

「春立とわらはも知やかざり縄」
あけましておめでとぅございます
芭蕉翁

【特集】新年のごあいさつ……………2

- 芭蕉翁生誕 370 年記念事業 協賛事業・自主事業・
芭蕉翁イラストを募集します……………6
- 税の申告 期間内にお早めに！……………8
- 伊賀学検定……………11
- 読書感想文コンクール入賞者……………21

※写真は年男・年女の皆さんです。芭蕉の句「春立とわらはも知やかざり縄」の文字を1字ずつ書いていただきました。詳しくは3ページをご覧ください。

あけましておめでとーぐーいざいます



伊賀市長 岡本 栄

明けましておめでとうございます。
皆様には、希望に満ちた2014年の新春を、ご家族お揃いで健やかに迎えのこととお喜び申し上げます。

今年、伊賀市長として早くも2度目のお正月を迎えることになりました。ケーブルテレビの行政情報番組でご覧になった方もいるかもしれません。が、昨年11月に蕨虫庵で「ひととせのめぐりて今朝の紅葉かな」という句を詠みました。上野丸之内の市長室でこの席に着いてから、改めて季節を感じる間もなく時間が過ぎ去り、気が付けばまた秋が廻ってまいりました。とても多忙な1年であったと思っております。そして、その間には随分と色々な出来事がありました。まずは多くの市民の皆さんや議員の皆さんにご意見をお聞きし、さらには、様々な分野の方々の激励とご指導を受けながら、市政の舵取り役として職務を遂行してまいりました。皆様方のそういったご支援に対しまして心から感謝を申し上げます。

さて、私たちのまちは平成16年11月1日の市町

村合併から9年が経過し、10年目を迎えております。当時とは社会経済情勢が大きく変わり、伊賀市におきましても人口減少社会の到来、地域経済の低迷、厳しい財政状況等から、あらゆる面でのこれまでのまちづくりの考え方を見直す時期に来ているといわなければなりません。

これからは「自分たちのまちは自分たちでつくる」ということが大変重要であります。依然として、多くの課題が残された厳しい状況の中ですが、私たちのまち伊賀市には、未来を切り拓くことができる素晴らしい可能性があります。それは、忍者や芭蕉をはじめ、先人から受け継いだ歴史と文化、緑豊かな自然、その自然から生まれる農産物や特産品など、全国に誇れる観光資源が数多くあるということでもあります。

私は、この1年余りの間、あらゆる機会を通じてトップセールスで伊賀市の魅力を全国へ発信するとともに、「ムダのない財政」「医療の再生」「観光・農林業の再生」を重点施策として、市民目線、市民感覚で市政を推進してまいりました。

就任2年目を迎え、心も新たに、公約として掲げました「伊賀市の再生」に向け、「勇氣と覚悟のまちづくり」を引き続き進めてまいりる所存であります。10年先、20年先、50年先、100年先を見据えながら、今、成すべきことをしっかりと成し、「本当に誇れるまち」をともに築いてまいりたいと考えておりますので、どうか市民の皆さんにおかれましては、ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

※市長などの公職にある者は、公職選挙法により年賀状などのあいさつ状を出すことが禁止されていますので、本紙上をもって年賀のごあいさつに代えさせていただきます。



知

- ①中川 みゆきさん
 - ②平成 2 年
 - ③名張市 (伊賀市在勤)
 - ④忍者 (伊賀流忍者博物館)
 - ⑤外国のお客様と英語で少しでも話せるようになりたい。たくさんの方に喜んで楽しんでいただけるような案内をしたい。
- ※取材協力:(一社) 伊賀上野観光協会

や

- ①菊田 義久さん
- ②昭和 29 年
- ③青山
- ④大工
- ⑤けがの多い仕事でもあるので、健康第一で 1 年を過ごしたい。

か

- ①森永 幸雄さん
- ②大正 7 年
- ③上野
- ④無職
- ⑤1 年でも長生きしたい。

ざ

- ①富 元子さん
- ②昭和 53 年
- ③上野
- ④和菓子販売
- ⑤和菓子をとおして、みんなの笑顔が見たい!

り

- ①宮迫 たまみさん
- ②平成 2 年
- ③上野
- ④会社員 (伊賀 FC くノ一選手)
- ⑤なでしこリーグ優勝!!

縄

- ①山村 芳子さん
- ②昭和 41 年
- ③上野
- ④市民スタッフ
- ⑤行政情報番組で忍者服を着るので、衣装がさまになるようにダイエットしたい。

春

- ①辻 貴広さん
- ②平成 14 年
- ③阿山
- ④小学校 5 年生
- ⑤ピアノとか、勉強とか、いろんなことをがんばりたいです。

立

- ①浦田 壽子さん
- ②昭和 5 年
- ③伊賀
- ④主婦
- ⑤健康で 1 年を過ごしたい。

と

- ①岡本 このかさん
- ②平成 2 年
- ③阿山
- ④パン製造・販売
- ⑤今習っているヒップホップダンスやフラダンスをがんばりたい。

わ

- ①中井 真智子さん
- ②昭和 53 年
- ③島ヶ原
- ④主婦
- ⑤これからも充実した日々を過ごし、子どもと共に成長したいと思います。

ら

- ①宮下 克美さん
- ②昭和 17 年
- ③大山田
- ④会社役員
- ⑤地区の老人クラブなどとの親睦を深めたい。趣味の弓道の練習にはげみたい。

は

- ①丸山 みどりさん
- ②昭和 41 年
- ③青山
- ④看護師
- ⑤丙午年、最高! 前向きにマイペースでがんばります。

も

- ①高森 豊さん
- ②昭和 53 年
- ③阿山
- ④消防士
- ⑤午年にふさわしく、飛躍のある 1 年にしたい。

表紙で芭蕉翁の俳句を毛筆で書いていただいた
午年生まれの年男・年女の皆さんをご紹介します



※俳句の意味: 新春になると、門ごとに注連縄を飾るので、それを見て子どもたちでさえ、いよいよ春がきたのだなということを知るようだ。

①氏名②生まれ年③お住まいの地域④職業など⑤今年の抱負

ご協力くださり、ありがとうございました。
皆さんにとって、実り多き一年となりますように…



楽しくからだを動かして

寒い冬を元気に乗り切ろう

運動不足になっていませんか

年末年始は、なにかと忙しくて規則正しい食事がとれなかったり、おせち料理などのご馳走を食べる機会が多く、なんだかお腹周りが気になる...という人も多いのではないのでしょうか。寒い日が続くこの季節、どうしても体を動かす機会が少なくなりがちですね。そんなときこそ、簡単で無理のない運動で元気にこの冬を乗り切りましょう！

忍にん体操は
いつでも、どこでも、
誰でもできる、
元気のでる楽しい体操です

忍にん体操は、伊賀流忍術の発祥の地である伊賀市の地域特性を生かし、忍者の軽やかな動きと精神をとり入れた健康体操です。

忍にん体操の体験者からは、バランス感覚を養い足腰を強化できるだけでなく、体があたたまり肩こりにも効果があると好評です。
今回は、忍にん体操の動きを紹介します。



やってみよう！ 忍にん体操

※音楽にあわせて、
A→B→C→D→B→E→C→D→B→F→Aの順番で



③両手で膝を叩く。
(2回繰り返し)



②グツとパー
(2回繰り返し)

B
グツとパー!!
(脚腰強化)



①横から上に手を持ち上げる。そのあと、みぞおちの下までおろす。

A
忍者ポーズ
〜日輪印〜 (深呼吸)



⑥腕を大きくまわす。



⑤手をグーにして交差させる。くるとひるがえして手をパーにする。手はパーのまま、再度ひるがえす。



④膝を2回叩いて、拍手を2回してから、膝を2回叩く。

C
手拍子



⑩反対側に⑦～⑨



⑨腕を縦横縦と動かす。



⑧腕と一緒に腰を大きくひねる。⑦⑧を3回繰り返し返す。



⑦腰に手をあて、2本指を立てて、上から下へ切るようにおろす。

D
忍者ポーズ
〜刀印〜 (捻転)

無理なくできることから
始めましょう

いざ運動しようと思っても、最初の
一歩を踏み出すことが難しいものです。
すぐにできる簡単な運動には、忍に
ん体操のほか、ウォーキング、ラジ
オ体操、スクワット、チェアー体操（い
すに座つてする体操）、ベッド体操（寝
たままする体操）などが挙げられます。
家の中で気軽にできるものからまず
は始めてみましょう。



適度な運動には

こんな効果があります

- ① 骨が丈夫になる。
- ② 関節や筋肉が柔らかくなる。
- ③ 筋肉が強くなり、疲れにくくなる。
- ④ 心肺系が強くなり、疲れにくくなる。
- ⑤ 血液がきれいになる。
- ⑥ 痩せる、見た目も若返る。
- ⑦ 脳を活性化する。
- ⑧ 抵抗力がつく。
- ⑨ 痛みが緩和する。
- ⑩ 気持ちが元気になる、若返る。

