活動」などの事業を推進しています。

◆『愛の資金』にご協力を!

平成25年度の「愛の資金」募金額は、2,444,205円でした。ご協力ありがとうございました。

平成26年度もご協力をよろしくお願いします。

【問い合わせ】 厚生保護課

☎ 22-9650 FAX 22-9661

## お知らせ 夏の交通安全県民運動実施

【運動期間】 7月11日(金)～20日(日)

【運動の重点】

○子どもと高齢者の交通事故防止

○全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

○自転車の安全利用の推進

○飲酒運転の根絶

暑さを避けて、朝夕に屋外で遊ぶ子どもや外出する高齢者が増えます。夕暮れ時は早めのライト点灯を。歩行者、自転車利用者は反射材を着用しましょう。

【問い合わせ】 市民生活課

☎ 22-9702 FAX 22-9641

## 催し 吹奏楽公開練習コンサート

地域の皆さんに芸術を身近に親しんでもらうこと、そして、地域の芸術レベルの向上を目的として、青山中学校吹奏楽部のコンサートを開催します。

普段見ることのない練習風景を公開し、合奏が完成していく様子をご覧いただきます。

合奏の息が合ったときの感動を皆さんも一緒に体験してみませんか。

【と き】

7月24日(休) 午後1時30分～

【ところ】 青山ホール

【問い合わせ】 青山公民館

☎ 52-1110 FAX 52-1211

## お知らせ 7月は「青少年の非行・被害防止全国強調月間」

子どもたちが楽しみにしている夏休みがもうすぐ始まります。子どもたちにとっては、普段、体験できないことをするよい機会となります。しかし、開放感から生活が不規則になりがちであり、問題行動も発生しやすい時期でもあります。

明日の伊賀市を担う子どもたちを社会全体で育むため、家庭・学校・地域が一体となって青少年健全育成の取り組みを推進することが必要です。このため、伊賀市青少年育成市民連絡会議と教育委員会では次の課題に取り組んでいます。市民の皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

《青少年に有害な環境をなくす

活動などの推進》

青少年の非行を誘発しやすい施設などを巡回し、関係者の協力を求めることで青少年を取り巻く有害環境をなくす活動を推進します。

《研修会などの開催》

青少年健全育成に関する講演会や研修会を通じて、青少年の健全育成についての理解を深めていきます。

◆伊賀市青少年センター

非行問題や交友問題など青少年の悩みを解決するため、伊賀市青少年センター主任補導員が電話や面接により、適切な指導・助言を行っています。お気軽にご相談ください。

【と き】 月～金曜日

午前9時～午後4時(祝日は除く。)

【ところ】 伊賀市青少年センター

(上野ふれあいプラザ3階)

【相談電話番号】 ☎ 24-3251

【問い合わせ】 生涯学習課

☎ 22-9679 FAX 22-9692

## お知らせ 伊賀市消防団が三重県消防操法大会に出場

消防操法大会は、消防団員の技術の向上と士気を高め、消防活動を充実発展させることを目的とした大会で2年に1回開催されています。

今年は、伊賀市・名張市消防団の代表として、伊賀市消防団伊賀分団がポンプ車操法の部に出場します。

【と き】 7月13日(日) 午前9時

【ところ】 三重県消防学校(鈴鹿市石薬師町452番地)

【問い合わせ】 消防本部消防救急課

☎ 24-9115 FAX 24-9111

## 催し 病院で働こう！ ～オープンホスピタル～

中学生・高校生・

専門学校生・大学生の皆さんへ

将来病院などで働こうと考えている皆さん、医療の現場を体験してみませんか。

医師・看護師・薬剤師・放射線技師・管理栄養士・臨床検査技師・臨床工学技士・理学療法士などが仕事の内容についてシミュレーター（体験用の器材）などを使用して説明し、疑似体験していただけます。

【と き】 8月2日(土)

○開場：午前11時45分

○各部門プレゼンテーション（講義）：午後0時15分～

○各ブースの業務体験・展示（院内見学）：午後1時30分～3時

※申し込み不要

【ところ】 上野総合市民病院 西館1階会議室ほか

【対象者】

中学生・高校生・専門学校生・大学生・一般

【内 容】

内視鏡デモ器材を使っの手術体験、採血体験・細胞観察、腹部エコー機器の使用体験、栄養剤などの試飲

【問い合わせ】

上野総合市民病院経営企画課

☎ 24-1111 FAX 24-1565

## 催し 七夕笹飾りコンクール

銀座商店街では、夏の風物詩として皆さんに親しまれている「七夕笹飾りコンクール」を開催します。

そこで、笹飾りの飾り付けをする個人・団体の皆さんを募集します。

【開催期間】

7月30日(水)～8月6日(水)

