

特定健康診査・ 後期高齢者健康診査を受けましょう

今年度の特定健康診査などは次のとおりです。検査によりメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者や予備群を把握し、その対象者に生活習慣病を予防する特定保健指導の案内をします。普段診察を受けている人でも健康診査を受けてください。

対象者には6月下旬から順次、受診券・質問票などを送付します。



	特定健康診査	後期高齢者健康診査	
対象者	40～74歳： 伊賀市国民健康保険の加入者 ※伊賀市国民健康保険以外の人は加入先の健康保険組合へお問い合わせください。	75歳以上： 後期高齢者医療制度の加入者（65歳以上で一定の障がいがあり認定を受けている人を含む。）で平成26年8月31日までに被保険者となる人。	
健診内容	問診・身体計測（身長・体重・腹囲測定）・血圧測定・尿検査・血液検査（脂質・腎機能・肝機能・糖代謝・尿酸代謝） ※後期高齢者健康診査では、腹囲測定はありません。		
	詳細項目（一定の基準のもと、医師が必要と認めた場合）・眼底検査		
	伊賀市国民健康保険追加項目： 末梢血一般検査（赤血球数・血色素量・ヘマトクリット値・白血球数・血小板数）・心電図	末梢血一般検査（赤血球数・血色素量・ヘマトクリット値・白血球数）・心電図	
実施期間	7月～11月		
実施場所	市内指定医療機関（県内受託医療機関でも受診できますが、追加項目は受けられません。）	県内受託医療機関	
自己負担額	1,000円	住民税課税世帯の人 500円	住民税非課税世帯の人 200円
持ち物	受診券・健康保険証・質問票		

【問い合わせ】

- 特定健康診査について：保険年金課 ☎ 22-9659 FAX 26-0151
- がん検診について：健康推進課 ☎ 22-9653 FAX 22-9666
- 後期高齢者健康診査について：
三重県後期高齢者医療広域連合 ☎ 059-221-6883・6884

※希望により、がん検診も同時に受診できます。日程や申し込み方法など、詳しくは広報いが市6月1日号をご覧ください。



◆ ボランティアスタッフになって、一緒にイベントを盛り上げませんか

市民夏のにぎわいフェスタスタッフ募集

【問い合わせ】 商工労働課
☎ 22-9669 FAX 22-9628

当日のイベント運営・警備・設営・清掃などのボランティアスタッフとしてお手伝いいただける人を募集します。

【とき】

8月24日(日)

次の①～④のうちの希望時間

- ①午前9時～午後1時
- ②午後1時～5時
- ③午後5時～10時
- ④終日



【ところ】

各イベント会場など(銀座通り・本町通りとその周辺)

【対象者】

20歳以上で、責任を持って来ていただける人

【申込方法】

住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、はがき・ファックス・Eメールのいずれかでお申し込みください。

【申込期限】 7月1日(火)

【申込先・問い合わせ】

〒518-0873 伊賀市上野丸之内500番地
市民夏のにぎわいフェスタ実施委員会事務局(上野商工会議所内)

☎ 21-0527 FAX 24-3857

✉ info@iga-ueno.or.jp

◆ 地域にある人権の課題や啓発方法を学ぶために

部落解放・人権大学講座 受講生募集

【問い合わせ】

人権政策・男女共同参画課
☎ 47-1286 FAX 47-1288

日本特有の差別事象である部落問題を中心に、地域にある人権課題や人権啓発の方法を学ぶことを目的として、部落解放・人権大学講座を開催します。

※原則、連続6回受講

【とき】 午後7時30分～9時30分

【ところ】 ゆめぼりすセンター 大会議室

※12月7日(日)は人権を考える市民の集いと併催となり、午後1時30分から伊賀市文化会館で開催します。

【定員】

80人 ※先着順

【申込方法】

電話

【申込期限】

7月15日(火)

【申込先】

人権政策・男女共同参画課



◆ 講座の日程・内容など

日程		内容	講師
第1回	8月22日(金)	おとなの学び ～部落差別をなくす主体者として～	(公財) 反差別・人権研究所みえ 調査研究員 本江 優子さん
第2回	9月19日(金)	歴史でみた差別の原因	伊賀市史編集委員 上井 俊記さん
第3回	10月17日(金)	差別をなくする社会システムの創造	近畿大学 教授 北口 末広さん
第4回	11月14日(金)	差別意識のカラクリ	近畿大学人権問題研究所 教授 奥田 均さん
第5回	12月7日(日)	人権トーク&コンサート ～心が教えてくれること～	小西 達也さん
第6回	1月30日(金)	人権は好感・共感・親近感 ～身近な人権問題を考える～	関西外国語大学 教授 明石 一朗さん

◆ 現在、住宅をお探しの人へ

市営住宅の入居者を募集します

【問い合わせ】 建築住宅課
☎ 43-2330 FAX 43-2332

【募集期間】 7月15日(火)～22日(火)

午前9時～午後5時

※土・日曜日、祝日を除く。

※郵送の場合、7月22日(火)必着

【募集戸数】

※すべて上野支所管内

荒木団地 4戸 (内1戸優先入居)

木根団地 3戸 (内1戸優先入居)

【入居資格】

- ①市内在住または在勤の人 (外国籍の人は、国内に継続して2年以上居住していることが必要です。)
- ②同居人も含めて市税などを滞納していないこと。また過去に市営住宅に入居していた人で、家賃・駐車場使用料・共益費などを滞納していないこと
- ③現在、住宅に困窮していることが明らかであること
- ④同居しようとする親族 (婚約者を含む。) があること (単身での入居はできません。)
- ⑤公営住宅法に定める所得基準に適合していること
- ⑥独立の生計を営み、入居者と同等以上の収入があり、市税の滞納がない保証人が2人いること。なお、保証人のうち1人は、市内在住または在勤であること
- ⑦暴力団員でないこと

