

**募集 フットサルフェスティバル  
参加チーム募集**

**【とき】**

2月24日(日) 午前9時

**【ところ】**

ゆめドームうえの 第1競技場

**【種目・募集チーム】**

※先着順

- エンジョイ(フリー):10チーム
- ミックス(女性が1人以上試合に出場すること):5チーム
- オーバー30(30歳以上):5チーム

**【参加料】**

1チーム 11,000円

**【申込方法】**

所定の申込用紙に記入の上、参加料を添えて持参してください。

**【申込期間】**

1月4日(金)~31日(木)  
午前8時30分~午後5時

**【申込先・問い合わせ】**

スポーツ振興課  
(平田652-1)  
☎47-1284

※参加資格など、詳しくはお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。



**募集 めざせ!  
ワンサイズダウン教室**

3カ月で腹囲マイナス3cmをめざします。一人ではくじけそうな人、みんなと楽しくサイズダウンをめざしませんか。

**【とき】** ※いずれも水曜日

1月9日・16日・23日・30日、  
2月6日・13日・20日・27日、  
3月6日・13日  
午後1時30分~3時

**【ところ】**

島ヶ原温泉やぶっチャ「まめの館」

**【対象者】**

市内在住の20歳以上65歳までの人

**【内容】**

家でもできる簡単トレーニング。  
初回と最終回にエコーを使って体脂肪を測定します。

**【定員】** 15人

**【参加費】** 300円(まめの館利用料)  
※まめの館を初めて利用する人は、利用講習会(無料)の受講が必要です。

**【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 簡易人間ドックの再募集**

**【受診資格】** 伊賀市国民健康保険の加入者で、昭和13年4月1日から昭和48年3月31日までに生まれた人

**【申込方法】** はがきに「簡易人間ドック受診希望」と明記し、住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を記入し、お申し込みください。  
※はがき1枚で1人の申し込み

**【申込期限】** 1月16日(水)消印有効

**【定員】** 150人 ※先着順  
※国税滞納の有無を確認し、後日受診券を送付しますので、2月28日(木)までに市内指定医療機関で受診してください。

**【自己負担金】** 8,500円(前立腺がん検診希望者は500円追加)

※検査内容は、広報いが市4月15日号をご覧ください。お問い合わせください。

※11月末までに、簡易人間ドックまたは特定健康診査を受診した人は申し込みできませんので、ご注意ください。

**【申込先・問い合わせ】** 〒518-8501  
伊賀市上野丸之内116番地  
伊賀市健康福祉部保険年金課  
☎22-9659 FAX 26-0151

— 1月の二次救急実施病院 —

**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

\*小児科以外の診療科です。

日	月	火	水	木	金	土
		1 名張	2 岡波・名張	3 名張	4 上野	5 名張
6 名張	7 岡波	8 上野	9 岡波・名張	10 名張	11 上野	12 上野
13 岡波	14 岡波	15 名張	16 岡波・名張	17 名張	18 上野	19 名張
20 名張	21 岡波	22 上野	23 岡波・名張	24 名張	25 上野	26 上野
27 岡波	28 岡波	29 名張	30 岡波・名張	31 名張		

※重傷者が重なり、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。

◀伊賀市応急診療所(一次救急)▶

**【所在地】** 上野桑町1615番地 ☎22-9990

**【診療科目】** 一般診療・小児科

**【診療時間】**

月~土曜日:午後8時~11時

日曜日・祝日・年始:

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分前までにお願いします。

◆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。

◀各病院の受け入れ対象▶

**【上野総合市民病院(☎24-1111)】**

開業医または応急診療所の紹介および救急車のみ受け入れ

**【名張市立病院(☎61-1100)】**

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(担当医が判断)。連絡がない場合はお断りします。

**【岡波総合病院(☎21-3135)】**

◀実施時間▶ 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 ※月・水曜日が祝日の場合は午前9時~翌日午前8時45分 日曜日: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(担当医が判断)。連絡がない場合はお断りします。

お知らせ

次号の広報いが市は1月5日発行です。また、1月は5日号のみで、15日号はありませんので、ご注意ください。

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15日(火)	午後1時～2時30分	伊賀医師会館	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。
	1月24日(木)	午後1時～1時30分	いがまち保健福祉センター	
3歳児健診 (3歳6カ月児)	1月17日(木)	午後1時～2時30分	伊賀医師会館	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。
	1月24日(木)	午後2時～2時30分	いがまち保健福祉センター	
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。	1月8日(火)	午前10時～11時30分	青山保健センター	【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 ☎ 45-1015 大山田支所住民福祉課 ☎ 47-1151 島ヶ原支所住民福祉課 ☎ 59-2163
	1月9日(水)	午前10時～11時30分	阿山保健福祉センター	
	1月10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	
	1月15日(火)	午前10時～11時30分	いがまち保健福祉センター	
	1月22日(火)	午前10時～11時30分	大山田保健センター	
	1月24日(木)	午前10時～11時30分	島ヶ原子育て支援センター	
遊びの広場	月～金曜日(祝日除く)	午前9時～午後4時	青山保健センター (☎ 52-2280) ※乳幼児と保護者を対象に遊び場を開放します。	

子育て支援センターの教室・遊び場の開放（1月分）（対象者：乳幼児と保護者）

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)	7日(月)・8日(火)・15日(火)・16日(水)・21日(月)・22日(火)・28日(月)・29日(火) ※すべて午前10時～ 【誕生会・お正月あそび 凧やこまであそぼう・親子教室・育児講話 おやつについて】 ※8日(火)は手作りおやつパーティを計画しています。 ※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)	10日(木)・11日(金) 午前10時～ 【簡単玩具を作ってあそぼう】 ※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)	28日(月) 午後2時～ 【育児なんでも相談会】 離乳食・予防接種・育児などの相談、身体計測	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 21日(月) 午前10時30分～(猪田地区市民センター) 【出前講座：親子体操・あそび】 ② 28日(月) 午前10時30分～(ゆめぼりすセンター) 【出前講座：人形劇・紙芝居ほか キッズシアターかみふうせん】	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～ 【絵本の読み聞かせ】 ② 28日(月) 午前10時30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)	31日(木) 午前10時～ 【わくわくひろば】 保育士訪問	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)	22日(火) 午前10時～ 【元気っ子ひろば】 手作りおもちゃ ※2歳以上のお子さんと保護者対象。詳しくはお問い合わせください。(追加募集：10組)	火～土曜日 午前9時～午後5時
大山田子育て支援センター 大山田西保育園内 (平田 7 ☎ 47-0088)	① 8日(火) 午前10時30分～ 【おたのしみひろば】 お正月あそび ② 21日(月) 午前10時30分～ 【子育て講座】 ふれあい楽しい子育て	月～金曜日 午前9時～午後5時 *変更の場合がありますので、事前にお問い合わせください。
青山子育て支援センター さくら保育園併設 (阿保 1152 ☎ 53-0711)	9日(水)・10日(木)・17日(木) ※すべて午前10時30分～ 【おともだちあつまれ!】 同学年の交流・手遊び	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