

お知らせ 春の全国火災予防運動

3月1日(火)から7日(月)までの1週間、春の全国火災予防運動が行われます。

まだ暖房器具が使用されることに加えて、空気が乾燥して火災が発生しやすい季節が続きます。

全国では、今年に入ってから住宅火災による死者も出ています。火の取り扱いには十分に注意しましょう。

【問い合わせ】

消防本部予防課
☎ 24-9105 FAX 24-9111

■伊賀市消防団からのお知らせ

春の火災予防運動期間中、火災予防の啓発として、午後7時にサイレンを鳴らします。

【問い合わせ】

消防本部消防救急課
☎ 24-9115 FAX 24-9111

**イベント 宝くじおしゃべり音楽館
～想いのスクリーンミュージック～**

【とき】 3月12日(土)

開場：午後6時
開演：午後6時30分

【ところ】 伊賀市文化会館

【出演者】

清水 ミチコさん
小原 孝さん
島田 歌穂さん
東京ニューシティ管弦楽団

【予定曲目】

- 夜想曲第20番遺作 / ショパン (戦場のピアニストより)
- タラのテーマ / M. スタイナー (風と共に去りぬより)
- サウンド・オブ・ミュージックメドレー など全13曲

【入場料】 全席指定

- 大人 2,500円
- 高校生以下 1,500円
- ※宝くじの助成により、特別料金となっています。
- ※未就学児の同伴および入場はご遠慮ください。

【入場券販売所】

伊賀市文化会館・ふるさと会館いが・青山ホール・あやま文化センターほか

【問い合わせ】

伊賀市文化会館 ☎ 24-7015
企画課
☎ 22-9621 FAX 22-9628

お知らせ がん検診無料クーポン券の予約はお済みですか

国の施策による女性特有のがん検診推進事業として、対象者に「がん検診手帳」と「がん検診無料クーポン券」を昨年7月上旬に配布しました。クーポン券をお持ちの方は、市で実施する「子宮頸がん無料検診」および「乳がん無料検診」を受診できます。

検診終了日が近づいていますので、まだ検診を受けていない人は、早めにお申し込みください。

■子宮頸がん無料検診

【ところ】 市内の指定4医療機関

【期限】 2月28日(月)

■乳がん無料検診

【ところ】

伊賀市健診センター・ゆめぼりすセンター・大山田保健センター・青山保健センター

【期限】 3月までの指定日

※詳しい検診日程についてはクーポン券発送時に同封の案内文書をご覧ください。

【問い合わせ】 健康推進課

☎ 22-9653 FAX 26-0151

お知らせ 枯れ草火災の防止について

春先には各地であぜ焼きや枯れ草の焼却が行われ、これが原因で火災が発生しています。枯れ草は一度火がつくと、一気に燃え広がるため、周辺に住んでいる人に迷惑と不安を与えることになります。

実施にあたっては、次のことに注意してください。

■注意点

- 空気が乾燥し、風が強い日は中止する。
- 必ず2人以上で行う。
- 完全に火が消えるまでその場を離れない。
- 水バケツ・消火器などの消火準備をしておく。
- 周囲に燃え移らないように注意する。
- ※あぜ焼きや枯れ草の焼却など、火災とまざらわしい火煙を発生する恐れのあるときは、事前に消防署に届け出てください。

また、屋外で喫煙するときは、携帯灰皿を使用するなどタバコの投げ捨ては絶対にしないでください。

【問い合わせ】 消防本部予防課

☎ 24-9105 FAX 24-9111

**お知らせ 平成22・23年度
イノシシ・ニホンジカ
狩猟期間の延長**

～3月15日まで延長～

県内全域でイノシシ・ニホンジカの狩猟期間が1カ月延長され、3月15日までになりました。

なお、イノシシ・ニホンジカ以外の狩猟対象鳥獣の狩猟期間は、従来どおり2月15日までです。

【問い合わせ】

三重県環境森林部自然環境室
野生生物グループ
☎ 059-224-2578
URL <http://www.eco.pref.mie.jp/shizen/>

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、宝くじの普及広報事業の一環として、住民が行うコミュニティ活動を推進するため、コミュニティ助成事業を実施しています。

下友田区では、この助成を受けてエアコン・座卓・テーブル・ロッカー・プロジェクター・スクリーンなどを多目的集会施設に設置しました。また、宮太鼓の修繕をしました。



◀ ロッカー

城出区では、テレビ・ディスクリコーダーなどの視覚聴覚備品・冷蔵庫・エアコン・発電機などを公民館に設置しました。



◀ エアコン

今後は、地域住民の集う場、憩いの場として活用し、さらなるコミュニティ活動の促進を図ります。



宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

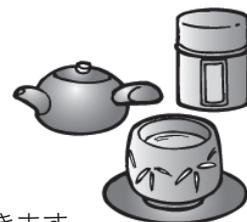
宝くじは
広く社会に役立て
られています。

【問い合わせ】

阿山支所振興課
☎ 43-1543 FAX 43-1679

健康だより

緑茶の効用



体にいいと言われている緑茶には、カテキンをはじめ、多くのミネラル（カリウム・カルシウムなど）やビタミンなどのさまざまな栄養成分が含まれています。中でも、カテキンの抗菌作用は強力です。その緑茶の効用や活用術、利用法を紹介します。