【優先入居】

- ①母子世帯 ②心身障がい者世帯
 - ③生活保護世帯 ④老人世帯 (おおむね60歳以上)
- ※優先入居を希望する人は、証明書などを添付してください。

【公開抽選会】

9月1日(月)

午前9時30分～

伊賀市勤労者福祉会館 2階中ホール

※抽選開始時間にお越しいただけない場合は、棄権とみなします。

【申込方法】

建築住宅課・各支所振興課にある申込用紙に必要な事項を記入・押印の上、郵送または持参で提出してください。

【申込先・問い合わせ】

〒518-1395

伊賀市馬場1128番地

伊賀市建設部建築住宅課

☎ 43-2330 FAX 43-2332

※持参の場合は本庁受付・各支所振興課でも受け付けます。



◆ 各家庭での節電にご協力をお願いします

夏の省エネ大作戦

【問い合わせ】 環境政策課
☎ 20-9105 FAX 20-9107

市では5月12日からクールビズを実施しています。ご家庭でも、ここ数年は電力会社からの要請などもあり、温室効果ガス排出削減のため、無理のない範囲で、節電などの取り組みをお願いしています。

《取り組みの事例》

- エアコンを28℃設定にする
- 冷蔵庫に物をつめすぎない
- 暑さをしのいで過ごせる「クールシェアスポット」を利用する など



※伊賀市地球温暖化対策実行計画 (区域施策編) の第4章にも記載していますので、参考にしてください。

温室効果ガス排出量をチェックするために、環境家計簿を活用し

てください。

環境家計簿とは、家庭で消費した水道・電気・ガス・燃料などの使用量を記録するもので、どれくらいの二酸化炭素を排出しているかがわかります。

毎月のデータを積み重ねると、日々の省エネ行動の効果を把握するのに役立ちます。

省エネ行動は、地球温暖化対策だけでなく、家計にもやさしい行動ですので、実践してみたいかがでしょうか。

※伊賀市地球温暖化対策実行計画 (区域施策編) や環境家計簿について、詳しくは市ホームページをご覧ください。



◆子どもの命を守りましょう

子どもの水の事故を防ぐために

【問い合わせ】消防本部消防救急課
☎ 24-9116 FAX 24-9111

いよいよ、水に親しむシーズンの到来です。
海や川などで子どもたちの水遊びが盛んになると同時に、水の事故が急増します。水の事故を防止するため次のことに注意しましょう。

◆屋外での事故を防ぐために

- 危険な場所を点検し、危険性を教える。
- 子どもだけで、海や川などで遊ばせない。
- 泥沼や草の生い茂っているところには近寄らせない。
- 丸太や漂流物の上では遊ばせない。
- 保護者は同伴していても油断せず、子どもから目を離さない。

◆日常生活での事故を防ぐために

- 浴槽・洗濯機・便器・ビニールプールなどの危険性を教える。
- ひとりで浴室に入れない。
- 子どもから目を離さない。

小学校までの子どもの水の事故は、特に周囲の大人が気を配ることが必要です。

子どもを水の事故から守るためには、地域ぐるみで安全対策を進めていくことが大切です。本格的な水のシーズンを迎える前に、家庭や学校などで水の怖さについて話し合い、危険な場所での水泳や水遊びなどしてはいけないことを再確認しましょう。

※万が一に備えて、対処法を学ぶための応急手当講習会を地域やPTAで開きませんか。講習会の講師は消防救急課から派遣します。希望する場合は、ご連絡ください。



◆生涯学習大綱に基づく基本計画推進についてご意見をいただける人を募集します

生涯学習推進委員会委員募集

【問い合わせ】生涯学習課
☎ 22-9679 FAX 22-9692

市では、「学びが創る ひと 仲間 まち」を基本理念として、すべての市民が主体性を持って学習し、充実した人生を送るための生涯学習の指針となる大綱を策定しています。この大綱に基づく基本計画の推進について審議・評価していただく委員を募集します。

【募集人数】

2人以内

【応募資格】

- ①市内在住・在勤の満20歳以上の人（市議会議員・市職員を除く。）
- ②市が設置する審議会や市の附属機関の委員でない人
- ③9月1日現在の年齢が70歳未満の人

【開催回数】

年2回程度

※原則として平日の昼間2時間程度を予定

【任期】

2年（9月1日～平成28年8月31日）

【報酬】

6,000円/回

※市の規定に基づく。

【応募方法】「応募動機」を800字以内（様式は自由）

にまとめ、住所・氏名（ふりがな）・生年月日・性別・職業・電話番号を記入の上、郵送・Eメール・持参のいずれかで提出してください。

【選考方法】

作文審査により選考し、委員の構成比率などを総合的に考慮して決定します。

※受理した提出書類は返還しません。

【応募期限】

7月11日（金）必着

【応募先・問い合わせ】

〒518-0873

伊賀市上野丸之内500番地 ハイトピア伊賀 5階
伊賀市教育委員会生涯学習課

☒gakushuu@city.iga.lg.jp



◆「税の大切さ」を理解するために

第15回伊賀・税ウォッチング参加者募集

【問い合わせ】課税課
☎22-9613 FAX22-9618

小学生を対象に公的施設の見学と施設に携わる人々との触れ合いを通じて「税の大切さ」を理解することを目的に「身近な税金の使われ方」をテーマとして、「伊賀・税ウォッチング」を開催します。

