



令和2年度

## 伊勢市人権講演会を開催しました

人権政策課(☎21-5545 FAX 21-5555)

令和2年12月12日、いせトピアで「人権講演会」を開催し、約160人の参加をいただきました。

市内の小中学生から募集した人権作文集「人権の芽」から、代表として2作品の発表を行いました。

有緝小6年 兼子 結衣さんの「言葉のナイフ」は、実際に他人から自身が受けた言葉の影響を題材にした、改めて言葉の影響力について考えさせられる発表でした。

皇學館中3年 井村 優月さんの「手話を学んで考えたこと」は、自身の経験に基づいた、さまざまな意味でのバリアフリーというものに気付かされる発表でした。

講演の部では、落語家の三遊亭遊雀師匠による人情噺「子別れ」を披露していただき、落語を楽しみながら人権について考える、新しい形の講演となりました。人を救うことができるのは人なのだと改めて考えるきっかけになり、身近な話題や事柄にも人権問題が隠れていることに気付かされた、とても良い講演でした。

現在、新型コロナウイルス感染症による差別が問題となっています。コロナ禍において、人と人とのコミュニケーションが薄くなりがちですが、相手への思いやりを持った行動を心がけていきましょう。



### ストップ! コロナ差別

新型コロナウイルス感染症について、不当な差別や偏見、デマの拡散は人権侵害です。また、これらの行為は、人々を不安にし、感染拡大防止の妨げにもなります。不確かな情報に惑わされず、正しい情報に基づく冷静な行動をお願いします。相手の気持ちになって考え、みんなで“差別のない社会”をつくりましょう。

#### インターネット上で人権を侵害されたときは

法務省では、インターネット上で人権侵害を受けたという被害の申告があった場合、プロバイダへの削除依頼の方法を助言しています。

また、調査の結果、被害が生じていて回復が困難な事情があると認められる場合は、個人に代わって問題の情報の削除を要請するなどの対応をしています。

該当する場合は、津地方法務局伊勢支局に相談してください。

●津地方法務局 伊勢支局(岡本1丁目1-13) ☎28-6158



#### 人権侵害に関する相談

- みんなの人権110番(法務省)  
☎0570-003-110
- 三重県人権センター  
☎059-233-5500
- 津地方法務局 伊勢支局  
☎28-6158
- 人権政策課 ☎21-5545



新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策のため、掲載している行事や催し物などが、中止・延期・内容の一部変更になる場合があります。お出掛けなどの際は、事前に、掲載の問い合わせ先へご確認をお願いします。

また、発熱や風邪の症状がある場合は、催し物などの参加を含め、外出を控え、まずは、かかりつけ医など身近な医療機関に電話で相談してください。

# 第14回 うま くに 美し国三重 市町対抗駅伝の **中止**

スポーツ課(☎22-7895 FAX 23-8641)

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、2月21日(日)に開催を予定していた「第14回美し国三重市町対抗駅伝」は**中止となりました**。

参加を予定していた伊勢市選手団を紹介します。今後の皆さんの更なるご活躍を期待します。

## 伊勢市選手団の皆さん (敬称略 各区間五十音順)

<p><b>第1区</b> 小学生女子 1.28km</p>  <p><b>角田 ルビイ</b> (城田小6年)</p>	<p><b>小林 希咲</b> (二見浦小6年)</p> 	<p><b>第7区</b> 一般女子 2.89km</p>  <p><b>荒木 花梨</b> (厚生中1年)</p>	<p><b>倉野 加奈</b> (宇治山田商業高3年)</p> 
<p><b>第2区</b> 小学生男子 1.85km</p>  <p><b>泉 裕人</b> (四郷小6年)</p>	<p><b>中山 慶俊</b> (城田小6年)</p> 	<p><b>第8区</b> 20歳以上女子 3.43km</p>  <p><b>奥野 伶奈</b> (皇學館大2年)</p>	<p><b>山下 奈央</b> (済生会松阪総合病院)</p> 
<p><b>第3区</b> 中学生女子 3.83km</p>  <p><b>粟田 胡虹</b> (桜浜中2年)</p>	<p><b>山中 千佳</b> (桜浜中2年)</p> 	<p><b>第9区</b> ジュニア女子 5.45km</p>  <p><b>伊藤 由莉</b> (伊勢高3年)</p>	<p><b>宮端 柚璃</b> (宇治山田商業高1年)</p> 
<p><b>第4区</b> 中学生男子 5.58km</p>  <p><b>中辻 健斗</b> (桜浜中3年)</p>	<p><b>南 光汰</b> (伊勢宮川中3年)</p> 	<p><b>第10区</b> 20歳以上男子 6.925km</p>  <p><b>桑山 楓矢</b> (皇學館大4年)</p>	<p><b>山田 侑矢</b> (三重県庁)</p> 
<p><b>第5区</b> 40歳以上男子 4.60km</p>  <p><b>松岡 直希</b> (andrun)</p>	<p><b>森 正</b> (宮川医療少年院法務教官)</p> 	<p><b>監督</b> <b>村嶋 輝久</b> (相可高校教諭)</p> 	
<p><b>第6区</b> ジュニア男子 6.36km</p>  <p><b>佐藤 楓馬</b> (皇學館大1年)</p>	<p><b>見置 蓮音</b> (伊勢学園高3年)</p> 	<p><b>コーチ</b> <b>東 一郎</b> (桜浜中学校教諭)</p> 	
		<p><b>支援コーチ</b> <b>岡野 晴奈</b>(南勢陸上クラブ) <b>辻 弘樹</b>(北浜陸上クラブ) <b>中村 圭介</b>(Peace-AC)</p>	