【効用】

- 脂肪の酸化を抑え、老化を防ぐ。
- 細胞の突然変異を抑制し、がんの発症を少なくする。
- 血中コレステロールを低下させる。
- 食中毒の病原菌が出す毒素を撃退し、食中毒を防ぐ。

【活用術】

- 虫歯予防…食後の茶、薄めの茶でブクブクうがい
- インフルエンザ予防…濃いめの茶でガラガラうがい
- リラックス効果…緑茶アロマや緑茶風呂

【茶葉や茶殻の利用法】

- 茶葉をふりかけにして食べると、ビタミンEや食物繊維が摂取できます。また、焼きそばやサラダ、煮物などに茶葉や茶殻を入れて、料理に活用することもできます。
*茶殻にも多くの健康成分が残っています。
- 乾燥させた茶殻を布の袋などに入れて置いておくと消臭効果が得られます。
- 茶殻を溜めて、肥料・農薬代わりに利用できます。

健康に、美容に、家事に活用できる緑茶の効果には驚かされます。

毎日、お茶を飲むよう心がけましょう。

【問い合わせ】 健康推進課 ☎ 22-9653 FAX 26-0151



献血のご案内

- 2月25日(金) 午後1時～4時 本庁北庁舎1階第11会議室前
- 3月8日(火) 午前10時～午後1時 阿山保健福祉センター
- 3月16日(水) 午前9時10分～10時30分 大山田保健センター

募集 消費生活相談嘱託員の募集

【対象者】

消費生活専門相談員・消費生活アドバイザー・消費生活コンサルタントのいずれかの資格を持っている人でパソコン操作ができる人

【募集人数】 1人

【採用予定日】 4月1日

【勤務場所】 本庁舎（原則）

【勤務時間】 ※相談可

平日のうち週3日（原則）

【勤務内容】

- ①消費生活に関する相談・あっせん業務および相談内容のパソコンへの入力作業
- ②出前講座や行政情報番組などを活用しての啓発業務

【報酬】 103,200円以内/月額

【提出書類】

- 履歴書（写真添付）
- 必要な資格を証明する書面の写し

【申込方法】 郵送または持参

【申込期限】

3月1日(火) 午後5時 ※必着

【面接日】 3月8日(火)

【面接会場】 本庁南庁舎1階
市民生活課

【申込先・問い合わせ】

〒518-8501
伊賀市上野丸之内116番地
伊賀市人権生活環境部市民生活課
☎ 22-9638

おはなし劇場

【とき】 2月26日(出)

午後1時30分～3時

【ところ】 阿山保健福祉センター
ホール

【内容】

おはなし劇場「ジャンボ絵本読み聞かせと三重の民話の語り聞かせ」

【講師】

絵本作家 松本 弘子さん
※会場はじゅうたん敷きです。フツヨンが必要な人はご持参ください。

【問い合わせ】 生涯学習課

☎ 22-9679 FAX 22-9691

募集 ウェルカムベビー教室(後期)

【とき】 3月13日(日)

午前10時～正午

【ところ】 上野ふれあいプラザ2階

【対象者】

妊婦とその家族（夫・母など）

【内容】

- 新生児の育児について
- 妊婦体験（家族対象）
- 沐浴体験
- 情報交換会 など

【定員】 15組 ※先着順

【持ち物】 母子健康手帳

【受付開始日】 2月22日(火)

【申込先・問い合わせ】 健康推進課

☎ 22-9653 FAX 26-0151

第2回 男女共同参画推進セミナー

【とき】 3月2日(火)

午後7時30分～9時

【ところ】 ライトピアおおやまだ
ホール

【内容】 調理実習など

「楽しくつくるぜ! ぼたん鍋」

【講師】 元名張市人権啓発室 社会同和教育指導員 山北 京子さん

【問い合わせ】

大山田支所住民福祉課

☎ 46-0140 FAX 46-0135

ライトピアおおやまだ

☎ 47-1160 FAX 47-1162

大山田芸術文化祭

■展覧会（作品展示）

絵画・書・彫塑・手芸・生活工芸・生花など

【とき】 2月26日(出)・27日(日)

午前9時～午後5時

【ところ】 大山田B&G海洋センター

■芸能大会

日舞・民謡・大正琴など

【とき】 2月27日(日)

午後1時～

【ところ】 大山田農村環境改善センター ホール

【問い合わせ】 大山田公民館

☎ 46-0130 FAX 46-0131