《と き》

7月29日(火)

《集合場所・時間》

- 1号車 名張市役所：午前7時30分
青山北部公園：午前7時50分
- 2号車 大山田アニーズ：午前7時30分
ハイトピア伊賀：午前7時50分
伊賀ドライブイン：午前8時

《解散場所・時間》

- 1号車 青山北部公園：午後5時10分
名張市役所：午後5時30分
- 2号車 伊賀ドライブイン：午後4時50分
大山田アニーズ：午後5時
ハイトピア伊賀：午後5時15分

《見学予定施設》

三重県交通安全研修センター・三重県立博物館

《対象者》 伊賀市・名張市在住の小学校4～6年生

《定員》 80人

※応募者多数の場合は抽選

※昼食付き

《申込方法》

住所・氏名(ふりがな)・電話番号・学校名・学年・性別・保護者氏名を記入の上、電話・ファックス・Eメールのいずれかでお申し込みください。

※メールの場合は件名に「税ウォッチング申込」と明記の上、3日以内に返信がない場合は電話でお問い合わせください。

《申込期限》 7月1日(火) 午後5時

《申込先・問い合わせ》

(一社)伊賀法人会事務局

☎24-5774 FAX24-5796

✉igahojin@e-net.or.jp

介護相談員だより

市では、介護保険施設などのサービスを向上させるため、介護相談員を派遣しています。その活動内容を紹介します。

【問い合わせ】介護高齢福祉課 ☎26-3939 FAX26-3950



◆介護相談員てどんな人？

介護相談員の受け入れを希望している24カ所の施設を月1～2回訪問して利用者の声を聴き、利用者目線を大

◀介護相談員キャラクターのくーちゃん

切にしなが、施設と意見交換をすることで、施設での生活がよりよいものになるよう活動しています。現在、8人の介護相談員が、市から委嘱されています。



◆施設紹介 ～特別養護老人ホーム*「第二梨ノ木園」～

私たち介護相談員が訪問している施設を紹介します。

特別養護老人ホーム「第二梨ノ木園」では、災害時にガスや電気を使わずに食べられる非常食を3日分準備しています。その中から「炊きこみご飯」「けんちん汁」「切り干し大根」を利用者に試食してもらった催しがありました。ペースト食の利用者には、ミキサーを使って加工しました。利用者にも好評で、「美味しかったよ。いける。」と話していました。

また、施設内には廊下にヘルメット、担架、各部屋の入口に頭巾を入れた防災グッズなどが用意

され、いつかは来る災害に、しっかり備えています。本格的な災害訓練も行っていて、大勢の人の命を預かっている施設であるという意識を感じました。

*特別養護老人ホームとは、常に介護が必要で、自宅での介護が難しい人が入所している施設です。食事・入浴など日常生活の介護や健康管理を行っています。

各施設では、話し相手や簡単なお手伝いなどをしてくれるボランティアを募集しています。

◆ 病後などの子どもを、家庭で保育できないときに

病児・病後児保育室くまさんルーム

【問い合わせ】 こども家庭課
☎ 22-9654 FAX 22-9646

病気の回復期にあり、保育所(園)・幼稚園・小学校(3年生まで)などでの集団生活が困難で、保護者の勤務などにより家庭で保育できないとき、児童を一時的にお預かりすることを「病児・病後児保育」といいます。

市では、上野総合市民病院の敷地内で、市内在住・在勤の人の子どもの対象に、病児・病後児保育室「くまさんルーム」を設置していますので、ご利用ください。

【利用できる病気の範囲】

- 感冒・感染性胃腸炎など日常にかかる病気の回復期
- はしか、風疹、水疱、おたふく風邪などの感染症の回復期(はしかの急性期、流行性結膜炎など感染力の強い病気の場合は、お断りすることがあります。)
- 気管支喘息などの慢性疾患の回復期
- 外傷・やけどなどの外科的疾患
- その他医師が利用可能と判断した病気

【利用方法】

来所前に電話またはファックスで予約の上、来所時に①～③の必要書類を提出してください。

①**医師連絡票**(前日または当日にかかりつけ医の診察を受け、記入してもらうこと)

②**伊賀市病児・病後児保育室利用登録書兼利用申請書**

③**家庭での様子**

*①～③は、市内の小児科・こども家庭課にあります。また市ホームページからもダウンロードできます。

【開室日時】

月～金曜日

午前8時45分～午後5時30分

※休室日：土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)

【利用料金】

所得税課税世帯…1,000円/日

市民税課税世帯……500円/日

市民税非課税世帯は無料です。

【予約先・問い合わせ】

病児・病後児保育室「くまさんルーム」
(上野総合市民病院敷地内)

☎ 22-0192 FAX 22-1124



◆ じめじめした梅雨、暑い夏に備えて

食中毒を予防しましょう

【問い合わせ】 健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666

食中毒は一年中発生しますが、暖かく湿気が多いこの時期は特に食中毒の原因となる細菌が活発になるため、食中毒が起こりやすくなります。食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。

