広報いせ

No.108
平成25年（2013年）
1.1日号
（新春号）

主な内容

2 新春のごあいさつ
4 2013 年新春に向けて 私の想い
6 伊勢フットボールヴィレッジ 新たに 2 面オープン!!
7 伊勢市ふるさと応援寄附金
8 市・県民税の申告と所得税の確定申告
22 健康づくり通信
24 情報コーナー

12/8 親子でしめ飾り作りに挑戦

明野児童館で工作教室「正月かざり作り」が開催され、市内在住の親子25人が、しめ飾り作りに挑戦しました。この行事は、同館の指定管理者である伊勢市社会福祉協議会が実施したもので、参加者の皆さんは苦戦しながらも、講師の手ほどきを受けながら、しめ飾りを完成させていきました。

伊勢志摩地方では、しめ飾りを1年間掛けたままで過ごすという風習があります。この日みんなが作ったしめ飾りは、家庭に持ち帰って飾られます。

あいさつ

伊勢市を明るく活性化し　安全・安心に暮らせるまちに

伊勢市長　鈴木　健一

明けましておめでとうございます。

市民の皆さまには、輝かしく希望に満ちた新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

今年は、20年に一度の神宮式年遷宮の年です。各地域におかれましては、お白石持行事に向けて着々と準備が進められていることと存じます。「エンヤ、エンヤ」の掛け声と木遣り唄で、にぎやかに伊勢のまちを盛り上げていただけることでしょう。

そして、伊勢市駅前広場や宇治山田駅前広場、伊勢フットボールヴィレッジの整備が進みつつあるほか、民間による観光客誘客のための整備も進めていただいており、伊勢市全体が元気で明るく活性化することを期待しております。

昨年は、市民の皆さまの安全・安心をお守りする市長の使命として、「防災」「医療」を重点に、「安全・安心でやさしいまちづくり」を進めました。

防災面では、津波対策として学校への外付け避難階段の設置をはじめ、市民の皆さまからのご意見を踏まえた避難所の見直しを進めるとともに、宮川の早急な治水対策なども引き続き国へ訴えてまいりました。また、伊勢南北幹線道路の開通も実現しました。

医療については、市民の皆さまの健康を守る伊勢総合病院の建て替えに向け、ご議論をいただきながら着実に進めております。それと併せ、地域医療を守り支える医師・看護師を確保するための奨学金制度を創設し、そのための奨学基金も設立いたしました。皆さまの温かいお気持ちで、地域医療を支えていただければ幸いです。

本年も昨年に引き続き、防災と医療にしっかりと取り組み、「安全・安心なまち」を目指すとともに、「笑顔あふれる子ども」と「幸せに年齢を重ねることができる」ような「笑子・幸齢化のまち」をさらに進めていく所存でございます。

そして、恵まれた自然や悠久の歴史・文化を守り、次世代に引き継ぐ「心豊かになるまち」「やさしさあふれるまち」に向けた取り組みも進めていきます。皆さまの心に寄り添いながら取り組んでまいりますので、本年もご理解・ご協力賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

皆さまにとりまして、健やかに幸多き年でありますようお祈り申し上げ、新年のあいさつといたします。

新春のご

市民の皆さんの負託と信頼に応えられる議会づくりに取り組む

伊勢市議会議長　杉村　定男

新年明けましておめでとうございます。

市民の皆さまにおかれましては、健やかに新年をお迎えのことと、謹んでお慶び申し上げます。

昨年は、内閣府から南海トラフの最大級の巨大地震が発生した際の被害予測が発表され、これまでの想定を大きく上回るものとなり、防災対策の抜本的な見直しと強化がさらに重要な課題となりました。早急に防災対策を講じていかなければなりません。

伊勢市においては、防災対策をはじめ、伊勢総合病院の建て替え、小・中学校の適正配置、伊勢市駅前の整備など多くの課題が山積しています。議会といたしましては、市民の皆さまが将来にわたり、より安全に安心に暮らせるよう、常に皆さまの視点に立って一つ一つの課題について真摯な議論を行い、全力で取り組んでまいります。

また、今年の夏にはお白石持行事が行われ、秋には第62回目のご遷宮が執り行われます。伊勢市にとって大変重要な節目の年であります。このご遷宮を大きな機会と捉え、より多くの方々にご来勢いただけるよう、また、活気あふれる伊勢のまちづくりができるよう全力を傾注いたす所存でございます。

さて、国においては、地方の自主性・自立性を高めるための改革が推進されており、今後、改革の進展に伴い、市民の皆さまの代表としての意思決定機関である議会の役割は、ますます重要になってくると思います。こうした中で多様化する行政ニーズなど、議会に対する期待はさらに高くなっており、議会の責任もますます重くなってきていると感じております。

議会におきましては、常に議会改革に取り組みながら、行政の監視役としての機能を果たすとともに、市民の皆さんにとって分かりやすく、開かれた議会を目指し、皆さんの負託と信頼に応えられる議会づくりを行ってまいりますので、一層のご理解・ご協力をお願い申し上げます。

年頭に当たりまして、この一年が皆さまにとって明るく希望の持てる年でありますようご祈念申し上げ、新年のごあいさつといたします。

“心のべっぴんさん”を合言葉に、観光客をおもてなししたい

外宮前で「参宮の木札」を配布
伊勢旅人おもてなしの会代表
富田 純子さん（吹上2丁目）

遷宮を控えて観光客も増え、外宮周辺が発展していく中、観光客の皆さんにおもてなしの一環として「参宮の木札」をお配りしています。現在、「伊勢旅人おもてなしの会」の約50人が、10月から翌年3月まで、週1回土曜日に、外宮前に立って観光客の皆さんをお出迎えしています。

私たちが活動する中で常に心掛けているのは、「心のべっぴんさん」であり続けようということです。心からにっこりと笑顔で接することが何よりも大切なことだと思っております。

また、木札のひもを4つに色分けし、お配りした木札の数によって、どこの地域から何人が来られたかを分かるようにしています。同時にアンケートもお配りしてご意見を聞いたりと、木札の配布を通じて観光のお役に立てればと思っています。

最近は、リピーターの方や、知人から聞いて伊勢に来られる方も多くいらっしゃいます。そんな観光客の皆さんに「伊勢は良かった」と思ってもらえるよう、この活動を通し、ボランティアのみんなで観光客の皆さんをおもてなししていきたいと思います。

想い

思いが伝わりいただいた賞。自信につなげて新しい生活へ

少年の主張三重県大会で最優秀賞を受賞
山口 彩華さん（上野町）

平成24年8月、少年の主張三重県大会で最優秀賞をいただきました。本番の発表の舞台では原稿を見ずに発表すると決めていました。夏休み期間中に家や学校でたくさん練習をしたので、本番は緊張せずに発表できました。最優秀賞に選ばれたときはびっくりしましたが、「自分の思いが伝わったんだ」と、とてもうれしかったです。

今年は、高校へ進学する年で、今は受験勉強に励んでいます。今までの友達とも離れ離れになって、新しい生活への不安もありますが、中学校生活で学んだことや、今回の受賞を自信にして、何事も投げ出さず、勉強やクラブと、目標に向かって頑張っていきたいです。

つながりを大切に、思い出に残る成人式に

新成人のつどい実行委員長
南端 謙吾さん（東豊浜町）

新成人のつどいの実行委員長を務めさせていただくことになりました。僕たち「新成人のつどい実行委員会」は、各出身中学校の代表26人で組織し、式典に向けてみんなで協力し合って良い式典にしたいと思います。

現在は大学2年生ですが、今年は将来のことを考えながら就職活動に励む年でもあります。

全国から訪れる皆さんの強い思いに応えたい

お白石持行事で特別神領民を出迎え
伊勢神宮奉仕会 青年部 顧問
平松 隆太さん（宮町1丁目）

ご遷宮の年に行われる「お白石持行事」には、地元伊勢の神領民のほか、全国から約7万人の方が「特別神領民」としてお越しになられます。

特別神領民の皆さんをお出迎えするため、20日間で8000人を超えるボランティアの方がご奉仕しますが、私はその中で伊勢神宮奉仕会青年部の一員として奉曳を担当します。

行事を進めるに当たっては、参加される皆さまが笑顔で「伊勢へ来て良かったな」と思って帰っていただけることを願っています。そのためにも、「けが無く、無事に帰ってもらう」ことを最優先に、安全確保には細心の注意を払うよう準備を進めており、今も毎週会議を重ねています。

全国から来られる方は、神宮への強い思いを持っていらっしゃいます。地元に住む私たちも、お出迎えする立場として知識を付け、神宮に対する深い精神をもってお出迎えしていきたいと思います。

古くから全国各地より多くの人々が伊勢を目指してきました。その伊勢の地に生まれ、育ち、住んでいることを誇りに思い、今年一年は、夏に控えた「お白石持行事」に向けて過ごしていきたいと思います。

2013年 新春に向けて 私の

けて意見を出し合ったりしながら、和気あいあいと企画準備を進めています。

成人式は、人生に一度しかない節目の一大イベントでもありますので、みんなの思い出に残る一日にしたいと思っています。また、同じ年代の仲間が一堂に集まる貴重な日でもありますので、横のつながりも大切にしていきたいです。与えられた大役に不安な部分もありますが、み

将来は、人の助けになれる仕事で地元に貢献したいと、消防士を目指しています。

残りの大学生活、今しかできないことも楽しみながら、やるところはしっかりやっていく、メリハリのある年にしていきたいです。

大学進学後も、日本一目指し挑戦

陸上 4×100mリレーで県高校新記録を樹立
小池 龍緯さん（上地町）

8月に行われた東海陸上競技選手権大会の4×100mリレーで、僕たちは優勝し、県高校新記録と東海高校タイ記録を打ち出すことができました。その前の大会の全国高校総体では5位。優勝できなかった分、悔しさをバネに、「今回の大会では良い記録を出してやろう」という強い思いがありました。大会当日は、みんながベストな走りをすることができ、とても良い結果となりました。

僕自身、昨年は腰を痛めて思うような走りができず、悔しい思いをすることがありました。なので、リレーメンバー4人で力を合わせて良い記録を残すことができたことが、僕にとって何よりもうれしいことでした。

今年は、高校を卒業し大学へ進学します。大学では、高校で成し遂げることができなかった“日本一”を目指して頑張っていきたいです。

伊勢フットボールヴィレッジ新たに2面オープン!!

生涯学習・スポーツ課（☎㉒7891）

朝熊山麓公園フットボール場が、新たに人工芝ピッチ２面とクラブハウスなどを新設し、「伊勢フットボールヴィレッジ」として生まれ変わります。３月中は、完成記念イベント期間としてさまざまなイベントが行われ、新設施設については４月１日㈪から一般の使用ができるようになります。
また、既存施設の一部の使用料が３月１日㈮から変更となりますので、ご注意ください。

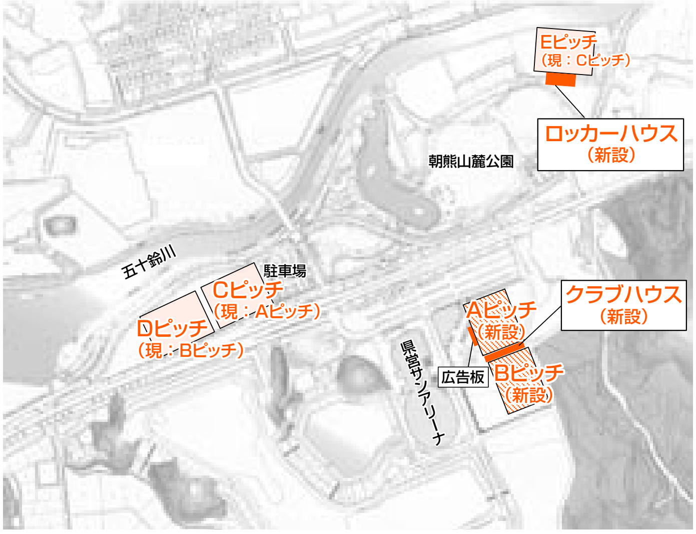
施設概要　使用可能時間　午前９時～午後10時

■新設施設
- ○**伊勢フットボールヴィレッジ・Ａピッチ**（人工芝、屋外観覧席・夜間照明付き）
- ○**伊勢フットボールヴィレッジ・Ｂピッチ**（人工芝）
- ○**クラブハウス**（ロッカールーム、審判室、救護室、会議室）…Ａ・Ｂピッチに併設（使用料が必要）
- ○**ロッカーハウス**（ロッカールーム）…Ｅピッチに併設（使用料はＥピッチ使用料に含まれる）

■既設施設（３月１日から名称変更）
- ○**伊勢フットボールヴィレッジ・Ｃピッチ**（人工芝、夜間照明付き）…現在のＡピッチが名称変更
- ○**伊勢フットボールヴィレッジ・Ｄピッチ**（人工芝、夜間照明付き）…現在のＢピッチが名称変更
- ○**伊勢フットボールヴィレッジ・Ｅピッチ**（天然芝）…現在のＣピッチが名称変更