E 忍者歩き
(一本橋・横走り)



⑪①で4歩後進し、反対側に⑫。



⑫手足を横に開き、交差して閉じるを3回繰り返しながら右へ移動する。拍手を2回する。



⑬交互に腕をあげながら、4歩前進。

F 忍者ポーズ
(バランス)



⑭反対側に⑮～⑯。最後に①のポーズで深呼吸する。



⑮片足立ちでバランスをとりながら印を結ぶ。



⑯体重を後ろにかけて引く。



⑰体重を前にかけて押し出す。

◆運動を安全にするための注意点◆

- 心臓病・脳卒中・腎不全・腰痛・膝痛などがある人は主治医に相談してから始める。
- 運動の前後にはストレッチなどの準備運動・整理運動をする。
- 血圧が高い人は運動前に血圧のチェックをする。
- 運動中・運動後に強い痛みがあった場合には、ただちに中止する。
- こまめな水分補給を心がける。

忍にん体操は、行政情報番組「ウィークリー伊賀市」で不定期に放送しているほか、ホームページでも動画でご覧いただけます。
また、DVDを販売していますので、詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】 健康推進課

TEL 22・96653 FAX 22・96666
各支所住民福祉課

平成26年
3月開始

芭蕉翁生誕370年記念事業

記念事業を盛り上げ、市民の皆さんと一体となって取り組むため

協賛事業・自主事業・芭蕉翁イラストを募集します



◆協賛事業

皆さんが実施するイベントや行事、自社商品などに「芭蕉翁生誕370年記念」の「冠」を付けることで、生誕370年の気運を盛り上げていただける事業を協賛事業としています。

芭蕉さんに関係する具体的な事業がない、新たにイベントを行う体制が取れないなどの場合は、既存事業に「芭蕉翁生誕370年記念」の冠を使用して協賛事業として実施することが可能です。

◆自主事業

皆さんの構成する各団体などが主体となって取り組む事業で、新規事業や、既存事業を芭蕉翁関連事業にリニューアルした事業などを自主事業としています。

☑協賛事業・自主事業

【募集対象】

全国から募集します。

※開催地は伊賀市内に限ります。

※3月1日(出)から12月31日(水)の期間内に実施できる事業に限ります。(3月1日以前に実施する場合は、事務局へご相談ください。)

○応募された案は芭蕉翁生誕370年記念事業実行委員会、同実行部会で内容などを審査し、決定します。

○採用された事業は実行委員会発行のイベントチラシなどに掲載します。

○審査の結果、協賛事業や自主事業になる場合や実行委員会全体で取り組むべき事業と認められ、実行委員会事業となる場合があります。(自主事業・実行委員会事業には、一定の事業費補助があります。)

現代はモノや情報があふれている反面、人々は精神的なゆとりを求めています。そんな時代だからこそ、あらためて俳聖・松尾芭蕉翁から学ぶことの多さに気付かされます。

翁は正保元年(1644年)に伊賀市で生まれました。平成26年には生誕370年を迎えます。市では、

この370年の新たな節目を機に、翁の偉大さや尊さを再確認し、文芸に対する姿勢や生き方を学び、広く世間へ発信していくため、芭蕉翁生誕370年記念事業実行委員会を立ち上げ市民の皆さんと一体となって「芭蕉翁生誕370年記念事業」に取り組めます。

◆芭蕉翁イラスト

「旅する芭蕉さん」のイメージを自由な発想で描いてください。応募いただいたイラストを活用し、記念事業のさまざまな啓発物などに掲載していく予定です。



【募集対象】

市内にお住まいの小学生以上で、プロ・アマチュアは問いません。

【作品規定】 A3用紙（429mm×297mm）を使用し、絵の具やポスターカラー、クレヨンなどで描いてください。また、デジタル画像でも応募可能です。（プリントされたものに限ります。）

【賞品】 最優秀賞1点（3万円分の旅行券）・優秀賞5点以内（1万円分の旅行券）

【各事業の募集期間】

1月6日（月）～31日（金） 必着

※それぞれの募集について、詳しくは、募集要項をご確認ください。

※募集要項と応募用紙は、本庁玄関受付・企画課・各支所振興課・各地区市民センターにあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

市民の皆さんによる市民のための記念事業となるよう、そして翁の偉業をあらためて顕彰し、後世へ引き継ぐ取り組みとなるよう、ご応募ください。

芭蕉生誕370年記念事業の

公式ロゴができました

芭蕉翁生誕370年記念事業実行委員会では、「旅」「芭蕉のふるさと伊賀市」「未来に繋げる」をテーマに、①～③の公式ロゴを作成しました。

- ① 芭蕉翁生誕370年の気運を盛り上げていくため、市内で開催されるさまざまなイベントや周知に使用する予定です。
- ② 芭蕉さんのふるさと伊賀市
- ③ 芭蕉さんのふるさと伊賀市

【申込先・問い合わせ】

芭蕉翁生誕370年記念事業実行委員会
〒518-8501

伊賀市上野丸之内116番地

芭蕉翁生誕370年記念事業実行委員会事務局（伊賀市企画財政部企画課内）

☎ 22・96211 FAX 22・96228

✉ kakaku@city.iga.lg.jp

※持参の場合：企画課

伊賀市上野中町2976番地の1（上野ふれあいプラザ2階）

■■■ 所得税、市・県民税 合同申告会場 ■■■

◆と き 2月17日(月)～3月17日(月)
午前9時～午後5時

※土・日曜日を除く。

※会場の混雑状況によっては終了時間前に受付を締め切ることがありますので、午後4時ごろまでにご来場ください。



◆ところ ゆめドームうえの 第2競技場

※申告会場は、所定の日時・場所以外では開設していませんので、よくお確かめの上、ご来場ください。



期間内にお早めに！ の申告

平成25年分所得税の確定申告と、平成26年度市・県民税の申告について、上野税務署、伊賀県税事務所、伊賀市が合同で申告会場を設けています。お早めに申告してください。
※「上野税務署」「伊賀県税事務所」「伊賀市役所本庁・各支所窓口」は、申告会場ではありませんのでご注意ください。

◆会場までの無料送迎バスについて

本庁舎、各支所、各地区市民センター（上野地区）から、「ゆめドームうえの」間の無料送迎バスを運行します。

■伊賀市役所（市営上野公園駐車場前） ⇄ ゆめドームうえの

運行日	伊賀市役所発時刻	ゆめドームうえの発時刻
2月18日(火)・20日(木) 25日(火)・27日(木)	9:00 10:00 11:00 13:00	9:30 10:30 11:30 13:30
3月4日(火)・6日(木) 11日(火)・13日(木)	14:00 15:00	14:30 16:15

■地区市民センター・各支所 ⇄ ゆめドームうえの

発着場所		運行日
地区市民センター	支所	
神戸・比叡岐・依那古	青山支所	2月18日(火)・25日(火)・3月5日(火)・13日(休)
府中・中瀬	阿山支所	2月19日(水)・27日(木)・3月5日(火)・14日(金)
長田・小田	島ヶ原支所	2月20日(木)・26日(水)・3月7日(金)
友生	伊賀・大山田支所	2月21日(金)・28日(金)・3月6日(木)・12日(火)
きじが台・古山・猪田	—	2月19日(水)・26日(水)・3月11日(火)
諏訪・新居・三田	—	2月21日(金)・3月4日(火)・14日(金)
花垣・花之木・久米	—	2月28日(金)・3月7日(金)・12日(火)

【注意事項】

- ①地区市民センター・各支所と、「ゆめドームうえの」間の送迎バスについては、場所により発着時刻が異なります。時刻表は各地区市民センターと各支所振興課にありますので、お問い合わせください。
- ②バスは交通事情その他諸般の事情により、運休または発着時刻が若干遅れる場合がありますのでご了承ください。

◆市・県民税申告会場

開催日	会場
2月12日(水)・13日(木)	大山田農村環境改善センター 多目的ホール
2月19日(水)・20日(木)	あやま文化センター 会議・工作室
2月26日(水)・27日(木)	島ヶ原支所 2階会議室
3月5日(水)・6日(木)	青山福祉センター 教養娯楽室2
3月12日(水)・13日(木)	いがまち保健福祉センター 研修室

●受付時間：午前8時30分 ●相談時間：午前9時30分～正午、午後1時～4時

※定員になり次第、受付を締め切ります。

※会場は、かなりの混雑が予想されます。所得税の確定申告をする人は、合同申告会場の「ゆめドームうえの」をご利用いただきますようお願いいたします。

◆ 申告が必要な人は？ 申告が必要な人は、おおむね次のとおりです。

■ 所得税の確定申告が必要な人

- ① 事業をしている場合や不動産収入のある場合、土地や建物を売った場合などで、平成 25 年中の所得金額の合計金額が所得控除（基礎控除・扶養控除など）の合計額を超える場合
- ② 給与所得者で
 - 給与の年収が 2,000 万円を超える場合
 - 給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が 20 万円を超える場合
- ③ 複数の事業所から給与を受けている人で、年末調整

