

◆ 水道の事業運営について考えてみませんか

## 水道事業基本計画策定委員会委員募集

【問い合わせ】 水道総務課  
☎ 24-0001 FAX 24-0006

人口減少による給水人口・給水量の減少が全国的に課題となっています。将来に向けて持続的な事業運営を行っていくための方向性を示す水道事業基本計画（水道事業ビジョン）を策定方針に沿って策定するにあたり、水道事業基本計画策定委員会の委員として活躍していただける人を募集します。

【募集人数】 2人以内

【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

【任期】 委嘱日から計画策定日まで

【報酬】 6,000円/日 ※市の規定に基づく。

【応募方法】

応募動機を800字以内(A4横書き)にまとめ、住所・氏名(ふりがな)・年齢・生年月日・性別・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。

郵送の場合は封筒に朱書きで、Eメールの場合は題名に「水道事業基本計画策定委員会委員応募」と明記してください。

【選考方法】

作文審査(男女比や年齢などの構成比率なども考慮して決定します。)

※選考結果は本人に通知します。

※受理した提出書類は返還しません。

【応募期限】 8月7日(金) ※必着

【応募先】 〒518-0131

伊賀市ゆめが丘7丁目4番地の4  
伊賀市水道部水道総務課

✉suidou-soumu@city.iga.lg.jp



◆ 暑さに負けない体づくりをしましょう

## 応急診療所だより

【問い合わせ】 医療福祉政策課  
☎ 22-9705 FAX 22-9673

市民の皆さんの命と健康を守るため、休日・夜間に発病したときに、内科・小児科の応急医療が受けられる応急診療所を開設しています。

ただし、応急診療所はあくまでも応急処置を行うところ。次のことに気をつけて受診してください。

- 薬の調剤は院外処方です。(処方原則1日分です。ただし、連休・年末年始は除きます。)
- 点滴やレントゲン検査はできません。

《伊賀市応急診療所》

【診療科目】 一般診療・小児科

【所在地】 上野桑町1615番地 ☎ 22-9990

【診療時間】 月～土曜日：午後8時～11時

日曜日・祝日：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)

《これからの季節は脱水の予防が重要！

こまめに水分補給をしよう》

◆上手に水分補給をするには？

朝起きたとき、就寝時、入浴前後などに水分をとるようにすれば、食事に影響がありません。特に、人は寝ている間にかなりの汗をかき、起床時は水分が不足気味になるため、コップ1杯の水かお茶を飲むようにしましょう。

基本的には水かお茶、ミネラルウォーターであれば、不足しがちなミネラルを補うことができます。のどが渴いたと感じたときにはもう遅いという場合もあるので、水分はこまめにとるようにしましょう。

◆脱水による主な症状

- のどが乾く ○食欲が低下する ○体温上昇
- 疲労 ○尿量の減少 ○頭痛 ○手足の震え
- 失神 ○意識障害など

◆脱水を防ぐには

①こまめに水分補給をする

- 発汗により失われた水分や塩分を補給しましょう。1日1～1.6Lの水分摂取が目安です。飲むものは水やお茶でよいですが、大量に汗をかく場合はスポーツドリンクや薄い食塩水(1～2gの食塩)が効果的です。のどの渇きがなくても、定期的な水分補給を心がけましょう。

②暑さを避ける

- 日差しの強い午後の外出はできるだけ避け、外出時は日陰を選んで歩きましょう。
- 屋内でも、風通しをよくするなど、涼しくなるように工夫しましょう。
- 気温が高い日は、夜間でも扇風機や冷房を使い、適温を保つようにしましょう。

◆ 作文・ポスター・標語で、人権を表現してみましょう

# 人権作品を募集します

市民の皆さんの人権問題に対する関心を深め、その意識を高めることを目的として、人権作品（作文・ポスター・標語）を募集します。

作品は、人権問題（同和・女性・子ども・障がい者・外国人など）に関わって、日常生活の中で体験したことや感じたこと、あるいは、差別をなくしていくための意見や方法などを表現したものが対象です。

## 【対象者】

小学生以上で、市内在住・在勤・在学の人

## 【募集作品】

◆**作文**：所定の400字詰め原稿用紙に、縦書きで5枚以内とします。

◆**ポスター**：厚手の四つ切り画用紙を用い、作者の思いや意図を記入した所定の「私の思い」用紙を添付してください。

◆**標語**：所定の標語記入用紙に記入してください。

【審査・発表】 市で審査を行い、入賞者には10月下旬に連絡します。

【問い合わせ】 人権政策・男女共同参画課

☎ 47-1286 FAX 47-1288

※作品は1人1点、未発表のものに限ります。  
※応募作品は、今後の人権啓発に活用します。

## 【応募方法】

人権政策・男女共同参画課と各支所振興課にある応募用紙に必要事項を記入の上、作品とあわせて提出してください。募集要項や各用紙は市のホームページからもダウンロードできます。

【応募期間】 9月1日(火)～30日(水) ※必着

## 【応募先】

人権政策・男女共同参画課（大山田農村環境改善センター内）、各支所振興課（上野支所を除く。）



▶ 2014年度「ポスター部門・小学生の部」市長賞受賞作品

お知らせ拡大版

お知らせ

催し

募集

子育て支援・無料相談

**● 広報いが市PDF版 ●**

広報いが市PDF版を市ホームページでご覧いただけます。  
<http://www.city.iga.lg.jp/>  
 ※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アクセスできます。



QRコード ▶

【問い合わせ】  
 広聴情報課  
 ☎ 22-9636 FAX 22-9617

もっと知りたい！  
**伊賀のこと**

毎月1問、伊賀に関するクイズを掲載します。

**問題**  
 正月に飾る餅のうち、木の枝に餅をちりばめて、稲穂や蚕の繭に見せかけるものは？  
 ①エダモチ ②ナリバナ ③エダバナ ④ハナビラ  
 （答えは8ページ）

**お知らせ** 高齢受給者証が  
**新しくなります**

高齢受給者証は、医療機関などで受診する場合に自己負担額を証明するものです。  
 現在お使いの高齢受給者証の有効期限は、7月31日(金)です。  
 国民健康保険の加入者で70歳から74歳までの人には、8月1日(出)からご使用いただく高齢受給者証を7月15日(水)に郵送します。  
 受診する際は、国民健康保険被保険者証と新しい高齢受給者証を窓口にて提示してください。  
 ※これから70歳になる人は、誕生月下旬（1日生まれの人は誕生月前月の月末）に郵送します。

【問い合わせ】 保険年金課  
 ☎ 22-9659 FAX 26-0151

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 ▶


**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】  
 64,305,743円  
 （平成23年3月14日～平成27年6月25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・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



【「広報いが市」の点字版・録音版を発行しています】  
 希望される場合はお問い合わせください。

【問い合わせ】 障がい福祉課  
 ☎ 22-9657 FAX 22-9662