完成イメージ図

伊勢フットボールヴィレッジ　位置図



新設施設の申し込みは３月１日㈮から

新設施設の使用申し込みは、３月１日㈮から、生涯学習・スポーツ課（小俣総合支所内）、電話、インターネット（公共施設仮予約システム）で受け付けます。
※インターネットでの申し込みについては、利用者登録が必要ですので、生涯学習・スポーツ課へ問い合わせてください。

広告板への有料広告を募集

観光事業課（☎㉑5566）

Ａピッチの外周壁（内側）に設置する広告板に広告を掲載する事業者を募集します。

広告の規格　縦115㎝×横360㎝、フルカラーで、広告板にシートを貼り付ける広告
広告掲載期間　1年間（3年まで延長可能）
※広告を貼る作業ができるのは3月1日㈮以降。
募　集　枠　18枠（先着順）
申 し 込 み　1月15日㈫以降、観光事業課へ
※シートの作成費・設置費は広告主負担です。
※広告料など詳しくは、市のホームページをご覧ください。

伊勢フットボールヴィレッジ使用料（３月１日以降）

	ピッチ使用料			照明料金	
	市民		市民以外	半灯	全灯
	一般	高校生以下			
Ａピッチ	3,500円	1,700円	7,000円	2,000円	3,000円
Ｂピッチ	3,000円	1,500円	6,000円	－	－
Ｃ・Ｄピッチ	2,000円	1,000円	4,000円	2,000円	3,000円
Ｅピッチ	1,000円	500円	2,000円	－	－

※いずれも、１面・１時間当たりの使用料です。
※Ｂ・Ｅピッチには照明はありません。
※Ａ・Ｂピッチを使用できるのは４月１日以降です。

ありがとうございます

伊勢市ふるさと応援寄附金

皆さまからご協力をいただいています

行政経営課（☎㉑5510）

　市では、平成20年から「伊勢市ふるさと応援寄附金」の受け付けを開始し、伊勢のまちを愛する皆さまが胸を張って自慢できるまちになるため、全国の皆さまに愛されるまちになるため、ふるさと〝伊勢〟を元気にするために、たくさんの人から伊勢市を応援していただいています。

　皆さまから寄附金をいただく際は、次のいずれかの活用先を選んでもらい、大切に使わせていただいています。

寄附金の活用先

- 輝く観光都市を目指した交流づくり
- 豊かな自然、恵まれた資源を守り育てるまちづくり
- ひとりひとりが元気に暮らせる社会づくり
- 子どもたちが安心して生活できる環境づくり
- 〝気持ち〟が、地域医療の〝充実〟になる

※他の活用先を指定することや、具体的な活用先を指定しないことも可能です。

いただいた寄附金の活用先（平成 23 年度実績）

寄附金の活用先	件数	金　額
輝く観光都市を目指した交流づくり	10 件	698,214 円
豊かな自然、恵まれた資源を守り育てるまちづくり	11 件	338,005 円
ひとりひとりが元気に暮らせる社会づくり	5 件	240,000 円
子どもたちが安心して生活できる環境づくり	5 件	51,249 円
上記以外の活用先を指定	13 件	1,987,145 円
具体的な活用先を指定しない	19 件	1,560,000 円
計	63 件	4,874,613 円

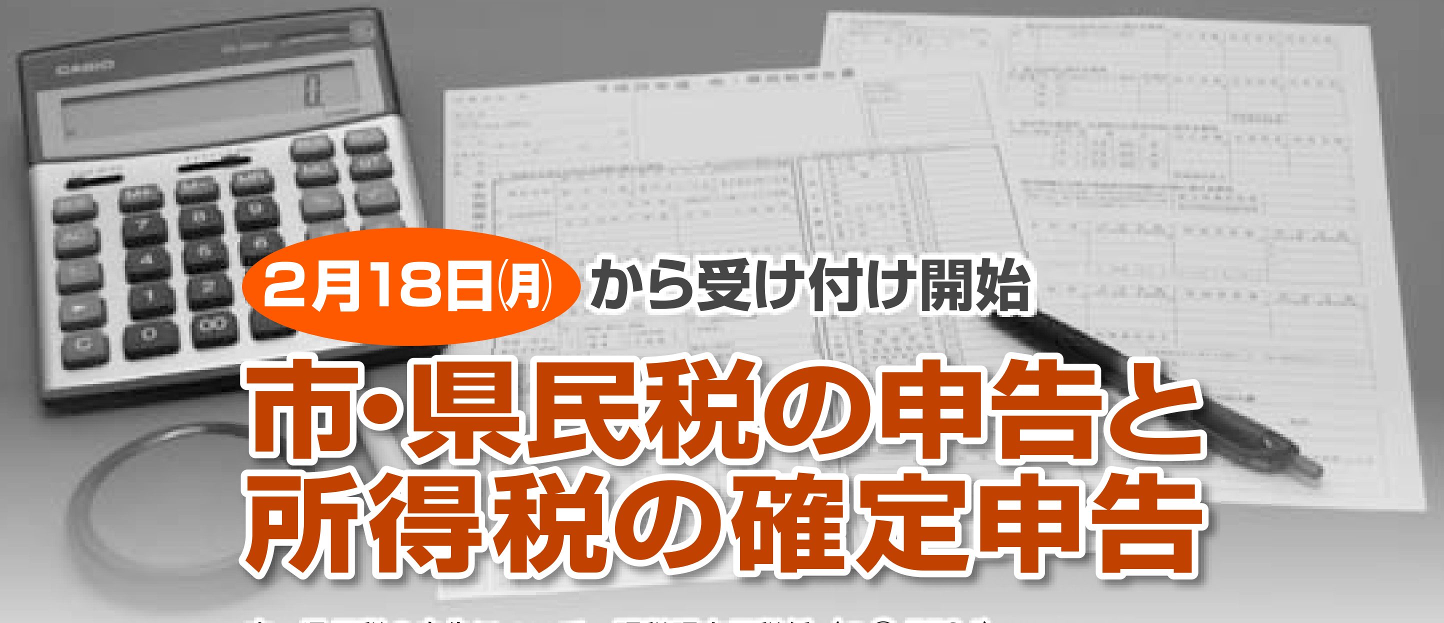
※「“気持ち”が地域医療の“充実”になる」については、平成 24 年 11 月から設けられたため、上表には入っていません。

　平成24年度は、11月末時点で92件・14,321,152円のご寄附をいただいています。

一部を紹介します

皆さまからいただいた 伊勢市への応援メッセージ

- 高校を卒業した後で地元伊勢市を離れて20年以上、人生の半分以上、故郷を離れて過ごしていますが、伊勢市が住民にとって住みやすく、かつ訪れる観光客にも魅力的なまちとして発展することを願っております。
- 高校まで伊勢で過ごし、東京・埼玉へ。やはり“伊勢”は心のふるさとです。伊勢神宮のまちとして、いつまでも昔の思い出を残すまちに。
- 伊勢は神宮しか行ったことがありませんが、送付していただいたパンフレットを見て、行きたい所が増えました。
- 一度訪れたら再度訪れたいと思える場所でした。
- わずかですが、貴市のためにお役立ていただけたら幸いです。
- これからもすてきな土地であり続けてください。
- この夏、伊勢神宮へお参りしました。今般、パンフレットの送付をいただき、まだまだ知らないものがあるので、また遊びに行きたいです。
- 来年のご遷宮楽しみにしています。
- いつまでも全国の人が「行ってみたい」と思う、きれいな自然が続くように。



2月18日(月)から受け付け開始

市・県民税の申告と所得税の確定申告

市・県民税の申告について…課税課市民税係（☎㉑5534）
所得税の確定申告について…伊勢税務署（☎㉘3191〔自動音声案内〕）

２月18日(月)から、市・県民税の申告と所得税の確定申告の受け付けが始まります。
申告書の書き方が分からない人は、市・県民税の申告相談会場や確定申告会場をご利用ください。

市・県民税の申告

平成25年度（平成24年分）の所得に係る申告の受け付けが始まります。

市・県民税の申告書の書き方が分からない人は、申告相談会場をご利用ください。

※所得税の確定申告をする場合は、市・県民税の申告は不要です。

申告相談メイン会場

申告相談メイン会場では、市・県民税の申告についての相談をすることができ、その場で申告書を作成し提出することができます。

とき　２月18日(月)～３月15日(金)（土曜日・日曜日を除く）、午前９時～午後５時（なるべく午後４時までに入場してください）

ところ　いせ市民活動センター北館（いせシティプラザ）・２階

申告相談サブ会場

申告相談メイン会場へ行くことができない人のため、簡易な申告を対象に、各総合支所・各支所管内で巡回相談会を開催します。

※日程・場所など詳しくは、「広報いせ」２月１日号でお知らせします。

事業主の皆さんへ eLTAX（エルタックス）で市税の手続きを

eLTAXとは、インターネットを利用して、地方税に関する手続きができるシステムです。

対象
- 給与支払報告書・特別徴収に関する手続き
- 法人市民税申告書・設立異動届

※伊勢市に対して初めて電子申告を利用する場合は、eLTAXのホームページ（http://www.eltax.jp/）から利用届け出を行ってください。

※詳しくは、eLTAXのホームページをご覧いただくか、ヘルプデスク（☎0570・081459、IP電話などの場合は☎045・759・3931）へ問い合わせてください。

所得税の確定申告

確定申告書の書き方が分からない人は、確定申告会場、または国税庁のホームページ（http://www.nta.go.jp/）をご利用ください。
※還付申告書は1月1日㈷から提出できます。

確定申告会場

確定申告会場では、パソコンを利用して確定申告書を作成し、申告書を提出することができます。

とき　2月18日㈪〜3月15日㈮（土曜日・日曜日を除く）、午前9時〜午後5時（なるべく午後4時までに入場してください）

ところ　いせ市民活動センター北館（いせシティプラザ）・2階

確定申告に関するお知らせ

平成23年分から、公的年金等に係る雑所得を有する人で、公的年金等の収入金額が400万円以下、かつその他の所得が20万円以下の場合は、所得税の確定申告が不要となりました。
※この場合も、所得税の還付を受けるための申告をすることができます。また、源泉徴収票に記載されていない控除があれば、市・県民税の申告をすることで税額が軽減される場合があります。

所得税の確定申告はe-Tax（イータックス）で！

e-Taxとは、インターネットを利用して、国税に関する申告・納税・申請・届け出などができるシステムです。

国税庁のホームページの「確定申告書等作成コーナー」でe-Taxを利用するための初期登録ができ、作成した申告データをそのままe-Taxで申告することができます。

画面の案内に従って金額を入力すれば税金が自動計算されるなど、大変便利ですので、ぜひご利用ください。また、申告に関するQ＆Aも掲載していますので、自宅で申告書を作成する場合や、手書きで申告書を作成する場合にもご利用ください。

■e-Taxの特長

- 医療費の領収書や源泉徴収票などの添付を省略できる（ただし、確定申告期限から5年間は、書類の提出または提示を求められることがあります）
- 本人の電子署名および電子証明書を併せて送信した場合、最高3,000円の税額控除を受けることができる（平成19〜23年分の確定申告で、この税額控除を受けていない人のみ）
- 還付申告が早く処理される

◆e-Tax利用開始のための手続き

①パソコン・インターネット環境などを準備する
②住民基本台帳カードを取得する（有効期限：発行日から10年間）
③電子証明書を取得する（有効期限:発行日から3年間）
④ICカードリーダライタなどを取得・設定する
⑤開始届出書を提出し、電子証明書を初期登録する（オンラインで可能）

◆住民基本台帳カード・電子証明書取得の申請に必要な物

- 官公署発行の本人の写真付き身分証明書（運転免許証・パスポートなど）1点＋官公署発行の本人の写真付きでない身分証明書（健康保険証・介護保険証など）1点
  ※上記の物を持っていない場合は、戸籍住民課へ問い合わせてください。
- 発行手続料1,000円
  （住民基本台帳カード500円、電子証明書500円）
- 印鑑

問い合わせ先

住民基本台帳カード・電子証明書について…戸籍住民課（☎㉑5547）
e-Taxによる申告、利用開始のための手続きについて…伊勢税務署（☎㉘3191）

伊勢市民功労賞
市勢の発展に尽力された功労者を表彰

秘書課（☎㉑5504）

11月3日㈷、日頃から市勢の発展に尽力され、功績のあった7人を「伊勢市民功労賞」に表彰しました。
表彰された皆さんは、次のとおりです。（順不同）

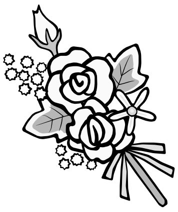
◆多年学校歯科医として児童生徒の口腔衛生管理に尽力した
平松繁子さん（八日市場町）

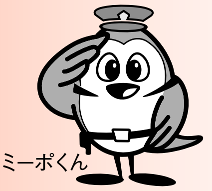
◆多年学校薬剤師として児童生徒の安全衛生管理に尽力した
溝井博司さん（曽祢2丁目）