- を受けていない給与の収入金額と給与所得・退職所得以外の所得金額の合計額が 20 万円を超える場合
- ④ 公的年金等の雑所得のみの人で、所得控除を差し引いた後の所得額に残額がある場合（平成 23 年分以降は年金収入金額 400 万円以下の人は除く。）
 - ※ 確定申告をする必要のない給与所得者でも、医療費控除や住宅借入金等特別控除などを受けるときは、確定申告をすれば源泉徴収された所得税が還付される場合があります。

■ 市・県民税の申告が必要な人

＜市・県民税の申告が必要かどうかわからない人は、こちらでチェック！＞

平成 26 年 1 月 1 日現在伊賀市に	住民票のある人	平成 25 年中に所得があった人	所得が給与のみの人	給与支払報告書が勤務先から提出済みの人	申告不要		
				給与支払報告書が勤務先から未提出の人	申告必要		
				給与を 2 カ所以上から受けた人	申告必要		
			所得が公的年金のみの人	公的年金支払報告書が支払者から提出済みの人	申告不要		
				上記の人のうち社会保険料控除などを受け人	申告必要		
				公的年金支払報告書が支払者から未提出の人	申告必要		
					営業や農業、不動産、株式配当などの所得があった人	申告必要	
					医療費控除を受けようとする人	申告必要	
					平成 25 年中に所得がなかった人	伊賀市在住のどなたかに扶養されていた人	申告不要
						伊賀市在住のどなたにも扶養されていなかった人	申告必要
			伊賀市に事務所・事業所・家屋敷を有する人 ※ 所定時期に申告書を送付します。	申告必要			
	住民票のない人						

◆ 申告に必要なもの

- ① 印鑑・筆記用具
- ② 申告書（税務署または市役所から送付されている人）
- ③ 税務署からのお知らせはがき（送付された人のみ）
- ④ 平成 25 年中の所得を明らかにできる書類
 - 給与・報酬・賃金・年金がある人は源泉徴収票または支払調書（いずれも原本）
 - 営業・農業・不動産所得がある人は収支内訳書（事前に作成しておくこと）
 - 配当・一時・雑所得などの所得がある人はその所得を証明する書類
- ⑤ 控除を受けるために必要な証明書など
 - 国民年金保険料の控除証明書または領収書
 - 国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の領収書または証明書（年金から天引きされている場合は、公的年金等の源泉徴収票に金額が記載されています。）

- 生命保険料・個人年金保険料・地震保険料などの領収書または証明書
- 医療費控除を受ける人は、支払った医療費の領収書（あらかじめ支払金額を計算しておくこと）
- そのほか、受けようとする控除の必要書類または証明書類
- ⑥ 所得税の還付申告をする人は預貯金口座情報のわかるもの
 - ※ 上記以外に、申告内容によってはほかの書類などが必要になる場合があります。



※ 昨年のご自身の申告書の控え、申告資料をお持ちいただくと、申告内容の確認などがスムーズに行えます。

※ その他

○ 確定申告書第二表 住民税に関する事項について

16歳未満の扶養親族、配当に関する住民税の特例、非居住者の特例、配当割額控除額、株式等譲渡所得割額控除額、寄附金税額控除などの各事項について、該

当がある場合は必ず記入してください。記入のない場合は、住民税額の課税計算に適用されませんので、ご注意ください。

申告書をもとに 証明書を発行しています

所得税や市・県民税の申告が必要な人が申告しないと、借り入れ、扶養、住宅、福祉、教育などの申請に必要な証明書（所得証明書・課税証明書）が発行できません。また、各種制度での適用が受けられなくなることがあります。

申告は市民生活に欠かせないものですから、申告が必要な人は必ず申告してください。



要介護・要支援認定を受けている人の 税の障害者控除について

身体障害者手帳や療育手帳をお持ちでない人で、要介護・要支援認定を受けていて一定の条件に該当する65歳以上の人は、「障害者控除対象者認定書」により所得税や市・県民税の障害者控除を受けることができます。（ただし、本人とその扶養者の所得税や市・県民税が非課税の場合は該当しません。）

「障害者控除対象者認定書」の交付を受けるためには申請が必要です。詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】 介護高齢福祉課 ☎ 26-3939 FAX 26-3950

■ 国税庁ホームページの 「確定申告書等作成コーナー」で、 「申告書」が作成できます！

e-Tax

「確定申告書等作成コーナー」の画面の案内に従って金額などを入力すれば税額などが自動計算され、所得税、消費税の申告書や青色申告決算書などが作成できます。

e-Tax を利用して所得税の申告をすると…

① 添付書類の提出または提示を省略できます。

源泉徴収票や医療費の領収書などの記載内容を入力して送信することで書類の提出または提示を省略できます。（確定申告期限から5年間、税務署から書類の提出または提示を求められることがあります。）

② 還付金を早く受け取ることができます。

e-Tax で申告された還付申告は早期処理しています。（3週間程度に短縮）

※ e-Tax を利用するには、インターネット環境に接続されたパソコン、電子証明書（住民基本台帳カード）、ICカードリーダーライターが必要となります。

《確定申告書用紙の送付について》

昨年の確定申告で、e-Tax を利用して申告した人や、申告会場でパソコンによる電子申告をした人、国税庁のホームページで申告書を作成し書面で提出した人については、電子申告の推進とペーパーレス化の促進のため、確定申告書用紙が送付されませんので、ご了承ください。

なお、申告書の送付の有無にかかわらず、確定申告が必要となる人は、お早めに申告していただきますようお願いいたします。

国税庁ホームページ：http://www.nta.go.jp/

【申告書の送付先・問い合わせ】

● 所得税の確定申告

〒518-0836 伊賀市緑ヶ丘本町1680番地 上野税務署 ☎ 21-0950
※自動音声案内に従ってください。

● 市・県民税の申告

〒518-8501 伊賀市上野丸之内116番地
伊賀市総務部課税課市民税係 ☎ 22-9613 FAX 22-9618



◆ 貴重な財産である文化財を後世に伝えるために

1月26日は文化財防火デーです

【問い合わせ】 消防本部予防課

☎ 24-9105 FAX 24-9111

昭和24年のこの日は、世界的な至宝である日本最古の壁画が描かれた奈良県の法隆寺金堂が焼損した日です。その後火災などで文化財の焼損が相次いだことから、文化財を火災や震災、その他の災害から保護するとともに、国民の文化財愛護思想の普及高揚を図ることを目的とし、昭和30年にこの日を「文化財防火デー」と定め、全国的に文化財防火運動を展開しています。

文化財の火災は、放火や周囲からの飛び



火によるものが多いのが特徴です。したがって、文化財の防火は、文化財を管理する人だけでなく地域住民や消防機関をはじめとした関係機関の協力があってこそ成し遂げられるものです。

市内にも、歴史的で芸術的な建造物が数多くあることから、この時期、各地で消防訓練を実施します。皆さんも見学するなど訓練に関わることにより、文化財の防火についての関心を高めていただくようお願いいたします。

◆ 伊賀の歴史や文化をいつまでも残し、伝える人々を育みます

第9回伊賀学検定

【問い合わせ】 観光戦略課

☎ 22-9670 FAX 22-9695

【とき・ところ】 2月23日(日)

○初級：午後1時～(30分間)

ハイトピア伊賀 3階

三重テラス 2階(東京都中央区日本橋)

○中級：午後1時～(40分間)

ハイトピア伊賀 3階

※中級の受験は、初級を合格した人に限ります。

○上級：午後3時～(45分間)

ハイトピア伊賀 3階

※上級の受験は、中級を合格した人に限ります。

【出題方法】

○初級：四者択一(50問) ※70%以上の正解で合格

○中級：四者択一(100問) ※80%以上の正解で合格

○上級：記述式(50問) ※90%以上の正解で合格

【出題範囲】 芭蕉・城・忍術・祭・文化財・歴史・文学・自然・生活文化・雑学など「伊賀」に関する事柄全般

【受験料】

○初級：1,500円(中学生以下は1,000円)

○中級：2,000円(中学生以下は1,500円)

○上級：3,000円

※受験料はすべて税込み

【申込期限】 2月7日(金)

◆ 受験対策セミナー ◆

【とき・ところ】

○初級①：1月25日(土) 午後1時～2時30分

三重テラス 2階 ※定員50人

○初級②：2月1日(土) 午後1時～2時30分

○中級：2月1日(土) 午後3時30分～5時

初級②・中級ともにハイトピア伊賀 3階

【講師】

伊賀市文化財保護審議会委員 滝井 利彰 さん

伊賀市文化財保護指導委員 増田 雄 さん

【受講料】 初級：1,000円 中級：1,000円

※上級については、セミナーは開催しません。

【申込期限】 1月20日(月)

