

伊勢市の情報をお届けします



Ise City

広報

いせ

メス



市の鳥
インビヨドリ



オス

令和4年
(2022年)

12月1日号

No.337

10 人や国の不平等
をなくそう



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

特集

寄り添うことの魅力

障がいのある人の 暮らしを支える

～ホームヘルパーの仕事～

裏表紙
新型コロナワクチン
について
お知らせがあります。

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。(詳しくは17ページをご覧ください)

コロナ対策 伊勢市 検索

市のホームページ <https://www.city.ise.mie.jp>

伊勢市役所

検索

※伊勢市の市外局番は「0596」です。



特集 寄り添うことの魅力

障がいのある人の暮らしを支える

～ホームヘルパーの仕事～

高齢・障がい福祉課 (☎ 21-5558 FAX 20-8555)



「居宅介護事業所 ケアサービス ほっとhand」の職員の皆さん

誰もが自分らしく生きていくために

誰一人取り残さない。これは、平成27(2015)年に国連サミットで採択された持続可能な開発目標「SDGs (Sustainable Development Goals)」の理念です。

SDGsには17の目標があります。「すべての人に健康と福祉を」「人や国

暮らしを支える

障がい福祉の仕事は、障がいのある人の日常に寄り添いサポートすることで、その人はもちろん、家族や周囲の人々の幸せや暮らしづくりを支えています。特に、ホームヘルパーは、障がいのある人が暮らす自宅を訪問し、家事などの身の回りの支援や介護を行うもので、在宅で生活する障がいのある人にとって必要なものです。住み慣れた地域で「だれもが自分らしく暮らせる自立と共生のまち」を目指すには、ホームヘルパーなど福祉に関わる人たちの

の不等をなくそう」「住み続けられるまちづくりを」など、障がいのある人も、そうではない人も、健康に自分らしく生きていける社会を目指すための目標が含まれています。



「力」は欠かすことができません。大変な仕事だと思われがちですが、心からの「ありがとう」という感謝があふれ、人の役に立てる実感が得られるとても魅力のある仕事です。また、午前だけや、夕方だけなど働く時間を選べる働きやすさも魅力の一つです。

今号の特集では、障がい福祉の仕事に関心を持ってもらえるよう、障がいのある人を支援する職場で活躍する皆さんに仕事の魅力や、やりがいなどをお聞きしました。



はかりやのりこ
秤谷 憲子さん

居宅介護事業所 ケアサービス
ほっとhand (楠部町)に勤務。5年前に、子育てと両立しながら働ける同事業所に就職。現在は主に障がいの介護を担当している。

自分が思ったよりたよりの
がずっと、やりがい
喜びは溢れた
毎日です。

利用者さんが
プレゼント
してくれた
千羽鶴。

事務所に大切に
飾られている。



ヘルパーになろうと 思ったきっかけ

元々高齢者の皆さんと話すことが好きで、20代の頃、別の仕事をしながらホームヘルパー2級（現在は介護職員初任者研修課程修了）の資格を取得しました。いずれはヘルパーとして働きたいと思ってたこともあり、結婚・出産して、子どもが小学生になり、子育てと両立しながら働ける現在の事業所に就職しました。

計画を立てて支援

仕事内容としては、障がいのある人が一人で生活できるように支援しています。具体的には自宅へ訪問し、料理や掃除、洗濯などの家事を一人で行えるよう計画を立て、支援しています。

料理ができなかった人が、最初は見るだけ、次に一緒にやってみる、一人でできるようになる、そして作れる品数が増えるなど、どんどんできることが増えていく喜びを一緒

に感じることができ、「やさしくなれる」「やりがいがある」「よろこびあえる」すばらしい仕事だと思えます。

ホームヘルパーになるには

一人で利用者さんを訪問介護するには、「介護職員初任者研修課程」を修了する必要があります。研修は社会福祉協議会や自治体、企業などで行われています。

ヘルパーの多くは、指定訪問介護事業所で働いており、雇用形態には常勤・非常勤があり、短時間勤務も可能です。

県内では、ホームヘルパーとして約3,980人が働いています。

(出典:平成27年国勢調査・高齢者介護を含む)



コミュニケーションの 大切さを実感

利用者さんが私に伝えたいことを、しっかり受け取れないときは、コミュニケーションの難しさを感じます。しかし、分からないことや困ったことは、すぐに相談できる体制が職場内に整っていることで、安心して仕事を進めることができます。一人で悩むことはありません。

自分自身も成長

日々利用者さんと接し、さまざまなことを乗り越えていく中で、自分自身も気付かぬうちに成長していました。今は、子育てがメインの日常ですが、さまざまな資格にもチャレンジするなど、徐々にスキルアップも目指していきたいと考えています。また、働く時間も増やしていきたいと思っています。

心みりの
ありがとうを
わらえ子。
それはい
尽きますよ。

異業種からヘルパーへ

それまでは、いなべ市で全く違う業種の仕事をしていたのですが、43歳のときに母親が寝たきりになり、介護のため仕事を辞め伊勢に戻ってきました。

その時に、どんな仕事か自分に向けているのかを考え、周りの人たちの後押しもあり、ヘルパーをやってみようと決心しました。そして、三重県社会福祉協議会が行っている研修を活用して当時のホームヘルパー2級の資格を取得しました。それから12年、介護職を続けています。

生活全般を介助

朝、利用者さんのところへ行って、朝の身支度、部屋の



鈴木 泰彦さん

合同会社 笑和(有滝町)に勤務。43歳で母親の介護のため、仕事を辞め伊勢に帰省。ホームヘルパー2級を取得し、介護の世界へ。夜勤を含む交代勤務で働いている。

掃除、昼食を作るなど、生活全般の介助をしています。医療的なことや入浴の介助は訪問看護師と一緒に行っていきます。職員会議や、連絡ノート、介護記録などを活用し、しっかり情報共有しています。



連絡ノートに書くことで整理しながら情報共有

異業種からでもぜひチャレンジしてほしいです。

特別大変な仕事ではない

介護の現場では、直接身体に関わる人が多いので、排せつなどの介助が生理的に合わない人には難しいかと思いますが、どんな仕事でも、大変なことはあると思います。ヘルパーの仕事が、他の仕事と比べ、特別大変な仕事ではないと思います。



感謝の言葉が一番

利用者さんと私を含めたヘルパー2人で、2泊3日で東京へ行ったことができました。利用者さんが東京でのイベントに参加するためと、利用者さんの「国立国会図書館へ行く」という夢を叶えるためでした。道中不測の事態もありましたが、無事目的を達成し、とても喜んでくれました。

ヘルパーの仕事は「心からのありがとう」をもらえる仕事です。利用者さんだけでなく、その家族からも感謝さ

れることが非常に多くて、それがやりがいになっています。

料理も「できる」ヘルパーに

利用者さんに作る料理をもっと上手になることが今の目標です。掃除など他のことは一通りできますが、料理はこれまでやってこなかったもので、本当に難しいです。めげずに健康面を考えて煮物などにもチャレンジをしています。料理を食べて「おいしい! また作って!」と言ってもらえるように、がんばっています。

働いていない皆さんが対象

三重県社会福祉協議会による研修

三重県社会福祉協議会の三重県福祉人材センターでは、福祉・介護職場の人材不足を改善するため、県内の福祉・介護職場への就労意欲のある現在働いていない人を対象に、介護職員初任者研修などの開催および就労支援を行っています。



詳しくは、/



三重県福祉人材センター 初任者研修 検索

きっかけは実習

元々福祉分野に興味があり、高校も大学も福祉系でした。大学で障がい者福祉施設に実習で行ったとき、障がいの皆さんがバンドを組み、笑顔で音楽活動をしているのを見て、「とても生き生きしていて楽しそう！」と感動しました。笑顔があふれる姿を見たことがきっかけで障がい者福祉に興味を持ちました。

さまざまな業務を経験

始めは、利用者さんの生活を介助する業務、その後、計画を立てる業務、そして施設を管理する立場と段階を踏んで経験してきました。今は、利用者さんと職員がどうやったら楽しくうまくできるかということを考えるなど、職員の教育も担当しています。職

利用者さん

自分らしく

笑顔

なれり施設い！



おくむら ひろみ 奥村 比呂美さん

二見生活介護支援センター 潮音(二見町茶屋)に勤務。高校・大学と福祉系へ進み、その後、障がい者福祉の道へ。同センターの立ち上げから携わり、現在は副施設長として活躍中。

員それぞれの個性を大切に、全員が意見を出しやすい雰囲気づくりを進めています。



奥村さんお気に入りの「スヌーズレン室」。音楽や映像などで利用者さんの聴覚・視覚などに働きかけることができます。

利用者さんが

前向きになれる施設に

今後、利用者さんの特技や楽しんでいることを地域に発信できる場を作ったりするなど、利用者さんがやりたいことができ、また行きたいと思える施設にしたいです。利用者さんが将来を考えると

に笑顔で前向きになれるようになってもらいたいです。

人との関わりを

楽しめる人はヘルパーに

明るい人、静かに黙々と仕事を人、前職は全く違う業種の人など、さまざまな皆さんと働ければよいなと思っています。利用者さんの年齢も幅広く、いろいろな要望に答えることができたらなと思います。ただ共通して、人が好きな人、人と関わることを楽しめる人はヘルパーになってほしいと思います。



利用者さんと職員が力を合わせて制作した富士山のちぎり絵

ヘルパーへの道を応援

各種支援制度

全額返済免除
の場合あり

20万円を無利子貸し付け 障害福祉分野就職支援金

障がい福祉の仕事に就職するための費用を上限20万円が無利子貸し付けを行っています。また、障がい福祉職員(利用者に直接サービスを提供する人)として2年間勤務することで返済が全額免除されます。

主な対象者

介護職未経験者、無資格で働いていた人や無職の人で、介護職員初任者研修などを修了し、障害福祉サービス事業所等に障がい福祉職員として就職した人

問い合わせ先

三重県社会福祉協議会
(☎ 059-227-5145 (FAX) 059-227-6618)

障害福祉分野就職 三重 検索



研修に50,000円を補助 介護職員研修費助成

「介護職員初任者研修」「生活援助従事者研修」「居宅介護職員初任者研修等」の受講料・教材費を上限50,000円で補助しています。

主な対象者

研修修了後1年以内に市内介護事業所等に3カ月間継続して勤務している人

問い合わせ先

高齢・障がい福祉課
(☎ 21-5558 (FAX) 20-8555)
介護保険課
(☎ 21-5560 (FAX) 20-8555)

介護 研修 助成 伊勢市 検索



その他、障がい福祉のヘルパーとして就職・研修受講などをお考えの皆さんは、高齢・障がい福祉課(☎21-5558 (FAX) 20-8555)へ問い合わせてください。



※この特集は、伊勢市障害者施策推進協議会(自立支援部会 人材確保・養成チーム)と連携して制作しました。

12月3日～9日は

障害者週間

高齢・障がい福祉課
(☎21-5558 FAX)20-8555)

「障害者週間」とは、誰もが地域で安心して暮らせることを目指し、「障がいのある人についての理解」を深めてもらうとともに、障がいのある人がさまざまな活動に参加できることを目的に定められました。市では「障がいがあってもなくても、だれもが自分らしく暮らすことができる自立と共生のまち いせ」を目指して、障がい者サポーターの取り組みを実施しています。



障がい者サポーター

障がいの特性を知り、障がいのある人が困っていることや必要とする配慮を理解し、日常生活でちょっとした配慮を実践する人たちのことです。これまで障がいについて知る機会や、障がいのある人と接する機会がなかった皆さんにも、サポーターの活動を通して理解を深めていただき、支援につなげる取り組みです。

障がい者サポーターになるためには、「障がい者サポーター養成講座」を受講していただく必要があります。講座を実施する際には「広報いせ」などでお知らせします。

共生社会に関するパネル展

障害者週間に合わせ、共生社会に向けた市の取り組みなどを紹介するパネル展を開催します。

とき 11月24日(木)～12月9日(金)[土・日曜日を除く]

ところ 市役所本館・1階 市民ホール

災害時、地域で支え合うために

避難行動要支援者制度

高齢・障がい福祉課 (☎21-5559・21-5558 FAX)20-8555)

避難行動要支援者制度とは

災害時に自身や家族の支援だけでは安全に避難することが困難で、特に支援を必要とする高齢者・障がいのある皆さんなど(避難行動要支援者)を、地域で支える制度です。

市では、あらかじめ避難行動要支援者の名簿を作成します。その名簿に登録された人のうち、情報提供に同意をした人の名簿を「防災ささえあい名簿」とし、平常時から自治会や民生委員などの地域の支援者(避難支援等関係者)に提供します。

避難支援等関係者は、この名簿を基に、日頃の見守りや地域の防災訓練などを通じて、災害時に円滑に避難支援などが実施できる支援体制づくりを行います。



避難行動要支援者の該当要件

(在宅で生活しており、①～⑦のいずれか1項目以上に該当する人)

- ①75歳以上の高齢者のみで構成される世帯の人
- ②要介護3以上の認定を受けている人
- ③身体障害者手帳(肢体・内部障がい1・2級または視覚・聴覚障がい1～3級)の交付を受けている人
- ④療育手帳(程度区分A1またはA2)の交付を受けている人
- ⑤精神障害者保健福祉手帳(1級)の交付を受けている人
- ⑥特定医療費(指定難病)受給者証の交付を受けている人のうち人工呼吸器などを装着している人
- ⑦これらに準じる状態で、自ら支援が必要であることを申し出た人

ご注意! 施設・病院などへの長期入所・入院の人は対象外です。

情報提供の同意の意思を確認する書類を送付します

12月中旬ごろに、上の①～⑥の要件に該当し「防災ささえあい名簿」に登録されていない人へ、**黄色の封筒**で同名簿の情報提供に関する同意の意思を確認する書類を送付します。

内容などを確認のうえ回答し、同封の返信用封筒で返送をお願いします。

まちの計画への 意見を募集!

