

※**甲**マークの記載があるイベントは参加申し込みが必要です。

子育て・教育

ウェルカムベビー教室^甲



【とき】10月31日火
①午前9時30分～10時30分
②午前11時～正午

【ところ】
ハイトピア伊賀 4階多目的室

【内容】
沐浴体験、妊婦体験、育児グッズの展示、妊婦・育児相談など

【定員】いずれも先着8組

【持ち物】母子健康手帳

【申込方法】電話

【申込受付開始日】10月10日火
【申込先・問い合わせ】健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666

離乳食教室^甲



【とき】11月8日水
午後1時30分～3時

【ところ】
ハイトピア伊賀 4階多目的室

【内容】離乳食前期（1～2回食）の話・離乳食の調理

【定員】先着6人

【持ち物】母子健康手帳・筆記用具・エプロン・三角巾・手拭きタオル・託児に必要なおもちゃ・オムツなど

【申込方法】住所・参加する保護者と子どもの氏名・生年月日・電話番号・託児希望の有無を下記まで

【申込受付開始日】10月5日休

【申込先・問い合わせ】健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666

献血のご案内

●10月24日火
午前9時30分～11時30分
午後1時～4時
本庁舎 1階ロビー
※日程は変わる場合があります。

【問い合わせ】健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666



認知症講演会^甲



「注文をまちがえる料理店」は、認知症をかかえる人がホールスタッフとして働くお店です。注文と違う料理が届いても、お客さんは笑って受け入れます。優しい空間がそこには広がっています。地域みんながそんな思いを持って生活すれば、認知症があってもなくても、誰もが安心して暮らせる地域（まち）になります。

認知症との「共生」の地域づくりについて、一緒に考えてみませんか。

【とき】11月19日(日)
午後2時～3時30分
(開場：午後1時～)

【ところ】
伊賀市文化会館 さまざまホール
(西明寺 3240-2)

【内容】
○演題：「まちがえても大丈夫だよ」と言える地域（まち）に～注文をまちがえる料理店に学ぶ～

○講師：(一社)注文をまちがえる料理店 常務理事 元NHK番組ディレクター 小国 士朗さん

【申込受付開始日】10月11日水

【申込方法】氏名、電話番号、参加人数を申込フォームまたは下記まで



【申込先・問い合わせ】
地域包括支援センター相談支援室

○中部 ☎ 26-1521

○東部サテライト ☎ 45-1016

○南部サテライト ☎ 52-2715

「ヘルプマーク」を知っていますか？

援助や配慮を必要とする人が伝えやすく、支援ができる人が気づきやすくなる「おもいやりの絆」をつなげるマークです。

【問い合わせ】障がい福祉課
☎ 22-9656 FAX 22-9662
✉ shougai@city.iga.lg.jp

脳の健康チェック (もの忘れ相談)



もの忘れを早期に発見するため、もの忘れ相談プログラムによる脳の健康チェックを行います。保健師による相談もあります。

※過去に受けたことがある人は、6カ月以上の期間をあけて受けることをお勧めします。

【とき】10月25日水
受付：午前10時～11時

【ところ】
阿山保健福祉センター

【問い合わせ】地域包括支援センター
☎ 26-1521 FAX 24-7511

世界脳卒中デー お城のライトアップ

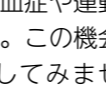


【とき】10月29日(日)
【ところ】伊賀上野城

10月29日は「世界脳卒中デー」です。この日に合わせて伊賀上野城をブルーにライトアップします。脳卒中は日本における死因の第4位です。また、寝たきりの主な原因にもなっています。脳卒中を引き起こす危険因子には、高血圧や糖尿病、高脂血症や運動不足、喫煙などがあります。この機会に生活習慣について見直してみませんか。

【問い合わせ】健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666

がん患者と家族の方の おしゃべりサロン in 伊賀^甲



【とき】11月2日水
午後1時30分～3時30分

【ところ】
ハイトピア伊賀
4階ミーティングルーム

【対象者】
がん患者・家族など

【申込方法】電話

【申込先・問い合わせ】
三重県がん相談支援センター
☎ 059-223-1616
FAX 059-202-5911

ピンクリボン キャンペーン



乳がんの早期発見には、がん検診を受けることが大切ですが、定期的に自己触診*を行うことで早期発見が期待できます。

ピンクリボンキャンペーンでは、乳がんの基礎知識や自己触診についてお知らせします。各施設をご利用の際には、ぜひご覧ください。

*自分で乳房にしこりがないか触って確認する方法

【とき】10月1日(日)～31日火
【ところ】

○市内入浴施設5カ所
・一乃湯（上野西日南町）
・芭蕉の湯（西明寺）
・野天もくもくの湯（西湯舟）
・さるびの温泉（上阿波）
・やぶっちゃんの湯（島ヶ原）

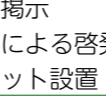
○市内ドラッグストア3カ所
・キリン堂伊賀西明寺店
・ココカラファイン小田店
・スギドラッグ伊賀中央店