◆ 「伊賀学」講演会 ◆

【とき・ところ】

2月23日(日) 午後1時45分～2時45分

三重テラス 2階

【講師】 伊賀市長 岡本 栄

【参加資格】 伊賀学検定受験者

※同日の同時刻、ハイトピア伊賀3階でインターネットによる中継を予定しています。

◆ 「伊賀学」懇親会 ◆

【とき・ところ】

1月25日(土) 午後3時～4時30分

三重テラス 2階

【参加費】 2,000円

【申込方法】 検定・受験対策セミナーとともに、住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、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番地

上野商工会議所 ☎ 21-0527 FAX 24-3857

〒519-1412 伊賀市下柘植723番地の1

伊賀市商工会 ☎ 45-2210 FAX 45-5307

観光戦略課 ☎ 22-9670 FAX 22-9695

◆ ご意見（パブリックコメント）を募集します

新図書館基本計画へのご意見募集

【問い合わせ】 上野図書館
☎ 21-6868 FAX 21-8999



新図書館建設計画検討委員会では、新しい伊賀市図書館の整備について、3月の策定をめざして進めています。

この新図書館基本計画（中間案）に対して市民の皆さんのご意見を反映させることを目的に、パブリックコメントを募集します。

【募集内容】

新図書館基本計画（中間案）に対するご意見

【閲覧方法】

次の①～⑤にある資料または市ホームページ

- ①上野図書館
- ②生涯学習課
- ③各公民館（上野・いがまち・島ヶ原・阿山・大山田・青山）
- ④各支所振興課
- ⑤各地区市民センター
- ⑥市ホームページ

【提出方法】

住所・氏名・電話番号・件名を記入し、ご意見（「該

当箇所」とそれに対する「意見内容」）を記載の上、郵送・ファックス・Eメール・持参のいずれかで提出してください。

※提出していただいたご意見は、計画策定の検討資料とさせていただきます。また、市の意見と併せて上野図書館・各公民館（上野・いがまち・島ヶ原・阿山・大山田・青山）・生涯学習課・各支所振興課・各地区市民センター・市ホームページで公表します。

※個別の回答はしません。

※いただいた意見書などは返却しません。

【募集期間】

1月10日（金）～24日（金） 必着

【提出先】

〒518-0873 伊賀市上野丸之内40番地の5

上野図書館

FAX 21-8999

☒ ueno-tosho@city.iga.lg.jp

※持参の場合は各公民館（上野・いがまち・島ヶ原・阿山・大山田・青山）でも受け付けます。

◆ ご意見（パブリックコメント）を募集します

公共施設最適化方針へのご意見募集

【問い合わせ】 管財課
☎ 22-9610 FAX 24-2440



昨年6月に公表した公共施設白書から見てきた課題として、施設の更新（建て替え、修繕）の集中する時期には、年平均55億円もの予算が必要と予想されます。

この危機を乗り越えるために施設更新費の平準化、さらには維持管理経費の削減による「持続可能な財政構造の確立」をめざすため、公共施設のマネジメントを進めることとし、このたび施設の総量縮減目標を設定し、公共施設最適化方針中間案としてとりまとめました。この中間案に対してご意見（パブリックコメント）を募集します。

【募集内容】

伊賀市公共施設最適化方針（中間案）に対するご意見

【閲覧方法】

次の①～③にある資料または市ホームページ

- ①管財課
- ②各支所振興課
- ③各地区市民センター
- ④市ホームページ

【提出方法】

住所・氏名・電話番号・件名を記入し、ご意見（「該当箇所」とそれに対する「意見内容」）を記載の上、郵送・ファックス・Eメール・持参のいずれかで提出してください。

※提出していただいたご意見は、方針策定の検討資料とし、市の意見と併せて市ホームページで公表します。

※個別の回答はしません。

※いただいた意見書などは返却しません。

【募集期間】

1月6日（月）～27日（月） 必着

【提出先】

〒518-8501

伊賀市上野丸之内116番地

伊賀市企画財政部管財課

FAX 24-2440

☒ kanzai@city.iga.lg.jp

※持参の場合は、各支所振興課・各地区市民センターでも受け付けます。

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

子育て支援・無料相談

催し 絵本の読み聞かせ講座

絵本の絵を読む楽しさなどをお話しいただきます。当日は、たくさんの絵本を読むことができます。

【とき】 2月5日(水)

【ところ】 いがまち公民館ホール

【対象者】 乳幼児と保護者、絵本や読み聞かせに興味のある人

【内容】

<ボランティアサークルによる
読み聞かせ会>

午前10時～10時40分

<講演「絵本、写真集をふんだんに
取り入れた《絵本ひろば》>

午前10時40分～正午

○演題：「これまでとはちょっと
違う 絵本の読み方、届け方」

○講師：絵本あれこれ研究家
加藤 啓子さん

【問い合わせ】 いがまち公民館

☎ 45-9122 FAX 45-9160

催し 上野同和教育研究協議会 連続講座第2回・3回

【とき】 ○第2回：1月31日(金)

午後7時30分～9時15分

○第3回：2月20日(木)

午後7時30分～9時

【ところ】 ハイトピア伊賀 5階
多目的大研修室

【内容】

○第2回：映画上映『SAYAMA み
えない手錠をはずすまで』

○第3回：講演会・演題「狭山事件
から考えること」

講師：部落解放同盟三重県連合会
執行委員長 松岡 克己さん

【問い合わせ】 生涯学習課

☎ 22-9679 FAX 22-9692

上野同和教育研究協議会事務局

☎/FAX 26-7677

催し いがまち人権パネル展 ～子どもと高齢者の 人権について～

【とき】 1月15日(水)～23日(木)

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】 育児放棄や虐待などが社会
問題になっています。子どもと高齢
者の人権について考えてみませんか。

【問い合わせ】 いがまち人権センター

☎ 45-4482 FAX 45-9130

催し 高齢者あんしん見守り ネットワーク事業 認知症と認知症ケアの研修会

【とき】

2月1日(出) 午後1時30分

【ところ】 あやま文化センター
さんさんホール

【内容】

<第1部>

演題：

「認知症と認知症ケアについて」

講師：上野総合市民病院

医師 赤津 裕康

※認知症と認知症ケアについて、わ
かりやすくお話しします。

<第2部>

クイズ形式により認知症と認知症
ケアに関する解決方法を検討します。

※磁気誘導ループを設置

手話通訳あり

【問い合わせ】 介護高齢福祉課

☎ 22-9634 FAX 26-3950

催し 三重大学大学院 地域研究フォーラム in 伊賀

【とき】 1月25日(出)

午後1時～5時

【ところ】 ハイトピア伊賀 3階
コミュニティ情報プラザホール

【内容】

○第1部：『三重の文化と社会』研究
成果報告

大学院生報告・質疑応答

○第2部：『Talk Live - 秘蔵の里
伊賀 新発見』

三重大学大学院人文社会科学研
究科 教授 後藤 基さん

【問い合わせ】 三重大学大学院

人文社会科学研
究科(総務 森本)

☎ 059-231-9194

生涯学習課

☎ 22-9679 FAX 22-9692

催し 第9回おはなし広場 「人形劇を楽しもう」

地域で人形劇を行っているサー
クル「マンマミーダ」を招いて、人形
劇や紙芝居をします。

親子でお楽しみください。

【とき】 1月30日(木)

午前10時30分～11時

【ところ】 青山公民館図書室

【問い合わせ】 青山公民館

☎ 52-1110 FAX 52-1211

お知らせ だんじり会館 臨時休館

だんじり会館は、AV 設備更新工
事と空調設備更新工事のため、臨時
休館します。ご不便をおかけしま
すが、ご了承くださいませようよろ
しくお願いします。

【休館期間】 2月1日(出)～3月21日(金)
※だんじり会館内併設の「地場産買
物処」「伊賀上野観光インフォメ
ーションセンター」「忍者変身処」は
臨時休業する場合があります。

【問い合わせ】 観光戦略課

☎ 22-9670 FAX 22-9695

お知らせ インターネット公売情報

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。

【市ホームページ掲載開始日時】

1月31日(金) 午後1時

【参加申込期限】

入札形式：2月10日(月) 午後5時

【入札開始日時】

入札形式：2月21日(金) 午後1時

【問い合わせ】 収税課

☎ 22-9612 FAX 22-9618

お知らせ コミュニティ助成事業

財自治総合センターでは、宝くじ
の社会貢献広報事業として、コミュ
ニティ助成事業を実施しています。
○車坂町自治会：子どもからお年寄
りまで集える、魅力あふれる集議所
とするため、テーブルや椅子、音楽
機材などの備品を購入しました。