都市計画課 (☎21-5591 FAX 21-5585)

市では、次のとおり計画の策定を進めています。

- (1)伊勢市駅・宇治山田駅周辺におけるバリアフリー化
……伊勢市バリアフリー基本構想【伊勢市駅・宇治山田駅周辺地区】
- (2)持続可能な都市経営を可能とするコンパクトシティの実現
……伊勢市立地適正化計画(改定)

このたび、その案がまとまりましたので、意見を募集します。

募集期間 11月25日(金)～12月26日(月)

提出資格 市内在住または通勤・通学している人、および利害関係者

提出方法 住所・氏名・電話番号・意見を記入(様式は自由)し、直接またはオンライン申請・郵送(〒516-8601 岩渕1丁目7-29)・ファクス・Eメール(☐toshikei@city.ise.mie.jp)で同課へ

案の縦覧 案は意見の募集期間中、同課、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、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。伊勢市バリアフリー基本構想は高齢・障がい福祉課、福祉健康センターでもご覧いただけます。また、市のホームページに掲載します。



伊勢市バリアフリー
基本構想



伊勢市
立地適正化計画

12月4日～10日は人権週間

人権政策課 (☎21-5545 FAX 21-5555)

国では12月4日～10日を「人権週間」と定め、この時期に全国各地で、シンポジウムや講演会を開催するなど、さまざまな啓発活動が行われています。

皆さんもこの機会に、お互いを尊重し合うことの大切さや、身近な人権課題について考え、誰もが生き生きと暮らせる社会を目指しましょう。

12月10日～16日は

北朝鮮人権侵害問題啓発週間

拉致問題は、国民の生命と安全に関わる重大な問題です。私たち一人一人が拉致問題に関心を持って声を上げ続けることが、解決への一歩となります。

この機会に、拉致問題について考えてみましょう。

特設人権相談所

津地方法務局伊勢支局内・伊勢人権擁護委員協議会
(☎・FAX 28-6158)

隣近所のもめ事や家族間の問題、体罰やいじめ、職場でのハラスメント、DVなど、さまざまな人権に関する相談窓口を毎月設けています。(35ページ参照)

相談は無料で、秘密は厳守しますので、気軽に相談してください。

人権講演会

とき 12月10日(出)
14:00～16:10
(開場は13:30)

ところ いせトピア・多目的ホール

内容 人権作文の朗読、人権尊重啓発ポスター・標語表彰式、講演「スポーツと人権～可能性への挑戦～」[講師：舞の海 秀平さん(元小結・舞の海)]

定員 350人(当日先着順)

※事前申し込みは不要です。
※手話通訳・要約筆記通訳があります。



図書館へ行こう!

時とき 所ところ 対対象 内内容 定定員 申申し込み

指定管理委託料 1億3,728万7千円
入館者数 約29万5千人(令和3年度)

伊勢図書館



☎ 21-0077 開館時間 9時～19時
FAX 21-0078 休館日 毎週水曜日、第2金曜日

12月28日(水)～令和5年1月4日(水)は年末年始などのため休館

上映会

時12月11日(日)、14時～(開場は13時45分)
所2階・視聴覚室 内「マイ・ダディ」(116分)
出演：ムロツヨシ、奈緒、毎熊克哉 ほか ※敬称略
定40人(当日先着順)

冬休み子ども映画会

時12月25日(日)、14時～(開場は13時45分) 所2階・視聴覚室
内「ピーターパン」(アニメ・75分) 製作総指揮：ウオルト・ディズニー 定40人(当日先着順)

小俣図書館



☎ 29-3900 開館時間 9時～19時
FAX 29-3902 休館日 毎週火曜日、第2金曜日

12月29日(木)～令和5年1月4日(水)は年末年始などのため休館

おはなし会

- ①赤ちゃんおはなし会
時12月8日(木)、11時～ 定10組(先着順)
申12月2日(金)・9時から、直接または電話で同館へ
※保護者のみ、マスクの着用をお願いします。
※当日、発熱や咳などの症状がないか体調を確認のうえ、参加してください。
- ②たんぽぽおはなし会 時12月10日(土)、15時～
- ③ピッポの会・紙芝居 時12月18日(日)、11時～
定各20人程度(②③とも先着順・当日会議室で受け付け)
※場所は、①～③とも2階・会議室です。

上映会

とき	内 容
12月17日(土)、15時～	「永遠のニシパ」(88分) 出演：松本潤、深田恭子 ほか ※敬称略
12月18日(日)、15時～	「はらぺこあおむし」(日本語吹き替え・アニメ・33分)

所2階・視聴覚室
定各20人程度(先着順・当日視聴覚室で受け付け)

図書館おはなし会&工作

時12月24日(土)、15時～ 所2階・会議室 対3歳～小学生(就学前の子どもは保護者同伴) 内おはなしの後、折り紙で「絵馬」を作ります 定20人程度(先着順・当日会議室で受け付け)

おはなし会

時毎週土曜日、14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
1週目 皇學館大学のおにいさん・おねえさんによるおはなし会
2～4週目 読み聞かせボランティアおはなしプーさんによるおはなし会

クリスマスおはなし会

時12月17日(土)、14時～ 所2階・視聴覚室
対3歳～小学生(就学前の子どもは保護者同伴)
内いつものおはなし会がパワーアップ! A L Tによる英語絵本の読み聞かせや工作もあります(サンタクロースがやって来ます) [小学校低学年向け] 定15人(先着順) 申12月3日(土)・9時から、直接または電話・ファクスで同館へ

あかちゃんえほんのじかん

時12月22日(木)、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

開本招福! 伊勢図書館 福袋

時12月22日(木)～令和5年1月7日(土)
所カウンター前特設コーナー 内図書館スタッフが選んだおすすめ本の福袋が、期間・数量限定で登場! どんな本が入っているかは開けてからのお楽しみ!
※1人につき1袋・3冊入り(3冊分の貸し出しとなります)。

「夢にむかってジャンプ! カルタ」を作ろう!

令和5年のうさぎ年にちなんで、「夢にむかってジャンプ! カルタ」を描いてくれる人を募集します。
みんなが描いたカルタは館内で展示し、令和5年1月9日(祝)の「夢にむかってジャンプ! カルタ大会」で使います。
募集期間 12月1日(木)～28日(水) 申同館カウンターで、カルタ用紙を45人(先着順)に配布します

夢にむかってジャンプ! カルタ大会

時令和5年1月9日(祝)、14時30分～ 所2階・会議室
対小学生以下(文が一人で読める子ども) 内12月に「夢にむかってジャンプ! カルタ」を作ろう!」で募集したカルタを使って、カルタ遊びをします! カルタが好きな子はぜひ来てね! 定10人(先着順)
申12月11日(日)・9時から、直接または電話で同館へ

クリスマス赤ちゃんおはなし会

時12月17日(土)、①10時30分～・②11時30分～
所2階・会議室 対2歳以下の子どものとその保護者
内クリスマス絵本の読み聞かせをします(サンタクロースがやって来ます) 定各10組(先着順)
申12月3日(土)・9時から、直接または電話で同館へ

クリスマスおはなし会

時12月25日(日)、15時～(開場は14時45分) 所2階・会議室
対令和4年度に3歳になる子ども～小学生 内クリスマス絵本の読み聞かせをします(サンタクロースがやって来ます) 定10人(先着順)
申12月4日(日)・9時から、直接または電話で同館へ

紙芝居を楽しもう

時伊勢図書館…12月6日(火)、11時～ 小俣図書館…12月7日(水)、15時30分～ 所伊勢図書館…1階・おはなしコーナー 小俣図書館…2階・会議室 内12月7日は「世界KAMISHIBAIの日」です。紙芝居文化の会・紙芝居ピッポの会による、紙芝居の読み聞かせを行います 定各20人(先着順・当日各会場で受け付け)

両館共通

まちづくり
講演会

まち 若者が伊勢を元気に！ やってみよう、地域の活動！

オンライン参加可能
参加無料

伊勢のまちの将来を担う若者や地域活動に参加した経験がない人、また、まちづくり協議会や自治会の活動を行っている人にもその魅力や楽しさを知ってもらうための講演会を開催します。

市民交流課 (☎ 21-5563 FAX 21-5642)

と き 12月18日(日)、14:00~15:30
ところ ハートプラザみその・多目的ホール
※オンライン(ZOOM)でも参加できます。
講師 若新 雄純 さん
わかしん ゆうじゆん
(株式会社NEWYOUTH代表取締役)
定員 150人(先着順) [オンライン参加は定員なし]



申し込み
12月1日(休)・8:30~12日(月)・
17:15に、上の二次元コードから
オンライン申請、または直接・
電話・ファクスで同課へ

小学生のみんな! あつまれ!!



御園こども広場

電気工作教室

ハートプラザみその内・こども広場(☎・FAX 22-7355)

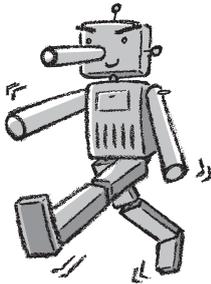
ユニークな二足歩行ロボットを作ります。自分で作ったロボットを動かして遊ぼう!

と き 12月17日(土)、14:00~15:30ごろ
ところ ハートプラザみその・2階 保健会議室
対象 市内の小学生
※1~3年生は保護者同伴。4~6年生の保護者もお越しいただけます。

講師 伊勢おもちゃ病院
定員 10人(先着順)
参加費 500円

※当日集金しますので、おつりのないよう準備してください。

申し込み 12月3日(土)~16日(金)に、直接または電話で同広場へ



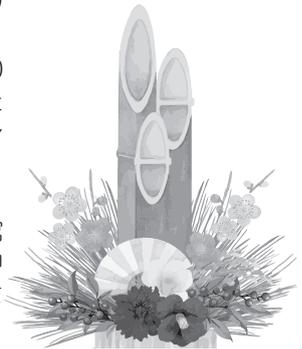
ミニ門松づくり

中央児童センター(☎27-2422・FAX 27-2412)

自然の竹や南天などを使って、ミニ門松を作ろう!

と き 12月18日(日)、13:30~15:00
ところ 中央児童センター(福祉健康センター・3階)
対象 市内の小学生
講師 宮田 周平さん
定員 10人程度(先着順)
参加費 無料

申し込み 12月1日(休)・9:00から、直接または電話で同センターへ
※12月5日(月)・12日(月)は休館日のため、申し込みできません。



広告



伊勢校



馬瀬校



明野校

今月から新年度の
生徒募集を
開始します。

小学生から5教科を指導する本格的な塾!



エース・スクール

伊勢校(辻久留本部)
伊勢市辻久留1-9-14

TEL(0596)27・0236(代)

詳しくはホームページを
ご覧ください。

エーススクール 検索



～ママ安心サポートいせ～ パパとママの教室

健康課 (☎27-2435 FAX 21-0683)

これから始まるはじめての育児。いろいろな体験を通して赤ちゃんとの生活を考えてみませんか。

とき 令和5年1月31日(火)

①9:15～10:15・②10:45～11:45

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

※マスクを着用してお越しください。

定員 各回6組程度

申し込み 右記の二次元コードからオンライン申請、または電話・ファクスで健康課へ



～子どもと一緒に遊ぼう～ 親子リフレッシュ

いせトピア (☎21-0900 FAX 21-0909)

いせトピアでは、毎月2回・木曜日(※2月は1回のみ)に、就学前の子どもと保護者を対象に「親子リフレッシュ教室」を開催しています。

とき 12月8日・22日・令和5年1月12日・26日・2月9日・3月9日・23日、10:30～11:20(受け付けは10:10～10:25)

ところ いせトピア・3階 研修室

内容 わらべ歌遊び・歌遊び・体操・「いろいろな物を作って遊ぼう」など

※事前申し込みは不要です。

※周りとの距離を保つため、親子で座れる小さめのレジャーシートを持参してください。

※受け付け時、感染予防のため名簿(名前[保護者・子ども]、電話番号)記入をお願いします。

子育てのひろば

このコーナーでは、主に妊婦の皆さんから就学までの子どもがいる保護者の皆さんを中心に、役に立つ情報をまとめてお知らせします。



あそぼう教室 音楽あそび

中央児童センター (☎27-2422 FAX 27-2412)

幼児とその保護者の皆さんが対象の行事です。音楽に親しみながら、触れ合い遊びを楽しみましょう。

とき 12月15日(休)、10:30～11:10

ところ 中央児童センター(福祉健康センター・3階)

対象 1歳以上の幼児とその保護者(市内在住または勤務)

講師 光田 真知子さん

定員 20人程度(先着順)

申し込み 12月1日(休)・9:00から、直接または電話で中央児童センターへ
※12月5日(月)・12日(月)は休館日のため、申し込みできません。



子どもに関する相談窓口

内容	とき	ところ	問い合わせ先
おしゃべりタイム ※要予約 (妊婦さん・産後ママの交流会)	毎週水曜日 ①10:00～11:00 ②11:00～12:00	中央保健センター (ママ☆ほっとテラス)	
おっぱい相談会 ※要予約(助産師による個別相談)	毎週木曜日 10:00～12:00		
子育て相談(巡回) ※要予約 (妊産婦・乳幼児期の保健 [身体計測・栄養相談など])	12月 6日(火)	9:30～11:00	二見老人福祉センター
	12月13日(火)		中央保健センター
	12月20日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	ハートプラザみその
	12月27日(火)		小俣保健センター
子育て支援(乳幼児期の子育て全般)	月曜日を除く	9:00～16:00	子育て支援センターきらら館 (☎22-5592)
ひとり親 ※窓口での相談は要予約	月～金曜日	9:00～17:00	子育て応援課 (市役所東館・2階)
	第2・4月曜日	9:00～19:00	
子どもの発達 ※要予約	月～金曜日	8:30～17:15	こども発達支援室 (福祉健康センター・3階) こども発達支援室 (☎63-5444 FAX 27-0058)

令和5年度 公立幼稚園の入園児を二次募集

教育総務課 (☎22-7875 FAX23-8641)

令和5年度より公立幼稚園では長期休業期間中に預かり保育を実施する予定です(別途預かり保育料が必要)。

※預かり保育を実施しない日程もあります。詳しくは各園へ問い合わせてください。



入園資格

市内に住所を有し、次の要件を満たす幼児

- 5歳児…平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ
- 4歳児…平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ
- 3歳児…平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ

募集人数

下表のとおり

申し込み

12月1日(木)～16日(金)[土・日曜日を除く]・8:30～17:00に、入園願書(各幼稚園にあります)に必要な事項を記入し、入園を希望する幼稚園へ
※詳しくは、各幼稚園へ問い合わせてください。

公立幼稚園一覧

園名	所在地	電話番号	募集人数		
			3歳児	4歳児	5歳児
小俣幼稚園	小俣町本町1	22-4902	36人	46人	47人
明野幼稚園	小俣町明野1481	38-1234	12人	14人	10人

※募集人数は、11月7日時点のものです。増減する場合がありますので、必ず入園を希望する幼稚園へ問い合わせてください。

私立幼稚園・認定こども園の入園児を募集

入園手続きなど詳しくは、各園へ問い合わせてください。

※園や学年によっては定員に達している場合がありますので、詳しくは各園へ問い合わせてください。

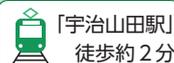
※中島こども園、修道こども園については、既に定員に達しています。



私立幼稚園・認定こども園一覧

園名	所在地	電話番号
常盤幼稚園	岩瀬1丁目6-32	28-4420
まるこ幼稚園	一之木1丁目8-3	28-5310
神宮高倉山幼稚園	八日市場町17-20	28-4248
神宮五十鈴川幼稚園	宇治中之切町38-2	22-4550
双康幼稚園	黒瀬町562-13	22-7890
修道こども園(1号認定)	楠部町48-40	28-1565
有緋こども園(1号認定)	船江2丁目2-29	23-5225
中島こども園(1号認定)	中島2丁目13-4	28-2438
めいりんこども園(1号認定)	岡本1丁目18-65	28-4094
マリアこども園(1号認定)	岡本1丁目2-33	25-7490
暁の星こども園(1号認定)	小俣町本町1336	22-0689
和順こども園(1号認定)	小俣町元町214-3	28-1121
ゆたかこども園(1号認定)	御園町王中島23	22-3480

シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢からのお知らせ



シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢 (☎ 28-5105 FAX 28-5106)

中川賢一 × 新居由佳梨 2台ピアノのひみつ

とき 令和5年1月9日(祝)、14:00~(開場は13:30)
ところ シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢・大ホール



内容 【出演】中川賢一さん、新居由佳梨さん

2台のピアノでお届けするクラシックコンサート！クラシックの名曲はもちろんのこと、あまり知られていない隠れた名曲も披露！出演者の楽しいトークも満載！お気軽にお越しください♪

料金 (全席自由)一般…1,000円、高校生以下…500円 ※3歳以下の子どもは、保護者の膝上は無料です。

申し込み 直接または電話で同館へ

かんぶん寄席

笑福亭鉄瓶独演会 2023 春



とき 令和5年2月26日(日)、14:00~(開場は13:30)

ところ シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢・大会議室

内容 今春話題の若手落語家「笑福亭鉄瓶」が、落語の聖地伊勢に笑いを運びにやって来ます。今回の「かんぶん寄席」は、アットホームで特別な空間を設え、寄席の雰囲気をお楽しみいただきます。

定員 200人

料金 (全席指定)一般…1,500円、高校生以下…500円、友の会一般…1,200円、友の会高校生以下…400円
※購入は1人4枚までです。

※就学前の子どもは入場できません。

申し込み 12月10日(土)・10:00から電話予約開始、13:00から会館窓口にて受け付け。申し込み後2週間以内にチケット代金を持参し、同館窓口へお越しください。

対象 市内在住または通勤・通学している15歳以上の人(中学生を除く)で、期間中休まず受講できる人

内容 バレトンは、素足でフィットネス・バレエ・ヨガの動きを音楽に合わせて流れるように動きます。代謝アップやバランス能力・柔軟性向上の効果があるといわれています。

運動不足になりがちな寒い季節にバレトンで心と体を温めて、スッキリ心地よい汗を一緒にかきませんか？

とき 令和5年1月17日~3月14日の毎週火曜日、13時30分~14時15分(全8回)

※3月7日は休講です。

ところ 小俣農村環境改善センター・1階多目的ホール

※本講座は、会場参加だけでなく自宅などのオンライン参加も可能です。外出するのが大変、会場が遠いなどと思っている人も自宅で気軽に参加できます。

令和4年度公民館講座 体ぽかぽかバレトン講座

社会教育課 (☎ 22-7886 FAX 23-8641)

令和4年度公民館講座

受講生募集！
オンライン参加可能

講師 鈴木恵美さん

定員 会場15人(オンライン参加は定員なし)

受講料 1000円(オンライン参加は無料)

持ち物 ヨガマット(大きめのバスタオルでも可)、飲み物、タオル

申し込み 12月9日(金)まで(はがきの場合、消印有効)に、左の二次元コードからオンライン申請、または往復はがきに①会場参加またはオンライン参加、②住所、③氏名(ふりがな)、④生年月日、⑤日中連絡が取れる電話番号を記入し、同課(〒519-0059

2 小俣町元町540)へ

抽選と結果

会場参加について、申し込み多数の場合は、12月16日(金)・14時から小俣公民館・2階会議室で抽選を行い、その様子を公開します。抽選結果は、応募者全員にEメールまたは返信用はがきでお知らせします。



公民館講座

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。

三十三ふるさと三重文化賞受賞記念公演 劇団伊勢 第77回公演「倭姫ものがたり」

劇団伊勢(☎090-4082-5480 FAX 22-8488)

時 12月10日(出)、19:00～(18:30開場)・11日(日)、11:00～(10:30開場) 所 小俣図書館・2階 ホール

内 家族と離れ、御杖代として生きる倭姫が共に旅した人々、巡行地で倭姫と出会った人々、それぞれの人生を描きながら、倭姫の功績を多くの人に知ってもらう機会となるよう、史実と創作を交えた作品として上演します

料 1,300円(前売り1,000円)

第4回いせランフェスタ

いせランフェスタ大会事務局(☎080-3653-3618)

時 12月30日(金)、8:30～12:00(予備日:令和5年2月5日(日)) 所 三重交通グループスポーツの杜伊勢 周回コース

対 制限時間内に完走できる見込みの健康な人

内 ハーフマラソン(高校生以上)、3kmファンラン(小学生以上)、3km(中学生)、1.6kmファンラン(小学生以上)、1.6km ファミリーラン(小学生以下と成人)、1.2km(小学生)、0.8km ファミリーラン(小学生以下と成人)

定 各種目100人、ファミリーランは100組 料 ハーフマラソン(2,500円)、3km ファンラン(1,000円)、中学生3km(800円)、1.6kmファンラン(1,000円)、1.6kmファミリーラン3人(2,500円)・2人(2,000円)、1.2km(500円)、0.8km ファミリーラン3人(2,000円)・2人(1,500円)

申 12月18日(日)までに、

右の二次元コードから申し込み



いせ冬休み小中高生将棋大会

南勢ジュニア将棋サークル 河村さん(☎090-7031-3786)

時 12月24日(土)、9:15～17:00 所 労働福祉会館・2階 大会議室(勢田町613-13) 対 高校生以下(対局ができる就学前の子どもも可) 内 子どもの将棋大会です。棋力に応じたクラス分けがありますので、初心者から参加できます。将棋を指したい子どもたち、集まれ!

料 500円

申 日本将棋連盟三重県支部連合会のホームページ(URL) <https://mie-shogi.com> 内の事前登録ページから申し込み(当日受け付けも可能)

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。

ガールスカウト団員募集

ガールスカウト三重県第1団 宮川さん
(☎090-2611-1730 FAX 24-1764)

時 月2回程度の活動

所 神宮スカウト育成会館(岡本町313)を中心に市内外で活動

対 令和5年度に年長世代～小学校低学年程度の子

内 年代に合わせたさまざまな活動を行っています。12月11日(日)に体験集会を実施!詳しくは同団・宮川さんへ問い合わせてください。

料 入会費1,000円 ※会費は年代によって異なります。

第46回雅楽部定期演奏会

皇學館大学雅楽部 鏡味さん(☎080-1584-5832)

雅楽の奥深さを体感しに、ぜひ演奏会にお越しください!

時 12月18日(日)、13:30～15:00

所 皇學館大学・記念講堂

定 100人(先着順) 申 不要

※最新の情報はTwitter アカウント(@kogakkangk)を確認してください。

卓球を楽しむ同好会

火曜卓球クラブ 金曜卓球同好会 加藤さん(☎22-3316)

時 毎週火曜日・金曜日、13:30～15:30

所 三重交通グループスポーツの杜伊勢・体育館

内 卓球を通じて健康的な生活の輪を広げましょう。見学も大歓迎です。※事前に問い合わせのうえ、お越しください。

料 各曜日とも、1カ月1,000円

「えぼしサロン」開催のお知らせ

認定NPO法人ときわ会 藍ちゃんの家
(☎20-5155 FAX 20-5165)

時 毎月第3木曜日、10:00～12:00ごろ

所 藍ちゃんの家(宮町1丁目8-19) 対 市内在住の人

内 12月15日…伊勢産の藁でしめ縄リース作り、令和5年1月19日…牛乳パックで花器作り、2月16日…朗読会&雛飾り作り、3月16日…手作りホウキ 定 12人(先着順)

料 各回500～1,500円程度

申 当月1日～開催3日前までに、

電話で藍ちゃんの家へ



しめ縄リース 作品例

時とき 所ところ 対対象 内内容 定定員 料料金 申申し込み

イベント掲示板 & みんなの広場 掲載申し込み締め切り

2月1日号 → 12月15日(日)

2月15日号 → 12月28日(日)

学校給食調理士を募集

学校教育課(☎22-7882 FAX)23-8641)



次のとおり、学校給食調理士を募集しています。小学生のために、おいしい給食づくりを手伝ってもらえませんか？

- 就業場所** 市内の小学校
- 仕事内容** 給食室内での調理業務など
- 募集人数** 3人程度(資格不要)
- 申し込み** 応募者本人が直接ハローワークへ
※詳しくは、同課へ問い合わせてください。

大学生等奨学金返還支援事業 助成金の募集のお知らせ

三重県戦略企画総務課 (059)224-2009)

三重県では、若者の県内定着を促進するため、「過疎地域など指定地域への居住」や「県内での居住および県内産業への就業」などの条件を満たした場合、大学生等の奨学金返還額の一部を助成します。

詳しくは、県のホームページをご覧ください。



【対象者】

学生 大学院、大学、短期大学、高等専門学校、専門学校の最終学年または、その1年前の在学中で就業先が決まっていない人

既卒者 大学等卒業後3年以内の人のうち、Uターンとなる県外居住者で就業先(県内)が決まっていない人

【対象奨学金】

日本学生支援機構 第一種奨学金 など

【助成金額】

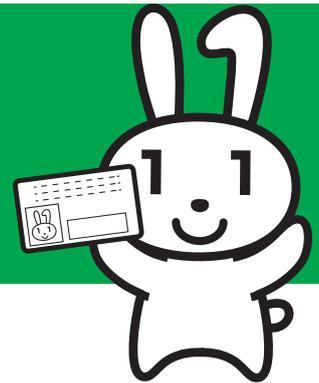
借受奨学金総額の1/4 (上限100万円)

※居住および就業の条件を満たし、4年経過後に助成金額の1/3、8年経過後に残額を交付

【募集人数】40人 【募集締切】令和5年1月16日(月)

マイナンバーカード 出張申請サポートを実施します

戸籍住民課(☎21-5721 FAX)21-0010)



マイナンバーカードの出張申請サポート会場を開設します。予約不要で、無料で写真撮影も行います。ぜひ利用してください。

とき	ところ
12月 3日(土)・4日(日)・5日(月)・17日(土)・18日(日)・19日(月)	イオンタウン伊勢ララパーク・1階 伊勢市社会福祉協議会 サテライトげんこころーむ 横
12月 10日(土)・11日(日)・12日(月)・24日(土)・25日(日)・26日(月)	ミタス伊勢・催事場(船江1丁目471-1)

受付時間 10:00~16:00

- 持ち物**
- ・本人確認書類(運転免許証、健康保険証 など)
 - ・通知カードまたは個人番号通知書
 - ・マイナンバーカード交付申請書(持っている人)

※詳しくは右の二次元コードから、確認してください。



畳・ふすま・障子・クロス・カーテン・内装のことなら藤原屋へ!



畳は傷んでいませんか?
藤原屋は生産地(熊本県)に向き「国産の安全・安心な畳」をお届けします。

藤原屋

<ショールーム・事務所> TEL(0596)38-1173 <創業地>
伊勢市村松1379-59 FAX(0596)38-1170 伊勢市河崎

お気軽にお電話ください!

0120(28)4531

藤原屋ホームページ
http://fujiiwaraya-ise.jp

伊勢の畳屋



村田自動車がいらない **車買いとります!**

まずは急いでお電話下さい!

査定無料!



☎0596-42-1805



住所 〒519-0606 伊勢市二見町荘370-1
営業時間 9:30~19:00 定休日 火曜日

広告

市役所本館 1階

コンビニ交付サービスの利用ができます!

戸籍住民課 (☎ 21-5721 FAX 21-0010)

12月1日(木)に、市役所本館・1階にコンビニ交付サービス対応のマルチコピー機を設置します。コンビニ交付で取得可能な証明書を、申請書の記載不要・簡単操作・窓口での待ち時間不要で取得できます。

お近くのコンビニなどのマルチコピー機でも、同様の操作で利用していただけます。大変便利なサービスですので、ぜひ活用してください。



【利用できる時間】

開庁日の8:30~17:15(システム保守日は除く)

※コンビニ交付サービスを利用するには、マイナンバーカード本体と有効な利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁)の入力が必要です。

※取得できる証明書は、コンビニエンスストアなどで取得できる証明書と同様です。



詳しくは、市のホームページをご覧ください。

価格高騰の影響を受けた世帯の人へ

エネルギー・食料品などの価格高騰の影響を受けた世帯の負担を軽減するため、以下の給付金を支給します。9月30日時点で、市に住民登録のある世帯主の人が、次のどちらかの給付を受けることができます。

◆電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金(1世帯あたり5万円)

臨時特別給付金室・支援給付金担当
(☎63-6756 FAX 28-9020)

支給対象

①令和4年度住民税(均等割)が非課税の世帯

対象となる世帯主宛てに、11月10日付けで市から「支給要件確認書」または「申請書」を送付しています。内容を確認し、支給要件に該当する場合は必要事項を記入し、添付書類とともに返信用封筒で返送してください。

②予期せず家計が急変し世帯全員が住民税非課税相当となった世帯

令和4年1月から12月までの、任意の1カ月の収入または所得が減少し、世帯全員の年間収入または所得が住民税非課税相当水準以下となった場合に対象となります。市のホームページまたは臨時特別給付金室・福祉総務課などに備え付けの申請書に必要事項を記入し、添付書類とともに郵送または臨時特別給付金室へ持参してください。

※審査の結果、支給要件に該当しない場合があります。また、①と②を重複して給付を受けることはできません。

提出期限 令和5年1月31日(火)

◆伊勢市物価高騰生活応援給付金(1世帯あたり1万円) 市独自事業

臨時特別給付金室・応援給付金担当
(☎63-6755 FAX 28-9020)

支給対象

「電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金」の支給対象とならない世帯

対象となる世帯主宛てに、11月17日付けで伊勢市物価高騰生活応援給付金「振込口座確認書」を送付しています。内容を確認し、対象確認欄で該当となる場合は必要事項を記入し、記載された提出方法に従って、提出してください。

提出期限 令和5年2月28日(火)

広告

焼肉 げんちゃん
ODORIBA

ランチがお得!! コーヒーサービス中

若どりランチ.....693円
Aセット.....880円
ハラミ・若鳥
焼き野菜・ミニサラダ・ライス(小)・スープ

Bセット.....1,408円
ハラミ・若鳥・ホルモン
焼き野菜・ミニサラダ・ライス(小)・スープ

Cセット.....1,628円
カルビ・若鳥・ハラミ
焼き野菜・ミニサラダ・ライス(小)・スープ

TEL 0596-22-7729
営業時間 11:00~14:00 (LO13:45) / 17:00~21:30 (LO20:30) 定休:水曜日

散水調査などを行い、雨漏りの原因を徹底説明(無料)し、お見積りします!