### 厄年祝特別セール

2021年厄年の方々

昭和36年	昭和55年	平成元年	平成9年	平成15年
還暦祝	六七祝	三三祝	五五祝	十九祝

<数量限定>

アリエール洗剤セット **40%OFF!!**

まずはご一報!  
カタログ送付いたします  
**0120-81-3456**  
店内全てお値打ち価格で

**株式会社 YAMADA**  
伊勢市岩淵1丁目16-11  
TEL:0596-24-3131  
m-yamada@eagle.ocn.ne.jp

本年の初午は  
**3月11日**です  
2/4~3/11の間で  
日柄のよい日を選び  
お配りください

広告

大注目の  
スポーツ!



# ボッチャを紹介します!

スポーツ課(☎22-7895 FAX) 23-8641)

ボッチャは、ヨーロッパで重度の脳性麻痺や手足に障がいがある人のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式競技です。

赤・青それぞれ6球のボールを投げたり転がしたりして、ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、いかに近付けるかを競います。

老若男女、障がいの有無に関わらず、全ての人が一緒に楽しみ競い合えるスポーツです。

また、2021年の三重とこわか大会から初めて正式競技として伊勢市で開催されます。



ボッチャのルールを  
動画で紹介しています

伊勢市の観光PRキャラクター「はなてらすちゃん」と、三重とこわか国体・三重とこわか大会マスコットキャラクター「とこまる」の、白熱した対決をご覧ください。

URL <https://www.city.ise.mie.jp/kyouiku/sports/shinko/1010507.html>



## ボッチャ用具の 貸出を行っています



自治会や団体などで使用する場合は、事前に同課へご連絡ください。

※ボッチャ用具は数に限りがあります。



いせスポーツフェスティバル2019  
ボッチャ交流大会の様子

令和元年度には伊勢市スポーツ推進委員連絡協議会主催事業として、「いせスポーツフェスティバル2019 ボッチャ交流大会」を開催しました。(市内27チーム、81人が参加)

## とこわかダンスで 運動不足を解消しよう!

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により外出が制限され、運動不足やストレスが心配されています。

みんなでとこわかダンスを踊りましょう!



## とこわかダンスとは

三重とこわか国体・三重とこわか大会のイメージソング「未来に響け」に合わせて、たくさんの人に楽しんでいただけるように制作されたダンスです。

市のホームページで、動画をご覧くださいませ。

URL <https://www.city.ise.mie.jp/kokutai/pr/1009197/index.html>



広告



素材からこだわった美味しいパンをつくっています。

# COQUELICOT ROUGE

毎日人気のパンをたくさんご用意して、朝6時からオープン!

ご予約・お取り置き承ります。

学校行事や会社イベントなど多数のご注文にも対応いたします。お気軽にご相談ください。

## ☎0596-36-6677

【OPEN】16:00-19:00 年中無休(年末年始休業を除く) 【PARKING】11台



伊勢市御園町王中島字垣溝766

お答えします!

健康に関する素朴な疑問



伊勢総合病院  
内科・総合診療科副部長  
谷崎 隆太郎 医師

# 健康なんでも相談室

市民の皆さんの健康などに関する素朴な質問に対し、谷崎医師が「総合診療科」の観点から、分かりやすくお答えします。ぜひ、皆さんの日常生活にお役立てください。

**質問** 新型コロナウイルスの初期症状は、どのようなものですか？

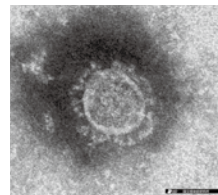
**回答** <sup>かぜ</sup>風邪っぽい症状なら「何でもあり」です。

新型コロナウイルス感染症(以下、新型コロナ)の初期症状は年齢によっても微妙に異なりますが、おおよそ発熱・せき・頭痛などがそれぞれ約2人のうち1人に、のど痛・下痢がそれぞれ約5人のうち1人に症状が現れます。鼻水は約13人のうち1人と意外に少ないです。これらの症状、とても風邪っぽくないですか？

そうです、残念なことに、新型コロナの初期症状は風邪と見分けがつかないのです。唯一、味覚・嗅覚障害は新型コロナに特徴的な症状ですので、風邪っぽい症状にこの味覚・嗅覚障害が加われば、新型コロナを強く疑います(その頻度は3~10人のうち1人と、報告により幅があります)。

新型コロナといえば何となく「熱が出て、息が苦しくなって肺炎になって…」と考えがちですが、人によっては必ずしも熱が出るとも限らず、感染しても全く

無症状の人もいます。さらに恐ろしいことに、無症状であっても他人への感染力はありますので、感染拡大させないためには、全ての人が「自分は新型コロナにかかっているかもしれない」と考えて感染対策をし続けたいといけません。ほんと、しんどいウイルスですね…。



新型コロナウイルス  
出典:国立感染症研究所ホームページ

**健康に関する素朴な質問を募集中!**

質問内容とともに住所・氏名・電話番号を記入し、直接または郵送・ファクス・Eメールで広報広聴課(〒516-8601 岩淵1丁目7-29、FAX)22-9699、  
ise-koho@city.ise.mie.jpへ

健康なんでも相談室 広報いせ 検索



令和2年度 いせトピア公開講座

# ビッグ・トリップ 上映会

バス 「いせトピア」

いせトピア(☎21-0900 FAX 21-0909)

とき **3月21日** 14:00~15:30(開場は13:30)

ところ いせトピア・多目的ホール

定員 **100人程度**(申し込み多数の場合は抽選)

申し込み **3月8日(月)**(当日消印有効)までに、往復はがきに必要事項(下図参照)を記入し、いせトピアへ

入場料  
無料

## 作品介绍

「マダガスカル」シリーズの脚本家が新たに送るハートフルアドベンチャー!個性豊かな仲間たちがさまざまな困難を乗り越え、赤ちゃんパンダを両親の元へ!