【内 容】

笹竹は銀座商店街で準備しますが、飾り付けは各自でお願いします。（材料は雨にぬれても良いもので、リサイクル品など）

○笹竹の支給：7月28日(月)

○笹飾りの搬入：7月30日(水)

【申込期限】 7月16日(水)

【申込先・問い合わせ】

伊賀上野銀座商店街振興組合

☎ 24-2044 FAX 24-2065

【問い合わせ】

商工労働課

☎ 22-9669 FAX 22-9628

## 催し 第30回青山夏まつり

【と き】 7月20日(日)

午後3時～9時30分

【ところ】

青山ホール前・青山公民館周辺

【内 容】

こども積み木広場・出店・盆踊り・和太鼓演奏・ソーラン踊りのほか各種ダンスの披露・花火の打ち上げ

【問い合わせ】

第30回青山夏まつり実行委員会事務局（JA伊賀南部農協青山支店）

☎ 52-1121 FAX 52-1744

青山支所振興課

☎ 52-1112 FAX 52-2174

## 催し 認知症の人と家族の会 「伊賀地域つどい・交流会」

【と き】 7月22日(火)

午後1時30分～4時

【ところ】

名張市武道交流館いきいき（名張市蔵持町里2928番地）

【内 容】

認知症の人を介護する家族の情報交換の場

【参加費】 200円

※認知症の人は無料。家族の会会員は100円。申し込み不要。認知症の人が参加する場合は、事前に連絡してください。

【問い合わせ】

伊賀市地域包括支援センター（中部）☎ 26-1521 FAX 24-7511

## 催し 寺田市民館 「じんけん」パネル展

寺田市民館では、部落差別をはじめとするあらゆる差別事件の解決をめざして、毎月テーマを変えて、「じんけん」パネル展を開催しています。

【と き】 7月2日(水)～30日(水)

午前8時30分～午後5時

※土・日曜日、祝日は除く。

【ところ】

寺田教育集会所 第1学習室

【内 容】「差別と文化」

被差別の立場にあった人たちが、どのような文化の源流を作ったのか、また生活を支えてきた仕事や産業を紹介します。

【問い合わせ】

寺田市民館

☎/FAX 23-8728

## 催し いがまち人権センター・ 解放講座

いがまち人権センターでは、部落差別をはじめとするあらゆる差別の撤廃に向けて年4回の講座を開催しています。

【と き】 7月25日(金)

午後7時30分～9時

【ところ】 いがまち人権センター

【演 題】 私のおいたちと部落差別

【講 師】

木津川市教育委員会社会教育課  
課長補佐 丸田 光昭さん

【問い合わせ】

いがまち人権センター

☎ 45-4482 FAX 45-9130

## 催し いがまち人権パネル展

いがまち人権センターでは毎月、人権・平和・環境に関わる情報を発信しています。

【と き】

7月8日(火)～17日(休)

午前9時～午後5時

※土・日曜日を除く。

【ところ】 いがまち人権センター

【内 容】

7月は環境問題としてリサイクルについて展示します。

限りある資源を有効に使うため、再資源化のしくみを展示し、私たちにできることをとりあげます。環境問題について、みんなで一緒に考えてみませんか。

【問い合わせ】

いがまち人権センター

☎ 45-4482 FAX 45-9130

## 催し 農業ふれあいまつり

【と き】 7月21日(月祝)

午前9時～午後3時 ※少雨決行

【ところ】 農業公園ふれあい広場（予野11440-2）

【内 容】

○地元農畜産物の展示即売

○園芸相談など

○伊賀産菜種油使用のドーナツの販売

○足湯・動物ふれあい広場・マジック・餅まき など

【問い合わせ】

農業ふれあいまつり実行委員会

☎ 39-1250

農林振興課

☎ 43-2302 FAX 43-2313

## 募集 離乳食教室

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。

【と き】 7月17日(休)

午後1時30分～3時30分

【ところ】

ハイトピア伊賀 4階多目的室

【内 容】

講話「離乳食1～2回食を中心に」、離乳食の調理と試食、栄養相談※調理実習の際、先着10人まで託児があります。(電話予約制)

【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・手ふきタオル

【受付開始日】

7月7日(月) ※電話予約制

【申込先・問い合わせ】 健康推進課

☎ 22-9653 FAX 22-9666

## 募集 自衛官になりませんか

①自衛官候補生・男子

②自衛官候補生・女子

③一般曹候補生

④海上・航空自衛隊航空学生

【応募資格】

①②③ 18歳以上27歳未満の日本国籍を有する人

④ 18歳以上高卒(見込み含む。)で21歳未満の日本国籍を有する人

【受付期間】

①～④ 8月1日(金)～9月9日(火)