止まらない雨漏りは無い

雨漏り修理専門 5,000件の調査実績 10年間無料メンテ

FM三重で毎週水曜放送! 雨漏り18時12分

情熱リノベーション

0120-246-194
8:00~20:00 (365日対応)
【本社】津市久居野村町515-3

代表 小河

雨漏り診断士 水谷

健康づくり通信

みんな笑顔 伊勢の元気人

申し込み・問い合わせ (8時30分～17時15分)

健康課(中央保健センター)

(八日市場町・福祉健康センター内)

(☎27-2435 FAX21-0683)

参加費などの記載のないものは無料



11日は健康の日

ヘルスメイト料理講習会

伊勢市健康マイレージ対象事業

とき・ところ・定員・申込期限 下表のとおり

対象 市内在住の人

テーマ おせち料理

参加費 500円(当日持参)

持ち物 エプロン、三角巾、

マスク、米(1/2カップ)、

保冷剤や保冷バッグ(必要な人)

申し込み 11月28日(月)8時30

分より、左の二次元コードから

オンライン申請または、電

話・ファクスで健康課へ

話・ファクスで健康課へ



ヘルスメイト料理講習会

とき	ところ	定員 (先着順)	申込期限
12月13日(火)	小俣保健センター	15人	12月7日(水)
12月15日(木)	福祉健康センター	10人	12月9日(金)
12月16日(金)	ハートプラザみその	15人	12月12日(月)

※いずれも時間は、10:00～13:00です。
 ※当日は必ず自宅で検温をお願いします。
 ※料理は持ち帰りとなります。

中学生による
「たばここと健康に関する
ポスター」
上位入賞作品

たばこを吸うと、肺がんをはじめ、心臓病やCOPD(慢性閉塞性肺疾患)、脳卒中などの病気にかかりやすいこと

◆伊勢市長賞



宮田 桜行さん
(港中1年)



西村 麻莉菜さん
(御園中2年)



小林 咲良さん
(伊勢宮川中3年)

◆伊勢地区医師会長賞



福島 蓮翔さん
(港中1年)



松岡 光希さん
(五十鈴中2年)



前川 鈴さん
(港中3年)

が明らかになっています。また、たばこを吸う人だけでなく、受動喫煙により吸わない人の健康にも悪影響を与えます。
 市では、一般社団法人伊勢地区医師会と伊勢市民健康会議の共催で、禁煙・分煙・防煙の啓発のため、市内の中学

◆伊勢市民健康会議会長賞



四ツ谷 芽紗さん
(港中1年)



荻田 真菜さん
(五十鈴中2年)



坂上 歩未さん
(倉田山中3年)

生からポスターを募集しました。今年には245点の作品の応募がありました。市長賞をはじめ、上位3賞の作品は次のとおりです。また、入賞作品は市のホームページに掲載しています。

若年者のがん患者在宅支援
サービス費助成事業

40歳未満の、末期のがん患者の人が、住み慣れた自宅で日常生活が送れるよう、在宅での生活支援に必要な費用の助成をします。

内容

対象となる在宅支援サービス

- ・訪問介護
- ・訪問入浴介護
- ・福祉用具の貸与
- ・福祉用具の購入

助成金の額

対象サービス利用料・購入費の10分の9（1円未満切り捨て）で、1カ月当たり5万4千円を上限（償還払い）※利用者が生活保護受給者である場合は、10分の10で、1カ月当たり6万円を上限とします。

事前に利用申請し、決定を受けた日以降に利用したサービスが助成対象となります。詳しくは、健康課へ問い合わせてください。

新型コロナウイルス感染症が心配 ～発熱などの症状がある場合～

- ①外出を控え、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。 ※電話での相談が難しい場合は、ファクス(FAX)059-224-2344またはEメール(✉kansenta@pref.mie.lg.jp)で相談してください。
- ②相談する医療機関に迷う場合は「受診・相談センター(伊勢保健所) [☎27-5140]」へ相談してください。(土・日曜日・祝日も対応) ※検査は、診察などの結果で必要と判断した場合に実施となります。

主な相談など

とき	ところ
①成人健康相談・成人栄養相談(成人栄養相談は要予約)	
12月8日(木)	ハートプラザみその 中央保健センター
12月15日(木)	
②エイズ、梅毒、B型・C型肝炎検査(完全予約制)	
12月13日(火)	伊勢保健所 (県伊勢庁舎内)
12月27日(火)	

対 象 ①市内在住の人、②県内在住の人
問い合わせ ①健康課(☎27-2435、FAX21-0683)
②伊勢保健所(☎27-5137、FAX27-5253)

休日・夜間応急診療所(八日市場町)
内科・小児科(☎・FAX 25-8795)、歯科(☎・FAX 27-0829)

診療科目	診療日時	備考	
内科・小児科	月～土曜日	19:30～22:00	内科医1人体制
	日曜日・祝日	10:00～12:00	
	12月31日 ～1月3日	13:00～17:00 19:30～22:00	
歯科	日曜日・祝日	10:00～12:00	-
	12月31日 ～1月3日	13:00～17:00	

※上記の診療時間を過ぎると受け付け・診察できませんので、早めにお越しください。
※特別警報発表時など、気象状況により臨時休診となることがありますので、事前に確認してください。
※発熱の症状で受診する場合は、事前に問い合わせてください。症状や状況により、屋外または車中での待機をお願いしたり診察をさせていただく場合があります。
※新型コロナウイルス感染症による影響のため、インフルエンザの検査は行いません(インフルエンザに関する診察は行います)。また、新型コロナウイルス感染症の検査も行いません。

総務省消防庁 全国版救急受診アプリ「Q助」
症状の緊急度をすばやく判定！救急車を呼ぶ目安にしてください。

Q助 検索



予算額 成人健康相談・成人栄養相談(24回分)7万5千円、
休日・夜間応急診療所1億2,174万7千円(うち診療所収入・
他町分担金9,609万6千円)

- 上表の時間・診療科目以外の診察を受けたい場合は、次へ問い合わせてください。
・救急医療情報センター ☎059-229-1199
※つながりにくい場合は、時間をおいてかけ直してください。
- ・医療ネットみえのホームページからも、今現在で診療可能な医療機関を検索できます。
<https://www.qq.pref.mie.lg.jp>
・医療ネットみえ 自動音声・FAX案内サービス ☎0800-100-1199(通話料無料)
- みえ子ども医療ダイヤルでは、医療関係者が子どもの急な病気や事故・薬に関する電話相談を受けています。
相談時間 毎日、19:30～翌日8:00
電話番号 ☎#8000、☎059-232-9955

広告

イメージキャラクター アキヨシくん



株式会社 AS110 AS設備工業
水廻りのトラブル
「安心修理」
お見積無料
<http://www.as110.co.jp>
〒516-0012 三重県伊勢市通町42-1 AS110ビル

水道110番 0120-454-110

よい工事 110番

日頃の感謝を込めて「広報いせ」お客様限定[年末キャンペーン]

基本料金が 半額 ¥6,000 → ¥3,000 (期間:12/1～12/31まで)

水道・蛇口の漏れ

蛇口からの水漏れ。
接続部分からの水漏れ。

基本料金 ¥3,000 (税別)

トイレのトラブル

流れが悪い。つまっている。
タンクからチョロチョロ音がする。
水の流れが悪い。

基本料金 ¥3,000 (税別)



豆腐ソースのグラタン

健康課 (☎27-2435 FAX 21-0683)



1人分の栄養価

165 kcal

- たんぱく質 11.2g
- 脂質 9.1g
- 炭水化物 13.5g
- 塩分 0.9g



卵や豆腐にはたんぱく質、
きのこには食物繊維、
緑黄色野菜には抗酸化ビタミンが
豊富に含まれます。

できたてアツアツを食べて、体を温めましょう。

材料【2人分】

- 玉ねぎ …………… 70g
- しめじ …………… 60g
- ブロccoli …………… 60g
- ミニトマト …………… 2個
- ゆで卵 …………… 1個
- オリーブ油 …………… 小さじ1
- 絹ごし豆腐 …… 1/4丁(110g)
- 薄力粉 …………… 大さじ1
- ④ ● 顆粒コンソメ … 小さじ1
- 牛乳 …………… 大さじ3
- ピザ用チーズ … 10g



作り方

- ① 玉ねぎは薄くスライスする。しめじは石づきを取ってほぐす。
- ② ブロccoliは食べやすい大きさに切って、ゆでる。
- ③ ミニトマトは3等分、ゆで卵は6等分の輪切りにする。
- ④ ④を合わせてボウルに入れ、滑らかになるまで泡だて器でよく混ぜる。
- ⑤ フライパンにオリーブ油を熱して、①を弱火で炒める。食材に火が通ったら、④を加える。周りがふつふつとしてきたら火を止める。※焦げないように注意する。
- ⑥ 耐熱皿に②⑤を入れ、③とピザ用チーズをのせる。トースターに入れ、焦げ目がつくまで5分ほど焼く。



免疫力アップのための食事のポイント

バランスの良い食事

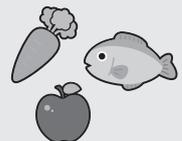
主食・主菜・副菜のそろった適量の食事は、健康を維持する基本です。



抗酸化ビタミンを取る

抗酸化作用をもつビタミンA・C・Eは、免疫細胞を増やし、活性化させる働きがあります。

- 【例】ビタミンA：レバー・緑黄色野菜 など
 ビタミンC：緑黄色野菜・果物 など
 ビタミンE：魚介類・ナッツ など



良質のたんぱく質を取る

免疫細胞や、ウイルスの侵入を防ぐ皮膚や粘膜をつくる材料となるのがたんぱく質です。



- 【例】肉・魚・卵・大豆製品 など

体を温める食材を取る

血流が良くなると、免疫細胞の働きが活性化します。

- 【例】^{しょうが}生姜・唐辛子・温かい料理 など



※治療中の人は、医師の指示を守ってください。

市のホームページで、バックナンバーや「季節の野菜レシピ動画」を見ることができます。



← 低カロリー・バランス食レシピ 伊勢市 検索 Q

季節の野菜レシピ動画 伊勢市 検索 Q →



生活サポートセンターあゆみ(八日市場町13-1) 〔福祉健康センター・1階〕	☎63-5224	FAX 27-2412
地域福祉係	☎63-5334	FAX 27-2415
中部支所(八日市場町13-1)	☎27-2425	FAX 27-2412
東部支所(二見町茶屋456-2)	☎43-5551	FAX 43-4427
西部支所(小俣町元町536)	☎27-0509	FAX 27-0570
北部支所(御園町長屋2767)	☎22-6617	FAX 22-6604
伊勢市ボランティアセンター・げんこころ一む(小木町曾祢538) 〔イオンタウン伊勢ララパーク・1階〕	☎63-6370	FAX 65-6121

伊勢市社会福祉協議会

伊勢社協

検索



<https://ise-shakyo.jp>

じぶんの町を良くするしくみ

三重の赤い羽根募金百貨店プロジェクト



伊勢市の地域福祉
(居場所など)を

地域住民

と

企業

と

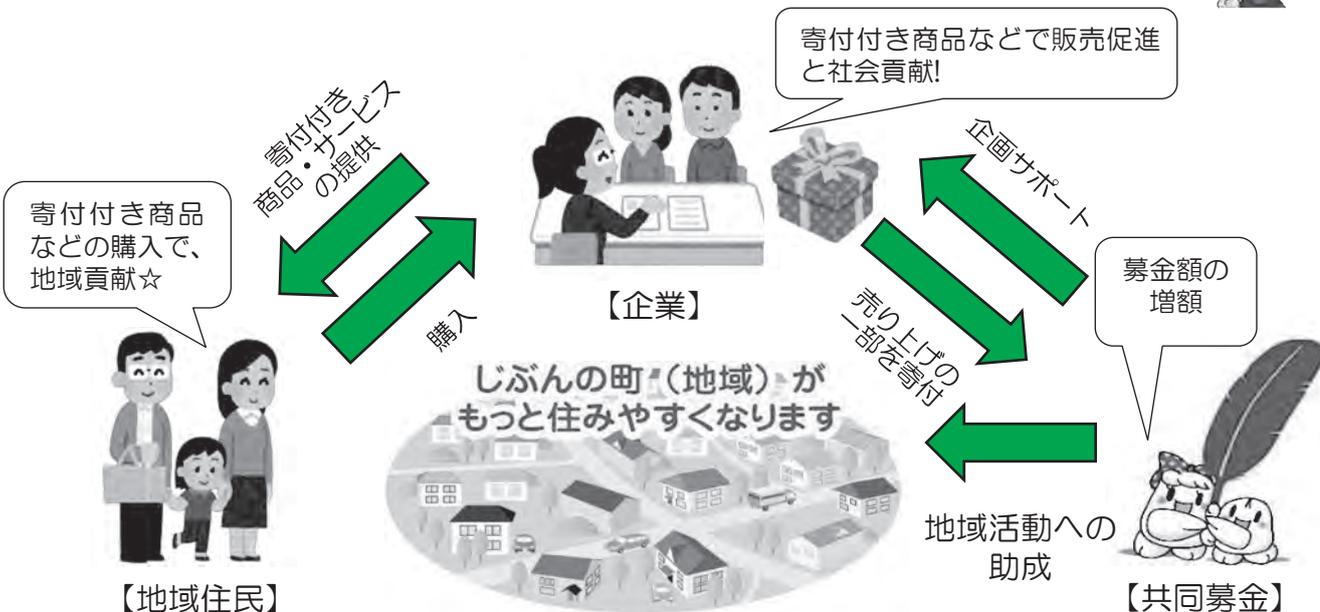
共同募金

で一緒に支える取り組みです!

三重の赤い羽根募金百貨店プロジェクトとは・・・

市民の皆さんが「寄付付き商品やサービス」を購入すると、企業にとっては販売促進となり、「売上げの一部が寄付」されることで、地域社会の貢献につながる仕組みです。

皆様のご協力をお願いします。



ご協力いただいた募金は、どなたでも気軽に集える地域の「居場所づくり」に使わせていただいています。
ご協力いただける企業などを募集しています。よろしくお願いします。



地域の居場所(集いの場)

ふれあい・いきいきサロン活動

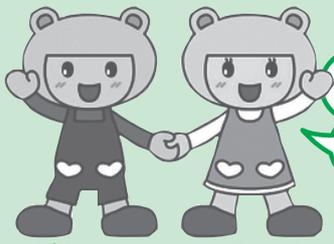


高齢者会食会



43種類の商品やサービスがあります!詳しくは、下の二次元コードから、伊勢市社会福祉協議会のホームページをご覧ください。





げんきくん こころちゃん

●伊勢社協マスコットキャラクター

「げんここ地域福祉通信」は、地域福祉情報をお伝えするコーナーです。

社協はげんきな
こころ応援します

げん

令和4年8月「夏休みちよこっと福祉体験inララパーク」開催!