○久米住民自治協議会：健康増進や
住民同士の交流のため、テントや大
型炊き出し器、スポーツ用具などの
備品を購入しました。

【問い合わせ】 市民活動推進課

☎ 22-9639 FAX 22-9694

今月の納税

○納期限 1月31日(金)

納期限内に納めましょう

市・県民税(4期)

国民健康保険税(7期)

※納税は便利な口座振替で

【問い合わせ】

収税課 ☎ 22-9612

催し 更生保護女性の会 ケース研究会

犯罪や非行のない地域社会を願って開催します。

【とき】

1月19日(日)
午後1時～3時30分

【ところ】

ふるさと会館いが 多目的室

【内容】

グループ討議

【問い合わせ】

厚生保護課
☎ 22-9650 FAX 22-9661

募集 ウィッツ青山学園高等学校 入学者募集

「意育」を理念に掲げる、市が認可した単位制の高等学校です。

【募集人数】

○全日制課程

通学生：10人(A日程・C日程)
寮生：10人(B日程・C日程)

○通信制課程：400人

【入試日・出願期間】

○全日制課程

- ・A日程(通学生)：1月24日(金)
1月8日(火)～21日(火)
- ・B日程(寮生)：2月16日(日)
1月8日(火)～2月10日(月)
- ・C日程(共通)：3月13日(休)
2月17日(月)～3月7日(金)

○通信制課程：個別

1月8日(火)～3月29日(出)

【試験内容】

<通学生>

作文・面接・選択1教科試験

<寮生>

作文・面接・国語・数学・英語

<通信制>

作文・面接

【受験料】

15,750円

【合格発表】

試験日から10日以内に発表
※転入学についても随時対応します。
※個別学校見学会は電話、ファックスなどでお申し込みください。

【応募先・問い合わせ】

ウィッツ青山学園高等学校
(担当 井上)
☎ 53-1190 FAX 53-1192
教育総務課
☎ 47-1280 FAX 47-1281

催し チャリティーバザー

伊賀市更生保護女性の会上野支部が、チャリティーバザーを開催します。

【とき】 2月9日(日)

午前9時30分～午後2時30分

【ところ】

上野ふれあいプラザ3階
中会議室

【内容】 日用雑貨などを販売

【問い合わせ】

厚生保護課
☎ 22-9650 FAX 22-9661

催し 青少年健全育成推進大会 人形劇場

青少年の健全育成を市民総ぐるみで推進するために開催します。

【とき】 1月18日(土)

午前11時～正午
(開場：午前10時45分)

【ところ】

上野フレックスホテル
2階桜の間

【内容】

○「どうして、ぞうさんのはなはながいの？」

○「ゆらゆらばしのうえで」

【定員】 200人 ※先着順

※車は、なるべく乗り合わせでお願いします。

※会場はじゅうたん敷きです。クッションが必要な人は持参してください。

【問い合わせ】

生涯学習課
☎ 22-9679 FAX 22-9692

催し 認知症の人と家族の会 「伊賀地域つどい・交流会」

【とき】 1月28日(火)

午後1時30分～4時

【ところ】 名張市総合福祉センター
ふれあい(名張市丸之内79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】

地域包括支援センター
☎ 26-1521 FAX 24-7511

催し 第12回三重大学発 産学官連携セミナー in 伊賀

三重大学伊賀研究拠点は、大学の「知」と伊賀地域ならびに企業が有する「地域資源」との連携により、地域活性化と環境保全などに取り組んでいます。

今回は特に、環境と食の資源化をテーマに紹介します。

【とき】

1月31日(金) 午後1時30分～

【ところ】

ヒルホテルサンピア伊賀

【内容】

<講演1>

○演題：「地域資源としての森林の持続的な利用」

○講師：三重大学大学院
生物資源学研究科教授
石川 知明さん

<講演2>

○演題：「資源としての海の哺乳類
鯨やアシカ・アザラシとその利用」

○講師：三重大学 理事・副学長
伊賀研究拠点所長
吉岡 基さん

<報告1>

獣害対策と連動するジビエ食材
『かじかの取り組み』

いがまち山里の幸利用組合「かじか」
中森 秀治さん

<報告2>

「伊賀有機農業推進協議会の取組
について」

(株)へんこ代表取締役
村山 邦彦さん

<報告3>

「RASCによる伊賀の食材普及活動
について」

三重大学地域戦略センター
加治 宏基さん

<報告4>

「モクモク6次産業の取組み」
(株)伊賀の里モクモク手作りファーム

竹内 正典さん

<総合討論>

【問い合わせ】

三重大学伊賀研究拠点
☎ 41-1071 FAX 41-1062
商工労働課
☎ 43-2306 FAX 43-2311

～ウィークリー伊賀市～

今月は「確定申告の相談について」などをお送りします。

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

子育て支援・無料相談

募集 市史編さん委員会委員募集

市史編さん事業の基本方針や編さん計画などの必要な事項に関し検討や提案を行う委員を募集します。

市史編さん事業は、平成28年度を目標に古代・中世、近世、近現代の3つの時代に分けてそれぞれ資料編と通史編、そして年表・索引の合計7巻の刊行を予定しています。

【応募資格】

①市内在住で、満20歳以上70歳未満の人

②市議会議員・市職員でない人
※嘱託・臨時の市職員を含む。

【募集人数】 2人以内

【任期】

3月1日から2年間

【報酬】

6,000円/日

※市の規定に基づく。

【開催回数】 年2回程度

※原則、平日の昼間2～3時間程度を予定

【応募方法】

市史や郷土史に対する思いなどを「市史編さん委員会委員への応募動機」として800字以内(様式自由)にまとめ、住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を記入の上、郵送・ファックス・Eメール・持参のいずれかで提出してください。

【応募期限】

1月27日(月) 必着

※ファックス・Eメールの場合は同日午後5時受信分まで。

【選考方法】

作文審査(年齢・性別・地域間のバランスなどによる委員の構成比率を考慮して決定します。)

選考結果は、応募者に書面で通知します。

【応募先・問い合わせ】

〒518-0292

伊賀市阿保1411番地

伊賀市総務部総務課市史編さん係

☎52-4380 FAX 52-4381

✉soumu@city.iga.lg.jp

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】 秘書広報課

☎22-9636 FAX 22-9617

募集 超脂肪燃焼ボクササイズ

エクササイズによる脂肪燃焼効果と、運動前、運動中、終了後にサプリメントを摂取し、脂肪燃焼効果を体験します。今回は初心者から初級者向けのエクササイズです。

【とき】 2月13日(木)

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

第一競技場

【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)

【定員】 150人

【受講料】 ※傷害保険料含む。

○一般:600円

○フィットネス教室登録者:400円

【申込方法】 電話

【申込受付開始日】

1月14日(火) 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

☎47-1284 FAX 47-1290

募集 おやこDEのびのび教室

水に触れ、慣れることを目的に開催します。保護者も水中運動をすることで運動不足解消になります。

【とき】 ※全4回

2月7日(金)・21日(金)・26日(水)・3月12日(水)

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】 市内在住の1歳～未就学児とその保護者

【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】

1月16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

募集 応急手当を身につけましょう

事故や病気などで意識がなくなり、呼吸ができなくなった人や、心臓が止まった人には、救急車が到着するまでの間に、一刻も早く適切な応急手当をしなければなりません。

大切な命を守るため、応急手当の技術を身につけましょう。

【とき】

1月26日(日)

①普通救命講習会:午前9時～正午

②実技救命講習会:午前10時～正午

【ところ】 中消防署 西分署

【内容】

心肺蘇生法(成人)とAEDの使い方、異物除去の方法、止血などの応急手当

【対象者】

①普通救命講習会:市内在住・在勤・在学の小学校4年生以上の人

②実技救命講習会:市内在住・在勤・在学の小学校4年生以上で次のいずれかにあてはまる人

○12月20日以降に市ホームページで受講できる応急手当WEB講習を修了した人

○平成25年1月26日以降に救命入門コースを修了した人

【募集人数】

①普通救命講習会:20人程度

②実技救命講習会:10人程度

【申込期限】 1月21日(火)

【申込方法】 消防救急課・各消防署・各分署にある所定の用紙に記入の上、お申し込みください。

申込用紙は市ホームページからもダウンロードできます。

※動きやすい服装で受講してください。

【申込先・問い合わせ】 消防救急課
☎24-9116 FAX 24-9111

募集 離乳食教室

「離乳食ってどうやって作るの?」「進め具合はこれでいいのかしら?」というお母さんはもちろん、同じ月齢の赤ちゃんがいるお友達を作りたい、という人もぜひご参加ください。

【とき】 1月31日(金)