◆多年市議会議員として市政の振興に寄与した
中川幸久さん（御薗町高向）

◆多年消防団活動に献身的に尽力した
藪谷忠昭さん（通町）
橋村吉則さん（河崎1丁目）
北村敦さん（樫原町）

◆公益のため多額の御寄附をした
大門杉子さん（東京都板橋区）





伊勢警察署だより

伊勢警察署（☎⑳0110）

年頭あいさつ

伊勢警察署長
栃木新一

明けましておめでとうございます。

平素は、防犯活動や交通事故防止活動をはじめ、警察行政にご理解とご協力をいただき、厚くお礼を申し上げます。

年頭に当たり、昨年の治安情勢と今年の取り組みについて申し述べます。

まず、刑法犯認知件数（犯罪情勢の一般的な指標）は、4年ぶりに2000件を下回った平成23年に続き、平成24年は1500件以下に抑止することができました。

しかし、空き巣狙いや忍び込みといった侵入盗犯が増加したほか、高齢者を対象とした振り込め詐欺や、子どもや女性に対する犯罪が多発するなど、社会的に弱い立場にある人が被害を受ける事例が後を絶たず、地域住民の不安を解消するまでには至っておりません。

このような厳しい情勢のもと、今年は、「県民と共に築く安全で安心な地域社会」という基本方針を掲げ、関係機関や地域住民の皆さまと緊密な連携を図りながら、犯罪抑止対策を推進していきたいと考えております。

次に、交通情勢は、平成24年中の交通死亡事故件数が平成23年を上回ったほか、交差点やその周辺における出合い頭の事故や追突事故が多発し、飲酒運転に起因する事故も後を絶たないという厳しい状況にありました。

このため、伊勢警察署では、今年も引き続き、悪質・危険な交通違反の取り締まりを強化するとともに、高齢者に対する安全教育や啓発活動に取り組むなど、交通事故の無い、安全で安心な交通社会の実現を目指します。

さらに今年は、第62回神宮式年遷宮が執り行われるため、地域住民の皆さまをはじめ、来勢者の安全と安心を確保するための警備対策に万全を期すこととしているほか、津波などの大規模災害に備えた対策を推進していきたいと考えています。

結びといたしまして、市民の皆さまの一層のご支援とご協力をお願い申し上げますとともに、本年が皆さまにとりまして、幸せで希望にあふれた年となりますよう、心からお祈り申し上げ、年頭のごあいさつとさせていただきます。

災害に備えるため地域の支援ネットワークを広げよう
～災害時要援護者登録制度～

長寿課（☎㉑5559）

市では、災害発生時に自力での避難が困難な一人暮らしの高齢者や障がい者が、地域の支援を受けられるよう、災害時要援護者登録制度を運用しています。

この制度では、要援護者からの申請に基づき、緊急時に連絡する家族や、避難時などに支援してもらう近所の人の情報を記載した台帳を作成し、その台帳を自治会、自主防災組織、民生委員・児童委員、消防団、消防本部が共有し、災害時の避難支援に役立てることとなっています。

しかし現実には、近所の人の協力が得られにくいという現状があります。

隣近所の皆さんのご協力を

災害発生時は、近所の助け合いが大きな力となります。災害が発生しそうな場合や発生した際に、要援護者の皆さんに情報を伝えたり、一緒に避難するなどの支援に心掛けていただく人を「地域支援者」と呼んでいます。

地域支援者については、いざというとき、すぐに支援ができるよう、要援護者の隣近所の人にお願いしたいと考えています。普段からの近所付き合いの中で、要援護者の健康状態を把握するなど、非常時の支援に役立つ情報収集に心掛けていただきます。決して責任を伴うものではありませんので、ご協力をお願いします。

要援護者の皆さんも日頃の備えを

災害時には、隣近所の人たちもどのような状況になっているか分かりません。

要援護者の皆さんも、自分の身はまず自分で守るという考えで、次のことに心掛けてください。

- 隣近所との良い人間関係を保ちましょう
- 避難訓練などになるべく参加しましょう
- 災害に備えて、自分でできることは自分で行うよう心掛けましょう
- 災害が発生したり、発生が予想されるときに、自分から連絡する方法があるか考えておきましょう

災害時要援護者支援ネットワークで新たな制度を検討中！

登録制度をより良いものにし、地域での支援の仕組みを作るため、左表の団体が集まり、それぞれの役割について議論しています。

市では、代表者の意見を反映した「伊勢市災害時要援護者避難支援プラン全体計画」を策定し、新たな登録制度を始めようとしています。新たな制度では、要援護者一人一人の「個別支援プラン」を、要援護者と地域支援者、地域の団体・組織などが共に作り、災害時の支援方法を決めるようにしたいと考えています。

伊勢市災害時要援護者支援ネットワーク代表者会議
会長　坂村春美さん

この会議で、新たな登録制度や地域の支援の仕組みの基礎が出来上がったとしても、地域のご協力がなければ意味がありません。

要援護者の皆さんは、日頃から地域の人との交流を持ちましょう。また、隣近所の人や自治会、民生委員の皆さんは、要援護者が交流しやすく、安心して生活できるよう、共にまちづくりを頑張っていきましょう。

伊勢市災害時要援護者支援ネットワーク構成団体

- 伊勢市民生委員・児童委員協議会連合会
- 伊勢市総連合自治会
- 伊勢市ボランティア連絡協議会
- 伊勢市老人クラブ連合会
- 伊勢市社会福祉協議会
- 伊勢市消防団
- 地域包括支援センター
- 伊勢・度会地区障害者相談支援センター「ブレス」
- 伊勢市介護保険サービス事業者連絡会
- 伊勢保健福祉事務所（三重県）

「伊勢市地産地消の店」認定を希望する店を募集

農林水産課（☎㉒0370）

市では、地産地消を推進するため、市内産の農林水産物を食材として取り扱う飲食店などを「伊勢市地産地消の店」として認定し、その飲食店などの地産地消に関する取り組みをPRしています。

現在、認定されているのは47店舗です。

今年も、この取り組みに賛同していただける飲食店などを募集します。

なぜ地産地消の推進が必要なの？

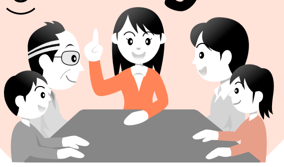
「地産地消」という言葉自体は、「地元でとれたものを地元で食べること」を意味します。身近な所で行われる農林水産業の営みが、四季折々の新鮮な食材をもたらし、きれいな水や空気、景観を保ち、食材を作る人と食べる人との「顔が見える関係」も生まれることから、各地で「地産地消」の取り組みが活発に行われています。

地産地消運動に対する皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

シリーズ防災 知る 備える 行動する

災害は忘れたころにやってくる

危機管理課（☎㉑5523）



1月17日 防災とボランティアの日 1月15日～21日 防災とボランティア週間

「防災とボランティアの日」は、平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災による地震の教訓と防災ボランティア活動への理解・協力を深めるために定められた日です。また、1月15日～21日は「防災とボランティア週間」とされています。

阪神・淡路大震災では、全国から多くのボランティアが駆け付け、被災者の支援や避難所活動など、さまざまな場面で力を発揮しました。また、平成23年には、3月に発生した東日本大震災や三重県内に大きな被害をもたらした9月の台風12号において、数多くのボランティアが被災地に駆け付けており、ボランティアは、今や災害時には欠かせない存在となっています。

この週間を、避難経路の確認や非常持ち出し品のチェックなど、家族で防災について「話し・考え・実践する」良い機会と捉え、東海地震や東南海・南海地震に備えましょう。

大震災の教訓

・津波からの避難

大きな揺れを感じたり、津波警報を聞いたりしたら、すぐに避難しましょう。

・わが家の耐震性チェック

阪神・淡路大震災では、多くの家屋が倒壊・焼失しています。家が倒壊しては、避難することもできません。家屋の安全度をチェックし、問題があれば修理や補強をしましょう。

・家具をしっかりと固定

阪神・淡路大震災は、発生が早朝であったため、多くの人が就寝中に家具などの下敷きとなりました。家具や電気製品を正しく固定し、身を守りましょう。

・非常持ち出し品の準備

大地震のときは、電気・ガス・水道・電話などのライフラインが寸断されます。普段から非常持ち出し品を備えておきましょう。

・トイレの対策

自宅や避難所で生活する際、非常に困るものの一つがトイレです。水洗トイレが使用できないことを前提に、各家庭で緊急時に使えるトイレ（携帯トイレなど）を準備しておきましょう。

地元の食材を扱うお店を認定します

対象食材　市内で生産・採取された農林産物、市内の漁港で水揚げされた水産物、およびそれらの加工品（以下「伊勢市産品」という）

認定対象店　市内に店舗を有する飲食店、宿泊施設、食品加工事業所、直売所、小売店、スーパーマーケットなど

認定要件

○共通事項

●店内の表示やメニューなどにより、地産地消と伊勢市産品のPRを行うこと

●認定内容を、市のホームページや広報紙などで紹介されることを承諾すること

○飲食店、宿泊施設、食品加工事業所などの場合

●料理または弁当を販売している場合は、伊勢市産品をおおむね年間通して使用し、メニューなどにその旨の表示をしていること

●食品を加工している場合は、製造する加工食品の主たる材料に伊勢市産品を使用し、その旨の表示をしていること

○直売所、小売店、スーパーマーケットなどの場合

●伊勢市産品の売り場を設け、その販売コーナーの表示をしていること

申し込み　1月21日(月)～2月19日(火)に、応募用紙を農林水産課へ

※応募用紙は、農林水産課にあります。また、市のホームページからダウンロードできます。

※認定は、消費者・生産者・農林水産物の流通業者・認定対象業種の代表者で組織する「伊勢市地産地消の店認定委員会」で行います。

※認定後は、「広報いせ」や市のホームページで紹介するほか、認定証や認定店に配布するステッカー・ポスター・のぼりなどでPRしていただきます。

地産地消に係る予算額（平成24年度） 76万2千円

シリーズ人権

一人ひとりが輝くために

人権政策課（☎㉑5546）

人権尊重啓発ポスター市長賞・会長賞が決定

人権意識を高め、人権尊重の精神を育てるため、市内の小・中学生を対象に、人権尊重啓発ポスターを募集しました。

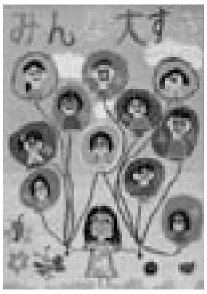
今年は425点の応募があり、審査の結果、市長賞9点と会長賞101点が選ばれました。

市長賞の9点は次のとおりです。（敬称略）

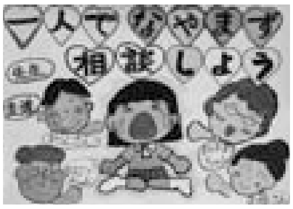
予算額（平成24年度） 約27万円

青木 美心（神社小1年）

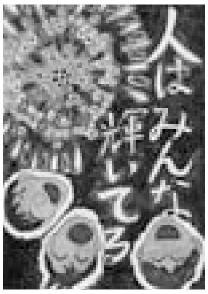
髙屋 舞佳（明倫小2年）



森井 夏未（明倫小3年）

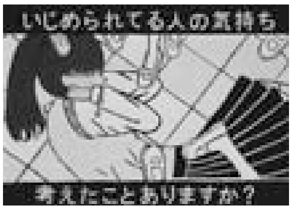


濱口 新奈（有緝小4年）



瀬木 啓夢（小俣小5年）

角谷 真菜（修道小6年）



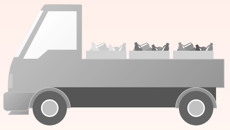
小南 希帆（厚生中1年）

中野 杏香（港中2年）

森 育子（宮川中3年）

めざせ！ごみゼロのまち

清掃課（☎㉑5543）



資源物の分け方・出し方

分別にご協力を

最近、燃えるごみや資源物の中に異物が混入している事例が多く見受けられます。

資源物を処理する過程で、混入した異物を取り除く作業を効率的に行い、また、危険物の混入による収集・処理時の事故を防ぐため、正しい分別にご協力をお願いします。

分け方・出し方の注意点

缶・金属類

- 「金属類」には、白熱電球・小型電化製品・複合素材の物などを含みます
- 長い辺が60㎝未満の物（収集車が回収できる物）に限ります
- 異物の混入が特に目立つ品目ですので、出す前にしっかりと確認してください

資源びん

- 「ガラス・くずびん類」との分別を徹底してください
- 農薬などの薬品を入れて再利用したびんは、「缶・金属類」に出してください

紙・布類

- お菓子の紙箱・ティッシュペーパーの箱など、紙マーク（右図参照）のある物は、「紙類」として出してください
- 窓付き封筒のビニール・内側がアルミ加工された飲料用紙パック・ラミネート加工紙などは、「燃えるごみ」として出してください
- カーペット・布団・ぬいぐるみなどは、「燃えるごみ」として出してください