【試験期日・会場】

①③ 9月19日(金): 陸上自衛隊久居駐屯地・9月20日(土): 三重県伊賀庁舎(四十九町)

② 9月28日(日)・29日(月): 陸上自衛隊久居駐屯地

④ 9月23日(火祝): 陸上自衛隊久居駐屯地

【試験内容】

①②筆記試験・適性検査・身体検査・口述試験

③1次試験(筆記試験)、2次試験(口述試験・身体検査)

※2次試験は、1次試験合格者のみ

④1次試験(筆記試験・適性検査)

※2次・3次試験はそれぞれ1次・2次試験合格者にお知らせします。

詳しくは「三重自衛隊」を検索するか、お問い合わせください。

【問い合わせ】

防衛省自衛隊三重地方協力本部伊賀地域事務所 ☎ 21-6720

## 募集 読書感想文コンクール

読書は豊かな人間性や考える力を育みます。読書で感じたことを表現してみませんか。一般の人の応募も多数お待ちしております。

【課 題】 自由 ※未発表のもの

【応募資格】 市内在住・在勤・在学の人

【応募区分】

第1部 高校生・大学生・一般

第2部 中学生

第3部 小学生

【応募規定】

○縦書き400字詰め原稿用紙を使用し、応募は1人1点。

○原稿枚数は、第1部・第2部は5枚以内、第3部は3枚以内。

○題名は原稿の欄外へ記入し、氏名・住所・学校名などは、応募票に記入の上、原稿に添えて提出してください。

※応募原稿は、返却しません。

【各 賞】 特選・入選の人には、賞状と副賞をお渡しします。

【応募方法】 郵送・持参

【応募期間】

9月3日(水)～10月3日(金) 必着

【応募先・問い合わせ】

〒518-0873 伊賀市上野丸之内40番地の5 上野図書館

☎ 21-6868 FAX 21-8999

## 募集 産後ママのボディーコンディショニング

日常の子育てから少しはなれて、インストラクターの指導のもとヨガを体験しませんか。

【と き】

7月30日(火) 午前11時～正午

【ところ】 青山保健センター運動施設

【対象者】

産後3カ月～1年までの母親

【内 容】 ヨーガ

【定 員】 15人 ※先着順

※託児を受け付けています(要予約定員あり)

【参加費】 500円(施設入館料)

施設を初めて利用する人は、利用講習会を受講してください。(当日可)

【持ち物】 室内用運動靴・運動できる服装・飲み物

【申込方法】 電話

【申込受付開始日】 7月3日(木)

【申込先・問い合わせ】

青山保健センター

☎ 52-2280 FAX 52-2281

## 募集 夏休み親子お城ウォーク

夏休みに、伊賀上野城の天守閣や高石垣、俳聖殿を見学して、歴史を感じてみませんか。お城では、甲冑を付けたり、「た伊賀一くん」と記念撮影ができます。

【と き】 8月9日(土)

午前9時～午後0時30分(予定)

【集合場所】

ハイトピア伊賀

【見学場所】

上野公園・上野歴史民俗資料館

【対象者】 市内在住の小学生とその保護者15組

※小学生だけの参加はできません。

【引 率】 いがうえの語り部の会会員・文化財課職員

【参加料】 保護者のみ入館料が必要

【持ち物】 水筒・筆記用具

【申込方法】 電話または直接ご来館いただき、参加者の名前・住所・連絡先・年齢・人数を知らせてください。

【申込期間】 7月5日(土)～21日(月)

午前9時～午後5時

※申し込み多数の場合は、抽選を行い、結果を郵送します。

【申込先・問い合わせ】 上野公民館

☎ 22-9637 FAX 22-9692

※土・日曜日、祝日は、☎ 22-9801で受け付けます。

## 募集 おやこ DE のびのび教室

【と き】 7月16日(水)・30日(火)、8月8日(金)・29日(金)