午後1時30分～3時30分

【ところ】 阿山保健福祉センター

【内容】 講話・実演見学「離乳食初期～完了食」、栄養相談

【問い合わせ】

健康推進課

☎22-9653 FAX 22-9666

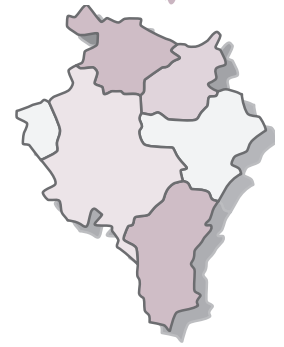


ママと一緒にヨガをしたよ

子育て支援事業「キラキラ Baby」(12月2日)

0歳児と保護者を対象に月に1度開いている子育て支援事業「キラキラ Baby」で、ベビーヨガセラピーを行い、19組の親子が参加しました。

ベビーヨガセラピーとは、赤ちゃんへのマッサージにヨガの動きを加えて子どもの体の働きを高めるスキンシップのことで、お母さんが優しく触れると、赤ちゃんは嬉しそうに笑ったり声をあげたりしていました。



▶ 歌を歌いながら、赤ちゃんの足の指をマッサージしています。赤ちゃんも気持ちよさそうです。
◀ 赤ちゃんと一緒に楽しみながら体を伸ばします。



すてきなリースが完成

子育て講座 親子リースづくり(12月5日)

大山田保健センターで子育て講座を開きました。今回は親子リース作りで、25組の親子が参加しました。さつまいものつるを使ったリースの土台に、まつぼっくりや、ドライフラワーなどを自由に飾りつけ、それぞれの親子がかわいいリースを完成させました。

大山田子育て支援センターでは、月曜日から金曜日までの午前9時から午後5時まで、遊び場を開放しています。また、今回の子育て講座のほか、絵本の読み聞かせなどのおはなしひろばや、さまざまな催しを開いています。



▶ リースに飾りをつけたり、リボンを巻いたりして、親子で楽しい時間をすごしました。

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、秘書広報課(☎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。



《本庁舎停電のお知らせ》

老朽化に伴う受変電設備の改修工事のため、本庁舎が停電し、住民票の写し・印鑑登録証明書の自動交付機と市ホームページが停止します。

【停止日時】 1月12日(日)～2月23日(日)の期間の土・日曜日、祝日

午前6時50分～午後9時30分

【問い合わせ】 管財課 ☎ 22-9610



めざせ！自己ベスト

伊賀地区ロードレース大会（12月7日）

上野運動公園とその周辺コースで、伊賀地区ロードレース大会が開催されました。

大会は小学校男子と小学校女子の1,500m、中学校女子と中学校男子の3,000m、一般男子の5,000mの順でスタートしました。

この大会は2月に行われる美し国三重市町対抗駅伝大会の伊賀市代表選手の選考レースの1つとなっていることから、参加者は少しでもいいタイムを出そうと最後まで全力を尽くして走り抜きました。

▶保護者などの声援を受け、澄んだ青空のもと、力いっぱい走りました。



お菓子作りに挑戦

みんな集合！子ども体験教室（12月14日）

いがまち保健福祉センターの栄養実習室で今年8回目の子ども体験教室を開きました。この教室は、3B体操やマジック、草木染めなど毎回さまざまな体験をとおして子どもたちが仲良くなり、絆が深まるようにと行われています。

今回は、講師の川瀬千枝さんと一緒にかぼちゃのチーズケーキとごぼう入りブラウニーを作りました。この日参加した13人の子どもたちは、グループで相談しながらビスケットをくんだり、材料を混ぜ合わせたりしていました。お菓子が焼きあがると辺りには良い香りがひろがり、みんな笑顔でお菓子をほおぼっていました。



▲▶さまざまな年齢の子どもたちが、協力しあいながら、お菓子作りを楽しみました。

みんなの笑顔のために

人権を考える市民の集い（12月14日）

毎年11月11日から12月10日までを差別をなくす強調月間と定め、市内各所で人権について考えるための催しを行っています。この日は、伊賀市文化会館で、人権作品（ポスター・標語・作文）の表彰式が行われ、上野地域での入賞者が岡本市長から表彰状などを受け取りました。その後、作文部門での市長賞・優秀賞の受賞者がそれぞれの作文を朗読しました。また、森秀一さんと森美栄さんが「魂拓人^{こんたくと}」と題した人権トーク&コンサートを行いました。

▶作文部門小学生の部で市長賞を受賞した上野西小学校の吉本智さんら4人が、作文を朗読しました。



市長の伊賀じまん



— 伊賀のお雑煮 —

お雑煮というのは地域性を強く表すもので、小さいころから皆さんそれぞれに「これが雑煮だ」という具体的なイメージを持っていると思います。

三重県には大きく分けると3種類の雑煮があります。ひとつめは、伊賀で食べているような味噌仕立てで丸餅を入れるタイプのもので、餅は丸餅を上からつぶした花びら餅と呼ばれるものが入ることもあります。具は、祝い大根、金時人参、小芋などの輪切りにしたものが定番でしょう。

ふたつめは、伊勢地方の雑煮で、味噌は入れずすまし汁で、角餅が入ります。全国的には、西日本では丸もちが主流です。三重県の東側の地域はすましの雑煮が一般的であり、関東の文化圏だということがわかります。

みつめは少し驚かれるかもしれませんが、小豆の入った雑煮です。ぜんざいを雑煮として食べる地域があります。そのほかに、雑煮の餅を汁から出してきな

こをまぶして食べるという家庭もあるようです。

雑煮というのは親から子へと受け継がれ、各家庭で決まった形があります。時代やメディアの影響をあまり受けずに地域の特色が残しやすいと言えると思います。

三重県全体を見ると、西側の地域に多い味噌仕立てに丸餅の雑煮と、すまし汁に角餅の雑煮は、鈴鹿布引山地を境に東西に分布しています。スーパーやコンビニで売られているカップラーメンなども、同じエリアで味付けを分けているようです。

お正月の飾りつけなどにも地域性が大きく出ます。今年の正月は、料理や飾り付けの中に伊賀らしさを見つけてみてください。

(伊賀市長 岡本 栄)



国民年金のはなし

～新成人の皆さんへ～ 20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったときなどの生活を、現役世代みんなで支えるために作られたしくみです。具体的には、若いときに公的年金に加入し保険料を納め続けることで、年をとったときや病気やケガで障がいが残ったときに、年金を受け取ることができます。

◎将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。

国が責任をもって運営するため、安定していて、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

◎老後のためだけのものではありません

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障がいが残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた「子のある妻」または「子」が受け取れます。(子が18歳に達した年度末まで)

★「学生納付特例制度」

学生は一般的に所得が少ないため、本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学(大

学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校・各種学校(修業年限1年以上である課程)、一部の海外大学の日本分校に在学する人です。

★「若年者納付猶予制度」

学生でない30歳未満の人で、本人や配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

加入の手続きや制度の内容など、詳しくは、お問い合わせください。

……「2年前納(口座振替)」が始まります!……

今年4月末の口座振替分から、割引額がより大きな2年前納が利用できるようになります。

- 2年間で1万4千円程度の割引です。
- 2年前納分の全額がその年の社会保険料控除の対象になります。
- 納め忘れを防ぐことができます。

口座振替でのみ利用でき、申込期限は毎年2月末までです。

【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



事件・事故 緊急通報 110 番

1月10日は、『110番の日』です。

110番は、事件・事故などの緊急通報用の電話番号です。110番通報は慌てずに、落ち着いて次のことを通報した後に、あなたの住所・名前・連絡先を伝えてください。

- 何があったのか
- いつ起きたのか
- どこであったのか
- けがはないか

緊急ではない相談などを110番に通報すると、事件・事故などの緊急通報に対する警察官の対応を遅らせるおそれがあります。

緊急の事件・事故以外の相談は、最寄りの警察署や、次の電話をご利用ください。

警察総合相談電話 # 9110

(受付時間 平日の午前9時～午後5時まで)

【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



今年もワンモア！
電車やバスの利用をお願いします。

どこへ行くにも車でという行動パターンを一人ひとりが見直してみませんか。電車やバスに乗る回数を一度でも増やして、大切な公共交通機関を未来へ繋いでいく『ワンモア運動』を今年も継続していきます。とは言っても、「電車やバスは乗るのが面倒」と思っていると、その一度すら気が重いかもかもしれません。

現在開催中の『関西本線で行こう！！木津～亀山スタンプラリー 2013』の応募はがきには、「子どもが電車大好きでいつも柘植駅に電車を見に行ってます」「山間部の景観が素晴らしいと思った」「久しぶりに電車に乗りました。楽しかった！」「ずっと関西本線ファン。東へ西へJRで歴史にふれ、四季を満喫しています」といった声が、市内外から寄せられています。