紙

ペットボトル プラスチック製容器包装

- 同じようなボトル類でも、素材によって「ペットボトル」や「プラスチック製容器包装」など出し方が異なりますので、識別マーク（左図参照）をご確認ください

1 PET
「ペットボトル」へ

プラ
「プラスチック製容器包装」へ

ガラス・くずびん類

- 「ガラス・くずびん類」に出せるのは、ガラス食器・板ガラスなどのガラスのみでできている製品です
- クリスタルガラス製品は「缶・金属類」です

陶磁器類

- 「ガラス・くずびん類」が混入しないようにしてください

※資源物を袋などに入れたまま回収容器に入れないでください。

※資源拠点ステーションでは、地域の回収日以外の日に、さまざまな種類の資源物を一度に出せて便利です。ぜひ、利用してください。

資源拠点ステーション

公共施設で回収している資源物

次の資源物は、市内各所の公共施設や資源拠点ステーションで取り扱います。

※施設によって取り扱う資源物が異なりますので、詳しくは清掃課へ問い合わせてください。

てんぷら油

- 植物性食用油以外の物は回収容器に入れないでください

乾電池

- ボタン電池などを含みます

蛍光管

- 水銀入り体温計を含みます

※詳しくは、「伊勢市（23年度版）ごみの分け方・出し方」をご覧ください。

いせ市民活動センター

パルティいせ情報

No.43

いせ市民活動センター（☎⑳4385）

いせ市民活動センター
指定管理委託料（平成24年度）
1235万2千円
利用人数（平成23年度）
6万3419人

明けましておめでとうございます。

新たな年を迎え、いせ市民活動センターでも、さまざまな取り組みについて、さらに磨きを掛けて運営していきたいと考えています。

本年も、これまでと同様、よろしくお願いします。

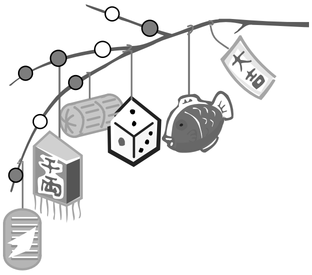
さて、市民活動やNPOにとって大切なことは、目的(ミッション)であるとよく言われます。

「目的」という言葉は、文字通り、的を目指すということです。ということは、「目標」という言葉は、目指すべきところ(目的)に向かうための標（しるべ）を指すのではないでしょうか。

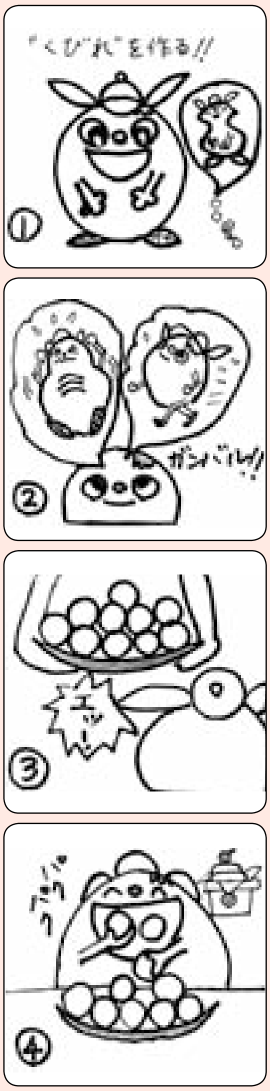
いせ市民活動センターの目的は、市民活動団体やNPOの活性化により、市民の交流が活発になり、福祉が増進され、まちが豊かになることです。

その目的を実現するため、年度ごとに行う一つ一つの事業が目標となります。

いくつもの目標を達成して成果を出していくことで、最終的に目的を達成できる(または目的達成に近づく)のです。



パルティ4コマ劇場



① パルティ、今年の目標は？ ダイエットに挑戦します。

② 「ジョギング」や「筋トレ」で体を鍛えて…と。

③ おまんじゅうを持ってきたけれど、どうしよう！

④ ダイエットは来年からにするよ…。

NPO・ボランティア　ただいま活躍中！

外宮参道発展会

会長　山本武士（☎㉘4933）

外宮参道発展会は、伊勢市駅から外宮までの約400メートルの外宮参道で店を経営している人、またはそこに住んでいる人たち55人で構成されています。

「私たちの宝は外宮さん」であり、その外宮にふさわしいまちにし、また外宮をより多くの人に知ってもらい、親しみを持っていただくように、微力ながら活動しています。

外宮で毎日行われている「日別朝夕大御饌祭（ひごとあさゆうおおみけさい）」に対し毎日献灯を掲げ、通行する人たちに気持ち良く感じていただくために、花や草木の手入れ、道路清掃などをしています。また、より深い参拝につながるよう、観光交流拠点「伊勢菊一（きくいち）」での案内や、古事記の神話を基にした神話占いを設置しています。

このほか、地元の子どもたちに外宮のことを知ってもらう「外宮さんちびっこ博士グランプリ」や、8月1日と大みそかの夜にはろうそくの明かり事業、着物で御神楽（おかぐら）を上げる「外宮さん参り」、祝日以外にも神宮の重要な祭りの際に国旗を掲揚するなど、小さなことばかりですが、どれも継続事業となっています。

これからも「外宮さんにほほ笑んでいただけるまち」を目指していきますので、応援をよろしくお願いします。

トピアだより

生涯学習センターいせトピア（☎㉑0900）

今月号では、いせトピアで活動しているサークルの紹介と、いせトピア新春まつりについてお知らせします。

まな坊

指定管理委託料（平成24年度）
7800万円
利用者数（平成23年度）
約18万2千人

みえ アロハ フラ

（いせトピア特派員　岡田満）

「みえアロハフラ」の講師・中世古和代さんは、生涯学習の一環として、フラダンスの普及活動を津市で3年間、伊勢市で15年間、熱心に取り組んできました。また、生涯学習の出前講座として、福祉健康センターで行われている、60歳以上の人が対象の「はつらつ教室」や四郷・北浜地区のコミュニティセンターでも指導をしています。

現在、いせトピアで活動している「みえアロハフラ」は、ハイビカス・ティアレ・ヒナノという名の3つのグループに分かれており、会員数は全体で100人を超えるそうです。

会員の皆さんの目標は、年に何度かあるフラダンスの発表会に積極的に参加することです。各グループは、伊勢市民芸能祭や市民ダンスフェスティバル、そして、いせトピアで開催される生涯学習フェスティバルにおいて、会員相互の親睦を図っています。

フラダンスの良いところは、年を取っていても簡単に始められ、無理なく続けられることだそうです。

同会の代表である古布啓子さんは、「フラダンスをするようになって、自分がきれいになったような気がします」と言います。その訳は、「人前で踊ることが、常に自分自身の身だしなみに注意を払うことになるから」だそうです。普段歩くときの姿勢や動作の一つ一つにとても気を配っているのでしょうね。

今年7年目の奥田美枝子さんは、観光文化会館で行われる市民芸能祭に初めて参加したとき、「私のような素人が大きな舞台で踊れた！」と感じ、とても良い思い出となっているそうです。また、「今まで続けてこられたのは、先生が私たちの体力に合うよう、振り付けを柔軟に考えてくださるからです。たとえばクルッと1回転しなければならないときでも、目が回らないよう半回転ずつの振り付けに変更してくれるなど、本当に助かっています。こういうきめ細かい指導があってこそ、年齢を重ねても毎年続けてこられたのだと思いますよ」とのことでした。

また、5年目の矢田寿美子さんは、「毎日がとても楽しいですね。なぜなら、家でも鏡の前で練習するのですが、ゆったりとした音楽を聴くだけでも癒やされるし、もともと姿勢が良くなかった私ですが、こうして練習することによって普段から姿勢に気を付けるようになりました」と、本当にうれしそうに語ってくれました。

取材日は、いせトピアの多目的ホールに20人が集まり、柔軟体操や基本ステップを順番に練習していました。中世古先生のきびきびとした号令のもと、全員がにこやかな笑顔で楽しそうに踊っている姿がとても印象的でした。まさに生涯学習の真髄を見せていただいたように思います。

私たちも、一つで良いので、いくつになっても続けていられるものを持ちたいものですね。

いせトピア 新春まつり

1月6日(日) 午前10時～午後3時 入場無料

※一部材料費が必要なコーナーがあります。

1階

10:00～10:20
オープニングイベント
- 小俣離宮院太鼓

10:30～11:30、13:30～14:30
- 子どもピアニスト体験

10:30～11:30、12:30～15:00
- ごみ分別クイズ

11:30～12:30
- もちつき大会(※)

13:00～15:00
- 綿菓子(先着150人)

13:00～(無くなり次第終了)
- 災害時炊き出し訓練(※)

13:30～14:30
- 大かるた大会

※もちつき大会と炊き出し訓練は、ごみ減量のため、箸と皿・おわんを持参してください。

2階

10:30～11:30、12:30～15:00
- さおり織り体験
- 那智黒石の加工

10:30～11:30、13:00～15:00
- 写真シール作り
- 伝統工芸 組みひも体験
- 茶道体験
- ウッドアート
- 紙こま作り
- でんでん太鼓
- 花の首飾り
- 飾りたこ
- 積んであそぼう
- スタンプラリー

3階

10:30～11:30、13:00～15:00
- ぬりえコーナー
- 子ども講座の作品展示
- ゲームコーナー
- マジック体験

・各コーナーの参加者には体験済みスタンプを押し、スタンプ3つ以上で、ポップコーンがもらえます（先着 300人）
・工作などは材料が無くなり次第、終了します

ケーブルテレビ番組案内

伊勢市行政チャンネル（デジタル 123ch）

広報広聴課（☎㉑ 5515）
番組制作・放送予算額〔平成 24 年度〕 2,393 万 5 千円

特集番組

市の重要課題や市政に関する情報を、リポーターの進行により担当職員の解説を交えながらお伝えします。

1/1 ～ 31 市長インタビュー（16 日からは文字解説付き）

放送時間 午前 6 時・8 時・11 時・午後 1 時・4 時・6 時・9 時・11 時～

おしらせ番組

各課からのお知らせや市民活動団体・ボランティア団体の情報などをお伝えします。（毎週土曜日更新）

放送時間 午前 7 時・9 時・正午・午後 2 時・5 時・7 時・10 時・翌日午前 0 時～

アイティービーコミュニティチャンネル（デジタル 121ch）

㈱アイティービー（☎ 0120・270・089）

アイティービー・トピックス

- 月曜日・水曜日・金曜日の午前 7 時に更新し、奇数時間の 0 分から放送します。

※毎週日曜日は 1 週間のニュースをまとめてお伝えします。

企画番組（内容が更新される週を掲載しています）

1/5 ～ 11 年寄万歳～百歳になったら～、プレゼントください！、宮川インフォメーション、横井三千のお店に Go！、Z － NAVIGATION **1/12 ～ 18** ぐるぐるグルメ、放課後クラブ、ナナちゃんのお店紹介、この店行っとこ！ **1/19 ～ 25** 8 ミリフィルムに残る風景、伊勢音楽堂、もっと！水の惑星紀行、桂三弥と愉快な仲間のメッチャあそびより **1/26 ～ 2/1** 美し国の時間、日本の暮らしのぞき箱、歴史街道、近場ぐるっとハンター

シリーズ 考えよう！

公共施設について

情報調査室（☎㉑5548）

公共施設の維持・更新が問題になっています

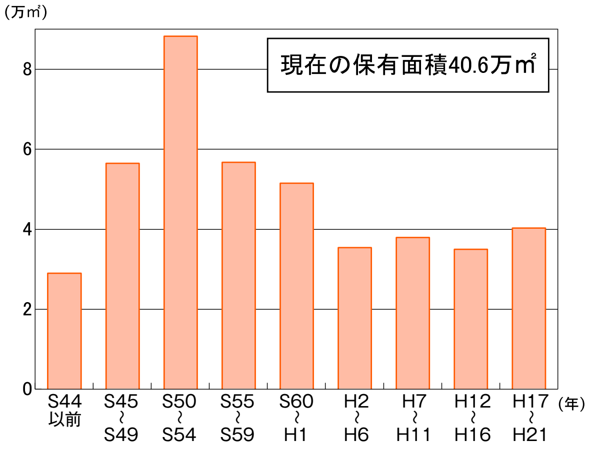
市は、さまざまな市民ニーズに対応するため、高度経済成長期以降、これまでに小・中学校や集会施設、公営住宅など多くの施設を整備してきました。

これらの施設は「公共施設」として、学習の場、交流の場、生活の場、手続きを行う場など、市民の皆さんの生活を支える大切な役割を担っています。

市が保有する公共施設の建築年別整備状況

現在、市が保有する公共施設を建築年別に分け、その床面積を合計したグラフです。

現存する公共施設の多くが昭和40〜50年代に建てられたことが分かります。



伊勢まるごと

博物館だより⑨

文化振興課内・伊勢まるごと博物館ネットワーク会議事務局（☎㉒7885）

今回は、「伊藤小坡美術館」の森本孝さんからの情報です。

猿田彦神社の西側にある牛谷坂を登って行くと左側に見える土蔵のような建物が伊藤小坡美術館です。梅や桜、紅葉など、四季ごとに姿を変化させる木々に囲まれています。

同館は、本格的な美術館活動を展開する美術館として、平成23年4月にリニューアルオープンしました。ロビーを展示室に改修し、展示点数を約2倍にし、さらに、年４回の展示替えを行い、四季折々の風情あふれる作品を鑑賞していただけるようになりました。新設した学習室では、映像をご覧いただいたり、図書を自由に閲覧していただいたりすることができます。