午後1時30分～2時30分

【ところ】

島ヶ原温泉やぶっちゃん「まめの館」

【対象者】 市内に住所のある1歳～未就学の幼児とその保護者

【内 容】 親子のプール教室

【定 員】 15組

【持ち物】 水着、スイミングキャップ、オムツの取れていない子どもは水遊び用紙パンツ、タオル、飲み物など

【参加費】 まめの館利用料

大人: 300円

子ども(3歳以上): 100円

※まめの館を初めて利用する人は、事前に利用説明会(無料)の受講が必要です。

【申込受付開始日時】

7月4日(金) 午前8時30分

【申込先・問い合わせ】

島ヶ原支所住民福祉課

☎ 59-2163 FAX 59-3196



## ねらいを定めて

吹矢教室（6月3日）



▲スタッフの指導のもと、真剣に的を狙う参加者たち

うまく的を狙い高得点を獲得すると、チームメイトからは歓声が上がりました。

島ヶ原会館で、第1回吹矢教室を開催しました。

これは島ヶ原公民館教室の一つで、三重県吹矢レクリエーション協会の稲田浩一さんを講師に招き行ったものです。

参加者は呼吸法を取り入れて実際に吹く練習をしたあと、チームに分かれて、的に当たった矢の点数を競うゲームをしました。



▲この日参加した15人は、わきあいあいとした雰囲気の中、楽しんでいる様子でした。

## 地域文化の継承

島ヶ原文化サークルまつり（6月1日）

この催しは、文化・教養の振興を図るために毎年開催されているもので、今年は8グループ約60人が参加しました。

ふれあいバンド「ミドルズ」による演奏や、島ヶ原音頭保存会による島ヶ原音頭や島ヶ原小唄の披露のほか、大正琴や詩吟、コーラスなどさまざまなグループが日頃の練習成果を発表し、訪れた人を楽しませました。



◀島ヶ原音頭は、島ヶ原文化サークルまつりで初めて披露されました。地元で親しまれている踊りということもあり、会場では一緒に踊る人も多く見られました。

▶日本伝統音楽教室が黒田節や祇園小唄など、4曲を歌いました。



◆一生に一度の成人式、あなたの手で作りませんか？

## 成人式実行委員募集

平成27年1月11日(日)に行う成人式の実行委員を募集します。

実行委員会は9地区ごとに設置し、各地域で独自のプランを企画・運営していただきます。一生に一度の成人式。自分たちの手で作りませんか。友達同士でもかまいません。

### 【対象者】

平成27年に成人式を迎える人（平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれ）

### 【活動内容】

○崇広中学校区、緑ヶ丘中学校区、上野南（旧成和・旧丸山）中学校区、城東中学校区、柘植・霊峰中学校

【問い合わせ】生涯学習課

☎ 22-9679 FAX 22-9692



区、阿山中学校区、島ヶ原中学校区、大山田中学校区、青山中学校区の9カ所のうち、卒業校もしくは現住所の学校区の実行委員会に参加（各委員会を数回開催予定）

○成人式の企画・立案、当日の運営協力など

【募集人数】 20人程度

### 【申込方法】

住所・氏名・生年月日・性別・電話番号を記入の上、Eメール・ファックスでお申し込みください。

【申込期限】 7月31日(木) 必着

【申込先】 生涯学習課

✉gakushuu@city.iga.lg.jp



▲第1回となった今回は、15組の親子が参加しました。

「サークルがはじまって10周年となる今年は、アロマセラピーや、小さい子どもへのマッサージ、ベビータッチを取り入れていきます。」とあいさつしました。

この日は簡単な英語のあいさつの練習や、英語の歌や踊りを楽しみました。また、参加者たちにラベンダーの葉が配ら

▶手と手を合わせるなど、スキンシップを取り入れた遊びをしました。



## 英語で楽しく遊びましょう

親子英語サークル「アメリカンパイ」(6月10日)

阿山保健福祉センターで、簡単な英語を使って歌や踊り、工作などを楽しむ教室が開かれました。講師の井上久美子さんと服部里恵さんが、

れ、香りをかぎながら、「これは何の香りですか」「ラベンダーですよ」と英語で会話する練習をしました。

アメリカンパイは毎月第2火曜日に阿山保健福祉センターで全10回開かれることになっていて、随時会員を募集しています。



## 伊賀の文学に親しむ

伊賀の文学散歩講座(6月11日)

ハイトピア伊賀で、上野公民館教室伊賀の文学散歩講座の第1回を開きました。

この講座は伊賀に関するミステリーや文学作品をわかりやすく読み解くものです。



◀伊賀の地名がでてくる1文が紹介されると、参加者は興味深そうに聞き入っていました。

今回は「信楽・月ヶ瀬 水上勉の母恋い物語」をテーマに、「紅花物語」「しがらき物語」の2つの物語を中心に解説しました。

解説の中で、今年が芭蕉翁生誕370年の年ということに触れ、紅花物語にちなんで芭蕉翁と紅花に関するエピソードを紹介する場面もありました。



▲講師は元高校教諭の福田和幸さん

有料広告を募集します  
 広告の募集を行っています。掲載料は1枠(縦5cm×横9cm)2万円です。  
 掲載を希望する号の2カ月前からお申し込みいただけます。  
 広告に関するお問い合わせは、広聴情報課(☎22・9636)までお願いします。  
 ※掲載の広告について不明な点は直接広告主へお問い合わせください。



2週間お試し!  
**3,000円**  
 レンタル実施中!!