© 2019 Licensing Brands

## 往復はがきの書き方

往信用表	返信用裏	返信用表	往信用裏
63 〒516-8520 往信 いせトピア 公開講座 係	何も 記入しないで ください。	63 〒000-0000 返信 住所 氏名様	いせトピア公開講座 ①住所 ②氏名(ふりがな) (2人で申し込み の場合は2人記入) ③子どもの人数 合計 人 ④電話番号

- ※1枚の往復はがきで2人(中学生以上)まで申し込みます。(2人の場合は、必ず2人の氏名を記入してください(返信先は1人で結構です))
- ※今回は、子ども(小学生以下)と一緒に楽しんでいただける内容です。子どもが同伴する場合は、子どもの人数も記入してください。(例:大人2人と子ども2人で申し込み場合、「山田太郎・山田花子、子ども2人」と記入)
- ※1人1枚しか申し込みません。重複申し込みは無効になります。
- ※車いすなど、配慮が必要な場合は、はがきに記入してください。
- ※入場の可否は、返信用はがきでお知らせ(3月10日(火)発送予定)します。はがきが届かない場合は、問い合わせてください。
- ※返信用はがきが入場券となりますので、必ず持参してください。
- ※申し込み締め切り後、座席に余裕がある場合は、3月12日(金)8:30から、電話で先着順に申し込みを受け付けます。(当日は、はがきを持っている人からの入場となります)

市内のウォーキングコースを紹介56

# 伊勢のまちを楽しく ウォーキング

健康課 (☎27-2435 FAX 21-0683)

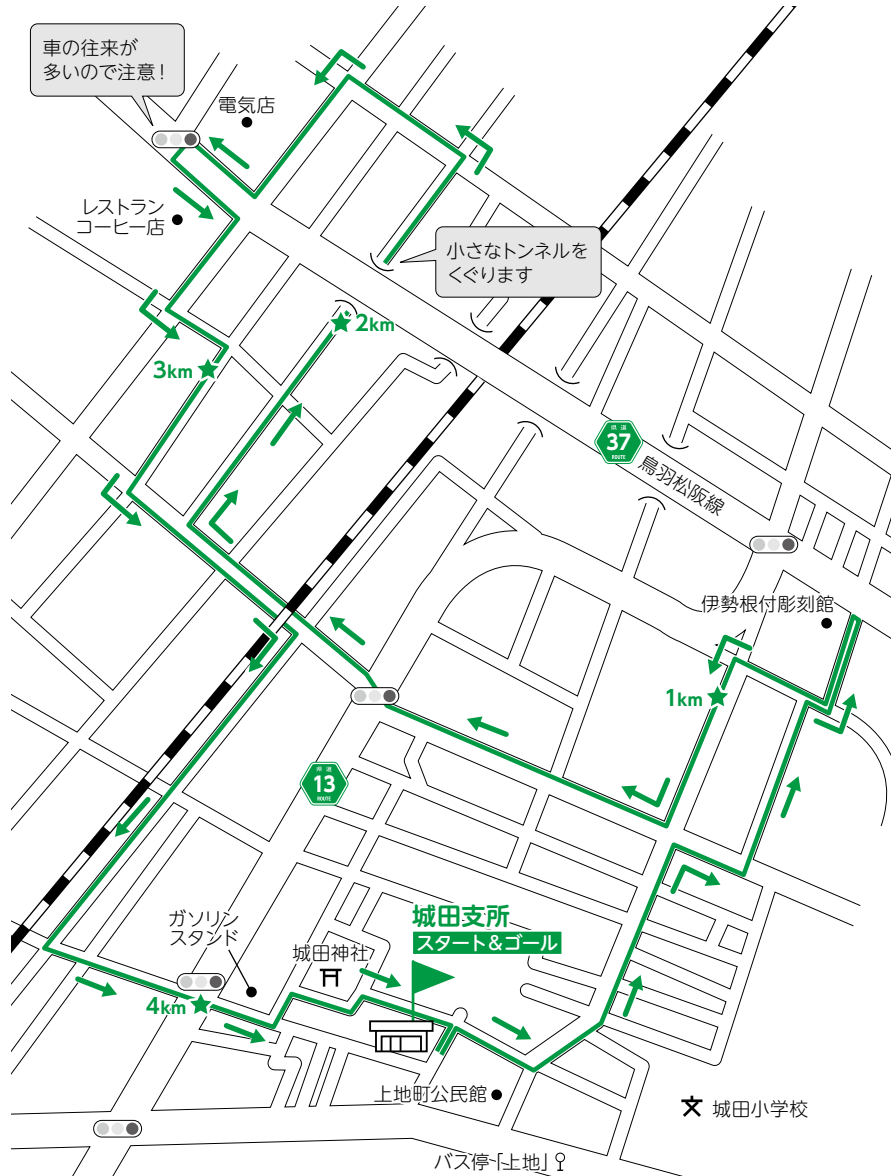
ウォーキングは、「いつでも」「誰でも」「どこでも」  
気軽にできる健康法です。

市内の名所や公園などを楽しみながら歩いてみてはいかがでしょうか。



## 城田探しウォーク! 上地 コース

ウォーキングマップ No.71



### ウォーキングシューズの選び方・履き方のポイント

自分の足にあった靴を選ぼう!

