

**お知らせ** 市民活動推進室が  
移転しました

住民自治の推進などを担当している市民活動推進室は、これまでゆめぼりすセンター内にありましたが、8月1日(月)から、本庁南庁舎1階に移転しました。

**【問い合わせ】**

市民生活課市民活動推進室  
☎ 22-9639 FAX 22-9641

**イベント** お伊勢参りハイキング

～常夜灯や旅籠の講看板に  
往時を偲ぶ～

**【と き】** 9月4日(日)

受付：午前9時30分～10時

**【ところ】**

集合：近鉄伊賀神戸駅前  
解散：近鉄青山町駅前

※事前申込不要

**【内容】**

街道沿いに建つ大常夜燈や大村神社などでガイドの解説を聞きながら、大阪から伊勢へ参詣する街道であった初瀬街道などを歩きます。

**【対象者】** 7kmの行程を歩ける人

※小学生以下と75歳以上の人は同行者が必要です。

※現地までの交通費・お弁当などは参加者負担です。

**【問い合わせ】** 商工労働観光課

☎ 43-2309 FAX 43-2311

**お知らせ** 社会生活基本調査の実施

総務省統計局では皆さんの仕事と家庭生活にふり分ける時間の配分や、世帯内での育児や介護の状況、趣味やスポーツ、ボランティア活動の参加状況などについて調査する、社会生活基本調査を全国一斉に実施します。

調査の結果は仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の推進や少子高齢化対策などの基礎資料となります。

8月下旬から調査員が調査世帯リスト作成のため対象地域の各世帯を訪問します。また、作成されたリストから調査世帯を県で選定し、選定された世帯には10月上旬に調査員が調査票の記入のお願いに伺いますのでご協力いただきますようお願いいたします。

**【調査基準日】** 10月20日(日)

**【対象】**

無作為抽出した全国84,000世帯  
※市内では桑町・西高倉・下郡・愛田・平野蔵垣内・島ヶ原中村・大沢のそれぞれ一部が調査地区に指定されています。

**【問い合わせ】**

三重県政策部統計室  
☎ 059-224-2051



▲社会生活基本調査シンボルマーク

**お知らせ** 市民公開講座

～病院で働こう～

**【と き】** 8月27日(出)

午後1時～4時

**【ところ】** ヒルホテル サンピア伊賀  
4階白鳳の間

**【内容】**

- 医師ブース：最新手術の説明と手術体験
- 看護師ブース：注射や血圧測定など人体模型を使った実体験
- 放射線科ブース：最新の画像診断技術をバーチャル体験など

※このほか管理栄養士・理学療法士・臨床検査技師・臨床工学技士・薬剤師が各ブースで業務内容などを説明しますので進路決定などの参考にしてください。また、健康に関する相談も受け付けます。

※会場では市民病院の新しいマスクットの名前を募集します。名前を投票いただき採用された人に豪華プレゼントを進呈します。詳しくは各地区市民センターなどに設置のチラシをご覧ください。

※なるべく公共交通機関でお越しください。

**【対象者】**

中学生以上

**【問い合わせ】**

上野総合市民病院 庶務課  
☎ 24-1111 FAX 24-2268

**聴診器**  
市民病院だより



**高齢者と栄養不良(2)**

外科 寺邊 政宏



今回は高齢者の栄養不良の特徴と見分け方をお話します。高齢者の栄養不良の特徴は筋肉量の減少です。誰でも年齢に伴い筋肉量は落ちていきますが、栄養状態が悪いと極端に筋肉量が減少して活動性が低下します。歩きにくい、転倒しやすいということに始まり、嘔吐、飲み込む、咳をする、呼吸をするといった力まで弱ってきます。こうなると命にもかかわってきます。筋肉量を減らさず、その機能を維持することがよりよい老後のために大事だといえます。

筋肉量の測定は簡単ではありませんが、要は筋肉による機能が充分であればよいわけです。それを見るにはどうしたらよいか。簡単なものとしては歩行テストがあります。4mを歩く時間を測ってください。4～5秒以上かかった場合は要注意ですので専門家に相談してください。ほかには握力なども参考になります。



栄養状態をみるために皆さんが最初に思い浮かぶのが体重だと思います。筋肉量が落ちて代わり脂肪量が増えて体重は一定ということがあり、体重が減っていないといっても安心できないことがあります。最近では体脂肪計付きの体重計をお持ちで体脂肪率に一喜一憂されている方も多いと思いますが、それを使って脂肪を除いた部分の体重を計算してみてください。例えば、体重60kgで体脂肪率25%なら、脂肪を除いた部分が75%なので45kgです。それを除脂肪体重といい、その部分に筋肉や内臓など生命機能を維持する部分が含まれており、そこがしっかりと保たれていることが重要です。筋肉量の減少は除脂肪体重の減少として表れます。これは長期的に変化を見る必要がありますが、一度、測っておいてはいかがでしょうか。除脂肪体重が減るようなら栄養不良の可能性があります。