ベストサウンド  
**上野補聴器センター**  
 〒518-0873 三重県伊賀市上野丸之内156-1 TEL:0595-21-0488 営業時間◎9:00~17:30 定休日◎日曜・祝日

カラダのこと  
おしえて!

上野総合市民病院からのお知らせ

## 乳がん検診を受けましょう ～女性技師によるマンモグラフィ～

乳がんは1996年(平成8年)には日本人女性の罹患率第1位になり、年間約5万人(約18人に1人の割合)の女性が乳がんを患うとされ、死亡数も年々増えています。

乳がんになる人が多いのは30～40代の女性ですが、20代や70代、80代の女性にもみられ、幅広い年齢層で全体的に増えています。その背景に、食生活の欧米化に伴う肥満の増加、女性のライフ



スタイルの変化があるためです。

乳がんは、早期に発見して適切な治療を受ければ9割以上が治ります。早期乳がんとは、しこりの大きさが2cm以下でリンパ節や全身に転移がない状態のことです。しかし発見が遅れたり、治療を受けずにいると、

がんは周囲の組織に広がり、リンパ節や骨、肺、肝臓、脳などに転移して命を脅かします。そのような事態をできるだけ防ぐためには、乳がんを早期に発見して、できるだけ早く治療を開始しなければなりません。

月に1回の自己診断を続けることで、普段とは違う乳房の変化に気づくことができます。またがんを早い時期に発見するためには、毎月の自己検診に加えて、マンモグラフィなどの画像検査を取り入れた乳がん検診を定期的に受けることが大切です。

上野総合市民病院

検診マンモグラフィ撮影認定診療放射線技師

石野 麻貴



【問い合わせ】 上野総合市民病院 ☎ 24-1111



## 国民年金の はなし

### ■国民年金保険料の免除制度をご存じですか

#### ①保険料免除制度・若年者納付猶予制度

保険料を納め忘れた状態で、万一、障がいや死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付を免除・猶予する「保険料免除制度」や「若年者(30歳未満)納付猶予制度」をご利用ください。

【平成26年度免除受付開始日】

7月1日(火)

【対象期間】

7月～平成27年6月分

#### ②学生納付特例

学生で、本人の所得が一定額以下の場合に国民年金の保険料が免除される「学生納付特例」があります。

【承認期間】 4月～平成27年3月

※①②とも、申請は原則として毎年必要です。

※今年4月1日から、2年1カ月前までさかのぼって

免除申請ができるようになりました。その期間に未納があり、なおかつ納付が困難な場合には速やかに申請してください。

### ■追納で年金額が増やせます

保険料の全額免除や一部納付などの承認を受けた期間は、保険料を全額納付したときに比べ、将来受ける年金額が少なくなります。そこで、これらの期間は、10年以内であれば、あとから保険料を納めること(追納)ができます。ただし、すでに老齢基礎年金を受けている人は追納することができません。保険料免除などの承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合、当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乗せされます。詳しくは、お問い合わせください。

【問い合わせ】

保険年金課 ☎ 22-9659 FAX 26-0151

各支所住民福祉課

津年金事務所 ☎ 059-228-9188

## 伊賀警察署だより



### 水難事故・山岳遭難を防ぐために

これから、海水浴やマリンスポーツ、登山などを楽しむ季節がやってきます。これに伴って、水難事故や山岳遭難事故が増えることが予想されます。

事故にあわないためにも、海や河川へレジャーに行く際は、次のことを心がけましょう。

○海や川では子どもたちから目を離さない。  
○マリンスポーツや釣りをするときは必ずライフジャケット（救命胴衣）を着用する。

また、登山をする際は、次のことに注意してください。

○自分の体力や経験に応じた山やコースを選ぶ。  
○登山計画を家族に知らせておき、登山計画書を所属する山岳会や警察署などへ提出してから登る。  
○十分な装備を携行し、決して軽装では登らない。

いずれにおいても、体調の悪いときを避け、天候には十分注意し、無理のない計画を立てましょう。

【問い合わせ】 伊賀警察署 ☎ 21-0110

名張警察署 ☎ 62-0110

## 公共交通を利用しましょう



【公共交通機関利用促進期間～7・8・9月～】

公共交通機関利用促進運動実施中！

クルマ社会の進展により、市内でも公共交通機関の利用者が減り、運行本数の削減などが行われ、生活交通が確保できなくなってきました。バスや鉄道などの公共交通機関は、私たちの日常生活を支え、子どもから高齢者まで誰もが安全に利用できる身近な交通手段で、環境保全にも貢献できるものです。