- 長さや幅のサイズが合う
- 靴のつま先と一番長い指の間に0.5~1cm位の余裕がある
- 踵のサポートがしっかりあり、踵がきちんと収まる
- 靴底や土踏まずの部分が、足の形に合っている
- 踵に適度な厚みやクッション性がある
- 靴ひもやベルトで甲まわりをフィットさせることができ、窮屈でない
- 足の指の付け根部分の曲がりに沿う靴底の曲がり具合が良い
- 滑りにくい
- 負担にならない重さである

※必ず両足とも試し履きをして選びましょう。朝よりも足がむくみやすい夕方に、ウォーキング時に履く靴下を履いて合わせてみましょう。

### 正しく履いて、けがや疲れを防ごう!

- ①靴ひもなどを緩めて足入れをし、靴の中に少しゆとりを作ります。
- ②踵で2回コンコンと地面をたたき、踵が靴に合うようにしっかり収めます。
- ③少し踏み込んだ状態で靴ひもを締めていきます。つま先側の1番目と結び目のところは緩め、他は甲にフィットするくらいに締めます。
- ④踵が抜けないか、きつくなく足の指が広げられるかどうか確認します。

#### このコースのエネルギー消費量

体重1Kg当たり **2.2Kcal**

例えば、体重60Kgの場合  $2.2\text{Kcal} \times 60\text{Kg} = 132\text{Kcal}$

おにぎり約0.8個を消費したことになります。

※おにぎり1個(100g・具なし)=168Kcalで換算

#### ウォーキングルート情報

運動レベル 楽である 😊

特徴 田畑の間をゆったり歩く平坦なコース

距離 約4.3Km 時間 約60分

歩数 約6,800歩 平均心拍数 90~95拍/分

スキマ時間にケーブルテレビ行政情報番組(毎日10時・15時・20時~)放送中

健康体操を! スキマ時間に「いせし健康体操」をしてみませんか?



市のホームページで動画配信中

いせし健康体操 検索



他のコースは、市のホームページに掲載しています。

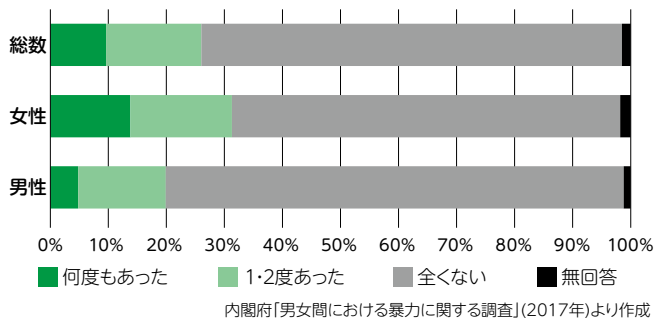
伊勢のまちを楽しくウォーキング 検索

# めざそや！ 共同参画 ④2

市民交流課(☎21-5513 FAX 21-5642)

男女共同参画社会とは、仕事・家庭・地域生活など、多様な活動を自らの希望に沿った形で展開でき、一人一人が夢や希望を実現できる社会のことです。今回は、男女共同参画を阻害する要因の一つであるDVについて考えてみたいと思います。

配偶者からの暴力(事実婚や別居中の夫婦、元配偶者を含む)



**DVは重大な人権侵害！**  
 ～女性の3人に1人が被害に～

ドメスティック・バイオレンス(DV)は、主に配偶者間でおこる暴力のことです。DVには、身体的な暴力だけではなく、人前でバカにしたり生活費を渡さないう、性行為を強要する、なども含まれます。

交際相手に対する「携帯電話の着信履歴やメールの

チェック、交友関係や行動の監視をする」などのデートDVもあります。

これらの暴力は、自分の方が優位にあるとの思いから、相手を支配しようとする暴力です。

身近なところでは、「一言動を否定する」「見下す」「舌打ちをする・無視する」「物にあたる」「離婚や養育権、経済力を武器に相手を脅す」なども暴力です。

これらが日常的に繰り返されることで、それがストレスとなり、病気になるってしまうかもしれません。

また、暴力のある家庭環境では、子どもへの虐待でなくても子どもは心や脳に傷を負い、発達に支障をきたすおそれがあります。ですから、子どものためにも、早くDVに気付くことが重要です。

## 早くDVに気付こう！ もし気付いたら……

DVはいかなる理由であっても、どんな間柄であっても、許される行為ではありません。

DV被害者は、加害者から「自分にも悪いところがある」「自分さえ我慢すればいい」などと思いきまされていますが、問題は加害者側にあります。被害者の我慢や努力で解決するわけではありません。

DVには暴力をふるう時期と優しくなる時期を繰り返すものもあり、現在優しくても、DVの周期であることに早く気付くことが大切です。

DVは、多くの場合、暴力から逃れた後も、その時の恐怖が消えず、情緒不安定になったり、PTSD(心的外傷後ストレス障害)になったりするなど、心の健康を害してしまうケースもあります。

「もしかして暴力を受けているかも」と思った

それはDVかも！  
あなたは絶対悪くないですよ！



ら一人で悩まず、身近な誰かに話を聞いてもらってください。

また、話を聞いた人は、「あなたは悪くない。悪いのは暴力をふるう側なのだから。」と声をかけ、寄り添うことが重要です。そのうえで、近くの相談窓口を紹介してください。

DV相談ナビ TEL #8008 (最寄りの相談所につながります)



ごみ分別PRキャラクター  
かもしかのごみバスターズ

# も っ た い な い MOTTAINAI

～3R+リスペクト～ をもう一度!!