このほか、月1回美術講座を開催し、参加者から好評をいただいています。また、月2回の土曜日には、「なんでも相談タイム」を開設し、美術に関わる質問にお答えしています。

伊藤小坡は、明治10年、猿田彦神社の宮司の娘として生まれ、幼い頃から古事記・日本書紀・源氏物語などの古典に親しみ、郷土の画家・磯部百鱗に絵の手ほどきを受け、京都に出て森川曽文、のちに谷口香嶠に師事して、京都を代表する画家として活躍しました。

特に昭和3年、竹内栖鳳に師事してからは、爽やかで美しい美人画をたくさん描いています。

1月4日(金)〜3月17日(日) 新春(冬)の常設展

伊藤小坡の代表作である「烈女形名の妻」、「平家大宰府落」、「秋好中宮図」、「伊賀のつぼね」、「幻想」、「乳人浅岡」とともに、新春の雰囲気あふれる小坡の「萬歳楽」、「紅梅」などの作品を展示します。

さらに、さまざまな画家が、猿田彦大神を中心に神々を描いた作品も展示します。

伊賀のつぼね

伊藤小坡美術館

所在地	宇治浦田2丁目4-65
電話番号	㉒2554
開館時間	9:30〜16:00
休館日	月曜日（祝日の場合はその翌日）
入館料	一般 300円 大学生・高校生 200円 小・中学生 100円

しかし、その多くが老朽化し、間もなく更新の時期を迎えることから、その維持・更新のための費用が自治体にとって大きな負担となることが予想されます。
　このようなことから、公共施設が、これからの人口減少やニーズにどのように対応していくかについて、伊勢市だけでなく全国的な課題になっています。

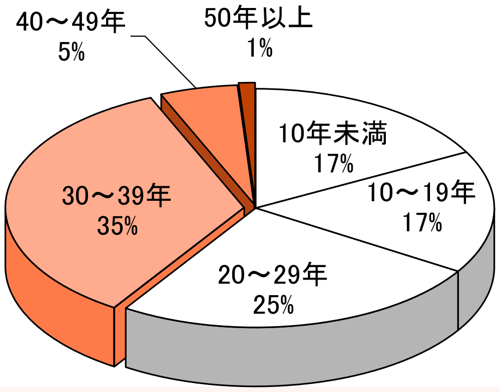
　そこで、施設の在り方について考える第一歩として、市が保有する施設の全体像を〝見える化〟した「伊勢市公共施設マネジメント白書」を発行しました。
　このシリーズでは、今後、公共施設の課題・問題について、分かりやすくお知らせしていきます。

　白書は、伊勢図書館・小俣図書館などや市のホームページでご覧いただけます。また、情報調査室(市役所本館・2階)で販売しています。

規格／A４判・290ページ
金額／2,300円

建築後の経過年数

　現在保有する公共施設の建築後の経過年数を、床面積の割合でまとめたグラフです。4割以上が30年以上を経過しています。



図書館へ行こう!

時とき　所ところ　対対象　内内容　定定員　料料金　申申し込み

伊勢図書館　☎㉑0077・FAX㉑0078
休館日　毎週水曜日、第２金曜日
12月29日(土)～１月４日(金)

小俣図書館　☎㉙3900・FAX㉙3902
休館日　毎週火曜日、第２金曜日
12月29日(土)～１月４日(金)

開館時間　午前９時～午後７時

指定管理委託料　１億2,060万円(平成24年度)
入館者数　49万4,984人(平成23年度)

伊勢図書館

おはなし会
時 毎週土曜日、午後２時30分～
所 １階・おはなしコーナー
内 絵本や紙芝居などの読み聞かせ

あかちゃんえほんのじかん
時 １月24日(木)、午前11時～
所 ２階・視聴覚室
内 赤ちゃん絵本の紹介や読み聞かせ、手遊びなど

上映会
時 １月13日(日)、午後１時30分～
所 ２階・視聴覚室
内 「アヒルと鴨のコインロッカー」(110分)

図書館司書の製本教室
時 ２月３日(日)、午後1時30分～
所 ２階・視聴覚室
対 中学生以上
内 本のつくりを学びながら、小さいノートの製本をします
定 15人(先着順)
申 １月19日(土)から、直接・電話・ファクスで同館へ

小俣図書館

おはなし会
- 赤ちゃんおはなし会　１月10日(木)、午前11時～
- たんぽぽおはなし会　１月12日(土)、午後3時～
- ピッポの会・紙芝居　１月20日(日)、午前11時～

※場所は、１階・おはなしのへやです。

上映会
時 １月19日(土)、午後２時～
所 ２階・視聴覚室
内 世界名作劇場「母をたずねて三千里」〔完結版〕(アニメ、90分)

図書館おはなし会＆工作
時 １月26日(土)、午後３時～
所 １階・おはなしのへや
対 ３歳～小学生(就学前の子どもは保護者同伴)
内 おはなしを読んだ後、節分にちなんだ工作をします

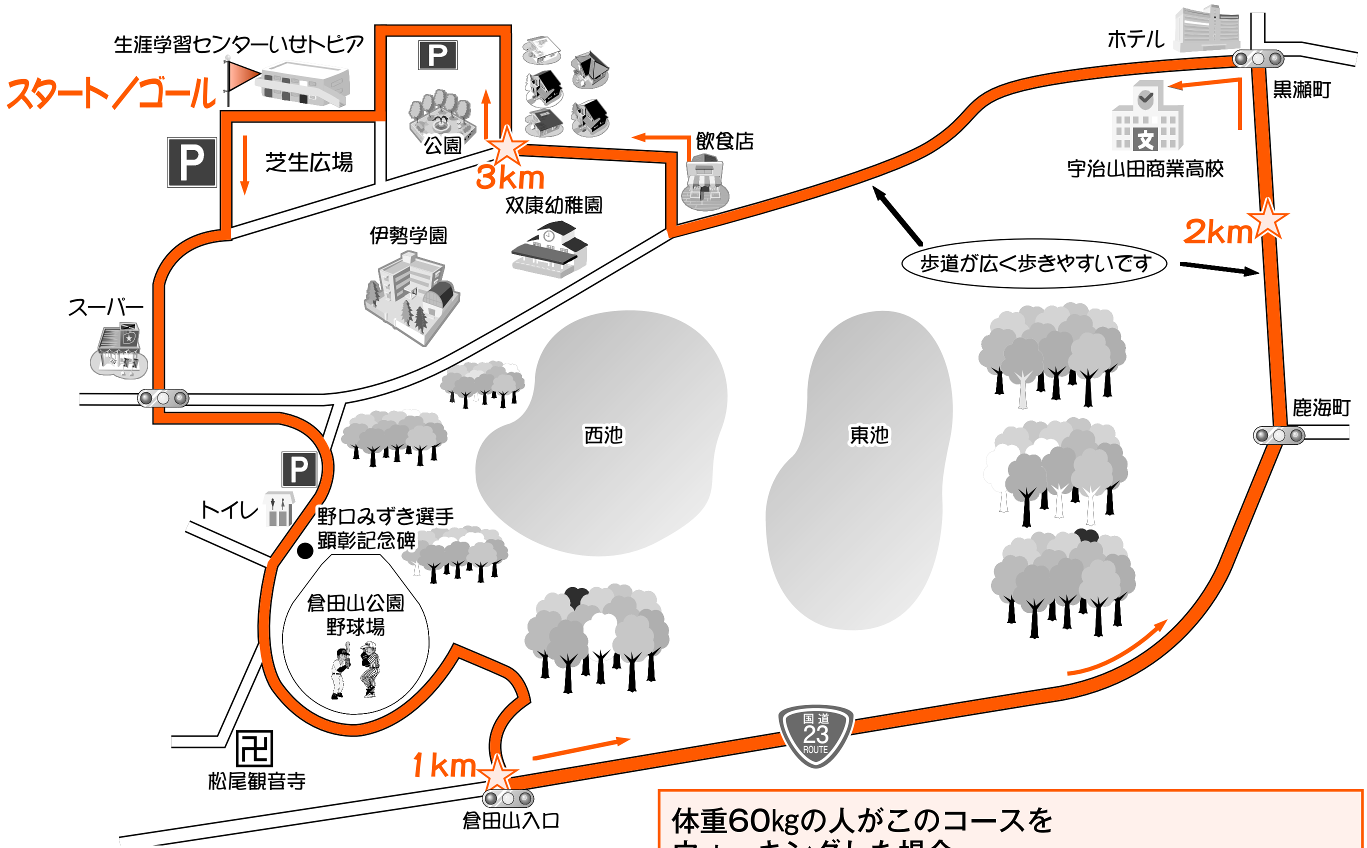
へーびっくりカルタ大会
時 １月14日(祝)、午後２時～
所 ２階・会議室
対 小学生
内 みんなから募集したカルタを使って、ゲームをします
※事前申し込みは不要です。

市内のウォーキングコースを紹介⑩

伊勢のまちを楽しくウォーキング

～野口みずき金メダルロード周辺コース～

健康課（☎㉗2435）



ウォーキングルート情報

■距　離：約3.4km
■時　間：約45分
■歩　数：約5,000歩
■心拍数：約110拍／分（最大心拍数の約55～60％）
■起　伏：緩やかに有り
■エネルギー消費量：体重１kg当たり約4.0kcal
■自覚的運動強度：楽である
■特　徴：広い歩道、倉田山公園横断

体重60kgの人がこのコースをウォーキングした場合

エネルギー消費量240kcal

おにぎり**約1.5個分**が消費されたことになります
（おにぎり１個〔100g・具なし〕168kcalで換算）

他のコースは、市のホームページ「くらしのガイド」－「健康」に掲載しています。

「おすすめウォーキングマップ」（平成24年3月発行）を健康課（福祉健康センター内）で配布しています。ぜひご活用ください。

ウォーキングの主な健康効果

・老化防止
　歩くことで足の筋肉が活発に働き、大脳が刺激されます。その刺激により脳細胞が活性化し、老化を遅らせ、若さを持続させます。

・肥満防止
　多くの酸素を体内に取り入れ、効率良く体脂肪を燃焼させることができるため、肥満を防止します。また、減量にも効果的です。

・ストレス解消
　歩くことにより自律神経のバランスが整えられます。また、屋外を歩き景色を眺めることで、気分的なリフレッシュ効果が得られます。

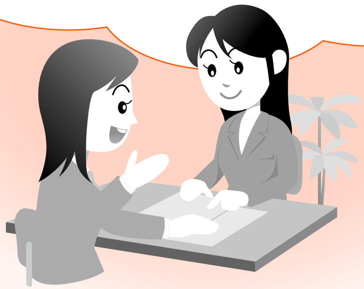
・生活習慣病予防
　血中脂質・血糖値などが改善されます。

・骨粗しょう症対策
　歩くことにより無理なく骨に刺激が加わり、骨が強化されるとともに骨の老化を防ぐことができます。

シリーズ消費生活

教えて相談員さん!!