◆食中毒にかかりにくい体を作る

まず、食中毒にかからないために、普段から体力をつけ、次のことに気をつけましょう。

- ①規則正しい生活をしましょう。
- ②睡眠を十分にとりましょう。
- ③からだを冷やさないようにしましょう。



◆食中毒の原因をつくらない

食中毒を予防するための三原則は、細菌やウイル

スを「つけない・増やさない・やっつける」です。

- 食材を買うときは新鮮なものを選びましょう。
- 冷蔵や冷凍の必要な食品は、すぐ冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。
- 肉、魚、卵などを取り扱うときは、手を洗いましょう。
- 食材は十分に熱を通しましょう。
- 外から帰った後や食卓に着く前は、必ず手を洗いましょう。
- 食事は作り過ぎないようにし、時間が経ちすぎたら思い切って捨てましょう。

◆かかってしまったら

食中毒は、時には死に至ることもあるので、軽視は禁物です。「食中毒かな?」と疑わしい症状があるときは、早めに医療機関を受診しましょう。

下痢止めは、場合によっては深刻な症状を引き起こすこともあり危険です。自己判断で服用せず、まずは、そのまま医療機関を受診しましょう。

◆ 国の商業や事業所・企業の実態を明らかにする調査にご協力ください

経済センサス基礎調査・商業統計調査

【問い合わせ】 総務課

☎ 22-9601 FAX 24-2440



7月1日に経済センサス基礎調査と商業統計調査が実施されます。この調査は、統計法に基づき行われる基幹統計調査で、国内すべての事業所と企業を対象として実施される5年に1回の大規模な調査です。

6月下旬から調査員が各事業所、企業に出向いて調査票を配布しますので、ご記入いただきますようお願いいたします。

【調査期日】 7月1日(火)

※事業所の規模や、支所・支店数などにより、一部は国、県、市町から郵送などで配布されます。

◆ 経済センサス基礎調査

【目的】

国内の事業所や企業の基本的構造を明らかにするための調査です。

【調査内容】

従業員数、事業内容、売上金額などを調査します。

◆ 商業統計調査

【目的】 国内の商業の実態を明らかにするための調査です。

【調査内容】 商品販売額・売場面積などを調査します。

※調査員や調査に関係する者は、統計法により調査で知り得た情報をほかに漏らしてはいけない義務と、これに反したときの罰則が定められています。また、調査票に記入された内容は、統計法に定められている利用の目的以外(税の資料など)には、絶対に使用しません。

※調査結果は、地域の産業振興や、商店街活性化のための施策や、国内総生産(GDP)の推計、地方消費税の交付などに役立てられます。

《お知らせ》 統計調査員を随時募集しています。詳しくはお問い合わせください。

◆ 小学生の皆さん、水泳の練習をしませんか

夏期こども水泳教室 (初心者・初級者)

【問い合わせ】 スポーツ振興課

☎ 22-9635 FAX 22-9666



夏期中に1人でも多くの人に水泳の技術や知識を習得していただくため、水泳教室を開催します。

【対象者】 市内小学生で25m以上泳げない人(まったく泳げない人も可)

【ところ】 大山田 B&G 海洋センター (屋内プール)

【コース】 ※先着順

①初心者コース (定員 20人)

水なれ、水遊び、浮き身・初歩的なバタ足

②初級者コース (定員 50人)

息継ぎをして泳ぐ・クロールなど(フォームの習得)

※初級者コースは着衣水泳1回を含む。

【とき】 両日とも 午後7時～8時15分

7月22日(火): 全体開校式(初心者、初級者)

8月11日(月): 全体閉校式(初心者、初級者)

①初心者コース 全7回(全体開校、閉校式含む)

7月25日(金)・29日(火)、8月1日(金)・5日(火)・8

日(金) 午後7時～8時15分

②初級者コース 全7回(全体開校、閉校式含む)

7月24日(木)・28日(月)・31日(木)、8月4日(月)・7日(木) 午後7時～8時15分

【参加料】 1,000円(傷害保険料など)

【講師】 伊賀市水泳協会 インストラクター

【持ち物】

水着・スイミングキャップ・タオル・着替えなど

【申込方法】 教室名・希望コース・住所・氏名・学年・電話番号・保護者名を記入の上、はがき・ファックス・Eメールでお申し込みください。

【申込期限】 7月8日(火) 午後5時

【申込先・問い合わせ】 〒518-0873

伊賀市上野丸之内500 ハイトピア伊賀4階

企画振興部スポーツ振興課

☎ 22-9635 FAX 22-9666 ✉ sports@city.iga.lg.jp

お詫びと訂正：広報いが市6月1日号の13ページに掲載したプールの開設期間について誤りがありました。お詫びして訂正します。

◆ 上野運動公園プール

(誤) 7月1日(火)～8月31日(日) ⇒ (正) 7月19日(土)～8月24日(日)

◆ 阿山・大山田 B&G 海洋センター

(誤) 6月1日(日)～9月30日(火) ⇒ (正) 7月5日(土)～8月31日(日)

お知らせ 裁判員制度の実施状況

2009年(平成21年)に始まった「裁判員制度」では、平成25年12月までに6,060人の被告人に判決が言い渡され、その間で選任された裁判員数は34,896人、補充裁判員数は11,929人でした。裁判員裁判の対象となった事件の多くは4日前後で終了しています。

また、裁判員裁判に参加した人の意識は、選ばれる前は「やりたくない」が51.4%でしたが、参加した後は「よい経験」と感じた人が95.3%となっており、「普段経験できない貴重な経験だった」「社会のことを考えるきっかけになった」「裁判や裁判所が身近に考えられるようになった」などの感想が寄せられました。

詳しくは裁判員制度のウェブサイト(<http://www.saibanin.courts.go.jp/>)に掲載されています。

◀裁判所職員採用一般職試験▶ (高卒者試験)