実際乗ってみて魅力を発見し、さらにその路線のサポーターになってしまうという楽しさを、ぜひあなたも味わってみてください。



【問い合わせ】
企画課 ☎ 22-9621 FAX 22-9628

明日に向かって ～差別をなくしていくために～

自分のこととして考えてみませんか — 保険年金課 —

■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しています。

健康保険の制度は、加入者などがお金（保険料や保険料）を出し合うことにより、病気やけがなどで治療を受けたときに、医療機関で支払う医療費の自己負担額が少なくてすむようにする助け合いの制度です。

しかし、『自分は病院にかからないので健康保険に入らない』などと、支え合うことを放棄すればどうなるでしょうか。助け合う制度自体が成り立たなくなり、自分自身だけではなく、病気やけがなどで治療を必要とする多くの人困ることとなります。

こういった「自分さえ良ければそれでよい」「自分には関係ない」といった考え方は、みんなが安心して医療を受けることを妨げる結果につながります。

では、「自分さえ良ければそれでよい」「自分には関係ない」という考え方を同和問題に置き換えるのでしょうか。

2009年に実施した「人権問題に関する伊賀市

民意調査」によると、『部落差別はいけないことだが、自分とは関係のない話であると思いますか』との問いに対して、「そう思う」・「どちらかといえばそう思う」という回答が合わせて約28%を占めています。このことは、差別を自分自身の問題と捉えず、他人事のように考えている意識のあらわれとも考えられます。

さまざまな人権問題に対して無関心であるということは、自分自身がそれらの差別を容認し、場合によっては加担してしまうことにつながる可能性があります。これでは誰もが差別されることなく安心して暮らせる社会づくりを妨げることになりかねません。

人と人がつながり、支えあうことのできる社会をつくるために、無関心な態度をとることなく、自分自身の問題として捉えることが大切です。お互いの人権について考えてみませんか。

■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
 いがまち公民館図書室 ☎ 45-9122
 島ヶ原公民館図書室（島ヶ原会館内）☎ 59-2291
 阿山公民館図書室（あやま文化センター内）☎ 43-0154
 大山田公民館図書室 ☎ 47-1175
 青山公民館図書室 ☎ 52-1110

今月の新着図書

☑一般書

『超リアル食品サンプルのつくりかた』
 食品サンプル研究会／著
 もはや芸術！？日本が誇る技術の一つ「食品サンプル」の作り方を、老舗ブランドが公開。見ているだけでお腹が空いてくる一冊です。

☑絵本

『ぼくのとん』
 鈴木 のりたけ／作・絵
 毎日毎日、同じふとん。たまには違うふとんで寝てみたいと思いませんか？いすぶとん、ちゅうぶりふとん、ドーナツぶとん…想像力の広がる絵本です。

■一般書

『新しいパパの教科書』
 NPO法人ファザーリング・ジャパン／著
 『かわいいかたちのポンポンづくり』
 ポンポンズ／著
 『鑑定士田中大・檀ふみの書画の世界 楽しむためのコツ』
 田中 大ほか／著

■児童書

『おやこで作ろう こどもお花部』
 高橋 郁代／著
 『星の声に、耳をすませて』 林 完次／著
■絵本
 『まよなかのかくれんぼ』 織茂 恭子／作
 『くしかつさんちはまんいんです』
 岡田 よしたか／さく



図書館（室）からのお知らせ

本庁舎停電に伴い

図書館情報システムが一時停止します

図書館・図書室ホームページと、いがまち・阿山・大山田・青山公民館図書室の図書館情報システムが停止します。

【期 間】

1月12日(日)～2月23日(日)のすべての土・日曜日、祝日

※本の貸し出しは利用できますが、予約・延長・検索など利用できない業務があります。

「赤ちゃんタイム」を始めます

上野図書館では、1月から毎月第4水曜日に「赤ちゃんタイム」を設けます。

赤ちゃんが泣いても大丈夫！乳幼児連れの人に気兼ねなく、図書館を利用してもらう時間です。

この時間中は、赤ちゃん向けのプログラムで「おひざでだっこのおはなし会」を開催したり、赤ちゃんの読み聞かせにおすすめの本などの紹介もします。

また、図書利用カードを作ったり、トイレに行くときは、赤ちゃんをお預かりします。ぜひご利用ください。

《1月の赤ちゃんタイム》

と き：1月22日(水)

午前10時15分～11時30分

と ころ：上野図書館 1階児童コーナー

※「おひざでだっこのおはなし会」は、午前10時30分から赤ちゃんタイム中

に、児童コーナーで行います。

《問い合わせ》

上野図書館
 ☎ 21-6868 FAX 21-8999



1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）
9日(水)	上野図書館	えほんのひろば（ちいさなねこ）
11日(金)	上野図書館	おはなしの会（いがぐり・司書）
15日(水)	上野図書館	えほんの森（よもよも）
18日(土)	10：00～	いがまち公民館 読み聞かせ会（ぶらんこ）
	10：30～	大山田公民館 おはなしたいむ（きらきら）
19日(日)	10：30～	阿山公民館 読み聞かせ会（はあと&はあと）
21日(火)	10：30～	阿山公民館 読み聞かせ会（はあと&はあと）
	10：30～	大山田公民館 あかちゃんたいむ
25日(土)	10：30～	上野図書館 おはなしの会（いがぐり・司書）
28日(火)	10：00～	島ヶ原地区市民センター 読み聞かせ会（ネェよんで）
30日(木)	10：30～	青山公民館 おはなしなあに？
2月5日(水)	10：00～	いがまち公民館 絵本の時間(お話の国のアリス・ぶらんこ)

第9回

読書感想文

コンクール

入賞者

第9回読書感想文コンクールに市内の小・中学校・高校と一般の皆さんから303点の応募がありました。審査の結果、特選に選ばれた3人と、入選に選ばれた22人を紹介します。(敬称略)



◆特選

第二部

『本当の友達』
福森南澤

(青山中学校2年)

第三部

『知ることからはじめよう』
中山佳瑛

(神戸小学校4年)

『こちらたまご応答ねがいまず』を読んで
中森珠沙季

(新居小学校6年)

◆入選

第一部

植田智子(一般)
池田真海(日生学園第一高等学校1年)
大野真也(日生学園第一高等学校1年)

第二部

蓮池智徳(城東中学校1年)
間田泰生(上野南中学校1年)
古山紫龍(霊峰中学校1年)
本田果穂(青山中学校2年)
森林凜音(阿山中学校2年)
安尾英修(霊峰中学校3年)
稲垣文梨(崇広中学校3年)
中道春希(大山田中学校3年)

第三部

栗原歩乃美(輛田小学校2年)
山形琴音(上野西小学校2年)
花井美音(神戸小学校3年)
佐藤真見(壬生野小学校3年)
奈良谷温菜(壬生野小学校4年)
小川乃杏(府中小学校5年)
深谷叶侑(青山小学校5年)
吉田麗桜(上野東小学校6年)
今谷雪乃(島ヶ原小学校6年)
瀬川紗楽(新居小学校6年)
高山幸太郎(新居小学校6年)

【問い合わせ】

上野図書館

☎ 21・6868
FAX 21・8999

亀山市

伝統の冬の風物詩 ～北勢名物亀山大市～



「亀山大市」は、旧正月用品の謝恩売出しから始まったとされ、100年余りの歴史がある市内最大の冬の名物行事です。

旧東海道の通りである商店街が歩行者天国になり、約1kmにわたり多くの露店が軒を並べるほか、多彩なイベントの開催や各店舗が売り出しを行います。ぜひお越しください。

【とき】 1月25日(出)、26日(日)
午前10時～午後4時

【ところ】 東町・本町商店街、西町通り一帯(亀山市)

【アクセス】 JR亀山駅下車北へ徒歩約10分

【問い合わせ】 亀山大市実行委員会事務局

☎ 0595-82-1331

いしが・ごうか・かめやま

甲賀市

本格オーケストラで新年祝う ～甲賀市ニューイヤーコンサート～

新年を祝う甲賀市恒例の関西フィルハーモニー管弦楽団によるコンサートが開催されます。今年はおなじみの藤岡幸夫さんによる指揮と、新進気鋭のバイオリニスト松尾衣里佳さんの共演で、ベートーベン交響曲第3番「英雄」や、映画音楽のメドレーなどをお届けします。本格的なオーケストラコンサートでぜひ新年を祝いにお越しください。

【とき】 1月19日(日) 午後3時開演

【ところ】 甲賀市あいこうか市民ホール

【アクセス】 近江鉄道水口城南駅から徒歩約2分、甲賀市役所水口庁舎から徒歩約3分

【料金】 一般：3,500円 25歳以下：2,000円(全席指定)

【チケット販売・問い合わせ】

甲賀市あいこうか市民ホール(月曜休館)