清掃課 (☎37-1443 FAX 37-0189)

## 「<sup>ざつ</sup>雑がみ」を捨てるのはもったいない!

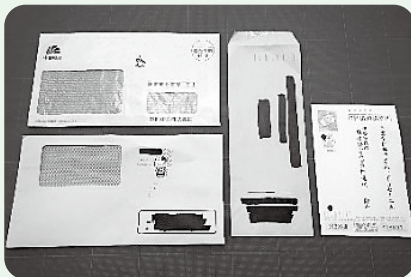
新聞紙・雑誌・段ボール・牛乳パックなどの飲料用パック以外の紙類は「雑がみ」といって、再生紙を作るための資源になります。市では燃えるごみの10%近くが「雑がみ」であり、「雑がみ」を分別することで燃えるごみを減量することができます。下の写真を参考にして、ぜひ「雑がみ」の分別にご協力ください。(雑がみを入れる紙袋を配布しています。詳しくは同課へ問い合わせてください。)

### 資源になる紙

紙袋で集めて  
「紙類」の日に  
出してね♪



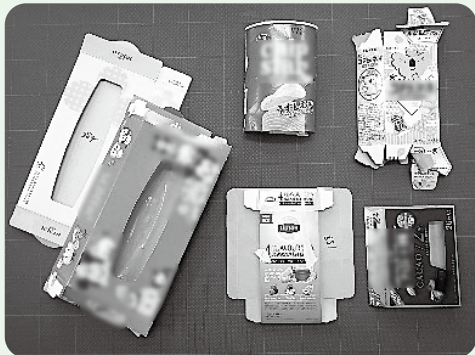
#### 2 封筒・はがき類



#### 3 紙袋・包装紙・台紙



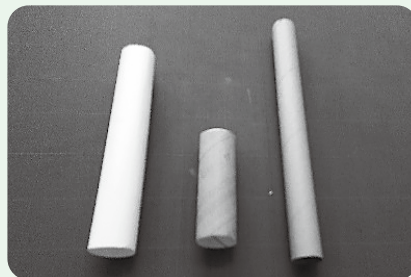
#### 1 ティッシュやお菓子などの空き箱



#### 4 メモ用紙・ふせん・小さい紙など



#### 5 トイレtpペーパー・ラップなどの紙芯



臭いがある紙・防水加工がしてある紙・汚れのある紙・和紙・ティッシュ・感熱紙(レシート)・カーボン紙(宅配便などの送り状)・裏が銀箔の紙(ガムの包み紙など)・写真・アルバム・米袋は、資源にならないため「燃えるごみ」に出してください。

皆さんのお住まいの地区の令和3年度版「ごみカレンダー」を、「広報いせ」3月1日号と同時配布する予定です。

※他の地区のカレンダーが必要な場合は、環境課(市役所本館・2階)、清掃課(西豊浜町654)、3総合支所生活福祉課、9支所で配布する予定です。

※「ごみカレンダー」「ごみ分別ガイド」は、市のホームページに掲載しています。

※令和3年度から「缶・金属類」の収集方法変更に伴い、回収日が水曜日でなくなる地区がありますので、注意してください。

令和3年度版

ごみカレンダー





## 「身に覚えのない商品が送られてきた」という相談が増えています!

### 事例

- お試し商品を注文して購入したところ、翌月に同一商品が再び送られてきた。
  - ➔ **定期購入** である可能性があります
- 突然、身に覚えのない商品が送られてきた。
  - ➔ **送り付け商法** の可能性があります



### 対応手順

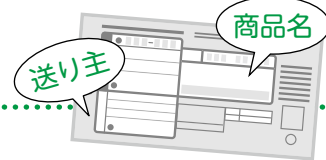
- 1 本人や家族などが注文した商品かどうか自信がなく、「代引き」で送られてきた場合、**その場で料金を支払わず、宅配業者に商品を預かってもらう「受取保留」**を利用しましょう。
  - ※代引き料金を支払ってしまうと、後から払い戻しはできません。
  - ※受取保留には期限があります。

お預かり  
します



この荷物を  
「**受取保留**」で  
お願いします

- 2 必ず「**送り状**」の写真を撮るか、**送り主・商品名**などをメモしておきましょう。



- 3 注文した商品かどうか確かめるため、次のことを確認しましょう。

- ①商品が送られてくる前に、業者から連絡がなかったか?
- ②以前に、同じ商品が送られてきていないか?
  - ※心当たりがある場合は、定期購入で契約した可能性があります。契約内容を再確認しましょう。
- ③本人以外の家族や知人が注文していないか?
  - ※他の人が、本人への贈答品として注文していることがあります。
- ④注文先と発送元が別の会社になっていないか?
  - ※注文したサイトで発送状況を確認するか、注文先に問い合わせましょう。