【受付期間】

7月15日(火)～24日(休)

詳しくはお問い合わせいただくか、裁判所ホームページで確認してください。

【問い合わせ】

津地方裁判所事務局総務課

☎ 059-226-4172

FAX 059-224-8495

<http://www.courts.go.jp/>

お知らせ がん患者と家族の方のおしゃべりサロン in 伊賀

一人で悩まずに、同じ病気の人の話を聞いたり、お互いの悩みを話したりしませんか。

【と き】

7月3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

【対象者】

がん患者・家族など

※参加申し込み不要

【問い合わせ】

三重県がん相談支援センター

☎ 059-223-1616

健康推進課

☎ 22-9653 FAX 22-9666

お知らせ 上野図書館 リサイクルフェア

廃棄した本や雑誌をお譲りします。

【と き】

7月5日(土)・6日(日)

午前10時～午後5時

【ところ】

上野図書館 2階視聴覚室

※なくなり次第終了します。

※本や雑誌の予約・案内はできません。

【問い合わせ】 上野図書館

☎ 21-6868 FAX 21-8999

お知らせ 教育相談を受けませんか

子育てに関する悩みや障がいのあるお子さんの就学について、教育相談を実施します。

【と き】 7月22日(火)・25日(金)・

28日(月)・29日(火)

午前9時～午後5時

【ところ】

ゆめぽりすセンター 2階会議室

【申込受付期限】

6月26日(休)

※お子さんが幼稚園・保育所(園)・小学校に通っている場合はそれぞれの園・所・学校を通じてお申し込みください。

【申込先・問い合わせ】

学校教育課

☎ 47-1283 FAX 47-1290

お知らせ 無料クーポンが届いたら 乳がん検診を受けましょう

今年満40歳を迎える女性などに乳がん検診の無料クーポンを送付しています。

検診は、資格を持った女性技師によるマンモグラフィー(直接撮影・デジタル方式)です。ぜひ受診してください。

先着順で、予約が必要です。

【クーポンが利用できる期間】

7月1日(火)～平成27年3月31

日(火) ※年末年始を除く。

○平日：午前9時～11時30分

午後1時10分～4時

○土曜日：7月12日・8月2日・

9月6日

午前9時～11時30分

午後1時30分～3時30分

【問い合わせ】

伊賀市健診センター

☎ 24-1186 FAX 24-1123

「あんしん・防災ねっと」

携帯電話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を送信します。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。

URL <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

お知らせ 「子どもの人権110番」 強化週間

学校での「いじめ」や、家庭内での「児童虐待」など、子どもをめぐるさまざまな人権問題の解決を図るため、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施します。

◆子どもの人権110番

☎ 0120-007-110

(フリーダイヤル)

【と き】 6月23日(月)～29日(日)

平日：午前8時30分～午後7時

土・日曜日：午前10時～午後5時

【問い合わせ】

津地方法務局人権擁護課

☎ 059-228-4193

お知らせ 東日本大震災 被災地への 義援金 受け入れ状況

【義援金総額】 63,966,460円

(平成23年3月14日～平成26年5月27日) →日本赤十字社へ送金

※お寄せいただいた義援金は、日本赤十字社を通じて、被災された方々にお届けします。今後ともご協力をよろしくお願いいたします。

【義援金箱の設置場所】 本庁舎玄関ロビー・厚生保護課・各支所

【問い合わせ】 厚生保護課

☎ 22-9650 FAX 22-9661

お知らせ お詫びと訂正

広報いが市6月1日号19頁に掲載した健康体操講座「気のめぐりと健康」に、誤りがありました。

お詫びして訂正します。

《誤》三重県盲学校

《正》三重県立盲学校

【問い合わせ】 障がい福祉課

☎ 22-9656 FAX 22-9662

お知らせ拡大版

お知らせ

催し

募集

子育て支援・無料相談

募集 **be・美トレ教室**

「からだのなかから美しく」をコンセプトに、インナーマッスルを鍛え、やせやすく、太りにくい体づくりをめざしませんか。

【とき】 いずれも金曜日

7月4日・11日・25日、8月15日、9月5日・12日・26日
午後1時30分～3時

【ところ】

島ヶ原温泉やぶっちゃん「まめの館」

【対象者】 市内在住の20歳以上65歳までの人

【内容】 アロマを使ったストレッチやヨガなどでリラックス。脂肪を燃焼しやすい体づくりをします。

【参加費】 まめの館利用料 300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。

【定員】 15人

【受付開始日時】

6月20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

募集 **60歳からの プチボディメンテ教室**

「いつまでも元気でいたいけれど体力に自信がない」「運動したいけれど、みんなについていけないか不安」という人におすすめです。

【とき】 7月2日(水)・18日(金)、8月6日(水)・22日(金)、9月3日(水)・19日(金)、10月1日(水)・17日(金)、11月5日(水)・21日(金)、12月3日(水)・19日(金)
午後1時30分～2時45分

【ところ】

島ヶ原温泉やぶっちゃん「まめの館」

【対象者】

体力に自信のない60歳以上の男女

【内容】 60歳以上の方が特に気をつけたい健康についての講話

家でも取り組める簡単な運動など

【参加費】 まめの館利用料 300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。

【定員】 15人

【受付開始日時】

6月19日(木) 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

催し **ライトピアおおやまだ 人権フェスティバル**

阪神淡路大震災のとき、耳の不自由な両親を手話で支えた小学校6年生の少女が、手話と歌を使った“サインシンガーソングライター”という独自のジャンルを確立。歌声や手話で多くの人に温かい気持ちを届けてくれます。