市では、現在「公共交通機関利用ワンモア運動」を実施しています。これは、公共交通を週に1回利用している人は週2回に、月に1回利用している人は月2回に、一人ひとりが利用する回数を増やすことから始める運動です。その中で、マイカーに頼り過ぎないライフスタイルについて考える機会として、7月1日から9月30日までの3カ月間を公共交通機関利用促進期間としています。

将来、自動車以外の交通手段がないという状況にならないよう公共交通機関のご利用をお願いします。

【問い合わせ】 総合政策課 ☎ 22-9663 FAX 22-9672

明日に向かって ～差別をなくしていくために～

### 人権問題と向き合う ―農林振興課―

■このコラムは毎回いろいろなテーマで人権についてお話をしています。

この時期の農作業に作物の害虫防除がありますが、その方法について少し考えてみたいと思います。

消毒をすれば、害虫を比較的手間がかからず駆除できるのですが、環境・健康の点を考え、減農薬で害虫防除を行う農業が最近話題になっています。減農薬に取り組む農家は、自然界にある有機質の肥料や防虫ネットの使用、天敵昆虫などを活用し、植物自体が持っている抵抗力を高め、害虫や病気に強い作物を作ろうと試行錯誤しています。それは自然と敵対するのではなく、その力を生かしていくことの大切さを重視する取り組みです。

一方、社会には、一人ひとりの理解の足りなさや偏見、感情に流される行いが原因で、さまざまな差別が生まれます。人の感情や理解不足、偏見に対して、農作物のように消毒で簡単に解決するというわけにはいきません。しかし、理解不足や偏見に対して真っ向から否定するのではなく、その人の人格や

考え方を認めつつ、その良さを生かしながら、例えば差別の起源や歴史など、その問題の根源を正しく見つめなおすことで、解決の方法を見い出せることもあります。大切なのは、私たち一人ひとりが、お互いを認め合いながら人権問題に取り組むということです。

そのために、身近な人たちと人権問題について語り合うことが大切ではないでしょうか。そこで疑問などが芽生えたときは、市内で行われている研修会に参加したり、仲間たちとの意見交換の場を積極的に設け、いろいろな考え方を知ること、解決できるかもしれません。たとえ小さな試みでも、それを続けることにより私たち一人ひとりの意識が高まり、偏見や間違ったうわさ話に対処する力や差別を見抜く力がついてくるのではないかと思います。一緒になって考え、語り合う仲間を作り、その輪を広げていくことで、人権文化を育んでいきましょう。

■ご意見などは人権政策・男女共同参画課 ☎ 47-1286 FAX 47-1288 ✉ jinken-danjo@city.iga.lg.jp へ

# 図書館 だより

## 《問い合わせ》

上野図書館 ☎ 21-6868 FAX 21-8999  
 いがまち図書室（いがまち公民館内） ☎ 45-9122  
 島ヶ原図書室（島ヶ原会館内） ☎ 59-2291  
 阿山図書室（あやま文化センター内） ☎ 43-0154  
 大山田図書室（大山田公民館内） ☎ 47-1175  
 青山図書室（青山公民館内） ☎ 52-1110

## 今月の新着図書

### ■一般書

『日本全国話題の観光列車大集合』  
 JTB パブリッシング／発行  
 近鉄の観光特急「しまかぜ」の内部、見てみたいと思いませんか？ほかに、高低差 500m の「富士登山電車」や、レストラン列車「おれんじ食堂」など、大人気観光列車を徹底ガイド。



### ■絵本

『かぞくのヒミツ』 イソール／作  
 朝のママは、ヤマアラシ。このヒミツが誰かに知られたら、どうしよう!? 何より困るのが、あたしもヤマアラシっぽくなってきてるってこと…。アルゼンチンの絵本です。

### ■一般書

『女子の人間関係』 水島 広子／著  
 『50 歳からのおしゃれ暮らし』 中山 庸子／著

『菊池亜希子のおじゃまします  
 仕事場探訪 20 人』 菊池 亜希子／著

### ■児童書

『石の神』 田中 彩子／作  
 『打てるもんなら打ってみろ!』 中村 計／著  
 『ふたりは世界一!』 アンドレス・バルバ／作

### ■絵本

『ミスターワッフル!』  
 デイヴィッド・ウィーズナー／作  
 『ノラネコぐんだん きしゃぽっぽ』  
 工藤 ノリコ／著

## 図書館（室）からのお知らせ

### ◆上野図書館の開館時間を延長します

児童・生徒の皆さんの利用が多くなる夏休み期間中、多くの本に接していただくために、開館時間を 1 時間延長します。

また、青少年読書感想文全国コンクール課題図書など

を取り揃えたコーナーを設けますのでご利用ください。

【開館時間延長の期間】 7 月 22 日(火)～8 月 28 日(木)