福祉への理解と関心を高めることを目的として、市内の小学4年生から高校3年生を対象に実施しました。また来年も開催しますので、ぜひ参加してください。

点訳体験

点字の歴史やルールを学べて良かったです。



アイマスク体験と介助体験

感覚を頼りに状況を把握する難しさと同時に、介助する側の声の掛け方を学びました。



ボッチャ体験

伝えようとする気持ちが大切だということ学びました。



ボッチャは頭を使うスポーツでした。

手話体験



リサイクル体験

牛乳パックで自分だけの小物入れを作りました。



他にもたくさんの体験を実施しました。ご協力いただいたボランティアの皆さんや参加者の皆さん、本当にありがとうございました。



市の人事行政の運営状況を公表

職員数について……職員課 人事係 (☎21-5505 FAX 21-5522)
給与について…職員課 給与厚生係 (☎21-5506 FAX 21-5522)

市民の皆さんに、市職員の給与や職員数などについて知っていただき、人事行政の透明性を高めるため、そのあらましをお知らせします。

※詳しくは、市のホームページに掲載しています。 [人事行政](#) [伊勢市](#) [検索](#)

◆職員数と主な増減理由

(各年4月1日現在)

		職員数		対前年 増減数	主な増減理由
		令和4年	令和3年		
一般行政 部門	議会	7人	7人	±0人	●国体終了に伴う減 ●新型コロナウイルス感 染症関連業務などに よる増
	総務	169人	200人	-31人	
	税務	49人	48人	+1人	
	民生	246人	238人	+8人	
	衛生	75人	72人	+3人	
	労働	2人	2人	±0人	
	農林水産	23人	23人	±0人	
	商工	29人	27人	+2人	
	土木	93人	92人	+1人	
	小計	693人	709人	-16人	
特別行政 部門	教育	105人	101人	+4人	●業務の見直しなどに よる増
	消防	199人	199人	±0人	
	小計	304人	300人	+4人	
公営企業等 会計部門	病院	433人	435人	-2人	●業務の見直し、効率化 などによる減
	水道	34人	36人	-2人	
	下水道ほか	74人	75人	-1人	
	小計	541人	546人	-5人	
合計		1,538人	1,555人	-17人	

市の職員数については、業務量の増加、多様化・高度化する市民ニーズに的確に対応した行政サービスを提供できる体制を維持するために、平成26年度から「伊

職員数など

勢市職員の定員管理の基本的な考え方」に基づき、定員の管理を行っています。なお、令和3年4月1日(令和4年4月1日)で、総職員数(消防・病院職員を除く)は15人の減員となりました。

※職員数は定員管理調査で報告した常勤の一般職に該当する職員数です。

◆採用者数と退職者数

	令和4年4月1日 採用者数	令和3年4月1日 採用者数	令和3年度退職者数			
			定年退職	早期退職	普通退職ほか	合計
一般行政など	26人	39人	24人	1人	15人	40人
教育	8人	9人	1人	0人	10人	11人
病院	20人	28人	0人	1人	21人	22人
消防	7人	4人	7人	0人	0人	7人
合計	61人	80人	32人	2人	46人	80人

◆再任用の状況

(令和4年4月1日現在)

	フルタイム 勤務職員	短時間 勤務職員	合計
一般行政 など	1人	40人	41人
教育	0人	0人	0人
病院	7人	6人	13人
消防	0人	6人	6人
合計	8人	52人	60人

◆職員の分限処分・懲戒処分

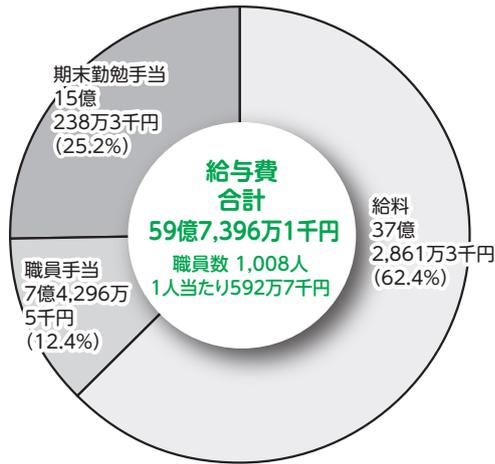
(令和3年度)

	分限処分			懲戒処分			
	免職	降任	休職	免職	停職	減給	戒告
市長部局など	0人	0人	8人	0人	0人	0人	0人
教育	0人	0人	2人	0人	0人	0人	0人
合計	0人	0人	10人	0人	0人	0人	0人

※ 分限処分は、病気などのため、職員が職責を十分に果たすことができない場合に、公務能率を維持することを目的として行う職員に対する不利益処分です。

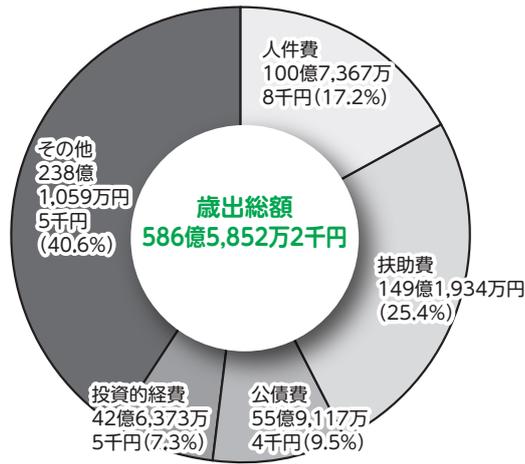
※ 懲戒処分は、職員が公務員としてふさわしくない非違行為をした場合に、公務秩序を維持し、その職員の責任を問うことを目的として行う職員に対する制裁措置です。

常勤の一般職員の給与費内訳
(令和3年度一般会計決算額)



※職員手当には、退職手当・退職手当組合負担金・児童手当は含んでいません。
 ※給与費には、任期付職員および再任用職員の給与費を含めていますが、職員数は再任用職員を含んでいません。
 ※会計年度任用職員は非常勤の一般職員であり、上の表には含んでいません。

人件費の割合
(令和3年度一般会計決算額)



※人件費には、一般職員の給与のほか、市長・副市長・教育長の給与や、議員・その他の非常勤特別職の報酬を含んでいます。

市職員の給与は、民間事業所や国・県・他市町とのバランスを考慮して条例などで定められています。

給与など

◆ 職員の初任給、経験年数・学歴別平均給料月額、平均給料月額

(令和4年4月1日現在)

	初任給	経験年数・学歴別平均給料月額			平均給料月額 (平均年齢)
		10年	15年	20年	
伊勢市	大学卒	188,700円	253,433円	288,340円	324,300円 (42歳6カ月)
	高校卒	160,100円	239,200円	257,700円	
三重県	大学卒	189,200円	271,348円	362,945円	333,355円 (44歳0カ月)
	高校卒	154,900円	228,015円	307,900円	

※病院職員・消防職員・保育職員・再任用職員などを除く一般行政職員(主に事務職員)の金額です。

◆ 等級ごとの職員数

(令和4年4月1日現在)

等級(職務)	職名	職員数	小計	
1級 (定型的な業務を行う職務)	職員	23人	23人	4.7%
2級 (特に高度な知識または経験を必要とする業務を行う職務)	職員	92人	92人	18.6%
3級(主事の職務)	主事	124人	124人	25.1%
4級(係長または主査の職務)	係長	56人	112人	22.6%
	主査	54人		
	支所長	2人		
	指導主事	0人		
5級 (課長補佐または主幹の職務)	課長補佐	11人	60人	12.1%
	主幹	49人		
6級 (課長または副参事の職務)	課長	32人	56人	11.3%
	副参事	18人		
	室長	1人		
	教育研究所長	1人		
	議会事務局次長	1人		
	委員会等の事務局長	3人		
7級(次長または参事の職務)	次長	3人	14人	2.8%
	参事	8人		
	総合支所長	3人		
8級(部長の職務)	部長	10人	14人	2.8%
	理事	2人		
	会計管理者	1人		
	議会事務局長	1人		
合計			495人	100%

※病院職員・消防職員・保育職員などを除く一般行政職員の職員数です。

◆ 期末勤勉手当

(令和4年4月1日現在)

期別	期末手当	勤勉手当	合計
6月期	1.20月分 (0.675月分)	0.950月分 (0.450月分)	2.150月分 (1.125月分)
12月期	1.20月分 (0.675月分)	0.950月分 (0.450月分)	2.150月分 (1.125月分)

※職制上の段階・職務の等級などによる加算措置あり。(加算割合5~15%)
 ※()内は、再任用職員の支給割合です。

◆ 時間外勤務手当

(令和3年度決算額)

支給総額	3億2,912万3千円
[対象職員1人当たり]	37万2,733円]

※対象職員：883人

◆ 退職手当

(令和4年4月1日現在)

	自己都合	定年・応募認定
最高限度額	47.709月分	47.709月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分

※定年前早期退職特例措置(2~45%加算)あり。

※1人当たりの平均支給額(令和3年度決算額)
 自己都合 685万8千円
 定年など 2,105万9千円

◆特別職の報酬等

(令和4年4月1日現在)

	給料月額	期末手当	退職手当
市長	1,006,000円	6月期 2.15月分	450/100×勤務年数×給料月額
副市長	780,000円	12月期 2.15月分	280/100×勤務年数×給料月額
教育長	678,000円	(20%の加算措置あり)	200/100×勤務年数×給料月額
議長	564,000円	6月期 1.625月分	※特別職の給料・報酬などは、公正を期すため、市内の各分野の代表者・有識者などで構成する「特別職報酬等審議会」で審議され、条例で定められています。
副議長	506,000円	12月期 1.625月分	
議員	448,000円	(20%の加算措置あり)	

◆管理職手当・管理職員特別勤務手当

(令和4年4月1日現在)

	管理職手当	管理職員特別勤務手当	
		休日に勤務した場合	休日以外の深夜に災害などにより勤務した場合
部長	月額 69,000円	1回につき 8,500円	1回につき 4,300円
次長・参事	月額 55,000円		
課長	月額 49,000円	1回につき 7,000円	1回につき 3,500円
副参事	月額 40,000円		

◆特殊勤務手当

(令和3年度決算額)

支給総額 2,622万9千円 (対象職員1人当たり 3万8,800円)
手当の種類(令和4年4月1日現在) ●税務等調査交渉従事手当 ●行旅病人、同死亡人取扱手当 ●こども発達支援施設勤務手当 ●清掃業務等従事手当 ●公害、防疫業務従事手当 ●危険業務従事手当 ●変則勤務手当 ●消防手当 ●災害時出動手当

◆扶養手当・住居手当・通勤手当

(令和4年4月1日現在)

	内 容
扶養手当	●子…1人につき10,000円 ●子以外の扶養親族…1人につき6,500円 ※16～22歳の扶養親族は、1人につき5,000円を加算
住居手当	●借家・借間居住者…最高支給額27,000円
通勤手当	●交通機関利用者 …定期代を全額支給(上限55,000円) ●交通用具使用者(自家用車など) …通勤距離(片道2km以上)に応じて 2,500円～23,100円

事業者の皆さんへ

知っていますか?消費税のインボイス制度!

令和5年10月から消費税のインボイス制度が始まります!令和5年10月からインボイスを交付するためには、原則として令和5年3月31日までに登録申請を行う必要があります。

〈登録を予定されている事業者の皆さんへ〉

インボイス制度は、売手と買手、双方の立場での準備が必要となります。その準備を進めるためにも、お早めにインボイス発行事業者の登録申請を検討してください。

〈登録を検討していない、または悩んでいる事業者の皆さんへ〉

以下の「インボイス制度特設サイト」および税務署などが開催する説明会などで、インボイス制度の内容をご理解いただき、インボイス発行事業者の登録を受けるかどうか検討してください。

※登録を受けるかどうかは事業者の任意です。

インボイス制度特設サイト



「制度の概要」ページには制度を解説したパンフレットや免税事業者向けのリーフレットも掲載しています。



伊勢警察署だより



伊勢警察署(☎・FAX) 20-0110

ミーポくん

年末の交通安全県民運動の実施

年末は交通の流れ・量の変化に加え、日没が早くなることから、交通事故が増加する傾向があります。また、忘年会などで飲酒の機会が増えることで、飲酒運転が絡む交通事故の発生も懸念されます。

このため、県民の皆さんに交通安全意識の高揚や交通ルールの順守、正しい交通マナーの実践に努めていただき、悲惨な交通事故を防止していくことを目的として、年末年始の交通安全県民運動を実施します。

年末の交通安全県民運動

- 運動期間 12月1日(木)～10日(出)
- 運動の重点
 - ・高齢者と子どもの交通事故防止
 - ・横断歩道における歩行者優先の徹底
 - ・シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 - ・飲酒運転の根絶

空家バンクに登録しませんか

～空家の処分や利活用をお考えの皆さんへ～

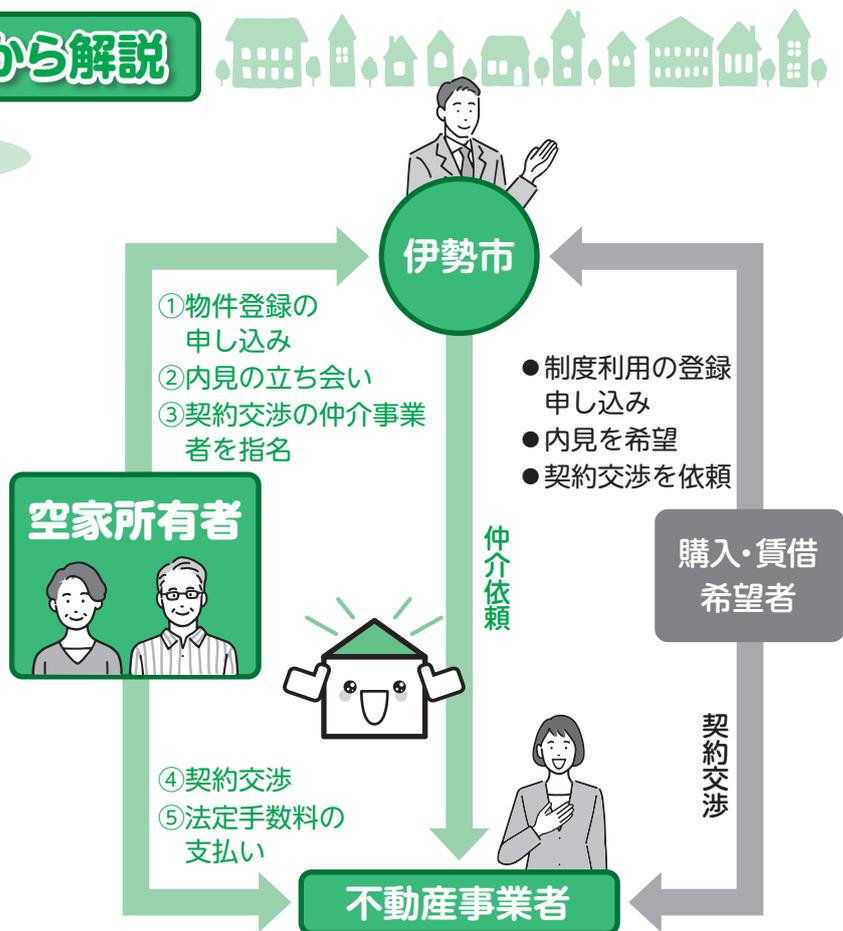
住宅政策課 (☎21-5597 FAX 21-5585)

市では、空家バンク制度により、市内の空家を「売りたい・貸したい人」と「買いたい・借りたい人」とのマッチング(引き合わせ)を行っています。

空家所有者の視点から解説

申し込みから成約までの流れ

- ① 市へ「物件登録の申し込み」をすると、市が間取り図などを作成し、市のホームページに掲載します。
- ② 市へホームページを見た購入・賃借希望者から連絡があれば、日程調整などを行い、市と一緒に「内見の立ち会い」を行います。
- ③ 購入・賃借希望者が物件を気に入った場合、市へ交渉申し込みがあります。その際は、市と協定を結んでいる不動産事業者の中から「契約交渉の仲介事業者を指名」します。
- ④ 指名した仲介事業者を通して「契約交渉」をします。
- ⑤ 交渉が成立した場合は、事業者に「法定手数料の支払い」をしていただき、成約となります。



成約実績

これまでに、空家バンクに登録いただいた46件の物件が成約しています(売買31件、賃貸借15件)。売買が難しいと思われる物件でも、希望価格などによっては、マッチングする可能性は十分にあります。

空家の利活用や処分を考えている人は、この機会に空家バンクに登録をしませんか。登録は無料です。登録の手続きなどについては、同課に問い合わせただくか、市のホームページをご覧ください。



広告

弁護士法人
愛知総合法律事務所

伊勢駅前事務所【三重弁護士会所属】

相続 遺言 交通事故 借金問題 離婚 労働 企業法務

愛知県本部、各支所合わせて弁護士40名、税理士2名、司法書士1名、社労士2名在籍



無料 法律相談

お電話、オンライン、面談での法律相談(初回)が可能です。詳しくはホームページを!