【とき】

7月9日(金) 午後7時30分～

【ところ】

ライトピアおおやまだホール

【講師】 渡辺 りえこさん



【内容】 トーク&ライブ

「共に生きていこうとする気持ち」
※磁気誘導ループを設置します。
※託児がありません。事前に予約してください。

【問い合わせ】

ライトピアおおやまだ

☎ 47-1160 FAX 47-1162

催し **認知症の人と家族の会 「伊賀地域つどい・交流会」**

【とき】

6月24日(火)
午後1時30分～4時

【ところ】

ゆめぼりすセンター

【内容】

認知症の人を介護する家族の情報交換の場です。

【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】

地域包括支援センター

☎ 26-1521 FAX 24-7511

伊賀の「いいね!」がいっぱい

facebook

伊賀市 公式
フェイスブックページ

QRコード ▶

献血のご案内

●7月14日(月)
午前10時～11時30分
午後1時～4時
アピタ伊賀上野店

●7月17日(木)
午前9時10分～10時30分
大山田保健センター



催し **男女共同参画パネル展**

6月23日から29日の1週間は、「男女共同参画週間」です。

女性も男性も、ともに支え合い、さまざまな場面で個性や能力を發揮できる「男女共同参画社会」の実現に向け、市民の皆さんに理解を深めていただくためのパネル展を開催します。

【とき】

6月23日(月)～29日(日)
午前9時～午後5時

【ところ】

いがまち公民館 ホール入口

【問い合わせ】

伊賀支所振興課

☎ 45-9111 FAX 45-9120

催し **歴史企画展 《伊水溫故と菊岡如幻》**

上野図書館が所蔵している江戸時代の資料「伊水溫故」が三重県有形文化財に指定されたことを記念して、写真や関連資料で企画展を開催します。

伊水溫故は伊賀国内の神社、仏閣、史跡を網羅し、その由来縁起、伝説などを江戸時代の伊賀の文学者「菊岡如幻」が詳細に記したものです。

また、この展示の解説も行います。

【展示期間】

6月4日(水)～7月30日(水)

【ところ】

上野図書館 2階展示コーナー

《展示の解説》 ※事前申込不要

【とき】 7月13日(日)

午前10時30分から1時間程度

【ところ】

上野図書館 2階視聴覚室

【解説者】

伊賀古文献刊行会委員

増田 雄さん

【問い合わせ】 上野図書館

☎ 21-6868 FAX 21-8999

募集 伊賀は俳諧の国 初心者俳句大会

午前中は俳句の楽しみ方を学び、
午後は初歩の解説を聞きながら、
句会の楽しさを体験していただけます。

【対象者】 俳句の初心者

【とき】 7月19日(土)

【ところ】 ハイトピア伊賀 5階

【内容】

○午前10時～正午:

俳句に親しむ教室

○正午～午後1時: 昼食

○午後1時～3時: 俳句大会

【定員】 50人 ※先着順

【参加費】

1,000円(弁当実費を含む。)

午後1時から参加の場合は300円

【選者】

喜多 富美・永井 みよ

東構 東子・福山 良子

横田 綜市(芭蕉翁献詠俳句児童
生徒の部選者) ※敬称略

【持ち物】 筆記用具

※最優秀賞・優秀賞・参加賞(全員)

※希望者には当日の句集を後日郵送

【申込方法】 電話

【申込期間】

6月20日(金)～7月10日(休)

【申込先・問い合わせ】

芭蕉翁生誕370年記念事業実行
委員会事務局(文化交流課内)

☎22-9621(平日午前8時30分～
午後5時15分)

募集 聞こえの体験講座

「最近、聞こえづらくなってきた」
と感じている人に補聴器を選ぶときの
ポイントや日常生活に役立つ道具
を紹介します。ぜひご参加ください。

【とき】 7月19日(土)

午後1時～4時

【ところ】

ハイトピア伊賀 4階多目的室

【内容】

○難聴者の体験談・グッズ紹介:

午後1時～

○講演: 午後2時～

認定補聴器技能者 山田 幸さん

【申込方法】

電話・ファックス・Eメール

【申込期限】 6月30日(月)

【申込先・問い合わせ】 障がい福祉課

☎22-9656 FAX22-9662

☎shougai@city.iga.lg.jp

募集 クローバーカレッジ 女性リーダー養成連続講座

男女共同参画社会の実現をめざし、
各種役職への登用をはじめ、政策・
方針決定過程への女性の参画拡大を
図り、あらゆる場面で参画できる
女性リーダーを養成する連続講座
第4期を開催します。

受講修了生は、地域でリーダー的
役割を担っていただいたり、伊賀市
男女共同参画人材バンクに登録後、
審議会など委員への登用や講座など
の市民講師として活躍していただき
ます。

【対象者】

リーダーになって、さまざまな
分野で活躍する意欲のある女性

【とき】 ※すべて金曜日

○8月1日 午後6時30分～9時

○9月5日・10月3日・11月7日・

28日・12月12日・1月9日・

2月6日

午後7時～9時

【ところ】 ハイトピア伊賀

4階ミーティングルーム

【定員】 20人程度

【講座内容】

男女共同参画の概念や、ワーク
ショップ・ディスカッションで自己
表現の方法などを学びます。

【申込方法】 住所・氏名・電話番号・
所属や勤務先を記入の上、郵送・
ファックス・Eメール・持参のい
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ハイトピア伊賀4階

伊賀市男女共同参画センター

(人権政策・男女共同参画課)