➔ **注文をしていない 確信がある 場合** (上記③の①～④のいずれにも当てはまらない場合)

- 商品を受取保留中の場合は、宅配業者に「受取拒否」を伝えます。
- 代引きでない場合で商品を受け取っている場合は、商品の送付があった日から14日間(業者に商品の引き取りを請求したときは、請求の日から7日間)は保管をした後に、処分できます。

➔ **注文したかどうか 自信がない 場合** (上記③の①～④のいずれかに該当する可能性がある場合)

- 送り状の「送り先」に連絡して注文内容を確認します。
- ※連絡をしたくない事情がある場合は、消費生活センターに相談しましょう。



「**注文したかどうか自信がない状態**」で受取拒否をした場合(業者からの請求も無視した場合は)、弁護士や債権回収会社を通じて訴訟を起こされる可能性があります。

分からないことは、消費生活センターに相談を!!



Q. 後継者が  
いない家でも  
お墓を建てら  
れますか？

A. 大丈夫です  
色々な方法をご提案  
させていただきます。

無料相談  
実施中



石塔 130 基  
仏壇 80 基

展示場を Youtube  
でのぞいてみて  
ください  
7分間の  
動画にて  
ご案内いたします



弊社展示場全景



伊勢市上地町2691-48  
伊勢市問屋センター内

中村 石材 仏壇 店

☎0120-28-5390

【営業時間】

平日 8時~18時

日・祝 10時~18時

【休業日】 盆・正月

偶数月の第4水曜日



建築大工の伝統的スキルを学べる訓練校

職業訓練生募集！！

大工の卵を育てます！

毎週水曜日 8:45~17:15 4月~3年制

伊勢建設高等職業能力開発校

(三重県建設労働組合伊勢支部内)

〒516-0071 伊勢市一之木4-644-3

☎0596-23-5535



## みんなの広場

このコーナーは、市民団体などの皆さんが、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。

### 職業能力開発校の訓練生を募集

伊勢建設高等職業能力開発校(☎23-5535 FAX 28-9031)

☎ 同校では、職業能力開発促進法に基づく県知事の認定を受け、伝統的な技能の伝承と技術・技能の習熟をはかり、建築大工を目指す人への職業訓練を実施しています。

☎ 3月5日(金)までに、同校へ

#### イベント掲示板 & みんなの広場

☎ 内容 ☎ 申し込み

#### 掲載申し込み締め切り

4月15日号→2月26日(金)

5月合併号→3月15日(月)

※「広報いせ」は月2回発行していますが、5月は合併号とし、情報を1回にまとめて発行します。

## ジャンボタニシの被害の軽減対策

農林水産課(☎21-5645 FAX 21-5651)

ジャンボタニシ(和名：スクミリンゴガイ)は、南米原産の淡水産巻貝です。食用目的で養殖が始まりましたが、消費者の嗜好に合わず商品価値を失い、放棄された貝が野生化しました。

ジャンボタニシが繁殖して水田内に侵入すると、水稻の若い苗への食害が発生します。市内においても、甚大な被害が発生している地域があります。

次のとおり被害の軽減対策(耕種的防除法)に取り組みましょう。

### 被害の軽減対策(耕種的防除法)

#### ①浅めに細かくロータリー耕(冬季)

貝を物理的に破砕します。また寒さに晒すことで、土中で越冬する個体を減らします。なお、収穫後の水田に稲わらがあると、温床効果で越冬率が高まりますので、注意が必要です。

#### ②取水時に水田への侵入を防止(4・5月)

網目が5mm以下の網を侵入経路へ設置します。浸水しやすい水田では、その境界である畦畔を高くすることで侵入を防止できます。

#### ③浅水管理で食害を防止(移植時~移植後約4週間)

水深3cm以下では、貝の活動が鈍くなり、あまり食害はありません。

#### ④貝・卵を定期的に捕殺(全期間)

貝は寄生虫を持っている場合があり、卵には毒性があるため、素手で触らないようにしましょう。

#### ⑤卵塊を処理(全期間)

卵は水中に落とすか潰します。産卵直後の卵は、水に落とすと孵化できなくなります。しかし、産卵後時間がたち少し白味を帯びた卵は、潰すほうが確実です。

他にも、トラクターの徹底した洗浄、畑作との輪換の実施、冬季における水田や用水路の水の排出も、効果的といわれています。

駆除や予防のために使用した薬剤の費用に対して、一部を補助しています。詳しくは同課へお問い合わせください。



被害を受けた水田



ジャンボタニシと卵

# 情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



## 募集

### 市営吹上駐車場の利用者募集

資産経営課

(☎21-5526 FAX21-5700)