伊勢市消費生活センター（☎㉑5717）



クイズ

Q１.生活知識

2009年の薬事法改正により、コンビニエンスストアなどでも、登録販売者を配置すれば、一般用医薬品の販売ができるようになりました。しかし、全ての一般用医薬品を販売できるわけではありません。登録販売者が販売できない物はどれでしょう。

①第１類医薬品　②第２類医薬品
③第３類医薬品

Q２.契約関係

店で物を購入するのは、売買契約に当たります。では、ガスや電気を使うために行う契約を何というでしょう。

①賃貸借契約　②供給契約
③旅客運送契約　④贈与契約

クイズの答え

Q１の正解は①

解説　薬を販売する専門家には、薬剤師と登録販売者があります。登録販売者は、2009年の薬事法改正の際に新設された資格で、都道府県が行う試験に合格し、登録されることになっています。

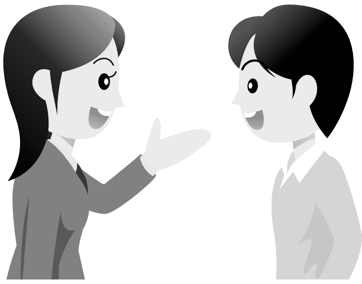
一般用医薬品は、安全上のリスク（危険度）の程度により第１～３類に分類されています。最もリスクのある第１類医薬品については薬剤師が、第２・３類医薬品については薬剤師または登録販売者が販売できます。

適切な薬を選ぶため、薬を選ぶ際は、薬剤師・登録販売者への相談をお勧めします。

Q２の正解は②

解説　①賃貸借契約は、賃料を支払って車や土地・建物などを借り、これらを利用する契約です。③旅客運送契約は、運賃を支払って電車やバスなどに乗る契約で、通常は乗車券の売買により成立します。④贈与契約は、財産などを「無償であげます」「もらいます」の合意で成立します。

契約というと通常、契約書や署名・押印を連想しますが、契約は原則として口約束でも成立します。契約とは、法律でルールが決められている約束ですから守らなければなりません。一度契約すると簡単には解約できません。契約はよく考えて慎重に行いましょう。



伊勢市消費生活センター予算額〔平成24年度〕　797万7千円（うち県補助金556万8千円）

広告

畳・ふすま・障子・クロス・カーテン・内装のことなら藤原屋へ！
創業大正七年 地元で90余年
お宅の畳は大丈夫ですか？
お宅の畳は傷んでいませんか？
藤原屋は生産地（熊本県）に出向き「国産の安全・安心な畳」をお届けします。
藤原屋
<本店> 伊勢市河崎 3-6-5
<工場・ショールーム> 伊勢市村松町 1379-59
TEL(0596)38-1173
FAX(0596)38-1170
お気軽にお電話ください！
フリーダイヤル 0120(28)4531
藤原屋ホームページ http://fujiwaraya-ise.jp
伊勢の畳屋 検索

弁護士法人心
企業法務・過払金・借金・交通事故
相続・遺言・労働・不動産・刑事他
相談料0円（過払金・借金 交通事故被害以外は初回30分程度）夜間・土日相談可（要予約）
弁護士
西尾有司<三重>　荒川陽香<愛知県>　古田裕佳<岐阜県>
森田清則<愛知県>　田中三貴<三重>　赤田光晴<愛知県>
稲田ますみ<三重>　長谷川睦<愛知県>　斎藤美淳<三重>
陶山智洋<岐阜県>　川戸雄介<三重>　里雅仁<愛知県>
寺井渉<三重>　岩橋毅彦<愛知県>　石井浩一<岐阜県>
★受任の際には弁護士の直接面談が必要です　※<　>内は弁護士会名です
過払金 無料診断 サービス実施中
交通事故 損害賠償額 無料診断 サービス実施中
松阪駅法律事務所<三重> 松阪駅 1分 松阪市京町508-1 101ビル
津駅法律事務所<三重> 津駅 0.5分 津市羽所町345 津駅前第一ビル
名古屋駅法律事務所<愛知県> 名古屋駅 3分
豊田市駅法律事務所<愛知県> 豊田市駅 3分
岐阜駅法律事務所<岐阜県> 岐阜駅 3分
総合受付
受付時間：平日9時～22時
よいにしおさん 0120-41-2403
(052) 485-6003
info@kokoro.la
http://kokoro.la

～みんな笑顔　伊勢の元気人～
健康づくり通信

申し込み・問い合わせ（午前8時30分～）
健康課（八日市場町・福祉健康センター内）
（☎㉗2435、FAX㉑0683）〔参加費などの記載のないものは無料〕

予算額は、すべて平成24年度分です。

不妊治療医療費を助成

対象治療　医師が必要と認めた一般不妊治療または特定不妊治療

要件
- 法律上の夫婦である
- 治療を受けた人が、治療期間および申請日に市内に住所を有する

※所得要件はありません。

助成内容　不妊治療医療費の自己負担額と、申請に必要な証明書作成費用の合計金額（三重県特定不妊治療費助成事業の助成を受けている場合はその助成額を差し引く）の2分の1（限度額は1年度につき10万円）

※1年度につき1回のみ、通算5回までを限度とします。

申請方法　平成24年度分の申請は、平成25年3月29日(金)までに、次の物を持参し健康課へ
- 伊勢市不妊治療医療費助成金交付申請書
- 伊勢市不妊治療医療費にかかる医療機関等証明書
- 夫婦の保険証
- 医療機関などが発行した領収書（原本）
- 印鑑
- 振込先となる申請者名義の預金通帳
- 三重県特定不妊治療費助成事業決定通知書（交付を受けた人のみ）

※3月30日(土)・31日(日)に受診予定の人はご連絡ください。
※申請書などは同課にあります。また、市のホームページからダウンロードできます。

予算額　1000万円（うち県補助金50万円）

離乳食教室

とき　①1月18日(金)・②21日(月)、午前10時30分～正午
ところ　①中央保健センター、②小俣保健センター
対象　市内在住の乳児（①生後6カ月まで、②生後7～11カ月）の保護者
内容　離乳食（①初期～中期、②後期～完了期）のお話と試食
定員　①30人、②25人（いずれも先着順）
申し込み　1月4日(金)から、電話またはFAXで健康課へ

予算額　34万2千円（16回分）

ヘルスメイト料理講習会

とき・ところ・定員　左表のとおり
対象　市内在住の人
テーマ　カルシウムたっぷり料理
参加費　300円（当日持参）
持ち物　エプロン、三角巾、米1/2カップ
申し込み　電話またはFAXで健康課へ

ヘルスメイト料理講習会

とき	ところ	定員（先着順）
1月15日(火)	小俣保健センター	35人
1月19日(土)	福祉健康センター	30人
1月24日(木)	福祉健康センター	30人
1月25日(金)	ハートプラザみその	30人
	三津コミュニティセンター	20人

※いずれも時間は、午前9時30分～午後1時です。

予算額　30万円（60回分）

乳がん・子宮がん集団検診再募集

左表のとおり、定員に満たなかった日程の再募集を行います。
※申し込み方法など詳しくは、「広報いせ」12月1日号をご覧ください。

乳がん・子宮がん集団検診の再募集

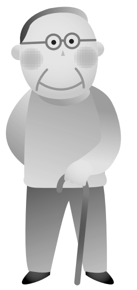
検診日	検診場所	募集数（先着順）乳がん 午前	乳がん 午後	子宮がん 午後
1月17日(木)	ハートプラザみその	5人	–	–
1月21日(月)	中央保健センター	12人	–	–
2月 4日(月)	中央保健センター	34人	–	–
2月18日(月)	小俣保健センター	13人	–	–
2月25日(月)	中央保健センター	38人	–	–
3月 1日(金)	二見老人福祉センター	30人	4人	8人
3月 4日(月)	中央保健センター	39人	–	14人

午前…午前10時～11時、午後…午後1時～2時30分

認知症を楽しく予防 脳活性化教室（2日間コース）

認知症の中には、毎日の生活を改善することで、予防したり進行を防いだりできるものもあります。
　脳を生き生きさせるこつを学びましょう。

とき　2月1日㈮・7日㈭、午後1時30分～3時30分
ところ　中央保健センター
対象　市内在住の65歳以上で受講経験がない人（受講経験がある人でも認知症の心配がある人は、相談に応じます）
内容　認知症予防のための生活チェック、脳のイキイキ度チェック（浜松二段階方式）、脳刺激体験など
定員　25人（先着順）
持ち物　眼鏡（必要な人）
申し込み　電話またはFAXで健康課へ
予算額　8万5千円（3回分）



休日・夜間応急診療所（八日市場町）

	診療時間	診療科目
休日	日曜日・祝日・12/31 ～ 1/3 10:00 ～ 12:00 13:00 ～ 17:00	内科・小児科・歯科
夜間	毎日 19:30 ～ 22:00	内科・小児科 （平日夜間は内科のみ）

内科・小児科（☎㉕ 8795）、歯科（☎㉗ 0829）

■左表以外の診察
救急医療情報センター
（☎㉘ 1199、☎ 0800-100-1199〔音声自動案内〕）
医療ネットみえのホームページ
http://www.qq.pref.mie.lg.jp/
■子どもの急な病気や事故・薬に関する小児科医師による電話相談
相談時間　毎日、19:30 ～ 23:30
電話番号　みえ子ども医療ダイヤル
（☎＃ 8000、☎ 059-232-9955）

予算額　1億885万2千円（うち他町分担金・診療所収入9,541万円）

主な相談など

とき		ところ
①子育て相談		
1月　8日㈫	9:30 ～ 11:00	中央保健センター
	13:30 ～ 15:00	
1月 11日㈮	10:00 ～ 11:30	四郷地区コミュニティセンター
1月 15日㈫	9:30 ～ 11:00	ハートプラザみその
	13:30 ～ 15:00	
1月 18日㈮	10:00 ～ 11:30	城田地区コミュニティセンター
1月 22日㈫	9:30 ～ 11:00	小俣保健センター
	13:30 ～ 15:00	

とき		ところ
②成人健康相談・成人栄養相談（成人栄養相談は要予約）		
1月　9日㈬	9:30 ～ 11:00	小俣保健センター
1月 10日㈭	13:30 ～ 15:00	ハートプラザみその
1月 17日㈭	13:30 ～ 15:00	中央保健センター
1月 23日㈬	9:30 ～ 11:00	二見老人福祉センター
③エイズ検査		
毎週火曜日	9:00 ～ 11:00	伊勢保健福祉事務所（県伊勢庁舎内）
毎月第2火曜日	17:30 ～ 19:00	
④こころの健康相談（要予約）		
1月 24日㈭	13:00 ～ 15:00	県志摩庁舎

対象　①②市内在住の人、③④県内在住の人
問い合わせ　①②健康課（☎㉗ 2435）、③④伊勢保健福祉事務所（☎㉗ 5148）

予算額　子育て相談（102回分）178万8千円、成人健康相談（48回分）102万9千円〔うち国・県補助金32万2千円〕

広告

情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料

募集

市役所総合案内有償ボランティア団体を募集

管財契約課(☎㉑5526)

　市では、市役所が分かりやすく親しみやすいものとなるよう、市役所本館・1階ロビーに総合案内を設置しています。
　平成25年度も、市民目線で親しみやすく、より良い総合案内にしていくために、次のとおりボランティア団体を募集します。

活動日時　4月1日～平成26年3月31日の市役所開庁日、午前8時30分～午後5時15分

活動内容　問い合わせに応じて各課への案内を行う

募集期間　1月7日(月)～28日(月)

※詳しくは、同課へ問い合わせるか、市のホームページをご覧ください。

保健福祉会館管理業務有償ボランティア団体を募集

小俣総合支所生活福祉課(☎㉒7862)

　市民の皆さんの明るく生きがいのある生活を推進するため、小俣町内に保健福祉会館を設置しています。
　利用申請の受け付けや、施設の管理運営をしていただくボランティア団体などを施設ごとに募集します。

対象施設　本町・元町・明野・宮前・湯田の各保健福祉会館

活動日時　4月1日～平成26年3月31日の施設開館日、午前9時～午後5時

活動内容　施設利用の申請受け付け、施設の清掃・管理など

募集期間　1月7日(月)～28日(月)

※詳しくは、同課へ問い合わせてください。

第2次伊勢市子ども読書活動推進計画(案)への意見を募集

生涯学習・スポーツ課(☎㉒7886)

　子どもが自ら進んで本を手に取り、読書を楽しく充実したものと感じ、生涯にわたる読書習慣を身に付けることができるよう、「第2次伊勢市子ども読書活動推進計画」の策定を進めています。
　このたび、計画案がまとまりましたので、次のとおり意見を募集します。

募集期間　12月21日(金)～1月21日(月)(必着)

提出方法　住所・氏名・電話番号・意見を記入(様式は自由)し、直接または郵送・ファクス・Eメールで同課(〒519-0592 小俣町元町540、FAX㉓8641、アドレスkyo-syougai@city.ise.mie.jp)へ

案の閲覧　計画案は、意見募集の期間中、同課、総務課、市役所本館・1階市民ホール、各総合支所地域振興課、各支所、伊勢図書館、小俣図書館、生涯学習センターいせトピア、二見生涯学習センター、いせ市民活動センターでご覧いただけます。また、市のホームページにも掲載します。

広告

「広々としたお風呂とサウナで日頃の疲れを癒しませんか？また、イベント風呂では様々な薬湯をお楽しみいただけます。」

営業時間／朝6:00～深夜3:00

松阪市朝田町18
☎0598-52-6336

寝起きの悪い方へ

敷ふとんを買い替えてから、
朝起きやすくなったお客様がヒラマツには沢山いらっしゃいます。そのきっかけはこの広告を見てから。まずはご来店を…そして体験を！
お試しの為の貸し出しやってます。

未来が変わる。日本が変える。 チャレンジ25
www.challenge25.go.jp

ヒラマツ
RELAXATION NIGHT LIFE
SINCE1900
伊勢市宮町1丁目9-19 0120-23-3591

第2次伊勢市食育推進計画（案）への意見を募集

学校教育課（☎㉒7882）

市では、平成21年3月に「伊勢市食育推進計画」を策定し、食育に関する活動や普及啓発を行ってきました。この計画の計画期間が平成24年度で終了するため、第2次計画の策定を進めています。