## 募集 にほんご指導ボランティア 養成講座

- 【とき】** ※毎回土曜日  
 ○9月10日・10月15日  
 午前9時50分～午後0時30分  
 ○9月17日・10月1日・29日  
 午前9時50分～正午  
 ○10月8日  
 午前9時50分～午後3時30分  
 ○10月22日  
 午前9時50分～午後3時  
 ○11月5日  
 午前9時50分～午後3時30分  
 午後7時～8時

**【ところ】** ゆめぼりすセンター

### 【対象者】

- ①外国人への日本語支援や交流に関心のある人  
 ②日本語教育に関心のある人  
 ※外国語の能力は必要ありません。

**【定員】** 16人 ※先着順

※ボランティア保険料を負担していただきます。

### 【申込方法】

住所・氏名・電話番号・Eメールを記入の上、お申し込みください。

### 【申込先・問い合わせ】

〒518-0823  
 伊賀市四十九町1278-26  
 特定非営利活動法人ユニバーサルデザイン同夢  
 ☎/FAX 23-9513  
 ✉son@doumu.net

## 募集 芭蕉祭子ども合唱団 参加者募集

第65回芭蕉祭式典で『芭蕉さん』を歌っていただく「芭蕉祭子ども合唱団」の参加者を募集します。

**【式典日時】** 10月12日(水)  
 午前9時25分～11時30分  
 ※出演時間は午前9時30分～9時40分の約10分間です。

### 【式典開催場所】

上野公園内俳聖殿前広場

### 【対象者】

小学校3～6年生  
 ※練習および式典に参加できる人

**【募集人数】** 30人 ※先着順

**【曲目】** 『芭蕉さん』

**【練習日時】** 10月2日(日)・8日(土)  
 午前10時～11時30分

### 【練習場所】

中央公民館 ホール



### 【申込先・問い合わせ】

企画課  
 ☎ 22-9621 FAX 22-9628  
 ✉kikaku@city.iga.lg.jp

## 中学生のメッセージ2011

中学生が日ごろ感じていることや考えていることを広く県民に主張することにより、青少年が自分の生き方や社会との関わりを考え、周囲の人が青少年に対する理解や関心を深めることを目的に開催します。

### 【とき】

8月28日(日)  
 午後1時～4時10分

### 【ところ】

アドバンスコープADSホール(名張市青少年センター)  
 (名張市松崎町1325-1)

### 【問い合わせ】

伊賀市青少年育成市民連絡会議事務局(生涯学習課内)  
 ☎ 22-9679 FAX 22-9691

## 募集 公立保育所(園) 臨時保育士募集

### 【募集人数】

5人程度

### 【勤務時間】

午前8時30分～午後5時15分  
 ※早出・遅出あり  
 ※賃金などはお問い合わせください。

### 【提出書類】

履歴書・保育士証の写し

### 【申込先・問い合わせ】

こども家庭課  
 ☎ 22-9655 FAX 22-9646



## 「本人通知制度」とは 一人権政策・男女共同参画課一

■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。

現在の法律では、行政書士や弁護士などの資格を持つ人は、職務上の必要性から他人の戸籍や住民票を取ることができます。しかし、それを取られた本人にはその事実が知らされません。この制度を悪用して、本人が知らない間に戸籍や住民票をこっそり取り、それを興信所などに横流しして身元調査に悪用するなどの事件が全国的に起きています。身近なところでは、2007年に県内の行政書士が同じ窓口で511通を不正取得していたことが発覚し、うち半数以上が結婚相手の身元調査に使われるといった許されない差別事件が起きています。

事件の背景には、結婚や企業の採用時における偏見や差別意識が存在しています。市が2009年に実施した「人権問題に関する市民意識調査」でも、『子どもの結婚相手が同和地区の人であった場合』について、2割強の人が反対の意思を表す回答をしています。在日韓国・朝鮮人や障がい者においても、ほぼ同様の調査結果が出ています。つまり、「結婚相手やその身内に同和地区出身者

や在日韓国・朝鮮人、障がい者がいては困る」という理由で身元調査をする人がまだいるということです。こうした差別意識をなくさない限り、戸籍の不正取得は根絶できません。しかし、現在の戸籍制度や住民基本台帳制度のもとでは、すべての不正請求を見抜くことができないことも事実です。

そこで、誰かがあなたの戸籍謄本や住民票を取った際、そのことを知らせるのが『本人通知制度』です。通知を希望する人は事前に市役所に登録すると、登録者の住民票などが第三者に取られたときには本人に通知が届き、このことによって、不正取得があれば100%発覚することになります。現在、大阪府や埼玉県を中心に約120の市町村でこの制度を導入し、伊賀市でも導入に向けた検討を進めています。「水際で(戸籍の窓口で)不正を食い止めたい。差別に利用されたくない。」という強い思いから考えられた制度です。全国の自治体へもその必要性を広げていき、法律の改正へとつなげていきたいものです。

■ご意見などは人権政策・男女共同参画課 ☎ 22-9631 FAX 22-9649 ✉ jinken-danjo@city.iga.lg.jp へ