○ハイトピア伊賀

【内容】
○乳がんに関するポスター掲示
○ポケットティッシュ配布による啓発
○乳がんに関するパンフレット設置

【問い合わせ】健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666

認知症の人と家族の会 「伊賀地域つどい・交流会」



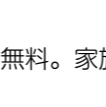
【とき】10月24日水
午後1時30分～4時

【ところ】本庁舎 2階会議室 202

【料金】200円（認知症の人は無料。家族の会会員は100円）
※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
☎ 45-1016 FAX 45-1055

県政だより みえ



三重県広報誌をこちらからご覧いただけます。

【問い合わせ】地域包括支援センター
☎ 45-1016 FAX 45-1055

健康・福祉

要約筆記奉仕員・ 手話通訳者派遣

文字や手話で社会生活でのコミュニケーションを支援します。

【対象者】市内在住で、聴覚障がい、音声・言語機能障がいの手帳を持ち、社会生活をする上で意思を伝えるための仲介者がいない人

※難病患者で同等の障がいがあると認められる場合、派遣対象となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

【派遣地域】原則市内
※派遣料は無料ですが、派遣先の施設で駐車料金などが必要な場合は、依頼者負担です。

【申込先・問い合わせ】障がい福祉課
☎ 22-9656 FAX 22-9662
✉ shougai@city.iga.lg.jp

要約筆記奉仕員 手話通訳者

【申込先・問い合わせ】障がい福祉課
☎ 22-9656 FAX 22-9662
✉ shougai@city.iga.lg.jp

認知症カフェ



認知症の人やご家族、地域の人など誰でも参加できます。体操やゲーム、おしゃべりを楽しみましょう。認知症の相談もできます。時間内の出入りは自由です。

◆いがオレンジカフェ
【とき】10月10日火
午前10時～正午

【ところ】ハイトピア伊賀
4階ミーティングルーム

【問い合わせ】地域包括支援センター
☎ 26-1521 FAX 24-7511

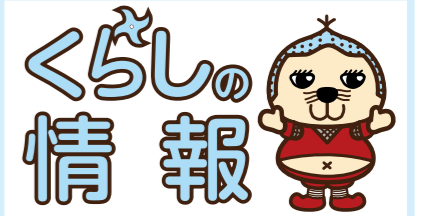
◆オレンジカフェあやま
10月から新しくオープンします。

【とき】10月18日水
午前10時～正午

【ところ】グループホームあやま
サロン施設（馬場1128）

【料金】100円（お茶・お菓子代）

【問い合わせ】地域包括支援センター
☎ 45-1016 FAX 45-1055



新型コロナウイルスに関するお知らせ

令和5年度秋開始接種
を実施しています



【接種時期】9月20日(水)～
令和6年3月31日(日)

【対象者】初回（1・2回目）接種が完了した接種可能なすべての年齢の人
※令和5年春開始接種を受けた人も3カ月以上経過していれば接種できます。

※乳幼児（生後6カ月～4歳以下）も初回（1～3回）接種が完了した人で、前回接種から3カ月以上経過していれば接種できます。

【接種回数】期間内に1回のみ

【使用ワクチン】オミクロン株 XBB.1.5 対応ワクチン

【接種券について】前回送付した接種券でワクチンを接種し、前回接種から3カ月以上経過した人へ順次発送しています。

※3回目以降未接種で現在手元に接種券をお持ちの方は、そちらを使用して接種ができますので、新たな接種券の送付はありません。

※詳しい接種券の申請方法、発送スケジュールなどは市ホームページをご確認ください。

【問い合わせ】健康推進課予防接種係
☎ 41-1550 FAX 51-5193



毎月1問、伊賀に関するクイズを掲載します。

【問題】毎年10月3日曜日に行われる古山地区の田守神社の秋祭りは、長老による大人講の神輿と（ ）神事で有名です。

①貴簀 ②道化 ③コタツキ ④提灯
(答えは31ページ)