愛知総合法律事務所 伊勢駅前 検索

アクセス良好な法律事務所! 伊勢市駅から徒歩3分

☎ 0596-20-3010

受付時間: 平日 9:30 ~ 17:30
ご予約にて夜間の対応も可能

〒516-0073 三重県伊勢市吹上1丁目7番7号 きりん第6ビル 208号 URL: <https://ise.aichisogo.or.jp/> 土日のご相談は名古屋丸の内本部事務所にて承ります→052-212-5275 まで

トピアだより

いせトピア (☎ 21-0900 FAX 21-0909)

URL <https://www.isetopia.jp>



まな坊

指定管理委託料：7,672万5千円
利用者数：約9万人(令和3年度)



往復はがきの書き方

往信用表

返信用裏

63 住信	〒516-8520	いせトピア センター講座係	何も記入しないで ください。
いせトピア センター講座係			

返信用表

往信用裏

63 返信	〒000-0000	住所 氏名様	①講座No.(),講座名 ②住所 (ふりがな) ③氏名 (子ども向け講座は学年を記入) ④年齢 (子ども向け講座は学年を記入) ⑤性別 ⑥電話番号 (連絡が付きやすい番号) ⑦市外在住の場合、勤務先と電話番号を記入 ⑧子ども向け講座は保護者の氏名を記入
住所 氏名様			

※こすると消えるペンは使用しないでください。

令和5年1月開講分 いせトピア センター講座

生涯学習のきっかけづくりとして、27ページの表のとおり、講座を開催します。

対象 市内在住または通勤・通学している15歳以上の人で、開講期間を通して受講できる人(中学生を除く)

※子ども向け講座の対象は、小中学生です。

※子ども向け講座の対象は、小中学生です。

※子ども向け講座の親子が対象の講座では、必ず子ども1人に対し保護者1人が付いてください。それ以外の講座は、子ども連れで受講はできません。

申し込み 12月6日(火)当日消印有効(までに、いせトピアのホームページ(11月25日)より公開)から、または往復はがきに必要事項(左図参照)を記入し、いせトピアへ

※1人何講座でも応募できますが、1枚の往復はがきで1人1講座の申し込みになります。また、同一講座への重複申し込みは無効となります。

※過去1年間に同一講座を受講した人(受講中にキャンセルした人を含む)は申し込みできません(例外もあります)。

NEWが付いている講座は申し込み可能です。

※応募者以外の人は受講できません。

※車いすなど配慮が必要な場合は、お知らせください。内容により、介助の人の付き添いをお願いすることがあります。

抽選について
申し込み多数の場合は、12月13日(火)14時から、いせトピア1階会議室1で抽選を行います。※抽選はご覧いただけます。

受講可否のお知らせ
抽選後の12月15日(木)に、応募者全員にお知らせ(ホームページからの申し込みはEメールで、往復はがきでの申し込みは返信用はがきで)します。返信が届かない場合は、問い合わせてください。

2次募集について
定員に満たない講座は2次募集を行います。
12月20日(火)から講座開講日の1週間前まで、電話または窓口で先着順に受け付けます。(受付時間：8時30分～22時)

※12月20日(火)8時30分～9時30分は、電話での受け付けのみとします。

※2次募集は、受け付け後の連絡はしませんので、日程・準備物などはご確認ください。

※2次募集は、過去1年間に同一講座を受講した人や、鳥羽市・志摩市・玉城町・度会町・大紀町・南伊勢町・明和町在住の15歳以上の人も応募できます。このことは、伊勢志摩定住自立圏における取り組みの一つです。

※各講座の応募状況は、いせトピアへ問い合わせてください。

講座の中止について
2次募集をしても応募者が少ない講座は、中止する場合があります。

キャンセル・欠席について
講座開講日の1週間前までをキャンセル可能期間とし、それ以降のキャンセルについては、受講料・材料費などを徴収します。また、徴収後に欠席・キャンセルをした場合、返金はしませんのでご了承ください。

その他

- 講師・日程・時間・材料費などを変更することがあります。
- 大雨特別警報・暴風警報などが発表された場合または、施設に避難所が開設された場合は休講となります。

参加無料

※一部材料費が必要なコーナーがあります。

令和4年度 いせトピア 子ども新春まつり

とき 令和5年1月8日(日) 午前の部…10:00～12:00 午後の部…13:00～15:00

ところ いせトピア

申し込み要

※詳しくは、チラシ・いせトピアのホームページをご覧ください。
※チラシは、市内の保育所(園)・こども園・幼稚園・小学校に配布予定です。
※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、中止となる場合があります。

短期講座 受講料：5回以上の講座は1,000円(別途教材費が必要な講座あり)

No.	講座名	内容			
		とき	開講日	場所	定員
		講師(敬称略)	持ち物		
1	骨盤リセットヨガ <1部> ※女性対象	骨盤調整を中心に体のバランスを整えていくヨガです。初心者でも安心して参加してください。 ※過去に申し込み多数のため、これまでに受講した人は申し込みできません。			
2	骨盤リセットヨガ <2部> ※女性対象	第1・3木曜日、<1部>13:00~14:30(全5回) <2部>14:15~15:15(全5回) ※1月は第3木曜日のみ	1月19日	和室	各6人
		石倉 亜紀	運動のできる服装、ヨガマット、上掛け用のバスタオルまたはブランケット、飲み物、タオル、5本指の靴下(はだし可)		
3	NEW 健康ボイス トレーニング	「飲み込み力」をボイストレーニングで鍛えよう！複式呼吸や、簡単な発声、懐かしのあの曲を歌いながら、楽しくトレーニングします。			
		1月13日(金)・20日(金)・27日(金)、14:00~15:30(全3回)	1月13日	研修室	10人
		中川 ひろみ	筆記用具、飲み物		
4	NEW ズンバ ZUMBA	ラテン音楽を中心に、世界の音楽を取り入れたダンス・フィットネスです。日本全国にくまなく普及しており、子どもからシニアの人まで、初心者にも楽しめるプログラムです。			
		1月15日(日)、10:00~11:00	—	リハーサル室	10人
		武田 博美	運動のできる服装、運動靴(室内用)、飲み物、タオル		
5	パーソナルカラー診断 <午前の部>	マスクの色は似合ってますか？服装は無難な色ばかりでは？一人ずつカラー診断をします。自分に似合う色を知って魅力アップ。			
6	パーソナルカラー診断 <午後の部>	1月18日(水)、<午前>10:00~11:30 <午後>13:00~14:30	—	学習室3	各10人
		天野 さち	教材費500円、筆記用具、手鏡		
子ども向け講座 受講料：無料(別途材料費が必要) ※市内在住の小中学生とその保護者対象					
7	NEW 親子でパン作り <午前の部>	親子で楽しく総菜パン「ベーコンポテトカップ」を作ります。講師が作ったパンのお土産付きです。			
8	NEW 親子でパン作り <午後の部>	1月15日(日)、<午前>9:30~11:30 <午後>13:00~15:00	—	調理室	各5組
		荒木 義晃	材料費1,000円、エプロン、三角巾(バンダナ可)、布巾2枚、台布巾1枚、手拭きタオル、持ち帰り用の籠 ^{かご} など(焼きたてを持ち帰るため通気性の良いもの)もしくはお菓子の空箱などの平たいタイプの空箱など		
9	NEW 親子でサイエンス <午前の部>	電池を使わない省エネラジオを作ろう。 ※アンテナが受け取る電波のエネルギーだけで聞けるラジオです。			
10	NEW 親子でサイエンス <午後の部>	1月21日(土)、<午前>9:30~11:30 <午後>13:30~15:30	—	工芸室	各6組
		泉 勝人	材料費500円、筆記用具、はさみ		
11	NEW 親子でケーキBOX ^{ボックス} 作り	見た目はかわいいケーキ、でも実は小物入れ。親子で各自サイズ違いのおそろい布貼りBOXに仕上げます。			
		1月22日(日)、10:00~12:00	—	学習室3	10組
		山根 清美	材料費1,200円(作品2個分)、布用はさみ		

※No.1・2「骨盤リセットヨガ」・No.5・6「パーソナルカラー診断」・No.7・8「親子でパン作り」・No.9・10「親子でサイエンス」は、どちらか1つしか申し込みできません。



上下水道部からのお知らせ

水道の防寒対策をしましょう

上水道課 (☎42-1512 FAX 42-1540)

気温が氷点下になると、水道管や蛇口が凍結しやすくなります。特に、水道管が露出している場合や、建物の北側や風当たりの強い場所にある場合は注意してください。

凍結すると、水が出なくなったり、一時的に水が濁ったり、水道管が破損して漏水したりすることがあります。宅地内の漏水修理については、伊勢市指定給水装置工事事業者に依頼してください。



伊勢市指定給水装置工事事業者 検索

水道管の防寒方法

露出している水道管や蛇口に、市販されている保温材や布などを巻き、その上から、ビニールテープやガムテープを巻き付けます。

蛇口を少し開けて、少しだけ水を出しておくことで凍結しにくくなります。

※たまった水は、洗濯などの飲用以外に利用してください。

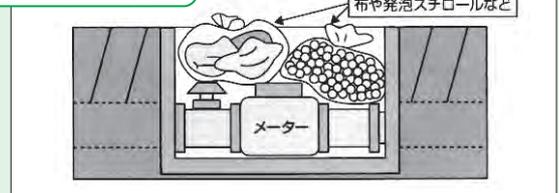
水道メーターの防寒方法

メーターボックスの中に、ビニール袋に入れた布や発泡スチロールを入れて保温してください。

水道管の保温



水道メーターの保温



水道料金のお支払いは口座振替が便利で安全です

料金課 (☎42-1501 FAX 42-1543)

水道料金および下水道使用料の納付については、納入通知書により市の窓口や取り扱い金融機関でお支払いできますが、便利な口座振替をお勧めしています。口座振替は請求月の振替ができなかった場合には、翌月に再振替を行いますので、納付忘れを防ぐことができます。また、利用できる要件はありますが、納入通知書による取り扱いコンビニエンスストアでのお支払い、スマートフォンやクレジットカードを利用したお支払いもできます。詳しくは、市のホームページ (URL) <https://www.city.ise.mie.jp/jougesuidou/info/ryokin/shiharai/index.html> に掲載しています。

水道を使用する(開始)ときや、使用をやめる(中止)ときは電話またはLINEなどで手続きできます。LINEでの手続きについて詳しくは、市のホームページ (URL) <https://www.city.ise.mie.jp/jougesuidou/info/shiyou/1011141.html> に掲載しています。

二次元コードをスマートフォンで読み取ると「伊勢市LINE公式アカウント」の友だち登録ができます。



水道の使用 LINE 伊勢 検索

片付け仕事 不用品の処分 家具移動 タンス1本から 遺品整理

引越のことなら 地元の当社に おまかせ下さい!!

<http://www.tsutaunyu.jp/>

見積り無料 小さなものからまるごと一軒

0120 FreeDial 0120-28-3001

引越 宅急便 緊急荷物 ☆一個の荷物から集配致します。

TSUTA TRANSPORT (有) つた運輸

伊勢市小俣町宮前704の3 TEL(0596)28-3000(代)

広告



！ 宅地内漏水はありませんか？

料金・検針について…料金課 (☎42-1501 FAX 42-1543)
修繕について…上水道課 (☎42-1512 FAX 42-1540)

宅地内の水道管(給水管)は、使用者の自己管理が基本です。検針結果を毎回ご確認いただき、水量などに異常がある場合は、漏水の確認をしてください。



漏水の確認方法

全ての蛇口を閉めても水道メーターの銀色のコマ(パイロット[左図参照])が回っていれば、どこかで漏水している可能性があります。

※水道メーターから蛇口までの漏水調査や修繕は、指定給水装置工事事業者へ依頼してください。なお、修繕をした場合、水道料金が減額還付されることがあります。



伊勢市指定給水装置工事事業者 [検索](#)

！ 水道メーターの検針にご協力を

料金課 (☎42-1501 FAX 42-1543)

水道料金は、各家庭や事業者の皆さんなどが使用した水量に応じて、お支払いいただいています。そのため、市から委託した検針員が2カ月に1回お伺いし、水道メーターの検針を行って、水道料金を算出しています。

また、スムーズな検針のため、次の①～⑤のご協力をお願いいたします。

- ①メーターボックスの上には、荷物などを置かないようにしてください。
- ②メーターボックスの中に泥や土が入り、メーターが埋まらないようにしてください。
- ③メーターボックス付近が雑草などで覆われないようにしてください。
- ④犬などはメーターボックスから離れたところにつないでください。
- ⑤増改築などで水道メーターが床下や屋内となる場合、留守の際に検針ができませんので、見やすい場所へ移設(有料)をお願いします。

広告

ゆうしゅうこども園
★子育て支援教室★

いす組
ママカフェ

詳しい日時等は下記 QR コードより HP をご確認ください！
皆様が安心してご参加いただけるよう、感染拡大防止の為、マスクの着用、手指消毒・検温にご協力をお願いします！

※新型コロナウイルスの情勢により中止になる場合があります HP をご確認くださいか、お電話にてお問合せください

☎ 0596-23-5225

訪問歯科診療
歯医者が施設やご自宅にお伺いいたします

安心! 医療保険+介護保険で治療が可能です
歯が痛い・入れ歯が合わない・うまく磨けない・歯茎が腫れている など…
それ以外でも口腔内のお悩みは何でもご相談ください!