☎ 0748-62-2626 FAX 0748-62-2625

【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

※1月の二次救急については、広報いしが市12月15日号をご覧ください。

情報交流ひろば



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
子育て支援・無料相談

2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	2月13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（2/6午前8時30分～） ※先着10人
	2月25日（火）	13:30～16:00	島ヶ原支所2階第1会議室	島ヶ原支所住民福祉課（☎59-2109） ※受付開始（2/18午前8時30分～） ※先着8人
女性法律相談 * 予約制	2月12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（1/20～2/7）
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。	2月12日（水）	13:30～16:00	島ヶ原支所1階相談室	島ヶ原支所住民福祉課（☎59-2109）
	2月13日（木）	13:30～16:00	市民生活課	市民生活課（☎22-9638） ※随時受付 * 予約優先
	2月20日（木）	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）
	2月28日（金）	13:30～16:00	青山福祉センター相談室	青山支所住民福祉課（☎52-3227）
人権相談（人権擁護委員）	2月7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）
	2月10日（月）	9:00～12:00	青山福祉センター	青山支所住民福祉課（☎52-3232）
		13:30～16:00	西柘植地区市民センター	伊賀支所住民福祉課（☎45-9108）
	2月12日（水）	13:30～16:00	島ヶ原支所会議室	島ヶ原支所住民福祉課（☎59-2109）
	2月13日（木）	13:00～16:00	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）
2月20日（木）	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（☎46-0140）	
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	2月27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（2/17～25） ※先着4人
交通事故相談 * 予約優先	2月20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）
社会保険出張相談（年金相談）	2月5日（水）	10:00～15:00	ハイトピア伊賀3階	上野商工会議所（☎21-0527）
	2月21日（金）			
緑（園芸）の相談	2月10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	2月6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	2月26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	2月28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）
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	地域包括支援センター （☎26-1521・FAX24-7511）
こどもの発達相談	月～金曜日（祝日除く）	8:30～17:15	こども発達支援センター（こども家庭課内）	こども発達支援センター（こども家庭課内） （☎22-9627・FAX22-9646）
障がい者の総合相談	月～金曜日（祝日除く） 2月8日（土）	8:30～17:15	障がい者相談支援センター	障がい者相談支援センター （☎26-7725・FAX22-9662）
障がい児の療育支援相談 * 予約制	2月8日（土）	10:00～17:00	障がい者相談支援センター	児童発達支援センター「どれみ」（☎44-6211）
高次脳機能障害相談 * 予約制	2月21日（金）	14:00～16:30	障がい者相談支援センター	障がい者相談支援センター （☎26-7725・FAX22-9662）
高齢者の就業相談	2月20日（木）	13:30～15:00	伊賀市シルバーワークプラザ（西明寺2782-92）	シルバー人材センター （☎24-5800）
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	こども家庭課	こども家庭課（☎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）

赤ちゃんの健診と相談（2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	2月18日（火）	午後1時～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）	2月20日（木）	午後1時～2時30分	伊賀市保健センター	
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。	2月4日（火）	午前10時～11時30分	青山保健センター	【問い合わせ】 青山保健センター ☎ 52-2280 健康推進課 ☎ 22-9653 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
	2月7日（金）	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	
	2月12日（水）	午前10時～11時30分	阿山保健福祉センター	
	2月18日（火）	午前10時～11時30分	いがまち保健福祉センター	
	2月25日（火）	午前10時～11時30分	大山田保健センター	
2月27日（木）	午前10時～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（2月分）（対象者：乳幼児と保護者）

食育教室「ばくばく」	2月10日（月）	午前10時～11時	伊賀市保健センター（☎ 22-9653） 今回のテーマ：「どんなおやつを食べる？～おやつのパワーのふしぎ～」
------------	----------	-----------	--

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 3日（月）・4日（火）・18日（火）・19日（水）・24日（月）・25日（火） 【大きくなったね】 すきなあそびリクエスト *すべて午前10時～午後1時30分～2時30分 【本とおもちゃルームぐるんぱ】 *事前にお電話ください。 *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）	6日（木）・7日（金） 午前10時～	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 6日（木） 午後2時～ 【離乳食教室】（開始～8カ月）*予約制 ② 6日（木）・13日（木）・20日（木）・27日（木） 午後1時～2時 【ベビーマッサージ】（3カ月～1歳児） ③ 14日（金）・21日（金） 午後2時～ 【エンジェルサークル】 おもちゃづくり *予約制 ④ 24日（月） 午後2時～ 【育児相談】 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 17日（月） 午前10時30分～（上野南部地区市民センター） 【キラキラ出前講座】 親子ふれあい体操 ② 24日（月） 午前10時30分～（三田地区市民センター） 【キラキラ出前講】 親子ふれあい遊び ③ 28日（金） 午後2時～ 【キラキラ Baby】 ほがらか絵本畑	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 20日（木） 午前10時30分～ 【絵本の読み聞かせ】 ② 24日（月） 午前10時30分～ 【誕生会】 2月生まれのおともだち ③ 毎週火曜日 午前10時30分～午後2時～ 【プレイルームであそぼう】 手づくりおもちゃなど	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）	① 7日（金） 午前10時～ 【わくわくひろば】 親子の絵画教室 ② 25日（火） 午前10時～ 【わくわくひろば】 歯科相談	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）	【あそびのひろば開放】	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 5日（水） 午前10時30分～ 【子育て講座】 3B体操・ベビーマッサージ ② 12日（水） 午前10時30分～ 【おたのしみひろば】 保育園であそぼう！ ③ 17日（月） 午前11時～ 【おはなしひろば】 おはなしボランティアきらきら	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）	5日（水） 午前11時～ 【おはなし会】 絵本の読み聞かせ 13日（木）・20日（木） 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

カラダのこと
おしえて!

「咳エチケット」と「手洗い」で流行の拡大を防ぎましょう

インフルエンザの季節です！

「咳エチケット」とは、2003年（平成15年）に新型肺炎（SARS）が大流行したときにつくられた感染対策です。この対策は、咳をする人すべてが周りの人にうつさないためのエチケットとしての心遣いが大切であるということから、世界中に広められました。

《咳エチケット》

- ①咳が出る人はマスクを着用する
- ②咳が出るときはティッシュペーパーなどで口と鼻を覆い、しぶきが飛ばないようにする
- ③咳が出たときに使用したティッシュペーパーはすぐに捨てる
- ④咳が出てティッシュペーパーを使用した後は手を洗う



インフルエンザのウィルスは咳をしたときに出るしぶきの中に多数含まれています。咳のしぶきが手についたまま、周囲にさわると、さわったところにウィルスを付着させてしまいます。そこを次の人がさわることによって感染していく場合もあるので、流行期には普段より手洗いをきちんと行うこともインフルエンザ感染を拡大させないためには重要です。

インフルエンザウィルスはアルコール消毒で死滅するので市販されているアルコールが含まれた手指消毒剤で手を消毒することも有効です。

冬に流行する疾患はインフルエンザのほかにもありますが、共通する対策は手洗いです。自分も周りの人も守るためには一人ひとりが感染を拡大させないための注意が必要です。

(上野総合市民病院

感染管理認定看護師 前田 きよ美)



【問い合わせ】 上野総合市民病院 ☎ 24-1111

伊賀市の文化財 79

市指定文化財（天然記念物）

高徳寺のカゴノキ（高山）

高山の集落のいちばん高い所に高徳寺があります。本堂の西側、高いブロック張りの法面の上から身を乗り出すように一本の木が生え、高山の集落を見おろしています。この木がカゴノキです。

カゴノキはクスノキ科に属し、千葉県から沖縄県にかけて自生する雌雄異株の暖地性常緑高木です。

成木の樹皮は灰黒色で、点々と丸い小薄片が剥がれ落ち、その跡が黄色となり、鹿の子の斑紋に似ていることから「鹿子木」の名がついたとされます。

カゴノキは、春日大社などでは神の使いとしての鹿にちなんで植えられています。寺院の場合は「火護」の字をあて、本堂を火災から護るといふ縁起から植えられたと言われます。なぜ樹皮が剥がれるかは、一説



には、つる植物を巻きつかせないためとも言われています。

高徳寺のカゴノキの幹周囲は約4m、樹高は約17.5mで、樹齢は約400年とされます。

『伊水温故』には、元来、庵だつたものを正保年間（一六四五～一六四八）に、高徳寺に改められたとあり、この頃に植樹された可能性も考えられます。

また、このカゴノキの洞からは、全く別の樹木（モミジ）が生長していて、カゴノキの傍から見上げると、モミジをカゴノキが包み込み、あたかもカゴノキの葉とモミジの葉は同じものように勘違いしてしまうほど、一体化しているまれな状態を作り出しています。

なお、高徳寺のカゴノキは、その大きさが県内最大であるとして、平成25年2月12日に、市の天然記念物に指定されました。

文化財室

☎ 47・1285

FAX 47・1290