このたび、計画案がまとまりましたので、次のとおり意見を募集します。

募集期間 12月21日(金)～1月21日(月)（必着）

提出方法 住所・氏名・電話番号・意見を記入（様式は自由）し、直接または郵送・ファクス・Eメールで健康課・こども課・商工労政課・農林水産課・学校教育課のいずれかへ

※意見提出先の所在地・ファクス番号・アドレスは、計画案の閲覧場所でご確認ください。

案の閲覧

計画案は、意見募集の期間中、健康課（中央保健センター）、こども課、商工労政課、農林水産課、学校教育課、市役所本館・1階市民ホール、各総合支所地域振興課、各支所、伊勢図書館、小俣図書館、生涯学習センターいせトピア、二見生涯学習センター、各市立小・中学校、各幼稚園、各保育所、小俣保健センターでご覧いただけます。また、市のホームページにも掲載します。

平成25年4月入学 放送大学学生を募集

放送大学三重学習センター（☎059・233・1170）

放送大学は、テレビやインターネットなどを通じて授業を行う通信制大学です。

「働きながら学んで大学を卒業したい」「学びを楽しみたい」など、さまざまな目的で、幅広い世代・職業の人たちが学んでいます。

出願期間 2月28日(木)まで

※資料が必要な人は、同センターへ連絡するか、放送大学のホームページ（http://www.ouj.ac.jp/）をご覧ください。

試験

消防設備士試験

消防本部予防課（☎㉕1268）

試験種類
- 甲種…特・1・2・3・4・5類
- 乙種…1・2・3・4・5・6・7類

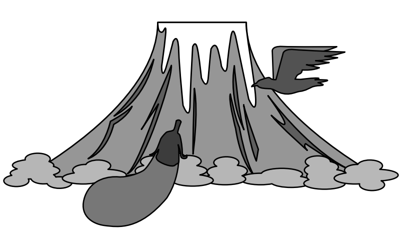
試験日 3月3日(日)

試験場所 三重大学

申込期間 1月10日(木)～21日(月)（電子申請の場合は1月7日(月)～18日(金)）

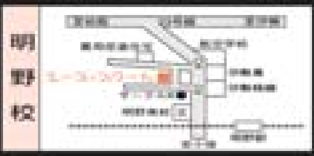
申し込み・問い合わせ先 (財)消防試験研究センター三重県支部（☎059・226・8930）

※受験願書は、各消防本部・各消防署・各県民センター・(財)消防試験研究センター三重県支部にあります。



広告

◆伊勢やすらぎ公園「もくせい2」好評発売中
①すべて東向き ②通路が自然土舗装
③やすらぎ公園のどまん中（4つの駐車場に近い）
④2㎡ 23万円より ⑤建墓期間制限無し
お問い合わせ（☎28-5390）中村石材店
伊勢市上地町2691-48伊勢問屋センター内

小学生から5教科を指導する本格的な塾！
school
エース・スクール
明野校

伊勢校

馬瀬校

TEL 0596・27・0236(代)

松阪高等学校通信制課程入試

松阪高等学校(☎0598・30・5300)

試験日 3月12日(火)
試験場所 松阪高等学校
試験内容 面接・作文
出願期間 2月22日(金)～27日(水)

※2月3日(日)・午後2時～3時30分に、学校説明会を開催します。(1週間前までに電話予約が必要)

催し物

世界の料理パーティー(タイ編)

市民交流課内・伊勢市国際交流協会事務局(☎㉑5549)

とき 1月20日(日)、午前10時～午後2時
ところ 福祉健康センター
講師 ワッタイさん(タイ出身、現在は市内在住)
定員 24人(先着順)
参加費 1200円(同協会会員は800円)
持ち物 エプロン、布巾、筆記用具
申し込み 1月9日(水)～17日(木)に、同事務局へ

※メニューなど詳しくは、同事務局へ問い合わせてください。

伊勢再発見!博物館へ行こう!!④

教育総務課内・伊勢市まちづくり市民会議第2分科会(人権・教育・文化)事務局(☎㉒7876)

伊勢市の魅力を再発見していただくため、次のとおり施設見学会を開催します。

とき 2月16日(土)、午前9時～午後0時30分
ところ 尾崎咢堂記念館、山田奉行所記念館、伊勢河崎商人館

※マイクロバスで移動しますので、午前9時までに市役所裏へ集合してください。

内容 各施設の担当者による展示説明
定員 25人(先着順)
申し込み 1月21日(月)～2月8日(金)に、電話で文化振興課(☎㉒7885)へ

チャリティーLIVE(ライブ)

いせ市民活動センター(☎⑳4385)

伊勢志摩地域で音楽活動を通してまちの活性化を図る地元アーティストたちが、東日本大震災復興支援のため、「チャリティーLIVE～私たちにもできること3～」を開催します。

このイベントを通じ、岩手県山田町の復興活動を応援します。

とき 1月26日(土)、午後2時～7時
ところ いせ市民活動センター北館(いせシティプラザ)・2階多目的ホール
入場料 500円

※入場料の一部は、東日本大震災復興支援プロジェクトに役立てられます。

ストレッチ無料体験教室

サンライフ伊勢(☎㉘1266)

とき・内容・定員 左表のとおり
ところ サンライフ伊勢
講師 金川久恵さん(日本FSS協会公認インストラクター、(財)日本体育協会公認スポーツ少年団認定育成員)
持ち物 運動のできる服装、ヨガマットまたはバスタオル、上履き、飲み物
申し込み 直接または電話でサンライフ伊勢へ

※両方の教室に参加することもできます。

ストレッチ無料体験教室

内容	とき	定員
子供と楽しく! FSS 親子ストレッチ	2月3日(日)・24日(日) 10:00 ～ 11:00	各30組 (先着順)
姿勢から美と健康を! 姿勢改善 FSS ストレッチ	2月6日(水)・20日(水) 19:30 ～ 20:30	各50人 (先着順)

就職面接会

伊勢公共職業安定所(☎㉗8609)
伊勢商工会議所(☎㉕5151)

とき 1月30日(水)、午後1時30分～3時30分
ところ 伊勢商工会議所・5階大ホール
対象 中・高年齢の再就職希望者、U・Iターン就職希望者、既に学校を卒業している未就職者

※事前申し込みは不要です。

お知らせ

学校の体育施設の利用

生涯学習・スポーツ課（☎㉒7891）

市では、市立小・中学校の体育施設を開放し、市民の皆さんが利用できるようにしています。

学校の体育施設の利用

施設	学校名	使用料
体育館	小俣小、明野小、御薗小、倉田山中、五十鈴中、厚生中、宮川中、港中、二見中、小俣中、御薗中	全面：1,000円/2時間 片面：500円/2時間
	上記以外の小・中学校	全面：500円/2時間
運動場	宮川中、二見中、小俣中	全面：1,000円/1時間
	御薗小	全面：500円/1時間
テニスコート	小俣中、御薗中	1コート：300円/1時間

※学校行事や市の行事が行われるときは利用できません。
※学区内にある団体を優先します。

平成25年4月～平成26年3月に施設の利用を希望する団体は、事前に登録する必要がありますので、登録申請をしてください。

申請期間　2月1日㈮～15日㈮

申請先

- 旧伊勢市の学校…各学校
- 二見町の学校…二見公民館
- 小俣町の学校…小俣総合体育館
- 御薗町の学校…御薗B&G海洋センター

使用料（照明を使用した場合のみ必要）　上表のとおり

使用料収入（平成24年度予算額）　700万円
※施設開放委託料・光熱水費などに使われます。

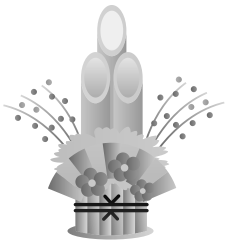
償却資産の申告をお忘れなく

課税課固定資産税係（☎㉑5533）

平成25年1月1日現在、市内に事業用の償却資産を所有している人は、1月31日㈭までに償却資産申告書を提出してください。

eLTAX（エルタックス）による電子申告

市では、eLTAX（地方税の電子申告）を導入しており、従来は紙で行っていた償却資産の申告について、自宅や事務所からインターネットを利用して手続きすることができます。
※詳しくは、eLTAXのホームページ（http://www.eltax.jp/）をご覧いただくか、サポートデスク（☎0570・081459）へ問い合わせてください。



償却資産保有状況の調査

より適正・公平な課税をするため、償却資産の保有状況について、実地調査または固定資産台帳の郵送による簡易調査を行うことがありますので、ご協力をお願いします。

償却資産とは？
会社や個人で工場・飲食店・農業・アパート経営などをしている人が、その事業のために所有している構築物・機械・器具・備品などの固定資産のことです。（例：ビニールハウス、受変電設備、アスファルト舗装、大型特殊自動車、パソコン、事務机、エアコン、厨房設備、看板など）

市有地を売却

用地課（☎㉑5562）

市が保有する下表の土地を、一般競争入札により売却します。

入札参加条件　一定の参加資格を満たす個人・法人（入札保証金が必要）

申し込み　1月28日㈪～2月1日㈮に、申込書・添付書類を直接同課へ

入札日　2月6日㈬
※入札が不調となった物件は、入札日の翌日から先着順で売却します。
※入札案内は、同課・各総合支所地域振興課にあります。また、市のホームページにも掲載します。

市有地を売却

所在地	面積	地目	最低売却価格
伊勢市宮川1丁目296番8	294.04㎡	宅地	6,410,000円
伊勢市二俣2丁目218番51	606.04㎡	宅地	25,000,000円
伊勢市二俣2丁目218番52	606.00㎡	宅地	21,500,000円

※いずれも用途地域は第一種住居地域、建ぺい率60%、容積率200%です。

国民健康保険料(税)・後期高齢者医療保険料・介護保険料

納付済み額をはがきで通知

国民健康保険料(税)について…医療保険課国民健康保険料係(☎㉑5550)
後期高齢者医療保険料について…医療保険課福祉医療係(☎㉑5552)
介護保険料について…介護保険課(☎㉑5564)

　平成24年中に支払った国民健康保険料(税)、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付済み額を、1月下旬に、はがきでお知らせします。
　市・県民税の申告と所得税の確定申告の社会保険料控除の対象になりますので、利用してください。
※はがきは、保険料ごとに別々に送付します。

予算額(平成24年度)　約547万円(印刷費・郵送料)

高額医療・高額介護の費用負担を軽減

国民健康保険について…医療保険課国民健康保険給付係(☎㉑5646)
後期高齢者医療制度について…三重県後期高齢者医療広域連合(☎059・221・6884)、医療保険課福祉医療係(☎㉑5552)
介護保険について…介護保険課(☎㉑5560)

　医療保険と介護保険の両方のサービスを利用している世帯の負担を軽減するため、自己負担限度額を超えて負担した金額を「高額医療・高額介護合算療養費」として払い戻します。

対象世帯　医療保険と介護保険の両方の自己負担をしている世帯

払戻金額　1年間(平成23年8月~平成24年7月)に支払った医療保険と介護保険の世帯内の自己負担額の合計額から、下表の自己負担限度額を差し引いた金額
※医療保険とは、国民健康保険・後期高齢者医療制度・被用者保険などです。
※同じ世帯であっても、加入している医療保険ごとに、それぞれ別に計算します。
※自己負担限度額を超えた金額が500円以下の場合は、払い戻しされません。

申請方法　1月下旬以降に払戻金額を計算し、該当者に通知しますので、申請書を医療保険課へ
※平成23年8月~平成24年7月に、次の事項に該当する人は、通知できない場合があります。該当すると思われる人は、医療保険課または介護保険課へ問い合わせてください。
- 転入・転出をした
- 他の医療保険から、国民健康保険または後期高齢者医療制度へ移った
- 市外の介護保険に加入していて、介護サービスを利用していた
- 死亡した

医療保険+介護保険の自己負担限度額

■後期高齢者医療制度以外の医療保険に加入している場合

所得区分	70歳未満
上位所得者	126万円
一般	67万円
区分Ⅰ・Ⅱ	34万円

所得区分	70歳~74歳
現役並み所得者	67万円
一般	56万円
区分Ⅱ	31万円
区分Ⅰ	19万円

【国民健康保険被保険者の場合】
現役並み所得者:同一世帯に住民税課税所得145万円以上の70歳~74歳の国民健康保険被保険者がいる世帯
上位所得者:世帯員全員の所得の合計が600万円を超える世帯
区分Ⅱ:世帯主および同一世帯の国民健康保険被保険者全員が住民税非課税である世帯
区分Ⅰ:世帯主および同一世帯の国民健康保険被保険者全員の所得が一定以下(年金収入80万円以下など)の世帯
※国民健康保険以外の医療保険の場合は、所得区分の判定基準が異なることがありますので、各医療保険者へ問い合わせてください。

■後期高齢者医療制度に加入している場合

所得区分	後期高齢者医療制度加入者
現役並み所得者	67万円
一般	56万円
区分Ⅱ	31万円
区分Ⅰ	19万円

現役並み所得者:同一世帯に住民税課税所得145万円以上の後期高齢者医療制度の被保険者がいる世帯
区分Ⅱ:世帯員全員が住民税非課税である世帯
区分Ⅰ:世帯員全員の所得が一定以下(年金収入80万円以下など)の世帯