杉原歯科 歯科・小児歯科・矯正歯科
お気軽にお問い合わせください!

伊勢市馬瀬町352-2
TEL・FAX (0596) 35-0805
<https://sugiharashika.com/>

デジタル政策課 (☎ 21-5569 FAX 21-5522)

受講無料

スマートフォンの購入を検討している人や、基本操作を学びたい人、もっとスマートフォンを活用したい人を対象とした、使い方講座を開催します。

少人数の講座なので、スマートフォンの電源の入れ方やインターネットなどの基本操作から、アプリやLINEの使い方などを、講師から詳しく教えてもらえます。



講座名・内容・とき・ところ・定員

右表のとおり

講師 スマホインストラクター

対象 市内在住の人

〈コース対象者〉

初心者コース：スマートフォンを持っていないが、興味がある人向け

基礎コース：スマートフォンを持っていて、基本的な使い方を知りたい人向け

応用コース：スマートフォンを持っていて、もっと使いこなしたい人向け

申し込み 12月5日(月)〔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、デジタル政策課へ

講座名	内容	とき・ところ	定員
初心者コース	基本操作、電話・カメラ、インターネット・電子申請 ※スマートフォンを持っていない人には貸出用のスマートフォンを準備します。	1月12日(木)、9:30~14:30 二見生涯学習センター 研修室4	各8人
基礎コース	インターネット・電子申請、アプリ、LINE	1月25日(水)、9:30~14:30 いせトピア 学習室2 1月30日(月)、9:30~14:30 シンフォニアテクノロジー 響ホール伊勢 小会議室1	
応用コース	地図アプリ、電子申請、LINE	1月28日(土)、9:30~14:30 二見生涯学習センター 研修室4	

【問い合わせ】コネクシオ株式会社 (☎ 090-2586-2664) ※受付時間：10時~17時(平日のみ)

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 〒516-8601 往信 岩淵1丁目7-29 デジタル政策課 行	何も記入しないでください。	63 〒000-0000 返信 住所 氏 名 様	①第1参加希望日 ②第2参加希望日 ③第3参加希望日 ④氏名(ふりがな) ⑤連絡がつかやすい電話番号 ⑥利用機種(分かる範囲で)

※希望する開催日を第1希望から第3希望まで、はがきに記入してください。
 ※スマートフォンを持っている人は、「⑥利用機種」も分かる範囲で記入してください。
 ※複数のはがきに同じ内容を記入して申し込んだ場合、重複した分については無効となります。
 ※こすると消えるペンは使用しないでください。

- 各講座の合間に休憩および昼食休憩を設けます。
- 申し込み多数の場合は、抽選となります。
- 既に9月~12月に教室を受講した人は、同一コースへの応募はできません。
- 受講の可否は、12月中旬頃、応募者全員に返信用はがきでお知らせします。
- 大雨特別警報・暴風警報などが発表された場合、または、施設に避難所が開設された場合は休講となります。
- 本事業は、コネクシオ株式会社が市から委託を受けて運営しています。本事業の運営にあたって収集した情報は本事業以外には使用しません。
- 今年度最後の募集となります。2月・3月の募集はありません。

ケーブルテレビ番組案内

伊勢市行政チャンネル(123ch)

広報広聴課(☎ 21-5515 FAX 22-9699)

特集番組

市の重要課題や市政などに関する情報をお伝えします。

12/1~31 ふるさと未来づくり~まちづくり協議会の取り組み~(16日から(は文字解説付き))

放送時間 6時・8時・11時・13時・16時・18時・21時・23時~

お知らせ番組

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 7時・9時・12時・14時・17時・19時・22時・翌日0時~

いせし健康体操

放送時間 10時・15時・20時~

※議会放送・特別番組放送時を除く。

市議会放送

市議会12月定例会本会議を、会議があった日の翌日の14時と19時から放送します。

※議会終了日の翌々日から再放送(放送時間：20時~)をします。詳しくは、議会事務局(☎21-5630 FAX 21-5631)へ問い合わせるか、市のホームページをご覧ください。

アイティービーコミュニティチャンネル(121ch)

(株)ZTV伊勢放送局(☎ 0120-222-505 FAX 27-3854)

特別番組「三重県高校駅伝大会ダイジェスト」(60分番組)

放送日時 12月9日(金)・18日(日)、21時~

いせトピ(15分番組)(月・水・金曜日の18時に更新)

地域の祭りや出来事、さまざまなイベント情報を放送します。

放送時間 6時・7時・8時・10時・11時・12時・16時・18時・19時・20時・22時・23時~ほか

※ダイジェストは翌週の月~日曜日の14時に放送します。

※12月28日(水)・16時~令和5年1月4日(水)・16時は「いせトピ」の放送はありません。

カコトピ(30分番組)(1日・8日・16日・24日に更新)

懐かしい伊勢志摩地域のトピックスを放送します。

放送時間 14時30分・23時35分~

企画番組(1日・8日・16日・24日に内容更新)

12/1~ もっと!水の惑星紀行・年寄万歳~百歳になったら~伊勢美し国から ほか

12/8~ 8ミリフィルムに残る風景・ランドスケープ① ほか

12/16~ ぐるぐるグルメ・皇學館大学大学生テレビ局 ほか

12/24~ 森の発表会・ランドスケープ② ほか

※放送内容・時間などは変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

2022 ISE COLLECTION 伊勢市芸術祭

第68回 伊勢市美術展覧会の入賞者

文化政策課 (☎22-7885 FAX) 22-3454)

10月25日～10月30日に、シンフォニアテクノロジー響ホール伊勢で伊勢市美術展覧会を開催し、2,264人の来場がありました。

上位3賞の入賞者は下表のとおりです。

伊勢市美術展覧会の入賞作品(上位3賞)

(敬称略)

平面造形			
市長賞	ラピス	堀口 昌之	伊勢市二見町
市議会議長賞	静日	上村 晃代	鳥羽市松尾町
教育長賞	work	吉村 典子	伊勢市尾上町
立体造形・工芸			
市長賞	海女140	山川 芳洋	志摩市阿児町
市議会議長賞	稜層の心象	中北 透	伊勢市馬瀬町
教育長賞	展望	長廻 武志	伊勢市小俣町
写真			
市長賞	虚構の街	中西 好一郎	伊勢市御園町
市議会議長賞	リズムに乗って	中北 幸宏	伊勢市浦口
教育長賞	終焉	西中 歩	伊勢市藤里町
書			
市長賞	千載和歌集	川端 真由加	伊勢市岡本
市議会議長賞	王維詩	小椋 雄大	伊勢市小俣町
教育長賞	李白詩	まつやま 新風	伊勢市中之町
グラフィックデザイン			
市長賞	平安な風は・林は・	しんしょう いっそう 晨鐘 一草	伊勢市中須町
市議会議長賞	月刊 平和	じやいあん jyaian	伊勢市岡本
教育長賞	灼熱海岸	ありた まさと 有田 昌人	伊勢市船江



立体造形・工芸の部
市長賞「海女140」



写真の部 市長賞「虚構の街」



グラフィックデザインの部
市長賞「平安な風は・林は・・・」



平面造形の部
市長賞「ラピス」



書の部 市長賞「千載和歌集」

世界に発信！ 伊勢市短詩型文学祭

入賞作品の展示

伊勢市の魅力を世界に発信するため、市内の小中学生の皆さんから伊勢に関するものをテーマとした短歌と俳句を募集しました。このたび、多数の応募作品の中から入賞した作品を展示します。

とき 12月8日(木)～25日(日)(休館日を除く)、9:00～19:00

ところ 伊勢図書館・2階 展示ホール



昨年度の展示の様子

広告

Webマーケティング
どこから始める? LP制作 SNS広告

Webでの販促活動はお客様の状況によって様々です。
結果に結びつく最善の道筋をご提案。
リスティング広告・LP制作・SNS広告などお任せ下さい
御社に合わせたやり方で一歩踏み出してみませんか?
今なら無料でマーケティング入門書プレゼント

千巻印刷産業株式会社 TEL 0596-26-0101
伊勢市宮後2-9-41 ちまき印刷

幼保連携型認定こども園
めいりんこども園

プチさくらんぼくらぶ さくらんぼくらぶ
要予約 AM10時～AM11時 要予約 AM10時～AM11時
12月9日(金) **12月15日(木)**
【きらきら園舎：旧豊宮崎文庫おとなり】 【にここ園舎：明倫小学校おとなり】

詳しくは WEBを ご覧ください <https://meirin-y.com/> 検索
お問合せ / 申し込み **28-4094**

情報コーナー

参加費などの記載のないものは無料



募集

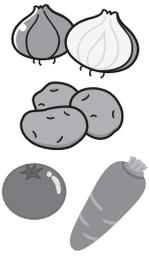
学校給食の物資納入業者を募集

学校教育課内・伊勢市学校給食協会
(☎22-17882 FAX23-8641)

伊勢市学校給食協会では、令和5年度に市内の小学校や共同調理場へ給食食材などを納入する事業者を募集しています。

対象 伊勢市学校給食協会の方針に賛同する市内の事業者
申し込み 令和5年1月12日(木)(必着)までに、申請書を、直接同課(小俣総合支所・2階)へ

※募集要項・申請書は同課にあります。また、市のホームページに掲載しています。



講座

ハロートレーニング 公共職業訓練

ポリテクセンター伊勢
(☎37-3121 FAX37-4914)

求職者の皆さんが早期に再就職できるように、ものづくり分野に特化した職業訓練を行います。

とき・内容・定員など 下表のとおり

ところ ポリテクセンター伊勢(小俣町明野685)

対象 再就職を希望し、公共職業安定所に求職申し込みをしている人

※受講料は無料ですが、別途テキスト代・作業服代が必要です。

※申し込み方法など詳しくは、同センターへ問い合わせてください。

公共職業訓練(ハロートレーニング)の受講生を募集

入所月	訓練科名	定員	訓練期間	説明会日程	入所選考日
1月	電気設備技術科(ビジネススキル講習付)	5人(注1)	令和5年1月25日(火)～8月18日(金)	12月5日(月)・12日(月)・19日(月)いずれかの日に参加してください。	12月23日(金)
	住宅リフォーム技術科(ビジネススキル講習付)	5人(注1)			
3月	ものづくりアシスト科(短時間4カ月コース)	13人	令和5年3月3日(金)～6月26日(月)	12月19日(月)・1月16日(月)・23日(月)・30日(月)いずれかの日に参加してください。	2月3日(金)

(注1) ビジネススキル講習付訓練は定員を超えて受講生を受け入れることがあります。
※入所選考後でも追加募集を行う場合がありますので、同センターへ問い合わせてください。
※2月入所の訓練科については、1月の入所状況により募集を行わないこともありますので掲載していません。詳しくは同センターのホームページで確認してください。

ドイツについて学ぼう！ ドイツ語講座

市民交流課内・伊勢市国際交流協会

(☎21-5549 FAX21-5642)

とき 令和5年1月14日(土)・28日(土)、15時～16時30分

ところ 御園公民館 学習室

(御園総合支所併設)

内容 ドイツ人講師からドイツ語の発音や基本的な語順を学ぶ初心者向けの講座です。ドイツ語圏の地理などの基本情報、旅行で使えるドイツ語などの紹介もあります。

などの紹介もあります。

催し物

二十歳のつどい(成人式)

社会教育課

(☎22-17886 FAX23-8641)

二十歳を迎えた成人を祝い、励ますため、式典を開催します。

とき 令和5年1月8日(日)

・第1部：12時～
・第2部：13時30分～
・第3部：15時～
※受け付けは各部開始30分前から行います。

ところ シンフォニアテクノ



講師 バートロメー・セバスティアンさん
定員 15人(先着順)
料金 1000円(2日分)伊勢市国際交流協会会員は600円)
※主催者都合の中止を除き、返金はできません。
申し込み 12月5日(月)～23日(金)に左の二次元コードからオンライン申請、または電話・ファクスで同協会へ

ロジール響ホール伊勢
対象 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの人(帰省中の人も参加できます)
※部ごとに対象者が異なります。詳しくは案内がき、または市のホームページをご覧ください。

※車で来場する場合は、臨時駐車場(宇治山田商業高等学校)に駐車して無料シャトルバスを利用してください。送迎する場合は、市役所駐車場を利用してください。

※マスクの着用など感染症対策にご協力をお願いします。

二十歳のつどい 伊勢 検索



昨年度の式典の様子

もったいない教室

とき	内容
1月14日(土)	牛乳パックで椅子作り
1月15日(日)	牛乳パックで椅子作り
1月21日(土)	EMぼかし作り
1月22日(日)	エプロン作り (手芸・小物教室)
2月4日(土)	廃油キャンドル・石けん作り
2月5日(日)	廃油キャンドル・石けん作り
2月11日(祝)	組ひも飾り作り
2月18日(土)	EMぼかし作り
2月19日(日)	ハギレでブローチ作り
2月25日(土)	ちぎり絵作り
2月26日(日)	エプロン作り (手芸・小物教室)
3月4日(土)	牛乳パックで小物入れ作り
3月5日(日)	牛乳パックで小物入れ作り
3月18日(土)	EMぼかし作り
3月25日(土)	EM石けん作り
3月26日(日)	エプロン作り (手芸・小物教室)

※いずれも開始時間は、10:00~です。
(終了時間は異なります)

もったいない教室
伊勢リサイクルプラザ
(☎・FAX 3812800)

ごみ減量の啓発活動を目的としてリサイクル教室を開催します。気軽に参加してください。

とき・内容 左表のとおり
ところ 伊勢リサイクルプラザ(西豊浜町653)

対象 伊勢市・明和町・玉城町・度会町に在住または通勤している人
定員 各7人(先着順)
※EMぼかし作りは15人、エプロン作りは3人です。

参加費 200円(EMぼかし作りは今年度3回まで無料)
申し込み 開催日の1カ月前から平日の9時30分~15時30分に電話で
同プラザへ



三十代いせの士業グループ
市民のための
無料相談会
産業支援センター

伊勢市に事務所を構えている、三十代の若い士業家たちが集まり、無料相談会を開催します。

とき 12月17日(出)、10時~12時
ところ 産業支援センター(朝熊町4383-469)

内容 産業支援センターの起業家支援室・準備室に入居する士業家を中心に、社会保険労務士・中小企業診断士・司法書士・行政書士・社会福祉士・ファイナンシャルプランナー・宅地建物取引士の資格を有するメンバーが対応します

実践！お客様に選ばれる店づくりセミナー
産業支援センター
(☎6315677 FAX2218851)

「入りやすい看板と入口、記憶に残るお店とは」をテーマとしたセミナーを開催します。

とき 12月17日(出)、13時30分~15時30分
ところ 産業支援センター・研修室(朝熊町4383-469)

内容 新たな顧客の「入ってみようかな」という気分を揺り動かす、来店された人に「また、あの店に行こう」と思い起こしてもらうにはどうしたらいいのか。そんな疑問への答えや改善すべきヒントがい

申し込み 12月15日(休)までに左の二次元コードからオンライン申請、または電話で同センターへ



主催 三十代 いせの士業グループ
協力 産業支援センター

「伊勢市ホームページ」・「広報いせ」に
広告を掲載しませんか？

自治体広報ならではの **メリット** →

- 地域密着型の情報発信
- 地域での知名度向上
- 自治体発信の高い信頼度

興味のある方はお気軽に
伊勢市役所広報広聴課(☎0596-21-5515)
までご相談ください!