【開館時間】 午前 9 時～午後 6 時

【休館日】 月曜日・7 月 31 日(木) (図書整理日)

【問い合わせ】 上野図書館

## 7 月の読み聞かせ

絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びなどをします。(30 分～1 時間程度)

| と き     | ところ    | 催物 (読み手)                    |
|---------|--------|-----------------------------|
| 2 日(水)  | 10:00～ | いがまち図書室 絵本の時間 (お話の国アリス)     |
| 8 日(火)  | 10:00～ | 青山図書室 「おはなしなあに?」 大きな絵本      |
| 9 日(水)  | 10:30～ | いがまち図書室 ミニサロンひまわり           |
| 12 日(土) | 10:30～ | 上野図書館 おはなしの会                |
| 15 日(火) | 10:30～ | 阿山図書室 読み聞かせ会 (はあと&はあと)      |
| 16 日(水) | 15:00～ | 上野図書館 えほんの森 (よもよも)          |
| 19 日(土) | 10:00～ | いがまち図書室 読み聞かせ会 (ぶらんこ)       |
|         | 10:30～ | 大山田図書室 おはなしたいむ (きらきら)       |
| 20 日(日) | 10:30～ | 阿山図書室 読み聞かせ会 (はあと&はあと)      |
| 23 日(水) | 10:30～ | 上野図書館 おひざでだっこのおはなし会         |
| 24 日(木) | 10:00～ | 島ヶ原子育て支援センター 読み聞かせ会 (ネェよんで) |
| 26 日(土) | 10:30～ | 上野図書館 おはなしの会                |

### 図書館(室)めぐり その2

#### 島ヶ原図書室



島ヶ原会館の中に、上野図書館分館・島ヶ原図書室があります。小さな図書室ですが、昨年図書館システムを導入し、市内図書館（室）の本を取り寄せたり返すことができるようになりました。会館前には返却用のブックポストもあります。ぜひご利用ください。

～島ヶ原図書室～ 島ヶ原 4739 (島ヶ原会館内)

【開館日】 月～金曜日 午前 9 時～午後 5 時

※土曜日のみ午前 9 時～午後 3 時



#### 【休館日】

毎週日曜日・  
 祝日・年末年始

## 7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        |
|----------|----------|----------|-------------|----------|---------------|----------|
|          |          | 1<br>名張  | 2<br>岡波・名張  | 3<br>名張  | 4<br>上野       | 5<br>名張  |
| 6<br>名張  | 7<br>岡波  | 8<br>上野  | 9<br>岡波・名張  | 10<br>名張 | 11<br>上野      | 12<br>上野 |
| 13<br>岡波 | 14<br>岡波 | 15<br>名張 | 16<br>岡波・名張 | 17<br>名張 | 18<br>上野      | 19<br>名張 |
| 20<br>名張 | 21<br>岡波 | 22<br>上野 | 23<br>岡波・名張 | 24<br>名張 | 25<br>上野      | 26<br>上野 |
| 27<br>岡波 | 28<br>岡波 | 29<br>名張 | 30<br>岡波・名張 | 31<br>名張 | *小児科以外の診療科です。 |          |

《実施時間帯》 平日：午後5時～翌日午前8時45分  
土・日・祝日：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）】

※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。

### ◎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、救急医療情報センター（☎ 24-1199）へお問い合わせください。

### 情報交流ひろば

## となりまち いが・こうか・かめやま

甲賀市

亀山市

### 幻想的な松明と花火が夏の夜空を彩る ～しがらき火まつり2014～

陶器作りや生活、文化に欠かせない火への感謝と安全を祈願するしがらき火まつりは、江戸時代から続く伝統行事です。愛宕山頂まで連なる700本あまりの松明と打ち上げ花火が夏の夜空を彩ります。

【と き】

7月26日(土) (午後7時45分…松明奉納開始・午後9時…花火打ち上げ)

【ところ】 信楽地域市民センター周辺

【アクセス】 ▽信楽高原鉄道(代行バス)「信楽駅」徒歩約5分 ▽新名神高速道路「信楽IC」から国道307号線を信楽方面へ約10分 ▽名阪国道「壬生野IC」から約30分