上下水道料金などの窓口・徴収業務委託事業者が決定

料金課（☎㊷1502）

市では、上下水道料金などの窓口業務および徴収業務の一部を民間事業者に委託しています。委託契約期間の満了に伴い、1月1日からの委託事業者が決定しました。

委託事業者の社員が、料金課（二見総合支所・2階）および上下水道窓口（市役所本館・1階）に常駐し、業務を行います。

委託事業者　株式会社タカダ中部支店

委託期間　1月1日～平成27年12月31日（3年間）

主な業務

- 窓口業務（電話受け付けを含む（☎㊷1501））
- 上下水道料金などの請求・収納・徴収
- 水道メーターの検針
- 水道の開栓・閉栓

※業務従事者は制服を着用し、上下水道部が発行する身分証明書を胸元などの見やすい場所に着用します。

1月10日は110番の日

伊勢警察署（☎⑳0110）

110番は、緊急通報用の電話番号です。正しい利用をお願いします。

110番通報するときは…

次のことを、落ち着いて要領よく通報してください。

- 何があったのか
- けがはないか
- いつ起こったのか
- どこであったのか

メイン標語　事件事故　緊急通報　110番

サブ標語　ご存じですか？　警察相談　#9110

イベント掲示板

このコーナーは、国・県・市または教育委員会が共催・後援などをするイベント情報を案内するコーナーです。参加費などの記載のないものは無料です。

ともともガラクタ音楽会

ガラクタ音楽会実行委員会・前田さん（☎090-1417-2351）

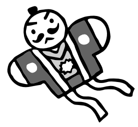
時1月13日(日)、13:30～　所松阪こども支援研究センター・体育室（松阪市川井町690-1）　内NHK教育テレビ「ドレミノテレビ」などで人気を博した“ともとも（山口とも）”さんによる、ガラクタからできた楽器を使った家族みんなで楽しめる音楽会　料大人1,000円、小・中学生500円

※1月12日(土)まで事前予約を受け付けています。（当日入場も可）

イベント掲示板＆みんなの広場

掲載申し込み締め切り

3月1日号＝1月15日(火)
3月15日号＝1月31日(木)



時とき　所ところ　対対象　内内容
定定員　料料金　申申し込み

みんなの広場

このコーナーは、市民団体の皆さんが、イベント案内や会員募集などに利用できるコーナーです。参加費などの記載のないものは無料です。

やすらぎの歌　ゴスペルコンサート

ロバの子ゴスペルクラブ（☎090-9915-6972）

時1月14日(祝)、14:00～　所伊勢商工会議所・5階大ホール　内日本で生まれたオリジナルゴスペル。愛と希望とやすらぎをあなたの心にお届けします。ぜひお越しください。　定100人

新春ダンスパーティー

伊勢市老人クラブ連合会芸寿会ダンス部・松月さん（☎28-2319）

時1月5日(土)、13:30～15:30　所福祉健康センター・2階娯楽室　対社交ダンスの好きな人　内美しい音楽（著作権消滅曲を中心）に包まれて、社交ダンスを楽しみます　料200円

話そう、語ろう認知症

認知症しゃべり場たんぽぽクラブ・桑原さん（☎24-2171）

時1月8日(火)・3月5日(火)、13:30～16:00　所縁（えにし）の家（御薗町高向927）　対本人やその家族、認知症を理解したいと思う人など　内今！笑顔になってほしいから、たくさんおしゃべりをして、その人の状態に寄り添えるように心のリフレッシュを目的とします。　定20人（先着順）　料1家族300円　申当日の正午までに桑原さんへ

まちの話題

11/18 二見町で一斉に津波避難訓練

　大地震が発生して津波が襲来することを想定し、二見町全域で避難訓練が行われました。
　町内一帯に防災行政無線放送が流れると、住民の皆さんは歩いて高台へと避難を始めました。この日は約 2,600 人が参加し、多くの人が 30 分以内に避難を完了しました。また、避難先では、炊き出し訓練や救助用資機材の展示・実演などが行われました。

11月下旬 宇治山田駅前広場が完成

　神宮式年遷宮による来訪者の増加に向け、交通ターミナルとしての機能向上と、利用者の交通安全対策・利便性向上を目的として、平成 24 年 3 月から進められてきた宇治山田駅前広場のリニューアル工事が完了しました。

人の動き（11月末）

総人口	132,607人（－104人）
世帯数	53,858世帯（－42世帯）
男　性	62,879人（－40人）
女　性	69,728人（－64人）

12/1 色とりどりの花卉（かき）が並ぶ

　イオンタウン伊勢ララパークで花卉の品評会が行われ、バラ・ガーベラ・菊・トルコキキョウなどの伊勢を代表する花々が並びました。
　この品評会は、伊勢の特産物である花卉を市民の皆さんに知ってもらうとともに、生産者の生産意欲の向上や産地の発展などを目的に行われたものです。
　色鮮やかに美しく咲き誇る花々で彩られた会場は、芳しい香りに包まれ、訪れる人たちを楽しませていました。

12/9 子どもたちが観光客をお出迎え

　伊勢まつりと同時開催された「第 7 回伊勢っ子ものしり王選手権」の各部門で優勝した 6 人の子どもたちが「1 日伊勢っ子案内人」となり、外宮参道で観光客の皆さんを温かくお出迎えしました。
　子どもたちは、「あったかいお茶はいかがですか～」「伊勢を楽しんでください！」「行ってらっしゃい！」などと元気な声で、参道を歩く人たちに温かいお茶を振る舞ったり、観光案内のチラシを渡して伊勢の魅力を伝えたりしました。

1月の無料相談

時とき　所ところ　対対象　定定員　申申し込み　問問い合わせ先

予算額〔平成24年度〕5,155万1千円（市主催分のみ）

法　律
※担当弁護士が、既に相手方の相談を受けている場合は、相談を受けることはできません。

時 毎週月曜日、13:30～15:30〔1月14日は祝日のため、15日㈫に行います〕
所 広報広聴課（☎㉑5515）
対 市内に住所を有する人
定 8人（定員を超えた場合は抽選）
申 相談日当日の13:15までに広報広聴課へ来所

時 1月10日㈭、13:30～15:30
所 小俣保健センター
対 市内に住所を有する人
定 4人（定員を超えた場合は抽選）
申 12月27日㈭～1月9日㈬に、社会福祉協議会小俣支所（☎㉗0509）へ来所または電話の上、相談日当日の13:15までに来所

時 1月17日㈭、13:30～15:30
所 社会福祉協議会御薗支所（ハートプラザみその北側事務所棟）
対 市内に住所を有する人
定 4人（定員を超えた場合は抽選）
申 1月10日㈭～16日㈬に、社会福祉協議会御薗支所（☎㉒6617）へ来所または電話の上、相談日当日の13:15までに来所

時 2月7日㈭、13:30～15:30
所 福祉健康センター
対 市内に住所を有する人
定 4人（定員を超えた場合は抽選）
申 1月31日㈭～2月6日㈬に、社会福祉協議会伊勢支所（☎㉗2425）へ来所または電話の上、相談日当日の13:15までに来所
※1月中に申し込みを開始するため、今月号に掲載しています。

消費生活・多重債務
（消費者被害の相談・クレジット・消費者金融など）

時 月曜日～金曜日、9:00～12:00・13:00～16:00
所 伊勢市消費生活センター〔市役所本館・2階〕（☎㉑5717）

【司法書士による多重債務相談】
時 1月17日㈭、9:30～11:30
所 伊勢市消費生活センター
定 4人（先着順）
申 1月4日㈮・9:00以降、伊勢市消費生活センター（☎㉑5717）へ電話

交通事故

時 1月16日㈬、13:00～15:00
所 広報広聴課（☎㉑5515）
定 4人（先着順）
申 相談日当日の8:30～14:30に、広報広聴課へ来所または電話

時 月曜日～金曜日、9:00～16:00
所 三重県交通事故相談窓口〔三重県栄町庁舎・3階〕（☎059・228・7350）

行　政

時 1月8日㈫、13:00～15:00
所 二見生涯学習センター
問 二見総合支所地域振興課（☎㊷1111）

時 1月15日㈫、13:00～15:00
所 広報広聴課（☎㉑5515）

時 1月22日㈫、13:00～15:00
所 小俣公民館
問 小俣総合支所地域振興課（☎㉒7858）

登　記

時 1月8日㈫、13:00～16:00（受け付けは15:00まで）
所 広報広聴課（☎㉑5515）

人　権

時 1月10日㈭、13:00～16:00（受け付けは15:00まで）
所 広報広聴課（☎㉑5515）

時 火曜日・水曜日・金曜日、9:30～16:30
所 津地方法務局伊勢支局（☎㉘6158）

公　証（遺言・契約証明）

時 1月10日㈭、13:00～16:00（受け付けは14:00まで）
所 広報広聴課（☎㉑5515）

家庭児童・女性（児童虐待・DVなど）

時 月曜日～金曜日、9:00～17:00
所 こども家庭相談センター〔市役所東庁舎・2階〕（☎㉑5709）

母　子

時 月曜日～金曜日、9:00～17:00
所 こども課（☎㉑5561）

乳幼児

時 月曜日～金曜日、9:00～16:00
所 大世古保育所（☎㉕3676）

小・中学生
（子育ての悩みや不安、不登校・いじめ・友人関係・学習など）

時 月曜日～金曜日、8:30～17:15
所 スマイルいせ〔小俣総合支所・3階〕（☎㉒7867）

【臨床心理士によるカウンセリング（要予約）】
時 月曜日～金曜日、9:00～17:00
対 小・中学生、保護者

青少年（非行問題など）

時 月曜日～金曜日、8:30～17:15
所 青少年相談センター〔小俣総合支所・2階〕（☎㉒7894）

就　職

時 月曜日・火曜日・木曜日～土曜日、9:00～18:00
所 いせ市民活動センター北館（いせシティプラザ）
対 40歳くらいまでの人または保護者、学校の進路担当教諭
問 いせ若者就業サポートステーション（☎(63)6603）

障がい者・障がい児
（福祉サービスの利用相談・日常生活や就労の相談支援など）

時 毎日、9:30～18:00（土曜日・日曜日・祝日は16:30まで）
所 障害者相談支援センター「ブレス」（岩渕2丁目4-9、☎⑳6525）〔訪問による相談も可能〕

高齢者在宅介護

時 月曜日～金曜日、8:30～17:15
所 地域包括支援センター（☎㉑5583）
東地域包括支援センター（☎㊹1165）
西地域包括支援センター（☎⑳5055）
南地域包括支援センター（☎㉑0080）

時 毎日24時間対応
所 各在宅介護支援センター〔神路園（☎㉒6012）、双寿園（☎㉓9231）、白百合園（☎㉗1511）、山咲苑（☎㉓8000）、正邦苑（☎㊳1800）、みなと（☎㉟0811）、楽寿苑（☎㉛0050）、二見ふれあいプラザ（☎㊸4423）、小俣（☎㉗1155）〕

心配ごと

時 1月9日㈬、13:30～15:30
所 小俣保健センター
問 社会福祉協議会小俣支所（☎㉗0509）

時 1月16日㈬、13:30～15:30
所 福祉健康センター
問 社会福祉協議会伊勢支所（☎㉗2425）

時 1月23日㈬、13:30～15:30
所・問 社会福祉協議会御薗支所〔ハートプラザみその北側事務所棟〕（☎㉒6617）

時 1月30日㈬、13:30～15:30
所 喜楽荘（二見荘1687-1）
問 社会福祉協議会二見支所（☎㊸3994）

1万人を超える人が師走の伊勢路を楽しむ

12月1日㈯と2日㈰、県営総合競技場をメイン会場に「2012中日三重　お伊勢さんマラソン」が開催されました。

この日のために練習を積み重ねて参加した人など、ウォークの部・ランニングの部を合わせて1万人を超える参加者が師走の伊勢路を満喫しました。また、伊勢志摩物産展も、多くの参加者と応援者でにぎわいました。

伊勢市健康医療ダイヤル24

フリーダイヤル ●●●●-●●●-●●●（通話料無料）

心や体の健康などについて、医師・看護師・保健師などが年中無休・24時間体制で電話相談に応じています。

問い合わせ　健康課（☎㉗2435）

※本サービスは、民間業者に委託をして運営しています

広報いせ 第108号

発行日／平成25年1月1日
発　行／伊勢市
編　集／情報戦略局広報広聴課

伊勢市携帯サイト

伊勢市役所　検索

〒516-8601 伊勢市岩渕1丁目7番29号
TEL 0596-21-5515　FAX 0596-22-9699
パソコン　http://www.city.ise.mie.jp
携帯　http://www.city.ise.mie.jp/m/
Eメール　ise-koho@city.ise.mie.jp
印刷　千巻印刷産業株式会社

広報いせ発行事業費〔平成24年度予算〕　約2,400万円（24回分）

「広報いせ」では、財源を確保するため、一部のページに企業広告を掲載していますが、これらは市が広告主や商品を推奨するものではありません。

この広報紙は、再生紙を使用しています。