※政治活動又は宗教活動に係るものと認められるもの、公序良俗に反するものなど、掲載をお断りする内容のものもございます。詳しくは右の二次元コードから広告募集要項をご確認ください。

広告事業 伊勢市 検索

つばいのセミナーです。
また、事前に自分のお店の看板や入口まわりの画像を送信していただければ、講師が良い点・改善点をアドバイスします

講師 佐藤玲子さん(オフィスマールエス)
定員 12人程度
申し込み 12月15日(休)までに左の二次元コードからオンライン申請、または電話で同センターへ



広告

自習力 学習習慣 やればできるという自信はちょうどの学習から生まれます。

いつか学年を超える 未知の世界にも挑戦です。 幼児から高校生まで 1人1人子供たちの未来を創る教室です。 **英検 漢検 TOEFL準会場**



勢田教室
伊勢市勢田町 608-88



厚生教室
伊勢市一志町 4-21



KUMON

勢田・厚生 教室 数学・英語・国語

TEL・FAX 0596-22-0277 (河野)

ラウンジコンサート ルバート

県営サンアリーナ
(☎22-7700)

「ルバート」とは音楽用語で「自由な速さで」という意味です。

今回は Winter Song Selection をテーマに、冬にふさわしいムード満点の音楽をラウンジでお楽しみください。

とき 12月14日(水)、19時～19時50分

ところ 県営サンアリーナ・1階ラウンジ

内容 【演奏予定曲】アヴェ・マリア・マスカーニ、ウィンターロマンス、サイレント・イヴほか

【出演】宮本裕紀子さん(フルート)、宮下礼子さん(バイオリン)、新田誠さん(ピアノ)
定員 30人(先着順)
料金 1000円

申し込み 電話で県営サンアリーナへ

※事前販売で売切れした場合、当日の販売はありません。



お知らせ

伊勢市の景観絵画・わがまち写真コンクール
入賞作品の展示

都市計画課

(☎21-55961 FAX21-55855)

伊勢市の景観絵画コンクールおよび伊勢市わがまち写真コンクールの入賞作品を次のとおり展示します。

とき・ところ

入賞作品の展示

12月7日(水)～21日(水)：イオンタウン伊勢ラパーク

12月22日(木)～26日(月)：いせトピア

12月27日(火)～令和5年1月15日(日)：ミタス伊勢

最優秀賞・優秀賞のポスター
掲示

12月10日(土)～25日(日)：市内のファミリーマート(イートインスペース設置店舗)

生活支援サポーター 養成講座

伊勢市社会福祉協議会内・伊勢市ボランティアセンター

(☎63-6370 FAX65-6121)

地域に役立つ活動をした

い・ボランティアで社会参加したい・やりがいを見つけたいなど、地域デビューのきっかけとなる「生活支援サポーター」になりませんか。

(却下)通知書を送付します。
※欠席・途中退場した場合、修了証書は交付されません。
※2日目修了後に、地域デビューのための相談ができません。

とき
①令和5年1月12日(木)・26日(木)、9時15分～16時(全2回)
②令和5年1月31日(火)・2月7日(火)、9時15分～16時(全2回)

※同講座は市の委託を受けて実施しています。

※参加は①②のいずれか

借金のお悩み電話相談

ところ ①いせトピア・多目的ホール、②御園公民館・2階 講堂(御園総合支所併設)

三重県くらし・交通安全課内・多重債務者対策協議会
(☎059-224-2400
FAX059-224-3372)

対象 市内在住で全日程に参加でき、地域での支え合い活動に興味がある人

借金のことで悩んでいる人の電話相談です。弁護士または司法書士が電話で伺います。家族・知人からの相談も受け付けます。

定員 各10人(申し込み多数の場合は抽選)

とき 12月4日(日)・11日(日)、10時～16時

持ち物 証明写真1枚(縦4cm×横3cm)※1日目に持参してください。

相談電話 ☎059-224-13180

申し込み 12月15日(木)・17時まで、左の二次元コードからオンライン申請、または電話・ファクスで同センターへ

※相談は当日のみの専用ダイヤルです。

※受講の可否は、令和5年1月5日(木)までに受講決定

※開始時間直後は相談が集中し、つながりにくくなる場合があります。時間を決めてから、かけ直してください。

※相談は無料ですが、通話料がかかります。30分程度を限度にお聞きします。

※相談は無料ですが、通話料がかかります。30分程度を限度にお聞きします。

※相談は無料ですが、通話料がかかります。30分程度を限度にお聞きします。

※相談は無料ですが、通話料がかかります。30分程度を限度にお聞きします。



※受講の可否は、令和5年1月5日(木)までに受講決定

広告

65歳以上の方で
運転免許証を自主返納された方
タクシー運賃1割引!!

野呂タクシーグループはお客様を大切にし、地域社会への貢献と地域最高のサービスの提供を目指します

野呂タクシー ☎0596-22-2188
伊勢市小俣町相合 479 http://www.noro-taxi.com

弁護士法人 心
電話・TV電話相談対応

相談料0円 (相談・遺言・交通事故被害・後遺障害・労災・障害年金・過払い金・借金・企業法務・労務・刑事事件 他)

夜間・土日祝相談可 (要予約)

相続・遺言・交通事故・後遺障害
労災・障害年金・過払い金・借金
企業法務・労務・刑事事件 他

平日9時～21時・土日祝9時～18時受付
(12/31～1/3は除く、大型連休中の休業や臨時休業もごさいます。詳細はHPをご覧ください)

0120-272-782
詳細は https://www.kokoro.law

松阪駅1分 弁護士法人 心 松阪法律事務所 <三重弁護士会>
津駅0.5分 弁護士法人 心 津法律事務所 <三重弁護士会>

松阪店 松阪屋名古屋店 近鉄四日市駅 名古屋駅 岐阜駅

12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

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

所 広報広聴課(☎21-5515)

対 市内に住所を有する人

定 8人(先着順)

申 相談日の1週間前の月曜日・8:30以降、広報広聴課へ電話または来所

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～金曜日、9:00～12:00・13:00～16:00

所 伊勢市消費生活センター(市役所東館・3階)(☎21-5717)

【認定司法書士による多重債務相談】

時 12月15日(木)、9:30～11:30

所 伊勢市消費生活センター

定 4人(先着順)

申 12月1日(木)・9:00以降、伊勢市消費生活センター(☎21-5717)へ電話

交通事故

時 12月21日(水)、13:00～

所 広報広聴課(☎21-5515)

定 4人(先着順)

申 相談日当日の8:30～14:30に、広報広聴課へ電話または来所

時 火～金曜日、9:00～12:00・13:00～16:00

所 三重県くらし・交通安全課(三重県庁・8階)(☎059-224-2201)

空家

空家の相続・活用などに関する相談

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 住宅政策課(☎21-5597)

対 市内に空家を持っている人、市内の空家を活用したい人

申 住宅政策課で受け付け後、相談内容に応じて「空き家ネットワークみえ」の構成団体が対応。詳しくは市のホームページ(「空家等に関する相談 伊勢市」で検索)をご覧ください

登記

時 12月13日(火)、13:00～

所 広報広聴課(☎21-5515)

定 6人(先着順)

申 相談日当日の8:30～15:00に、広報広聴課へ電話または来所

公証 遺言・契約証明

時 12月1日(木)、13:30～

所 広報広聴課(☎21-5515)

定 2人(先着順)

申 11月30日(水)・16:00までに、広報広聴課へ電話

時 月～金曜日、9:00～17:00

所 伊勢公証役場(岩淵2丁目5-1 三銀日ビル・5階)(☎28-6506)

※相談を希望する場合は、事前に電話で公証役場へ問い合わせてください。

行政

国・特殊法人などへの意見・要望など

時 12月13日(火)、13:00～

所 二見生涯学習センター

申 相談日当日の13:00～15:00に、二見生涯学習センターへ来所

問 二見総合支所生活福祉課(☎42-1111)

時 12月20日(火)、13:00～

所 広報広聴課(☎21-5515)

申 相談日当日の13:00～15:00に、広報広聴課へ来所

時 12月27日(火)、13:00～

所 小俣公民館

申 相談日当日の13:00～15:00に、小俣総合支所生活福祉課(☎22-7858)へ来所

人権

時 12月8日(木)、13:00～

所 広報広聴課(☎21-5515)

申 相談日当日の8:30～15:00に、広報広聴課へ電話または来所

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 津地方法務局伊勢支局(☎28-6158)

家庭児童・女性 児童虐待・DVなど

時 月～金曜日、9:00～17:00

※女性相談のみ第2・4月曜日は19:00までです。

所 こども家庭相談センター(市役所東館・2階)(☎21-5709)

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～金曜日、8:30～17:00

所 スマイルいせ(小俣総合支所・3階)

(☎22-7867)

【臨床心理士によるカウンセリング(要予約)】

時 月～金曜日、9:00～17:00

対 小中学生、保護者

スマートフォン相談窓口

スマートフォンの使い方など

時 毎週金曜日、9:00～13:00

(予約枠)8枠、各30分

所 市役所 本館・2階 2-1会議室

対 市内在住の人

申 コネクシオ株式会社(市委託業者)

(☎090-2586-2664)へ電話

就職

働くことに悩みを抱える若者の相談など

時 月・火・木～土曜日、11:00～17:00

所 いせ市民活動センター北館(いせシティプラザ)

対 49歳までの人またはその保護者

問 いせ若者就業サポートステーション(☎63-6603)

青少年 非行問題など

時 月～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)(☎22-7894)

障がい者・障がい児

福祉サービスの利用相談・日常生活の相談支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 障がい者中部地域相談支援センター「カナ」(☎21-1130、FAX 27-2412)

・障がい者東地域相談支援センター「リンク」(☎43-4400、FAX 43-4427)

・障がい者西地域相談支援センター「アルフ」(☎24-3009、FAX 27-0570)

高齢者

高齢者の介護や福祉の相談・支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 東地域包括支援センター(☎44-1165)

五十鈴地域包括支援センター(☎20-5500)

北地域包括支援センター(☎65-5070)

中部地域包括支援センター(☎27-2424)

南地域包括支援センター(☎21-0080)

西地域包括支援センター(☎20-5055)

成年後見

障がい者・高齢者の権利についての相談・支援など

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 伊勢市成年後見サポートセンターきぼう(福祉健康センター・1階)(☎21-1122、FAX 27-2412)

生活に困っている人

生活困窮・ひきこもり・ごみ屋敷など

時 月～金曜日、8:30～17:15

所 伊勢市生活サポートセンターあゆみ(福祉健康センター・1階)(☎63-5224)

ふくしなんでも相談

日常生活での困りごと・心配ごとなど

時 月～金曜日、8:30～17:00

所 ①本所ふくしなんでも相談所(社会福祉協議会本所・ハートプラザみその内)(☎20-8610)・②中部支所ふくしなんでも相談所(社会福祉協議会中部支所・福祉健康センター内)(☎63-5334)・③東部支所ふくしなんでも相談所(社会福祉協議会東部支所・二見ふれあいプラザ内)(☎43-5551)・④西部支所ふくしなんでも相談所(社会福祉協議会西部支所・小俣保健センター内)(☎27-0509)・⑤北部支所ふくしなんでも相談所(社会福祉協議会北部支所・ハートプラザみその北側事務所棟)(☎22-6617)

月～金曜日の相談は原則、祝日・振替休日・年末年始は相談を行っていません。詳しくは、各問い合わせ先へ確認してください。

※電話での問い合わせが難しい人は、広報広聴課(市役所本館・2階)(FAX 22-9699 ✉ise-koho@city.ise.mie.jp)へ問い合わせてください。

新型コロナウイルス ワクチン 接種に関するお知らせ

新型コロナウイルス ワクチン 伊勢市 検索



健康課(新型コロナウイルスワクチン接種専用) ☎21-5578 または ☎070-2248-7761・☎070-2248-7762 FAX21-5719

オミクロン株対応2価ワクチン(BA.4-5) 接種実施中!

11月から市内の集団接種・個別接種で使用するワクチンをオミクロン株対応2価ワクチン(BA.4-5)に切り替え、下記のとおり実施しています。各会場での接種予約枠には限りがありますので、早めに予約してください。これまでの2年間、年末年始に新型コロナは流行しています。年内にオミクロン株対応2価ワクチンの接種を検討してください。

【対象者】

初回(1・2回目)接種を完了した12歳以上の人で前回接種から3カ月経過した人

【予約方法】

「伊勢市相談・予約センター(☎0800-200-0115 [通話料無料])」へ電話またはWeb、LINEで予約してください。

【注意事項】

- 接種場所、使用ワクチンについては、個別に送付する案内文書、LINE アカウント「伊勢市ワクチン接種予約」からのお知らせ、市のホームページなどで確認してください。
- 接種は1人1回です。
- 接種の際は、必ず「赤枠付き予診票」を持参してください。



乳幼児の接種も実施しています

生後6カ月から4歳の人でも新型コロナウイルスワクチンを接種することができます。接種を検討してください。



【対象者】

生後6カ月から4歳の人

【予約方法】

かかりつけの小児科診療所へ電話で予約

【接種実施診療所】

神田小児科・さかとく小児科・篠塚小児科・徳田ファミリークリニック・永井こどもクリニック・花田小児科医院・ふじさとこどもクリニック・まつだこどもクリニック・やまなかこどもクリニック(順不同)

【注意事項】

- 合計3回接種して、初回接種が完了します。接種間隔は、1回目から2回目を通常3週間、2回目から3回目を8週間以上あけて接種します。特例臨時接種の実施期間である令和5年3月31日までの間に接種を完了するためには、遅くとも1月15日までに1回目の接種を受ける必要があります。
- ワクチンを受ける際には、感染症予防の効果と副反応のリスクの双方について、正しい知識を持っていただいたうえで、保護者の意思に基づいて接種を判断してください。保護者の同意なく、接種が行われることはありません。

※ワクチン接種については感染状況などによって国の方針が変わる可能性があります。詳しい内容は、市のホームページを確認してください。



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

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。

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 FAX21-0683

※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 1,194万2千円

人の動き (10月末)	総人口 122,016人 (-121人)
	世帯数 56,098世帯 (-7世帯)
	男性 57,890人 (-45人)
	女性 64,126人 (-76人)

広報いせ 第337号

発行日/令和4年12月1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) 3,155万3千円(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 伊勢市役所 検索

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、高齢・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。



伊勢市



植物油インキで印刷しています。

※この広報紙は、再生紙を使用しています。

※この広報紙を廃棄する際は、雑誌・雑紙と同様として分別してください。



見やすいデザインの文字を使用しています。