☎22-9632 FAX22-9666

☎jinken-danjo@city.iga.lg.jp

～広報いが市～

7月1日号では「特集 禁煙、
いつ始めますか～あなたの大切な
人のために～」などを紹介します。

ご意見をお聞かせください

広報いが市・行政情報番組
(ウィークリー伊賀市・文字放
送)について、ご意見・ご要望
をお聞かせください。

【問い合わせ】 広聴情報課

☎22-9636 FAX22-9617

募集 私たちの暮らしとお金の講座 『身近な資金運用のポイント』

私たちの生活に身近な「経済」や
「金融」の基本を知り、生活設計に
合わせたお金の管理や運用など、お
金についての正しい知識と心構えを
学びましょう。

【とき】 7月3日(休)

午前10時30分～正午

【ところ】 青山図書室

【講師】 ファイナンシャルプランナー

【定員】 20人 ※先着順

【申込開始日】 6月19日(休)

【申込先・問い合わせ】 青山公民館

☎52-1110 FAX52-1211

募集 超脂肪燃焼ボクササイズ

ボクササイズは、音楽にのってボ
クシングの動きをすることで体脂肪
を燃焼するエクササイズです。ウエ
ストを引き締めるほか、太もも、腕、
顔の筋肉も使います。また、ダイエッ
ト効果が非常に高いことに加え爽快
な気分を味わえることでストレスの
発散にもなります。

エクササイズによる脂肪燃焼効果
と、運動前、運動中、終了後にサブ
リメントを摂取し脂肪燃焼効果を体
験していただけます。

今回は初心者から初級者向けのエ
クササイズとしますので、どなたで
もお気軽にご参加いただけます。

【とき】 7月10日(休)

午後7時30分～8時30分

(受付: 午後6時45分～)

【ところ】

ゆめドームうえの 第1競技場

【講師】 陶山 美佐さん

【対象者】

登録講習会修了者・一般(中学生
以上)

【募集人数】 150人 ※先着順

【参加費】(損害保険料含む)

登録者: 400円

一般: 600円

【服装・持ち物】 運動のできる服装・
タオル・体育館シューズ・登録修了
証(修了者のみ)

【申込方法】 電話

【申込開始日時】

6月19日(休) 午前9時

【申込先・問い合わせ】

ゆめドームうえの ☎22-0590

スポーツ振興課

☎22-9635 FAX22-9666

赤ちゃんの健診と相談（7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	7月15日(火)	午後0時50分～2時30分	伊賀市保健センター	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カ月ごろ、3歳児健診は3歳9カ月ごろまでに通知します。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)	7月10日(木)			
	7月31日(木)			
乳幼児相談 育児相談・栄養相談 ※母子健康手帳をご持参ください。	7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	【問い合わせ】 健康推進課 ☎ 22-9653 青山保健センター ☎ 52-2280 阿山支所住民福祉課 ☎ 43-0332 いがまち保健福祉センター ☎ 45-1016 大山田支所住民福祉課 ☎ 47-1151 島ヶ原支所住民福祉課 ☎ 59-2163
	7月8日(火)	午前10時～11時30分	青山保健センター	
	7月9日(水)	午前10時～11時30分	阿山保健福祉センター	
	7月16日(水)	午前10時～11時30分	いがまち保健福祉センター	
	7月22日(火)	午前10時～11時30分	大山田保健センター	
	7月24日(木)	午前10時30分～11時30分	島ヶ原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（7月分）（対象者：乳幼児と保護者）

食育運動教室「げんきっず」	7月11日(金)	午前10時～11時	伊賀市保健センター（☎ 22-9653）
0歳児サロン	7月25日(金)	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)・22日(火)・23日(水)・28日(月)・29日(火) 【親子教室】 誕生会・七夕まつりなど *すべて午前10時～ ② 2日(水)・11日(金)・18日(金)・19日(土)・23日(水) 【本とおもちゃルームぐるんば】 *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)	24日(木)・25日(金) 午前9時45分～【夏のあそび】 *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
森川病院『エンジェル』 森川病院内 (上野忍町 2516-7 ☎ 21-2425)	① 7日(月) (4～9カ月)・14日(月) (10カ月～1歳半) 【エンジェルサークル】 たなばたまつり *予約制 ② 28日(月) 【赤ちゃんなんでも相談・発育測定】 ③ 16日(水) 【離乳食教室】 *予約制 *①～③：午後2時～ ④ 3日(木)・10日(木)・17日(木)・24日(木)・31日(木) 午後1時～ 【ベビーマッサージ】 *予約制	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) 午後2時～ 【キラキラ Baby】 家庭で役立つ救急法 ② 22日(火) 午前10時30分～ (依那古地区市民センター) 【キラキラ出前講座】 親子ふれあい体操 ③ 28日(月) 午前11時～ 【キラキラ公開講座】 朗絵本畑しんちゃんのお読み聞かせ	月～金曜日 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30分～ 【誕生会】 7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)	28日(月) 午前10時～ 【わくわくひろば】 お芝居・紙芝居	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)	23日(水) 午前10時30分～ 【みんな集まれ!】 手あそび・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 3日(木) 【おたのしみひろば】 たなばたまつり *予約制 ② 9日(水) 【子育て講座】 ベビーマッサージ・ママ体操 ③ 30日(水) 【おはなしひろば】 読み聞かせ すべて午前10時30分～ *①の予約は6月23日(月)まで	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) 午前11時～ 【おはなし会】 読み聞かせ ② 10日(木) 午前10時30分～ 【おともだちあつまれ!】 (妊婦と0～1歳児) ③ 17日(木) 午前10時30分～ 【おともだちあつまれ!】 (2歳児以上)	火～土曜日 午前9時～午後5時