※無料駐車場 300台

【問い合わせ】

陶都・信楽まつり実行委員会火まつり事務局  
☎ 0748-82-0873



### 絢爛豪華な4台の山車 ～関宿祇園夏まつり～

旧東海道の関宿の夏を彩る「関宿祇園夏まつり」。「関の山（そこまでが精いっぱい）」の語源となった山車が夜の町並みを彩ります。

見どころは「舞台回し」と呼ばれる舞台の回転で、巡行の要所で繰り広げられます。4台そろって行われる場面もあり、その光景は迫力満点。ぜひ、夏の夕べの華やかなひとときをお過ごしください。

【と き】 7月19日(土)、20日(日)

※山車の巡行は午後5時～9時頃

【アクセス】 東名阪自動車道「亀山IC」から関方面へ約10分

【問い合わせ】

関宿祇園夏まつり実行委員会事務局  
(亀山市観光協会内)  
☎ 0595-97-8877



【問い合わせ】 甲賀市広報課 ☎ 0748-65-0675

【問い合わせ】 亀山市広報秘書室 ☎ 0595-84-5021

# 市長の伊賀じまん

## ―「鳥袈」飾り瓦のおもしろさ―



皆さんは、鳥袈をご存じですか。鳥袈というのは日本家屋特有の特殊な瓦で、棟の両端や下り棟の先に、ラッパ状についている丸瓦のことです。鬼瓦の上部に取り付けられていて、もともとは鬼瓦に鳥が止まったり糞をかけたりしないように、鳥が休む場所という役割があったようです。

武家屋敷の鳥袈では、その家の家紋が表されていることもあります。以前は伊賀の商家や一般の家屋にもあり、軒の連なりの両端で空に向かう鳥袈は、りんとした佇まいに風情がありました。

最近では、<sup>しょうしや</sup>瀟洒な鳥袈よりも立派な鬼瓦が喜ばれているようで、細工の施された大きな鬼瓦を見かけることもあります。以前は多くの家屋に鳥袈が見られました。

伊賀の家々の屋根は、京都や奈良と同じような緩やかな勾配の棟で、城下町の、あるいは街道筋のしつとりとした趣がありました。寺院などの鳥袈は建物の大きさに合わせて立派なものがついていますし、



▲市内のあちこちの屋根に見られる鳥袈。写真1・2・4：市内の民家・店舗 写真3・5：国史跡旧崇徳堂

武家建築の鳥袈には風格が感じられますが、一般の家屋では繊細な鳥袈が棟を守っていて、軒の連なりに合わせて、鳥袈が連なる様子が見られました。

鳥袈の下にあるのはたいてい鬼瓦ですが、鬼瓦にもいろいろあり、さまざまなデザイン、意匠性が楽しめます。目線をいつもより上にあげて、鬼瓦や飾り瓦のおもしろさを訪ね歩くのもいいのではないのでしょうか。さて、皆さんのお住まいの屋根に、鳥袈はあがっていますか。

## 伊賀市の文化財 83

市指定有形民俗文化財  
猿野の祇園踊り図絵馬

岡林の花踊り図絵馬  
(都美恵神社・上阿波)

(都美恵神社・柘植町)

伊賀地域では、以前は50を越える地区で鞆鼓（かんこ、かつこ）と呼ばれる太鼓を胸につけて踊る「かんこ踊り」が、神社の祭りに奉納されていました。現在は、日置神社（下柘植）、陽夫多神社（馬場）、比自岐神社（比自岐）、勝手神社（山畑）で行われ、それぞれの踊りが無形民俗文化財に指定されています。

一方、今は途絶えた踊りであっても、当時の様子を示す資料が残されていて、葦神社、都美恵神社に奉納された絵馬がこれにあたります。葦神社の「猿野の祇園踊り図絵馬」は、縦112.2cm、横190.3cmで、猿野踊子連中が、大正10（1921）年に奉納した踊りの様子を絵馬にしたものです。左下隅には京都四条派の著名な画家である石川景雲の落款が見ら



▲猿野の祇園踊り図絵馬



▲岡林の花踊り図絵馬

文化財課  
☎ 47・1285 FAX 47・1290

これら2面の絵馬は、今年3月27日に新たに伊賀市有形民俗文化財に指定されました。

れ、絵画的にも優れたものです。境内で踊りを奉納する踊子と神官、中央に据えた太鼓4基を太鼓打ちが叩き、その周囲を歌出し、踊子、笛吹が囲む構成は、勝手神社の神事踊と似ています。

都美恵神社に奉納された「岡林の花踊り図絵馬」は、縦59.2cm、横95.5cmで、昭和23（1948）年10月1日の踊りの様子を描いたものです。2列に並ぶ踊子6人、踊子の前後に歌出しが各2人、その傍らに法螺貝2人、さらに鬼、道化といった配役が描かれています。額縁には、踊りの沿革、目的、配役、順序、種類が記されています。