

※**申**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。

地域活動支援事業 補助金公開審査会



市では、市民の皆さんの自主的なまちづくり活動と個性的で魅力あふれる地域づくりを推進するために、地域活動支援事業補助金を交付しています。審査会は公開しますので、関心のある人はぜひお越しください。

【と き】 3月10日(日)
午前9時30分～

【ところ】 ゆめぼりすセンター 2階大会議室
【問い合わせ】 住民自治推進課
☎ 22-9639 FAX 22-9694

芭蕉翁ゆかりの地を巡る 伊賀の里歴史ウォーキング**申**



生誕380年を記念し芭蕉翁ゆかりの地を巡ります。ぜひJR関西本線の活性化のため鉄道を利用しご参加ください。

【と き】 4月7日(日)
午前9時30分～午後0時15分頃
(集合：午前9時15分)

※小雨決行(中止の場合は当日午前6時30分に決定しますので、上野商工会議所へお問い合わせください。)

【集合場所】 JR伊賀上野駅前
【コース】

JR伊賀上野駅前⇒だんじり会館前⇒甚七郎の散歩道⇒芭蕉翁生家(見学)⇒上野天神宮⇒寺町通り⇒蓑虫庵(見学)⇒上野駅前広場(解散)

※距離約6km

※コース途中で飲み物の配布、かたやきのふるまいがあります。また、芭蕉翁生家、蓑虫庵に無料で入館いただけます。

※歩きやすい服装でお越しください。

【定員】 先着100人
※小学生以下は保護者同伴

【申込方法】 電話
【申込期限】

4月5日(金) 午後5時
【申込先・問い合わせ】

上野商工会議所 ☎ 21-0527
(平日午前9時～午後5時)

【問い合わせ】 JR関西本線利用促進と電化を進める会事務局(交通政策課)
☎ 22-9663 FAX 22-9694

イベント・講座

人権啓発パネル展



◆人権政策課 人権啓発パネル展
「インターネットと人権Ⅱ」
「福島差別」

【と き】 3月1日(金)～28日(木)
【ところ】 本庁舎 3階

「部落差別(同和問題)」
【と き】 3月4日(月)～15日(金)
【ところ】 西柘植地区市民センター

「伊賀市民意識調査から見えてくるもの」

【と き】 3月4日(月)～15日(金)
【ところ】 阿山支所

「インターネットと人権」
【と き】 3月4日(月)～15日(金)
【ところ】 青山複合施設 アオーネ

【問い合わせ】 人権政策課
☎ 22-9683 FAX 22-9641

◆寺田市民館 じんけんパネル展 「障がい者の人権」

【と き】 3月1日(金)～28日(木)
※開館延長日 12日(火)、19日(火)

【ところ】 寺田教育集会所 第1学習室

【問い合わせ】 寺田市民館
☎/FAX 23-8728

◆いがまち人権パネル展 「人権センターの活動紹介 ～部落差別と向き合う～」

【と き】 3月6日(水)～29日(金)
※開館延長日 3月7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)

【ところ】 いがまち人権センター

【問い合わせ】 いがまち人権センター
☎ 45-4482 FAX 45-9130

「伊賀市ゴミ分別アプリ」

お住まいの地区のごみ収集日、分別区分や出し方などが確認できます。

【問い合わせ】 さくらリサイクルセンター
☎ 20-9272 FAX 20-2575

子育て・教育

離乳食教室**申**



【と き】 4月16日(火)
○前期：午後1時30分～3時
○後期：午前10時～11時30分

【ところ】 ハイトピア伊賀 4階多目的室

【内容】
○前期：離乳食前期(1～2回食)の話・離乳食の調理

○後期：離乳食後期(3回食)の話・離乳食の調理

【定員】 各回先着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】 3月14日(休)

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

消費生活相談窓口

悪質商法や契約トラブルなど消費生活で困った時は、ひとりで悩まず、消費者ホットライン ☎188 まで気軽にご相談ください。

伊賀警察署だより



SNS利用による犯罪被害から子どもを守るために

春休みから新学期にかけての時期は、進級・進学による生活環境の変化に伴い、子どもたちが犯罪被害に巻き込まれる危険性が高くなります。

子どもがトラブルに巻き込まれないよう、保護者の人は、子どもの携帯電話にはフィルタリングを設定し、次のようなことを話し合い、ルールを決めましょう。

○個人が特定される情報を書き込まない
○知らない人と電話やメールなどの交換をしない

○下着姿や裸の写真は撮らない、撮らさない

【問い合わせ】
○伊賀警察署 ☎ 21-0110
○名張警察署 ☎ 62-0110

3月は 自殺対策強化月間



忙しい生活の中、悩みやストレスを抱えている人もいます。悩みやストレスをためすぎると、こころや体の調子をくずしてしまいます。

こころの病気は誰でもかかりうる病気です。こころの不調やストレス症状が続き、日常生活に支障が出るようであれば、早めに専門機関に相談するようにしましょう。

◆こころの健康に関するパネル展示 ◆相談先など案内チラシの設置

【と き】 3月11日(月)～29日(金)
開館時間内

【ところ】 ハイトピア伊賀 1階ロビー

【問い合わせ】 健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666

4月2日は 世界自閉症啓発デー



WHO(世界保健機関)が定める「世界自閉症啓発デー」に、自閉症をはじめとする発達障がいについて知ってもらうため、伊賀上野城をブルーにライトアップします。



◆自閉症とは

自閉症は、脳の発達に関係する障がいです。外見では分かりにくく、例えば、こだわりが強い、周囲に合わせるのが苦手、いつもと違うことに強い不安を抱くなど、その個性は一人ひとり違います。周囲がその個性をよく理解し、その人に合ったやり方で日常生活や学校・職場での過ごし方を工夫することができれば、さまざまな行動やコミュニケーションのあり方を獲得でき、持っている本来の力をしっかり発揮することができます。

【問い合わせ】 障がい福祉課
☎ 22-9657 FAX 22-9662

脳健康チェック (もの忘れ相談)



【と き】 3月25日(月)
午前10時～11時(受付時間)

【ところ】 ハイトピア伊賀 4階多目的室

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

認知症の人と家族の会 「伊賀地域つどい・交流会」



【と き】 3月26日(火)
午後1時30分～4時

【ところ】 名張市役所 会議室302
(名張市鴻之台1-1)

【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 東部サテライト
☎ 45-1016 FAX 45-1055

がん患者と家族の方の おしゃべりサロン in 伊賀**申**



【と き】 4月4日(休)
午後1時30分～3時30分

【ところ】 ハイトピア伊賀 5階学習室2

【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

令和6年能登半島地震 義援金受付中

お寄せいただいた義援金は、日本赤十字社を通じて、支援を必要とする方々にお届けします。

【義援金箱の設置場所】
○本庁舎 1階ロビー
○各支所(上野支所を除く。)

【問い合わせ】 医療福祉政策課
☎ 26-3940
FAX 22-9673



健康・福祉

認知症カフェ



※時間内の出入りは自由です。
※午前10時30分以降は、簡単な体操やゲームなどを行います。

◆いがオレンジカフェ
【と き】 3月12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
【と き】 3月13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 東部サテライト
☎ 45-1016 FAX 45-1055

子育て何でも問い合わせ窓口

子育てに関する手続きや、気になることなど、気軽にお問い合わせください。



【問い合わせ】 こども未来課
☎ 22-9654 FAX 22-9646



毎月1問、伊賀に関するクイズを掲載します。

【問題】『奥の細道』の行程は何里でしょうか？

- ① 400里 ② 500里 ③ 600里 ④ 700里
- (答えは26ページ)