※教室に参加するときの持ち物などは事前に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

7月の無料相談

市では、市民の皆さんの暮らしのいろいろな問題や悩みごとについて相談を行っています。利用できるのは、市内在住・在勤・在学の人で、相談はすべて無料です。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・人権相談

相談名	相談日	時間	場所	問い合わせ
法律相談（弁護士） *予約制	7月10日（木）	13:00～16:00	上野ふれあいプラザ3階相談室	市民生活課（☎22-9638） ※受付開始（7/3午前8時30分～） ※先着10人
	7月22日（火）	13:30～16:00	大山田福祉センター相談室	大山田支所住民福祉課（☎47-1163） ※受付開始（7/15午前8時30分～） ※先着8人
女性法律相談 *予約制	7月9日（水）	13:00～16:00	ハイトピア伊賀4階相談室	男女共同参画センター（人権政策・男女共同参画課内）（☎22-9632） ※受付期間（6/20～7/4）
行政相談（行政相談委員） *国や特殊法人などの仕事について苦情や意見をお伺いします。	7月4日（金）	13:30～16:00	阿山多目的集会施設	阿山支所住民福祉課（☎43-0333）
	7月9日（水）	13:30～16:00	市民生活課 島ヶ原支所1階相談室	市民生活課（☎22-9638） ※随時受付 *予約優先 島ヶ原支所住民福祉課（☎59-2109）
人権相談（人権擁護委員）	7月4日（金）	13:30～16:00	阿山多目的集会施設	阿山支所振興課（☎43-1543）
	7月8日（火）	9:00～12:00	青山福祉センター	青山支所振興課（☎52-1115）
	7月10日（木）	13:30～16:00	上野ふれあいプラザ3階ミーティングルーム	人権政策・男女共同参画課（☎47-1286）
人権相談	月～金曜日（祝日除く）	8:30～17:15	津地方法務局伊賀支局	津地方法務局伊賀支局 （☎0570-003-110）

その他各種相談

相談名	相談日	時間	場所	問い合わせ
消費生活相談	月～金曜日（祝日除く）	9:00～16:00	市民生活課	市民生活課 消費生活相談専用ダイヤル（☎22-9626）
サラ金・クレジット問題相談 *予約制	7月24日（木）	13:00～16:00	上野ふれあいプラザ3階相談室	市民生活課（☎22-9638） ※受付期間（7/14～22） ※先着4人
交通事故相談 *予約制	7月17日（木）	13:00～15:00	上野ふれあいプラザ3階相談室	市民生活課（☎22-9638） ※受付期限（7/15） ※先着4人
社会保険出張相談（年金相談）	7月2日（水）	10:00～15:00	ハイトピア伊賀3階	上野商工会議所（☎21-0527）
	7月18日（金）			
緑（園芸）の相談	7月14日（月）	13:30～16:00	本庁舎玄関ロビー	都市計画課（☎43-2315）
外国人のための行政書士相談 *予約制	7月3日（木）	13:00～16:00	市民生活課	市民生活課（☎22-9702） ※先着4人
こころの健康相談 *予約制	7月23日（水）	14:00～17:00	三重県伊賀庁舎1階成人相談室	伊賀保健所（☎24-8076）
健康相談	7月25日（金）	10:00～11:00	ハイトピア伊賀4階健康ステーション	健康推進課（☎22-9653）
障がい者の総合相談	月～金曜日（祝日除く）	8:30～17:15	障がい者相談支援センター（福祉相談調整課内）	障がい者相談支援センター （☎26-7725 FAX 22-9674）
高齢者の総合相談	月～金曜日（祝日除く）	8:30～17:15	地域包括支援センター 中部（本庁舎1階） 東部（いがまち保健福祉センター内） 南部（青山保健センター内）	地域包括支援センター 中部（☎26-1521・FAX 24-7511） 東部（☎45-1016・FAX 45-1055） 南部（☎52-2715・FAX 52-2281）
			こども発達支援センター（福祉相談調整課内）	こども発達支援センター （☎22-9627・FAX 22-9674）
高齢者の就業相談	7月3日（木）	13:30～15:00	久米町市民館	シルバー人材センター （☎24-5800）
	*予約制 7月17日（木）		伊賀市シルバーワークプラザ（西明寺2782-92）	
若者の就業相談 *予約優先	月～金曜日（祝日除く）	8:30～17:15	伊賀市社会福祉協議会（上野ふれあいプラザ3階）	いが若者サポートステーション （☎22-0039）
女性相談 *予約優先	月～金曜日（祝日除く）	9:00～16:00	福祉相談調整課	福祉相談調整課（☎22-9609）
家庭児童相談 *予約優先				
母子自立相談 *予約優先				
ふれあい相談（教育相談）	火～金曜日（祝日除く）	9:00～16:00	伊賀市教育研究センター	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）	9:00～16:00	青少年センター（上野ふれあいプラザ3階）	青少年センター（☎24-3251）

2014年(平成26年)6月15日 発行/伊賀市 編集/企画振興部広聴情報課

〒518-8501 伊賀市上野丸之内116番地 ☎22-9636 FAX 22-9617 <http://www.city.iga.lg.jp/>

伊賀市の人口・世帯数

(平成26年5月31日現在)

人口 96,185人

(男)46,876人 (女)49,309人

世帯数 39,340世帯