**対象** 市内在住または通勤している人

**利用車両** 軽自動車・小型自動車・普通自動車(マイクروبス・トラックなどは利用できません)

**募集台数** 36台程度(申し込み多数の場合は抽選)

**利用期間** 4月1日(木)～令和4年3月31日(木)(24時間利用可能)

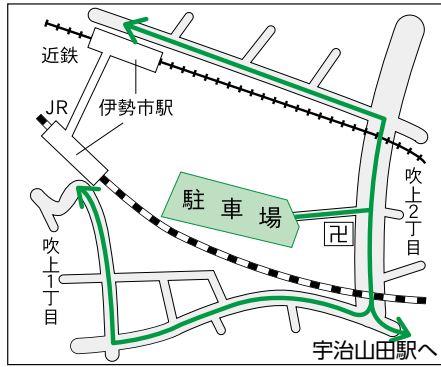
**利用料金** 月額8630円

**申し込み** 2月15日(月)～26日(金)に、車検証の写し、住所が確認できる物(運転免許証・健康保険証など)の写し、勤務先の在職証明書(市外在住者のみ)を直接同課へ

※年度ごとに申し込みが必要です。

※詳しくは、市のホームページをご覧ください。

吹上駐車場位置図



■伊勢市駅北口(近鉄側)まで徒歩約6分  
■伊勢市駅南口(JR側)まで徒歩約9分  
■宇治山田駅まで徒歩約7分

### 伊勢市の就学前の子どもへの教育・保育に関する施設整備計画の一部改定(案)への意見を募集

保育課

(☎21-5632 FAX21-5555)

市では、「伊勢市の就学前の子どもの教育・保育に関する施設整備計画」の一部改定

を進めています。これは公立の幼稚園および保育所などの施設整備に関する将来構想を示す整備計画について、一部を見直すものです。

このたび、一部改定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** 2月15日(月)～3月16日(火)(必着)

**提出資格** 市内在住または通勤・通学している人

**提出方法** 所定の様式(任意でも可)に、住所・氏名・電話番号・意見を記入し、直接または郵送・ファクス・Eメールで同課(〒516-8601岩淵1丁目7-29)へ

hokun@city.ise.nie.jp)へ

**案の縦覧**

計画案は、意見募集の期間中、同課、教育総務課、総務課、市役所本館・1階市民ホール、3総合支所生活福祉課、9支所、伊勢図書館、小俣図書館、いせトピア、一見生涯学習センター、いせ市民活動センター、公立および私立幼稚園・保育所・認定こども園・保育所小規模事業所、各子育て支援センターでご覧いただけます。また、市のホームページに掲載します。

## 講座

起業勉強会&相談会 特別編

「起業って素晴らしい!」

産業支援センター

(☎63-5677 FAX22-8851)

起業の「好きなことを仕事にできる」「自由に意思決定できる」といった魅力を、ゲスト講師の話を通じて伝えます。

**とき** 3月7日(日)、①第一部：14時10分～15時40分・②第二部：15時50分～16時20分

**ところ** 伊勢商工会議所・5階 大ホール(岩淵1丁目7-17)

**内容** ①：昨年の大ヒット映画「浅田家!」や村上春樹作品初の映画「フルウエイの森」などのプロデューサーを講師に招き、映画プロデューサーならではの視点で「起業の魅力」やその先にある「夢」に焦点を当てて語っていただきます。

②：3年前に自ら選んだ道で起業し、起業後も多くの資格を取得するなど活躍の場を広げる女性起業家を講師に招き、「起業の魅力」について語っていただきます。

**講師** ①：小川真司さん(株ブリッジヘッド代表取締役)

②：家田紋奈さん(Nail&Esthetic salon MONNA代表)

**定員** 50人(申し込み多数の場合は抽選)

**申し込み** 電話で同センターへ

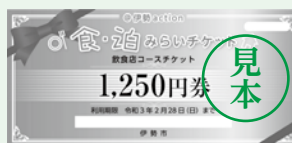
※状況により、内容を変更する場合があります。

5月31日(日)まで

### @伊勢action「食・泊みらいチケット」の利用期限を延長します

観光振興課(☎21-5566 FAX21-5651)  
伊勢市観光協会(☎28-3705 FAX27-1049)

@伊勢action「食・泊みらいチケット」の飲食店コースチケットの利用期限は2月28日(日)としていましたが、新型コロナウイルス感染症の感染状況を受けて、5月31日(月)まで延長します。チケットは期限内にご利用ください。



食・泊みらいチケット (オレンジ色)

フランス菓子から考えるレシピ開発  
実践を交えて学ぶ  
商品化講習

産業支援センター  
(☎63-5677 FAX22-8851)

既に起業している人、今後  
起業しようと思っている人に  
おすすめの講習です。

とき ①2月18日(休)・②2月  
25日(休)・③3月11日(休)・④3  
月25日(休)、14時～16時(①と  
②、③と④、または全日程の  
いずれかでの参加)

ところ 産業支援センター  
(朝熊町4383-469)

内容 お客様の心をグッとつ  
かむ、時代とニーズに合った  
レシピを開発しましょう。商  
品化に必要な知識も学べます

講師 小林陽子さん(フード  
コーディネーター、料理講師)  
定員 ①～④各5人(申し込  
み多数の場合は抽選)

受講料 各回1000円(材  
料費)  
持ち物 厨房用サンダル・エ  
プロンなど  
申し込み 電話で同センターへ  
※詳しくは、同センターのホ  
ームページをご覧ください。



障がい者サポーター  
ステップアップ講座  
〈視覚障がい編〉

障がい福祉課  
(☎21-5558 FAX20-8555)

サポーター  
の活動を通じ  
て、障がい  
について「もっ  
と理解を深めたい」と感じた  
人向けに、障がい種別ごとの  
ステップアップ講座を開設し  
ています。講座受講者には、  
ステップアップ講座(視覚障  
がい編)受講済証をお渡しし  
ます。



とき 3月26日(金)、18時～19  
時30分  
ところ 市役所東館5階5  
-3会議室

対象 障がい者サポーターの  
登録を受けた人  
講師 鈴木守さん(伊勢市視  
覚障害者福祉会)

内容 視覚障がい体験などで  
視覚障がいへの理解を深め、  
障がい当事者と交流を深める  
定員 20人(先着順)

申し込み 3月25日(木)まで  
に、氏名・電話番号を電話ま  
たはファクス・Eメールで同  
課(☎syougai@city.ise.mie.  
jp)へ

★  
催し物

パパとママの教室

健康課

(☎27-2435 FAX21-0683)

はじめての育児。体験を通  
じて、赤ちゃんのことを考え  
てみませんか。

とき 3月7日(日)、①9時30  
分～10時30分・②10時45分～  
11時45分

ところ 中央保健センター

対象 初妊婦と夫

内容 沐浴体験、妊婦模擬体  
験、保健師・助産師の話など  
定員 ①②とも各6組程度  
申し込み 電話またはファク  
スで同課へ

**新型コロナウイルス  
ワクチン接種について**  
(健康課 ☎27-2435 FAX21-0683)

安心してワクチン接種が受けられるよう、接  
種実施体制の整備・相談窓口設置の準備を進め  
ています。接種の詳細が決定しましたら、「広  
報いせ」や市のホームページでお知らせすると  
ともに、対象者には個別に通知をします。

手話を覚えてみよう!  
障がい福祉課(☎21-5558 FAX20-8555)

【勉強(する)・学ぶ】



手のひらを手前に向けた両手を斜め  
に立てて並べ、軽く2回前後します。  
教科書を開いている様子をイメージ  
しています。  
※手話表現の一例を紹介しています。



←市のホームページで手話動  
画を見ることができます。

みんなで手話 伊勢市 検索



文化振興課  
寶日館の講演会

(☎22-7884 FAX23-8641)

とき 3月20日(土)、14時～15  
時30分  
ところ 寶日館

内容 菅原洋一さん(三重大  
学名誉教授)による講演「二  
見浦と寶日館」の後、寶日館  
を見学します

定員 20人(先着順)  
申し込み 2月24日(水)～3月  
12日(金)に、参加者全員の氏名・  
代表者の住所・電話番号を電  
話またはファクスで同課へ

広告

青色申告についてのご質問・ご相談は

**伊勢青色申告会**  
http://www.ise-aoiro.jp/  
TEL 0596-26-0016  
伊勢市岩淵1丁目7-17 伊勢商工会議所 2階

10秒運動

いくつになっても**筋肉**をつけよう 

**医師・理学療法士・保健師**が動画を作りました!!

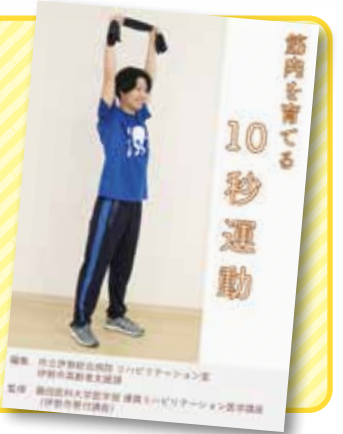
# 10秒運動で輝くあなたに!!

高齢者支援課(☎21-5707 FAX 20-8555)

市では、藤田医科大学医学部 連携リハビリテーション医学講座の監修のもと、伊勢総合病院のリハビリテーション室と高齢者支援課が協働で「10秒運動」を作成しました。

「10秒運動」とは、各動作をゆっくりと大きく行い、かつ10秒の姿勢を保持することで、ストレッチ効果と筋力の向上を図ります。自宅で無理なく体を動かすことができ、継続して行うことで活動的な生活につながります。

「10秒運動」のパンフレットを、高齢者支援課(市役所東館・1階 紫⑨番窓口)で配布しています。また、市のホームページに掲載しています。



新型コロナウイルス感染症予防のため、外出する機会が減っていますが、「10秒運動」を活用し、元気に生活を送りましょう!!



足をあげたまま10秒保持



「10秒運動」の動画を、伊勢総合病院のホームページでご覧いただけます。(市のホームページからもリンクしています)

10秒運動 伊勢病院



## 伊勢市健康医療ダイヤル24

フリーダイヤル

**0120-220-417** 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。

問い合わせ先 **健康課**

☎27-2435 FAX 21-0683

電話での相談が難しい人は、ファクスでの相談ができます。希望する人は健康課へ連絡してください。

※本サービスは、民間業者に委託して運営しています 予算額 992万6千円

### 広報いせ 第297号

発行日/令和3年2月15日  
発行/伊勢市  
編集/情報戦略局 広報広聴課  
印刷/千巻印刷産業株式会社

広報いせ発行事業費(予算額)  
3,157万5千円(22回分)

### 伊勢市情報戦略局 広報広聴課

〒516-8601 伊勢市岩渕1丁目7番29号  
☎ 0596-21-5515 (FAX) 0596-22-9699

✉ ise-koho@city.ise.mie.jp ※一部ページがないなどの落丁があった場合、広報広聴課へご連絡ください。

(URL) <https://www.city.ise.mie.jp>

視覚障がいのある人で、「声の広報いせ」「点字広報いせ」を希望する人は、障がい福祉課(☎21-5558 (FAX)20-8555)へ連絡してください。また、「声の広報いせ」は、直近1カ月分を市のホームページに掲載しています。

「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。



# 伊勢市

